



Pacto de Estado
contra la violencia de género

CEIP ANTONIO MACHADO



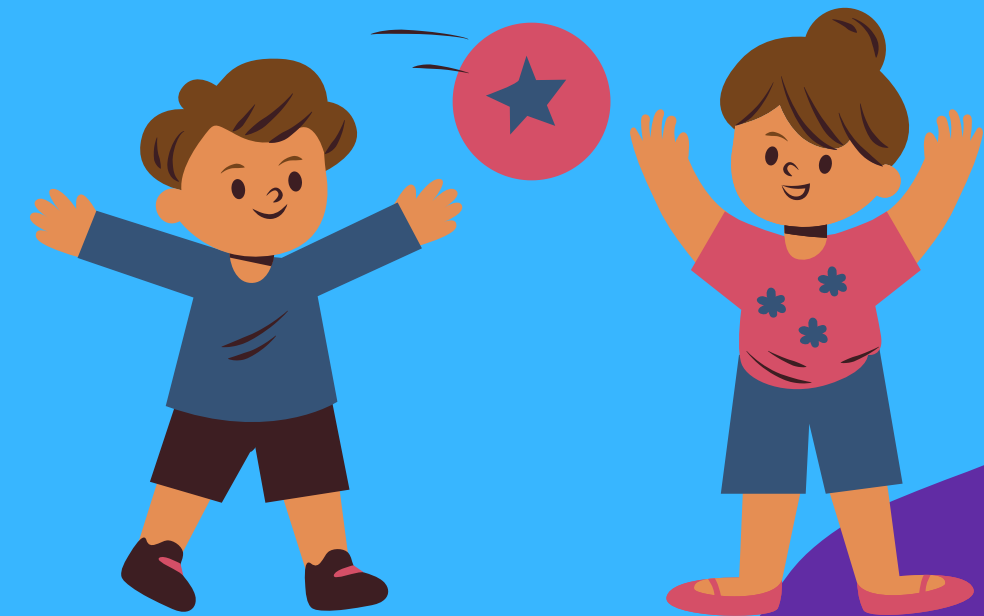
DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL MULTIDISCIPLINAR E IGUALITARIA

CURSO 2025/26



ÍNDICE

- Introducción
- Justificación
- Objetivos
- Metodología
- Materiales
- Sesiones
- Evaluación
- Evidencias
- Bibliografía



INTRODUCCIÓN

PRIMER NIVEL

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto tiene como objetivo crear una sala de expresión corporal para fomentar la igualdad, empleando materiales como balones, colchonetas, tizas y material fungible para el desarrollo de obras teatrales. A través de una metodología inclusiva, el alumnado participa en actividades diseñadas para eliminar estereotipos de género y promover un ambiente de respeto, colaboración y equidad. Se dirige a los cursos de 5^o y 6^o de primaria.

JUSTIFICACIÓN

SEGUNDO NIVEL

JUSTIFICACIÓN

Es fundamental garantizar que la educación física sea un espacio donde todo el alumnado tenga las mismas oportunidades de participar y desarrollarse. Históricamente, algunas propuestas didácticas han sido asociadas a un género específico, lo que propicia desigualdades en el acceso. Este proyecto busca revertir esta situación, promoviendo la coeducación y la participación equitativa en actividades vinculadas a la danza, el baile, el teatro y todo lo relacionado con la capacidad del sujeto para manifestar sus emociones.

OBJETIVOS

TERCER NIVEL

OBJETIVOS

1. Estimular la igualdad de oportunidades en la práctica física.
2. Romper con estereotipos de género en la educación física.
3. Promover la participación activa del alumnado en propuestas tradicionalmente estereotipadas sin distinción de sexo.
4. Desarrollar habilidades físicas, técnicas y de cooperación mediante el uso de materiales inclusivos.
5. Sensibilizar al profesorado sobre la importancia de la equidad en la práctica deportiva.
6. Introducir metodologías activas que faciliten un organigrama basado en la igualdad plausible en el contexto escolar.

METODOLOGÍA

CUARTO NIVEL

METODOLOGÍA

El proyecto se desarrolla mediante una metodología participativa e inclusiva, destacando el **Aprendizaje Basado en Retos (ABRe)**, organizando sesiones en las que el alumnado pueda experimentar con distintas propuestas y materiales sin sesgos de género. Se realizan actividades mixtas en equipos equilibrados y se fomenta el respeto mutuo y la cooperación. Cada sesión incluye ejercicios específicos utilizando el material disponible para fortalecer habilidades motoras, coordinación, velocidad y resistencia. La **expresión corporal** protagoniza esta línea de actuación. Además, el profesorado analiza la importancia de la equidad en la participación y en el reconocimiento de las habilidades.

