Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN DE SEGOVIA

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA
TRABAJO DE FIN DE GRADO

Educación Física en tiempos del COVID. El clown: un recurso para los tiempos de incertidumbre que nos permite navegar por nuestras emociones. Basado en la filosofía y metodología de Jesús Jara.

FACULTAD UNIVERSITARIA DE EDUCACIÓN

"MARÍA ZAMBRANO" (Segovia)

Autor: Andrés Corralero Domínguez
Tutora: Teresa Fuentes Nieto
Año: 2020

Agradecimientos

Este TFG nace de la iniciativa personal por descubrir el mundo clown. En mi vida he ido pasando por muchas etapas y una de las más marcadas fue cuando descubrí este maravilloso mundo.

Quiero aprovechar esta ocasión para agradecer al profesorado de la mención de Educación Física del Campus Universitario María Zambrano porque, en cierto modo, había perdido la fe en la formación universitaria y estos meses me la han devuelto y multiplicado.

Gracias a Jesús Jara por su incombustible entusiasmo, su obra y su manera de ver el mundo. Gracias por enseñarme a entender la unión entre clown y la educación. Gracias por colaborar de una forma tan activa, pasional y agradecida en este TFG. Este trabajo no existiría sin tu solidaridad y ganas de compartir vivencias y aprendizajes.

Para todos/as ellos/as un abrazo payaso.

RESUMEN

En este Trabajo Fin de Grado se expone una revisión detallada y exhaustiva de la bibliografía relacionada con el TFG. Mucha de esta bibliografía es actual, elaborada en 2020 debido a la situación vivida. Las fuentes emanan de cuatro puntos fundamentalmente: (1) la crisis del COVID-19 y cómo esta afecta al sistema educativo, (2) la inteligencia emocional, con sus autores y teorías, (3) la expresión corporal dentro de la Educación Física y (4) el clown como recurso educativo. De esta manera, se pretende resaltar las características de la situación actual y cómo se puede adaptar la Educación Física a un contexto de tanta incertidumbre y cambio.
Por último, se plantea una propuesta didáctica para el desarrollo del clown como recurso dentro del área de Educación Física, además, se indican las claves que un docente 'no experto' en el mundo clown puede necesitar para su puesta en práctica. Se parte de los contenidos y los estándares de aprendizaje para posteriormente adaptar la pedagogía de Jesús Jara y adaptar las actividades.

PALABRAS CLAVE

Educación Emocional, Educación Física, Expresión Corporal, Clown, COVID, Educación Primaria.

ABSTRACT

In this Final Degree Paper a detailed and thorough review of bibliography is exposed. Many of the used resources were elaborated in 2020 because of the COVID-19 pandemic. All these resources have four origin or ideas. These four ideas are: (1) the COVID crisis and how this affect to the Educative System, (2) the Emotional Intelligence, authors and theories, (3) the Corporal Expression in Physical Education, and (4) the clown as a educative tool. With these four elements, this work pretends to analyse the actual situation and tell how to adapt the subject of Physical Education to the new situation of uncertainty. Finally, it shows a didactic proposal to develop the clown as a tool in Physical Education. It also presents us useful details for those teachers who are not close to the clown, but they would like to develop sessions based on this tool. This work is based on the contents and learning standards and developed thanks to Jesús Jara's pedagogy. This works shows adaptable activities too.

KEY WORDS

Emotional Education, Physical Education, Body Expression, Clown, COVID, Primary Education.

ÍNDICE

1. **Introducción……...……..1**
2. **Objetivos ……..2**
3. **Justificación ……3**
4. **Marco teórico……...4**

4.1 La expresión corporal y el marco legislativo actual……4

4.2 ¿Cómo ha afectado el COVID-19 a nuestros alumnos? Las emociones y el estado psíquico del alumnado tras el confinamiento……...7

4.3 ¿Cómo ha afectado el COVID-19 a nuestros alumnos? Las emociones y el estado psíquico del alumnado tras el confinamiento……...9

4.4 Inteligencias múltiples……...10

4.5 Inteligencia emocional (IE)……12

4.5.1 Los modelos de habilidades……12

4.5.2 Salovey y Mayer……..12

4.5.3 Modelos mixtos……12

4.5.4 Otros modelos……..12

4.6 Expresión corporal y la inteligencia emocional……...14

4.7 El Clown para el trabajo de la inteligencia emocional en EF……..16

4.8 EF en tiempos de COVID-19……..20

5. **Unidad didáctica……24**

5.1 Filosofía payasa, contextualización e introducción a la UD……...24

5.2 La mirada clown…….25

5.3 El ritmo payaso……..26

5.4 La nariz roja……..…….26

5.5 El clown es…….27

5.6 Normas en las sesiones clown……27

5.7 El ‘sí’ mágico…….28

5.8 Indicaciones para entender la UD y para poder aplicarla como docente…….28

5.9 Estructura de sesión……30

6. Desarrollo de la Unidad Didáctica……31

7. Conclusiones……...……52

8. Limitaciones y propuestas de futuro…….55

9. Bibliografía…….56

1. INTRODUCCIÓN

El año 2020 quedará marcado en nuestras memorias para toda la vida, no cabe duda, pero aún hacen falta tiempo y perspectiva histórica para entender qué ocurrió para llegar al momento actual.

Citando a Darwin *"No es el más fuerte de las especies el que sobrevive, tampoco es el más inteligente el que sobrevive. Es aquel que es más adaptable al cambio."*, es más que predecible que será necesario adaptarse al nuevo mundo post-confinamiento, y es aquí donde la educación cobra un papel fundamental en el futuro de la especie humana: los docentes tenemos la oportunidad de educar, favoreciendo la adaptación a la nueva realidad, a una generación que vivirá un mundo muy diferente al que nosotros vivimos en las etapas de educación obligatoria.

La escuela se ve inmersa en un mundo desconocido. Docentes, alumnado, familias, instituciones… en todos los aspectos, la palabra transversal y definitoria de la realidad, es "incertidumbre". Y en esta situación, la educación no puede quedar abandonada.

La nueva escuela será muy distinta a lo conocido hasta ahora. A corto plazo, improvisando medidas para paliar los efectos y, a largo plazo, quién sabe. En cualquier caso, resulta incontrovertible que ninguna persona será la misma después de lo ocurrido y que la escuela no puede vivir ajena a ello.

La Educación Primaria (EP) y sus materias se ven reformuladas por la situación. Entre ellas, una de las más afectadas es la Educación Física (EF), por cuanto las restricciones a la movilidad y la limitación de espacios afectan directamente a lo físico y, por ende, a sus valores esenciales.

En este sentido, el trabajo de las emociones cobra un papel vital, como experimentamos en el confinamiento. Este periodo dentro de las casas estuvo marcado por una docencia que remaba contra corriente y que pugnaba, reitero, por reformularse; en el caso de la EF, fundamentó su impacto dentro de los hogares en base a dos principios: uno, mantener la forma física y la salud; otro, trabajar la Expresión Corporal (EC).

Congruentemente con este contexto, en la introducción de este TFG se consideran fundamentales dos pilares para orientar su desarrollo. El primero de ellos Gardner (1995) y sus estudios sobre la inteligencia emocional, definida como "la habilidad de ser

consciente de nuestras emociones y de saber gestionarlas adecuadamente". El segundo de ellos, la pedagogía, metodología, filosofía educativa y recursos del autor Jesús Jara, el cual entiende la educación como un proceso basado en el placer y utiliza la herramienta del clown para alcanzar los objetivos de la escuela.

2. OBJETIVOS

Con este TFG se pretende alcanzar los siguientes objetivos:

- Revisar bibliografía sobre los estudios más relevantes acerca de Inteligencia Emocional, Educación Física, Expresión Corporal, Clown y el COVID-19 y sus efectos en la escuela.
- Destacar la importancia de la expresión corporal dentro de la materia de Educación Física.
- Exponer y presentar un recurso, habitualmente poco conocido, el clown.
- Elaborar una propuesta didáctica sólida pero flexible, para que pueda ser llevada a cabo en diferentes contextos escolares.

3. JUSTIFICACIÓN

La educación es un proceso que abarca al alumnado desde una perspectiva integral y holística. El proceso de enseñanza aprendizaje es un proceso vivo y cambiante, donde los ritmos, energías y procedimientos, van variando en función del grupo y de la situación.

La situación actual no puede ignorarse y, consiguientemente, tampoco la escuela como recurso de primera magnitud para afrontar los cambios. Conceptos como emociones, humor y entusiasmo, forman parte de mi formación como alumno y como docente.

Al igual que comprendemos que ante una enfermad, el estado anímico es básico para afrontar la situación, hemos de comprender que, en el aprendizaje, como proceso activo y voluntario que es para aquel que va a aprender, el estado anímico es igual de importante. El mundo entero se ha visto inmerso en una situación que, anímicamente, nos dejará marcados, y no podemos pretender que la escuela viva ajena a esto. Por el contrario, ha de involucrarse activamente, concediendo al estado anímico un valor preponderante y sobre el que es preciso trabajar.

Dentro de la materia de Educación Física, la expresión corporal y el trabajo de las emociones favorecen la adquisición de ciertos aprendizajes. Los cuales, serán aplicables a la vida adulta del alumnado. Una formación íntegra se basa en alcanzar unos objetivos, pero sin olvidar que lo importante no es sólo el objetivo, sino cómo se llega hasta él.

Por todo esto, la Educación Física y el clown se unen en una simbiosis peculiar llena de magia y aprendizaje, donde se provee al alumnado de recursos más allá de lo meramente académico y que le prepara para el mundo cambiante que les tocará vivir, desarrollar y mejorar.

4. MARCO TEÓRICO

4.1 La expresión corporal y el marco legislativo actual

En el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León, tenemos claramente diferenciado el bloque 5 de contenidos en el área de Educación Física: *Actividades físicas artístico-expresivas.*

Este trabajo no puede estar exento de un marco teórico de referencia, por lo que estimo imprescindible analizar de manera competencial el citado bloque 5 de contenidos, evidenciando los puntos y nexos de unión con mi propuesta.

> "Se hallan incorporados los contenidos dirigidos a fomentar la comunicación y la expresividad a través del cuerpo y el movimiento. El uso del espacio, las calidades del movimiento, así como los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y la creatividad en el uso de diferentes registros de expresión (corporal, oral, danzada, musical), son la base de estas acciones." (p. 406)

Cuando se habla de fomentar la comunicación, no solo estamos vinculando este trabajo con la competencia en comunicación lingüística -lenguaje escrito y oral-, lo hacemos también con el lenguaje corporal. El fomento de la expresividad a través del cuerpo y el movimiento, se vinculan a su vez con la competencia de aprender a aprender, donde el autoconocimiento, el proceso activo de reflexión y el autocontrol, son factores clave.

En cuanto al uso del espacio, movimiento y componentes rítmicos, si nuestra propuesta está correctamente reflexionada y organizada, nos será fácil conectar ciertas actividades con la competencia matemática, pues el trabajo a través de la música y el ritmo, son recursos potencialmente valiosos para que el proceso de pensamiento del alumnado se asemeje a estructuras matemáticas.

Por otro lado, no quiero dejar de aludir a la competencia en conciencia y expresión cultural, por cuanto convierte al alumno en sujeto activo de un proceso de reflexión y vivencia de expresiones artísticas y culturales, que le otorgan un papel en la sociedad.

A su vez, la competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor va a resultar básica para fomentar la creatividad e improvisación inherentes a mi propuesta, no solo a nivel corporal, sino también para la creación de unos planes de acción donde el alumnado tenga que resolver situaciones con variedad de soluciones. En este sentido, quiero enfatizar que la competencia en expresión corporal está ligada a las teorías de pensamiento divergente, caracterizado por la utilización de estrategias para encontrar soluciones múltiples y variadas de forma flexible y original ante el planteamiento de un problema o situación como nos indican Coterón y Sánchez (2012).

Este pensamiento se debe dar de una manera programada y reflexionada previamente, además de tener claro qué metodología funciona mejor teniendo en cuenta el tipo de actividad y, sobre todo, la finalidad del aprendizaje.

Existen, según diferentes autores, entre ellos (Coterón, 2017) dos tipos de motricidad en función de cuál sea el origen que determina los movimientos: si somos nosotros mismos, o si estamos partiendo de los movimientos de otra persona.

Así, podemos distinguir entre:

- Motricidad reproductiva: de modelos.

- Motricidad propositiva: de respuestas novedosas. Esta modalidad parece estar más ligada al pensamiento divergente y a metodologías como el descubrimiento guiado.

Según De Bono (1986), no debemos olvidar que el ser humano y su pensamiento se podrían caracterizar por la lógica. Pero las posibilidades que tiene el ser humano no deberían finalizar en esta lógica, pues son muchos los hombres y mujeres que han pasado a la historia por utilizar otra manera de pensar.

Para concluir con este análisis competencial y metodológico del bloque 5, entiendo preciso referirme a la competencia social y cívica, que es la que envuelve prácticamente la totalidad de la puesta en práctica de este bloque. A través de esta competencia se aprende a respetarse a uno/a mismo/a y a los demás, lo que bien puede traducirse en los valores básicos de la convivencia en sociedad.

Por otra parte, dentro de este bloque 5 encontramos unos contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje concretos y centrados en el trabajo de la expresión corporal, sobre los que quiero realizar algunas consideraciones que sirvan para conectar el currículo y lo propuesto en este TFG.

Los contenidos se van desarrollando desde una base que hace referencia a la conciencia corporal y el control del espacio. En ella podemos encontrar aspectos como el ritmo y la música, que son factores a tener en cuenta en el desarrollo motriz a través de la Educación Física.

A su vez, los contenidos de este bloque también se estructuran en cuanto a la expresión de los sentimientos del alumnado, tanto de manera individual como colectiva. Pero estos contenidos de expresión de sentimientos no se encuentran aislados, el decreto menciona que este trabajo ha de ir orientado a un disfrute intrínseco de la propia expresión.

También encontramos una parte de los contenidos que está más centrada en la simbolización y el uso de objetos, aspectos que se desarrollan en mayor o menor medida según el curso en concreto. Cabe mencionar que según Piaget et al. (1977), el alumnado va desarrollándose a través de unas etapas donde la simbolización y el juego de roles cambian en función de las características madurativas y cognitivas.

Por otro lado, más allá de lo indicado en el bloque 5, creo conveniente recalcar cómo en los otros bloques del currículo podemos encontrar justificación al uso de la expresión corporal. Por ejemplo, a través de elementos y conceptos como lateralidad, habilidades motrices, técnicas corporales, respiración y ajuste de una secuencia de movimiento a una estructura rítmica, entre otros.

Como docente de Educación Física, creo que es básico disponer de un buen desarrollo motriz y un adecuado conocimiento del propio cuerpo para poder transmitir y comunicar con este.

