

SporTK: Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte, vol. 5 n.º 1, 65-74
 Recibido: 16/11/2015
 Aceptado: 21/01/2016

© Copyright 2016: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia
 Murcia (España)
 ISSN edición impresa: 2254-4070
 ISSN edición web (<http://revistas.um.es/sportk>): 2340-8812

Evaluación inicial en 6º curso de primaria de las habilidades sociales y propuesta didáctica de intervención en la Educación Física escolar

Initial evaluation in 6th grade elementary teaching social skills and intervention approach school Physical Education

Saiz Panadero, M., Prieto Ayuso, A., Gutierrez Marín, E.C. y Gil Madrona, P.*

Universidad de Castilla-La Mancha. Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal

Resumen: Trabajar las habilidades sociales conlleva un proceso de adquisición a lo largo de los años de escolaridad obligatoria. El área curricular de Educación Física puede ser un valioso contexto en el que desarrollarlas. El objetivo de este estudio ha sido evaluar dichas habilidades en niños y niñas de Educación Primaria (6º curso; n=54) a través de un cuestionario para posteriormente, ofrecer un programa de intervención. El instrumento utilizado ha sido el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS). Los resultados indican que la habilidad menos desarrollada es la habilidad para hacer amigos, mientras que las habilidades básicas de interacción social son las que obtienen mejores puntuaciones. Las chicas obtuvieron mejor puntuación media que los chicos. Como conclusión principal del estudio se destaca la necesidad de trabajar las habilidades sociales dentro de esta etapa educativa puesto que resultan fundamentales para desenvolverse en la sociedad.
Palabras clave: Desarrollo de las habilidades, programa de enseñanza, educación ciudadana, competencias para la vida (Tesoro UNESCO).

Abstract: The development of social skills involves an acquisition process over the years. The curricular area of physical education can be a valuable playful and fun context in which these skills can be improved. The aim of this study was to evaluate these skills in elementary school children (6th grade; n = 54) through a questionnaire to then carry out a program to develop social skills. The instrument used was the Social Interaction Skills Questionnaire (CHIS). The results indicated the ability to make friends was the less developed skill, while basic social interaction skills were the ones with better scores. The girls obtained better average score than boys. The main conclusion of the study is the need to work on social skills within the educational stage as they are presented as something fundamental to function and develop in society.

Keywords: Skills development, instructional programmes, civic education, life skills.

Introducción

Las habilidades sociales han sido abordadas o estudiadas desde diferentes ámbitos, como son el de la salud, el social, el laboral y el educativo (Gil & León, 1998), siendo este último, un campo de estudio con mayor auge en la actualidad. Debido a esta importancia que las habilidades sociales han ido adquiriendo dentro del ámbito educativo, uno de los retos que actualmente se persigue en educación es la mejora en la calidad de las relaciones interpersonales, igualándose así con el desarrollo intelectual, personal o social (Restrepo, 2008). De ahí las numerosas investigaciones realizadas hasta el momento como las de Gil, León, y Jarana (1995), Vallés y Vallés (1996), Gil y León (1998), Osman (2008), Goudas y Magotsiou (2009), Nauert (2010), Contreras y García (2011), y Jenniferc (2014) o bien, ejemplificaciones prácticas como el Programa de Entrenamiento en Habilidades de Interacción Social (PEHIS) de Monjas (2006) o los programas americanos: Going for the Goal (GOAL) de Danish (2002), y Teaching Personal and Social Responsibility Model (TPSR) de Hellison (2011), en el cual se basa el reconocido Programa de Responsabilidad Personal y Social (PRPS) de Escartí, Pascual, y Gutiérrez (2005).

No existe una delimitación conceptual de habilidades sociales establecida por consenso entre la comunidad científica (Ortego, 2010), ya que como se ha mencionado con anterioridad, es un término procedente de varios campos de estudio. Autores como Gil y León (1998, 15), definen habilidad social como “la capacidad de ejecutar aquellas conductas aprendidas que cubren nuestras necesidades de comunicación interpersonal y/o responden a las exigencias y demandas de las situaciones sociales de forma efectiva”. Otro autor, Vaello (2005, 11), considera las habilidades sociales como “el conjunto de capacidades para emitir conductas eficaces en situaciones interpersonales con la finalidad de obtener respuestas gratificantes de los demás”. Según Izuzquiza y Ruiz (2006, 23): “son un conjunto de conductas y destrezas específicas que nos permiten interactuar con los demás del modo más adecuado posible a la situación en que nos encontramos, y de manera mutuamente beneficiosa”.

