Expresión corporal

La estatua que cuenta una historia

Juego cooperativo para 1.º de ESO. Integrar la expresión corporal individual en una composición grupal breve.

Para qué sirve

El alumnado pasa de expresarse solo a construir una imagen conjunta con su cuerpo. Tiene sentido en 1.º ESO porque aún hay vergüenza al exponerse y el grupo pequeño la rebaja. En la parte principal, encaja como actividad de creación tras un calentamiento activo.

Cómo se juega, paso a paso

1. Forma grupos pequeños y reparte espacio en el gimnasio, polideportivo o patio. Deja claro que no hace falta material.
2. Explica la actividad: cada grupo acuerda una idea sencilla y la representa con una estatua humana entre todos.
3. Da un tiempo corto para pensar y probar posturas. Pide que todos los miembros formen parte de la estatua, sin quedarse mirando.
4. Cuando termine el tiempo, da la señal de congelar. Cada grupo mantiene la postura final sin moverse el tiempo que indiques.
5. Observa cada estatua y comenta qué ha funcionado, por ejemplo niveles distintos o posturas que se complementan.
6. Repite la ronda con otra idea. Cambia quién propone o quién coloca primero, para que no mande siempre la misma persona.
7. Cierra con respiración tranquila y una breve puesta en común.

Reglas

La postura final se mantiene sin moverse el tiempo indicado.

Organización y material

Reparte los grupos por el espacio con distancia suficiente entre ellos, para que nadie choque al probar posturas. Sin material, solo marca bien los límites de la zona de trabajo.

Curso
1.º de ESO

Momento de la sesión
Parte principal

Duración
10–15 minutos

Intensidad
Baja

Agrupación y lugar
Pequeños grupos. Gimnasio, polideportivo o patio

Material
Ninguno

Variantes

Más fácil
Pide una estatua de una sola idea muy concreta, como un deporte, y reduce el tiempo de mantenimiento.

Más difícil
Exige que la estatua tenga tres niveles de altura y que todos estén conectados entre sí. Alarga el tiempo de mantenimiento.

Con un grupo grande o pequeño
Con grupo grande, haz equipos de cuatro o cinco y repite las rondas. Con grupo pequeño, haz una sola estatua entre todos.

En poco espacio
En aula o gimnasio pequeño, trabajad por turnos con la mitad de los grupos mientras el resto observa desde un lateral.

La variante de la ficha
El resto de la clase intenta adivinar qué representa la estatua.

Adaptaciones e inclusión

Dificultad motriz
Deja que elija posturas sentadas o apoyadas y que ocupe un lugar central en la composición. Reduce el tiempo de mantenimiento si le cuesta.

Alumnado con TEA
Anticipa la idea con tarjetas o ejemplos visuales y avisa antes de congelar. Permite un rol claro en el grupo, sin contacto físico obligatorio.

Atención e impulsividad
Marca con una señal clara el paso de crear a congelar. Asigna un rol concreto, como director de la estatua, para canalizar su energía.

Seguridad y errores frecuentes

Para que nadie se haga daño

- Evita posturas de equilibrio inestable o apoyos sobre otros compañeros. Pide que nadie cargue peso ajeno.
- Revisa que el suelo esté seco y sin objetos, sobre todo si hay alumnado descalzo o con calcetines.
- Mantén distancia entre grupos y pide mover los cuerpos con calma al probar.

Errores frecuentes al aplicarla

- Dejar demasiado tiempo para pensar y que se disperse el grupo. Acórtalo y avisa cuando quede poco.
- Permitir que un alumno decida todo. Asigna roles rotativos para que todos aporten una postura.
- Mantener las estatuas demasiado rato. Fija un tiempo corto y adecuado para evitar fatiga y risas.

Preguntas para la reflexión final

¿Cómo os pusisteis de acuerdo en la idea de la estatua?

¿Qué postura de vuestro grupo ayudó más a que se entendiera?

¿Os sentisteis cómodos en el grupo? ¿Qué cambiaríais?

Autor: Equipo de profesores de Educación Física de Espaldera. Revisada el 26 de octubre de 2026.