Por último, para finalizar la revisión de esta parte del marco teórico, me gustaría reseñar, a modo de crítica, una serie de observaciones sobre el currículo:

- En este documento no existe una clara diferenciación entre lo que son contenidos actitudinales y recursos de la expresión corporal; realmente no existe división en componentes del movimiento. Este detalle hace que no esté del todo claro que la expresión corporal también tiene contenidos propios de la asignatura y que no todos los contenidos son únicamente actitudinales, de la misma manera que no todos los recursos son contenidos.
- Por otro lado, no existe una secuencia lógica ni continuada de aspectos clave para la expresión corporal. Como ejemplo nos podría valer el hecho de que en 3º curso no

aparece el trabajo de las emociones y sentimientos, contenido que sí tiene cabida en 2º "Exteriorización de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento con desinhibición".

- Un último ejemplo sería la no mención de la creatividad en 5º curso, mientras que esta sí tiene cabida en 4º: "Expresión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento. Espontaneidad y creatividad en el movimiento expresivo."

En la situación actual, con la pandemia COVID cambiando nuestra perspectiva de la realidad, resulta interesante resaltar un detalle recogido en Fuentes et al. (2020), que defiende que, en este momento, ante la dificultad de impartir una Educación física desde casa o con medidas complejas de aplicar, la expresión corporal puede cobrar un papel fundamental dentro de los contenidos del actual currículo. Contenidos que puede que no estuvieran siendo muy trabajados de manera generalizada.

4.2 ¿Cómo ha afectado el COVID-19 a nuestros alumnos? Las emociones y el estado psíquico del alumnado tras el confinamiento

'Sólo se puede ver correctamente con el corazón; lo esencial permanece invisible para el ojo.' Antonie de Saint-Exupéry, El principito.

La pandemia tiene consecuencias no solo en los aspectos económicos y sanitarios que ya, de sobra, todos conocemos. Y es que como ya sabemos, 2020 ha supuesto un antes y un después en la manera de interpretar nuestras emociones, hecho al que la escuela no puede estar ajena. Multitud de especialistas han hablado ya de los efectos que esta situación ha tenido, tiene y tendrá sobre la gestión de las emociones en el alumnado de Primaria.

Además, esta situación tiene efectos más allá de lo detectable a simple vista. Como se nos comenta en Sanz (2020), la infancia se estaba desligando de la calle y de los espacios públicos mucho antes de esta pandemia. La situación creada por el COVID no ha hecho sino acelerar el proceso y acrecentar el miedo a la calle y al espacio exterior de padres/madres/tutores y el propio alumnado. Olmos (2020) habla de una serie de investigaciones llevadas a cabo en mayo de 2020, donde las palabras "emociones, miedo y riesgo de salud" aparecen entre las más señaladas. Además, añade que gran parte de estas emociones vienen influenciadas por el permanente bombardeo de *fake news* al que los estudiantes han estado sometidos durante el periodo de cuarentena. Complementando

lo anterior, Arévalo et al. (2020) ponen un ingrediente más en esta ensalada de incertidumbre al asegurar que las investigaciones más recientes, muestran una falta de campañas de las instituciones o gobiernos destinadas a la población infantil que ayuden a comprender y gestionar la crisis sanitaria.

La OMS "ha equiparado la salud mental con el bienestar subjetivo, la percepción de la propia eficacia, autonomía, competencia, dependencia intergeneracional y autorrealización de las capacidades intelectuales y emocionales." (Ribot, 2020, p.3).

Ribot (2020) nos comenta que puede que sea pronto para conocer las consecuencias reales del confinamiento en la población. Sin embargo, existen algunas repercusiones emocionales que ya se están dando en las aulas. En octubre de 2020, mientras se está redactando este trabajo, es posible que ya se empiecen a vislumbrar algunas de estas consecuencias. También es probable que, a medida que pasan los meses, esas consecuencias se apacigüen o sean más visibles. Se habla de:

- Perturbación social.
- Tensiones y angustias.
- Psicopatologías referentes a la vulnerabilidad.

> "Aunque debe destacar que no todos los problemas psicológicos y sociales que se presentan podrán calificarse como enfermedades; la mayoría serán reacciones normales ante una situación anormal. Los efectos, generalmente, son más marcados en las poblaciones que viven en condiciones precarias, poseen escasos recursos y tienen limitado acceso a los servicios sociales y de salud." (Organización Panamericana de la Salud, 2009 y 2020).

Al igual que en lo referente a las medidas sanitarias, es urgente potenciar las relaciones intrafamiliares, el crecimiento personal y la atención especial a los grupos más vulnerables, para así minimizar el impacto a nivel psicosocial lo máximo posible (Ribot et al., 2020).

El cierre de las escuelas y la vuelta a esta nueva escuela es un hecho histórico en la educación mundial. La escuela ha de reaccionar y estar a la altura de este cambio. Según Cáceres-Muñoz et al. (2020), la igualdad de oportunidades del alumnado se verá afectada. Además, la mejora social que se prevé de la educación está en duda. Domenech (2020)

nos habla del “Retorno emocional” (p. 13) y nos muestra la realidad tal y como la vemos o la imaginamos dentro del aula.

> “Volveremos con ausencias, lutos, rupturas, alegrías, miedos, angustias, riesgos, reencuentros, aventuras... Encararemos el retorno con ganas e ilusión, con desconfianza o sentimiento de riesgo” (Domenech 2020, p.13)

4.3 Inteligencia emocional en EF

El siglo XXI es un periodo de continuos y acelerados cambios. Estos cambios se producen en todas las esferas de nuestra existencia (García, 2012). La exigencia es máxima en todos los ámbitos de nuestra vida. Estos cambios son cada vez más rápidos, más violentos, más traumáticos y, además, vienen unidos a un aumento continuo de la incertidumbre. Este proceso acelerado lleva consigo un aumento de la competitividad motivada por la globalización. Esta competitividad exigida es casi imperceptible y deja atrás nuestra preocupación por la salud física y emocional.

En el ámbito de la educación hemos de ser conscientes de que trabajamos con personas, con niños y niñas. Estos seres vivos están llenos de emociones. Estas emociones fueron definidas por James (1884) como:

"La emoción es básicamente la percepción de cambios psicológicos, cambios que son definidos como alteraciones de las estructuras viscerales y de la musculatura estriada, siendo estos cambios fisiológicos los que provocan esos sentimientos etiquetados como «emociones»"(Herrador, 1991, p.66).

A medida que los ámbitos de la psicología y de la educación se han ido desarrollando, han cambiado conceptos y definiciones propios de esas materias y, entre ellos, los relativos a la “emoción”. Bisquerra (2000, p.61), aportó una definición de emoción como un "estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción". Una de las ideas que se pueden rescatar de Goleman (1996) es que el no manejar las emociones puede desembocar en conflictos que se hubieran evitado si se hubiera optado por el diálogo. Una definición que es bastante acertada para este trabajo es la definición del el Diccionario de Neurociencia de Mora y Sanguinetti (2004): "Toda reacción conductual y subjetiva producida por una información proveniente del mundo externo o interno (memoria) del individuo que se acompaña de fenómenos

'neurovegetativos'. Si nos detenemos en esta definición podemos observar e intuir que gran parte de lo que conllevan las emociones, tiene que ver con el mundo externo y cómo eso se recibe en nuestro mundo interno.

A tenor de lo hasta ahora expuesto, queda claro que la cognición y la emoción son sinérgicas, siendo ambas imprescindibles para procesar la información del medio y conseguir resolver, con éxito, dificultades de diversa índole. Esta interrelación es, en definitiva, una anticipación de lo que conocemos como inteligencia emocional; no obstante, conviene tratar el contexto en el que se origina este concepto: las inteligencias múltiples.

4.4 Inteligencias múltiples

La teoría de las inteligencias múltiples de H. Gardner (1995), afirma que la mente de las personas puede desarrollar diferentes realidades mentales y usarlas de forma diferente en función de los contextos situacionales.

Esta teoría ha sido la base de estudio de multitud de psicólogos, pedagogos y psicopedagogos. En Emst-Slavit (2001), se nos muestran 8 tipos de inteligencia:

- ***Inteligencia lingüística:*** se trata de la habilidad de una persona para poder leer, escribir y comunicar con el uso de las palabras.
- ***Inteligencia lógico-matemática:*** se trata de la habilidad para calcular y razonar, pensar y organizar objetos de una manera lógica y sistemática.
- ***Inteligencia espacial:*** se trata de la habilidad para poder comprender y expresar las imágenes visuales y espaciales.
- ***Inteligencia musical:*** se trata de la habilidad de componer o crear música, también para cantar bien o entender y apreciar la música, así como de llevar el ritmo.
- ***Inteligencia física-cinestética:*** se trata de la habilidad para utilizar el propio cuerpo humano con el fin de resolver problemas, crear productos o transmitir mensajes y emociones.
- ***Inteligencia interpersonal:*** se trata de la habilidad para conectar y ser capaz de trabajar con otras personas de manera eficiente. Es necesario desarrollar empatía

y comprensión, así como comprender motivaciones y metas propias y de las demás personas.

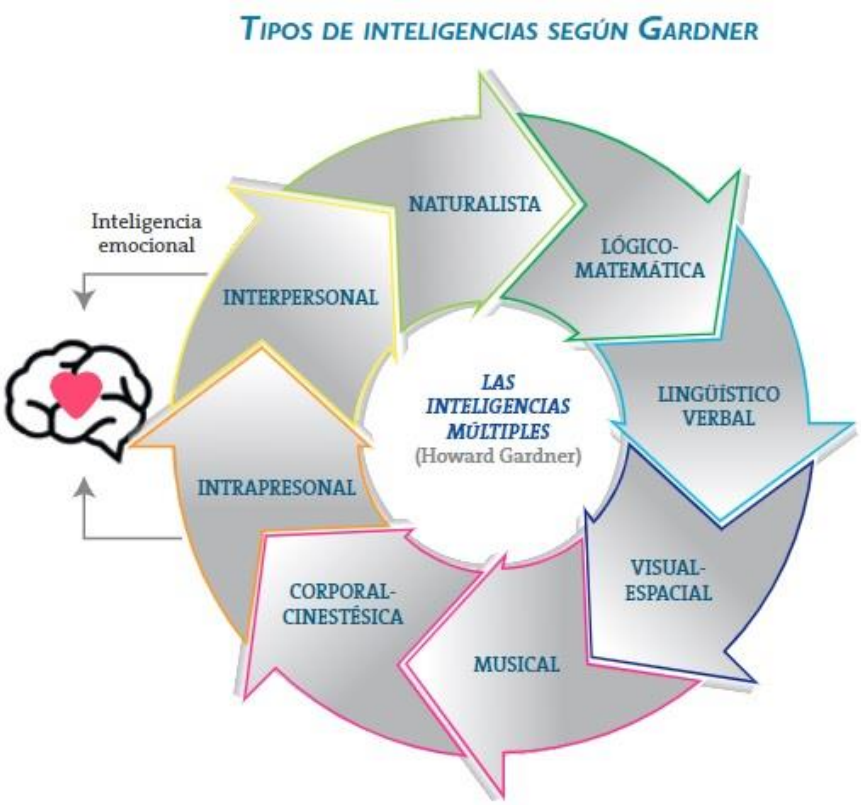
- ***Inteligencia intrapersonal:*** se trata de la habilidad de ser capaz auto-analizarse, reflexionar, ser contemplativo y evaluar los sentimientos y las acciones más profundos e íntimos y así poderse conocer a uno mismo.
- ***Inteligencia Naturalista:*** se trata de la habilidad para reconocer flora y fauna, explorar y entender el mundo natural y usar estos conocimientos para mejorar cultivos o desarrollar las ciencias biológicas.

A pocos meses de cambiar de ley educativa, es muy importante que la relación entre competencias e inteligencias múltiples sea una realidad. La LOMLOE, es la modificación que se prevé entrara en vigor en algún momento entre 2020/2021. Los pocos avances que hay de esta modificación dejan claro que se seguirá trabajando por competencias. En la siguiente tabla, rescatada de (Gómez 2009, p. 1), vemos como existe una relación muy directa entre las competencias y las inteligencias múltiples:

COMPETENCIAS	INTELIGENCIAS MÚLTIPLES
Competencia en comunicación lingüística	Lingüístico-Verbal
Competencia matemática	Lógico-Matemática
Social y ciudadana	Interpersonal
Conocimiento y la interacción con el mundo físico	Naturalista
Autonomía e iniciativa personal	Intrapersonal
Aprender a aprender	Intrapersonal
Tratamiento de la información y competencia digital	Lingüística-Verbal, Lógico-Matemática, Visual-Espacial, Musical
Cultural y artística	Visual-espacial, Corporal, Musical

La inteligencia emocional como concepto empezó a acuñarse por psicólogos y pedagogos con el paso de los años. En 1920, según Bisquerra (2009) el psicólogo Edward Thorndike comenzó a destacar el termino *inteligencia social*, este concepto acabaría evolucionando hacia la *inteligencia emocional* que conocemos hoy día.

Esta imagen que sirve de buen ejemplo para entender esta perspectiva:



(Rodríguez 2014, p. 7)

Podríamos decir que el desarrollo de las inteligencias intrapersonal e interpersonal de Gardner (1995) es lo que hoy día conocemos como *inteligencia emocional.* Gardner define estas dos de la siguiente manera:

> "La inteligencia interpersonal es la capacidad para entender a las otras personas: lo que les motiva, cómo trabajan, cómo trabajar con ellos de forma cooperativa", por otro lado "la Inteligencia intrapersonal es una capacidad correlativa, pero orientada hacia dentro. Es la capacidad de formarse un modelo ajustado y verídico, de uno mismo y de ser capaz de usar este modelo para desenvolverse eficazmente en la vida".

4.5 Inteligencia emocional (IE)

En cuanto a Inteligencia emocional como concepto, hemos de destacar fundamentalmente a Daniel Goleman (1995, p. 89) que define la IE como la "capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones".

Usando la estructura y análisis de estudio de la inteligencia emocional que se recoge en Sanz (2020), podemos dividir la IE en tres modelos según los expertos. Estos modelos son: modelos mixtos, modelos de habilidades y otros modelos que complementan a los anteriores.

4.5.1 Los modelos de habilidades

Estos modelos basan la IE en las capacidades para procesar la información emocional. En estos modelos la personalidad y sus rasgos no se tienen en cuenta. Destaca el modelo de Salovey y Mayer (1990), elaborados a partir de las ideas de Gardner de inteligencia intra e interpersonal.

4.5.2 Salovey y Mayer

Fernández y Extremera (2005) definen la IE como una habilidad que se centra en procesar la información emocional y que busca unificar el razonamiento con las emociones, permitiendo que el uso de nuestras emociones facilite el razonamiento de una forma más efectiva e inteligente acorde a nuestra vida emocional.

4.5.3 Modelos mixtos

En los modelos mixtos, según García-Fernández y Giménez-Mas (2010, p.46) hay "rasgos de personalidad como el control del impulso, la motivación, la tolerancia a la frustración, el manejo del estrés, la ansiedad, el asertividad, la confianza y/o la persistencia".

A diferencia del modelo anterior, en este caso sí se combinan características personales con habilidades emocionales. Podríamos considerar a Goleman (1995) y Bar-On (1997) como los autores que más han desarrollado estos modelos.