Actualmente en educación se está apostando por el trabajo cooperativo (Gil et al., 2007), pero para eso debemos saber desarrollar habilidades sociales en los niños, debiéndose tener en cuenta no sólo el tipo de actividades que se plantean, sino también aspectos de gran trascendencia como pueden ser: las técnicas o metodología a seguir dentro del plan propuesto (Castillo

Dirección para correspondencia [Correspondence address]: Pedro Gil Madrona. E-mail: Pedro.Gil@uclm.es

& Sánchez, 2009; Vallés & Vallés, 2000); las características del alumnado, es decir, asertivo, pasivo o agresivo (Vaello, 2005) y la influencia de tres factores del niño/a, como son la familia, el colegio y la sociedad (Llanos, 2006; López, 2010).

En relación al plano legislativo, a nivel estatal (Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria) aparecen las habilidades sociales reflejadas en primer lugar, en los *objetivos generales de la Educación Primaria* (p. 19353), dentro de los siguientes:

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- c) Adquirir habilidades para la prevención y para la re-

solución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.

- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad.
- e) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

En segundo lugar, el RD 126/2014 menciona de forma prioritaria las habilidades sociales estableciendo como *competencia* (p. 19352), la competencia social y cívica.

En tercer lugar, las habilidades sociales también aparecen mencionadas en los *criterios de evaluación y estándares de aprendizaje* (p. 19409) en el área de Educación Física dentro del RD 126/2014 de la siguiente manera (tabla 1):

Tabla 1. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje relacionados con las habilidades sociales presentes en el RD 126/2014. Fuente: elaboración propia.

Criterios de evaluación generales de área	Estándares de aprendizaje generales de área
2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	2.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.
7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase. 7.2. Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.
9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.	9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable. 9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz. 13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad. 13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases. 13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.

Centrándonos en la legislación de la Comunidad Autónoma en la que se ha realizado el estudio, el Decreto 54/2014, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha, otorga la misma importancia que el Real Decreto 126/2014, ya que cuando explicita los contenidos que deben ser enseñados, también recoge las habilidades sociales cuando menciona la actividad física y salud, juegos y deportes, y actividades

físicas-artístico expresivas. De esta forma, y dentro del área curricular de Educación Física, se puede llevar a cabo un plan de actuación en el que a la vez que realicen actividades físicas, se mejoren las habilidades sociales, como por ejemplo, aprender a comportarse adecuadamente con los demás, ayudar a conocerse mejor a sí mismos, o actuar correctamente en cualquier situación que les planteé la vida en sociedad.

Por último, y concretando en el centro educativo, están pre-

sentadas las normas de convivencia como medida preventiva y como forma de educación en valores y en habilidades sociales, que establece el Decreto 3/2008 de la Convivencia Escolar en Castilla-La Mancha.

En relación a los antecedentes directos del presente trabajo se pueden destacar las investigaciones de Gil-Madrona, Gutiérrez y Madrid (2012) y De Miguel (2014) en las que se evalúa el nivel de habilidades sociales de un grupo de discentes. En el primer caso se trata de la mejora de las habilidades sociales a través de un programa de actividad física mediante el baile en un grupo de chicas durante tres meses y para su comprobación se ha utilizado el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS) de Monjas (2006). Los resultados muestran que hay un desarrollo de estas habilidades después del programa y en el bloque que más se ha notado ha sido en el de *habilidades básicas de interacción social*, siendo el que más necesidad de mejora tenía. En el segundo caso se trata de la mejora en habilidades sociales que supone la aplicación de un programa de habilidades de interacción social a cuatro niños con riesgo de exclusión durante dos meses y los instrumentos serán el CHIS de Monjas (2006) y el Código de Observación de la Interacción Social (COIS) de Monjas, Arias, y Verdugo (1991, citado por De Miguel, 2014), indicando los resultados que ha habido mejora en el bloque de habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones, siendo este en el que más mejora se ha producido durante el proceso. Por último, un reciente estudio llevado a cabo por Gil Madrona, Silva, Romo Pérez y Miranda (2015) con el propósito de analizar las actitudes de los estudiantes de Educación Primaria en relación a las clases de Educación Física, reveló que dicha actitud fue positiva.

En virtud de lo expuesto con anterioridad, el objetivo de la investigación se ha centrado en conocer las habilidades sociales existentes dentro de un grupo de estudiantes de Educación Primaria.

2. Método

2.1. Participantes

La muestra se seleccionó de forma no aleatoria por muestreo incidental debido a la facilidad de acceso. En él participó el alumnado de los grupos "A" y "B" de 6º curso de Educación Primaria de un centro educativo de España, siendo un total de 54 alumnos y alumnas.

