



Facultad de
Ciencias Humanas y de
la Educación - Huesca
Universidad Zaragoza

68500
TRABAJO DE FIN DE MASTER (TFM)

**Consecuencias de la implementación de
una Unidad Didáctica de Danzas
Regionales en la desinhibición del
alumnado de 2º de la ESO**

**Máster Universitario en Profesorado de
Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato,
Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas,
Artísticas y Deportivas**

**Especialidad de Educación Física
Curso 2012-2013**

Departamento de Expresión Musical, Plástica y Corporal
(Área de Didáctica de la Expresión Corporal)

Nombre del alumno/a:	Ignacio Alonso López
Nombre del tutor de TFM:	María Rosario Romero Martín

Junio de 2013



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	2
2. MARCO TEÓRICO	2
2.1. Definición del contenido ACE	2
2.2. Los contenidos expresivos en el currículo	2
2.3. Características de la Actividades Corporales de Expresión	3
2.4. La inhibición como factor determinante de la conducta motriz expresiva	3
3. OBJETIVO	8
4. METODOLOGÍA	9
4.1. Tipo de investigación	9
4.2. Participantes	9
4.3. Instrumentos	10
4.4. Procedimiento	13
4.5. Técnicas de análisis de datos	14
4.6. Variables	15
5. RESULTADOS	16
5.1. Pruebas T para muestras relacionadas	16
5.2. Pruebas ANOVA de un factor	31
6. DISCUSIÓN	33
7. CONCLUSIONES	36
8. LIMITACIONES Y PROPUESTAS DE FUTURO	37
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	37

1. INTRODUCCIÓN

En este trabajo se pretende analizar el grado de inhibición que los alumnos de 2º F de la ESO del IES Navarro Villoslada de Pamplona, muestran durante las actividades físico-expresivas dentro del ámbito educativo. Son ejemplo de actividades físico-expresivas la danza, el mimo, el teatro, el acrosport, etc. Para ello se va a emplear el cuestionario ACE_CAPIACE de Romero (2006), a través del cual se observa la autopercepción de la inhibición que muestra el alumnado durante las Actividades Corporales de Expresión (ACE). Este cuestionario será pasado antes y después de la realización de una Unidad Didáctica de contenido expresivo, Danzas Regionales de Navarra. Los resultados obtenidos serán analizados estadísticamente, de manera descriptiva y comparativa, para proceder a su discusión y extraer las conclusiones pertinentes. Este trabajo, se enmarca en una orientación educativa, cuyos resultados no se pretende que tengan una significación estadística, sino que den información al profesorado de los avances experimentados por los alumnos. Igualmente, este trabajo se contextualiza dentro de la línea de investigación de “Actividades coreográficas e inhibición”, cuyos directores son María Rosario Romero Martín y Miguel Chivite Izco, dentro del Máster Universitario en Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas de la Universidad de Zaragoza.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Definición del contenido ACE

Las Actividades Corporales de Expresión (ACE) son *“el conjunto de manifestaciones socioculturales que abordan el cuerpo desde una perspectiva expresiva, comunicativa o estética siendo el propio cuerpo junto con el movimiento y el sentimiento los instrumentos de los que se sirven para sus prácticas”* (Romero, 1997).

2.2. Los contenidos expresivos en el currículo

En el currículo de Aragón (Currículo de ESO, Comunidad de Aragón, 2007) y de forma análoga en el de Navarra (Currículo de ESO, Comunidad Foral de Navarra, 2007) identifican el concepto de ACE con el de Expresión Corporal, aunque para Romero

(1997) esta sería una disciplina que se ha definido en el tiempo como tal; así las ACE se componen de actividades de expresión y creativas destinadas a aprender a expresar y a comunicar, a través del cuerpo, las emociones, sentimientos e ideas por medio de diferentes técnicas como la danza, el mimo, acrosport, etc. (Currículo de Educación Secundaria Obligatoria, Comunidad de Aragón, 2007).

2.3. Características de la Actividades Corporales de Expresión

Refiriéndonos a las ACE en genérico como marco conceptual de la motricidad expresiva no deportiva en el ámbito educativo, diremos que como contenido se han caracterizado en el ámbito educativo por tener un estatus incierto, aun ahora que aparece legalmente representada en los bloques de contenido. Esto ha sido causado por la indefinición de su corpus, de sus prácticas y de sus objetivos (Romero, 2001).

Mendoza (2011) relaciona las ACE con la Educación Física. Según este autor, se hace importante desarrollar y favorecer la expresión corporal en los alumnos, pues la falta de la misma no beneficia el desarrollo integral de los alumnos.

Según Rodríguez y Araya (2009), durante su práctica, los alumnos ponen atención en lo que siente su cuerpo y se dejan llevar por esa sensación del movimiento, a través de una cualidad emocional y de sensaciones, guiado por la creación del movimiento.

Las ACE presentan grandes beneficios tales como el desarrollo de un equilibrio psicofísico y el desarrollo afectivo de los alumnos a través de la mejora de su capacidad expresiva, comunicativa y creativa (Arribas, 2011).

2.4. La inhibición como factor determinante de la conducta motriz expresiva

Diversos autores coinciden en la importancia del desarrollo de la desinhibición de los alumnos, de la eliminación de las tensiones, de los bloqueos a través de la expresión corporal. Destacan la desinhibición como un elemento de conocimiento del propio cuerpo, de aceptación de uno mismo y de los demás, del dominio del cuerpo y de comunicación (Arribas, 2011; Cáceres, 2010; Castillo & Rebollo, 2009; Ruano & Barriopedro, 2004).

Uno de los objetivos prioritarios del profesorado para proporcionar estados emocionales adecuados en el alumnado que le permitan desarrollar ampliamente sus posibilidades expresivas, debe ser la desinhibición (Canales, 2006).

El propio Currículo de Educación Secundaria Obligatoria de la Comunidad de Aragón (2007) dota de una gran importancia a la desinhibición de los alumnos a la hora de trabajar las ACE. Esta importancia se denota al observar que se encuentran referencias explícitas a la valoración de la desinhibición del alumnado durante la práctica de actividades expresivas en los criterios de evaluación de 2º, 3º y 4º de la ESO.

Dentro de las propias sesiones de Educación Física, el profesorado no debería preocuparse por motivar al alumnado para que se comporte de forma creativa durante las sesiones de contenido expresivo, sino por las posibles inhibiciones psicológicas y físicas que puedan aparecer durante el desarrollo de las mismas (Marina, 2011).

Las ACE pueden y deben ser impartidas en toda su amplitud, sin trabas, sin complejos, sin bloqueos, sin inhibiciones. Para ello se podrá utilizar la “actividad-llave” que deseemos, creación de danzas, representaciones, bailes creativos, dibujo y movimiento, poesía, sombras, etc. que nos permitan introducirnos en el ámbito de la expresión corporal con el alumnado (Archilla & Pérez, 2012).

Romero (2003) tras un estudio con alumnos universitarios, concluyó que los condicionantes que vienen a determinar las tareas de expresión relacionados con la inhibición eran:

- Mostrarse en público: generando mayor inhibición representando música o bailando que si es jugando a algún juego o deporte.
- El contacto físico: referido a condicionantes físicos (sudor de las manos, tener reparo hacia otro por su olor, etc.), psicológicos (o a la suma de este y el anterior) u derivados de los roles sexuales.
- Emitir mensajes que hagan a los alumnos más conocidos y por lo tanto más vulnerables ante los demás.
- La falta de habilidad en general.

Según Monfort (2009), los profesores describen que los problemas más habituales con los que se encuentran son: que los alumnos no muestran interés por las actividades propuestas, reaccionan inhibiéndose o con risas, los chicos dicen que no son cosas para ellos, existen grandes dificultades para mantener el orden y conseguir objetivos concretos cuantificables válidos para una evaluación tradicional.

Canales (2006) realizó una investigación en la que analizó, en el contexto de la comunicación no verbal, el tipo de interacción experimentada por 34 sujetos que participaron en sesiones de Expresión Corporal. La autora expone cómo el alumnado es sensible a las interacciones de tipo visual y táctil originadas en las sesiones de expresión corporal. Estas modificaciones de conducta repercutían directamente en la intervención didáctica, ya que, condicionaban enormemente el desarrollo de los planteamientos pedagógicos.

Cabe destacar como posible causa de la sensibilidad anteriormente mencionada, lo que varios autores concluyen en sus investigaciones tras el análisis de los diarios de prácticas llevados a cabo en las sesiones de Educación Física, que la vergüenza es la emoción percibida en los compañeros más descrita por parte de los observadores (Canales, 2006; Ruano, 2004).

Se debe señalar que la vergüenza aparece en el momento en el que nos sentimos mirados. Nace de la posibilidad de mirar y si existe un límite entre el actor y el observador, la vergüenza constata que ese límite ha sido traspasado (Hernández, 2005).

Al respecto, Alcaide (2009) argumenta que uno de los factores negativos que inciden a la posible aparición de la vergüenza durante las ACE es una autoestima negativa, acompañada de la duda, la tristeza, la culpa y la angustia.

En relación a los elementos que dificultan la realización de actividades físico expresivas, Arribas (2011) destaca los siguientes:

- Negación a hacer expresión corporal.
- Miedo ante situaciones desconocidas: ridículo, timidez, inseguridad.
- Desconocimiento de sus propias posibilidades: espaciales, comunicativas, expresivas, rítmicas, coordinativas.

- Deficiencias en el trabajo grupal.
- Dificultad de integración hacia las actividades rítmicas y de baile.

En el caso de los propios alumnos, determinan como significativos en el incremento de su incomodidad cuando son observados mientras realizan los ejercicios de Expresión Corporal, según Canales (2007):

- La desconfianza con los compañeros/as.
- La sala de expresión corporal.
- Las zonas corporales observadas.
- La diacronía en la ejecución.
- La realización de un ejercicio con un solo compañero/a.

