



**TRABAJO FIN DE GRADO**  
**GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA**  
**CURSO ACADÉMICO 2023/2024**  
**CONVOCATORIA JUNIO**

**LA EXPRESIÓN CORPORAL Y LA GAMIFICACIÓN COMO RECURSOS  
PARA PREVENIR LA GELOTOFOBIA EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

AUTORA: Horcajo Gallego, Yolanda

DNI: 01949608J

En San Martín de Valdeiglesias, a 6 de mayo de 2024

## ÍNDICE

<b>Resumen .....</b>	<b>3</b>
<b>1 Introducción.....</b>	<b>4</b>
<b>2 Objetivos. ....</b>	<b>5</b>
<b>3 Fundamentación teórica. ....</b>	<b>6</b>
3.1 La gelotofobia.....	6
3.1.1 Factores que causan el miedo a hacer el ridículo en el ámbito educativo. ...	6
3.1.2 Relación de la gelotofobia con el “Síndrome de Pinocho”. ....	8
3.1.3 Síntomas más comunes de la gelotofobia.....	8
3.1.4 La gelotofobia como ansiedad vinculada a la vergüenza. ....	8
3.1.5 Similitudes entre la gelotofobia y la ansiedad social.....	9
3.1.6 Relación entre la gelotofobia y las emociones. ....	10
3.2 La expresión corporal. ....	10
3.2.1 La expresión corporal en Educación Física. ....	11
3.2.2 Principios fundamentales de la expresión corporal. ....	12
3.2.3 Fases de la expresión corporal en el ámbito educativo. ....	13
3.2.4 Relación de la expresión corporal con las emociones. ....	15
3.2.5 La educación emocional y la clasificación de emociones. ....	16
3.2.6 Evolución emocional en los niños de 7 a 11 años. ....	17
3.2.7 Importancia de trabajar la expresión corporal y la educación emocional en el ámbito educativo. ....	18
3.3 La gamificación. ....	19
3.3.1 La gamificación en el ámbito educativo.....	20
3.3.2 La gamificación en Educación Física.....	21
3.3.3 Ventajas y desventajas de utilizar la gamificación en el aula.....	22
<b>4 Propuesta de intervención educativa.....</b>	<b>23</b>
4.1 Contextualización. ....	23
4.2 Contenidos.....	23
4.3 Objetivos.....	24
4.3.1 Objetivos generales de etapa: .....	24
4.3.2 Objetivos de la propuesta didáctica. ....	24
4.4 Competencias. ....	25
4.4.1 Competencias clave: .....	25
4.4.2 Competencias específicas: .....	26
4.5 Temporalización. ....	26
4.6 Metodología.....	27

---

4.7	Desarrollo de las sesiones.....	29
4.8	Atención a la diversidad .....	36
4.9	Evaluación .....	37
<b>5</b>	<b>Conclusiones .....</b>	<b>38</b>
<b>6</b>	<b>Referencias bibliográficas.....</b>	<b>39</b>
<b>7</b>	<b>Anexos .....</b>	<b>42</b>

**Resumen**

Este Trabajo de Fin de Grado presenta una propuesta novedosa para abordar la gelotofobia en estudiantes de primaria utilizando la expresión corporal y la gamificación como herramientas principales. La gelotofobia, el miedo al ridículo, puede afectar negativamente la autoestima y el bienestar emocional de los niños. La propuesta se enfoca en la creación de actividades lúdicas y dinámicas que fomenten la expresión corporal y promuevan un ambiente de aprendizaje positivo y seguro. A través de juegos y desafíos diseñados específicamente, se busca desarrollar habilidades de comunicación, confianza en sí mismos y resiliencia emocional en los estudiantes. La gamificación se utiliza como un medio para involucrar activamente a los niños en el proceso de aprendizaje, haciéndolo más divertido y motivador. El objetivo final es equipar a los estudiantes con herramientas para enfrentar situaciones que generen ansiedad o vergüenza, y promover una cultura escolar inclusiva y empática donde todos los niños se sientan valorados y aceptados.

**Palabras clave:** gelotofobia, miedo al ridículo, emociones, gamificación, expresión corporal, Educación Primaria y Educación Física.

**Abstract**

The Final Degree Project presents an innovative proposal to address gelotophobia in primary school students using body expression and gamification as main tools. Gelotophobia, the fear of ridicule, can negatively affect children's self-esteem and emotional well-being. The proposal focuses on creating playful and dynamic activities that encourage body expression and promote a positive and safe learning environment. Through specifically designed games and challenges, the aim is to develop communication skills, self-confidence, and emotional resilience in students. Gamification is used as a means to actively engage children in the learning process, making it more enjoyable and motivating. The ultimate goal is to equip students with tools to face situations that may cause anxiety or shame, and to promote an inclusive and empathetic school culture where all children feel valued and accepted.

**Keywords:** gelotophobia, fear of ridicule, emotions, gamification, physical expresión, Primary Education and Physical Education.

## 1 Introducción.

En el ámbito educativo, la gelotofobia, o miedo al ridículo, es un fenómeno que puede afectar significativamente el desarrollo emocional y social de los estudiantes, especialmente en las etapas tempranas de la vida. Este temor puede manifestarse en situaciones cotidianas, como presentar trabajos en clase o participar en actividades grupales, generando ansiedad y limitando la participación activa en el proceso de enseñanza-aprendizaje. A pesar de su relevancia, las estrategias para prevenir y abordar la gelotofobia en el ámbito educativo, especialmente en Educación Primaria, aún no han sido exploradas en profundidad. Todo esto se ha podido observar durante las prácticas externas llevadas a cabo en el tercer y cuarto año de este grado, lo cual sirvió de inspiración para realizar este trabajo.

El presente Trabajo Fin de Grado propone abordar esta problemática a través de una propuesta de intervención centrada en Educación Primaria. Para ello, se plantea una propuesta basada en la combinación de la expresión corporal y la gamificación, dos herramientas pedagógicas con un gran potencial en este ámbito. Por un lado, la expresión corporal, entendida como el medio a través del cual el cuerpo se comunica y expresa, se presenta como una vía efectiva para trabajar aspectos emocionales y sociales incluyendo el miedo a la risa. Por otro lado, la gamificación aplica elementos y dinámicas propias del juego en entornos educativos, mostrándose como una estrategia eficaz para motivar y comprometer a los estudiantes en procesos de aprendizaje. Al combinar la expresión corporal con la gamificación, se crea un enfoque dinámico y participativo que puede captar la atención de los niños y promover un ambiente de aprendizaje positivo y estimulante.

En cuanto al objetivo principal de este trabajo, es diseñar una propuesta de expresión corporal basada en la gamificación como estrategia de prevención de la gelotofobia en el contexto de Educación Primaria. Para ello, principalmente se llevará a cabo una revisión de documentos y estudios que hablen sobre este miedo patológico al ridículo, la expresión corporal y la gamificación en el ámbito educativo. De esta manera, lo que se pretende es fundamentar teóricamente la propuesta y proporcionar una base sólida para su desarrollo y evaluación en el ámbito escolar. Con este trabajo se espera aumentar el conocimiento sobre la gelotofobia en niños de educación primaria y ofrecer una propuesta innovadora y efectiva para su prevención, con el propósito de mejorar el bien estar de los estudiantes y el desarrollo personal en el entorno escolar.

La gelotofobia es el temor patológico a ser objeto de burla frente a otros en la sociedad, siendo el miedo al ridículo la principal preocupación de quienes la padecen (Titze, 2009). Este trabajo se enfoca en encontrar maneras de prevenir este temor a través de actividades de expresión corporal que incluyan elementos de juego y diversión.

Hay varias razones por las cuales se eligió abordar este tema. En primer lugar, la gelotofobia es un asunto de gran importancia en el ámbito psicológico y social, ya que puede tener un impacto significativo en la vida cotidiana de las personas que lo sufren.

Por ello, entender cómo prevenir este miedo puede ayudar a mejorar las intervenciones educativas. En segundo lugar, a pesar de su importancia, hay pocas investigaciones sobre cómo prevenir la gelotofobia. Se considera que este trabajo puede llenar ese vacío y proporcionar conocimientos valiosos y aplicables en campo cómo la educación. También se reconoce que las actividades de expresión corporal pueden ser realmente efectivas para mejorar la autoconfianza y la capacidad para lidiar con situaciones difíciles. Al agregarle elementos de juego a estas actividades, se cree que pueden volverse aún más atractivas y motivadoras para los alumnos. Además, al ayudar a los estudiantes a sentirse más cómodos y seguros con su cuerpo y forma de expresarse, se espera que se puedan reducir los niveles de ansiedad y temor asociados con la posibilidad de ser objeto de risa o burla. Esto podría tener un impacto positivo en el bienestar emocional y social de las personas que experimentan gelotofobia.

Finalmente, las ideas y enfoques que este trabajo propone podrían ser útiles en muchos ámbitos, desde la enseñanza hasta la mejora de la salud mental en general. Esto destaca lo importante que es abordar el miedo al ridículo desde una perspectiva de prevención, utilizando herramientas como la expresión corporal y la gamificación.

## 2 Objetivos.

Los objetivos generales y específicos que abarcan el presente Trabajo de Fin de Grado son los siguientes:

- **Objetivo general:**
  - Desarrollar e implementar una propuesta innovadora basada en la gamificación para prevenir la gelotofobia en estudiantes de primaria, utilizando la expresión corporal como herramienta principal de intervención.
- **Objetivos específicos:**
  - Investigar el concepto de gelotofobia y su impacto en el desarrollo emocional y social de los niños en la etapa de Educación Primaria.
  - Revisar y analizar la literatura existente sobre el uso de la gamificación en el ámbito educativo.
  - Analizar la relación entre la expresión corporal y la autoestima en niños de Educación Primaria, centrándose en cómo la expresión corporal puede influir en la prevención de la gelotofobia.
  - Revisar la gamificación como metodología para abordar la gelotofobia en el contexto escolar.
  - Desarrollar una propuesta innovadora de intervención que combine actividades de expresión corporal con elementos de gamificación para prevenir la gelotofobia en estudiantes de Educación Primaria.

### **3 Fundamentación teórica.**

#### **3.1 La gelotofobia:**

La gelotofobia, también llamada miedo a hacer el ridículo, es uno de los problemas que más podemos observar en el ámbito educativo. Este término proviene de la palabra griega “gelos”, que significa risa. Se ha observado que las personas con gelotofobia tienden a ser introvertidas y mostrar inestabilidad emocional (Ruch, Proyer, & Popa, 2008), además de tener dificultades para percibir las risas o bromas inocentes de los demás como situaciones no amenazantes (Platt, 2008; Titze, 2009). Varios autores hablan sobre esta fobia en sus estudios, en especial el psicoterapeuta Micheal Titze, quien describió este concepto por primera vez. Según Titze (2009), la gelotofobia se puede describir como un temor patológico a ser objeto de burla frente a otros en la sociedad, siendo el miedo al ridículo la principal preocupación de quienes la padecen. Este mismo autor cuenta que para entender el desarrollo de la gelotofobia es necesario dirigir la atención a las emociones. También comenta que cuando un individuo comienza a desarrollar la conciencia experimenta emociones secundarias como la vergüenza, la cual está relacionada con el miedo a hacer el ridículo.

El miedo a hacer el ridículo está vinculado con la apariencia personal, la forma en la que percibimos el entorno y como nos relacionamos con los demás. Según Rodríguez (2020), entre los nueve y los doce años, el individuo comienza a experimentar preocupaciones relacionadas con su imagen y su lugar en el mundo, las cuales se intensifican durante toda la adolescencia. Este fenómeno surge debido al desarrollo de la autoconciencia, que comienza a manifestarse en esta etapa de maduración.

##### **3.1.1 Factores que causan el miedo a hacer el ridículo en el ámbito educativo:**

Tras explicar el concepto de gelotofobia se va a hablar de los factores que pueden causar este tipo de miedo en los alumnos, ya que es bastante común encontrarlos en las aulas de los centros educativos.

Autores como Ruch & Proyer (2008) afirman que una de las principales causas de parecer gelotofobia son las diferentes experiencias traumáticas de ser objeto de burla o ridiculizado durante la infancia o adolescencia, lo que puede llevar a una asimilación de la vergüenza asociada con el ridículo dando lugar a un estilo de vida defensivo que busca evitar situaciones de ridículo. Además, Titze (2004) desarrolló un modelo para abordar el origen y las consecuencias de la gelotofobia, el cual ha sido adaptado y modificado por el autor Ruch (Anexo 1).

Como se puede observar en la imagen del Anexo 1, según Titze (2004), uno de los principales factores que dan lugar a la gelotofobia tiene su origen en la infancia. Este proceso de experiencias negativas parece estar precedido por interacciones particulares con los padres o cuidadores principales (Ruch y Poyer, 2008). También, este autor destaca que en algunas familias el estilo educativo tiende a ser sobreprotector y controlador, con padres que ejercen una gran presión sobre el niño para que se ajuste a una visión específica de la realidad, alineada con sus propias normas y expectativas.

Estas dinámicas de crianza carecen de expresiones de afecto y recurren a la vergüenza como método disciplinario. Cuando el niño muestra desobediencia, los padres o cuidadores suelen responder con castigos diseñados para inducir la vergüenza, como no darles cariño, mostrar desprecio y ridiculizarlos. Estas formas que algunos padres tienen de educar a sus hijos les sirven para mantener una estructura familiar y generan al niño un fuerte temor al fracaso. Por ello, los niños que suelen crecer en este entorno desarrollan un estilo de vida defensivo y evasivo, adaptándose a las normas impuestas por sus padres o cuidadores. De este modo, el niño no desarrolla las destrezas ni los recursos necesarios que podrían hacer más fácil su integración en actividades de grupo con sus compañeros, lo que provoca que las interacciones sociales se conviertan en la principal causa de ansiedad y preocupación.

Otros factores que causan gelotofobia y han sido incorporados al modelo de Titze más tarde por el autor Ruch (2004) son:

- **Factores internos:** abarcan aspectos como la genética, la personalidad y las disposiciones emocionales. Estos se han incluido en el modelo para destacar la influencia de los padres en la gelotofobia. Además, se reconoce que la misma experiencia de ser objeto de burla puede tener resultados diversos en distintas personas, debido en parte a factores genéticos que influyen desde etapas anteriores al cuidado infantil. Se enfatiza cómo las disposiciones emocionales, como la tendencia a sentir vergüenza o miedo, junto con factores de personalidad como la inhibición y la timidez, así como rasgos más amplios como el neuroticismo y la introversión, pueden actuar como moderadores en el desarrollo de la gelotofobia.
- **Factores de riesgo y protectores:** dentro de estos factores encontramos una variedad de características personales, como diferencias físicas, discapacidades y comportamientos y formas de comunicarse que difieren de las normas sociales y culturales establecidas (Kohlmann, 2013).
- **Factores externos:** las influencias parentales, las normativas del grupo de compañeros, la configuración social y los aspectos culturales también desempeñan un papel importante. En un estudio realizado por Weibel y Proyer (2012), se encontró que la gelotofobia está asociada con un menor nivel de apoyo social percibido, especialmente en relación con los compañeros.

En cuanto a las consecuencias, como se señala en el modelo, abarcan una variedad de aspectos, desde la tendencia al aislamiento social hasta la falta de entusiasmo, incluyendo la dificultad para disfrutar de la risa y las interacciones sociales. También se mencionan problemas psicosomáticos. Este modelo se ha desarrollado principalmente a partir de observaciones de casos individuales y aún carece de una base empírica sólida (Forabosco et al., 2009).



### **3.1.2 Relación de la gelotofobia con el “Síndrome de Pinocho”:**

Existen un conjunto de comportamientos asociados al movimiento corporal y al espacio personal en individuos que experimentan situaciones percibidas como burla (Titze, 2009). Según Titze (1996), cuando el miedo intenso se apodera de un individuo, las respuestas típicas de luchar o huir pueden resultar imposibles de llevar a cabo, dando lugar a un estado de tensión muscular, conocido como rigidez muscular. Por otro lado, según el filósofo francés, Henri Bergson, en su obra *Laughter* (1900), comparaba a las personas gelotofóbicas con marionetas de madera debido a que las expresiones faciales que poseían solían ser estáticas e inexpresivas. Además, este mismo autor mencionaba que muchas veces los gestos de los brazos y las piernas no siempre eran naturales, ya que estas personas intentan controlar excesivamente sus movimientos para evitar cualquier situación que los haga parecer ridículos. Por último, según el anterior autor, Titze (2009), esta rigidez en su movimiento les otorga una apariencia similar a la de un muñeco de madera, fenómeno que posteriormente se ha denominado como el "Síndrome de Pinocho".