2.2. Instrumento

El instrumento fue el cuestionario, ya que es uno de los más rápidos para su aplicación a un grupo numeroso y resulta bastante eficaz, sin tener que recoger la información directamente de los sujetos (Vallés y Vallés, 1996, Sanz, Gil & García-

Vera, 1998, en Gil & León, 1998, y Vallés & Vallés, 2000). El cuestionario utilizado es una adaptación del Cuestionario de Habilidades de Interacción Social (CHIS) de Monjas (2006), eligiéndose para este estudio aquellas habilidades con las que queremos trabajar en un futuro a través de un programa de habilidades sociales y debido a que son las de mayor comprensión por parte del alumnado, lo que facilitará la cumplimentación del instrumento. Dichas habilidades pertenecen a los cinco primeros bloques de habilidades de la clasificación de Monjas (2006) siendo estas: habilidades básicas de interacción social, habilidades para hacer amigos, habilidades conversacionales, habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones, y habilidades de solución de problemas. Son 14 ítems y la calificación tiene como referencia la escala Likert, con valoraciones que oscilan entre 1 y 5, que se refiere al grado de acuerdo con cada conducta, siendo 1 el menor grado de acuerdo y 5 el mayor.

2.3. Procedimiento

En primer lugar, se obtuvo el consentimiento informado por parte de la directora del centro educativo para realizar dicho trabajo en el colegio. En segundo lugar, se concertó una reunión con los maestros de Educación Física, el maestro de Inglés y el maestro tutor del grupo, participantes en el estudio, dado que son los tres docentes que más tiempo pasan en la jornada escolar con los alumnos. Se constituyó un seminario para formar y unificar criterios en la recogida de información. A tal efecto se dieron las instrucciones, las pautas a seguir y se instruyó a los docentes en el registro de la información:

1. Explicación por parte del investigador de cómo debían cumplimentar el cuestionario.
2. Observación del grupo/clase sobre las habilidades sociales teniendo en cuenta los ítems que se pretendían evaluar.
3. Rellenar las hojas de valoración por parte del profesorado.
4. Entregarlas al investigador.

De este modo, el motivo de la elección de estos docentes se ha basado en los siguientes criterios:

- Triangulación de las conductas del alumnado participante por parte del profesorado observador (tres maestros) debido a que son los que más tiempo pasan durante la jornada escolar con el mismo grupo de alumnos/as.
- Observación del alumnado en contextos diferentes durante la jornada escolar: Educación Física (aula, gimnasio o patio), Inglés y tutor (aula). Esta decisión posibilita la comparación de las conductas (habilidades sociales) del alumnado considerando como variable el lugar del colegio donde se encuentre.

En relación a los principios éticos, la información referida a los nombres del alumnado ha sido anónima, destacando solamente el sexo de cada uno de ellos.

Análisis de la información

Los datos fueron analizados con el programa estadístico Microsoft Excel 2013. La prueba estadística empleada ha sido la media aritmética, con el propósito de conocer el grado de realización de la conducta en cada uno de los bloques de habilidades sociales en función de cada maestro participante en

primer lugar, y estableciendo una diferenciación por sexo en segundo lugar.

Resultados

Para conocer las habilidades sociales existentes dentro de un grupo de estudiantes de Educación Primaria (objetivo de investigación), se ha establecido en primer lugar la media aritmética en cada bloque de habilidades sociales en función de cada maestro participante (tabla 2).

Tabla 2. Valor medio de las habilidades sociales en 6º curso respecto a los maestros.

BLOQUE / ÍTEMS	Prof. Ed. Física	Prof. Inglés	Tutor	Media (ítem)
I. HABILIDADES BÁSICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL				
1-Conoce la mayoría de los significados de algunos de los gestos, expresiones y posturas corporales universales.	5	4,9	4,92	4,94
2-Gestos de cortesía y amabilidad, saludos y presentaciones, en compañeros y profesores.	3,87	4,38	3,94	4,06
3-Agradece, pide por favor y disculpas cuando procede.	4,44	4,53	4,13	4,36
Media (observador)	4,43	4,6	4,33	4,45
II. HABILIDADES PARA HACER AMIGOS				
4-Alaba, elogia y dice cosas positivas a los demás.	3,55	2,18	2,72	2,81
5-Presta y pide ayuda a sus compañeros según requiera la situación.	4,37	4,36	4,2	4,31
6-Respeto a las normas y compañeros, y participación.	3,9	4,39	4,07	4,12
7-Colaboración y cooperación en actividades grupales.	4,05	4,75	4,28	4,36
Media (observador)	3,96	3,92	3,81	3,89
III. HABILIDADES CONVERSACIONALES				
8-Respeto el turno de palabra y atiende a lo que se dice.	3,89	4,43	4,07	4,13
9-Participa en las conversaciones de forma educada y activa, y se adecúa al tema de discusión.	4,22	4,09	4,03	4,11
Media (observador)	4,05	4,26	4,05	4,12
IV. HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS, EMOCIONES Y OPINIONES				
10-Responde adecuadamente a emociones y sentimientos agradables/desagradables de los demás.	4,3	4,53	4,25	4,36
11-Expresa adecuadamente a los demás sus emociones y sentimientos agradables/desagradables.	4,03	4,15	4,04	4,07
12-Es capaz de defender sus derechos respetando los de los demás.	4,14	4,45	4,18	4,25
Media (observador)	4,15	4,37	4,15	4,22
V. HABILIDADES DE SOLUCIÓN DE PROBLEMAS				
13-Puede ponerse en el lugar del otro evitando situaciones problemáticas.	4,25	4,25	3,9	4,13
14-Si se ve inmerso en un conflicto hace lo posible para buscar soluciones positivas y mantener la calma.	4	4,43	3,94	4,12
Media (observador)	4,12	4,34	3,92	4,12
MEDIA TOTAL DE CADA OBSERVADOR	4,14	4,29	4,05	4,16