4.5.4 Otros modelos

Existen otros modelos en los que se van introduciendo tanto aptitudes cognitivas como aspectos de la personalidad o agentes particulares.
Vallés y Vallés (1999) añaden, además de otras características como el realismo y el control de los miedos, un elemento clave a destacar: el sentido del humor. Por otro lado, Boccardo, Sasia y Fontenla (1999) distinguen entre IE y la inteligencia interpersonal. Matineaud y Engelhartn (1996) abarcan unos temas que vuelven a estar muy conectados con el fondo a tratar en este trabajo. Estos temas son el conocimiento de sí mismo, la

gestión del humor, la automotivación positiva, el control de impulso para aplazar la gratificación y la empatía. Por último, Cooper y Sawaf (1997) se basan en cuatro elementos: alfabetización emocional, agilidad emocional, profundidad emocional y alquimia emocional.

4.6 Expresión corporal y la inteligencia emocional

Sánchez y Coterón (2015) expresan que, a través de las artes del movimiento y la experimentación, así como de los diferentes roles que puede ser cada alumno/a, ya sea interpretando, como espectador o como coreógrafo, el alumnado puede trabajar la educación emocional. La educación física nos ofrece un contexto perfecto para este trabajo. Sánchez y Coterón (2015) también hablan de posibles recursos y entre ellos mencionan la danza, el mimo o el circo.

Cruz (2014) comenta el potencial del alumnado de infantil y primaria para la creatividad y como esta puede ser guiada para obtener un aprendizaje y, sobre todo, para el desarrollo de competencias básicas como la competencia en comunicación lingüística, por ejemplo.

La LOMCE, en el artículo 57.1 hace referencia a la importancia de que las administraciones tengan medios suficientes para que todo el alumnado pueda desarrollarse a nivel personal, intelectual, social y emocional.

El desarrollo motriz y el trabajo emocional que permite la EF son un escenario perfecto para poder desarrollar en el alumnado una buena educación emocional, partiendo de contenidos del propio currículo que nos permiten, a los docentes, llevar a cabo una práctica basada en pilares solidos de fundamentación teórica. Estos pilares están llenos de recursos que en EF son óptimos para el desarrollo emocional del alumnado. Un recurso es la expresión corporal ya que dentro de ella existen multitud de nuevos recursos que nos hacen más accesible el trabajo emocional (Rodríguez, 2018)

Silva, Abilleira y Gradín (2017) nos hablan de la unión entre lo físico y lo psicológico de cada individuo y su fuerte vinculación con lo emocional. Asimismo, añaden que la expresión corporal es idónea para que las capacidades físicas se vean enriquecidas, así

como las afectivas y sociales de cada alumno/a, además de construir la personalidad a través de la educación emocional.

A través de las sesiones de EF y la excitación que produce en el cuerpo la actividad física, somos capaces de llegar a lugares donde otras materias no pueden. No solo a nivel físico, sino también emocional, creando espacios óptimos para ello.

Pero no solo autores a nivel particular han hablado de esta unión expresión corporal-inteligencia o educación emocional. El propio currículo nos ofrece unos contenidos que nos acercan esta relación a nivel legislativo: DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. A continuación, exponemos algunos ejemplos del bloque 5 de contenidos del curriculum:

'Exploración y toma de conciencia de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal con espontaneidad y creatividad.' – A través de este contenido podemos trabajar en EF la competencia lingüística.

'Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.'– Donde la educación emocional cobra importancia y puede ser la clave a través de la cual llevar a cabo metodologías diferentes a las tradicionales.

Como dice Jara (2014) hemos de cambiar las metodologías. Una metodología basada en el placer hace que el alumnado esté más dispuesto a aprender, pues el aprendizaje es un proceso activo y voluntario y como docentes, debemos preparar nuestras clases a través del placer. Alejemos las ideas antiguas de 'La letra con sangre entra' y empecemos a crear espacios donde la creatividad, el humor y el placer nos sirvan de herramientas para aprender y de trampolines para nuestras emociones. Y es aquí donde el clown y la filosofía payasa que lleva a cabo este trabajo, cobran fuerza y sentido. En la creación de una metodología de placer y de espacios donde le alumnado se siente emocionalmente protegido.

Aller (2020) titula uno de sus textos después de esta pandemia como 'La construcción de entornos protectores, de buen trato y cuidado mutuo como concreción de los derechos de los niños, niñas y adolescentes.'

4.7 El Clown para el trabajo de la inteligencia emocional en EF

Las numerosas citas que se exponen a continuación, seleccionadas cuidadosamente, pretenden servir de hilo argumental de este TFG, además de ilustrar los objetivos y la finalidad que subyacen a la propuesta de trabajo efectuada.

Algunas personas creen que las crisis más grandes de la historia de la humanidad resultaron ser los momentos más creativos (Simonton, 1999). Bajo este criterio, la creatividad se entiende como la capacidad de adaptarse a situaciones nuevas y solucionar problemas (Karaca y Aral, 2017). El Coronavirus ha desatado una incertidumbre en nuestras vidas de una magnitud nunca vista hasta el momento. La incertidumbre también puede crear en nosotros cierta incomodidad o incluso falta de humor (Dream, 2012).

En la búsqueda de nuestra identidad, en ocasiones, andamos perdidos. Parece que no terminamos de conocernos del todo y en ocasiones no nos permitimos sorprendernos a nosotros mismos (Dream, 2020). Por lo general, el alumnado de primaria va pasando por las distintas fases evolutivas propias de la edad. Desde los 6 años hasta la adolescencia o pre-adolescencia de los 12, cuando pasan a Secundaria. En todo ese proceso el alumnado va conociéndose tanto a nivel motriz como a nivel personal y emocional.

Usar la 'máscara más pequeña del mundo' (Farneti, 2004) nos permite entrar en un estado de conocernos a nosotros mismos, pero sin juzgarnos. Esta nariz roja nos da la liberación emocional, creativa e interpretativa que, en ocasiones, ni siquiera somos conscientes de tenerla. El desarrollo del payaso que llevamos dentro es un proceso lento, pero de gran profundidad personal que puede aportar a los demás, y a nosotros mismos, la mejor medicina que ha creado el ser humano, la risa (Isarre, 2018).

El clown es un ser que habita dentro de nosotros mismos y que es capaz de pensar, actuar, comportarse, moverse, amar… igual que nosotros, pero con sus peculiaridades. Es un ser que navega por las emociones y las aviva (Jara, 2014). A través de su trabajo en el aula, el alumnado y profesorado son capaces de vivir experiencias de aprendizaje basadas en el humor como base (Jara, 2014).

La filosofía de aprendizaje a través del clown es muy peculiar. Las siguientes palabras resumen a grandes rasgos la pedagogía de la enseñanza a través del clown.

> 'El aprendizaje es el proceso para hacer las cosas bien; con frecuencia, antes, se hacen mal. Así que ensayo y error, sin frustración.

> La solidaridad entre el alumnado es un valor que actúa como el eco, se extiende y llega a todas las personas. Los logros de uno muestran el camino al grupo.
>
> El buen humor es beneficioso. Relaja, libera y es compatible con el rigor y la autodisciplina.
>
> Las evaluaciones facilitan un ambiente de diálogo y reflexión sobre lo aprendido y permiten que no se acumulen dudas, insatisfacciones o comentarios pendientes.
>
> Todas las personas deben tener su espacio y su tiempo para jugar y ejercitarse; de no ser así, la frustración puede aparecer en algunas de ellas, y con razón.
>
> No basta con seguir las pautas marcadas en cada ejercicio. Hay que respetarlas, pero intentando ir más allá, con iniciativa, imaginación y singularidad. Debemos combatir el conformismo con nuestra creatividad.
>
> Cualquier juego contiene en sí mismo muchas variantes. Es precioso imaginar, crear y desarrollar nuevos ejercicios a partir de los conocidos.' (Jara, 2014, p. 102-103).

El trabajo del clown permite crear espacios y situaciones de aprendizaje donde la educación emocional se torna como una herramienta de gran utilidad (Dream, 2012). Todo lo estudiado por Goleman y otros es una guía muy útil a seguir en cuanto al desarrollo de la inteligencia emocional. El clown entra en este punto como un recurso que permite educar a través de las emociones propias y del público (Vigneau, 2016).

Basándonos de nuevo en Jara (2014) podemos rescatar algunas sugerencias para el docente que pretende usar el clown en sus clases.

> 'El buen profesorado debe ser como un buen árbitro: pasar desapercibido, facilitando que le juego sea rico y que el alumnado disfrute.
>
> Un buen esquema debe ser flexible. Si advertimos que la energía y el momento exigen un cambio, hay que improvisar y experimentar por caminos no previstos. Arriesgar siempre tiene premio y es un buen ejemplo para que el alumnado también lo haga.
>
> Es necesario ilustrar, con detalles concretos de cada improvisación, los comentarios que se hacen sobre el trabajo individual o de grupo. Así, el alumnado entiende mejor los conceptos y confía más en la opinión del profesorado.

> Debemos tener como objetivo que el alumnado haga suyos dos o tres conceptos…. Pretender demasiado puede provocar frustración.
>
> Ser claro en las explicaciones de los ejercicios permite aprovechar mejor el tiempo, pues se reducen las dudas y preguntas y se evita tener que repetirlos por haber entendido mal las pautas.
>
> El profesorado no puede decirlo todo. Es preciso dar un tiempo al alumnado para comentar el ejercicio, si desean añadir algo. Siempre es probable que estas aportaciones propicien luz a los demás, profesorado incluido.' (Jara, 2014, p. 103).

El arte del clown es un arte que va a lo sensible. Pretende educar a través de la risa, pero también de la búsqueda de emociones y el aprendizaje a través de ellas (Simon, 2009). Por eso creo tan apropiado el trabajo del clown en primaria y en la situación que vivimos.

Si hemos mencionado anteriormente que Goleman (1995, p. 89) define la IE como la "capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones", el clown nace del cómo uno se siente y es sensible hacia lo que sienten los demás, para a partir de ahí construir siempre en positivo (Moreira, 2015).

También con anterioridad hemos hablado de que, dentro del DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León, encontrábamos:

> 'Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento'.

Podemos afirmar que el clown utiliza su capacidad expresiva y la comunicación de los sentimientos a través de su gesto, su mirada, su movimiento, su lenguaje oral o su complicidad (Farneti, 2004).

En expresión corporal existen multitud de recursos justificados según la normativa vigente para poder trabajar de manera transversal y competencial. El clown es un recurso más dentro de esta manera de educar. Digamos que basados en tres pilares fundamentales: educación emocional, competencial y transversal. Como rescatamos de Dream (2020), el clown es un recurso expresivo más. La figura del clown está relacionada con diversos ámbitos, ya sea en el circo, televisión, cortes reales… (Jara, 2014). Pero esta figura es un ser que habita dentro de nosotros y que, trabajarlo en Educación Primaria, puede aportar

un gran estímulo para el trabajo de la autorregulación, autoconocimiento y la autogestión de las emociones (Isarre,2018).

El clown parece estar fuera del ámbito educativo. Históricamente la figura del clown viene muy prejuzgada hacia un ser tonto, inútil, absurdo… pero olvidamos una característica muy potente a la cual hemos de explotar su poder educativo. Y es que 'para el clown, la vida, su vida, es la comunicación' (Jara 2014).

El trabajo del clown con alumnado de primaria es un abanico de posibilidades para la exploración de la creatividad. Es un espacio donde el juego simbólico cobra protagonismo y gran poder educativo. Por ejemplo, a perder el miedo al ridículo, entre otros.

Coterón et al. (2008) aseguran que la expresión corporal estudia la motricidad humana. Y esta motricidad se trabaja alrededor de 4 puntos clave: la expresividad, la comunicación, la estética y la creatividad.

Cuando hablamos de motricidad expresiva y creativa hemos de ser conscientes de los recursos de los que disponemos. Una vez tomamos consciencia de estos recursos, el clown en este caso, analizamos si es un buen recurso para llevarlo a cabo en una estructura pedagógica hacia la motricidad expresiva.

Coterón y Sánchez (2010) nos aportan una tabla donde podemos ver cómo pasamos de la expresion a la comunicación. Comunicación la cual, como hemos mencionado anteriormente, es la vida del clown. Aquí encontramos la competencia de comunicación lingüística en su maxima expresion. Y por supuesto entra dentro de dos pilares fundamentales de los que hemos mencionado con anterioridad: la trasversalidad y el trabajo por competencias.

Coterón y Sánchez (2010) también nos explican la progresion que existe desde lo que se denomina expresión hasta la comunicación. En un primer paso, la expresion se trabaja desde el descubrimiento y exploración del mundo interno. A través del uso de técnicas, se codifica un movimiento. Tras la estructuracion y organización de estos movimientos se puede elaborar una secuencia de ellos. Esta secuencia, guionizada y expuesta como un producto, es lo que acerca el concepto de comunicación.

Si observamos detenidamente, en 'exploración del mundo interno' encontramos el otro pilar fundamental del que hablábamos, la educacion emocional.

El trabajo del clown como recursos es una oportunidad unica de, partiendo de las emociones propias, conocer nuestras posibilidades expresivas, aprender una tecnica y, con ello, comunicar.

La casi totalidad del alumnado nunca ha trabajado en clave clown, por eso el docente ha de estar listo para embarcarse en una aventura creativa y expresiva sin precedentes.

4.8 EF en tiempos de COVID-19

El confinamiento ha puesto a prueba todo el sistema educativo. Como nos muestra Fernández Rodrigo (2020), existe un porcentaje muy alto de alumnado que si están confinados, no siguen la escuela y se ven fuera del sistema de enseñanza y aprendizaje. Gran cantidad de estudios y comentarios de docentes de EF durante la cuarentena afirmaban que, en gran medida, sus clases se centraban en aspectos de la expresión corporal. Se puede considerar un contenido más asequible para trabajar a distancia. En Fuentes et al (2020) se afirma que los contenidos del bloque 5 han sido los más trabajados por los docentes en cuarentena.

También parece importante destacar que la EF que vamos a poder aplicar en las aulas mientras se tenga que convivir con la pandemia, será muy diferente a lo desarrollado hasta el momento. En relación con esto, Martínez (2020) habla de la evolución de la EF y menciona que esta asignatura viene de un pasado donde las estructuras de clase eran casi militares. Estas clases estaban muy orientadas a la parte física y casi militarizadas en el individualismo y la competitividad. Existe un cierto riesgo, desde mi punto de vista, a que la situación de pandemia nos vuelva a llevar a este tipo de EF.

Jackobson et al. (2020) nos acercan la realidad vivida por prácticamente todos. Esta realidad en la que se ha visto que, en tiempos difíciles como los de la cuarentena, la actividad física se erigía como una salida saludable tanto a nivel físico como mental. La educación física, como su nombre indica, lleva implícita una educación a través de lo físico. Si bien es cierto que en la parte física parece estar todo el mundo de acuerdo, el cuerpo humano demanda algo más. El ser humano es una dualidad física y mental y la expresión corporal es una buena vía para explorar ambas partes por igual. Sin embargo, aunque esta concepción lleva incorporada a la legislación desde 1990, en las escuelas sigue abordándose de manera residual o incluso no aparece (Coterón, 2009).