### **3.1.3 Síntomas más comunes de la gelotofobia:**

La gelotofobia todavía no ha sido catalogada como una patología, lo que dificulta su identificación y diagnóstico diferencial con otros trastornos (Crema 2022). Además, no hay criterios establecidos ni características de comportamiento específicas. Según Titze (2009), las personas con gelotofobia suelen exhibir signos de vergüenza, como sonrojarse y tener una apariencia apagada. También experimentan una fuerte tensión física manifestada en temblores, dificultad para respirar y a veces tartamudeo. La preocupación por parecer ridículos puede provocarles una rigidez en el movimiento mientras luchan por controlar sus reacciones naturales. Según Heimberg et al. (1995), las personas gelotofóbicas tienden a ser solitarias y desconfiadas, adoptando una actitud que se describe como "agelótica", lo que significa que son incapaces de encontrar placer en la risa debido a la falta de experiencias positivas relacionadas con ella. Su rostro, como se mencionó anteriormente, suele mostrar una expresión inexpresiva, desinteresada y distante. Para ellos, el humor y la risa no son experiencias sociales agradables, sino que les causan malestar. Además de la rigidez muscular, pueden experimentar síntomas fisiológicos como taquicardia, contracciones musculares, temblores y sudoración, similares a los que se observan en personas con ansiedad y fobia social. Sin embargo, el criterio distintivo para identificar a alguien con gelotofobia es su expresión facial casi inerte.

### **3.1.4 La gelotofobia como ansiedad vinculada a la vergüenza:**

Las emociones son la base que organiza los procesos mentales y tienen un impacto profundo en todos los aspectos de la vida humana, afectando tanto lo físico como lo psicológico y están estrechamente vinculadas a las sensaciones corporales que uno experimenta. Existe una distinción entre emociones primarias, que son respuestas inmediatas a estímulos emocionales, y emociones secundarias, que surgen tras emociones primarias como miedo, ira, tristeza, asco y alegría. Según Titze (2014), las emociones secundarias, como la vergüenza y la culpa, requieren un nivel de

autoconciencia desarrollado en el individuo, siendo más autocríticas y autoconscientes. Este mismo autor añade que, por un lado, los sentimientos de culpa están dirigidos hacia la corrección y están relacionados con normas sociales interiorizadas por la persona. Por otro lado, la vergüenza se caracteriza como una emoción dolorosa que surge cuando la persona percibe falta de aprecio o estima por parte de los demás.

Autores como Tirze (2014), menciona que los sentimientos de vergüenza se originan a partir de las primeras vivencias del niño, que incluyen situaciones de falta de amor y rechazo durante la infancia. Además, añade que la vergüenza se puede expresar mediante una mirada fría y una expresión facial que denote disgusto, desaprobación y menosprecio. Edwards et al. (2010), afirman que las vivencias experimentadas por el niño durante la infancia pueden llegar a crearle un abaja autoestima, a desarrollar inhibiciones sociales, ansiedad y dificultades para adquirir habilidades sociales adecuadas. Por otro lado, según algunos expertos, como Wurmser (1981), la vergüenza puede ser considerada como una forma específica de ansiedad.

Por último, cabe destacar que según Titze (2014), la gelotofobia puede ser vista como una forma particular de esta ansiedad. También menciona que esta ansiedad vinculada a la vergüenza impulsa a los gelotofóbicos a protegerse del mundo exterior debido a su creencia distorsionada de que realmente están siendo objeto de risa por parte de otros.

### **3.1.5 Similitudes entre la gelotofobia y la ansiedad social:**

Como menciona Crema (2022), el término “gelotofobia” es relativamente reciente, por lo que aún no está reconocido como un trastorno oficial en el *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (DSMV). Debido a esto, aquellos que experimentan un temor significativo a ser objeto de risa podrían haber sido diagnosticados con otras condiciones, como fobias específicas o trastorno de ansiedad social. Esta autora describe la fobia social como uno de los trastornos psiquiátricos más frecuentes caracterizado por un temor duradero a ser juzgado o evaluado negativamente por otros.

Según algunos investigadores, como Titze (2009), la fobia social recién mencionada podría superponerse con el concepto de vergüenza, ya que comparten características como el temor a una posible crítica por parte de quienes los rodean, la inclinación a evitar encuentros sociales e incluso manifestaciones físicas como latidos acelerados, temblores... Por lo tanto, según este autor, la gelotofobia, que puede considerarse como una variante específica de la ansiedad asociada a la vergüenza, se origina en la distorsionada creencia que la persona tiene sobre sí misma, percibiéndose como un objeto ridículo. Sin embargo, la fobia social parece centrarse más en los fracasos percibidos por la persona afectada y no tanto en una percepción distorsionada de uno mismo (Titze, 2014).

### **3.1.6 Relación entre la gelotofobia y las emociones:**

Como se ha mencionado anteriormente, las personas que sufren gelotofobia no perciben la risa como algo agradable, sino más bien como una causa de vergüenza y miedo. Según Kashdan et al. (2014), aquellos que padecen este trastorno reaccionan con temor ante cualquier expresión de risa, lo cual podría afectar significativamente sus interacciones sociales. Esto se debe a que la risa compartida no solo comunica emociones positivas, sino que también está asociada con recompensas sociales.

A pesar de que la vergüenza y el miedo son las emociones principales asociadas con la gelotofobia, la ausencia de inclinación hacia la alegría es también un descubrimiento importante. Según los primeros estudios realizados por autores como Hofmann, Platt, Ruch y Proyer (2014), se observó que las personas que padecían gelotofobia mostraban menos señales de alegría y más indiferencia hacia las expresiones sonrientes o risueñas que aquellas que no padecían esta fobia.

Por otro lado, Ekman (2003), descubrió dieciséis emociones agradables que abarcan una variedad de estados emocionales. Este autor consiguió diferenciar el placer por las desgracias ajenas, el orgullo, la gratitud, la elevación, el éxtasis, el alivio, la felicidad, la sorpresa, la diversión y el placer de los cinco sentidos. Según este mismo autor, la alegría puede expresarse de manera tanto sonora como silenciosa. Aunque la risa es una forma destacada de manifestarla, es posible experimentar una gran felicidad sin necesidad de reír. Numerosos estudios han considerado la expresión facial conocida como la "Exhibición de Duchenne" (Ekman et al., 1990) para enfatizar el sentimiento de alegría. Esta expresión facial implica la contracción simultánea y simétrica de los músculos cigomáticos, asociados con la sonrisa o la risa.

### **3.2 La expresión corporal:**

Diferentes escritores han abordado el tema de la expresión corporal desde distintos ángulos, como menciona Ortiz (2002). Originalmente, este término fue principalmente utilizado en ámbitos artísticos y culturales, especialmente en disciplinas como la danza y la música. Camalle (2024) destaca en su investigación que la pionera en discutir la expresión corporal fue Patricia Stokoe, una bailarina que la presentó como una manera de enseñar y aprender a través del disfrute. Según Stokoe (1990), este concepto se define como una habilidad innata que todos los seres humanos poseemos, siendo un lenguaje que va más allá de las palabras y se comunica a través del cuerpo. Además, Stokoe añade que el cuerpo no solo transmite el mensaje, sino que también lo moldea, fusionando el contenido con la forma. Otros autores como Calecki y Thévenet (1992) explican que la expresión corporal implica comunicarse mediante gestos significativos que surgen de nuestros sentimientos y espontaneidad, permitiéndonos desarrollar un lenguaje personal que puede ser comprendido por los demás.

Por otro lado, Panchansky y Eidelberg (1980) consideran que la expresión corporal es una técnica que permite al ser humano:

- Conectar con su propio cuerpo y tomar conciencia del espacio que lo rodea y de él mismo.

- Canalizar diferentes tipos de energía a través del cuerpo.
- Comunicándose con los demás, utilizando el cuerpo como el medio para transmitir el mensaje.
- Cultiva la espontaneidad, la imaginación y la creatividad.
- Reconocer el cuerpo como un receptor y emisor de sentimientos, afectos y emociones.
- Fomentar la conciencia de que el cuerpo no solo es una herramienta habilidosa.

Finalmente, autores como Bernate & Alfaro (2021) resaltan la importancia de la expresión corporal como una asignatura primordial en la formación de docentes, ya que se reconocen los beneficios de esta disciplina en áreas como la metodología, evaluación y la didáctica, entre otras. También, Cuevas (2019) afirma que la expresión corporal fomenta la improvisación, la creatividad y la imaginación, además de contribuir al autoconocimiento y la mejora de la comunicación.

### **3.2.1 La expresión corporal en Educación Física:**

Durante este periodo, varios autores han abordado y definido el concepto de expresión corporal, especialmente en el ámbito educativo. Uno de los autores que define este concepto desde una perspectiva educativa es Rueda (2004), quien menciona la expresión corporal como un área de conocimiento dentro del contenido de Educación Física, siendo esta disciplina la que se dedica a explorar y experimentar capacidades corporales y la inteligencia emocional utilizando el cuerpo como medio para transmitir pensamientos, sentimientos y actitudes. Según Villada y Vizuet (2002), la expresión corporal se refiere a la capacidad que tienen el ser humano para transmitir deseos, sentimientos, pensamientos, emociones y sensaciones a través del cuerpo utilizando gestos, posturas, miradas, movimientos y cualquier otra forma de comunicación corporal. Además, en el ámbito de la Educación Física, la expresión corporal se destaca por su capacidad para abordar de manera integral los aspectos físicos, intelectuales, emocionales y sociales, desempeñando un papel unificador significativo (Ruano-Arriagada & Barriopedro, 2006; Broqué et al., 2018; Lobo & Winsler, 2006). Otro de los autores que habla sobre este concepto es Muñoz (2008) quien define este término como el arte de interpretar sensaciones y emociones utilizando el cuerpo como herramienta principal. También, de acuerdo con Ruano (2009) la expresión corporal desempeña un papel fundamental en el fomento de una inteligencia emocional positiva. Según su análisis, este concepto promueve el desarrollo de la creatividad, la espontaneidad, la autoconciencia y la autoestima entre los estudiantes.

Por otra parte, algunos autores como Rodríguez, Robles, Viera, Fuentes-Guerra, & Rodríguez (2013) resaltan la importancia de explorar por completo cada bloque relacionado con la expresión corporal con el fin de garantizar el desarrollo integral del alumno en la asignatura de Educación Física. Según Aijón (2012) y Megias (2020) es necesario igualar la importancia de la expresión corporal con la de los contenidos convencionales, como los deportes y la condición física, ya que en algunas ocasiones pasa a un segundo plano abordándose solo en ocasiones específicas como la preparación de coreografías o bailes para eventos importantes. Además, hay varios inconvenientes

contribuyentes a este suceso que están relacionados con el contenido, el alumnado y los docentes (Lafuente 2022).

En cuanto a los contenidos, García & Gutiérrez (2002) junto a Gil (2016) mencionan la extensa variedad de temas que abarca la expresión corporal, ya que están en continuo desarrollo, provocando que los profesionales no lleguen a un consenso respecto a los contenidos específicos de esta unidad. Por lo tanto, resulta crucial comprender que contenidos consideran los futuros docentes como más educativos o desafiantes (Lafuente 2022).

Otro de los inconvenientes mencionados anteriormente son los docentes, quienes aproximadamente un 14% de ellos no dedican ninguna hora a la expresión corporal (Montávez, 2012). Para autores como Arias, Fernández & San Emeterio (2020) el papel del docente es bastante importante durante el desarrollo de la expresión corporal, ya que si él mismo percibe que ciertos contenidos ofrecen pocas oportunidades educativas o son difíciles de impartir en el aula de primaria es posible que les quite importancia, les dedique menos tiempo o incluso los omita a la hora de realizar su programación. Además, es común mencionar la falta que tiene el docente en una formación adecuada respecto al contenido de expresión corporal. (Archilla Prat, 2013; García & Gutiérrez, 2002).

Finalmente, los alumnos son otra de las dificultades. Inicialmente, algunos estudiantes se resisten a la expresión corporal, pero con el tiempo tienden a superar esta actitud gradualmente a medida que los temas se presentan simultáneamente (Archilla y Brunnicardi, 2012).

Considerando lo mencionado previamente y las contribuciones de los expertos, se puede inferir que el avance de la expresión corporal en el ámbito educativo está fuertemente ligado al compromiso y habilidad de los educadores. Es fundamental que los docentes mantengan un interés continuo en su propio crecimiento, así como posean una sólida base de conocimientos en el campo correspondiente, para tratar de manera efectiva estos aspectos con los estudiantes y proporcionar un contenido de primera calidad que contribuya al desarrollo y la adquisición de habilidades relacionadas. Los alumnos utilizan la expresión corporal.

### **3.2.2 Principios fundamentales de la expresión corporal:**

Según Rueda (2004), los pilares esenciales de la expresión corporal surgen de cuatro preguntas esenciales: Realizamos acciones, ¿dónde las realizamos?, ¿cómo las llevamos a cabo? y ¿Cuándo lo hacemos? Estos aspectos se exploran de forma integral, teniendo en cuenta el cuerpo, el entorno, la temporalidad y la intensidad física. A continuación, cada uno de los elementos mencionados será brevemente descrito según esta autora, ya que es crucial comprenderlos para progresar en la expresión corporal, debido a su estrecha relación:

- **Descubrimiento corporal.** Entender la interacción del cuerpo con el entorno implica familiarizarse con él, desde su percepción interna hasta cómo es

percibido por los demás y su relación con objetos y materiales externos. La inclusión abarca la postura corporal, el uso expresivo de gestos, la voz, la expresión facial, la respiración y la relajación. Es fundamental fomentar un ambiente en el que los estudiantes puedan dejar de lado sus barreras, conocer sus propios cuerpos y los de sus compañeros mientras colaboran en actividades grupales.

- **Descubrimiento del espacio.** Según esta autora, el entendimiento del espacio está íntimamente ligado al movimiento corporal. Esta exploración espacial se divide en tres etapas: La percepción del espacio se basa en la orientación espacial, que a su vez implica interactuar con los demás y los objetos. Asimismo, la creación de relaciones más complejas requiere organizar el espacio. La comprensión del espacio abarca tanto su dimensión vertical, relacionada con la postura y el soporte del cuerpo, como su dimensión horizontal, que está vinculada con la dirección del movimiento. Al estas combinar dos dimensiones, podemos investigar el espacio de maneras motoras y habilidades espaciales diversas. Se estudia mediante la proxémica cómo se utiliza el espacio para comunicarse, analizando las condiciones espaciales del entorno, la disposición de objetos y la distancia interpersonal. En la Educación Primaria, es importante que los niños comprendan su entorno y se desplacen en él, además de disfrutar interactuando y aplicar los conceptos aprendidos en proxémica.
- **Descubrimiento del tiempo.** Esta autora se plantea la división en tres aspectos relacionados con el tiempo, inspirada en las ideas de Fraisse (1967): la orientación temporal, la estructuración temporal y el ritmo.
- **Descubrimiento de la energía.** El control y la fuerza del tono muscular en la expresión corporal se refieren a la energía o intensidad. Realice movimientos fluidos y amplios, alternando entre tensión y relajación, además de experimentar con distintas dinámicas al desplazarse por el espacio son aspectos que se incluyen en esta descripción.

Es fundamental que los estudiantes experimenten y desarrollen sus habilidades en estos aspectos interrelacionados, ya que esto les permitirá expresar diversas cualidades en su movimiento.

### **3.2.3 Fases de la expresión corporal en el ámbito educativo:**

Dentro del ámbito educativo, la expresión corporal se desarrolla en una serie de etapas que promueven la exploración y reconocimiento de las habilidades y potenciales únicos de cada alumno. Autores como Canales y López (2002), resaltan tres fases fundamentales para el desarrollo de la expresión corporal del niño: fase de exploración, fase de expresión y fase de comunicación. Además, mencionan la importancia de abordar estas fases en el orden específico en el que se han mencionado anteriormente para garantizar un desarrollo progresivo.

En primer lugar, la fase de exploración se enfoca principalmente en la conciencia corporal, lo que implica el entendimiento de nuestro cuerpo junto a sus restricciones y

potenciales. Según Canales y López (2002), esta fase es prioritaria para iniciar el proceso de desarrollo. Además, según Castañer y Camerino (1991), el propósito de esta etapa es potenciar todos los elementos que promueven el desarrollo de la conciencia corporal, incluyendo la capacidad de distinguir entre percepción interna y externa del cuerpo. A través de esta etapa se logra comprender el cuerpo de cada persona, por lo que es fundamental para sentar las bases necesarias que posibiliten un progreso en las siguientes fases. Según Canales (2006), durante esta etapa se abordan tres principales bloques:

- Primer bloque: “Soy cuerpo”, centrándose en las capacidades individuales y en las adquisiciones de estrategias para el autoconocimiento corporal.
- Segundo bloque: “¿Cómo respiro?”, donde examinan la conexión entre la respiración y la autoconciencia común enfoque particular en la respiración
- Tercer bloque: “¿Cómo percibo?”, se concentra en el desarrollo de las habilidades y en como cada individuo procesa y registra información sensoria.