Uno de los elementos que condiciona el comportamiento de un sujeto es la exposición visual frente a los demás, como resultado, se aumenta inevitablemente la inhibición. Por lo tanto, a partir de la ausencia visual generalizable para todo el alumnado, por ejemplo, mediante un pañuelo que tape los ojos, resulta evidente la consecuente disminución del temor a ser observado (Canales, 2007).

Los alumnos que se sienten observados, afirman la consecuente influencia que esto origina a la hora de practicar actividades de expresión, generalmente en forma de bloqueos o restricciones motrices (Canales, 2006).

El juicio al que se sienten sometidos por parte del resto de compañeros/as que pueden contemplar su comportamiento es el principal motivo que genera inquietud ante la exposición social. Derivado de este juicio social, el alumno siente verdadera desprotección cuando se sitúa como objetivo de las miradas de los demás (Canales, 2007).

Según Barba (2011), uno de los elementos que sirve a la hora de incrementar la desinhibición del alumno es el material. Por ejemplo, en el teatro de sombras hay entre el actor y el público un telón que hace que desaparezca la vergüenza.

La idea de usar aparatos manuales para evitar inhibiciones se traslada a la actual expresión corporal con la utilización de pelotas, picas, telas o periódicos ya que se

considera que estos objetos ayudan a generar movimiento, lo provocan y centran la atención en ellos. Así el alumno/a no se siente observado (Ruano, 2004).

Otro factor que incide en la inhibición mostrada por los alumnos es el contacto físico (Romero, 2003). El acto de tocar o ser tocado por otro puede producir respuestas muy variadas ante una situación, aun cuando el toque no fuese intencionado, sino accidental (Turrán, 2011).

“El miedo al contacto es una reacción emocional negativa que surge a partir de distintas experiencias de contacto con consecuencias más o menos traumáticas para el individuo que le hace mantener una conducta de evitación frente a situaciones similares” (Turrán, 2011).

Ruano (2004) llevó a cabo una investigación en la que se utilizó una muestra de un total de 55 alumnos de los cuales 9 eran mujeres y 46 varones. Se concluye mediante el análisis de los resultados, que el espacio es un elemento que puede condicionar la comodidad del alumno a la hora de expresarse. Un espacio muy reducido agobia y un espacio demasiado amplio produce inseguridad ya que no se sabe cómo utilizarlo. Los alumnos se pueden sentir desprotegidos, fácilmente observables, etc.

Por otro lado, Arribas (2011) llevó a cabo una investigación con un total de 240 alumnos y alumnas de 1º a 4º de primaria de dos centros de educación primaria durante el curso académico. Concluyó que atendiendo al sexo, en general, las mujeres son más vergonzosas y sensibles a la opinión de los demás y tienen más miedo al error que los hombres. Sin embargo, también son más extrovertidas.

Canales (2006, 2007), tras su investigación llevada a cabo en 2006 con alumnos universitarios, destaca resultados tales como el cambio de actitud que supuso la experiencia de las situaciones pedagógicas planteadas en las sesiones prácticas de expresión corporal. Este cambio de actitud desarrolló notablemente la fluidez emocional y por lo tanto, los recursos de desinhibición del alumnado ante propuestas de expresión corporal.

Igualmente, Canales (2006, 2009), basándose en la misma investigación determina que la interacción visual y la interacción táctil desencadenadas en las sesiones prácticas

dificultan la conducta motriz del alumnado, principalmente en forma de restricciones y bloqueos. Respecto a la interacción visual, el hecho de sentirse observado es lo que mayor inhibición genera en el compromiso expresivo del alumnado, siendo la acción de tocar la que mayor problema ocasiona.

Analizando la intervención en los alumnos durante las sesiones de Educación Física, Nieves (2009) lleva a cabo una investigación con 24 niños y niñas entre 9 y 12 años. En la investigación pone en práctica una Unidad Didáctica dedicada al trabajo de la desinhibición. Concluye que el programa de intervención ha colaborado de manera eficaz en la eliminación de complejos, inhibiciones y timideces que el alumnado mostraba en las primeras actividades colectivas del curso, lo que ha significado un aumento de sus niveles de auto concepto y autoestima.

3. OBJETIVO

En el marco teórico se hace referencia a diversas investigaciones en las cuales se observan los factores que inciden en la inhibición mostrada por los alumnos. Igualmente algunas investigaciones han demostrado que a través de un programa de intervención dedicado al desarrollo de la inhibición en un contexto específico, se consiguen resultados positivos, eliminando los complejos, inhibiciones y timideces y aumentando los niveles de auto concepto y autoestima.

No obstante, nos parece pertinente indagar a través de la implementación de una Unidad Didáctica de contenido expresivo enfocada a un solo factor de los que afecta a la percepción de inhibición, mostrarse en público bailando una danza, si se consiguen resultados positivos en el resto de ítems del cuestionario ACE_CAPIACE de Romero (2006). Se ha de matizar, que en el resto de ítems del cuestionario, se encuentran el resto de factores involucrados en el nivel de inhibición mostrado por los alumnos.

Igualmente se presenta interesante observar si existe relación entre la evolución de la desinhibición de los alumnos y las variables:

- Género
- La nacionalidad, ya que hay un índice de inmigración muy elevado.

- El colegio de procedencia, ya que influye en la experiencia previa de los alumnos.
- La nota sacada en la evaluación de la coreografía de la Unidad Didáctica.
- El deporte practicado habitualmente, de tal forma que podemos observar si la práctica de determinados deportes produce peores resultados en la desinhibición del alumnado.
- Los ítems del cuestionario, se observaran si se han dado diferencias significativas entre el cuestionario inicial y el final.

En resumen, planteamos el objetivo de analizar la evolución de la inhibición mostrada por el alumnado, en función de distintas variables mencionadas en el párrafo anterior, tras la realización de una Unidad Didáctica de contenido expresivo enfocada específicamente hacia el desarrollo de uno de los factores determinantes en la desinhibición de los mismos, mostrarse en público ante los demás bailando una danza.

4. METODOLOGÍA

4.1. Tipo de investigación

Se va a llevar a cabo un diseño de investigación cuasi-experimental en el cual se va a aplicar el cuestionario ACE_CAPIACE de Romero (2006) previo al desarrollo de una Unidad Didáctica de Danzas Regionales y post aplicación de la misma. Esta investigación se ha llevado a cabo con un grupo natural, un único curso de 2º de la ESO compuesto por 24 alumnos, por lo que no ha sido posible la comparación de los resultados con un grupo control.

4.2. Participantes

La muestra que se ha estudiado se compone de 24 sujetos, de los cuales 8 son mujeres y 16 varones. Todos ellos forman parte del grupo de 2º F de la ESO del Instituto Navarro Villoslada de Pamplona. Este grupo se caracteriza por tener un alto porcentaje de inmigración, situado en un 54,16%, 11 alumnos son españoles, 6 son del sureste europeo y asiático y 7 son de américa central y del sur. El nivel socioeconómico de este grupo es medio-bajo. Igualmente, este grupo presenta resultados de rendimiento académico bastante bajos, teniendo una media de 2'72 suspensos por alumno.

Tabla 1: Cuadro de caracterización de la muestra

GRUPO DE ESO 2º F IES NAVARRO VILLOSLADA		
AGRUPACIÓN POR:		Nº SUJETOS: TOTAL 24
SEXO	Masculino	16 = 66'66%
	Femenino	8 = 33'33%
NACIONALIDAD	Española	11 = 45'38%
	América Central	7 = 29'16%
	Sur Este	6 = 25%
COLEGIO DE PROCEDENCIA	C. P. José M ^a de Huarte	8 = 33'33%
	C.P. Ermitagaña	9 = 37'5%
	C.P. San Juan de la Cadena	7 = 29'16%
DEPORTE PRACTICADO	Fútbol	11 = 45'38%
	Baloncesto	3 = 12'5%
	Natación	2 = 8'33%
	Educación Física	5 = 20'83%
	Ajedrez	1 = 4'16%
	Pádel	1 = 4'16%
	Baile	1 = 4'16%

El deporte practicado habitualmente por estos alumnos, ha sido facilitado por el profesor titular de Educación Física de este grupo, el cual, solicita esta información a sus alumnos al inicio de curso.

4.3. Instrumentos

Para la realización de este estudio utilizaron dos instrumentos principalmente. El primero de ellos fue el “Cuestionario de Autopercepción de Inhibición ACE_CAPIACE”, de Romero (2006), el segundo instrumento que se utilizó es una Unidad Didáctica de Danzas Regionales de Navarra.

Cuestionario de autopercepción de inhibición_ ACE_CAPIACE (Romero, 2006)

Valora el grado de inhibición o vergüenza que te supondría cada una de las siguientes situaciones:

	ACTIVIDAD DE CLASE	1	2	3	4	5	6	7	8
		sería incapaz de...	no me da nada de vergüenza
1	Salir a bailar tu solo/a en un escenario delante de los compañeros de la clase, amigos y público en general								
2	Salir a bailar con tu grupo un montaje de danza en un escenario delante de los compañeros de la clase, amigos y público en general								
3	Salir a bailar con otro/a compañero/a un montaje de danza en un escenario delante de los compañeros de la clase, amigos y público en general								
4	En clase, con un compañero de igual sexo, con música y luz suave aproximar las manos de uno y otro y dejarse llevar por la música improvisando movimientos.								
5	En clase, con un compañero de distinto sexo, con música y luz suave aproximar las manos de uno y otro y dejarse llevar por la música improvisando movimientos.								
6	Realizar la tarea anterior en clase delante de los compañeros								
7	En clase, en una tarea de presentación ante el grupo, exponer tus obives, gustos y cosas que te disgustan								
8	Disfrazarte y representar con tu grupo una escena de una película ante los demás compañeros.								
9	Bailar en una discoteca música housse, dance, funky ...								