La expresión corporal, como toda la escuela, también ha ido evolucionando. Las tecnologías de Información y Comunicación (TICs), los cambios sociales… han ayudado a generar otras perspectivas y posibilidades para trabajar con la Expresión Corporal (EC). Como se ve en Carriedo (2020), los recursos son amplios y diversos y cada vez existen más posibilidades de acercar la EC al aula.

Al igual que para cualquier otra materia, 2020 supone una reformulación de metodologías, recursos y materiales para impartir EF. La continua posibilidad de que el alumnado se encuentre de nuevo dentro de casa hace que debamos plantear las asignaturas desde una perspectiva más abierta. En el caso de la EF, las posibilidades son muy amplias: desde asegurar los niveles de actividad física básicos para la salud, hasta conseguir alcanzar los objetivos del Currículo con un enfoque más competencial, en el que hemos de incluir las nuevas tecnologías. En esta EF, deportes, expresión corporal, hábitos de vida… todo ha de centrarse en un nuevo contexto y, asimismo, el sistema de evaluación, tan complejo en esta área (Burgueño et al., 2021).

Existen multitud de propuestas y recursos sobre cómo acercar la expresión corporal a la situación del curso 2020/21 y próximos. A continuación, destaco lo que considero más interesante y que puede aportar luz a este trabajo:

- Biodanza: 'La Biodanza es una disciplina emergente que parece estar relacionada con la salud y el bienestar. Basada en un sistema integrador de disciplinas como la danza, la música y sobre todo la expresión corporal, que permite a los participantes adaptar su nivel inicial y sus capacidades' (Altamirano, 2020. p 1).
- Retos virales: Carriedo (2020) hace un análisis de diferentes recursos que adaptan esta moda de los *challenges*. Estos retos se pueden recoger como recursos para introducir aspectos de la EF como el baile, acrosport, teatro…
- Sociofilm: como recursos es una iniciativa que surge de mezclar expresión corporal, cine y gamificación (Villajas y Chaparro, 2020).

Esto son solo algunos ejemplos destacados a fecha de noviembre de 2020. Espero y deseo que cada mes obtengamos más y mejores propuestas de innovación en el ámbito de la expresión corporal y el COVID.

Por último, cabe destacar que la EF está sujeta a las normativas nuevas y cambiantes de la escuela con respecto al COVID. En Hortigüela et al (2020) se hace una recogida de

información relevante respecto a los aspectos a tener en consideración para establecer medidas preventivas en la nueva EF. Estos la organizan en:

- Deberes del docente:
    - Conocer la normativa nacional y regional
    - Conocer la normativa de centro
- Programaciones:
    - Flexibles y adaptables a los posibles cambios
- Distancias:
    - Priorizando las actividades de no contacto físico para asegurar 1,5 metros entre personas
- Espacios:
    - Prioridad a los espacios abiertos y al aire libre
    - Como centro asumen la responsabilidad de mantener las medidas higiénico-sanitarias correspondientes
- Materiales:
    - Evitar actividades donde se toquen directamente muchas superficies
    - Prever el uso del material antes de las sesiones, teniendo en cuenta el curso y el tiempo de la sesión
    - Asegurar la desinfección tras su uso
    - Priorizar el uso de materiales de desinfectado sencillo
    - Evitar compartir material. Enumerando, asignando o teniendo cada alumno su propio material
    - Asegurar un material dentro de los presupuestos del centro
- Grupos:
    - Intentar asegurar un número más reducido de alumnado por clase
    - Crear grupos en la sesión por afinidad, así en caso de contagio, el rastreo será más sencillo
- Información:
    - El alumnado ha de ser informado en todo momento de la normativa y de las medidas de higiene y de

> concienciación. Han de ser partícipes de la responsabilidad común que supone la situación y optar por la concienciación más que por el aislamiento total de la realidad.

Por todo esto, este trabajo pone sus esfuerzos en realzar y aplicar las virtudes del trabajo del clown como herramienta de la expresión corporal dentro de la Educación Física que nos toca impartir en el curso 2020/2021. Como hemos visto, el trabajo del clown con el alumnado parte de un enfoque emocional y personal para, a partir de ahí, construir un grupo.

Además, el trabajo introspectivo y holístico del clown permite planificar actividades donde se cumplan todas las medidas de seguridad. A través del trabajo del clown facilitamos la creación de espacios de exploración y creatividad. En estos espacios podemos cambiar los modelos de sesión utilizados hasta ahora (Coterón, 2009) y facilitar espacios seguros de creación y educativos.

La posibilidad continua de que el alumnado o el docente tengan que confinarse en casa durante algunos periodos del curso, hace que las sesiones tengan que estar diseñadas para poder seguirse desde casa. Se precisan una estructura, objetivos y contenidos flexibles que se adapten a la circunstancia de trabajar con el alumnado, ya esté en el aula o en casa (Carriedo, 2020). La EC a través del clown permite, también, fabricar esos espacios personales de creación incluso estando confinados, pues no es necesario ni mucho material, ni grandes espacios, ni siquiera personas a nuestro alrededor.

Por último, estos 'tiempos de COVID' nos obligan a replantearnos nuestra manera de dar clase. El trabajo de clown, tras este confinamiento tan largo y lo 'absurdo' de nuestro día a día, crea un momento idóneo para empezar a trabajar con el alumnado ese mundo interno del que hablábamos con anterioridad. Pero hemos de ser realistas y aceptar que la enseñanza, al menos durante un tiempo, va a estar marcada por ser total o parcialmente *on line*. El trabajo del payaso en casa, si la situación lo permite, puede aportar a los estudiantes, e incluso a sus familiares, momentos de desconexión en ese duro encierro. Puede aportar también lucidez dentro del día a día.

Igualmente, el estudiante está aprendiendo una parte del currículo que muchas veces queda en el olvido. De esta manera se asegura que el proceso de enseñanza-aprendizaje abarque holísticamente todas las perspectivas desde las que se puede mirar a un

estudiante; en este sentido, conviene recalcar que existen recursos más que de sobra para llevar la educación hacia el lugar que merece dentro de la sociedad.

5. UNIDAD DIDÁCTICA

5.1 Filosofía payasa, contextualización e introducción a la UD

Cuando nos planteamos la idea de payaso o clown, tendemos a tener una idea preconcebida. Esta idea suele estar basada en el payaso que conocemos del circo. Esta figura suele ser un personaje que se cae a propósito, que exagera sus emociones y que pretende hacer reír (Jara, 2014). Pero la idea de clown que se trabaja en este proyecto va más allá. Quizás llamándolo clown, elevamos un poco esa figura y la comprendemos como un recurso dentro de las artes escénicas.

Este proyecto se centra en una intervención didáctica que incluye la figura del clown dentro del aula de Primaria. Las actividades propuestas, dada su particular naturaleza, se prestan a ser fácilmente modificadas por cada docente en función del grupo al que se dirija.

Es esencial comenzar las actividades preparando al alumnado para entrar en lo que denominaremos 'Estado payaso' (Jara, 2014). Este es un estado físico y emocional en el que la persona se encuentra dispuesta a pasarlo bien, a escucharse, a escuchar y a querer reír. Una vez que alcanzamos un primer nivel de 'Estado payaso', ya podremos empezar a introducir ejercicios más específicos de clown, pero sin escenario. Por último, una vez interiorizado el 'estado payaso', empezaremos a introducir escenas donde predomina la improvisación.

Una de las premisas básicas de la actividad es comprender que un clown no es un actor. No nos centraremos en memorizar textos o escenas para representarlos. El payaso y la payasa se nutren del público. Un actor puede reproducir su texto independientemente de si hay o no público. Un clown, sin embargo, necesita el público para estar completo, porque todo lo que hace, lo hace para el público.

Otra premisa es que todo el mundo puede ser clown. En el caso de quienes no lo saben, será necesario ayudarles a descubrirlo y, en todos los casos, contribuir a que aprendan a "sacarlo" y a alcanzar el antes citado estado payaso.

El 'Estado payaso' es fácil de conseguir si miramos al alumnado de 1º, 2º o 3º de primaria. Pero a partir de 4º y hasta la edad adulta, esta capacidad para jugar sin juzgar se va perdiendo. Y es algo básico, en este tipo de ejercicios, ser capaz de jugar sin juzgarse a sí mismo ni a los demás. A medida que vamos creciendo, las normas sociales pueden conseguir que vayamos ocultando el payaso o payasa que llevamos dentro.

Pero hemos de tener muy claro que la actitud del clown no es la de un niño de 4 años. No se trata de creernos que con la nariz roja nos volvemos alumnos de infantil y nos comportamos como ellos. Simplemente, la nariz y el 'Estado payaso' nos permiten jugar desde otra perspectiva. Se trata de mostrar lo ridículo que todos tenemos pero que por el hecho de tener que convivir en sociedad, muchas veces tratamos de ocultar. Y el clown es de eso de lo que se nutre, de mostrar esa parte ridícula que todos tenemos. Se trata de ser uno mismo, no de engañarse a posta. No tropieza a posta para que la gente ría. La risa aparece en la dinámica de hacer las cosas. La risa aparece en las soluciones que se dan a los problemas que plantearemos en las actividades. Los clowns tendrán que solucionar algunos problemas y puede que las soluciones no sean las más aceptadas socialmente, pero es ahí donde aparece la risa, en la honestidad de querer solucionar algo, pero no saber cómo, aceptarlo y aun así intentarlo.

5.2 La mirada clown

Este punto es de vital importancia. El clown necesita estar atento a lo que ocurre a su alrededor. Su mirada ha de ser una mirada que comparta emociones. Un clown no entra en escena mirando al suelo, hace lo que tenga que hacer y se marcha sin mirar al público o a sus otros compañeros/as clowns. El clown comparte con su mirada todo lo que le ocurre. Hace partícipe al público y al resto de personas de la escena de lo que le pasa, lo que siente o incluso lo que piensa.

Este aspecto desde el punto de vista docente es clave. A partir de 5º de primaria, el alumnado empieza a entrar en una edad donde los cambios corporales y emocionales hacen que cada vez se miren menos, compartan menos sus emociones y tiendan a encerrarse en ellos mismos porque el mundo 'no les comprende'. Por eso, este tipo de actividades sirve para abrir, oxigenar esas mociones y hacernos fuertes desde el compartir con la mirada lo que nos ocurre.

En todas las escenas o juegos donde entre un clown, debe: nada más entrar, mirar al público, y al salir, antes de meterse detrás del biombo o tela, echar una última ojeada para cerrar.

Si tenemos en cuenta que las sesiones serán en 2020/2021, con la mascarilla puesta, la mirada cobra un extra de importancia en todo lo que sea comunicación no verbal.

5.3 El ritmo payaso

Generalmente el mundo va más rápido de lo que nuestro clown puede gestionar. Al clown le van ocurriendo cosas y este intenta gestionarlas, pero a un ritmo más lento. Esta premisa es importante sobre todo en las primeras sesiones o UDs que realicemos con alumnado. El clown suele ir más lento que nosotros. Además, como hemos visto antes, tiene que compartir con la mirada lo que le ocurre en todo momento, así que eso tampoco le ayuda a ir más rápido.

En el mundo acelerado que vivimos hoy en día, ofrecer un espacio donde podamos ir más lentos es muy recomendable. El alumnado generalmente produce un nivel de agitación que en ocasiones es difícil de gestionar. El clown lleva un ritmo más lento y, aunque por fruto de la improvisación y ponernos delante de gente en escena, ya se nos acelere el ritmo cardiaco, nuestra templanza ha de ser la del clown, tranquila, lenta y compartiendo.

5.4 La nariz roja

Muchos autores de artes escénicas denominan a la nariz roja como ‘la máscara más pequeña del mundo’.

Si algo nos enseñó Shakespeare es que las máscaras pueden cambiarlo todo.

Cuando nos ponemos la nariz de payaso, generalmente, y simplemente por ponerla, nuestra cara ya cambia, ya parece más cómica, aunque no lo pretendamos. Además, cuando hacemos que esa nariz forme parte de nosotros y logramos actuar como si no la llevásemos puesta, es cuando hemos alcanzado realmente el ‘Estado payaso’.

Es importante incidir en que la nariz siempre ha de ir sujeta con una goma a la parte de atrás de la cabeza. En este 2020, más aún, pues tiene que ir encima de la mascarilla.

5.5 El clown es…

- ♥ Vulnerable. A todo lo que le rodea. Pues está atento/a todo.
- ♥ Inocente. Incluso el clown más pillo/a no tiene maldad, actúa siempre desde la inocencia. No quiere herir a nadie. Además, en la puesta en práctica se ve que, esa inocencia, cuando es expuesta a problemas es la que más risa suele provocar.
- ♥ Un ser que piensa simple. No se complica la vida. Busca la solución 'payasa' pero la más sencilla. Cosas sencillas porque así el público es capaz de seguirlo. Si pretendemos mandar demasiada información, el público se pierde.
- ♥ Natural y real. No quiere actuar, no quiere que le salga bien. Lo intenta siempre pero no pretende sobreactuar.
- ♥ Un ser que no tiene miedo al fracaso. Como lo intenta siempre desde su inocencia y su vulnerabilidad, está expuesto a fracasar. Pero 'en la calamidad, el clown encuentra una oportunidad' (Jara, 2014). Es una oportunidad de fracasar. Generalmente cuando hacemos algo mal nos cuesta reconocerlo, pero el clown sí que lo reconoce, y eso provoca risa porque el público se siente al mismo nivel que el clown. Las primeras sesiones de contacto con el clown pretenden conseguir que, al fracasar, aceptemos el fracaso y el público nos ayude a salir de él con dignidad, con dignidad payasa.
- ♥ Emoción. Antes de salir a escena, el clown parte de una emoción. Las emociones pueden cambiar, pero todo eso lo que comparte con el público.
- ♥ Un ser espontáneo. Como no actúa, dice lo primero que le viene a la cabeza, no hay juicios. Creatividad y motricidad propositiva.
- ♥ Honesto. Hace todo con honradez, integridad, rectitud, dignidad y bondad.
- ♥ Un ser que no pretende divertir, sino divertirse.

5.6 Normas en las sesiones clown

En todas las sesiones existen dos premisas básicas:

1. No se puede hacer daño ni a uno mismo, ni al material ni a ninguna persona, es decir no podemos asumir ningún tipo de riesgo.
2. Todo lo que no está prohibido, está permitido.

5.7 El 'sí' mágico

Esta intervención didáctica está diseñada para que pueda ser llevada a cabo por expertos en docencia. No es necesario ser especialista en artes escénicas.