En segundo lugar, la fase de expresión se basa en la libertad de movimiento, donde se explora la necesidad natural de expresarse físicamente en respuesta a diferentes estímulos, sin que haya un mensaje específico dirigido a alguien en particular. Según Canales (2006), para que esta expresión tenga lugar, es crucial que el individuo sea motivado por algún estímulo externo, como una imagen, un aroma, una melodía, un recuerdo, un texto, una emoción o un objeto, entre otros. Una vez que se percibe este estímulo, la respuesta que surge es espontánea y única para cada persona, con muy poca influencia externa. Por lo tanto, el movimiento espontáneo se convierte en el aspecto central de esta etapa. En ocasiones, estas respuestas pueden estar influenciadas por las experiencias pasadas de cada individuo.

Por último, en la fase de comunicación el propósito principal es desarrollar la habilidad de expresarse. Según Canales (2006), durante esta etapa, se desarrollan dos niveles de comprensión: el primero, la percepción y el segundo, la interpretación, siendo el cuerpo el medio a través del cual se comunica el mensaje. Además, menciona que en la etapa de comunicación pueden surgir diferencias entre lo que el emisor intenta transmitir y lo que el receptor percibe, lo que significa que un mismo estímulo puede ser interpretado de manera diferente por cada persona. Con el fin de estructurar la labor creativa y facilitar la generación de esa interacción comunicativa según Canales (2018) existen cuatro fases:

- Preparación: es esencial crear un entorno propicio y estimulante para la creatividad, con elementos como objetos seleccionados y música ambiental.
- Incubación: durante esta etapa, se desarrolla la producción de ideas, explorando una amplia gama de opciones. También se reserva un tiempo de "reposo" para permitir que surjan nuevas ideas.
- Iluminación: aquí es donde se materializa la idea principal o se elige la mejor solución entre las propuestas generadas. Es el momento en el que el trabajo comienza a tomar forma.

- Revisión: consiste en evaluar los resultados obtenidos, corregir cualquier aspecto que sea necesario y preparar la presentación final del trabajo.

### **3.2.4 Relación de la expresión corporal con las emociones:**

La expresión corporal está ganando reconocimiento como una disciplina en desarrollo, que está adquiriendo un papel más destacado en diversos campos profesionales. Cuando se une a las emociones, implica la capacidad de mostrar el mundo interno, revelando sensaciones, sentimientos y pensamientos. Según Learreta (2000), la enseñanza de la expresión corporal lleva al individuo a experimentar sensaciones y experiencias únicas, enfrentar miedos y vergüenzas, y confrontar deseos y rechazos al colaborar con otros en actividades prácticas. Esto se debe a que la expresión corporal es un elemento fundamental que activa la dimensión motriz del individuo, influyendo estrechamente en su interacción social y emocional. Por otro lado, autores como Lapuente (2019) mencionan que la expresión corporal se encuentra estrechamente vinculada a la educación emocional, especialmente a las emociones. Además, esta autora añade que cuando se emplea un ejercicio de expresión corporal durante una actividad recreativa, se produce una conexión entre el cuerpo y la mente. Cada movimiento, postura, tensión muscular y expresión facial ofrece pistas sobre los sentimientos, pensamientos, ideas o temores que experimenta el individuo. Por lo tanto, el propósito de la expresión corporal es enseñar al niño cómo reaccionar de manera apropiada ante diversas situaciones. Otros autores como Lapierre y Aucouturier (como citó en R, 2004) señalan que las posturas y movimientos expansivos suelen asociarse a personalidades positivas, afectuosas y con una mayor autoestima, mientras que movimientos más restringidos o cerrados pueden indicar lo contrario. Según Learreta (2000), cada niño, al moverse, desarrolla sus propias destrezas, aprendiendo a utilizar una variedad de habilidades mientras da significado a la forma en que se mueve.

Por otro lado, según Ruano y Sánchez (2009), en el libro *Expresión Corporal y Educación* (citado por Larreta 2000) se plantea que el inicio de la educación en la afectividad implica enseñar a los alumnos a reconocer las respuestas de su cuerpo durante la expresión, así como a comprender el significado de sus experiencias corporales. Asimismo, se destaca que la práctica de la expresión corporal contribuye a generar una sensación de bienestar y a liberar tensiones mediante la toma de conciencia y la aceptación del propio cuerpo.

Por último, el autor llamado Dropsy (como cito Larreta 2000) menciona que nuestras emociones se manifiestan primero en sensaciones corporales antes de llegar a nuestra conciencia. Por lo tanto, en el ámbito de la vida emocional, entender nuestras emociones implica comprender nuestras sensaciones corporales. En este sentido, nuestra percepción de nosotros mismos está intrínsecamente ligada a nuestra percepción corporal.



### 3.2.5 La educación emocional y la clasificación de emociones:

La educación emocional debe actuar como un vínculo que acerque nuestra aspiración ética de quiénes queremos ser con nuestra realidad biológica actual. Según Bach y Darder (2002), la educación emocional se basa en cultivar actitudes afectivas que buscan promover en los niños una integración armoniosa entre sus pensamientos, emociones y acciones, capacitándolos para abordar desafíos sin que su autoestima se vea comprometida. Por otro lado, Steiner y Perry (1997) mencionan que la educación emocional tiene como objetivo principal cultivar tres habilidades esenciales: comprender las emociones, expresarlas de manera constructiva y mostrar empatía al escuchar a los demás y entender sus sentimientos. Además, Greenberg (2003) menciona que, para enseñar las destrezas requeridas para la inteligencia emocional, es imprescindible promover ambientes emocionales tanto en las escuelas como en los hogares. Estos entornos deben facilitar el crecimiento emocional de las personas, de manera similar a cómo se han diseñado espacios físicos que estimulan el desarrollo corporal e intelectual.

En cuanto a las emociones, estas constituyen un componente fundamental de nuestra existencia, una experiencia constante que a menudo pasamos por alto al considerar su origen y manifestación. Cada emoción surge como respuesta a un evento, ya sea de naturaleza externa o interna, relacionado con el presente, el pasado o el futuro, y puede ser tanto real como imaginario, consciente o inconsciente (Lapuente, 2019). Según López (2013), en la reacción emocional, se pueden distinguir tres elementos principales:

- El **aspecto neurofisiológico**: implica la generación de respuestas como aumento del ritmo cardíaco, sudoración, variaciones en la tensión muscular, liberación de hormonas, entre otros. Estas reacciones físicas contribuyen a la vivencia emocional.
- El **aspecto conductual**: se relaciona con la forma en que el individuo expresa sus emociones a través de su comportamiento. Al observar las acciones de una persona, podemos inferir qué emociones está experimentando. Esto es especialmente notable en el lenguaje corporal, como las expresiones faciales y el tono de voz, que proporcionan señales de emociones con bastante precisión.
- El **aspecto cognitivo**: es cuando la emoción se vuelve consciente, permitiendo identificarla y describirla mediante el uso del lenguaje. De esta manera, se forman los sentimientos desarrollados previamente en la mente, los cuales están influenciados por nuestra historia personal y el nivel de desarrollo de nuestras habilidades emocionales. Por todo esto, dos individuos pueden interpretar de manera diferente una misma emoción, generando distintos sentimientos.

Hablando sobre su clasificación, a lo largo del tiempo, ha sido un proceso muy complicado, destacando las clasificaciones de Bisquerra y Goleman.

Por un lado, según Goleman (1996), se parte de un conjunto de emociones que él identifica como primarias, las cuales son fundamentales, para luego adentrarse en un nivel más profundo y específico de emociones secundarias (Anexo 2).

Por otro lado, según Bisquerra (2016), clasifica las emociones en categorías amplias, como la familia de la ira, que engloba emociones como la rabia, el dolor, la furia, el odio y la indignación. Estas categorías son consideradas como "galaxias de emociones", donde cada una agrupa emociones con características similares. Aunque algunas puedan parecer sinónimas, Bisquerra destaca que representan matices dentro de la misma familia emocional (Anexo 3).

Respecto a esta última clasificación, a continuación, se detallarán las emociones que serán abordadas en esta propuesta:

- **El miedo:** autores como Marina y López (1996), Fernández-Abascal, Martín y Domínguez (2001) y Greenberg (2000) menciona que esta emoción negativa surge al percibir un riesgo inminente, actuando como una señal de advertencia sobre la proximidad de un posible daño físico o psicológico. Además, conlleva una sensación de vulnerabilidad ante la dificultad para enfrentar o tolerar la situación amenazante, reconocida como una de las emociones más intensas y desagradables. Caracterizado por la preocupación y el temor por la seguridad personal o la salud, el miedo suele venir acompañado de una sensación de pérdida de control, provocando ansiedad, inquietud y malestar. Además, está asociada con términos como alarma, terror, nerviosismo, pánico, tensión, pavor, desasosiego, susto, temor, preocupación, horror y ansiedad.
- **Las emociones sociales:** en concreto se va a hablar de la vergüenza. Según Etxebarria (2003), esta emoción surge cuando uno se evalúa negativamente a sí mismo en un sentido global. Además, esta autora menciona que quienes experimentan esta emoción a menudo desean ocultarse o desaparecer expresando un estado sumamente desagradable que interrumpe la acción y causa confusión mental, dificultando incluso la capacidad de expresarse verbalmente. Físicamente, se manifiesta con una tendencia a encogerse, como si se quisiera evitar la atención de los demás. Dado que la vergüenza implica un golpe a la autoestima que resulta muy doloroso, las personas suelen buscar formas de liberarse de esta emoción.

### 3.2.6 Evolución emocional en los niños de 7 a 11 años:

Autores como Sánchez (2021) sostiene que las emociones son una parte integral de nuestra vida diaria, proporcionando una base fundamental para nuestras relaciones interpersonales y nuestra comprensión de nosotros mismos. Desde esta perspectiva, el desarrollo emocional se debe comprender como un proceso de aprendizaje y adquisición de habilidades que ocurre a lo largo de nuestro crecimiento y nuestras experiencias personales. Este proceso contribuye significativamente a la formación de nuestra identidad y personalidad, siendo en gran medida moldeado durante nuestra etapa educativa.

Desde el nacimiento, las personas comienzan a desarrollar aspectos emocionales y afectivos que influyen en la formación de su personalidad y en la orientación de su comportamiento. Según Jean Piaget (s/f) existen cuatro etapas o periodos del desarrollo en el niño: periodo sensoriomotor (de 0 a 2 años), periodo preoperacional (de 2 a 7 años),

periodo de las operaciones concretas (de 7 a 11 años) y periodo de las operaciones formales (a partir de los 11). En este trabajo nos vamos a centrar en la etapa llamada “operaciones concretas”, ya que dicha etapa abarca las edades de 7 y 12 años, coincidiendo con el periodo de Educación Primaria. Otros autores como Crespo (2020) añaden que, durante esta etapa, el niño adquiere la habilidad emocional para distinguir entre sus propias necesidades y los objetivos que estas representan, así como entre sus deseos personales y las responsabilidades que conllevan. Además, Fuentes (2018) añade que en esta fase el niño tiene la habilidad de entender las repercusiones de sus actos, ya que pueden distinguir ente lo que hace y el propósito que busca con ellas.

### **3.2.7 Importancia de trabajar la expresión corporal y la educación emocional en el ámbito educativo:**

Siguiendo las bases del plan de estudios, es esencial fomentar en los niños la capacidad de comunicarse de manera expresiva, lo que les facilitará la interacción con los demás. Según Molina (2022), esta habilidad les facilitará la interacción fluida con los demás. Por lo tanto, involucrar a los niños desde una edad temprana en el proceso educativo promoverá el desarrollo de sus habilidades expresivas corporales, permitiéndoles comunicarse eficazmente con sus compañeros y adultos en su entorno. Además, esta autora añade que la enseñanza del cuerpo mediante el movimiento motiva a los niños a mejorar su percepción espacial, equilibrio y habilidades motoras, tanto finas como gruesas. Estas competencias se van desarrollando gradualmente a través de diversas actividades, generando un interés creciente en los niños por participar en el entorno educativo y experimentar nuevas vivencias. Con respecto a las inseguridades o miedos relacionados con la enseñanza de la expresión corporal, es bastante importante trabajar la vergüenza o timidez con los alumnos. Según lo planteado por Canales (2011), la sensación de ser observado o de observar puede generar limitaciones y bloqueos que afectan la exploración y la creatividad en el movimiento. Por lo tanto, si no abordamos la desinhibición para superar la vergüenza o la timidez, será difícil avanzar en otros aspectos de la práctica de la expresión corporal.

En cuanto a la educación emocional, es crucial comenzar un proceso de enseñanza emocional en la escuela y garantizar una formación que abarque desde las primeras etapas del desarrollo hasta la adolescencia. Autores como Bisquerra (2011) mencionan que en la actualidad nos encontramos en una sociedad en la que muchas familias no pueden brindar el apoyo necesario a sus hijos para su desarrollo emocional, ya sea por diversas dificultades que les impiden hacerlo o por falta de conocimiento sobre cómo llevar a cabo esta educación emocional en el hogar. Por esta razón, resulta crucial incluir a los agentes educativos, como los docentes y los padres de familia, en un programa de educación emocional destinado al desarrollo de la formación emocional desde la infancia. La idea es promover una colaboración entre ambos grupos, ya que se trata de una responsabilidad que comparten.

### 3.3 La gamificación:

La gamificación forma parte de las metodologías activas o innovadoras. Estas surgen como una herramienta para aumentar la motivación de los alumnos y fomentar un aprendizaje más profundo (Parra-González M. E. et al., 2020). Las características más importantes de estas metodologías, según Rodríguez (2012), son las siguientes: fomentar el rol activo del alumno, poner énfasis en la interacción, establecer relaciones horizontales de comunicación y divulgar el conocimiento generado.

En cuanto a esta metodología, intenta potenciar el aprendizaje significativo mediante la dinámica de los juegos con el fin de crear conocimientos, mejorar habilidades, desarrollar competencias o recompensar acciones concretas. El juego como estrategia educativa es una forma de interiorizar conocimientos de forma lúdica y ayuda a resolver problemas como: falta de atención, desmotivación y otros (Asunción, 2019, p.8). Este término es un anglicismo que proviene de la palabra “game”, que significa juego y el sufijo “ificación”, que se refiere a un proceso productivo (Pascuas et al., 2017). Según Carreras (2017), su traducción al castellano es ludificación, palabra que proviene del latín “ludus” que significa juego. Además, este concepto se utiliza en una amplia variedad de áreas como la salud, el marketing, los negocios, la política, la conservación del medio ambiente y la educación.

Antes de indagar más sobre la gamificación, es importante saber distinguirla de los videojuegos convencionales. En el estudio publicado en 2013 titulado *Social Motivations to Use Gamification: An Empirical Study of Gamifying Exercise* los autores Hamari y Koivisto establecieron las siguientes diferencias fundamentales entre ambos términos: por un lado, la gamificación se centra en influir en el comportamiento de las personas, mientras que los juegos convencionales se centran en el entretenimiento durante la experiencia del juego; por otro lado, la gamificación busca generar experiencias que promueven sentimientos de dominio y autonomía, sin embargo los juegos convencionales suelen proporcionar experiencias placenteras mediante los medios audiovisuales. Según Kapp (2019), la distinción entre la gamificación y los juegos convencionales en el aula es que la gamificación ofrece un entorno de juego más cautivador que incentiva a los participantes a participar, mientras que los juegos convencionales carecen de ese elemento de atracción.

Por último, los tipos de gamificación que hay según Martínez Franco (2017) son los siguientes:

- La gamificación superficial o de contenido se utiliza en periodos cortos de tiempo de manera temporal en la programación, como por ejemplo en una actividad específica dentro de clase.
- La gamificación estructural o profunda se utiliza en una programación completa o unidad didáctica.

Sin embargo, según Werbach y Hunter (2012), dividen la gamificación en tres tipos:

- Gamificación interna: busca aumentar la motivación dentro de la organización.

- Gamificación externa: busca fomentar la participación del estudiante en el contenido y la dinámica del curso, fortaleciendo relaciones.
- Cambio de comportamiento: promueve nuevos hábitos y metodologías educativas para una experiencia de aprendizaje más enriquecedora."

### 3.3.1 La gamificación en el ámbito educativo:

Enfocándonos en el ámbito educativo, la gamificación se define como la creación de un ambiente de aprendizaje creativo y dinámico donde se retan a los alumnos a resolver problemas de manera colaborativa e innovadora, lo que hace que los estudiantes se motiven superando los desafíos y alcanzando niveles más altos. Algunos estudios mantienen que la gamificación conlleva mejoras en la atención, participación y proactividad (García & Hijón, 2017). Uno de los primeros autores que utilizó este término es Kapp, quien define la gamificación como "el uso de mecánicas, estéticas y pensamientos propios de los juegos para involucrar a las personas, y motivar la acción para promover el aprendizaje y resolver problemas" (Kapp 2012, p.9). Por otro lado, según Marczewski (2013), define este término como la utilización de conceptos que provienen de los juegos en actividades reales con el propósito de influir en la motivación, comportamiento y fomentar la participación en las tareas. Si embargo, según Deterding (2011), la gamificación utiliza elementos de juego en contextos ajenos a este para obtener una mayor motivación, compromiso y comportamiento del alumnado. Esta última definición es la más citada según Torres-Toukoimidis (2016). Por lo tanto, según Gonzalez- Tardon (2014) gamificar actividades supone utilizar dinámicas propias del juego para transformar actividades aburridas en experiencias divertidas que llamen la atención del alumnado y fomenten su motivación.