El cuestionario ACE_CAPIACE de Romero (2006), fue validado a través de la validez de aspecto, consistente en el juicio de expertos en la temática del test, y de la validez por construcción, consistente en comprobar si los resultados obtenidos con la aplicación del cuestionario, se corresponden con los que eran previsibles en relación a los que se hubieran obtenido con la aplicación en la muestra de test ya conocidos (Silva, 1997).

El cuestionario ACE_CAPIACE solicita al alumno que valore el grado de inhibición o vergüenza que supondría a cada alumno una serie de 9 ítems relacionados con las ACE. Estos nueve ítems se agrupan de la siguiente manera.

Los ítems 1, 2 y 3 hacen referencia a salir a bailar a un escenario delante de público. La variación que se presenta hace referencia a bailar solo; con un solo compañero; o con un grupo de montaje.

Los siguientes tres ítems, 4, 5 y 6, se enfocan en improvisar movimientos aproximando las manos, primero con un compañero del mismo sexo y a continuación de distinto sexo. El siguiente ítem solicita lo mismo pero con una ligera variación, presentándolo delante de los compañeros.

Otro de los ítems, el 7, está enfocado a realizar una presentación personal delante de los compañeros de clase.

El siguiente, el 8, toca una variable interesante, la de disfrazarse. Hace referencia a llevar un disfraz y representar una escena de una película ante los compañeros. El último de los ítems, el número 9, se refiere a bailar en una discoteca música house, dance, funky, etc.

Este cuestionario solicita a los alumnos que valoren en una escala del 1 al 8 el grado de vergüenza que les supondrían una serie de tareas. Esta escala ha sido analizada mediante la siguiente tabla.

Tabla 2: Escala de valores del cuestionario ACE_CAPIACE

NÚMERO	SIGNIFICADO
1	Sería incapaz de
2	Máxima vergüenza
3	Mucha vergüenza
4	Nivel medio de vergüenza
5	Algo de vergüenza
6	Poca vergüenza
7	Casi nada de vergüenza
8	No me da vergüenza

El segundo instrumento que se utilizó fue la Unidad Didáctica de Danzas Regionales de Navarra. Esta Unidad Didáctica está planteada como una progresión hacia la autonomía del alumnado. Para ello, esta Unidad Didáctica se ha basado en la Teoría de las Metas de Logro y en la importancia del clima motivacional centrado en el TARGET.

La Unidad Didáctica se estructura de la siguiente manera: las 6 primeras sesiones se componen de la fase dirigida, posteriormente, se incluye una segunda fase semiautónoma que consta de 2 sesiones, para finalizar, la fase autónoma de 5 sesiones.

Durante la fase dirigida los alumnos aprenden una serie de danzas típicas del folklore de Navarra, haciendo hincapié en los distintos ritmos y pasos que se podían llevar a cabo. Estas danzas se realizan en gran grupo, por lo que los alumnos están expuestos al resto.

En la fase semiautónoma, los alumnos crean unas breves coreografías en colaboración con el profesor que les va asesorando cuando requieren de ayuda. Se crean dos coreografías, una de ritmo binario y otra de ritmo ternario y se exponen a los grupos.

En la fase autónoma, los alumnos han de crear una coreografía de dos minutos de duración de una manera totalmente autónoma. La coreografía deberá incluir variedad de pasos, ritmos y variaciones espaciales y será expuesta al resto de grupos. Esta coreografía es el elemento principal de la evaluación y va a constituir una de las variables de este estudio.


4.4. Procedimiento

Los dos instrumentos que se utilizaron para realizar este estudio fueron utilizados de manera mixta. El cuestionario fue pasado en la primera y última sesión de la Unidad Didáctica de Danzas Regionales de Navarra, que constaba de 13 sesiones. Esta Unidad Didáctica fue impartida en el IES Navarro Villoslada de Pamplona, entre el 26/02/2013 y el 30/04/2013, fechas que coinciden con los días en los que fueron pasados el cuestionario inicial y final respectivamente.

El procedimiento utilizado, obedece a la siguiente tabla.

Tabla 3: Temporalización de los instrumentos del estudio

NÚMERO DE SESIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
FASE DIRIGIDA						FASE SEMIAUTÓNOMA		FASE AUTÓNOMA				

 Cumplimentación del cuestionario ACE_CAPIACE de Romero (2006).

4.5. Técnicas de análisis de datos

La posible influencia de la Unidad Didáctica en la inhibición del alumnado va a ser analizada a través del cuestionario ACE_CAPIACE. Los resultados de este cuestionario se analizarán con el programa estadístico “SPSS Statistics” (versión 20).

Para el análisis de los resultados de los cuestionarios se va a aplicar la prueba “T de muestras relacionadas”. Esta prueba nos permite comparar las medias obtenidas para cada ítem del cuestionario. De esta forma, podemos observar si se han dado diferencias significativas entre la media obtenida para cada ítem entre el cuestionario inicial y el final. Si efectivamente, se encuentran diferencias significativas, esta evolución puede justificarse en parte, ya que la muestra es muy reducida y se carece de grupo control, por la intervención llevada a cabo con los alumnos a través de la Unidad Didáctica.

Finalmente se aplicará la prueba “ANOVA de un factor”. A través de esta prueba podemos observar si se muestran variaciones significativas entre la autopercepción de la inhibición que muestran los alumnos y un factor determinado característico de la muestra. Esta prueba se realizará con los factores de género, colegio de procedencia, nota obtenida en la coreografía, deporte practicado y nacionalidad. Estos factores serán relacionados con todos los ítems del cuestionario, tanto inicial como final. Se observará si se presentan diferencias significativas en el cuestionario final, sin que las haya en el cuestionario inicial, de esta forma, podremos interpretar que los resultados obtenidos han sido causados supuestamente por la intervención a través de la Unidad Didáctica de Danzas regionales.

Tabla 4: Pruebas estadísticas realizadas

PRUEBAS REALIZADAS	
Comparación de los resultados iniciales y finales de los ítems 1-9.	Prueba T de muestras relacionadas
Comparación de los ítems 1-9 inicial y final en función de los factores: género, colegio de procedencia, deporte practicado, nota de la coreografía y nacionalidad.	Prueba ANOVA de un factor y si resulta significativa, prueba post hoc de Scheffé.

Para realizar el análisis estadístico a todas las variables cualitativas se les ha asignado un número de tal forma que, a la hora de realizar el análisis, se consideran variables cuantitativas.

4.6. Variables

4.6.1. Cualitativas

La primera variable que va a ser utilizada es la de género, se observará si existen diferencias significativas en alguno de los ítems del cuestionario.

Una variable interesante que se va a utilizar es la de la nacionalidad. Aun teniendo en cuenta que el número de participantes en el trabajo es escaso, vamos a observar si la nacionalidad de los mismos pudiera tener algún tipo de relación con los niveles de inhibición que muestran. Para realizar este estudio de una manera más práctica se van a reunir a los alumnos en tres nacionalidades. La primera nacionalidad va a ser la de S.E. (Sur Este), dentro de esta categoría entran aquellos alumnos nacidos en el este de Europa y Sur Este asiático. La segunda nacionalidad es A.C. (América Central), en esta categoría encontramos a los alumnos nacidos en América Central y América del Sur. Por último encontramos la nacionalidad Española.

Una variable más a estudiar es el colegio de procedencia de los alumnos. Al instituto IES Navarro Villoslada, se encuentran adscritos tres colegios públicos de primaria, C.P. José M^a de Huarte, CP San Juan de la Cadena y C.P. Ermitagaña. Se estudiará si la

procedencia de uno u otro colegio puede ser un factor que marque diferencias significativas en alguno de los ítems del cuestionario.

Otra variable que se va a tener en cuenta es la actividad física practicada por los alumnos. Esta información fue facilitada por los alumnos al inicio de la Unidad Didáctica. En este caso encontramos las siguientes actividades: fútbol, baloncesto, natación, baile, ajedrez, pádel y educación física. Respecto a esta variable, se ha de ser cautos, ya que desconocemos la frecuencia con la que los alumnos practican estos deportes.

4.6.2. Cuantitativas

Las primeras variables cuantitativas que van a ser utilizadas son las respuestas a los ítems del cuestionario ACE_CAPIACE. Por lo tanto, tendríamos nueve variables, una por cada ítem. Estas variables se ven duplicadas al tener resultados pre y post Unidad Didáctica.

Para finalizar, también se utilizará la nota que los alumnos han obtenido en el montaje de la coreografía final de la Unidad Didáctica, mencionada en el apartado de instrumentos.

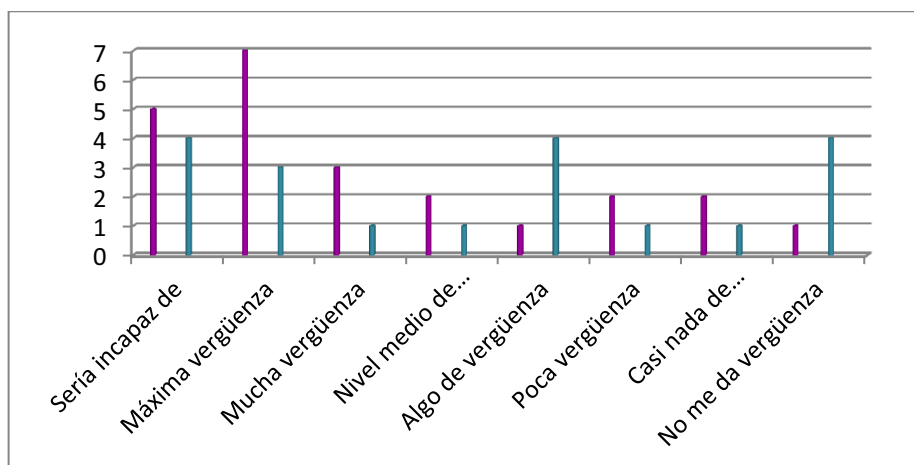
5. RESULTADOS

5.1. Pruebas T para muestras relacionadas

5.1.1. Ítem 1

Definición: Salir a bailar tú solo a un escenario delante de los compañeros de la clase, amigos y públicos en general.