El 'sí mágico' debe ser un recurso dentro de estas sesiones, en todas la que se trabaje clown. El ´sí mágico' es una premisa básica para trabajar en el 'estado payaso'. El 'sí mágico' significa decir que sí a todo. Tanto a nivel individual, si te proponen un reto, como a nivel de los otros payasos que están en la sala. Significa poder permitirte a ti mismo todo lo que se te venga a la cabeza, en las improvisaciones o en trabajo personal de cada clown. Significa también aceptar la primera palabra del otro, y que te parezca la mejor del mundo.

Por ejemplo: situación de actividad en una sesión, se les propone a dos alumnos que con su nariz representen un estado de ánimo juntos. Los dos alumnos, probablemente con vergüenza salgan ahí y uno le diga al otro, 'vamos a representar la felicidad' y el otro alumno le diga 'no, yo prefiero la tristeza'. En este caso se ha roto el 'sí mágico' porque no hemos respetado el primer deseo de la otra persona. Este concepto es muy aplicable a las sesiones de EF donde el alumnado tiene que tomar decisiones dentro de una asignatura.

5.8 Indicaciones para entender la UD y para poder aplicarla como docente

Las sesiones están diseñadas para grupos de unas 15 personas. Esta premisa es posible en muchos centros por la bajada de ratios debido a la COVID-19.

Estas sesiones se organizarán en actividades grupales, individuales, e improvisaciones con público, individuales y grupales también. Además, se deberían realizar en una sala del centro, con buena sonoridad, no muy grande, pero lo suficiente como para que se pueda mantener la distancia de seguridad. En muchos centros existen estas salas. Pero si esa sala no es posible, el pabellón o gimnasio de EF puede ser buena opción, simplemente hay que asegurarse que no hay nada de ruido, o el mínimo posible y que la sala permita crear un espacio sufrientemente amplio para moverse manteniendo la distancia de seguridad.

En cuanto a las improvisaciones de clown, es importante que el docente y el alumno conozcan estas pautas y las hagan suyas. Digamos 10 pautas, rescatadas por Jara (2014), que, bajo mi experiencia en la formación personal de clown, es importantísimo tener claras. Estas serán explicadas en las sesiones presenciales de EF y cuando las sesiones sean *online*, deberán tener otro formato que luego veremos.

Recomendaciones de oro:

1. Quitar del cerebro el insensato pensamiento de tener que hacer reír a toda costa.
2. La nariz, preferiblemente roja, ha de estar perfectamente acoplada a la cara con una goma. Se ha de estar cómodo/a con ella para que no la toquemos continuamente.
3. En cuanto nos ponemos la nariz, la improvisación empieza. Incluso si estamos detrás del biombo y no nos ve nadie, ya estamos improvisando, pues pueden producirse emociones y sonidos que nos estimulen a los que improvisamos y al público. Del mismo modo, la improvisación no termina hasta que no nos quitamos la nariz detrás del biombo y volvemos a la zona común.
4. Improvisar implica accionar, y para ello es necesaria una actitud activa de participar del juego, evitando instalarse en un rol pasivo de lo que ocurre. Intervenir en las propuestas de juego es estar dentro, observar sin participar es estar fuera.
5. El hábito de mirar al público y compartir debe ser muy importante. La mirada es la primera manera que tiene el payaso de anticipar la información que pueda dar con palabras. Es una técnica laboriosa al principio, por lo que el formador tiene que estar alerta para pedir a los clowns que nos miren constantemente en todos aquellos momentos de cierta intensidad emocional.
6. Es muy conveniente evitar trasladar automática y autoritariamente al clown la ideología y los gustos o preferencias de cada persona. Es más interesante ir viendo cómo es nuestro clown. Con alumnado de primaria este concepto será más difícil de conseguir, pues aún no tienen gustos muy definidos, pero sí ciertos aspectos de su personalidad.
7. Se llega a los comportamientos de nuestro clown por medio del juego y del 'estado payaso'. Es de vital importancia conocer a nuestro clown desde

diversas situaciones emocionales y así, poco a poco, hacer que se vaya conformando su ser más auténtico.

8. Una improvisación no funciona si el resto del alumnado que hace de público no tiene una actitud de complicidad, diversión y solidaridad ante el esfuerzo de aquellos que están en escena. Es preciso vivir el aprendizaje como un juego apasionante y no como algo difícil que nos da la vida.
9. Si el alumnado sigue trabajando el clown en otros cursos, sería recomendable que confeccionaran un vestuario o dispusieran de diferentes objetos, con el fin de ir confeccionado su clown.
10. En una improvisación clown hay cuatro pilares básicos y por tanto en las sesiones de EF donde se aplique el clown: entrar con ganas, escuchar, estar payasos y el 'sí mágico'.

Me gustaría hacer una aclaración. La improvisación es un recurso utilizado en estas sesiones, cuyo objetivo es que el alumnado conozca su clown y aprenda el lenguaje clown. Si se quisiera perfeccionar este recurso de cara a las artes escénicas, el docente sí que debería tener formación en teatro, puesta en escena… pero para una iniciación al clown desde primaria no es necesario.

5.9 Estructura de sesión

He de concretar que las sesiones de esta UD, y bajo mi criterio, de todas en las que se introduzca el clown, han de ser muy abiertas. El docente debe ser capaz de leer al grupo y las fases por las que va pasando para tomar unas decisiones u otras. Por tanto, y aunque existan objetivos en cada sesión, el docente debe estar preparado para llevar la sesión hacia donde el grupo marca, siempre en base a lo que se pretende conseguir con cada juego.

Antes de comenzar con sesiones prácticas, sería conveniente que el alumnado tuviera una orientación teórica del clown. Tipos, orígenes, clowns famosos. En esta orientación teórica intentaríamos mostrar una figura del clown alejada de la preconcebida que el alumnado pueda tener de torpe e inservible, y le acercaríamos esa visión del clown como recurso expresivo y personaje que vive dentro de nosotros.

Las sesiones se estructuran en:

- Juegos de calentamiento, que servirán para apartar la realidad individual con la que cada alumno/a entra en clase y poner cuerpo y mente en predisposición de ser solidarios, lúdicos y cómplices.
- Juegos de preparación, que nos disponen al juego clown posterior. Estos juegos al igual que los de calentamiento, pueden estar ya enfocados al contenido que queremos trabajar, pero de una forma más concreta.
- Propuestas de improvisación con nariz, donde el alumnado con público, o todos los clowns al mismo tiempo ejercitan y experimentan.
- Valoraciones, donde se dejará un espacio de reflexión tranquila sobre las dificultades y los avances.

Como se verá posteriormente, no todas las sesiones pasarán por estas cuatro fases. Algunas veces nos centraremos en las dos primeras, sobre todo al principio, donde se buscan unas fases más orientadas a la entonación y exploración.

6. DESARROLLO DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

EL CLOWN QUE VIVE DENTRO DE TÍ
5º PRIMARIA
TEMPORALIZACIÓN / SESIONES
- Sesión 1: **¿Payaso/a? ¿Insulto u objetivo?** Sesión teórica y evaluación inicial. Firma del 'Decálogo clown'. Con versión *online.* - Sesión 2: **Buscando el 'estado payaso'** Juegos de entonación. Con versión *online.* - Sesión 3: **Buscando el 'estado payaso'** Juegos de entonación. - Sesión 4: **La máscara más pequeña del mundo**. Primeros juegos con nariz. Con versión *online.* - Sesión 5: **Improvisaclown.** Primeras improvisaciones. - Sesión 6: **¿Aplausos?** Improvisaciones. Con versión *online.* - Sesión 7: **El casting.** Improvisaciones. - Sesión 8: **Hoy deciden los clowns.** Con versión *online* muy modificada, sesión de despedida.

JUSTIFICACIÓN

El clown es una herramienta más dentro de la expresión corporal, dentro de la Educación Física. En el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León encontramos un bloque completo dedicado a las actividades físicas artístico-expresivas. El clown se encuentra dentro de este bloque. Además, dentro de los estándares de aprendizaje de este bloque, el clon encaja perfectamente para alcanzar aquellos que hacen referencia a la representación, construcción de obras individuales o grupales y al respeto a la diversidad. A su vez, esta herramienta es un agente importante en el trabajo del esquema corporal, pues posibilita la exploración corporal propia.

Por otro lado, el clown posibilita una metodología basada en el humor y en el placer. Esto prepara a docente y alumno para crear un clima de respeto, disfrute y humor. Un buen clima grupal, así como la introspección en las emociones, posibilitan un trabajo educativo que va más allá de los estándares de aprendizaje, se establece un aprendizaje sobre uno mismo como ser que vive, piensa, y siente.

CRITERIOS EVALUACION 5º CURSO DEL DECRETO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE 5º CURSO DEL DECRETO
B5. 1. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	1.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.
	1.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.
B5. 2. Participar en las actividades artístico-expresivas con conocimiento y aplicación de las normas, mostrando una actitud de aceptación y respeto hacia las demás personas, materiales y espacios, y	2.2. Respeta las normas y reglas de las actividades, manteniendo una conducta respetuosa y que no perjudique el desarrollo de la actividad.

resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir.	
B2. 1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural
3. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	3.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.
CRITERIOS EVALUACIÓN DE LA UD SECUENCIADOS EN SESIONES	**ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA UD SECUENCIADOS**
Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, dando prioridad a la improvisación y teniendo como base las emociones.	Representa, desde su clown, sentimientos, emociones, situaciones ficticias individualmente, en parejas o en grupos.
	Construye e improvisa composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo del ‘estado payaso’.
Participar en las sesiones de clown desde el conocimiento del ‘Decálogo clown’ y aplicándolo.	Respeta el ‘Decálogo clown’. Muestra una actitud cómplice, lúdica y solidaria.
Resolver en las improvisaciones o dinámicas grupales situaciones motrices con diversidad de estímulos ya sean espacio temporales, musicales o comunicativas.	Adapta los desplazamientos a diferentes tipos elementos del imaginario.

Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando su clown y el de los demás.	Respeta la diversidad de realidades clowns, sus capacidades comunicativas y expresivas.

CONTENIDOS 5º CURO DEL DECRETO
B2. Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales. El control postural en reposo y/o movimiento de forma económica y equilibrada.
B2. Estados corporales: estructuras y sistemas vinculados a los cambios orgánicos derivados de la educación actividad física.
B5. Exploración y toma de conciencia de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal con espontaneidad y creatividad.
B5. Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.
B5. Representaciones y dramatizaciones utilizando el lenguaje gestual y corporal.
B5. Disfrute mediante la expresión a través del propio cuerpo: valoración de los usos expresivos del lenguaje corporal.
B5. Utilización de objetos y materiales en dramatizaciones y en la construcción de escenarios.

CONTENIDOS DE LA UD SECUENCIADOS
He de comentar que estos contenidos serán generales en todas las sesiones. - Conocimiento del mundo clown. Clowns famosos, historia… - El ‘sí mágico’ - La mirada - Perdida del miedo al fracaso - Representaciones de emociones desde mi clown

- Respeto las improvisaciones o ejercicios de los demás

OBJETIVOS OBTENIDOS DEL DECRETO. PARTE COMÚN A TODOS LOS CURSOS. EF EN PRIMARIA.

- Desarrollar la competencia motriz entendida como la integración de los conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos vinculados a la conducta motora.
- Fomentar la comunicación y la expresividad a través del cuerpo y el movimiento.
- Usar el espacio, las calidades del movimiento, así como los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y la creatividad en el uso de diferentes registros de expresión

OBJETIVOS OBTENIDOS DE LA UD SECUENCIADOS

- Fomentar la escucha activa. A través de la cual dejamos espacio a las demás personas para que propongan. Como recurso al exceso de propuestas propias sin contar con los demás.
- Moverse al ritmo del clown, un ritmo más lento y expresivo.
- Mirar, a mis compañeros, al público, a mí mismo/a.
- Favorecer el 'sí mágico' como herramienta de respeto hacia los demás y hacia mí mismo/a.
- Perder el miedo al fracaso.
- Representar emociones e ideas desde mi clown.

OBJETIVOS GENERALES DEL CLOWN DENTRO DE LA EF

- Conocer e investigar las posibilidades del lenguaje del cuerpo y oral.
- Investigar e indagar las diferentes cualidades del movimiento.
- Potenciar la expresión corporal. Poner en práctica gestos y su relación con los diferentes estados de ánimo.
- Desarrollar la capacidad de representar estados de ánimo.
- Desarrollar la capacidad de improvisación individual y grupal.
- Estimular la imaginación e iniciativa.
- Potenciar la desinhibición.
- Reconocer el cuerpo y no solo el intelecto como material de trabajo.
- Valorar, aceptar y respetar las formas expresivas propias y las de los demás.
- Reflexionar sobre la actitud de cada persona dentro de un grupo.

Antes de comenzar, es necesario saber que a continuación se muestran las sesiones y sus posibles cambios a realizar en caso de estar confinados. No habrá el mismo número de sesiones online como presenciales, pues hay que ser consciente de la dificultad que conlleva el seguimiento online de las sesiones y no se pretende sobrecargar a alumnado y ni a las familias. Por otro lado, en la evaluación, si se permitiese, podría ayudar que el docente grabe las improvisaciones y ejercicios de clase.

SESIONES

SESIÓN 1 ¿Payaso/a? ¿Insulto u objetivo?

OBJETIVOS DE LA SESIÓN

- Conocer el mundo clown y algunos clowns famosos
- Conocer la UD y su temática
- Trabajar la escucha grupal y la mirada

CONTENIDOS

- Conocimiento del mundo clown. Clowns famosos, historia…
- El 'sí mágico'

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

El principio de esta sesión podría decirse que parte de una metodología más tradicional. El docente es quien pretende enseñar unas nociones básicas y unos conceptos básicos.

El rol del docente en los primeros instantes es más participativo que el del alumnado. Pero a medida que pasa la sesión, el docente debe ir dando más voz al alumnado, con el objetivo de ver cuál es punto de partida de la clase y sus preconceptos sobre el mundo clown.

La última parte de la sesión es lúdica, donde se propone un juego como método de aprendizaje de dos conceptos: la mirada y la escucha.

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencias sociales y cívicas.
- Conciencia y expresiones culturales.

RECURSOS

Humanos: alumnado y docente en actitud entusiasta.

Materiales: pantalla digital, *youtube*.

EVALUACIÓN

Esta sesión sirve de evaluación inicial. El docente, en su cuaderno, deberá anotar las sensaciones que tiene de la sesión y en qué punto cree que parte el grupo.

ACNEAE

Si existen casos ACNEAE muy severos, el docente ha de asegurar que reciben y comprenden la información. En casos de dificultades con el idioma, la problemática no es muy grande debido a que ningún clown de los vistos en videos habla.

INICIO:

La sesión comenzará viendo una serie de vídeos. El primero de Charlie Rivel https://www.youtube.com/watch?v=9hK_G5EdmAk&ab_channel=drflummox

Este vídeo nos servirá de puente a hablar de '¿Qué es para vosotros/as un/a payaso/a?'