Como se puede apreciar en la tabla 2, el bloque que ha obtenido mayor puntuación por parte de los tres observadores ha

sido el relacionado con las *habilidades básicas de interacción social* (4,45) perteneciente al bloque I. Por el contrario, aquel

que ha obtenido menor puntuación ha sido el relacionado con las *habilidades para hacer amigos* (3,89) perteneciente al bloque II. Los resultados muestran concordancia de los tres maestros en sus resultados.

En relación a la media obtenida de cada ítem por cada observador, dentro del bloque I (*habilidades básicas de interacción social*), el ítem con mayor puntuación ha sido el número 1 (4,94) y el que menos puntuación ha obtenido el ítem 2 (4,06) estableciendo una diferencia entre ambos de 0,88 puntos. En relación al bloque II (*habilidades para hacer amigos*), el ítem con mayor puntuación ha sido el número 5 (4,31) mientras que el menos puntuado ha sido el ítem 4 (2,81) estableciéndose una diferencia de 1,5 puntos entre ambos ítems. Respecto al bloque III (*habilidades conversacionales*), el ítem más puntuado ha sido el número 8 (4,13) mientras que el menos puntuado ha sido el número 9 (4,11) estableciendo así una diferencia de tan solo 0,02 puntos entre ambos. Dentro del bloque IV (*habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones*), el ítem con mayor puntuación ha sido el número 10 (4,36) mientras que el ítem 11 ha sido el que menos puntuación ha obtenido (4,07). La diferencia entre ambos es por tanto de 0,32 puntos. Por último, en el bloque

V (*habilidades de solución de problemas*) se observan resultados similares al bloque III, estableciéndose una diferencia entre los únicos dos ítems que configuran dicho bloque de 0,01 puntos.

Tal y como se comprueba en la tabla 2, el bloque de habilidades sociales con mayores diferencias entre sus ítems ha sido el bloque II (1,5 puntos de diferencia entre el ítem más y menos puntuado). Finalmente, resulta de interés destacar la media total en cada bloque de habilidades sociales, siendo esta 4,16 sobre 5 puntos.

Por otro lado, en relación a la media obtenida por cada observador en cada uno de los bloques, se advierte cómo el maestro de Inglés aprecia mayor nivel de habilidades sociales en el alumnado. La media total de este maestro es de 4,29 puntos frente a los 4,14 y 4,05 del maestro de Educación Física y tutor, respectivamente. Sin embargo, es precisamente el maestro de Inglés el que mejor puntuación otorga (2,18) al ítem con mayores diferencias entre los observadores (ítem 4).

Siguiendo con el análisis del objetivo de investigación, la tabla 3 muestra las diferencias existentes según el sexo del alumnado en relación a las habilidades sociales.

Tabla 3. Nivel en habilidades sociales de chicas y chicos en 6º curso respecto a los maestros.

SEXO DEL ALUMNADO	Prof. Ed. Física	Prof. Inglés	Tutor	Media (ítem)
Chicos	3,80	3,81	3,58	3,73
Chicas	4,39	4,61	4,39	4,63
Media (observador)	4,09	4,21	3,98	4,18

En la tabla 3 se comprueba que las chicas obtienen una mayor puntuación media en los cinco bloques de habilidades sociales (4,63), mientras que los chicos obtienen una puntuación inferior (3,73). En el caso de los chicos, la mayor puntuación ha sido obtenida por el maestro de Inglés (3,81) y la menor por el tutor (3,58). En el caso de las chicas, la mayor puntuación ha sido obtenida por el maestro de Inglés (4,61) y la menor por el maestro de Educación Física y tutor (ambos 4,39).

4. Discusión

El trabajo ha pretendido evaluar las habilidades sociales en un grupo de alumnos y alumnas de 6º de Educación Primaria.

De los resultados analizados se desprende que es generalmente el tutor el que menor valoración concede a las habilidades sociales del grupo de alumnos y alumnas, mientras que el que más valoración otorga ha sido el maestro de inglés. En las clases de Educación Física se observa un valor intermedio de habilidades sociales (Gil, Cuevas, Contreras, & Díaz, 2012). En general, se ha observado un nivel medio-alto dentro del alumnado, siendo la menos valorada la siguiente: *alaba, elogia y dice cosas positivas a los demás*, con una puntuación ex-

tremadamente baja; mientras que por el contrario, *conoce la mayoría de los significados de algunos de los gestos, expresiones y posturas corporales universales*, ha sido puntuada como la más alta. Por este motivo se puede deducir que estos niños han aprendido muy bien lo que son los gestos universales, característicos de una región o país, no así habiendo adquirido costumbres o comportamientos gentiles con los demás, por mostrar un carácter algo exaltado o inquieto, llegando a molestar a los demás.