Gráfico 1: comparación de los resultados pre y post Unidad Didáctica del ítem 1



En el gráfico observamos como 17 de 24 alumnos, lo que significa un 70'83% de la muestra, consideran que tienen un nivel de vergüenza elevado en respuesta a este ítem en el cuestionario de evaluación inicial. Igualmente, podemos observar cómo en el cuestionario pasado al final de la Unidad Didáctica el número de alumnos que consideran tener un nivel de vergüenza elevado se reduce a 9, representando un 37'5% de la muestra. En este gráfico, también podemos destacar que el número de alumnos que se sienten incapaces de realizar la tarea inicialmente es de 5 y finalmente de 4.

Tabla 5: Estadísticos de las respuestas al ítem 1

Estadísticos de muestras relacionadas					
		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Bailar solo frente a otros, final	4,32	19	2,668	,612
	Bailar solo frente a otros, inicial	3,11	19	2,132	,489

En la tabla nº 5, podemos observar como la media de los resultados de los cuestionarios pre Unidad Didáctica para el ítem 1, se sitúa en 3'11 con una desviación típica de 2'132. De la misma forma, en el cuestionario final, obtenemos una media de 4'32 con una desviación típica de 2'668.

Tabla 6: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, ítem 1

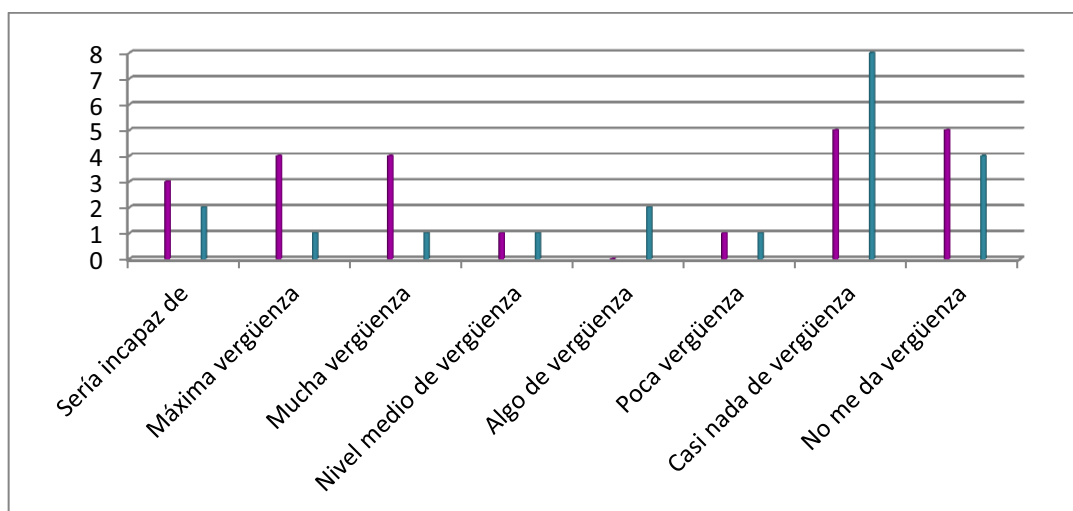
Prueba de muestras relacionadas									
		Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación tip.	Error tip. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	Bailar solo frente a otros, final - Bailar solo frente a otros, inicial	1,211	2,347	,538	,079	2,342	2,248	18	,037

Como podemos observar en la tabla 6, la diferencia de las medias es de 1'211 con una desviación típica de 2'347. El p-valor de 0'037, a un nivel de significación de 0'05, refleja que existen diferencias significativas entre la media de los resultados obtenidos en el cuestionario inicial y la media de los resultados del cuestionario final, refiriéndonos exclusivamente al ítem 1.

5.1.2. Ítem 2

Definición: salir a bailar con tu grupo un montaje de danza en un escenario delante de los compañeros de la clase, de amigos y público en general.

Gráfico 2: comparación de los resultados pre y post Unidad Didáctica del ítem 2



Como podemos observar en el gráfico nº2, 12 alumnos de 24 muestran niveles elevados de vergüenza a la hora de realizar la tarea de este ítem, representando un 50% de toda la muestra. Los resultados varían en el cuestionario final, siendo 5 alumnos los que muestran niveles elevados de vergüenza representando un 20'83% de la muestra. Acentuamos que el número de alumnos que dicen ser incapaces de realizar la tarea, inicialmente es de 3 mientras que finalmente es de dos.

Tabla 7: Estadísticos de las respuestas al ítem 2

Estadísticos de muestras relacionadas

	Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1 Bailar en grupo delante de otros, final	5,68	19	2,382	,546
Bailar en grupo delante de otros, inicial	4,37	19	2,671	,613

Observando la tabla, destaca que la media de este ítem en el cuestionario inicial es de 4'37 con una desviación típica de 2'671. De la misma forma, la media del test final para este ítem es de 5'68 con una desviación típica de 2'382.

Tabla 8: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, ítem 2

Prueba de muestras relacionadas

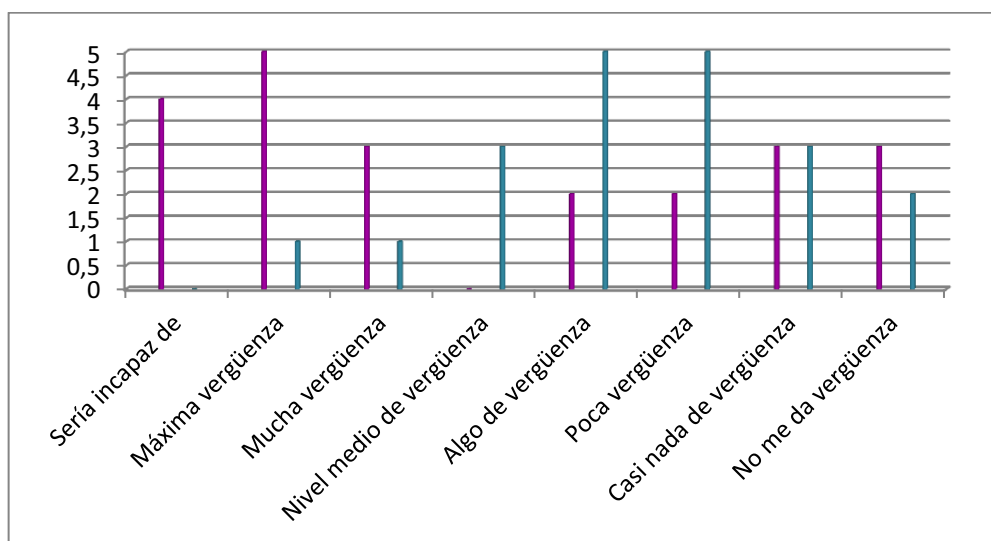
		Diferencias relacionadas				t	gl	Sig. (bilateral)	
		Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
					Inferior				Superior
Par 1	Bailar en grupo delante de otros, final - Bailar en grupo delante de otros, inicial	1,316	2,562	,588	,081	2,550	2,239	18	,038

En la tabla 8 se muestra la diferencia de las medias entre el cuestionario inicial y el final, siendo de 1'316 con una desviación típica de 2'582. A un nivel de significación de 0'05, el p-valor obtenido es de 0'038, por lo que se determina que existen diferencias significativas entre las medias obtenidas en ambos cuestionarios.

5.1.3. Ítem 3

Definición: salir a bailar con otro/a compañero/a un montaje de danza en un escenario delante de los compañeros de la clase, amigos y público en general.

Gráfico 3: comparación de los resultados pre y post Unidad Didáctica del ítem 3



Analizando la tabla podemos observar cómo en el cuestionario inicial 10 alumnos consideran que esta actividad les genera poca vergüenza, representando un 41'66% de la muestra. En el cuestionario final este número se ve incrementado a un total de 15 alumnos, lo que representa un 62'50% del total de la muestra. Destacamos que el número de alumnos que se declaran incapaces de realizar la tarea inicialmente es de 4 mientras que finalmente se reduce a 0.

Tabla 9: Estadísticos de las respuestas al ítem 3

Estadísticos de muestras relacionadas				
	Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1				
Bailar con compañero delante de otros, final	5,47	19	1,611	,370
Bailar con compañero delante de otros, inicial	4,11	19	2,492	,572

Podemos destacar que la media del cuestionario inicial es de 4'11 para el ítem 3, con una desviación típica de 2'492. En el caso del cuestionario final, el valor de la media ha ascendido a un 5'47 con una desviación típica de 1'611.

Tabla 10: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, ítem 3

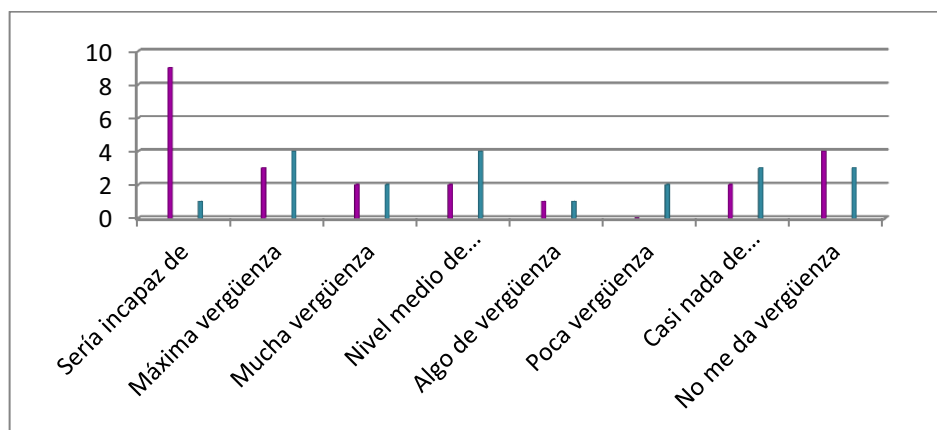
Prueba de muestras relacionadas									
		Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	Bailar con compañero delante de otros, final - Bailar con compañero delante de otros, inicial	1,368	2,543	,583	,143	2,594	2,345	18	,031

En esta tabla, se debe tomar en consideración que la diferencia de las medias del cuestionario inicial y el final es de 1'368 con una desviación típica de 2'543. En este caso el p-valor es de 0'031 siendo el nivel de significación de 0'05, por lo que la diferencia ha resultado significativa.