PARTE PRINCIPAL:

Esta parte de la sesión se centrará en explicar la UD y el 'Decálogo clown':

1. Siempre he de mirar al público.
2. 'Si mágico'. Si la actividad la hago yo solo/a, la primera cosa que me viene a la cabeza es la buena. Si trabajo con otras personas, la primera idea que le venga a cualquier persona es la buena. Si me proponen algo, contexto siempre que sí.
3. No tengo que ser gracioso/a. si la gente se ríe, bien, si no, también.
4. Busco divertirme antes que divertir.
5. Respeto a mi clown y al de las demás personas.
6. La nariz roja es un objeto de mucha importancia y cuando me la pongo forma parte de mí.
7. Cuando haga de público, tengo que ser solidario/a, cómplice y respetuoso.
8. Mi clown soy yo. Pero sin tener vergüenzas ni miedo al fracaso.
9. Escuchar activamente significa, que escucho y pongo toda mi atención en aquello que hacen, dicen o expresan.
10. A las sesiones de clown 'entro con ganas, escucho y estoy payaso/a'

Se continuará con la visualización del video del payaso ruso Slava:

https://www.youtube.com/watch?v=vt4ISnflxgk&ab_channel=PhilippeDevienne

Tras el cual se explicará:

'¿Cómo diríais que es el ritmo en los movimientos de este payaso? ¿Más rápido o más lento que el nuestro? Veis que no va a cámara lenta ¿no? Sin embargo, podemos ver que lleva un ritmo más pausado. Ahora vamos a ver un ejemplo de un clown español. Cuco, que ganó el programa de televisión *'Got talent'* veremos los 5 primeros minutos. Quiero que os fijéis en dos cosas fundamentalmente: como no para de mirar al público y como recoge todo lo que pasa con el público.'

https://www.youtube.com/watch?v=UqPNtNOFSCo&ab_channel=FrancisJ.Quir%C3%B3s

PARTE FINAL:

La sesión finalizará con una dinámica de grupo.

Dentro del aula y manteniendo las distancias de seguridad. La clase, sin establecer un orden, deberá ser capaz de contar hasta 10. No se puede hablar, ni gesticular, únicamente mirarse y decir un numero cuando se crea oportuno.

SESIÓN 1 ¿Payaso/a? ¿Insulto u objetivo? *Desde casa*

La actividad consistirá en ver los videos que hemos visto en clase y escribir una pequeña entrada sobre: ¿Qué es para mí un payaso?

SESIÓN 2 Buscando el 'estado payaso'

OBJETIVOS DE LA SESIÓN

- Mirar, a mis compañeros, al público, a mí mismo/a.
- Favorecer el 'sí mágico' como herramienta de respeto hacia los demás y hacia mí mismo/a.
- Perder el miedo al fracaso.
- Crear una cohesión grupal y clima relajado de juego y aprendizaje.

CONTENIDOS

- El 'sí mágico'
- La mirada
- Perdida del miedo al fracaso

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Metodología basada en el juego expresivo. El alumnado experimenta, descubre y juega con su corporalidad. Se facilita en todo momento un *feedback* positivo y ánimos al alumnado a sacar su parte más expresiva.

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencias sociales y cívicas.

RECURSOS

- Humanos: alumnado y docente entusiasta.
- Materiales: un silbato o campana, si se quiere, para parar las actividades con un sonido.

EVALUACIÓN

Notas recogidas en el diario.

ACNEAE

Si existiese algún tipo de problemas con el lenguaje, se podrían traer las emociones en dibujos, o que se ejemplifiquen antes para el alumno/a con problemas de lenguaje.

El resto de los casos ACNEA, bajo mi criterio, deberían ser aptos para este tipo de actividad.

INICIO:

La sesión comenzará con una pequeña charla donde se recordarán las pautas del 'Decálogo clown'. Posteriormente se pasará a realizar una serie de juegos grupales. Los tres primeros serán juegos físicos sin nariz.

- Contar sin orden. Se repite la actividad del día anterior, pero todo el mundo formando un círculo y de pie. Mirándose unos a otros deben ser capaces de contar hasta el número que indique el docente. Si dos personas coinciden, se vuelve a empezar.
- Formas de caminar: se camina normal por el espacio. Hasta que una persona libremente comienza a andar diferente. Todas las personas de la clase, sin hablar deben imitar esa nueva manera de andar. Hasta que todas las personas caminan de esa nueva manera. Entonces, libremente otra persona comienza a andar de nuevo normal. Hasta que todas vuelven a hacerlo. Así sucesivamente.

*Puede que en esta actividad existan multitud de propuestas. El docente debe recordar que hemos de estar en contacto visual en todo momento. Y que si vemos a alguien haciendo algo distinto no debo hacer otro movimiento sino el de esa persona.

* Si el docente ve que sigue habiendo demasiadas propuestas, puede marcar el nombre de la persona que inicia el cambio y marcar de nuevo la marcha normal.

- Caminar saludando. Este 'simple' ejercicio trata de caminar libremente por el espacio. Cada vez que se crucen con alguien han de saludarse, sin tocarse, y mirándose a los ojos directamente. Antes de que acabe el ejercicio han de haber saludado a todas las personas. Si alguna persona quiere saludar a los objetos que rodean la clase, puede, todo lo que se pueda debe quedar saludado.

PARTE PRINCIPAL:

En esta parte de la sesión se comenzará a realizar una serie de juegos imaginativos.

- La ducha. El alumnado se reparte por la sala. Individualmente se tumban en el suelo. Han de imaginarse lo que el docente marcará en voz alta. Han de intentar sentir y vivir aquello que se imaginan. El docente: 'estáis durmiendo placenteramente'… 'suena el despertador y poco a poco os vais desperezando'… 'vais caminando por casa con mucho sueño'… 'entráis en la ducha y os empezáis a duchar'… A partir de aquí el docente va marcando la temperatura del agua que va cambiando gradualmente. En el punto máximo de frío, la

ducha pasa de estar en cada rincón con cada alumno a ser una súper ducha común en el centro. Manteniendo las distancias han de mirarse unos a otros y expresarse lo fría que está y que no aguantan más.

*Importante que el docente incida en que el alumnado use la voz y el cuerpo para expresar lo que van imaginando y que en la parte final existan miradas de comprensión, pues todos tienen el mismo problema.

PARTE FINAL:

- La pantalla neutra invisible: la sala se divide imaginariamente en dos partes. En la mitad existe una pantalla invisible y neutra. A cada lado de la pantalla estarán dos emociones, sensaciones…opuestas. Ejemplo: frío y calor, alegría y tristeza… pero en el centro no hay nada, neutralidad. El alumnado debe ir pasando libremente por el espacio y representando esa sensación marcada por el docente. Pero han de marcar la progresión y el cambio según se acercan a la pantalla y pasan al otro lado. En los extremos está la máxima expresión de esa sensación y a medida que se acercan a la pantalla, esa sensación va menguando.

SESIÓN 2 Buscando el 'estado payaso'*En casa*

Aquellos/as alumnos/as que estén en casa, conocerán el juego de contar sin orden y podrán jugar con su familia. Si lo hacen y quieren grabarse pueden mandárselo al docente.

Además, la actividad a realizar en esta sesión desde casa será la de la pantalla neutra imaginaria. El video será mostrado al resto de la clase para que valoren el esfuerzo de la persona confinada.

SESIÓN 3 Buscando el 'estado payaso'

OBJETIVOS DE LA SESIÓN

- Trabajar la mirada
- Aceptar el fracaso y disfrutarlo

CONTENIDOS

- El 'sí mágico'
- La mirada
- Perdida del miedo al fracaso

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Metodología basada en el juego expresivo. El alumnado experimenta, descubre y juega con su corporalidad. Se facilita en todo momento un *feedback* positivo y ánimos al alumnado a sacar su parte más expresiva.

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencias sociales y cívicas.

RECURSOS

- Humanos: alumnado y docente entusiasta.
- Materiales: un silbato o campana si se quiere para parar las actividades con un sonido.

EVALUACIÓN

Cuaderno del docente y ficha (Anexo I).

INICIO:

- Contar sin fallar y si fallo, a disfrutar: en esta actividad se forma un círculo. El alumnado en orden han de contar hasta 6. Y volver a empezar varias veces si son más de 6 personas en el grupo. Como esto será muy fácil, la primera variante es que en el número 6 no se dice, y se dice 'Sol'. Si alguna persona se equivoca, ha de salirse del circulo y dar una vuelta alrededor, pero sin sentir que ha perdido, aceptando el error y disfrutándolo. Variantes: en el 3 se cambia el sentido, en el 5 salta una persona y va la siguiente.

PARTE PRINCIPAL:

Empezamos con juegos preparatorios a la improvisación con nariz.

- El eco: se forman dos filas de 7 personas. Mirando al frente y de espaldas entre sí para no ver a las personas de la otra fila. El trabajo es de cada fila, sin importar las personas de la otra fila. Como se indica en la imagen, pero sin contacto.



Una persona del extremo (pantalones rojos camiseta azul de la imagen) hace un gesto acompañado de un ruido. La persona de al lado (pantalón marrón, camiseta verde) lo imita como si fuera el eco. Así hasta que se llega a la penúltima persona de la fila. La última persona de la fila, se inventa otro gesto con otro sonido que han de ir pasándose hasta que llegue al del otro extremo. Se trata de simular una conversación entre las personas del extremo a través del eco, las personas del centro. Todas las personas han de pasar por alguno de los extremos.

- El juego de los samuráis: se indica al alumnado que hoy vamos a aprender a fracasar. Y que hemos de disfrutarlo. Además, se aconseja no pensar mucho en esta actividad y dejar

que salga lo primero que viene a la cabeza en nuestro turno. Para esta actividad habrá que formar un círculo. Cada persona debe inventarse y decir una palabra en japonés. Una vez hemos hecho una ronda y hemos escuchado la palabra de todos/as, volvemos a repetir esto, pero con mirada. Es decir, se dice la palabra con entonación japonesa mientras se mira al resto de samuráis. Una vez finalizada esta ronda, la siguiente ronda va a hacerse con la palabra, la entonación y un movimiento de defensa samurái y mirando al resto de samuráis. La siguiente ronda hay que subir la intensidad, tanto del movimiento como el sonido. Tenemos que creernos que somos los mejores samuráis de la historia. Ahora que todo el mundo tiene su movimiento, su grito y una buena intensidad. Pasamos al siguiente nivel. En la siguiente variante, el docente explicará que tiene una espada samurái muy larga. La espada tiene tres movimientos. Uno alto, en el cual para evitar que les corten la cabeza y tienen que agacharse, uno bajo que tienen que saltar para evitar ser cortados por los pies y uno de frente, el cual no se puede evitar y nos clava la espada en la tripa. El docente gritará 'Saludo samurái' y todos deben hacer a la vez su grito y su movimiento. Entonces el docente empieza a mover su espada por arriba y por abajo, todos mantienen el círculo y evitan el corte. Pero cuando el docente le clava frontalmente la espada a un samurái, este ha de ir al centro y representar su muerte 'payasa' mirando al resto y disfrutando del momento. Una vez muera el resto le aplaude. Todos han de pasar por el rol del que 'muere'.

Tras este juego se les explica que el clown acepta su fracaso, acepta que le han matado, y quiere y pretende hacer de su muerte el mejor momento de su vida.

PARTE FINAL:

Reflexiones y sensaciones.

Ficha de autoevaluación. ANEXO 1

SESIÓN 4 La máscara más pequeña del mundo

OBJETIVOS DE LA SESIÓN

- Trabajar la mirada
- Fomentar la escucha activa
- Introducir la improvisación con premisas muy sencillas

CONTENIDOS

- El 'sí mágico'
- La mirada

- Perdida del miedo al fracaso
- Representaciones de emociones desde mi clown
- Respeto las improvisaciones o ejercicios de los demás

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Metodología basada en el juego expresivo. El alumnado experimenta, descubre y juega con su corporalidad. Se facilita en todo momento un *feedback* positivo y ánimos al alumnado a sacar su parte más expresiva. Además, se introduce la improvisación como recurso para fomentar el trabajo expresivo y la comunicación del lenguaje no verbal. Por último, cabe destacar que las parejas de las improvisaciones son al azar. No se permite quedar en salir con alguien.

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencias sociales y cívicas.
- Iniciativa y espíritu emprendedor.

RECURSOS

- Humanos: alumnado y docente entusiasta.
- Materiales: un silbato o campana, si se quiere, para parar las actividades con un sonido, biombos o telas y cuerda.

EVALUACIÓN

Notas en el cuaderno del docente.

ACNEAE

No se fuerza a nadie a salir.

INICIO:

Introducción del docente sobre la importancia de la nariz como la máscara más pequeña del mundo. ‘El momento que vais a vivir hoy es muy importante porque es la primera vez que vamos a ver a nuestros clowns’.

- Repetiremos el ejercicio de formas de caminar. Para introducir la sesión y nos servirá para anotar la progresión que tiene la clase.
- En la siguiente actividad todo el alumnado se separa y se tumba. Con la nariz colgando, pero sin poner. Con los ojos cerrados el docente empieza a contar una historia. En esta historia cada persona se imagina el interior de su clown. Para algunos las venas pueden ser toboganes, para otros es un gran campo verde… cada uno se imagina lo que quiere. En la historia el docente recorre el cuerpo completo hasta terminar en la cara. Se ponen

la nariz y se empiezan a mover por la sala, imaginándose que están dentro del cuerpo de su clown. Una vez todos en pie y desplazándose han de ser capaces de no mirar a los demás. Han de mirarse a sí mismos y seguir con su imaginario. La historia termina de nuevo en el suelo. Se quitan la nariz y vuelven a ser ellos/as.

PARTE PRINCIPAL:

Se comienza comentando las sensaciones de la actividad anterior. Y se da paso a la siguiente actividad.

- El círculo armonioso: todo el grupo está de pie. En círculo y con la nariz. Una persona comienza a realizar rítmicamente un movimiento y un sonido. La persona de al lado lo imita y se suma, así hasta que toda la clase está en armonía en ese movimiento y sonido. Entonces la persona de la izquierda del que comenzó introduce, sin perder el ritmo, otro movimiento y sonido, que cuadre con lo anterior para que todo el mundo poco a poco se vaya metiendo en el nuevo movimiento y sonido.
- Primera improvisación con nariz: se coloca un biombo o dos y una cuerda que marca el escenario.



- Como se ve en la imagen. Dos clowns se ponen la nariz detrás del biombo. Salen juntos, sin contacto. Se colocan delante del público. Sin hablar, solo con miradas, se ponen de acuerdo para realizar un salto en sincronización. Volver a mirar al público. Retroceder y antes de salir de escena, repetir el salto y mirar al público.

PARTE FINAL:

Emociones vividas, sensaciones, miedos… Se les indica que para el próximo día traigan un objeto que sea importante para ellos/as.

SESIÓN 4 La máscara más pequeña del mundo *En casa*

Las personas que se encuentren confinadas deberán mandar una sesión de fotos clown. En las que su clown representa diferentes emociones. Como están en casa y pueden estar sin mascarilla se centrará la atención en los gestos y las facciones.