Si tenemos en cuenta estudios previos podemos comparar los resultados de las evaluaciones anteriores a la aplicación de los programas con el que aquí se presenta, de manera que hay coincidencia en cuanto al bloque de mayor calificación con el trabajo de De Miguel (2014), siendo en bloque I (*habilidades básicas de interacción social*), en contraposición con Gil-Madrona, et al. (2012) que otorga a éste de menos valor. En cuanto al bloque que menos valoración recibe se producen diferencias, ya que nuestros resultados indican que es el bloque II (*habilidades para hacer amigos*), pero para De Miguel (2014) no ocurre así, siendo el bloque IV (*habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones*), el cual resulta curiosamente más valioso para Gil-Madrona, et

al. (2012). Por lo que se puede interpretar que en niñas que además van a practicar el baile como actividad física se tiene un mayor desarrollo de habilidades que tienen que ver con los sentimientos o emociones, mientras que no priman tanto las habilidades básicas, aspecto este que ocurre prácticamente al contrario en niños en riesgo de exclusión y en grupos mixtos de alumnos en grupos de clase, siendo más proclives a desarrollar unas habilidades más básicas y reprimiendo de algún modo aquellas que afectan a los sentimientos (Gil Madrona, Samalot-Rivera, Gutiérrez Marín, Ródenas Jiménez, Ródenas Jiménez, 2014).

Otro de los aspectos llamativos es la mayor calificación de las chicas frente a los chicos en el conjunto de bloques, no siendo así en Educación Física, donde se aprecia que los chicos mejoran su media en habilidades sociales respecto a las otras dos materias, lo cual puede indicar que normalmente los niños son más proclives a la práctica o al gusto por la práctica física que lo que lo son las niñas, respecto a otras materias (Gil Madrona, Roldán Iniesta, García Espinosa, & Sánchez Sánchez, 2014). No obstante, no siempre tiene porqué ser así, pudiendo invertirse en ciertos casos. En definitiva, la escuela debe enseñar al alumnado las pautas para trabajar en grupo ya que estas habilidades sociales serán esenciales en su vida (Samalot, 2013).

5. Propuesta de intervención

En base a los resultados obtenidos, y de acuerdo a las orientaciones que señalan Samalot-Rivera y Vidoni (2015), se propone la puesta en marcha un programa de desarrollo de habilidades sociales en el área de Educación Física. En primer lugar, los objetivos que se deberían cumplir para llevar a cabo una propuesta de mejora de las habilidades sociales serían los siguientes:

o Objetivos generales:

- Establecer una unión entre las habilidades sociales que se quieren potenciar y los bloques de contenidos de Educación Física, observando su compatibilidad.
- Crear un clima agradable y sostenible con el aprendizaje de habilidades de interacción social y que sirva como un contenido transversal.
- Mejorar sobre todo las habilidades para hacer amigos y las relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones.

o Objetivos específicos:

- Hacer amigos nuevos a través de las presentaciones de otros amigos.
- Colaborar con los compañeros y respetar las normas del juego en cualquier tipo de actividad.
- Respetar el turno de juego en deportes de cancha dividida.
- Valorar el progreso propio y el de los demás durante las

actividades, así como ser capaz de realizar una evaluación o autoevaluación.

- Ser capaz de elogiar a un compañero cuando realiza la actividad bien y de animar o motivar a alguien que no lo haga tan bien.
- Fomentar la solicitud y el préstamo desinteresado de ayuda a los compañeros.
- Desarrollar un sentido crítico en las reflexiones de grupo.
- Mostrar de forma adecuada sentimientos, emociones y opiniones, sin tener vergüenza y sin ofender a nadie.
- Resolver cualquier tipo de problema que las actividades presenten de modo cooperativo.
- Actuar de forma educada respetando el turno de palabra en las reflexiones planteadas.