En cuanto a los elementos de la gamificación, varios autores, como Werbach y Hunder, manifiestan la existencia tres tipos: la dinámica, la mecánica y los componentes. Estos autores organizan los tres elementos de una forma jerárquica situando a los componentes como base, ya que gracias a ellos se desarrollan las mecánicas y dinámicas; en la mitad de la pirámide se sitúa las mecánicas, debido a que son los procedimientos que guían y dan por finalizada la actividad; por último, en la cúspide, se sitúan las dinámicas, que son elementos globales no presentes en el juego, pero que sin ellos no tendría sentido la actividad.

A continuación, se va a explicar brevemente en que consiste cada elemento mencionado anteriormente desarrollados por autores como Borrás (2015), Biel&Garcia (2016) y Pacheco (2019).

En primer lugar, se va a hablar de la dinámica, siendo este el elemento más abstracto de la gamificación, ya que se refiere a los efectos, motivaciones y deseos que se busca fomentar en los alumnos. Las dinámicas que más destacan son la narrativa (ofrece a los jugadores una percepción absoluta del juego) y la progresión (el crecimiento del estudiante según va avanzando en el juego adquiriendo diferentes habilidades).

En segundo lugar, se encuentra la mecánica formada por las reglas que pautan el juego para fomentar la implicación del alumnado ofreciendo desafíos y rutas a seguir. Las mecánicas que más destacan son la competición (para que los alumnos no se desmotiven hay que crear actividades para fomentar la competición con uno mismo), la retroalimentación (ayuda a los estudiantes a reflexionar sobre ellos mismos), los desafíos (actividades que requieren esfuerzo para poder ser superadas), las recompensas (beneficios que los alumnos obtienen al superar los desafíos) y los turnos (los alumnos deben participar de forma ordenada, justa y rotativa).

En tercer lugar, el elemento imprescindible para crear una actividad gamificada, los componentes. Este elemento está formado por recursos fundamentales para poder crear la actividad y desarrollar las dinámicas y mecánicas que permiten a los estudiantes identificarse, adoptar estrategias, enfrentarse a desafíos, avanzar en las etapas y alcanzar logros. Estos componentes son los avatares (personajes que los alumnos crean para identificarse), tutoriales (creados con el propósito de introducir la actividad al alumnado para que conozcan todas las normas), misiones (actividades propuestas que permiten obtener recompensas), puntos (números que muestran el progreso de cada alumno y un ranking general) y tablas de clasificación (organización de los puntos que van adquiriendo cada participante)

Para finalizar este apartado se va a mencionar los pasos que el docente ha de tener en cuenta para poder elaborar una propuesta gamificada. Autores como Hsin-Yuan y Soman (2013) mencionan cinco pasos: comprender el contexto, definir los objetivos, estructurar la experiencia, identificar los recursos y crear la gamificación.

### **3.3.2 La gamificación en Educación Física:**

Hay varios estudios que han demostrado que tanto la actividad como el ejercicio físico ofrecen ventajas para la salud tanto física como mental en personas de todas las edades (García-Hermoso et al., 2021; Poitras et al., 2016). Debido a las evidencias sobre los beneficios para la salud de practicar actividad física, las directrices de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sugieren que los niños y adolescentes dediquen al menos 60 minutos diarios a este tipo de actividad. En España, el plan de estudios establece que se dediquen entre 2 y 3 horas semanales a la Educación Física. Por lo tanto, es fundamental optimizar el tiempo en clase para garantizar una actividad física de calidad que cumpla con las recomendaciones de la OMS. Además, se ha observado que el tiempo que se dedica al movimiento activo en las clases de Educación Física representa alrededor del 50% del tiempo total de la clase (García-Hermoso et al., 2021), por lo que es imprescindible utilizar tácticas que aumenten la participación activa y contribuya al desarrollo de habilidades físicas.

La gamificación en Educación Física representa un esfuerzo por transformar la enseñanza con el objetivo de incentivar la participación de los estudiantes y generar aprendizajes que tengan un fuerte impacto emocional. Según el autor León-Díaz (2019) en el ámbito de la Educación Física, la gamificación se define como la integración de elementos y principios característicos de los juegos para estimular la participación activa y el compromiso de los estudiantes en su proceso educativo. Además, este autor

menciona que esta metodología implica el diseño y la implementación de actividades específicas en momentos oportunos para alcanzar metas educativas concretas, adaptándose a diversas filosofías y enfoques pedagógicos. Otros autores como Navarro (2017) añaden que la gamificación ha logrado aumentar el interés y la participación de los estudiantes, tanto en Educación Física como en la adopción de hábitos de actividad física, al permitir que los conceptos enseñados en el aula se integren de manera efectiva en su vida cotidiana.

Según Esquerri (2020), esta metodología se adapta a dos enfoques metodológicos en el área de Educación Física:

- La metodología experimental: que se centra en el descubrimiento, la exploración del entorno y el aprendizaje a través del ensayo y error.
- La metodología lúdica: que se basa en el uso de elementos del juego

Además, esta misma autora menciona que dependiendo del contenido se puede aplicar metodologías globales o analíticas, pero en la enseñanza de primaria es preferible utilizar las metodologías globales que involucren el desarrollo integral de la persona.

En resumen, los estudios analizados sugieren que el empleo de esta metodología conlleva un incremento en la motivación y facilita una comprensión más sólida de los temas tratados.

### **3.3.3 Ventajas y desventajas de utilizar la gamificación en el aula:**

Existen varias ventajas y desventajas de utilizar esta metodología activa en el ámbito educativo.

En cuanto a las ventajas de esta metodología, varios autores como Cobos (2021) mencionan que la gamificación impulsa la motivación y el interés de los estudiantes, promoviendo su autonomía al permitirles tomar decisiones y controlar su propio ritmo de aprendizaje, lo que a su vez estimula el pensamiento crítico. Además, fomenta la colaboración y el trabajo en equipo al requerir la interacción con otros para alcanzar objetivos comunes. Proporciona retroalimentación constante para que los estudiantes monitoreen su progreso, y les permite desarrollar habilidades de resolución de problemas y toma de decisiones al experimentar y aprender de los errores. También fortalece competencias tecnológicas y sociales, y potencia la imaginación, la creatividad y la capacidad de atención, promoviendo un aprendizaje activo.

Por otro lado, hablando sobre las desventajas o inconvenientes que tiene esta metodología en el ámbito educativo destaca autores como Román (2023) quien menciona las desigualdades educativas que existen en el aula a la hora de plantear desafíos, tener acceso a recursos, materiales y herramientas necesarios para la implementación de sistemas gamificados. El diseño de estos sistemas es un proceso complejo que implica considerar diversos factores como la motivación, actividades, objetivos y competencias. Además, la creación de recursos y actividades gamificadas demanda tiempo y recursos, lo que puede implicar costos adicionales y la necesidad de actualizar los recursos disponibles. Existe el riesgo de que los estudiantes se enfoquen

únicamente en obtener recompensas en lugar de centrarse en el aprendizaje. Además, es importante prevenir posibles problemas como la adicción al juego y el aislamiento social, asegurándose de diseñar actividades significativas y fomentar la colaboración. Algunos profesionales de la educación pueden mostrar resistencia hacia la gamificación debido a la percepción de los juegos como actividades de ocio en lugar de herramientas de aprendizaje, así como por la falta de capacitación en estas metodologías.

## **4 Propuesta de intervención educativa.**

### **4.1 Contextualización:**

Desarrollar la expresión corporal en Educación Primaria es bastante importante, y no solo en el área de Educación Física, sino que también es útil en otras materias a la hora de realizar exposiciones o hablar en público. Por lo tanto, la propuesta de intervención que se va a elaborar se enfoca en prevenir el miedo a hacer el ridículo, así como en trabajar la vergüenza, la timidez y las emociones. Para ello, se emplea la gamificación como metodología, dado que diversos estudios han demostrado su capacidad para motivar a los estudiantes.

Después de revisar los antecedentes sobre la expresión corporal, la gelotofobia y la gamificación, se va a proponer una estrategia didáctica dirigida al segundo ciclo de educación primaria, en concreto para una clase de 24 alumnos de 4º de primaria. Esta propuesta que se va a llevar a cabo se titula “Escuela de Monstruos”, inspirada en la famosa película “Monsters University”. En ella los alumnos realizarán actividades diseñadas para fomentar la expresión corporal y la creatividad con las cuales no solo se pretende mejorar las habilidades físicas de los alumnos sino también promover su autoconfianza, el bien estar emocional y el trabajo en equipo. Esta propuesta se basa en la idea del que el juego y la diversión son herramientas educativas bastante poderosas que pueden potenciar el aprendizaje significativo y el desarrollo personal de cada estudiante.

### **4.2 Contenidos:**

En la presente propuesta educativa, los contenidos que se van a abordar han sido extraídos de Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid, en concreto los mencionados por el *DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria.*

Estos contenidos pertenecen al Bloque E “Manifestaciones de la cultura motriz” los cuales se dividen en los siguientes conocimientos, destrezas y actitudes:

- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples. Representación de escenas cotidianas.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Representar movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).



### 4.3 Objetivos:

#### 4.3.1 Objetivos generales de etapa:

Estos objetivos se definen como los logros que los alumnos deben alcanzar al concluir el ciclo escolar, a través del dominio de los contenidos impartidos en las diferentes asignaturas. A continuación, se van a mencionar aquellos objetivos relacionados con el área de Educación Física y también con la propuesta, mencionados en el *DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria*, en concreto buscados en el Artículo 5. Estos objetivos son los siguientes:

- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.
- Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios y estereotipos de cualquier tipo.

#### 4.3.2 Objetivos de la propuesta didáctica:

Respecto a lo mencionado anteriormente, en este apartado se mencionarán los objetivos que se han establecido para que los alumnos consigan lograr un aprendizaje eficaz en esta propuesta educativa:

- **Objetivo general:** Desarrollar habilidades de expresión corporal y promover el bienestar emocional de los alumnos a través de una propuesta gamificada.
- **Objetivos específicos:**
  - o Sensibilizar a los alumnos sobre la importancia de la expresión corporal como herramienta para expresar emociones y comunicarse de manera efectiva.
  - o Desarrollar la creatividad y la imaginación de los alumnos explorando diferentes formas de expresión corporal.
  - o Reducir la ansiedad asociada a la vergüenza.
  - o Promover la comunicación no verbal y la capacidad de expresar emociones a través del movimiento corporal.
  - o Estimular el trabajo en equipo y la colaboración entre los alumnos a través de desafíos gamificados fomentando la empatía y solidaridad.

- Reforzar la autoconfianza y la autoestima de los estudiantes al proporcionarles un entorno seguro de apoyo para experimentar y expresarse.

#### 4.4 Competencias:

##### 4.4.1 Competencias clave:

A lo largo de las diferentes sesiones de esta propuesta, los alumnos adquirirán y fortalecerán una variedad de habilidades que son fundamentales para su desarrollo. Estas habilidades están alineadas con las competencias establecidas en el *Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria*. Estas competencias se refieren a las capacidades necesarias para aplicar lo aprendido en el proceso de enseñanza-aprendizaje de manera efectiva. En concreto, en esta propuesta se priorizan ciertas competencias claves como:

- **Competencia de comunicación lingüística:** además de enseñar a los alumnos a comunicarse a través de gestos corporales, es bastante importante fomentar la interacción entre ellos para que compartan sus opiniones y sensaciones. Mediante la propuesta presente, esta competencia se convierte en un aspecto crucial para los alumnos, ya que, en actividades grupales, esta interacción es esencial para garantizar el éxito de la actividad y promover un ambiente colaborativo.
- **Competencia personal, social y aprender a aprender:** esta competencia se desarrolla a lo largo de la propuesta, ya que los alumnos tienen la oportunidad de explorar y expresar su creatividad, emociones y personalidad a través del movimiento animándolos a descubrir y valorar sus habilidades individuales, fortaleciendo su autoestima y confianza en sí mismos. Además, utilizando la gamificación se promueve la colaboración, el trabajo en equipo y la empatía entre los alumnos, aprendiendo a comunicarse eficazmente, a escuchar y respetar las opiniones de los demás. También, esta propuesta estimula la curiosidad, la motivación y el pensamiento crítico de los alumnos al enfrentarse a desafíos y resolver problemas dentro del juego desarrollando estrategias de aprendizaje y aprendiendo de sus errores.
- **Competencia emprendedora:** esta competencia se lleva a cabo en la presente propuesta debido a que los alumnos desarrollan la creatividad intentando resolver los desafíos propuestos. Igualmente, la gamificación ofrece al alumno un entorno flexible donde ellos mismos pueden tomar decisiones y asumir la responsabilidad de sus acciones. Además, a lo largo del juego los alumnos se enfrentarán a desafíos que requieren de pensamiento crítico y habilidades de resolución de problemas colaborando entre ellos.
- **Competencia digital:** los alumnos desarrollan esta competencia ya que en muchas actividades utilizan dispositivos digitales como la pizarra digital o las tables, para poder acceder a los recursos educativos proporcionados por el docente. Además, para gamificar esta propuesta se ha utilizado la herramienta ClassDojo por donde tanto el docente como los alumnos y familias se pueden

conectar y ver el progreso de los estudiantes. En esta aplicación tanto los alumnos como el maestro irán publicando videos y fotos de todo lo que están trabajando en la asignatura de educación física.

- **Competencia ciudadana:** esta competencia se desarrolla en todas las actividades ya que se fomenta el respeto entre los alumnos a la hora de realizarlas. Además, la mayoría de los desafíos incluyen elementos que promueven el trabajo en equipo y la colaboración donde cada alumno se siente valorado y respetado por los demás. También, se fomenta la empatía a través de juegos de imitación o dramatización de situaciones que involucran distintas emociones ayunado a los alumnos a comprender y respetar los sentimientos de los demás. Igualmente, esta propuesta involucra a los alumnos a tomar decisiones dentro del contexto permitiéndoles expresar sus opiniones.

Estas competencias no son solo importantes para el contexto escolar, sino que también preparan a los estudiantes para enfrentarse a los desafíos del mundo real y ser ciudadanos activos y competentes.

#### 4.4.2 Competencias específicas:

Las competencias específicas son las habilidades, conocimientos y destrezas que los alumnos deben adquirir en áreas específicas del currículo escolar. En este caso se va a nombrar aquellas competencias que estén relacionadas con el área de Educación Física centrándose en el segundo ciclo. Según el *DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria*, estas competencias son las siguientes:

- Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.
- Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de los participantes, para contribuir a la convivencia.
- Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

#### 4.5 Temporalización:

Esta propuesta se desarrollará a lo largo del tercer trimestre, estructurada en diez sesiones que se llevaran a cabo dentro del periodo de 45 minutos correspondientes a la clase de Educación Física. Las sesiones se dividirán de la siguiente manera contando

con que en el currículo de educación primaria hay tres horas a la semana de educación física (Anexo 4):

- **Sesión 1:** *Bienvenida a la escuela de sustos*: durante la segunda semana del mes de mayo.
- **Sesión 2:** *Gestos S.A.*: durante la primera semana del mes de mayo.
- **Sesión 3:** *Gestos S.A.*: durante la primera semana del mes de mayo.
- **Sesión 4:** *Dance monsters 1*: durante la segunda semana del mes de mayo.
- **Sesión 5:** *Dance monsters 2*: durante la segunda semana del mes de mayo.
- **Sesión 6:** *Taller de danza*: durante la segunda semana del mes de mayo.
- **Sesión 7:** *3...2...1...impro monstruosa*: durante la tercera semana del mes de mayo.
- **Sesión 8:** *3...2...1...impro monstruosa*: durante la tercera semana del mes de mayo.
- **Sesión 9:** *Taller de improvisación teatral*: durante la tercera semana del mes de mayo.
- **Sesión 10:** *Prueba final de sustos*: durante la cuarta semana del mes de mayo.

#### 4.6 Metodología:

La propuesta de intervención creada se fundamenta en principios didácticos que buscan promover un aprendizaje significativo, adoptando un enfoque constructivista a través de la gamificación utilizando las TICS como herramienta principal. Con esta metodología, el objetivo principal es desarrollar la expresión corporal de los estudiantes alejándose de los métodos tradicionales de enseñanza que carecen de motivación. Es bastante importante que la metodología que el docente emplee en sus actividades sea estimulante, promueva el trabajo en equipo y la integración, y sea activa en el proceso de enseñanza-aprendizaje, teniendo en cuenta las necesidades educativas de cada alumno. Además, se utilizan otros estilos de enseñanza destacando el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

Como se ha mencionado anteriormente, la metodología utilizada será la gamificación estructural o profunda, ya que se implementará en varias sesiones (Martínez Franco, 2017). Además, se utilizará una gamificación tanto interna como externa: interna, porque busca aumentar la motivación del alumnado, y externa, porque fomenta la participación del alumno en el contenido que se quiere impartir (Werbach y Hunter, 2012).