SESIÓN 5 Improvisaclown

OBJETIVOS DE LA SESIÓN

- Fomentar la escucha activa. A través de la cual dejamos espacio a las demás personas para que propongan. Como recurso al exceso de propuestas propias sin contar con los demás.
- Moverse al ritmo del clown, un ritmo más lento y expresivo.
- Mirar, a mis compañeros, al público, a mí mismo/a.
- Favorecer el 'sí mágico' como herramienta de respeto hacia los demás y hacia mí mismo/a.
- Perder el miedo al fracaso.
- Representar emociones e ideas desde mi clown.

CONTENIDOS

- El 'sí mágico'
- La mirada
- Perdida del miedo al fracaso
- Representaciones de emociones desde mi clown
- Respeto las improvisaciones o ejercicios de los demás

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Metodología basada en el juego expresivo. El alumnado experimenta, descubre y juega con su corporalidad. Se facilita en todo momento un *feedback* positivo y ánimos al alumnado a sacar su parte más expresiva. Además, se introduce la improvisación como recurso para fomentar el trabajo expresivo y la comunicación del lenguaje no verbal. Por último, cabe destacar que las parejas de las improvisaciones son al azar. No se permite quedar en salir con alguien.

La parte final de la sesión se centra en una metodología basada en técnicas de relajación y el trabajo emocional. A través de una sencilla actividad, la metodología pretende basar el aprendizaje en las emociones del alumnado.

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencias sociales y cívicas.
- Iniciativa y espíritu emprendedor.

RECURSOS

- Humanos: alumnado y docente entusiasta.
- Materiales: un silbato o campana, si se quiere, para parar las actividades con un sonido, biombos o telas y cuerda. Música si el docente lo cree oportuno para la última actividad.

EVALUACIÓN

Notas en el cuaderno del docente.

INICIO:

La clase comienza con el docente indicando que hoy, si la clase lo permite, intentaremos dedicar un buen rato a improvisaciones con y sin nariz. Así el alumnado se va preparando mentalmente.

- El espejo: por parejas deberán imitarse los movimientos tal y como si estuvieran mirándose al espejo. El docente indica el cambio de parejas en varias ocasiones.

PARTE PRINCIPAL:

Se forman dos filas de 7 personas de espaldas entre las dos filas, como en la sesión 3.

- El aumento: la primera persona de la fila hace un gesto que le indica el docente. Por ejemplo: batir huevos. Esta persona debe hacer el gesto acompañado de un sonido, todo esto en intensidad 1. A medida que ese gesto va pasando por las demás personas va aumentando hasta el 7 donde la persona debe exagerar el movimiento y el sonido. Todos van pasando por el rol del último.
- Improvisación con nariz: dos clowns salen a escena. Previamente, detrás del biombo han decidido una emoción (alegría, tristeza, miedo, valentía, nerviosismo, enfado, amor, asco). Cuando salen a escena, al igual que en la actividad anterior, salen en el nivel 0 o 1 en la que el público no sabe que emoción tienen. Poco a poco y juntos, deben ir aumentando el nivel hasta el máximo, y volver a bajar al 0, desde el cual se marchan de escena.

PARTE FINAL:

Todo el alumnado se dispersa por el suelo con su objeto en las manos. Intentando no mantener contacto visual con nadie. El docente empieza a contar una historia adaptada para intentar crear un ambiente relajado de meditación. Tras el cuento y sin levantarse, la

persona que quiera puede decir en alto una palabra que defina la emoción que le trae ese objeto elegido. Tras esto, si el ambiente es óptimo, se puede hacer una muestra en común de los objetos y contar brevemente porqué son importantes para nosotros

SESIÓN 6 ¿Aplausos?

OBJETIVOS DE LA SESIÓN

- Fomentar la escucha activa. A través de la cual dejamos espacio a las demás personas para que propongan. Como recurso al exceso de propuestas propias sin contar con los demás.
- Moverse al ritmo del clown, un ritmo más lento y expresivo.
- Mirar, a mis compañeros, al público, a mí mismo/a.
- Favorecer el 'sí mágico' como herramienta de respeto hacia los demás y hacia mí mismo/a.
- Perder el miedo al fracaso.
- Representar emociones e ideas desde mi clown.

CONTENIDOS

- El 'sí mágico'
- La mirada
- Perdida del miedo al fracaso
- Representaciones de emociones desde mi clown
- Respeto las improvisaciones o ejercicios de los demás

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Metodología basada en el juego expresivo. El alumnado experimenta, descubre y juega con su corporalidad. Se facilita en todo momento un *feedback* positivo y ánimos al alumnado a sacar su parte más expresiva. Además, se introduce la improvisación como recurso para fomentar el trabajo expresivo y la comunicación del lenguaje no verbal.

El sistema de evaluación pretende que sea el propio alumnado quien se va haciendo consciente de su aprendizaje. Siendo capaz de ver sus progresiones y reconociéndolas.

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencias sociales y cívicas.
- Iniciativa y espíritu emprendedor.

RECURSOS

- Humanos: alumnado y docente entusiasta.

- Materiales: un silbato o campana, si se quiere, para parar las actividades con un sonido, biombos o telas y cuerda

EVALUACIÓN

Cuaderno del docente y ficha.

ACNEAE

Ninguna persona es forzada a salir. En caso de que veamos algún alumno con muchas dificultades para afrontar la improvisación individual, no se le fuerza.

INICIO:

- El espejo: por parejas deberán imitarse los movimientos tal y como si estuvieran mirándose al espejo. El docente indica el cambio de parejas en varias ocasiones.
- La pantalla neutra invisible: la sala se divide imaginariamente en dos partes. En la mitad existe una pantalla invisible y neutra. A cada lado de la pantalla estarán dos emociones, sensaciones…opuestas. Ejemplo: frío y calor, alegría y tristeza… pero en el centro no hay nada, neutralidad. Pero hoy solo pueden cruzar la pantalla de dos en dos y haciendo el espejo.

PARTE PRINCIPAL:

- Improvisación individual: un clown sale de la sala. Toda la clase decide una acción, por ejemplo, cocinar. El clown cuando entra, y sin hablar, debe ir haciendo con su cuerpo diferentes acciones hasta llegar a la que el público ha pensado. El público tampoco puede hablar. Pero si el clown hace una acción muy alejada de la que el público ha pensado, estos podrán decir 'Uuuuhh, nooo' y el clown debe aceptarlo. Si el clown empieza a acercarse a la acción, se aplaude, progresivamente hasta que el clown se da cuenta de la acción y la empieza a hacer. Entonces todo el público se pone de pie y le aplauden con entusiasmo.

PARTE FINAL:

Momento de reflexión y de volver a entregar otra ficha. La misma que la vez anterior y cada alumno/a debe ver si ha avanzado algo en algún aspecto

SESIÓN 6 *Desde casa*

Esta sesión en casa se centrará en:

- El alumno/a debe grabarse de clown. Entrando en la escena con una emoción en nivel 0 y llegando hasta el máximo. Le habremos enviado algún ejemplo de la sesión anterior para que pueda ver a sus compañeros.

SESIÓN 7 El casting

OBJETIVOS DE LA SESIÓN

- Fomentar la escucha activa. A través de la cual dejamos espacio a las demás personas para que propongan. Como recurso al exceso de propuestas propias sin contar con los demás.
- Moverse al ritmo del clown, un ritmo más lento y expresivo.
- Mirar, a mis compañeros, al público, a mí mismo/a.
- Favorecer el 'sí mágico' como herramienta de respeto hacia los demás y hacia mí mismo/a.
- Perder el miedo al fracaso.
- Representar emociones e ideas desde mi clown.

CONTENIDOS

- El 'sí mágico'
- La mirada
- Perdida del miedo al fracaso
- Representaciones de emociones desde mi clown
- Respeto las improvisaciones o ejercicios de los demás

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Metodología basada en el juego expresivo. El alumnado experimenta, descubre y juega con su corporalidad. Se facilita en todo momento un *feedback* positivo y ánimos al alumnado a sacar su parte más expresiva. Además, se introduce la improvisación como recurso para fomentar el trabajo expresivo y la comunicación del lenguaje no verbal.

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencias sociales y cívicas.
- Iniciativa y espíritu emprendedor.

RECURSOS

- Humanos: alumnado y docente entusiasta.
- Materiales: un silbato o campana si se quiere para parar las actividades con un sonido, biombos o telas y cuerda

EVALUACIÓN

Cuaderno del docente y ficha. (Anexo I)

ACNEAE

Ninguna persona es forzada a salir. En caso de que veamos algún alumno con muchas dificultades para afrontar la improvisación individual, no se le fuerza.

INICIO:

El docente comenta que hoy el clown va a hablar. Hasta el momento, los clowns no hablaban, hacían sonidos, onomatopeyas, pero no hablaban. Hoy sí hablaran. No deben modificar la voz, el clown habla como ellos, en 'estado clown' no hay que forzar ninguna voz.

- Circulo musical: todo el grupo en círculo. El docente marca un ritmo corporal que toda la clase ha de hacer. Cuando todo el mundo está dentro del ritmo una persona, cada vez, entra dentro del círculo y a ritmo ha de hacer un solo. Este solo puede ser, con el cuerpo, con la voz, cantado…

PARTE PRINCIPAL:

- El casting: dos o tres clowns entran en escena. Detrás del biombo les ha dicho que vienen a un casting de algo. Ejemplo: venís a un casting de *BeatBox*. Los clowns salen a escena dispuestos a ser los mejores en *BeatBox*, pero en el casting, el director del casting (el docente) les dice: 'Pero ¿qué hacen?, el casting de *BeatBox* fue ayer, hoy es el de Ballet clásico.' Los clowns deben aceptar el error y creerse en ese momento los mejores en Ballet.

*La idea es que los clowns salgan con unas expectativas, el docente, con tacto, les indica que están en el error, y los clowns deben sobreponerse a la situación juntos, están en el mismo barco y los dos o tres quieren salir victoriosos.

PARTE FINAL:

Reflexiones y puesta en común.

SESIÓN 8 Hoy deciden los clowns

OBJETIVOS DE LA SESIÓN

- Fomentar la escucha activa. A través de la cual dejamos espacio a las demás personas para que propongan. Como recurso al exceso de propuestas propias sin contar con los demás.
- Moverse al ritmo del clown, un ritmo más lento y expresivo.
- Mirar, a mis compañeros, al público y a mí mismo/a.
- Favorecer el 'sí mágico' como herramienta de respeto hacia los demás y hacia mí mismo/a.
- Perder el miedo al fracaso.

- Representar emociones e ideas desde mi clown.
- Trabajar en equipo.
- Tomar decisiones.
- Despedir a los clowns de una manera lúdica.

CONTENIDOS

- El 'sí mágico'
- La mirada
- Perdida del miedo al fracaso
- Representaciones de emociones desde mi clown
- Respeto las improvisaciones o ejercicios de los demás

PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

Metodología basada en el juego expresivo. El alumnado experimenta, descubre y juega con su corporalidad. Se facilita en todo momento un f*eedback* positivo y ánimos al alumnado a sacar su parte más expresiva. Además, se introduce la improvisación como recurso para fomentar el trabajo expresivo y la comunicación del lenguaje no verbal.

Además, hoy, el trabajo es muy autónomo como la toma de decisiones o resolver conflictos; todos estos aspectos están en la mano del alumnado, con la ayuda y la guía del docente. Pero el máximo protagonismo es otorgado al alumnado para favorecer su autonomía y autogestión.

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencias sociales y cívicas.
- Iniciativa y espíritu emprendedor.

RECURSOS

- Humanos: docente y alumnado entusiasta
- Materiales: como en las sesiones anteriores y las tarjetas.

EVALUACIÓN

En esta sesión el docente tiene la oportunidad de tomar más notas que nunca. Utilizando la ficha que han rellenado los alumnos en dos ocasiones y rellenándola el docente una tercera vez, o tomando notas de lo que considere importante.

INICIO:

El docente al entrar en la sala les da unas tarjetas en las que pone lo que han de hacer. Deben decidir un juego de puesta en entonación de los realizados (en la tarjeta pondrá los juegos para ayudar a la memoria). Esa tarjeta también les dice que las improvisaciones hoy las

deciden ellos. Cada pareja o trío de clowns debe decidir cuál hacer (en la tarjeta aparecen las que se han hecho en las sesiones anteriores). Además, en las improvisaciones en las que se necesita al docente (el casting, por ejemplo), ese papel puede estar representado por un alumno).

El docente, aunque lleva la clase, ha de mantenerse un poco al margen, intentando intervenir lo menos posible.

PARTE FINAL:

Se pone música y los clowns empiezan a bailar. Alternativamente un clown se dirige al biombo despidiéndose de la clase. Cuando pasa por detrás del biombo, se quita la nariz, y sale de persona que sigue bailando. Así hasta que todo el mundo está sin nariz.

Si sobra algo de tiempo, se intenta hacer una puesta en común.

SESIÓN FINAL *Desde casa*

El alumnado desde casa tendrá dos actividades en estas últimas sesiones.

- Realizar un book fotográfico clown. En el cual cada fotografía expresa una emoción. (alegría, tristeza, miedo, valentía, nerviosismo, enfado, amor, asco).
- Grabar un vídeo de despedida clown. El clown está en escena, despidiéndose de la gente, entra detrás de biombo, puerta… y cuando sale, la persona sale sin nariz y se despide. Recomendable con música, para moverse al ritmo de ella.

7. CONCLUSIONES

En vista de las teorías, metodologías y propuestas didácticas analizadas en este TFG, se han extraído una serie de conclusiones.

Tras un análisis de la bibliografía utilizada para este trabajo, podemos concluir que la crisis de COVID-19 tiene unas consecuencias muy claras en el sistema educativo. Algunas de estas consecuencias son fruto del periodo de confinamiento. Otras por motivos de la vuelta a la 'nueva normalidad' dentro de la escuela. Y otras, fruto de la incertidumbre que acecha a toda la sociedad.

Esta crisis sanitaria tiene como resultado, no solo lo evidente a la crisis mundial, sino también el hecho de que muchos docentes se planteen y reformulen su manera de afrontar el proceso de enseñanza aprendizaje. Se hace más evidente la necesidad de enfocar la educación como un proceso en el que las emociones del alumnado hay que manejarlas y educar a través de ellas.

Pero no solo los docentes hemos de plantearnos nuestra 'filosofía' educativa, sino que los escenarios que se plantean en esta nueva vida hacen que debamos estar preparados para una educación a distancia. Como ya se ha analizado, existe una gran barrera digital, no solo a nivel de recursos, sino también a nivel de conocimientos. Parece que no estamos tan adaptados a las nuevas tecnologías, o que al menos, en lo que se refiere a educar desde casa, el sistema no es perfecto. Las realidades que viven las familias son muy diferentes y los docentes debemos replantear nuestras prioridades cuando hablamos de educación a distancia. Se han de reformular los posibles escenarios, la planificación y la evaluación el proceso. De esta manera, se evita la improvisación lo máximo posible y se puede elaborar un sistema, no perfecto, pero si adaptado a la realidad que vivimos.