En segundo lugar, en cuanto a los contenidos a enseñar, siguiendo el planteamiento de los niveles responsabilidad personal y social de Hellison (2011), lo que se realizará será una adaptación del mismo, donde se incluirán las habilidades sociales que se pretenden trabajar en el presente proyecto, por lo tanto éstas aparecerán en el nivel que corresponda según lo organiza éste autor. Además, el nivel 0, puesto que se sabe que se parte de un nivel inicial de desarrollo de estas habilidades, no se tendrá en cuenta en su forma original, como es de irresponsabilidad, pero sí que se referirá a una parte introductoria de las habilidades sociales. Y respecto al último nivel, puesto que supone la realización fuera del contexto al que se refiere este plan, que es el escolar, se suprimirá, aunque no por ello es menos importante, formando parte de tarea extracurricular. A continuación se muestran los niveles y las habilidades que componen cada uno:

- Nivel 0. Introducción a las habilidades sociales con presentaciones, saludos y gestos de cortesía y amabilidad.
- Nivel 1. Expresión de sentimientos y emociones, y respeto por los compañeros.
- Nivel 2. Participación, respeto de las normas y por los compañeros, y cooperación.
- Nivel 3. Consecución de metas a través de la cooperación.
- Nivel 4. Desarrollo de la simpatía (elogios, alabanza, cortesía), colaboración (ayuda sin arrogancia y a quienes la necesitan) y trabajo en equipo o cooperación.

De las 7 habilidades marcadas en la introducción para incluirlas en la propuesta, aparecen las 5 primeras en estos niveles de responsabilidad, y las otras dos formarán parte de la metodología, ya que la correspondiente a la solución de problemas tiene que ver con el estilo de enseñanza que se va a utilizar, y la referida a turno de palabra, será clave en la parte de reflexión o reflexiones realizadas durante la clase.

Y por último, la metodología se basará en el trabajo en grupos, tanto reducidos como grandes, dependiendo de la ac-

tividad, y muy pocas veces de forma individual, ya que uno de los contenidos a desarrollar es la cooperación. Así mismo, aparte del trabajo en equipo, donde se puede fomentar el compañerismo, la autonomía, la solidaridad, la tolerancia y la inclusión, entre otras cosas, es interesante que aprendan a tomar decisiones y que sepan llegar a las soluciones que las actividades planteen por su propio pie, de modo que se utilizarán estrategias que impliquen cognitivamente al alumno, trabajando así la habilidad de resolución de problemas. Y también, aunque en menor medida, la instrucción directa será utilizada según se requiera.

En cuanto a la organización de la sesión, se tendrán en cuenta las técnicas de entrenamiento de las habilidades sociales (Gil & Saiz, 1995, en Gil et al., 1995; García-Vera, Sanz & Gil, 1998, en Gil & León, 1998; Vallés & Vallés, 2000; y Castillo & Sánchez, 2009). Se puede establecer un orden lógico que seguir en la enseñanza de las habilidades sociales propuestas en las clases de Educación Física:

- Instrucciones o explicaciones acerca de los contenidos.
- Modelado o representación de la tarea por alguien experto.
- Ensayo conductual o realización de la actividad o actividades.
- Refuerzo y feedback durante y después de la puesta en acción.
- Reflexión final, donde se pone en común la sesión realizada.
- Evaluación y autoevaluación, por parte de los alumnos y del maestro.

Además, se pueden incluir, para algunas sesiones, estrategias como el tutor-compañero o trabajo cooperativo, y las tareas para casa, siendo ésta una aproximación bastante cercana a la realidad social.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, el cronograma diseñado para un curso escolar sería de la siguiente manera (tabla 5):

Tabla 5. Cronograma para trabajar las habilidades sociales a través del área curricular de Educación Física. Fuente: elaboración propia

Trimestres	Bloques de contenido	Subapartados de contenido	Niveles de HHSS	Ejemplo de actividades
1º	Actividades físicas – artístico expresivas	Lenguaje corporal (gestos).	Nivel 0	Los pájaros y el nido (parejas cambiantes para presentaciones).
		Actividades de representación (role-play).	Nivel 0 + Nivel 1	Dramatización de un día paseando por el parque del pueblo, encontrándose con amigos y familiares.
		Actividades rítmicas y coreográficas (danza, baile).	Nivel 0 + Nivel 1	Realización de la coreografía del baile regional "Jotas".
2º	Actividad física y salud.	Resistencia.	Nivel 0 + Nivel 1 + Nivel 2	Simulación de un gran evento deportivo como una carrera popular con sus regalos para todos los participantes.
		Flexibilidad.	Nivel 0 + Nivel 1 + Nivel 2	Estiramiento por parejas, de la parte del cuerpo deseada. Se eligen los más originales.
		Fuerza.	Nivel 0 + Nivel 1 + Nivel 2 + Nivel 3	Transporte de objetos o una persona subidos en una colchoneta.
		Coordinación.	Nivel 0 + Nivel 1 + Nivel 2 + Nivel 3	Realización de figuras en grupo. Acroгимnasia.
3º	Juegos y deportes	Juegos populares.	Nivel 0 + Nivel 1 + Nivel 2 + Nivel 3	Salto de comba en grandes grupos.
		Deportes de invasión. Baloncesto.	Nivel 0 + Nivel 1 + Nivel 2 + Nivel 3 + Nivel 4	Se realizan mini-partidos de baloncesto y los que descansan animan a compañeros que elijan. Ganando quien sea más eficaz en su apoyo.
		Deportes de cancha dividida. Voleibol.	Nivel 0 + Nivel 1 + Nivel 2 + Nivel 3 + Nivel 4	Partidillos de 2x2, dando toques de dedos, y rotando a derechas todas las parejas. Que entre todos no caiga a nadie la pelota o lo menos posible.