Para llevar a cabo esta metodología, se han utilizado los tres elementos clave según Werbach y Hunter. Primero, dentro de la dinámica se utiliza la narrativa, ya que toda la propuesta se basa en la narrativa de "Monstruos University" para crear un contexto atractivo en el que los alumnos se sientan parte de la historia. También se emplea la progresión, con tres niveles de dificultad creciente para el contenido que se quiere trabajar. En segundo lugar, en cuanto a la mecánica, se incluye la competición, ya que los alumnos deben trabajar en diferentes equipos y competir entre ellos para obtener el "Diploma de Sustos". También se proporciona retroalimentación constante durante la

realización de las actividades. Los desafíos están presentes con objetivos claros y específicos que los alumnos deben alcanzar en cada sesión. Las recompensas se otorgan diariamente en función del desempeño de cada alumno y del equipo. También se fomenta el trabajo en equipo, asegurando que todos los alumnos participen en las actividades. En tercer lugar, los componentes imprescindibles para crear una actividad gamificada incluyen avatares, misiones, puntos y tablas de clasificación. Cada alumno debe crear su propio avatar para pertenecer a la "Escuela de Sustos". En cada sesión, se realizan diferentes juegos donde los alumnos obtienen puntos según su desempeño. Al finalizar cada sesión, se distribuyen puntos (tanto positivos como negativos) para que los alumnos puedan hacer un seguimiento y recibir recompensas. Se utilizará la aplicación ClassDojo para que los alumnos puedan ver qué equipo va obteniendo más puntos y en qué posición está su equipo.

Hablando sobre los estilos de enseñanza, en esta propuesta se han utilizado dos. Por un lado, el descubrimiento guiado consiste en que el profesor presenta la actividad como un desafío que debe ser completado por los estudiantes a través de retos. Por otro lado, se utiliza la resolución de problemas ya que algunas actividades los alumnos las tienen que realizarlas tomando decisiones sobre cómo superarlas buscando las estrategias más adecuadas para cada solución. Por su parte, el docente debe aceptar sus respuestas y proporcionarles un refuerzo positivo durante la realización de los desafíos propuestos.

Además, cabe destacar la importancia de implementar aspectos metodológicos como la motivación y el establecimiento de normas de comportamiento en cada propuesta. La motivación es un aspecto fundamental en la gamificación, por lo que la propuesta debe promover y fomentar este principio mediante una temática y narrativa que mantenga el interés y la motivación de los alumnos a lo largo de este proceso. Además, como anteriormente se ha mencionado, otros de los aspectos importantes son las normas de comportamiento siendo estas fundamentales durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. El docente debe establecer y justificar estas normas para fortalecer la convivencia, la relaciones entre los estudiantes, el apoyo mutuo, el trabajo en equipo y la tolerancia dentro del aula.

Finalmente, para llevar a cabo esta propuesta se va a utilizar como recurso principal la plataforma llamada ClassDojo<sup>1</sup>. En esta plataforma, los alumnos podrán crear su propio avatar, asignándolos a los diferente grupos o equipos de monstruos que se van a crear (Anexo 5). Además, utilizaremos esta aplicación para mantener actualizadas las puntuaciones que van obteniendo cada estudiante durante las sesiones. Esta puntuación la irán obteniendo tanto de manera individual como de manera grupal, pudiendo ser positiva o negativa. A través de esta herramienta, tanto el docente como los alumnos y las familias podrán ir siguiendo el progreso que loa estudiantes vayan realizado a lo largo de la propuesta permitiéndoles participar activamente. También, en

---

<sup>1</sup> ClassDojo: <https://www.classdojo.com/es-es/>

foro de esta plataforma, el docente subirá la programación que van a realizar los alumnos durante ese mes, los premios que los estudiantes pueden conseguir ese día y videos y fotos que vayan realizando de las actividades. Además del recurso mencionado anteriormente se utilizará un equipo de sonido para las actividades en las cuales se necesita música, una pizarra digital para utilizar la plataforma mencionada anteriormente y material creado por el docente (como cartas, tablero, tarjetas...).

Por último, es importante resaltar, que antes de realizar esta propuesta nos pondremos en contacto con los padres para contarles de que trata y como se va a llevar a cabo en el aula, ya que necesitamos su consentimiento y autorización para que sus hijos puedan salir en los videos y las fotos que iremos realizando a lo largo de las actividades para colgarlos en el foro de ClassDojo.

#### **4.7 Desarrollo de las sesiones:**

En este apartado se hablará sobre la presentación de la temática e historia que se ha decidido escoger detallando su organización y el sistema de puntuación que se va a llevar a cabo. Además, se desarrollarán las actividades que los alumnos deben realizar.

La presente propuesta gamificada se titula la “Escuela de Sustos” inspirada en la película de Disney-Pixar “Monsters University”. La elección de esta película como temática principal de esta propuesta se fundamenta en su capacidad para reflejar los valores de trabajo en equipo y superación personal, independientemente de las opiniones ajenas, los cuales son aspectos que buscamos fomentar en nuestros alumnos. Además, a lo largo de esta película se puede ver como los personajes se enfrentan a varios desafíos o retos para conseguir ser reconocidos como los monstruos más aterradores del campus. La “Escuela de Sustos” se ha puesto en contacto con los alumnos para que formen parte de ella, ya que están buscando al mejor equipo de sustos de la comarca y de esa manera poder conseguir el diploma de sustos. Para ello, en la mayoría de las actividades creadas, los alumnos deberán trabajar en equipo para conseguir cumplir los desafíos propuestos. Además, las puntuaciones que vayan adquiriendo individualmente será otra de las maneras de contribuir al éxito del grupo.

La presentación de esta propuesta se realiza mediante una carta ficticia (Anexo 6) escrita por la directora de la “Escuela de Sustos” pidiendo colaboración a los alumnos para ayudar a Mike Wazowski, Sullyvan, Art, Randall, Scott y Terry. Esta carta será entregada por el supervisor de la “Escuela de Sustos” (Anexo 7), quien acompañará a los alumnos en esta aventura supervisando todas las actividades que realicen para poder ver si de verdad están preparados para estar en esta escuela. Antes de leer la carta entre todos se les explicara a los alumnos quienes son estos personajes y en que consiste la “Escuela de Sustos”. En la carta, la directora anima a los alumnos a trabajar junto a los protagonistas para obtener el “Diploma de Sustos”, el cual certificara que son el mejor equipo de sustos de la comarca.

Respecto a los desafíos que los alumnos deben realizar, la mayoría incluyen actividades grupales, pero, como se ha mencionado anteriormente, los puntos que vayan adquiriendo individualmente también contribuyen al éxito del grupo. Como se ha

mencionado anteriormente, cada sesión durará 45 minutos y, excepto la sesión 6 y la sesión 9, todas tendrán lugar en el pabellón deportivo del centro educativo donde se imparte la asignatura de Educación física. Por otro lado, la propuesta contiene tres niveles: nivel 1 (gestos S.A), nivel 2 (dancing monsters) y nivel 3 (3...2...1...impro monstruosa), abarcando dos sesiones cada uno. Después de completar cada nivel, los alumnos deberán realizar una evaluación personal para reflexionar sobre su participación en ese nivel.

En relación con la dinámica de los alumnos, se organizarán en grupos. Durante la primera sesión se formarán seis grupos, cada uno compuesto por cuatro personas, asignándoles el nombre de los diferentes monstruos que han mencionado en la carta. La formación de estos grupos será realizada por el docente para garantizar una distribución equitativa.

En cuanto a las sesiones, al empezar y acabar cada actividad los alumnos deberán anotar en la plataforma de ClassDojo la emoción que están sintiendo individualmente (Anexo 8). Además, durante las actividades, cada grupo acumulará puntos y recibirán recompensas según la cantidad de puntos obtenidos. Estos puntos los irán consiguiendo los alumnos dependiendo de las insignias (positivas o negativas) que consigan durante las actividades que completarán ese día (Anexo 9). Todos ellos se irán anotando mediante la plataforma de ClassDojo. Cuantos más puntos acumulen, mejores serán las recompensas. Estas recompensas se dan según los puntos que consigan ese mismo día. Solo los cuatro mejores grupos podrán disfrutar de ellas. Estas recompensas son las siguientes (Anexo 10):

- El primer grupo con más puntos tendrá el privilegio de elegir la recompensa que más les gusta a todos los miembros del equipo.
- El segundo grupo con más puntos podrá realizar un *trend* con la canción que más les guste relacionado con lo que han visto durante esa clase. Los demás alumnos deberán unirse a ese *trend* durante la semana subiendo el video al foro de ClassDojo. Además, ganarán 10 puntos para el equipo que se sumarán al instante.
- El tercer grupo con más puntos podrá elegir dos canciones para empezar la actividad del día siguiente. Además, conseguirán 5 puntos para su equipo.
- El cuarto grupo ganará una “vida monstruosa” para todo el equipo. Esta vida les permitirá cambiar de tarjeta (en los juegos de estos corporales), cambiar de canción (en los juegos de baile) y cambiar de tema (en los juegos de improvisación teatral) solo una vez. De esta manera todos los miembros de equipo se tendrán que poner de acuerdo para saber cuándo utilizarla.

Al finalizar la propuesta, se entregará a todos los alumnos una pequeña figura del monstruo que hayan representado. El equipo con mayor acumulación de puntos recibirá, además de la figura, el “Diploma de Sustos” (Anexo 11). Los demás equipos recibirán una pequeña insignia como reconocimiento por su participación y esfuerzo (Anexo 12).

Finalmente, es importante mencionar que antes de llevar a cabo esta propuesta se solicitara la colaboración de los demás docentes. Se les pedirá que, durante los momentos de descanso o en algunas asignaturas, proyecten la película mencionada anteriormente para familiarizar a los alumnos con la temática de la propuesta.

- **Sesión 1:** *Bienvenida a la Escuela de Sustos*

El objetivo principal de esta sesión será introducir a los alumnos los contenidos que vamos a ir trabajando a lo largo de las siguientes sesiones. Al comienzo, los alumnos se sentarán en el suelo frente a la pantalla para iniciar la presentación de la propuesta que se llevara a cabo durante el próximo mes.

En primer lugar, se narrará la historia de la carta mencionada anteriormente, que será mostrada para que todos la lean juntos. Posteriormente, se les presentará la plataforma ClassDojo para que nombren a sus avatares y se formen los grupos (Anexo 13). Los nombres de los avatares se crearán utilizando la inicial del nombre de cada alumno para proteger su privacidad. Los estudiantes podrán observar que al principio sus avatares son huevos, los cuales darán vida accediendo a la plataforma a través del teléfono de sus padres para poder personalizarlos según sus preferencias (se les enviara un correo a los padres para que les permitan crear sus avatares en casa más tarde). Aquellos alumnos que no tengan acceso a recursos tecnológicos en casa podrán crear sus avatares en clase utilizando la pizarra digital con la ayuda del maestro.

Una vez asignados los nombres a cada grupo, se entregará a cada alumno una tarjeta de identificación (Anexo 14) y un cuestionario (desarrollado en el apartado de evaluación) que tendrán que realizar para poder acceder a la “Escuela de Sustos”. Cada tarjeta tiene un rol diferente que el alumno deberá cumplir durante la propuesta. Estas tarjetas se irán rotando dentro del mismo grupo a lo largo de las cuatro semanas que dura la propuesta, para que todos los miembros de ese grupo puedan ejercer los mismos roles.

Para concluir la sesión, se reproducirán canciones conocidas para que los alumnos comiencen a familiarizarse con la expresión corporal, expresando y bailando libremente lo que les trasmite cada canción.

- **Sesión 2:** *Gestos S.A*

El objetivo principal es trabajar la expresión corporal para prevenir la gelotofobia utilizando los gestos corporales. Antes de comenzar esta sesión, los alumnos registraran en la plataforma ClassDojo, utilizando la pizarra digital con ayuda del profesor, la emoción que están experimentando antes de realizar la actividad. Para calentar, se seleccionará al azar dos canciones conocidas por los estudiantes, quienes se moverán por todo el espacio expresándose con el cuerpo según lo que la música les transmita.

A continuación, la clase se dividirá en los seis grupos previamente creados, cada uno representando a un monstruo diferente. En esta actividad se utilizarán las cartas del juego "Generación Mimos" (Anexo 15). Cada estudiante recibirá tres cartas y deberá



transmitir la palabra correspondiente a través de la mímica y la expresión corporal, mientras sus compañeros intentan adivinarla. Para evitar que vean la palabra, esta se colocará en la cabeza del estudiante con una cinta o sujetándola con la mano. Cada alumno tendrá dos minutos (que se medirán con relojes de arena) para que sus compañeros adivinen la palabra, sumando puntos por cada carta adivinada.

Una vez que todos los miembros del equipo hayan interpretado sus cartas, intercambiarán cartas con el equipo vecino y continuarán la dinámica hasta que todos los equipos hayan intercambiado todas las cartas repartidas al principio. Como variante, se utilizarán las cartas rojas con un rayo (Anexo 15), donde cada equipo escogerá al azar una carta que impondrá una condición adicional para realizar la mímica.

Al finalizar la sesión, se sumarán los puntos obtenidos por cada equipo a través de la plataforma ClassDojo. Los estudiantes también registrarán la emoción que experimentaron al finalizar la actividad. Además, se otorgarán recompensas a cada grupo según los puntos obtenidos.

### - **Sesión 3:** *Gestos S.A*

El objetivo principal es trabajar la expresión corporal para prevenir la gelotofobia utilizando los gestos corporales. Para iniciar esta sesión, seguiremos el mismo procedimiento que anteriormente. Los estudiantes comenzarán registrando la emoción que sienten antes de realizar la actividad. El equipo que haya obtenido la recompensa de elegir canción será responsable de seleccionar dos canciones para comenzar. Cada equipo, conformado por cuatro alumnos, se dividirá en parejas dentro del mismo grupo. Una vez divididas las parejas, se explicará la actividad.

Cada pareja se posicionará en un tablero inspirado en el juego tradicional "oca" (Anexo 16) y utilizará las cartas del juego "Tabú" (Anexo 17). En cada tablero habrá tres parejas, y las puertas del tablero corresponderán, por color, a una de las cartas del juego "Tabú". Los alumnos lanzarán los dados y se moverán a una puerta según el número obtenido. En cada puerta, deberán tomar una carta del color correspondiente y uno de los estudiantes imitará la palabra de la carta seleccionada.

Por cada palabra acertada, la pareja sumará un punto; en caso de fallar, la carta se devolverá al montón. Si los alumnos llegan a una puerta donde se encuentre un monstruo, deberán dirigirse directamente a la puerta donde esté ese mismo monstruo. La pareja que llegue primero a la puerta de Boo obtendrá 30 puntos, la segunda pareja 20 puntos y la tercera pareja 10 puntos. Estos puntos se sumarán a los obtenidos por las cartas acertadas y por los miembros de su equipo en otros tableros, ya que la puntuación es por equipos.

Al finalizar la sesión, se realizará un recuento de puntos por equipo, los cuales se registrarán en la plataforma de ClassDojo. Se entregarán recompensas a los grupos correspondientes y cada alumno anotará en esta misma plataforma la emoción que siente al terminar la actividad. Además, deberán realizar su autoevaluación, ya que con esta actividad finaliza el nivel 1.

- **Sesión 4:** *Dance monsters 1*

El objetivo principal es trabajar la expresión corporal para prevenir la gelotofobia mediante el baile. Los estudiantes comenzarán esta sesión registrando en la plataforma ClassDojo cómo se sienten emocionalmente antes de comenzar. Luego, se moverán libremente por el espacio al ritmo de las canciones seleccionadas por el equipo que ganó la recompensa en la sesión anterior. Durante esta fase, estarán atentos a las instrucciones del profesor, quien indicará cuántos grupos deben agruparse sin dejar de bailar.

Después, el maestro guiará a los alumnos en una clase de baile, mostrándoles diferentes formas de expresión corporal según el tipo de música. Realizará una variedad de movimientos que abarcarán distintos ritmos y géneros musicales para que los estudiantes puedan experimentar y aprender.

Al finalizar la sesión, se registrarán los puntos acumulados durante el día y se entregarán las recompensas correspondientes a cada grupo. También se registrará la emoción que los alumnos hayan experimentado al finalizar la actividad para mantener un seguimiento de su progreso y bienestar emocional. Todo esto mediante la plataforma mencionada anteriormente.

- **Sesión 5:** *Dance monsters 2*

El objetivo principal de esta sesión es trabajar el miedo escénico mediante el baile. La sesión comenzará de manera similar a las anteriores, con los estudiantes registrando sus emociones en la plataforma antes de empezar. Luego, el grupo que ganó la recompensa de elegir canciones en la clase anterior seleccionará dos canciones para que todos los alumnos se muevan y bailen en el espacio. También se aplicará la variante de indicar en voz alta cuántos estudiantes deben juntarse mientras siguen bailando.