5.1.4. Ítem 4

Definición: en clase, con un compañero de igual sexo, con música y luz suave aproximar las manos de uno y otro y dejarse llevar por la música improvisando movimientos.

Gráfico 4: comparación de los resultados pre y post Unidad Didáctica del ítem 4



En este gráfico podemos observar cómo 16 alumnos muestran un nivel elevado de vergüenza, representando un 66'66% del total de la muestra. Cabe destacar que 9 de los alumnos se declaran incapaces de realizar la actividad. En el cuestionario final, son 11 los alumnos que consideran que les genera un nivel elevado de vergüenza, siendo un 45'83% de la muestra. Recalcamos, que el número inicial de alumnos que se perciben incapaces de realizar la tarea es de 9, mientras que finalmente, se reduce a 1.

Tabla 11: Estadísticos de las respuestas al ítem 4

Estadísticos de muestras relacionadas

	Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1				
Mismo sexo, luz suave, acercar manos e improvisar, final	4,58	19	2,364	,542
Mismo sexo, luz suave, acercar manos e improvisar, inicial	3,63	19	2,712	,622

Podemos remarcar, que la nota media del cuestionario inicial para este ítem es de 3'63 con una desviación típica de 2'712. También, se ha de indicar que en el cuestionario final, la nota media obtenida ha sido de 4'58 con una desviación típica de 2'364.

Tabla 12: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, ítem 4

Prueba de muestras relacionadas

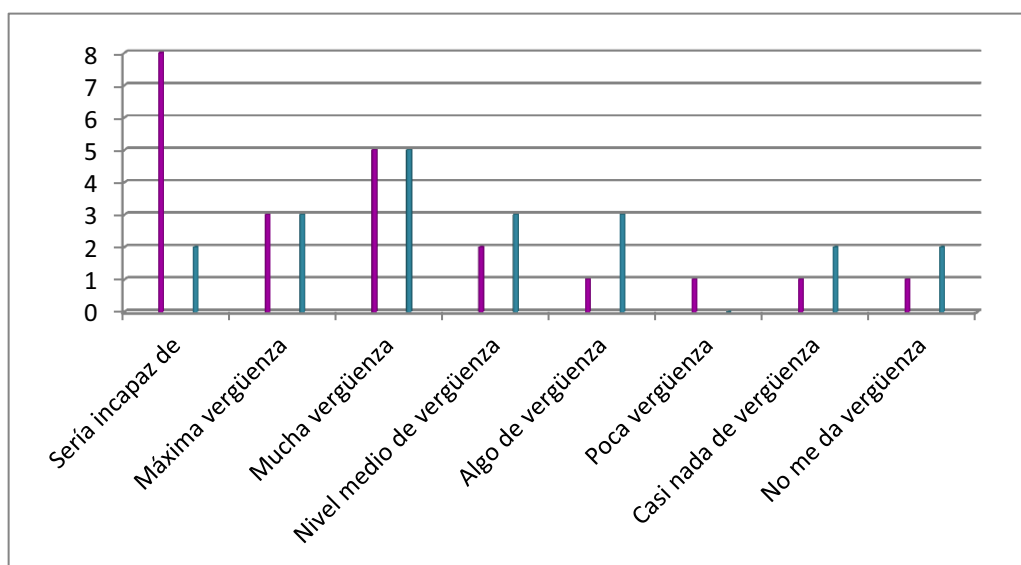
		Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación tip	Error tip. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	Mismo sexo, luz suave, acercar manos e improvisar, final - Mismo sexo, luz suave, acercar manos e improvisar, Inicial	,947	3,188	,731	-,589	2,484	1,295	18	,212

En esta tabla podemos distinguir cómo la diferencia entre las medias obtenidas en los cuestionarios inicial y final es de 0'947 a una desviación típica de 0'731. Teniendo en cuenta que utilizamos un nivel significativo de 0'05 y que el p-valor es de 0'212, podemos notar que la diferencia entre ambas medias no es significativa.

5.1.5. Ítem 5

Definición: en clase, con un compañero de distinto sexo, con música y luz suave aproximar las manos de uno y otro y dejarse llevar por la música improvisando movimientos.

Gráfico 5: comparación de los resultados pre y post Unidad Didáctica del ítem 5



Estudiando esta gráfica, podemos denotar que en el cuestionario inicial 4 alumnos reconocen tener poca vergüenza a la hora de realizar esta tarea, lo que representa un 16'66% de la muestra. En el cuestionario final 7 alumnos han valorado que reconocen tener poca vergüenza a la hora de realizar esta actividad, lo que representa un 29'16% de la muestra. Resaltamos que el número de alumnos incapaces de realizar la tarea inicialmente es de 9 mientras que finalmente es de 2.

Tabla 13: Estadísticos de las respuestas al ítem 5

Estadísticos de muestras relacionadas					
		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Distinto sexo, luz suave, acercar manos e improvisar, final	4,28	18	2,191	,516
	Distinto sexo, luz suave, acercar manos e improvisar, inicial	3,22	18	2,290	,540

Sondeando esta tabla observamos como la media de los resultados del cuestionario inicial para este ítem es de 3'22 con una desviación típica de 2'290. En el caso del cuestionario final la media ha resultado de 4'28 con una desviación típica de 2'191.

Tabla 14: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, ítem 5

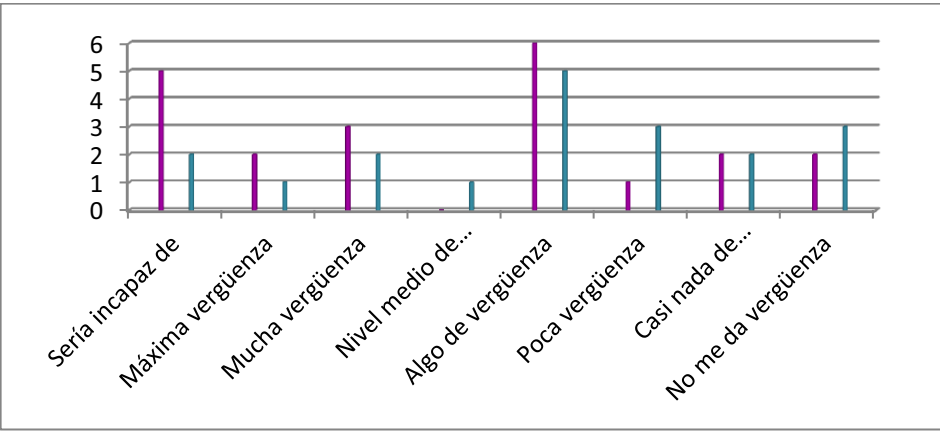
Prueba de muestras relacionadas									
		Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación tip.	Error tip. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	Distinto sexo, luz suave, acercar manos e improvisar, final - Distinto sexo, luz suave, acercar manos e improvisar, inicial	1,056	3,115	,734	-,493	2,605	1,438	17	,169

En esta tabla podemos observar como la diferencia entre las medias de los cuestionarios iniciales y finales es de 1'056, con una desviación típica de 3'115. El p-valor es de 0'169 a un nivel de significación de 0'05, por lo que la diferencia no es significativa.

5.1.6. Ítem 6

Definición: en clase, con un compañero de distinto sexo, con música y luz suave aproximar las manos de uno y otro y dejarse llevar por la música improvisando movimientos y representarlo ante los compañeros de clase

Gráfico 6: comparación de los resultados pre y post Unidad Didáctica del ítem 6



En el gráfico número 6, podemos fijarnos en cómo, en el cuestionario inicial, 10 alumnos declaran tener niveles elevados de vergüenza, lo que significa un 41'66% del total de la muestra. En el cuestionario final son 6 los alumnos que consideran tener un nivel elevado de vergüenza lo que representa un 25% del total de la muestra. Observamos como el número de alumnos incapaces inicialmente es de 5 mientras que finalmente es de dos.

Tabla 15: Estadísticos de las respuestas al ítem 6

Estadísticos de muestras relacionadas					
	Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media	
Par 1	Distinto sexo, luz suave, acercar manos e improvisar frente al grupo, final	5,11	19	2,307	,529
	Distinto sexo, luz suave, acercar manos e improvisar frente al grupo, inicial	3,89	19	2,307	,529

En esta tabla podemos atender a las medias de los cuestionarios iniciales y finales obtenidas. Destacamos que la media del cuestionario inicial se sitúa en 3'89 con una desviación típica de 2'307, mientras que la media del cuestionario final se sitúa en 5'11 con una desviación típica de 2'307.