6. Conclusiones

Finalmente, después de haber realizado dicha investigación relacionada con la evaluación de las habilidades sociales de un grupo de niños y niñas de Educación Primaria, se ha concluido que necesitan trabajar las habilidades sociales para hacer amigos, aunque esto debe hacerse en conjunto con las demás habilidades, de manera gradual y sumativa, demostrando que los escolares no deben dejar de lado el trabajo de estas habilidades, ya que deben adquirirse para subsanar carencias en cualquiera de ellas.

Por otro lado, se ha observado a través de diversos programas los beneficios que reporta la Educación Física para el desarrollo de las habilidades sociales, siendo un medio muy

apropiado que favorece la libertad y la expresión de emociones y sentimientos. Por esto, dicha área curricular resulta muy significativa para el desarrollo como persona, y sería conveniente que dispusiera de más horas académicas.

No obstante todo el trabajo docente no serviría de mucho, si no hubiera implicación de las familias, de modo que toda la comunidad educativa debe sincronizarse y velar en conjunto por la educación de los niños y niñas, entendiendo por educación aparte de conocimiento académico, saber o conocimiento de la interacción interpersonal o social y de valores para una convivencia responsable y respetuosa. Por este motivo, se hacen necesarias investigaciones en esta línea de trabajo que ahonden en el desarrollo de las habilidades sociales y cómo trabajarlas.

6. Bibliografía

- Castillo, S., & Sánchez, M. (2009). *Habilidades sociales*. Módulo transversal, Servicios Socioculturales y a la Comunidad. Barcelona: Altamar.
- Contreras, O. R., & García, L. M. (2011). De la disciplina a la convivencia en la clase de Educación Física. En O. R. Contreras & L. M. García (Eds.), *Didáctica de la Educación Física. Enseñanza de los contenidos desde el constructivismo* (pp. 163-181). Madrid: Síntesis.
- Danish, S., J. (2002). *Going for the Goal. Leader manual* (4ª Ed.). Life Skills Center, Virginia Commonwealth University. Recuperado el 1 Noviembre, 2014, de: <http://www.lifeskills.vcu.edu/goalleader.pdf>
- De Miguel, P. (2014). Enseñanza de habilidades de interacción social en niños con riesgo de exclusión. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, vol. 1, nº 1, 17-26. Universidad Miguel Hernández, Elche (Alicante). Recuperado el 15 Noviembre, 2014, de: http://www.revistapcpna.com/sites/default/files/14_02.pdf
- Decreto 3/2008 de la Convivencia Escolar en Castilla-La Mancha
- Decreto 54/2014, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha
- Escartí, A. (coord.), Pascual, C., & Gutiérrez, M. (2005). *Responsabilidad personal y social a través de la educación física y el deporte*. Barcelona: GRAÓ.
- Gil, P., Cuevas, R., Contreras, O. R. & Díaz, A. (2012). Educación Física y hábitos de vida activa: percepciones de los adolescentes y relación con el abandono deportivo. *Aula Abierta*, 40(3), 115-124.
- Gil, C., Gil, M., Ramírez, M., Gil, F., Alías, A., Baños, R. & Mazzuca, T. (2007). Aprendizaje cooperativo, evaluación y TICS: EPORTAFOLIA DE EQUIPO. Universidad de Almería. Recuperado el 20 Abril, 2015, de: http://giac.upc.es/JAC10/09/Doc_66.pdf
- Gil-Madróna, P., Gutiérrez, E. C., & Madrid, P. D. (2012). Incremento de las habilidades sociales a través de la expresión corporal: la experiencia en clases de iniciación al baile. *Cuadernos de Psicología del Deporte, Editum [Revista Digital]*, vol. 12, Suplemento 2, 83-88. Recuperado el 15 Julio, 2014, de: <http://revistas.um.es/cpd/article/view/177821/149501>
- Gil Madróna, P., Roldán Iniesta, J., García Espinosa, A. I. & Sánchez Sánchez, J. (2014). Intervention Guidelines on Teaching Social and Motor Skills in Kindergarten. *American Journal of Sports Science and Medicine*, 6(2), 9-12.
- Gil Madróna, P., Samalot-Rivera, A., Gutiérrez Marín, E. C., Ródenas-Jiménez, J., Ródenas-Jiménez, M. (2014). Improving Social Skills through Physical Education in Elementary 4th Year. *American Journal of Sports Science and Medicine*, 64(2), 5-8.
- Gil, F., & León, J. M. (1998). *Habilidades sociales. Teoría, investigación e intervención*. Madrid: Síntesis.
- Gil, F., León, J. M., & Jarana, L. (1995). *Habilidades sociales y salud*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Goudas, M., & Magotsiou, E. (2009). The Effects of a Cooperative Physical Education Program on Students' Social Skills. Versión preliminar del documento original. *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 21, tema 3, 356-364. University of Thessaly, Grecia. Recuperado el 20 Octubre, 2014, de: http://spectrumofteachingstyles.org/pdfs/literature/Goudas_Magotsiou_Final.pdf
- Hellison, D. (2011). *Teaching responsibility through physical activity* (3ª Ed.). Champaign, Ill: Human Kinetics.
- Izuzquiza, D., & Ruiz, R. (2006). *Tú y yo aprendemos a relacionarnos: programa para la enseñanza de las habilidades sociales en el hogar, manual para familias de niños entre 5 y 10 años*. Madrid: Federación Española de Instituciones para el Síndrome Down. Recuperado el 25 Mayo, 2014, de: <http://sid.usal.es/libros/discapacidad/19184/8-1/tu-y-yo-aprendemos-a-relacionarnos-programa-para-la-ensenanza-de-las-habilidades-sociales-en-el-hogar-manual-para-familias-de-ninos-entre-5-y-10-anos.aspx>
- Jennifer (2014). *Importance of Physical Education: Get That Body Moving*. Recuperado el 1 Noviembre, 2014, de: <https://www.udemy.com/blog/importance-of-physical-education/>
- López, L. (junio de 2010). El desarrollo de las habilidades sociales. *Innovación y Experiencias Educativas [Revista Digital]*, nº 31. Granada. Recuperado el 10 Noviembre, 2014, de: http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_32/LAURA_LOPEZ_2.pdf
- Llanos, C. C. (2006). *Efectos de un Programa de Enseñanza en Habilidades Sociales*. Tesis doctoral. Universidad de Granada, Granada. Recuperado el 20 Septiembre, 2014, de: <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/858/1/15885574.pdf>
- MECD (28 de febrero de 2014). *Real Decreto 126/2014, por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria*.
- Monjas, M. I. (2006). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar* (8ª Ed.). Madrid: CEPE.
- Nauert, R. (15 de marzo de 2010). *Physical activity helps improve social skills*. PsychCentral. University of Michigan. Recuperado el 10 Junio, 2014, de: <http://psychcentral.com/news/2010/03/15/physical-activity-helps-improve-social-skills/12120.html>
- Ortego, M. C. (2010). Bloque Temático II: La comunicación Interpersonal. Tema 7: Las Habilidades Sociales. En M. C. Ortego, S. López & M. L. Álvarez (Eds.), *Ciencias Psicosociales I*. Cantabria: Universidad de Cantabria. Recuperado el 12 Mayo, 2014, del sitio Web de la