Después, los alumnos tendrán toda la hora para crear una pequeña coreografía con la canción que elegía en equipo. La coreografía no tiene que cubrir toda la canción, pero se les pedirá que todos participen y cada uno aporte un paso para formarla. Además, tiene que ser original.

Al finalizar la sesión, se calcularán los puntos obtenidos ese día y se entregarán las recompensas correspondientes. Además, los estudiantes registrarán en la plataforma la emoción que experimentaron al terminar la actividad para mantener un seguimiento de su bienestar emocional. Todo esto apuntará mediante la plataforma de ClassDojo.

- **Sesión 6:** *Taller de danza*

El objetivo de este taller es concienciar a los alumnos de la importancia que tiene la expresión corporal. Previamente a la realización de esta sesión, se establecerá contacto con la escuela de danza conocida como Wosap Dance Studio. Esta escuela se asoció hace unos años con la Universidad Camilo José Cela para ofrecer un título de Danza Urbana y Moderna, formando bailarines y futuros profesores de danza.

Una vez establecido el contacto con esta escuela de danza, se solicitará su participación en este proyecto para que los alumnos tengan la oportunidad de interactuar con profesionales del ámbito de la danza. Se les pedirá que envíen a un grupo de danza al colegio para ofrecer una charla sobre la importancia de la danza como medio para expresar sentimientos y emociones.

Este taller está programado para que dure tres horas y se realizará en el pabellón deportivo donde se imparte la asignatura de Educación física. Durante la primera hora, el grupo de baile visitante ofrecerá una breve y dinámica presentación sobre la relevancia de la danza y como superar el miedo a hacer el ridículo a la hora de subirse a un escenario o simplemente expresar con el propio cuerpo. De esta manera se va a concienciar de que hay diferentes formas de expresar lo que uno mismo siente sin pensar en hacer el ridículo. En la segunda hora, los alumnos participaran en una clase de danza para niños, guiada por estos expertos en el arte del baile. Por último, después de la charla ofrecida por los bailarines, en la tercera hora, llevaremos a cabo una sesión conjunta para compartir las impresiones de los alumnos sobre el taller.

Posteriormente, procederemos a asignar puntos a los grupos en función de su participación durante la actividad con los bailarines. Además, los alumnos tendrán que anotar la emoción que han sentido durante esta actividad. También deberán realizar la autoevaluación final, ya que con esta actividad finaliza el nivel 2.

- **Sesión 7: 3...2...1...*Impro monstruosa***

El objetivo de esta sesión es trabajar la improvisación para perder el miedo al ridículo. La sesión seguirá la misma dinámica que se ha descrito en las actividades anteriores. Para comenzar, los alumnos registrarán en la plataforma la emoción que están experimentando antes de comenzar la actividad. Luego, el grupo que ganó la recompensa de elegir la canción en la clase anterior seleccionará dos canciones para que todos los estudiantes puedan bailar mientras se desplazan por el espacio.

Después, se proyectará en la pizarra digital un vídeo de improvisación realizado por estudiantes de primaria de otros colegios para que los alumnos puedan tener una idea de qué se trata la improvisación. Luego, trabajaremos juntos para que los estudiantes se inicien en la improvisación, soltándose gradualmente con la ayuda del profesor y de sus compañeros.

Para concluir esta sesión, se calcularán los puntos obtenidos de cada grupo en función de su participación y comportamiento en clase, y se distribuirán las recompensas correspondientes. Además, se les pedirá que registren la emoción que están experimentando al finalizar la sesión para mantener un seguimiento de su estado emocional. Todo esto se registrará en la plataforma ClassDojo.

- **Sesión 8:** *3...2..1... Impro monstruosa*

El objetivo de esta sesión es trabajar la improvisación teatral para perder el miedo escénico. Igual que en las sesiones anteriores, los alumnos comenzarán la clase registrando en la plataforma ClassDojo las emociones que experimentan antes de realizar la actividad. Luego, se moverán por el espacio sin dejar de bailar, expresándose libremente al ritmo de las canciones elegidas por el grupo que obtuvo la recompensa en la clase anterior.

A continuación, se organizará a los alumnos en sus grupos pequeños correspondientes y tendrán que improvisar entre ellos durante 15 minutos para que puedan comprenderse mejor. Después de permitirles practicar con una temática que el profesor anunciará en voz alta, todos se reunirán nuevamente con el profesor para representar la temática indicada por grupos pequeños delante de los compañeros. Estas temáticas serán simples para que los alumnos puedan entenderlas fácilmente.

Para finalizar, los alumnos deberán registrar en la plataforma la emoción que experimentan al concluir la sesión. Además, se distribuirán los puntos obtenidos durante la actividad en función de su comportamiento y participación, y se otorgarán las recompensas correspondientes.

- **Sesión 9:** *Taller de improvisación*

El objetivo de esta sesión es llevar a la realidad lo que los alumnos han podido trabajar en clase. Esta sesión ocupará toda la mañana, ya que requerirá que nos desplazemos en autobús hasta el lugar donde se llevará a cabo el taller. Antes de realizarlo, el docente se pondrá en contacto con la empresa llamada "Escuela ChiquiJamming" ubicada en Madrid. Una vez que la empresa esté de acuerdo y nos asigne un día, se enviará a los alumnos una autorización para que los padres la firmen, indicando su consentimiento para que los niños participen en esta excursión y procedan al pago correspondiente.

La excursión se llevará a cabo en una sala o teatro en la capital de Madrid. Allí, los alumnos podrán disfrutar de un espectáculo de improvisación teatral en vivo y participar en un taller donde podrán experimentar y aprender más sobre la improvisación. También tendrán la oportunidad de visitar el teatro por dentro y conocer su funcionamiento.

Al finalizar la sesión, en el autobús, los alumnos compartirán sus impresiones y opiniones sobre el taller. Además, se les entregará una autoevaluación correspondiente a ese nivel, ya que con esta excursión se dará por concluido.

Es importante destacar que esta excursión está diseñada para que los alumnos puedan presenciar la improvisación realizada por profesionales, así como comprender la importancia de la expresión corporal, tal como se ha enseñado en clase junto al docente.

- **Sesión 10: Prueba final de sustos**

El objetivo de esta sesión es evaluar el progreso de cada alumno en relación con los contenidos trabajados en sesiones anteriores. Como en las sesiones previas, los alumnos comenzarán registrando las emociones que sienten en ese momento antes de iniciar la actividad.

Para cumplir este objetivo, hemos diseñado un "Trivial monstruoso" utilizando la aplicación "Genially". En este juego, los alumnos no recolectarán "quesitos" como en el Trivial tradicional, sino que acumularán "barritas" para poder completar su "Tanque de Sustos". Cada "barrita" representa una categoría diferente que corresponde con los niveles trabajados a lo largo de esta propuesta, cada una de un color distinto (Anexo 18). Cada casilla del tablero contiene un reto que los alumnos deberán ir superando, dependiendo del color de la categoría que indique (Anexo 19). Algunos retos se realizarán utilizando las cartas del Anexo 15. Solo podrán conseguir una "barrita" si caen en una casilla del color correspondiente a la categoría con un "Tanque de Sustos" amarillo (Anexo 20). Además, deberán superar el reto asignado a esa casilla. La ficha de cada equipo será el monstruo que representan (Anexo 20).

El equipo que consiga llenar su "Tanque de Sustos" será quien gane esta prueba. Sin embargo, esto no garantiza automáticamente el diploma de sustos. Para determinar qué equipo obtiene el diploma, se hará un recuento de puntos basándose en la cantidad de barritas conseguidas en la última prueba. Los equipos que obtengan tres barritas sumarán 30 puntos, los que consigan dos barritas sumarán 20 puntos, los que obtengan una barrita sumarán 10 puntos y los que no consigan ninguna, sumarán 0 puntos.

De esta forma, no solo se premiará la capacidad de completar la prueba final, sino también el esfuerzo y el progreso mostrados a lo largo de todas las sesiones.

#### **4.8 Atención a la diversidad:**

El artículo 16 del Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, destaca la importancia de garantizar una educación inclusiva y de calidad para todos los estudiantes, especialmente aquellos con necesidades específicas. Debido a esto, se hace hincapié en la detección temprana de estas necesidades y en la implementación de medidas de apoyo y refuerzo para evitarlo. Además, los centros educativos deben establecer regulaciones para poder responder a las necesidades educativas individuales de los estudiantes, considerando sus diferentes estilos de aprendizaje.

Para poder cumplir lo mencionado anteriormente, todas las actividades de esta propuesta están diseñadas siguiendo los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), como se describe en el documento del Ministerio de Educación y Formación Profesional titulado *Diseño Universal para el Aprendizaje: un modelo teórico-práctico para una educación inclusiva de calidad* (Alba Pasto, 2018). Este concepto tiene su origen en el Diseño Universal (DU), creado por el arquitecto Ron Mace, quien propuso la idea de diseñar productos y entornos que puedan ser utilizados

por el mayor número de personas posibles, sin necesidad de hacer adaptaciones específicas.

Aplicado al ámbito educativo, este concepto proporciona una herramienta esencial para responder a la diversidad en las aulas, considerando las diferentes capacidades, preferencias de aprendizaje, intereses, motivaciones, culturas, lenguas, niveles socioeconómicos, identidades sexuales y estructuras familiares. De esta manera, los docentes deben tener en cuenta esta diversidad al planificar sus intervenciones, alejándose de los modelos tradicionales que se centran en un estudiante promedio.

Las propuestas educativas basadas en el DU buscan responder a la diversidad de todos los estudiantes. Una de estas propuestas es el DUA. Según Rose, Meyer y Hitchcock (2005) este modelo tiene como objetivo reformular la educación ofreciendo un marco conceptual y herramientas que faciliten el análisis y evaluación de los diseños curriculares y las prácticas educativas. Además, este modelo busca identificar barreras al aprendizaje y promover propuestas de enseñanza inclusivas. A diferencia del diseño rígido y uniforme, el DUA plantea un marco flexible para desarrollar propuestas curriculares (objetivos, evaluación, metodologías y recursos) que respondan a las diferentes necesidades y capacidades del alumnado.

Respecto a esta propuesta de expresión corporal gamificada, el DUA se aplica para garantizar que todas las actividades sean accesibles y atractivas para todos los alumnos. Siguiendo este modelo, se ha diseñado un marco flexible que permite a cada alumno participar plenamente, independientemente de sus capacidades. Este enfoque inclusivo asegura que todos los alumnos puedan disfrutar y beneficiarse de las actividades de expresión corporal, motivados por la narrativa y los elementos de gamificación que se han incorporado. Además, se utiliza muchas imágenes y ejemplos visuales para que todos los alumnos lo puedan comprender.

#### **4.9 Evaluación:**

La evaluación es una parte esencial en el proceso educativo y es importante tanto para el estudiante como para el profesor. Esta sirve para medir el desempeño de los estudiantes y determinar si han alcanzado los objetivos de aprendizaje. Además, identifica las fortalezas y debilidades de los estudiantes, proporcionando retroalimentación para mejorar su rendimiento.

En esta propuesta se utilizan dos tipos de evaluación: la formativa y la sumativa (Tapia et al, 2023). Según Ren et al. (2021) ambas son fundamentales en el proceso educativo, utilizándose la evaluación formativa, para supervisar el progreso del estudiante durante el aprendizaje proporcionando una retroalimentación para mejorar su desempeño y la evaluación sumativa, para evaluar el rendimiento global del estudiante. Además, en un estudio llevado a cabo por el autor Bourgonjon et al. (2017), demostró que la gamificación es una técnica efectiva para la evaluación formativa, ya que no solo mejora el rendimiento de los alumnos, sino también su motivación.

Para ello, se llevará a cabo un proceso de evaluación que incluirá cuestionario inicial, evaluación continua, autoevaluación de los alumnos y evaluación del docente. A continuación, se detallará los momentos mencionados anteriormente.

- **Evaluación inicial:** para entender el nivel de conocimiento y la percepción de los estudiantes sobre la expresión corporal al inicio de esta propuesta, se realizará una evaluación inicial. Esto nos permitirá definir con claridad los objetivos que deseamos lograr y los temas en lo que enfocarnos. Durante la primera actividad, una vez que los grupos estén formados, proporcionaremos a los estudiantes un cuestionario junto a las tarjetas de roles, que deberán completar y entregar al docente. Las preguntas serán simples y estarán relacionadas con el contenido que se abordarán en la propuesta (Anexo 21).
- **Evaluación continua:** durante los desafíos y actividades propuestas se llevará a cabo una evaluación continua del alumnado mediante la observación directa. Esas observaciones se irán registrando, junto a los alumnos, en la plataforma de ClassDojo al finalizar cada sesión, ya que esas anotaciones se irán convirtiendo en puntos individuales y grupales para los estudiantes. Todo esto tiene como objetivo realizar un seguimiento del proceso y estar preparados para realizar modificaciones y adaptaciones según sea necesario. Los criterios de evaluación se van a dividir en dos categorías: positivos y negativos. Los criterios positivos sumaran puntos a los alumnos, sin embargo, los criterios negativos restaran puntos a los alumnos tanto de forma individual como grupal (Anexo 9).
- **Evaluación final del docente:** para evaluar individualmente a cada alumno, se empleará una rubrica específica (Anexo 22) para cada objetivo de la propuesta, la cual indicará el nivel de competencias alcanzado por cada estudiante. Asimismo, se considerará las autoevaluaciones que los alumnos completaran al finalizar cada nivel (Anexo 23).

## 5 Conclusiones.

Este apartado pone fin a un proceso de investigación y desarrollo enfocado en una propuesta innovadora para abordar un tema crucial en el ámbito educativo: la prevención del miedo a hacer el ridículo a través de actividades gamificadas de expresión corporal. A lo largo de este trabajo se ha podido explorar a fondo la naturaleza de la gelotofobia, comprendiendo sus implicaciones emocionales y psicológicas, así como su impacto en el bien estar de cada alumno.

La propuesta de intervención que se ha diseñado se fundamenta en la combinación de dos elementos esenciales: la gamificación y la expresión corporal. Por un lado, la gamificación, como estrategia pedagógica, ofrece un enfoque motivador y lúdico para el aprendizaje, fomentando la participación activa. Por otro lado, la expresión corporal emerge como una herramienta poderosa para cultivar la autoconfianza, la autoexpresión y la gestión emocional.

Durante este trabajo, se han establecido objetivos específicos dirigidos a promover habilidades de comunicación no verbal, fortalecer la autoestima y la

confianza en uno mismo, y proporcionar estrategias efectivas para enfrentarse al miedo que muchos alumnos tienen a la hora de hacer el ridículo. Estos objetivos se fundamentan en una comprensión profunda de las necesidades y desafíos que enfrentan a los alumnos en su entorno escolar y social.

La propuesta que se ha creado ha requerido una cuidadosa planificación, proponiendo un enfoque participativo y colaborativo, donde los alumnos sean protagonistas de su propio proceso de aprendizaje, creando un ambiente seguro donde ellos mismos puedan expresar su creatividad y sus emociones de manera auténtica. Además, se ha prestado especial atención a la evaluación del impacto de la propuesta, considerando tanto los logros académicos como el desarrollo emocional y social de los alumnos. Para ello se ha diseñado mecanismos de evaluación formativa y sumativa que nos permitirá retroalimentar continuamente el proceso de enseñanza-aprendizaje y poder realizar ajustes según se vayan detectando necesidades especiales.

Por último, este trabajo pretende representar un avance significativo hacia la construcción de un entorno educativo inclusivo, donde cada alumno tenga la oportunidad de desarrollar plenamente su potencial y poder ser capaz de enfrentarse a diferentes desafíos. Esta propuesta no solo busca prevenir el miedo a hacer el ridículo, sino también conseguir desarrollar y trabajar habilidades y actitudes que acompañarán a los alumnos a lo largo de su vida, preparándolos para afrontar los desafíos que se vayan encontrando con valentía, creatividad y confianza en sí mismos. Además, se pretende concienciar a los docentes y futuros maestros de la importancia que tiene trabajar la expresión corporal en edades tempranas para que en un futuro no se convierta en un problema.