Tabla 16: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, ítem 6

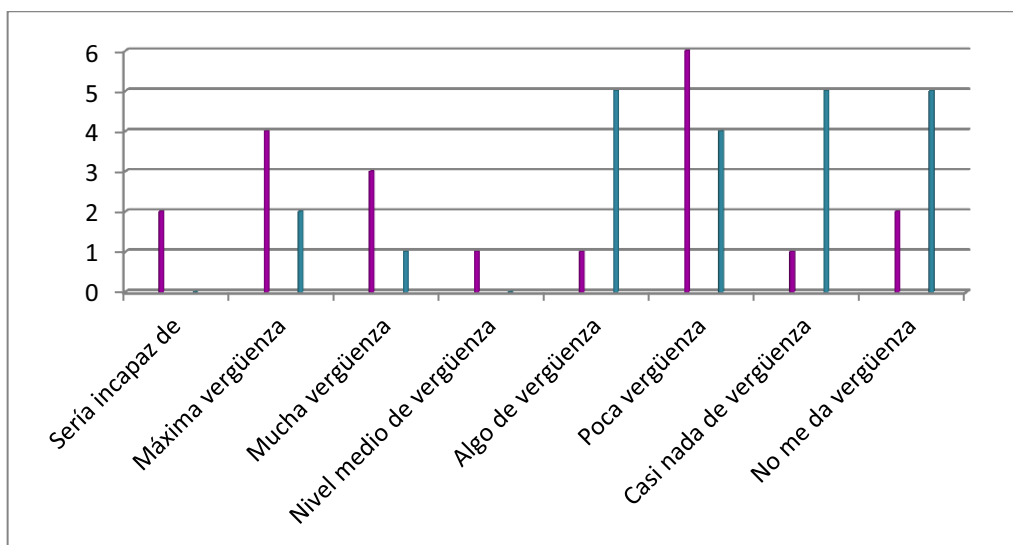
Prueba de muestras relacionadas									
		Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación tip.	Error tip. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	Distinto sexo, luz suave, acercar manos e improvisar frente al grupo, final - Distinto sexo, luz suave, acercar manos e improvisar frente al grupo, inicial	1,211	2,485	,570	,013	2,408	2,123	18	,048

En esta tabla descubrimos cómo la diferencia entre las medias obtenidas en el cuestionario inicial y final se sitúa en 1'211 con una desviación típica de 2'485. El p-valor obtenido es de 0'048 por lo que, considerando que el nivel de significación se encuentra en 0'05, podemos indicar que la diferencia entre las medias es significativa.

5.1.7. Ítem 7

Definición: en clase, en una tarea de presentación ante el grupo, exponer tus hobbies, gustos y cosas que te disgustan.

Gráfico 7: comparación de los resultados pre y post Unidad Didáctica del ítem 7



Podemos observar en el gráfico 7, como 10 alumnos declaran tener poca vergüenza a la hora de realizar la tarea encomendada por este ítem nº 7 en el cuestionario inicial. Constituyen el 41'66% de la muestra. En el caso del cuestionario final, este número se ve aumentado a 15, representando un 62'5% de la muestra. Insistimos en el número de alumnos que se declaran incapaces a la hora de realizar la tarea, inicialmente es de 2 mientras que finalmente es de 0.

Tabla 17: Estadísticos de las respuestas al ítem 7

Estadísticos de muestras relacionadas					
		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Presentarte ante el grupo, final	4,83	18	2,065	,487
	Presentarte ante el grupo, inicial	4,39	18	2,173	,512

Se ha destacar como la media obtenida en el cuestionario inicial es de 4' 39 con una desviación típica de 2'173, mientras que en el cuestionario final, esta media aumenta a un 4'83 con una desviación típica de 2'065.

Tabla 18: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, ítem 7

Prueba de muestras relacionadas

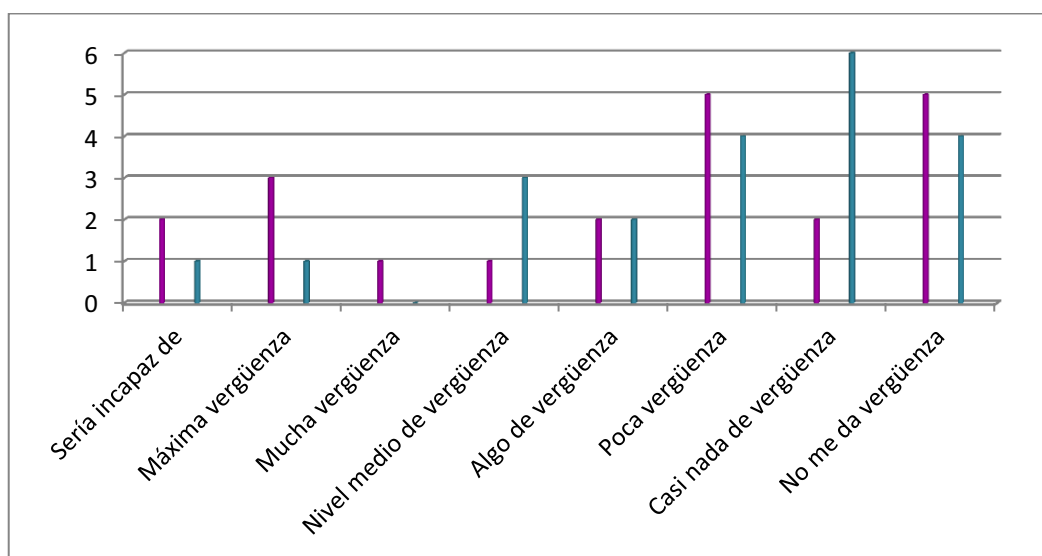
		Diferencias relacionadas				t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación tip.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia			
					Inferior Superior			
Par 1	Presentarte ante el grupo, final - Presentarte ante el grupo, inicial	,444	2,202	,519	-,651 1,540	,856	17	,404

En la tabla 18, vemos como la diferencia entre las medias inicial y final es de 0'444 con una desviación típica de 2'202. A un nivel de significación de 0'05, el p-valor obtenido es de 0'404, por lo que la diferencia no es significativa.

5.1.8. Ítem 8

Definición: disfrazarte y representar con tu grupo una escena de una película ante los demás compañeros.

Gráfico 8: comparación de los resultados pre y post Unidad Didáctica del ítem 8



Podemos resaltar que 14 alumnos consideran tener poca vergüenza a la hora de realizar esta actividad en el cuestionario inicial, lo que representa un 58'33% de la muestra. En el caso del cuestionario final son 16 los alumnos que se muestran con un nivel bajo de vergüenza, lo que representa un 66'66% de la muestra. En la gráfica, observamos como el número de alumnos que se declaran incapaces de realizar la tarea inicialmente es de 2 mientras que finalmente se reduce a 1.

Tabla 19: Estadísticos de las respuestas al ítem 8

Estadísticos de muestras relacionadas				
	Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1 Disfrazarte y representar ante el grupo una escena, final	6,00	19	1,856	,426
Disfrazarte y representar ante el grupo una escena, inicial	4,89	19	2,580	,592

En esta tabla, podemos distinguir como la media de los resultados del cuestionario inicial para este ítem es de 4'89 con una desviación típica de 2'580. En el caso del cuestionario final, esta media se ve aumentada a un 6'00 con una desviación típica de 1'856.

Tabla 20: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, ítem 8

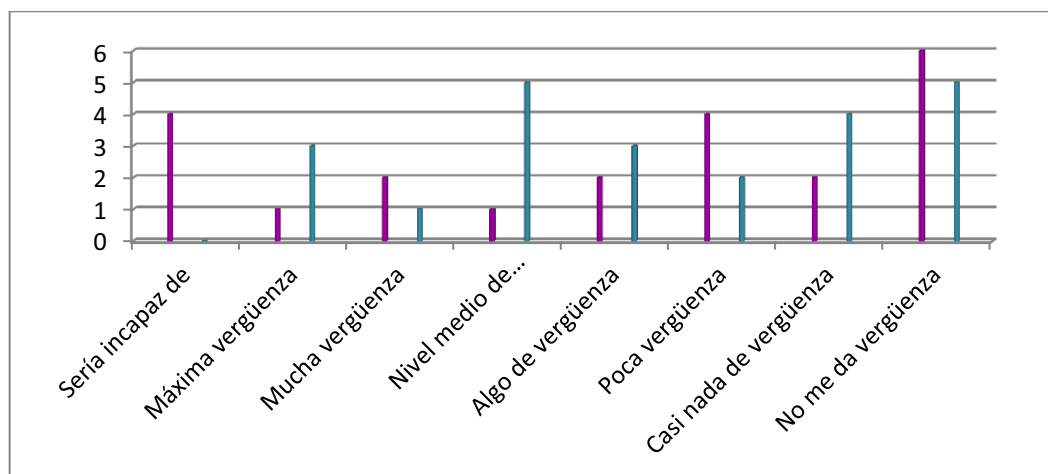
Prueba de muestras relacionadas									
		Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	Disfrazarte y representar ante el grupo una escena, final- Disfrazarte y representar ante el grupo una escena, inicial	1,105	2,158	,495	,065	2,145	2,233	18	,038

En la tabla nº15 se muestra cómo la diferencia entre las medias del cuestionario inicial y final para el ítem nº8 es de 1'105 con una desviación típica de 2'158. El p-valor obtenido es de 0'038, considerando que el nivel de significación se establece en 0'05, cabe destacar que la diferencia de las medias es significativa.

5.1.9. Ítem 9

Definición: bailar en una discoteca música house, danza, funky u otros.

Gráfico 9: comparación de los resultados pre y post Unidad Didáctica del ítem 9



En el siguiente gráfico podemos destacar cómo 8 alumnos han opinado en el cuestionario inicial que tienen un nivel elevado de vergüenza a la hora de realizar esta tarea. Cabe destacar que de estos 8 alumnos, 33'33% de la muestra, 4 se creen incapaces de realizar la tarea. En el cuestionario final, son 9 los alumnos que reconocen tener un nivel elevado de vergüenza, sin embargo, de estos 9, 37'5% de la muestra, ninguno de ellos menciona ser incapaz de realizar la tarea. Subrayamos que el número de alumnos que se declaran incapaces de realizar la tarea inicialmente es de 4, reduciéndose finalmente a 0.