Dentro de esta crisis del COVID-19 en lo que respecta a la escuela, el área de Educación Física es una de las que más cambios puede ofrecer. Podemos decir que las materias troncales y que se fundamentan en aspectos más teóricos tienen una adaptación a esta realidad. Sin embargo, la adaptación de la EF se encamina hacia otras direcciones. La EF ofrece un escenario atípico, en lo que respecta a la normativa de distancias y protocolos, pero idóneo para el trabajo de algunos contenidos de este curriculum oculto que sienta las bases de un sistema educativo de calidad.

Además, la EF no solo ofrece un cambio en estos aspectos no reglados de la educación, sino que abre un abanico enorme de posibilidades de metodologías y procedimientos para la evaluación de la materia dentro de la escuela.

No hay que olvidar que los docentes de EF tienen una serie de limitaciones hasta ahora impensables dentro de un aula. Pero que, aun así, el enfoque que debemos darle no es el de la desidia y desesperación, sino el de motivarnos para avanzar hacia una educación física que educa a seres humanos, y la situación actual favorece esta humanización de la escuela. Dentro de esta perspectiva este trabajo, por su unión con el mundo clown, favorece el desarrollo de una educación diferente, pero que busca la formación integra y holística de todo el alumnado. Trabajar en 'clave clown' desconecta algunos factores que

generalmente suelen impedir que el alumnado se 'abra' al aprendizaje. El humor trae consigo educar desde el placer, la risa y el buen ánimo.

Este trabajo lleva consigo, no solo una propuesta didáctica, sino una propuesta de intervención llena de magia e incertidumbre. El profesorado debe estar dispuesto a asumir algunos riesgos en cuanto al desarrollo cotidiano de las sesiones de Educación Física. Entiéndanse estos riesgos como el hecho de dejar paso a la improvisación del alumnado. El factor clave está en detectar los momentos cruciales dentro de la sesión para poder hacerlas dinámicas y que el alumnado siga potenciando su creatividad. Los docentes que se adentran en el mundo clown, en Educación Física, han de partir de una posición diferente a la habitual. El objetivo es siempre el aprendizaje. Pero en este tipo de enseñanzas, lo más importante no es la meta en sí, sino el camino. Disfrutar del proceso de enseñanza aprendizaje y enriquecerlo de la propia creatividad y corporalidad del alumnado.

El clown y el humor son recursos dentro de la expresión corporal. La utilización de unos recursos u otros depende del punto de partida del docente que va a desarrollar las sesiones. Es importante comprender que no hace falta ser experto en artes escénicas, ni clown profesional para poder desarrollar estas sesiones. Hace falta ser docente, entusiasta y tener muy claros los estándares de aprendizaje que queremos trabajar con nuestro alumnado. Por otro lado, este curso 2020/21 nos brinda una oportunidad única para cambiar ciertos aspectos de la EF que quizás hasta este año no se planteaban. Algunos de ellos hacen referencia al trabajo de la expresión corporal y educación emocional.

Por todo esto, podemos concluir que el trabajo del clown como recurso dentro de EF, en esta UD, asegura el poder alcanzar los estándares de aprendizaje de una manera segura y comprometida en la lucha contra la pandemia. Así como fomentar el aprendizaje tanto en el aula como desde casa. A su vez, potencia la creatividad, motricidad propositiva y pensamiento divergente. Por otro lado, esta UD plantea un escenario susceptible a los cambios que las circunstancias propician, por lo tanto, es adaptable a diferentes realidades. El alumnado de Primaria, si trabaja desde el humor, la buena energía y la complicidad, desbloquea ciertos prejuicios respecto a la escuela, y con ello se consigue crear un aprendizaje más significativo, duradero y personal. Esta UD beneficia al alumnado en tres puntos clave: el trabajo emocional, la adquisición de los estándares de aprendizaje de una manera divertida, comprometida y solidaria y el trabajo del curriculum oculto en lo referente a valores sociales relacionados con el respeto mutuo.

8. LIMITACIONES Y PROPUESTAS DE FUTURO

En primer lugar, este TFG se basa en una propuesta de intervención, la cual, por motivos de tiempo y otras limitaciones no se ha podido llevar a cabo. Sin embargo, la metodología y las actividades están todas basadas en trabajos de otros compañeros/as que sí pudieron llevar a cabo Unidades Didácticas parecidas. No durante el COVID, pero sí durante años. En segundo lugar, cabe mencionar que este tipo de trabajos ya se han llevado a cabo en aulas de Primaria y Secundaria. Esta metodología basada como hemos visto, en Jesús Jara, es una herramienta que se debería conocer y experimentar el docente antes de adentrarse en ella. Sin que sea necesaria una formación clown, sí que cabe mencionar que este trabajo se nutre de la filosofía y pedagogía de un autor. Por tanto, un mínimo de conocimiento sobre su obra sería un factor importante para llevar a cabo esta intervención o parecidas.

Sirva de precedente que la mayoría de las actividades usadas en este trabajo están obtenidas de fuentes de este autor. Por lo tanto, cualquier docente que quiera llevar a cabo sesiones similares puede acceder a estas fuentes y adaptar las actividades su grupo y a sus necesidades concretas.

Las limitaciones más habituales suelen ser por un lado materiales. Más concretamente de espacio. Es necesario encontrar una sala con buena sonoridad y buena temperatura. Salón de actos del centro, aula vacía de mesas… se debería evitar pabellones con mucho eco y otros grupos dando clase a la vez, así como se debería evitar el patio.

En cuanto a las limitaciones del grupo, es importante mencionar que el docente debe conocer al grupo lo suficiente como para saber en qué momento introducir esta UD. Quizás no todos los grupos estén preparados a nivel madurativo. O quizás hubiera que replantear los objetivos en función de esa característica.

Por otro lado, esta pedagogía del humor abre un abanico enorme de posibilidades dentro de la expresión corporal en EF. Futuras líneas de trabajo podrían enfocarse en aspectos del humor para desarrollar otros contenidos del curriculum.

Por último, durante la elaboración de este TFG y el contacto continuo con docentes que conocen la metodología y que aplican sesiones así en su labor docente, nació una posible idea de desarrollo de este trabajo. Gran cantidad de compañeros/as coincidían en que esta

pedagogía funcionaba muy bien cuando se planteaban sesiones en las que interviene la familia. Ya sea en modo taller o en las aulas cotidianas. Quizás sea una posible línea de futuro para este proyecto. Sin limitaciones COVID o con ellas, pero la involucración de la familia en esta pedagogía parece estar en consonancia con algunos aspectos de la escuela en la que me siento identificado y hacia la que debemos avanzar. Una escuela educativa, formativa e integradora.

9. BIBLIOGRAFÍA

Altamirano, C., Castillo, E & Rodríguez, I. (2020). Biodanza revisión sistemática sobre los beneficios de una práctica emergente en la promoción de la salud y el bienestar. *Retos*, (39), 20-30.

Aller, T. (2020). *La construcción de entornos protectores, de buen trato y cuidado mutuo como concreción de los derechos de los niños, niñas y adolescentes.* Infancia, pandemia, derechos: treinta años de la convención de los derechos del niño en España. 547-582.

Arévalo, A., Mazzucchelli, O., Arévalo, A. (2020). Los discursos institucionales sobre la pandemia COVID-19 dirigidos a la infancia en YouTube. *Sociedad e infancias*, (4), 219-223.

Bar-On, R. (1997). The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): a test of emotional intelligence. Toronto: Multi-HealthSystems.

Bravo, P. (1992) An argumen*t for basic emotion. Cognition and Emotion*, (6), 169-200

Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Wolters Kluwer

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

Bisquerra Alzina, R., & Escoda, N. P. (2007). Las competencias emocionales.

Boccardo, F., Sasia, A.R. & Fontenla, E.G. (1999). Inteligencia emocional. *Divulgación dinámica formación.*

Burgueño, R. et al. (2020). Educación Física en Casa de Calidad: propuesta de aplicación curricular en Educación Secundaria Obligatoria. Retos, (39), 787-793.

Cáceres- Muñoz, J., Jiménez, AS., Martín-Sánchez, M. (2020). Cierre de Escuelas y Desigualdad Socioeducativa en Tiempos del COVID-19. Una Investigación Exploratoria en Clave Internacional. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social,* 9(3e), 199-221.

Carriedo, A. et al. (2020). Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: internet y los retos virales. *Retos,* (37), 722-730.

Cooper, R.K. & Sawaf, A. (1997). *Estrategia emocional para ejecutivos*. Barcelona: Martínez Roca.

Coterón, J. (2009). Expresión Corporal en Educación Física: la construcción de una disciplina. *Revista Digital de Educación Física*, (14), 164-175.

Coterón, J., Sánchez, G., Montávez, M., Llopis, A. y Padilla, C. (2008). Los cuatro ejesde la dimensión expresiva del movimiento. En G. Sánchez, J. Coterón, C. Padilla y K.Ruano (Eds.), *Expresión Corporal. Investigación y acción pedagógica.* Salamanca: Amarú. 145-155.

Coterón, J., Sánchez, G., Montávez, M., Llopis, A. y Padilla, C. (2010). Educación artística por el movimiento *Aula. Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca,* (16), 113-134.

Coterón, J, Sánchez, G. (2012). *Tándem Didáctica de la Educación Física*, (39).

Coterón, J. (201). *Tándem Didáctica de la Educación Física*, (45).

Cruz, P. (2014). Creatividad e Inteligencia Emocional. (Como desarrollar la competencia emocional, en Educación Infantil, a través de la expresión lingüística y corporal. *Historia y comunicación social*, (1), 107-118.

Domènech, J. (2020) Algunas certezas para un curso incierto. *Revista aula de innovación educativa*, (297), 10-15.

Dream, C. (2012) *El payaso que hay en ti.* Colección Clownplanet. Barcelona.

Dream, C. (2020). *Apayásate.* Clownplanet. Barcelona.

Emst-Slavit, G. (2001). La Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner. *Revista de Psicología de la PUCP*. (2).

Farneti, A. (2004) *La maschera più piccola del mondo.* Alberto Perdisa.

Fernández Berrocal, P. & Extremera Pacheco.(2005). *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, (1), 203-204.

Fuentes, T., Jimenez, B., & López-Pastor, V. (2020) Educación física en tiempos de coronavirus y confinamiento: análisis desde la experiencia. *Revista digital de educación física*, (65), 151-181.

Fernández-Rodrigo, L. (2020). Alumnado que no sigue las actividades educativas: El caso de una escuela de alta complejidad durante el confinamiento por COVID-19. *Sociedad E Infancias*, (*4)*, 191-194. https://doi.org/10.5209/soci.69266

Fuentes, T., et al. (2020). Educación física en tiempos de coronavirus y confinamiento: análisis desde la experiencia. *Revista Digital de Educación Física*, (65), 151-181.

García-Fernández, M & Giménez-Mas, S. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: Propuesta de un modelo integrador. *Revista Digital del Centro del Profesorado Cuevas-Olula*, (6), 43-52.

Gardner, H. (1995). *Are There Additional Intelligences? The Case for the Naturalist Intelligence*. Harvard Project Zero. Cambridge, MA: President and Fellows of Harvard College.

Goleman, D. (1996). Inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.

Gómez, S. Inteligencias múltiples IV, el desarrollo de las inteligencias múltiples. *Revista Padres y Maestros.* (326).

Goleman, D. (1996). Inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.

Herrador, J. (1991). Las emociones y su expresión en la primera infancia. Las vías facial y vocal. *Revista de Pedagogía de la Universidad de Salamanca*, (4), 65-82.

Jara, J. (2014). *El clown, un navegante de las emociones.* Octaedro. Barcelona.

Jakobsson J, Malm C, Furberg M, Ekelund U, Svensson M. Physical Activity During the Coronavirus (COVID-19) Pandemic: Prevention of a Decline in Metabolic and Immunological Functions. Frontiers in Sports and Active Living. 2020 ;2:57. DOI: 10.3389/fspor.2020.00057.

Martineaud, S. & Engelhart, D. (1996). *El Test de inteligencia emocional*. Barcelona: Martínez Roca.

Martínez, B. (2020). Educación Física post COVID-19 ¿Evolución o deriva? *Sociología del deporte*, (1), 45-48.

Moreira, C. (2015) *Técnicas de clown.* Ed. Inst. Nacional del Teatro. Buenos Aires.

Organización Mundial de la Salud. (2004). *Promoción de la Salud Mental: conceptos, evidencia emergente, práctica: informe compendiado*. Ginebra. [Citado 11/03/2020] Disponible en: https://www.who.int/mental_health/evidence/

Organización Panamericana de la Salud. (2009). *Protección de la salud mental en situaciones de epidemias*. Washington DC. [Citado 05/04/2020]. Disponible en: http://www.paho.org/hq/dmdocuments/2009/P

Organización Panamericana de la Salud. (2016). *Protección de la salud mental y atención psicosocial en situaciones de epidemias*. Washington DC. [Citado 05/04/2020]. Disponible en: http://www.paho.org/disasters/index.php?optio

Piaget, J., Gruber, H.E. & Voneche, J.J. (1977) *The essential Piaget*. Nueva York: Basic Books.

Ribot Reyes, Victoria de la Caridad, Chang Paredes, Niurka, & González Castillo, Antonio Lázaro. (2020). Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 19(Supl. 1), e3307. Epub 10 de junio de 2020. Recuperado en 16 de diciembre de 2020, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000400008&lng=es&tlng=es.

Rodríguez, F. (2014). Una o múltiples inteligencias. *Revista Padres y Maestros*, (357), 6-9.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, *9*(3), 185–211. https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG

Sánchez, G & Coterón, J. (2015). El desarrollo de la inteligencia emocional a través de la expresión corporal. *Tándem: Didáctica de la educación física,* (47),15-25.

Sanz, B. (2020). El confinamiento de la infancia más allá de la pandemia. *Sociedad e infancias*, (4), 87-98.

Silva, R., Abileira, M., Gradín, M. (2018). Educación emocional y expresión corporal: tratamiento integral en educación infantil. *Trances. Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, (2), 121-136.

Simon, E. (2009). *The Art of Clowning*. Palgrave Macmillan.

Vallés, A. & Vallés, C. (1999). *Desarrollando la inteligencia emocional*. Madrid: EOS.

Vigneau, A. (2016). *Clown esencial.* Ediciones La Llave. Zamora.

Villajos, C & Chaparro, F. (2020). El sociofilm: Análisis de os resultados tras la implementación del cine como recurso didáctico en educación primaria. *Trasnces,* (1), 31-48.

ANEXOS

Anexo 1 Ficha de autoevaluación.





NOMBRE: _____FECHA: _____

ASPECTO A ANALIZAR	SÍ, GENIAL	ME HA COSTADO	LO TENGO QUE MEJORAR
He sido capaz de representar un samurái. Su grito y su gesto de defensa.			
He sido capaz de simular la muerte del samurái mirando a mis compañeros.			
He respetado a las demás personas. Me he reído con ellas y no de ellas.			
Mis movimientos son iguales que los de mi payaso/a. En cuanto a ritmo.			