## 6 Referencias bibliográficas.

Alba Pastor, C. (2018a). «Diseño Universal para el Aprendizaje un modelo didáctico para proporcionar oportunidades de aprender a todos los estudiantes» <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/dam/jcr:c8e7d35c-c3aa-483d-ba2e-68c22fad7e42/pe-n9-art04-carmen-alba.pdf>

Alberto, G. A. L., & De Valladolid Facultad de Educación de Segovia, U. (2022). *Propuesta didáctica de educación emocional a través de la Expresión Corporal en Educación Primaria atendiendo al alumnado con necesidades educativas especiales (NEE)*. Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/53991>

DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria. (2022, 13 julio). Recuperado 20 de abril de 2024 [https://www.bocm.es/boletin/CM\\_Orden\\_BOCM/2022/07/18/BOCM-20220718-1.PDF](https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2022/07/18/BOCM-20220718-1.PDF)

Casaus, F. G., Muñoz, J. F. C., Sánchez, J. M., & Muñoz, M. C. (2020). La gamificación en el proceso de enseñanza-aprendizaje: una aproximación teórica. *Logía, educación física y deporte: Revista Digital de Investigación en Ciencias de la Actividad*



*Física y del Deporte*, 1(1), 16-24.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7643607>

Concepción, Á. G. I., & De la Educación Física Plástica y Musical, D. (2021c, julio 14). «*Salvar a Woody*». *Una Propuesta Educativa Gamificada*. Universidad de Cádiz. <http://hdl.handle.net/10498/25167>

Cornellà, Pere; Estebanell, Meritxell; Brusi, David. «Gamificación y aprendizaje basado en juegos». *Enseñanza de las Ciencias de la Tierra*, 2020, Vol. 28, Núm. 1, p. 5-19, <https://raco.cat/index.php/ECT/article/view/372920>.

CREMA, S. La paura di essere derisi: il ruolo della regolazione emotiva e della tipicità di genere percepita in adolescenti e preadolescenti. <https://hdl.handle.net/20.500.12608/40338>

De Sevilla Departamento de Psicología Social, U. (2013b). *El potencial de la gamificación aplicado al ámbito educativo*. idUS - Depósito de Investigación Universidad de Sevilla. <http://hdl.handle.net/11441/59067>

Ezquerro Rodríguez, R. (2020). Propuestas de gamificación en Educación Física. <http://hdl.handle.net/10902/19756>

Fernández, J. C. L. (2022). Valoración de los contenidos de Expresión Corporal por parte de los futuros maestros en la asignatura de Actividades Físicas Artístico-expresivas de la mención de Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (43), 205-214. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8053367>

Fernández-Rio, J., & Flores Aguilar, G. (2019). Fundamentación teórica de la Gamificación. *Gamificando la Educación Física. De la teoría a la práctica en educación primaria y secundaria*. <https://hdl.handle.net/11441/128643>

Francisco, A. C., & De Valladolid Escuela Universitaria de Educación, U. (2013b). *Educación Emocional a través de la Educación Física: Una propuesta para 3º ciclo de primaria*. Universidad de Valladolid. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/4581>

Gil-Quintana, J., & Prieto Jurado, E. (2020). La realidad de la gamificación en educación primaria. Estudio multicaso de centros educativos españoles. *Perfiles educativos*, 42(168), 107-123. <https://doi.org/10.22201/iisue.24486167e.2020.168.59173>

Lapuente Bandrés, L. (2019). La educación emocional a través de la expresión corporal. <http://hdl.handle.net/11162/194175>

Lorenzo, A. M. L. (2021). La Gamificación en Educación Física <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/24128>

Marí, M. L. (2020). La gamificación como estrategia metodológica para la inclusión en Educación Primaria. *III JORNADAS TECNOLOGÍA EDUCATIVA: MATERIALES Y ESTRATEGIAS*, 87. <https://hdl.handle.net/10550/76535>

Martínez-Franco, C. M. (2017). Gamificación en Educación Física: proyecto Súper Mario Bros. *Publicaciones didácticas*, 89, 148-152. <https://core.ac.uk/download/pdf/235854809.pdf>

Moreno, A. S., & Martínez, O. L. (2010). Gelotofobia: evaluación del miedo al ridículo en alumnos universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 289-298. <http://hdl.handle.net/10662/3127>

Olave Noguera, C. L., & Gómez Arenas, G. H. (2013). Evaluación del sentido del humor y su relación con variables psicológicas e indicadores clínicos en pacientes hospitalizados con trastornos del estado del ánimo. <https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/947>

Parra Lázaro, A. (2015). La comunicación corporal y la relación con las emociones mediante el desarrollo de una Unidad Didáctica de educación física orientada a tercer ciclo de educación Primaria. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/16015>

Pérez Gallardo, E., & Gértrudix Barrio, F. (2021). Ventajas de la gamificación en el ámbito de la educación formal en España. Una revisión bibliográfica en el periodo de 2015-2020. *Contextos educativos: revista de educación*. <https://doi.org/10.18172/con.4741>

Prado Méndez, S. (2021). La canalización de las emociones a través de la educación artística en la etapa de Infantil. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/49012>

Romero Calonge, S. (2018). La expresión corporal en Educación Infantil. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/34955>

Ros, N. (2003). Expresión corporal en educación: aportes para la formación docente. *Revista Iberoamericana De Educación*, 33(2), 1-10. <https://doi.org/10.35362/rie3322967>

Taguada Mamarandi, Y. M., & Toapanta Toapanta, J. F. (2024). *Talleres de juego-trabajo para fortalecer la expresión corporal en los niños en educación inicial* (Bachelor's thesis, Ecuador: Pujili: Universidad Técnica de Cotopaxi (UTC)). <http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/12182c>

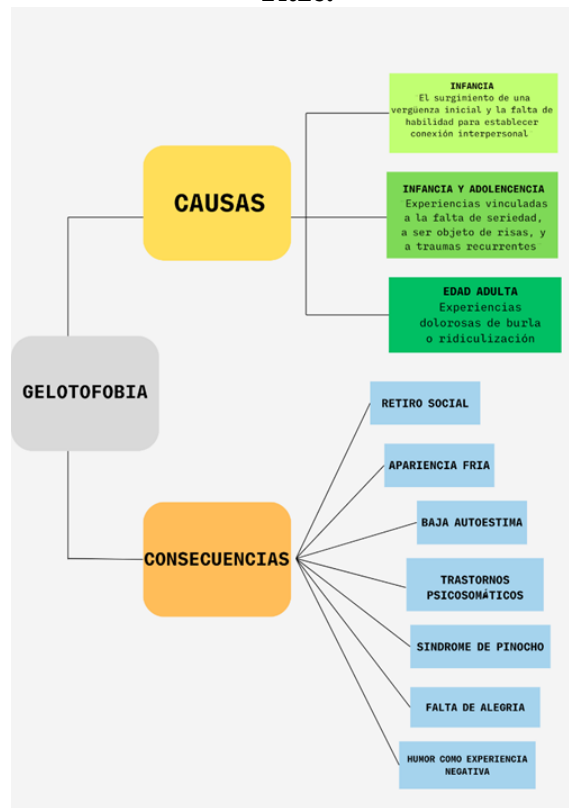
Tapia, P. T. C., Soria, J. E. Y., Vásquez, N. M. C. S., Robayo, D. A. C., & Moposita, C. M. S. (2023). Evaluación formativa y sumativa en el Proceso Educativo: Revisión de Técnicas Innovadoras y sus efectos en el Aprendizaje Del Estudiante. *Ciencia Latina*, 7(2), 1478-1497. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i2.5414](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.5414)

Torres Marín, J. (2023). Gelotofobia: evaluación, correlatos de personalidad y procesamiento de la información socioafectiva del rostro. <https://hdl.handle.net/10481/80966>

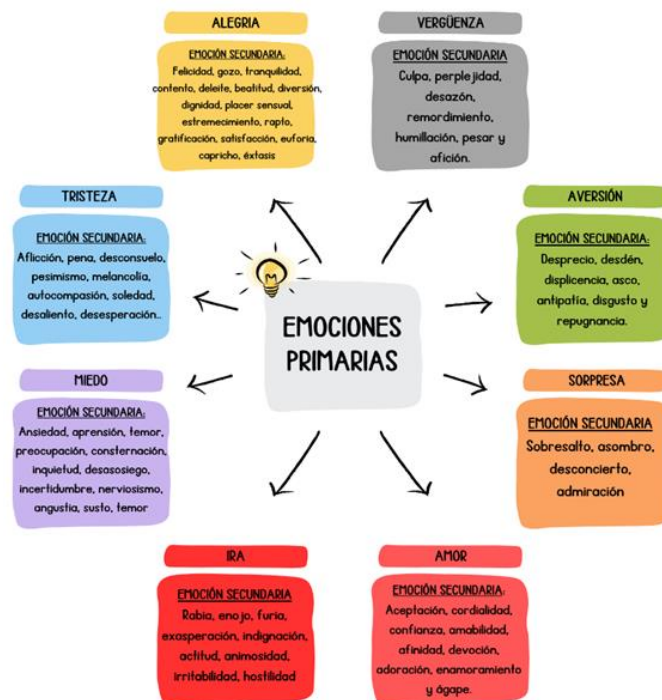
Víctor, M. P. S. (2024d, enero 1). *Coreografías combinadas de bachata en la expresión corporal de estudiantes de Educación General Básica Superior*. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/40290>

## 7 Anexos.

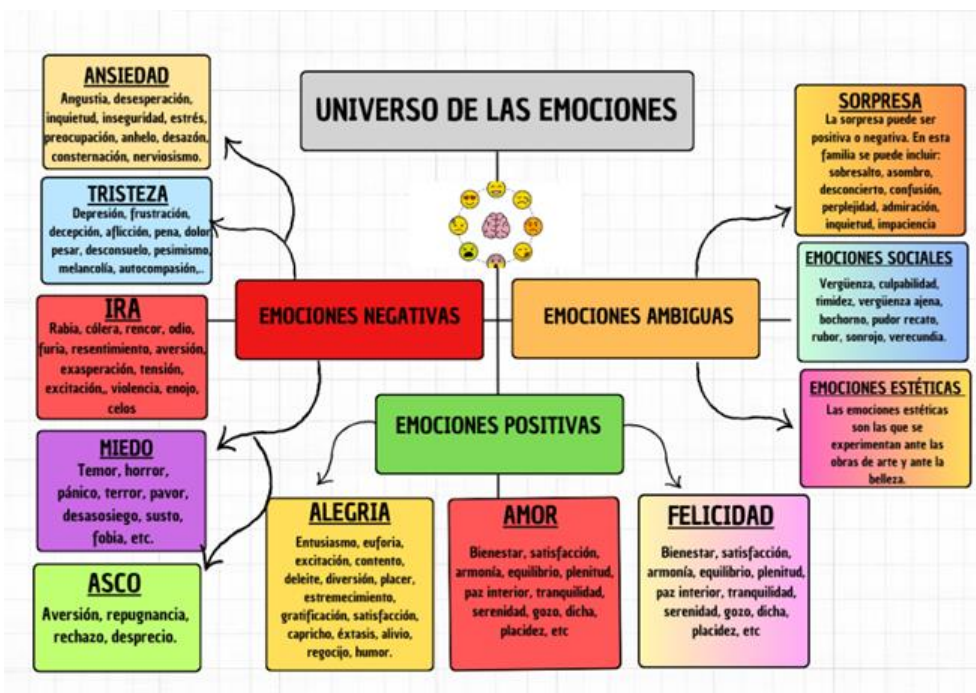
### Anexo 1: Modelo de causas y consecuencias de la gelotofobia propuesto por Titze.



### Anexo 2: Emociones primarias y secundarias, según Goleman (1996).



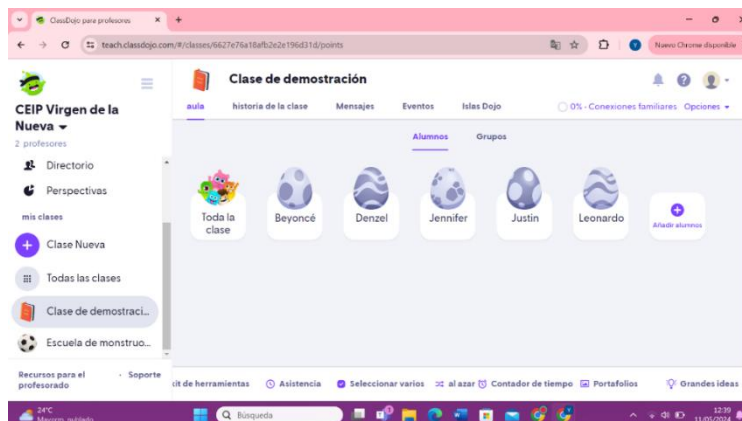
**Anexo 3: Universo de las emociones, según Bisquerra (2016).**



**Anexo 4: Temporalización.**

ESCUELA DE SUSTOS Mayo de 2024						
DOM	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB
			1	2	3	4
5	6 Sesión 1: Bienvenida	7	8 Sesión 2: Gestos S.A	9 Sesión 3: Gestos S.A	10	11
12	13 Sesión 4: Dance monsters	14	15 Sesión 5: Dance monsters	16 Sesión 6: Taller de danza	17	18
19	20 Sesión 7: 3...2...1... Impro	21	22 Sesión 8: 3...2...1... impro	23 Sesión 9: Excursión al teatro	24	25
26	27 Sesión 10: Prueba de sustos final	28	29	30	31	

**Anexo 5: ClassDojo.**



**Anexo 6: Carta de bienvenida a la “Escuela de Sustos”.**

¡Saludos, chicos y chicas!

Me presento como la directora de la Escuela de Sustos. Me dirijo a ustedes para solicitar su ayuda en la tarea de ayudar a Mike Wazowski, Sullyvan, Art, Randall, Scott y Terry a obtener el prestigioso diploma al Mejor Equipo de Sustos de la comarca. Para lograr este objetivo, su profesora deberá organizar seis grupos, cada uno representando a uno de los alumnos mencionados.

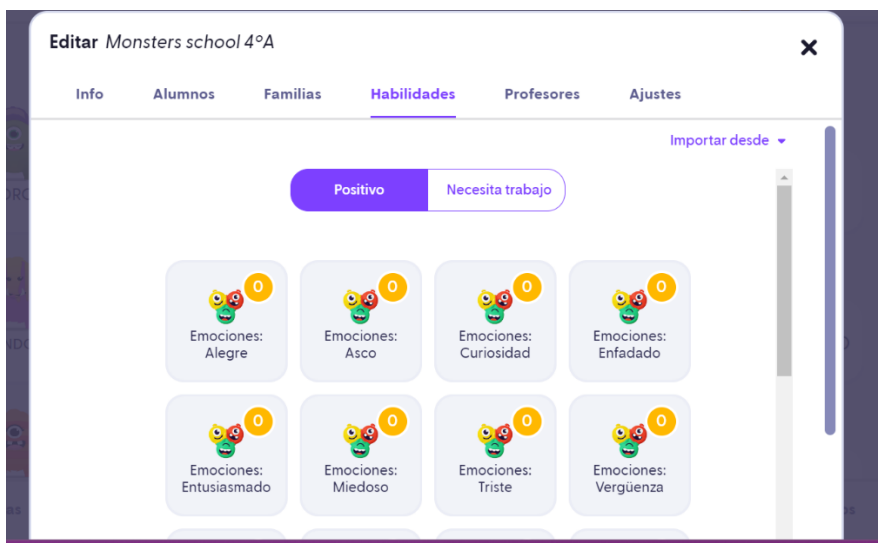
Para darles la bienvenida y permitirles acceder a nuestra escuela, su profesora les entregará un cuestionario que deberán completar, junto con una tarjeta de identificación que describirá brevemente el papel que deberán desempeñar dentro de la escuela.

Es crucial que comprendan que tanto el trabajo individual como el grupal son fundamentales para ayudar a estos monstruos. Además, es esencial que respeten a los demás equipos y mantengan una relación amigable entre ustedes, ya que, a pesar de estar compitiendo, estos monstruos son amigos.

Les deseo mucha suerte, pequeños asustadores.

**Anexo 7: Supervisor de la “Escuela de Sustos”.**

### Anexo 8: Emociones.



### Anexo 9: Puntos positivos y negativos según las insignias.

#### INSIGNIAS NIVEL 1

- N1: Gestores creativos**  
Para los alumnos que exhiban originalidad y creatividad en la creación de gestos y movimientos durante el juego, ofreciendo interpretaciones únicas y divertidas.
- N1: Trabajar todos los...**  
Para los alumnos que muestren apoyo y colaboración con sus compañeros durante las actividades de gestos.
- N1: Tarjetas ganadas en...**  
Por cada carta que ganen en las actividades de gestos se tienen que sumar un punto
- N1: Observador...**  
Para aquellos alumnos que demuestren una capacidad excepcional para observar y comprender los gestos de sus compañeros, facilitando la identificación correcta de las pistas durante el juego.
- N1: Expertos en mimica**  
Para los alumnos que demuestren habilidades excepcionales para representar palabras o frases usando solo gestos y expresiones faciales.
- N1: Comunicado...**  
Para los alumnos que logren transmitir sus mensajes de manera clara y efectiva a través de gestos y movimientos, facilitando la comprensión por parte de sus compañeros.
- N1: Detectives de gestos**  
Para los alumnos que demuestren habilidades excepcionales para descifrar y entender los gestos de sus compañeros, permitiendo a su equipo avanzar en el juego con rapidez y precisión.