Tabla 21: Estadísticos de las respuestas al ítem 9

Estadísticos de muestras relacionadas

		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Bailar en una discoteca, funky, housse, etc., final	5,58	19	2,219	,509
	Bailar en una discoteca, funky, housse, etc., inicial	4,74	19	2,903	,666

Examinando la tabla 21, se puede contemplar como en el cuestionario inicial la media de los resultados se coloca en un 4'74 con una desviación típica de 2'903. En el caso del cuestionario final, esta media se ve aumentada a un 5'58 con una desviación típica de 2'219.

Tabla 22: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, ítem 9

Prueba de muestras relacionadas									
		Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	Bailar en una discoteca, funky, housse, etc., final - Bailar en una discoteca, funky, housse, etc., inicial	,842	2,455	,563	-,341	2,026	1,495	18	,152

Comparando las medias de los resultados obtenidas en el cuestionario inicial y final, destacamos que la diferencia de las mismas es de 0'842 con una desviación típica de 2'455. El p-valor obtenido ha sido de 0'152 a un nivel de significación de 0'05, por lo que la diferencia de las medias no es significativa.

5.1.10. Comparación de alumnos que se declaran incapaces de realizar una tarea en los cuestionarios inicial y final

Tabla 23: Comparación de los alumnos que se muestran incapaces inicial y final

Estadísticos de muestras relacionadas					
		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Alumnos incapaces inicial	5,11	9	2,261	,754
	Alumnos incapaces final	1,33	9	1,323	,441

En esta tabla podemos observar la media obtenida por los alumnos que se declaran incapaces de realizar una tarea de las indicadas por el cuestionario en todos los ítems. En el cuestionario inicial 5'11 alumnos, con una desviación típica de 2'261, se declaran incapaces de realizar una tarea. En el caso del cuestionario final, 1'33 alumnos, con una desviación típica de 1'323, se sienten incapaces de realizar una de las tareas planteadas

Tabla 24: Comparación de medias de los cuestionarios inicial y final, alumnos que se perciben incapaces de realizar una tarea

Prueba de muestras relacionadas									
		Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
					Inferior	Superior			
Par 1	Alumnos incapaces inicial - Alumnos incapaces final	3,778	1,856	,619	2,351	5,204	6,107	8	,000

En esta tabla, observamos que la diferencia de las medias obtenidas es de 3'778 con una desviación típica de 1'856. El p-valor obtenido ha sido de 0'000, a un nivel de significación de 0'05, por lo que la diferencia es significativa.

5.2. Pruebas ANOVA de un factor

Se han realizado pruebas ANOVA de un factor entre todos los ítems del cuestionario, tanto inicial como final, relacionándolos con los factores nacionalidad, género, colegio de procedencia, deporte practicado y nota obtenida en la coreografía final.

Se han buscado aquellos resultados que no mostraran diferencias significativas en el cuestionario inicial y que sí las mostraran en el cuestionario final. De esta forma, los resultados obtenidos podrían relacionarse con la intervención realizada con el alumnado a través de la Unidad Didáctica.

De todos los análisis, se ha encontrado uno que cumpla con estas características, el cual se presenta en las siguientes tablas.

5.2.1. Ítem 3

Definición: salir a bailar con otro/a compañero/a un montaje de danza en un escenario delante de los compañeros de la clase, amigos y público en general.

Tabla 25: ANOVA del factor nacionalidad y el ítem 2 del cuestionario final

ANOVA de un factor					
Bailar en grupo delante de otros, inicial					
	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-grupos	6,294	2	3,147	,397	,678
Intra-grupos	158,576	20	7,929		
Total	164,870	22			

En esta tabla debemos subrayar que la diferencia entre las medias obtenidas en la percepción de inhibición en el ítem 2 del cuestionario inicial, no presenta diferencias significativas en función de la nacionalidad del alumnado. El p-valor obtenido es de 0'678, siendo el nivel de significación 0'05.

Tabla 26: Análisis descriptivo del ítem 2 del cuestionario final, bailar en grupo delante de otros, y la nacionalidad del alumnado

Descriptivos								
Bailar en grupo delante de otros, final								
	N	Media	Desviación típica	Error típico	Intervalo de confianza para la media al 95%			
					Límite inferior	Límite superior	Mínimo	Máximo
Española	9	6,44	2,128	,709	4,81	8,08	1	8
América Central	6	6,67	1,862	,760	4,71	8,62	3	8
Sur Este	5	3,40	1,817	,812	1,14	5,66	1	5
Total	20	5,75	2,337	,523	4,66	6,84	1	8

En esta tabla observamos un análisis descriptivo de los resultados obtenidos en el cuestionario final en el ítem 2 en función de la Nacionalidad. Destacamos cómo los alumnos de nacionalidad Española, han obtenido un 6'44 de media con una desviación típica de 2'128. Los alumnos englobados en la categoría de América Central han obtenido una media de 6'67 con una desviación típica de 1'862. Por último, los alumnos englobados en la categoría Sur Este, obtienen una media de 3'40 con una desviación típica de 1'817.

Tabla 27: ANOVA del factor nacionalidad y el ítem 2 del cuestionario final

ANOVA de un factor					
Bailar en grupo delante de otros, final					
	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-grupos	36,994	2	18,497	4,711	,024
Intra-grupos	66,756	17	3,927		
Total	103,750	19			

En esta tabla destacamos que la diferencia entre las medias de la percepción de inhibición para el ítem 2 del cuestionario final, en función de la nacionalidad de los alumnos resulta significativa. Se ha obtenido un p-valor de 0'024, siendo el nivel de significación de 0'05.

Tabla 28: Comparación múltiple entre la nacionalidad y los resultados del ítem 2 del cuestionario final

Comparaciones múltiples

Variable dependiente: Bailar en grupo delante de otros, final
Scheffé

(I) Nacionalidad	(J) Nacionalidad	Diferencia de medias (I-J)	Error típico	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
					Límite inferior	Límite superior
Española	América Central	-,222	1,044	,978	-3,02	2,58
	Sur Este	3,044*	1,105	,043	,08	6,01
América Central	Española	,222	1,044	,978	-2,58	3,02
	Sur Este	3,267*	1,200	,046	,05	6,48
Sur Este	Española	-3,044*	1,105	,043	-6,01	-,08
	América Central	-3,267*	1,200	,046	-6,48	-,05

*. La diferencia de medias es significativa al nivel 0.05.

Se ha realizado una prueba de Scheffé de comparaciones múltiples. A través de esta prueba podemos ver qué nacionalidad presenta diferencias significativas en la media obtenida para el ítem 2 del cuestionario final. Podemos destacar que los alumnos de nacionalidad Sur Este presentan una diferencia de medias frente a los de América Centran en este ítem de 3'044 y una desviación típica de 1'105. El p-valor obtenido ha sido de 0'046 siendo en nivel de significación de 0'05, por lo que la diferencia es significativa. Igualmente, se presenta una diferencia de media con los alumnos de nacionalidad española de 3'044 con una desviación típica de 1'105. El p-valor obtenido ha sido de 0'043, por lo que la diferencia también es significativa. Comparando la media de los alumnos de nacionalidad española con los de América Central, la diferencia de medias es de 0'222 con una desviación típica de 1'044. El p-valor obtenido ha sido de 0'978 por lo que la diferencia no es significativa.

6. DISCUSIÓN

Previamente, varios autores (Ruano, 2004; Canales, 2006; Nieves, 2011) ya habían contrastado que mediante un programa de intervención enfocado hacia la desinhibición del alumnado en las ACE ya se conseguían mejoras significativas en la inhibición mostrada por los alumnos durante la práctica.

A través de este trabajo se ha comprobado que mediante la realización de una Unidad Didáctica enfocada al desarrollo de uno de los factores que afectan a la desinhibición

del alumnado, también se consiguen, supuestamente, mejoras en la autopercepción de la inhibición en todos los factores influyentes en la misma, por parte de los propios alumnos.

Cabe destacar que se han conseguido mejoras en todos los ítems del cuestionario ACE_CAPIACE de Romero (2006). No obstante, no todas las mejoras han resultado significativas, estadísticamente hablando.

Se hace necesario matizar que se han encontrado diferencias significativas entre las medias de los cuestionarios pre Unidad Didáctica y post Unidad Didáctica en 5 de los 9 ítems del cuestionario.

Igualmente, ha de señalarse que los ítems 1, 2, 6, y 8, tienen algo en común entre ellos y es que hacen referencia explícita a llevar a cabo una representación delante de los compañeros de clase. Todos ellos desarrollan un factor de los destacados por Romero (2003) como condicionante de la inhibición del alumnado, *mostrarse en público en ACE*.

Se plantea interesante matizar, que durante la Unidad Didáctica de Danzas Regionales con la que se ha intervenido, los alumnos han estado continuamente realizando representaciones ante el resto de alumnos, bien bailando todos en gran grupo o bailando en pequeños grupos frente al resto de la clase. A lo largo de todo el proceso, se han estado exponiendo públicamente al resto de compañeros, de esta forma, se ha estado desarrollando uno de los factores que Romero (2003) destaca como condicionantes de la inhibición, mostrarse en público.

Cabe la posibilidad, de que ésta sea la principal causa por la que los alumnos hayan experimentado estos cambios significativos en la autopercepción de la inhibición en aquellos ítems relacionados con representar algo delante de los compañeros. Es posible que los alumnos hayan perdido la vergüenza a actuar frente a sus compañeros.

Cabe resaltar la mejora significativa obtenida en el ítem 8, que hace referencia a disfrazarse y representar en grupo una escena de una película ante los demás compañeros. Ya hemos mencionado anteriormente, que la mejora podría haberse producido por la acción de representar ante los demás compañeros. No obstante, no

debemos dejar de lado un aspecto importante, y es que los alumnos realizan la actividad con un disfraz.