MATERIALES

QUINTO NIVEL

MATERIALES



- Pelotas de plástico de diversas formas y tamaños. Facilitan la introducción a la simulación controlada de movimientos sincrónicos basados en la coordinación y el esquema corporal.
- Colchonetas. Potencian el desarrollo de propuestas basadas en el control tónico del sistema muscular y la sensomotricidad.
- Pintura de pizarra. Estimula la grafomotricidad vertical a través del empleo de movimientos lecto-escritores conscientes.
- Cajas de ordenación. Promueven el almacenaje del material de autoconstrucción creado para el desarrollo de las capacidades expresivo-corporales del alumnado, facilitando su organización.
- Palos de Lacrosse. Facilitan las situaciones en las que se establecen simulaciones con fines didácticos y psicopedagógicos.



SESIONES

SEXTO NIVEL

SESIONES

Sesión 1: Concepto de igualdad en la expresión corporal

Calentamiento: Juegos de activación con colchonetas.

Desarrollo: Ejercicios de coordinación con tizas en la escritura horizontal sobre las paredes basadas en pintura de pizarra.

Enfriamiento: Estiramientos en grupo con reflexión sobre la equidad en la expresión corporal.

Sesión 2: Agilidad y trabajo en equipo

Calentamiento: Circuito de pases con balones.

Desarrollo: Competencias de velocidad con balones lanzados.

Enfriamiento: Relajación guiada con respiraciones profundas.

Sesión 3: Control sobre el propio cuerpo

Calentamiento: Juegos de intercambio de bates.

Desarrollo: Práctica de bateo y recepción en equipos mixtos.

Enfriamiento: Reflexión grupal sobre la igualdad.

Sesión 4: Desarrollo del esquema corporal mixto

Calentamiento: Ejercicios de siluetas sobre el cuerpo.

Desarrollo: Dibujar siluetas en las pizarras horizontales.

Enfriamiento: Respiración profunda y análisis de dibujos.

Sesión 5: Potenciación de los estiramientos corpóreos

Calentamiento: Movilidad y activación con ejercicios funcionales.

Desarrollo: Circuito de flexibilidad adaptado al alumnado.

Enfriamiento: Estiramientos guiados y reflexión sobre equidad.

Sesión 6: Integración de todas las habilidades

Calentamiento: Juegos de activación con balones y colchonetas.

Desarrollo: Circuito con todas las actividades vistas en las sesiones anteriores, manifestando el valor de la igualdad colaborando.

Enfriamiento: Dinámica de cierre con conclusiones sobre el respeto y la igualdad en el deporte en la expresión corporal.

EVALUACIÓN

SÉPTIMO NIVEL

EVALUACIÓN

Para medir el impacto del proyecto se aplica una evaluación formativa basada en:

- Observación del nivel de participación del alumnado.
- Encuestas de percepción sobre la igualdad en la actividad física.
- Autoevaluaciones del alumnado sobre su aprendizaje y experiencia, evidenciando la coevaluación conjunta.
- Feedback del profesorado sobre la efectividad de las estrategias implementadas, estableciendo dinámicas sostenibles.

Este proyecto contribuye al desarrollo de una educación física igualitaria, en la que el alumnado se sienta libre de practicar cualquier iniciativa sin restricciones ni prejuicios.

EVIDENCIAS

OCTAVO NIVEL

EVIDENCIAS



RELACIÓN DE INICIATIVAS
DE EXPRESIÓN CORPORAL

EVIDENCIAS



RELACIÓN DE INICIATIVAS
DE EXPRESIÓN CORPORAL

BIBLIOGRAFÍA

FINAL

BIBLIOGRAFÍA

- Alonso, J.A. (2013). Coeducando en educación física: una propuesta lúdica. Sevilla: Wanceulen.
- Blázquez, D. (2022). Lo que funciona en tu clase: educación física basada en evidencias. Barcelona: Inde.
- Cañizares, J.M. y Carbonero, C. (2016). Coeducación e igualdad en la actividad física escolar. Sevilla: Wanceulen.
- Domínguez, N. (2020). Educación física global. Fundamentos didácticos. Málaga: Caligrama.
- Heredero, C. (2019). Género y coeducación en la escuela. Madrid: Morata.
- Lleixá, T. y Sebastiani, E. (2016). Competencias clave y educación física. Barcelona: Inde.
- Morente, H. (2020). Metodologías activas en la práctica de educación física. Madrid: Morata.
- Ríos, X. y Ventura, C. (2023). Bullying en el deporte y en la educación física. Barcelona: Inde.
- Subirats, M. (2017). Coeducación, apuesta por la libertad. Madrid: Octaedro.

C.E.I.P. ANTONIO MACHADO

**¡MUCHAS
GRACIAS!**