#### INSIGNIAS NIVEL 2

- N2: Expertos en la...**  
Para los alumnos que logren transmitir emociones y contar historias a través de sus movimientos corporales durante la danza.
- N2: Maestros de la...**  
Para los alumnos que diseñen y ejecuten una coreografía creativa y bien estructurada, mostrando originalidad en sus movimientos.
- N2: Entusiasta de la energía**  
Para los alumnos que participen activamente en la danza, mostrando entusiasmo y energía durante toda la actividad.
- N2: Estrellas de ritmo**  
Para aquellos alumnos que demuestren una habilidad excepcional para mantener el ritmo de la música y coordinar sus movimientos.
- N2: Compañeros...**  
Para los alumnos que muestren apoyo y colaboración con sus compañeros durante la práctica de la danza, ayudándoles a mejorar y superar desafíos juntos.
- N2: Bailarines coordinados**  
Para aquellos alumnos que trabajen en equipo para ejecutar movimientos sincronizados y coordinados durante la danza, mostrando una colaboración efectiva con sus compañeros.
- N2: Embajadores...**  
Para aquellos alumnos que disfruten plenamente de la experiencia de improvisar y se diviertan mientras participan en la actividad, contagiando su alegría al resto del grupo.

## INSIGNIAS NIVEL 3

- 

Para aquellos alumnos que exhiban originalidad y astucia al generar ideas y respuestas improvisadas, ofreciendo soluciones innovadoras y divertidas.
- 

Para los alumnos que quíen al grupo con confianza y creatividad durante los juegos de improvisación, inspirando a sus compañeros y fomentando un ambiente de colaboración.
- 

Para los alumnos que demuestren habilidades excepcionales para pensar rápidamente y tomar decisiones creativas durante los juegos de improvisación.
- 

Para los alumnos que logren transmitir emociones y caracteres de manera efectiva a través de su actuación improvisada, mostrando una comprensión profunda de la expresión dramática.
- 

Para los alumnos que se adapten fácilmente a diferentes situaciones y roles durante el juego de improvisación, mostrando versatilidad y flexibilidad en su actuación.
- 

Para aquellos alumnos que disfruten plenamente de la experiencia de improvisar y se diviertan mientras participan en la actividad, contagiando su alegría al resto del grupo.
- 

Para los alumnos que trabajen en equipo de manera efectiva durante el juego, apoyando y colaborando con sus compañeros para construir historias y resolver desafíos juntos.

## INSIGNIAS NEGATIVAS PARA TODOS LOS NIVELES

- 

Para aquellos alumnos que muestren una actitud negativa o pesimista hacia el juego, expresando quejas o críticas constantes que afecten el desarrollo positivo de la actividad.
- 

Para los alumnos que muestren poco interés en trabajar en equipo o que no apoyen a sus compañeros durante la actividad.
- 

Para los alumnos que interrumpan constantemente el juego con comportamientos disruptivos, como hablar fuera de turno, distraer a otros compañeros o provocar distracciones.
- 

Para los alumnos que se distraigan fácilmente durante el juego, mostrando dificultades para mantenerse concentrados en la actividad y perdiendo el hilo de la narrativa o los gestos representados.
- 

Para aquellos alumnos que muestren falta de interés o participación durante el juego, mostrando una actitud pasiva o distraída.
- 

Para los alumnos que muestren actitudes negativas o desmotivadoras durante el juego, expresando falta de interés o entusiasmo y afectando el ánimo del grupo.
- 

Para aquellos alumnos que desafíen las reglas del juego o las indicaciones del facilitador, mostrando una actitud de rebeldía o resistencia que dificulte el desarrollo adecuado de la actividad.

### Anexo 10: Recompensas.

## RECOMPENSAS

- EL 1º GRUPO CON MÁS PUNTOS

ELEGIR LA RECOMPENSA QUE QUIERA EL EQUIPO COMPLETO


- EL 2º GRUPO CON MÁS PUNTOS

REALIZAR UN TREND CON LA CANCIÓN QUE QUIERA EL EQUIPO ENTERO (RELACIONADO CON LO QUE SE HA VISTO EN CLASE) + 10 PUNTOS


- EL 3º GRUPO CON MÁS PUNTOS

ELEGIR DOS CANCIONES PARA EMPEZAR LA CLASE DEL DÍA SIGUIENTE + 5 PUNTOS


- EL 4º GRUPO CON MÁS PUNTOS

vida monstruosa



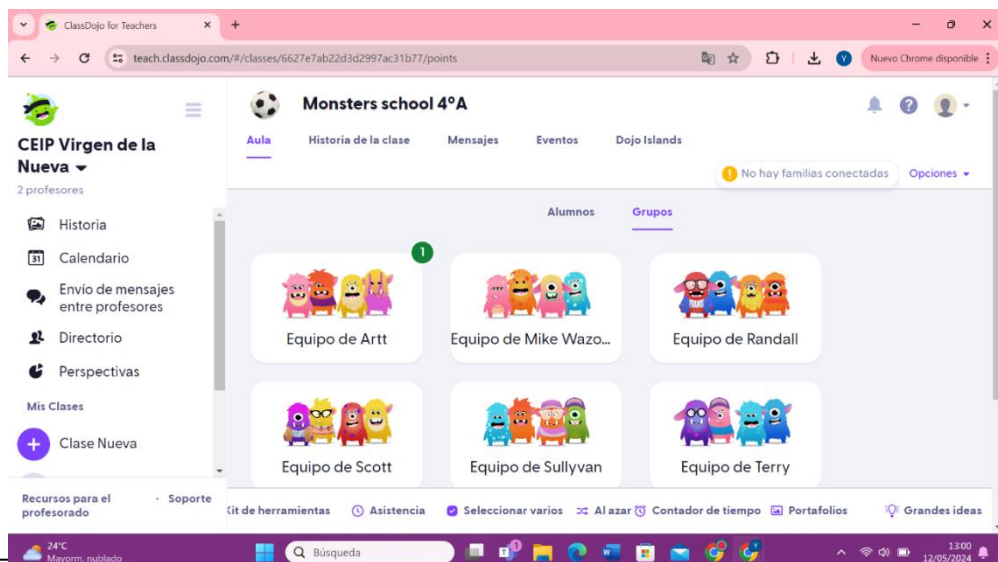
### Anexo 11: Diploma de Sustos.



### Anexo 12: Insignia por participar.



### Anexo 13: Grupos.





### Anexo 14: Tarjetas de identificación para cada equipo.

**ESCUELA DE SUSTOS**

**Líder del grupo:**  
Eres el encargado de organizar y dirigir las actividades en grupo, asegurándote de que todos los miembros participen.



**Equipo de Sullyvan**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Secretario del grupo:**  
Eres el encargado de escribir todos los problemas que tenga el grupo y comunicárselo al profesor.



**Equipo de Sullyvan**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Ayudante del profesor:**  
Eres el encargado de ayudar al maestro con tareas específicas como repartir materiales o ayudar a otros compañeros.



**Equipo de Sullyvan**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Mediador de conflictos:**  
Eres el encargado de ayudar a resolver problemas entre compañeros de clase de manera tranquila.



**Equipo de Sullyvan**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Líder del grupo:**  
Eres el encargado de organizar y dirigir las actividades en grupo, asegurándote de que todos los miembros participen.



**Equipo de Mike Wazowski**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Secretario del grupo:**  
Eres el encargado de escribir todos los problemas que tenga el grupo y comunicárselo al profesor.



**Equipo de Mike Wazowski**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Ayudante del profesor:**  
Eres el encargado de ayudar al maestro con tareas específicas, como repartir materiales o ayudar a otros compañeros.



**Equipo de Mike Wazowski**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Mediador de conflictos:**  
Eres el encargado de ayudar a resolver problemas entre compañeros de clase de manera tranquila.



**Equipo de Mike Wazowski**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Líder del grupo:**  
Eres el encargado de organizar y dirigir las actividades en grupo, asegurándote de que todos los miembros participen.



**Equipo de Art**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Secretario del grupo:**  
Eres el encargado de escribir todos los problemas que tenga el grupo y comunicárselo al profesor.



**Equipo de Art**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Ayudante del profesor:**  
Eres el encargado de ayudar al maestro con tareas específicas, como repartir materiales o ayudar a otros compañeros.



**Equipo de Art**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Mediador de conflictos:**  
Eres el encargado de ayudar a resolver problemas entre compañeros de clase de manera tranquila.



**Equipo de Art**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Líder del grupo:**  
Eres el encargado de organizar y dirigir las actividades en grupo, asegurándote de que todos los miembros participen.



**Equipo de Topsy**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Secretario del grupo:**  
Eres el encargado de escribir todos los problemas que tenga el grupo y comunicárselo al profesor.



**Equipo de Topsy**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Ayudante del profesor:**  
Eres el encargado de ayudar al maestro con tareas específicas, como repartir materiales o ayudar a otros compañeros.



**Equipo de Topsy**

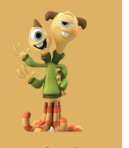


**ESCUELA DE SUSTOS**

**Mediador de conflictos:**  
Eres el encargado de ayudar a resolver problemas entre compañeros de clase de manera tranquila.



**Equipo de Topsy**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Líder del grupo:**  
Eres el encargado de organizar y dirigir las actividades en grupo, asegurándote de que todos los miembros participen.



**Equipo de Randall**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Secretario del grupo:**  
Eres el encargado de escribir todos los problemas que tenga el grupo y comunicárselo al profesor.



**Equipo de Randall**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Ayudante del profesor:**  
Eres el encargado de ayudar al maestro con tareas específicas, como repartir materiales o ayudar a otros compañeros.



**Equipo de Randall**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Mediador de conflictos:**  
Eres el encargado de ayudar a resolver problemas entre compañeros de clase de manera tranquila.



**Equipo de Randall**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Líder del grupo:**  
Eres el encargado de organizar y dirigir las actividades en grupo, asegurándote de que todos los miembros participen.



**Equipo de Scott**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Secretario del grupo:**  
Eres el encargado de escribir todos los problemas que tenga el grupo y comunicárselo al profesor.



**Equipo de Scott**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Ayudante del profesor:**  
Eres el encargado de ayudar al maestro con tareas específicas, como repartir materiales o ayudar a otros compañeros.



**Equipo de Scott**



**ESCUELA DE SUSTOS**

**Mediador de conflictos:**  
Eres el encargado de ayudar a resolver problemas entre compañeros de clase de manera tranquila.



**Equipo de Scott**



### Anexo 15: Cartas del juego “Generación Mimos”.



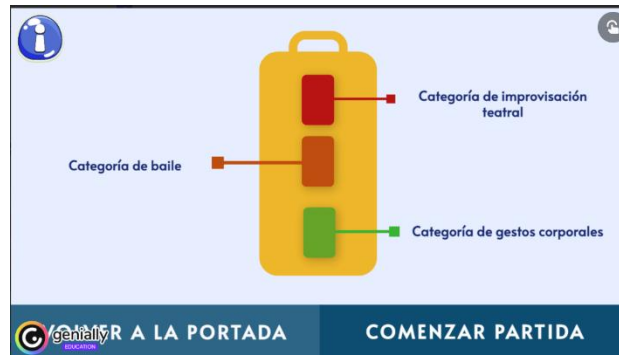
### Anexo 16: Tablero inspirado en la Oca.



### Anexo 17: Cartas Tabú.



### Anexo 18: Categorías del “Trivial Monstruoso”.



### Anexo 19: Retos del “Trivial Monstruoso”.

**CATEGORÍA DE GESTOS CORPORALES**

Reto 6. Un alumno del equipo tiene que coger una carta del monton y realizar la acción mediante gestos corporales para que sus compañeros puedan adivinarla. Teneis 2 oportuñidades.

No superado      Superado

**CATEGORÍA DE BAILE**

Reto 2. Los alumnos tendran que ir pasandose un aro. El alumno que tenga el aro tendrá que hacer un paso de baile gracioso. Debeis participar todos para conseguir el reto.

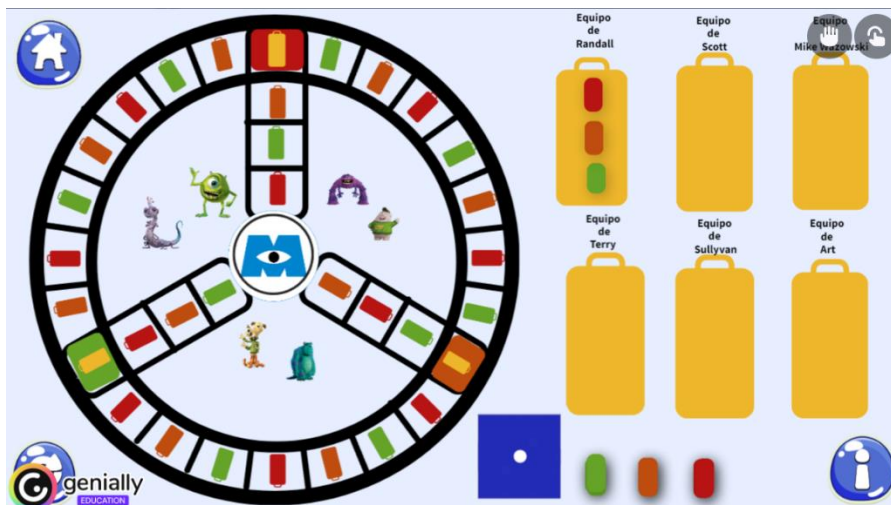
No superado      Superado.

**CATEGORÍA DE IMPROVISACIÓN TEATRAL**

Reto 1. Un miembro del equipo tiene que empezar a contar una historia utilizando solo ua frase. Seguidamente los demas compañeros deben añadir su farse para ir creando una historia que tenga sentido. Es importante expresar con el cuerpo lo que se va contando, sino este reto no estara superado.

No superado      Superado.

**Anexo 20: Tablero del “Trivial Monstruoso”.**



**Anexo 21: Cuestionario inicial para los alumnos.**

**ESCUELA DE SUSTOS**  
**Cuestionario inicial**

	SI	NO
¿Sabes qué es la expresión corporal?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Crees que es importante expresarse a través del cuerpo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Puedes nombrar algunas emociones que conozcas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Crees que tu cuerpo puede comunicar cómo te sientes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Te gusta bailar o moverte al ritmo de la música?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Te gustaría aprender más sobre la expresión corporal y las emociones?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Has participado en alguna actividad de expresión corporal en la escuela o fuera de ella?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Anexo 22: Rubrica de evaluación del profesor.

# RÚBRICA DE EVALUACIÓN

ÍTEMES	3	2	1
<b>EXPRESIÓN DE EMOCIONES</b>	El estudiante demuestra una amplia variedad de emociones a través de su expresión corporal, transmitiendo claramente sus sentimientos.	El estudiante muestra algunas emociones, pero su expresión es limitada y poco clara.	El estudiante tiene dificultades para expresar emociones a través de su cuerpo.
<b>CREATIVIDAD Y ORIGINALIDAD</b>	El estudiante demuestra una creatividad excepcional en sus movimientos, mostrando originalidad en su expresión corporal.	El estudiante muestra alguna creatividad en sus movimientos, pero falta originalidad en su expresión corporal.	El estudiante carece de creatividad y originalidad en sus movimientos.
<b>COORDINACIÓN Y RITMO</b>	El estudiante demuestra una excelente coordinación y ritmo en sus movimientos, siguiendo el ritmo de la música de manera precisa y fluida.	El estudiante tiene dificultades para mantener la coordinación y el ritmo en sus movimientos.	El estudiante carece de coordinación y ritmo en sus movimientos.
<b>PARTICIPACIÓN Y ACTITUD</b>	El estudiante participa activamente en todas las actividades de expresión corporal, mostrando entusiasmo y una actitud positiva en todo momento.	El estudiante muestra una participación irregular en las actividades de expresión corporal, con poca energía y entusiasmo.	El estudiante muestra una actitud negativa y una participación mínima en las actividades de expresión corporal.

Anexo 23: Cartillas que los alumnos deben rellenar al finalizar cada nivel.

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_



**Mi semana en la escuela de sustos**
















Cartilla de gestos
















Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_



**Mi semana en la escuela de sustos**

Cartilla de baile

	PUEDO MEJORAR	LO HICE BIEN	LO HICE SUPER BIEN
He expresado de manera correcta el mensaje que quería transmitir a mis compañeros			
He realizado los gestos de manera fluida y creativa			
He trabajado en equipo			
He participado en todas las rondas del juego			
He mantenido la concentración durante todo el juego			













	PUEDO MEJORAR	LO HICE BIEN	LO HICE SUPER BIEN
He expresado e interpretado adecuadamente lo que me transmita las canciones			
He realizado los movimiento de baile de manera fluida y creativa			
He trabajado en equipo			
He participado añadiendo pasos de baile a la coreografía			
He recordado los paso que han ido creado mis compañeros durante toda la coreografía			

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_



**Mi semana en la escuela de sustos**

Cartilla de improvisación

	PUEDO MEJORAR	LO HICE BIEN	LO HICE SUPER BIEN
He sabido resolver problemas de manera originales y creativas			
He expresado de manera adecuada las emociones			
He tenido fluidez a la hora de expresarme oralmente			
He colaborado con mi grupo para crear una historia coherente			
He escuchado y estado atento a los gestos y palabras que ha realizado mi compañero	