Según varios autores (Ruano, 2004; Canales, 2007 y Barba, 2011), la utilización de un material hace que se reduzca la sensación de sentirse observado y por lo tanto, favorece la desinhibición del alumnado. Debemos remarcar, que posiblemente, el utilizar un material haya podido colaborar a la mejora significativa obtenida en el ítem número 8.

Se debe acentuar, la evolución significativa que se ha dado entre los alumnos que se declaran incapaces de realizar una de las actividades planteadas por el cuestionario entre los resultados iniciales y finales. El número de alumnos que se muestran incapaces de realizar una tarea se ha reducido de una manera muy considerable, e incluso en tres de los 9 ítems, 3, 7 y 9, ningún alumno se ha manifestado incapaz en el cuestionario final. Hay que recalcar, que dos de estos tres ítems, el 7 y el 9, que hacen referencia a presentarte ante el grupo y bailar en una discoteca, no han sido desarrollados durante la Unidad Didáctica.

Consideramos este resultado importante, ya que enfatiza que se ha producido un descenso en el grado de inhibición a nivel global de una manera significativa, sin que se haya trabajado durante las sesiones. Este descenso del grado de inhibición ha sido probablemente provocado como resultado de la intervención a través de la Unidad Didáctica.

Subrayamos que los ítems que se han percibido más difíciles de realizar, en función del número de alumnos que se muestran incapaces de realizarlos de una manera inicial, han sido los ítems 4 y 5. Estos ítems hacen referencia a, el primero, con un compañero del mismo sexo, y el segundo, con un compañero de distinto sexo, con música y luz suave, aproximar las manos de uno y otro y dejarse llevar por la música improvisando movimientos.

Que estos ítems hayan sido remarcados como los más difíciles, es posible que sea por la dificultad que entraña el contacto físico que requiere esta tarea. Varios autores, (Romero, 2003; Canales, 2006), ya definen el contacto físico como uno de los

condicionantes que vienen a determinar las tareas de expresión relacionadas con la inhibición.

Finalmente, se ha de subrayar, que se han obtenido diferencias significativas entre la percepción del nivel de inhibición del ítem 2, bailar en grupo frente a los compañeros de clase, y la nacionalidad del alumnado. En este caso, los alumnos englobados en la nacionalidad Sur Este, presentan diferencias significativas respecto a los de nacionalidad española y los de América Central. Cabe destacar, que en el cuestionario inicial, no se obtuvieron resultados significativos en el ítem 2, relacionándolos con la nacionalidad de los alumnos. Es por ello, que probablemente, este resultado haya sido provocado a través de la intervención con el alumnado mediante la Unidad Didáctica. Probablemente, los alumnos de nacionalidad Sur Este hayan obtenido una menor evolución en su percepción de inhibición para este ítem, que los alumnos de América Central y España, no obstante, cabe destacar que el número de la muestra es muy reducido.

7. CONCLUSIONES

A través de una Unidad Didáctica enfocada hacia la mejora de uno de los factores provocadores de inhibición, también se han producido mejoras en el resto de factores afectantes a la inhibición a la hora de realizar ACE, probablemente producidas por esta intervención.

Las mejoras, referidas a la inhibición, han sido significativas en aquellos aspectos desarrollados en la Unidad Didáctica, en este caso, aquellos que tienen que ver con mostrarse ante el público.

Se ha conseguido de una manera significativa que el número de alumnos que se declara incapaz de realizar una ACE se vea considerablemente reducido, posiblemente por la intervención llevada a cabo con el alumnado mediante una Unidad Didáctica de Danzas Regionales.

Se ha comprobado que, de acuerdo con varios autores, el contacto físico es un condicionante de las ACE en cuanto al nivel inhibición se refiere y que la utilización de materiales, probablemente facilite la realización de las mismas.

Se han detectado diferencias significativas entre la nacionalidad del alumnado y las medias de los resultados obtenidos en el ítem 2 del cuestionario final, bailar en grupo frente al resto de compañeros.

8. LIMITACIONES Y PROPUESTAS DE FUTURO

Este trabajo se ha visto limitado principalmente por su enmarcación dentro de la asignatura Prácticas 2 y 3 del Máster Universitario en Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas de la Universidad de Zaragoza.

Esto ha producido que el tamaño de la muestra se haya visto reducido a solamente un grupo de 24 alumnos de 2º de la ESO. Por este motivo, se ha visto impedida la utilización de un posible grupo control, ya que desde el IES Navarro Villoslada, solo se ha permitido intervenir con un grupo de alumnos.

Se propone como propuesta de futuro la réplica de este estudio pero con una muestra mucho mayor, que abarque todos los cursos de la Educación Secundaria Obligatoria y 1º de Bachillerato y ver si los resultados obtenidos son extensibles a todo el alumnado del instituto. Por supuesto, se requeriría de grupos control en todos los cursos para contrastar los resultados obtenidos.

Se sugiere como línea de continuación, analizar la evolución de la percepción de inhibición del alumnado en función de su nacionalidad y proceder a la validación estadística del cuestionario ACE_CAPIACE de Romero (2006).

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alcaide, M. (2009). Influencia del rendimiento y autoconcepto en hombres y mujeres. *Revista electrónica de investigación y docencia*, 2, 27-44.
- Archilla, T., & Pérez, D. (2012). Dificultades del profesorado de E.F. con las actividades de expresión corporal en secundaria. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 14, 176-190.
- Arribas, M. (2011). La influencia de la expresión corporal en el área socio afectiva en alumnos de 1º a 4º de primaria. *AGON International Journal of Sport Sciences*, 1(1), 37-44.
- Barba, J.J. (2011). *Posibilidades para enseñar mediante el trabajo de sombras* (Publicación interna). España: Universidad de Valladolid.
- Cáceres, M.A. (2010). La expresión corporal, el gesto y el movimiento en la edad infantil. *Temas para la Educación, Revista Digital para Profesionales de la Enseñanza*, 9.

- Canales, I. (2006). *Consecuencias pedagógicas de la mirada y el tacto en la expresión corporal*. Tesis Doctoral, Universitat de Lleida, Cataluña, España.
- Canales, I. (2007). La mirada y el tacto como condicionantes del compromiso emocional del alumnado en las sesiones de expresión corporal. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 19, 191-212.
- Canales, I. (2009). La mirada y el tacto en la expresión corporal. *Apunts Educación Física y Deportes*, 98, 33-39.
- Castillo, E., & Rebollo, J.A. (2009). Expresión y comunicación corporal en educación física. *Wanceulen E.F. Digital*, 5, 104-122.
- Chivite, M.T., & Romero, M.R. (2006). Experiencia de evaluación formativa en “Actividades Corporales de Expresión”, en *I Jornadas de Innovación Docente, Tecnologías de la Información y la Comunicación e Investigación Educativa en la Universidad de Zaragoza*. Zaragoza: Universidad de Zaragoza.
- España, Departamento de Educación, Cultura y Deporte. (2007). *Orden de 9 de mayo de 2007, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación secundaria obligatoria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad autónoma de Aragón*. Aragón: Autores.
- Hernández, R. (2005). El pudor. *Revista Trama y fondo*, 19, 90-98.
- Montávez, M. (2001). La expresión corporal y la creatividad. Un camino hacia la persona. *Tándem*, 3, 01-19.
- Mendoza, A.L. (2011). *Estrategias metodológicas para desarrollar y favorecer la expresión corporal en los alumnos de tercer grado de primaria, dentro de las sesiones de educación física*. Tesis de grado de Maestro en docencia en educación superior, Universidad Tangamana, San Luis Potosí, Méjico.
- Monfort, M. (2009). *La expresión corporal en la educación: reflexiones sobre la situación actual*. Ponencia presentada en el XVII Congreso Nacional de Educación Física, Huelva, España.
- Nieves, M. (2009). La expresión corporal como instrumento para resolver conflictos en el aula de educación física. *EmásF Revista Digital de Educación Física*, 14, 122-141.

- Rodríguez, V., & Araya, G.A. (2009). Efecto de ocho clases de expresión corporal en el estado de ánimo y autoconcepto general de jóvenes universitarios. *Revista Educación*, 33(2), 139-152.
- Romero, M.R. (1997). La expresión corporal, en el ámbito educativo. *Revista Informática* www.askeis.arrakis.es, 1.
- Romero, C. [M.R.] (2001). Cuerpo y Creatividad. Reflexiones sobre la creatividad en Educación Física. *Revista Tándem*, 3, 25-38.
- Romero, M.R. (2003). Proyecto docente para titular de universidad: Actividades Corporales de Expresión. Facultad de Ciencias de la Salud y Deporte, Universidad de Zaragoza, (s.e.).
- Ruano, M. T. (2004). *La influencia de la expresión corporal sobre las emociones: un estudio experimental*. Tesis Doctoral, Universidad Politécnica de Madrid, Madrid, España.
- Ruano, M.T. (2004). Juegos y actividades para crear un ambiente adecuado en el desarrollo de propuestas de Expresión Corporal. *Expresiva.org, el portal de la expresión corporal*. Recuperado el 16 de Junio de 2013 de <http://www.expresiva.org/index.php/recursos-/articulos-relacionados/109-qjuegos-y-actividades-para-crear-un-ambiente-adecuado-en-el-desarrollo-de-propuestas-de-expresion-corporalq>
- Ruano, M.T., & Barriopedro, M.I. (2004). Impacto de la expresión corporal sobre las emociones en el ámbito educativo. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 15, 01-06.
- Silva, L.C. (1997). Cultura estadística e investigación en el campo de la salud: una mirada crítica. Madrid, Díaz de Santos.
- Turrán, N. (2011). Problemas psico-afectivos derivados del contacto corporal. *Revista Arista Digital*, 15, 8-40.