- Universidad de Cantabria de: <http://ocw.unican.es/ciencias-de-la-salud/ciencias-psicosociales-i/materiales/bloque-tematico-ii/tema-7.-las-habilidades-sociales-1/tema-7.-las-habilidades-sociales>
25. Osman, B. (2008). *Developing Social Skills and Relationships*. National Center for Learning Disabilities (NCLD), New York. Recuperado el 5 Noviembre, 2014, de: <http://www.nclcd.org/parents-child-disabilities/social-emotional-skills/developing-social-skills-relationships>
 26. Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria
 27. Restrepo, O. E. (2008). *La educación física en el fortalecimiento de las habilidades sociales en los estudiantes del grado primero de la Institución Educativa Eduardo Santos, Sede Pedro J. Gómez. Propuesta investigativa*. Universidad de Antioquia, Instituto Universitario de Educación Física, Seminario de énfasis en docencia escolar II. Medellín, Colombia. Recuperado el 16 Noviembre, 2014, de: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/197-laeducacionfisica.pdf>
 28. Samalot-Rivera, A. (2013). Modelos a utilizar para la enseñanza de valores y destrezas sociales apropiadas en la Educación Física y el Deporte: una revisión de literatura. *Efdeportes [Revista Digital]*, año 18, nº 184. Buenos Aires (Argentina). Recuperado el 15 Abril, 2015, de: <http://www.efdeportes.com/efd184/la-ensenanza-de-valores-y-destrezas-sociales.htm>
 29. Samalot-Rivera, A. & Vidoni, C. (2015). Steps to Teach Appropriate Sports and Games Behaviors through Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 86(5), 8-13.
 30. Vaello Orts, J. (2005). *Las habilidades sociales en el aula*. Madrid: Santillana.
 31. Vallés, A., & Vallés, C. (1996). *Las habilidades sociales en la escuela. Una propuesta curricular*. Madrid: EOS. (Colección Fundamentos Psicopedagógicos).
 32. Vallés, A., & Vallés, C. (2000). *Habilidades sociales y autocontrol. Guía didáctica y recursos educativos*. Alcoy: Marfil.