



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

Facultad de Ciencias de la Educación

Trabajo de Titulación como requisito previo para la obtención del título de
Magíster en Educación con Mención en Educación Física y Deporte

**Título: INNOVANDO LA ENSEÑANZA DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA
GENERAL A TRAVÉS DE LA DANZA FOLCLÓRICA ECUATORIANA.**

Autor: JUAN XAVIER FLORES MANOSLVAS

Director – Tutor: MAURICIO CÓRDOVA PAREDES

QUITO, SEPTIEMBRE DE 2021

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

Yo, Juan Xavier Flores Manosalvas con C.I. 1711508851 autor/a del trabajo de graduación titulado **“Capacitación Pedagógica de Docentes en Contextos de Formación Técnica: Una Propuesta desde el Aprendizaje Basado en Proyectos”**, previa a la obtención del grado académico de **MAGISTER EN EDUCACIÓN con Mención en Educación Física y Deporte** en la **Facultad de Ciencias de la Educación**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad central del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la biblioteca de la PUCE el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, 28 de septiembre de 2021



Nombre: Juan Xavier Flores Manosalvas

C.I. :1711508851

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi carácter de Director (a) – Tutor (a) del Trabajo de Posgrado Titulado: **“Innovando la enseñanza de la coordinación dinámica general a través de la danza folclórica ecuatoriana”**, presentado por el maestrante Juan Xavier Flores Manosalvas, titular de la Cédula de Identidad N.º1711508851, para optar al Grado de Magíster en Educación con Mención en Educación Física y Deporte, considero que dicho Trabajo de Investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación por parte de los Lectores – Evaluadores que se designen para tal fin por parte de las autoridades de la Facultad de Ciencias de la Educación.

En la ciudad de Quito, a los 28 del mes de septiembre de 2021.



Nombre del director:

Mauricio Córdova Paredes

C.I. 1714331525

Correo: mauc875@gmail.com / _mjcordovap@puce.edu.ec

telefónico 0984855903

NOTA: **Se comunica que en el servicio de análisis Turnitin, el referido trabajo de titulación alcanzó el siguiente resultado: 5% índice de similitud con otras fuentes.**

TURNITIN: INCLUIR HOJA DEL INFORME CON EL PORCENTAJE

tfm version 2

ORIGINALITY REPORT

5%

SIMILARITY INDEX

5%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

reservalasgralarias.com

Internet Source

<1 %

2

www.efdeportes.com

Internet Source

<1 %

3

www.eluniverso.com

Internet Source

<1 %

4

doczz.net

Internet Source

<1 %

5

arte-y-cultura-de-carabaya.blogspot.com

Internet Source

<1 %

6

revistadigital.uce.edu.ec

Internet Source

<1 %

7

www.dspace.uce.edu.ec

Internet Source

<1 %

8

lamusicaquellevamos.blogspot.com

Internet Source

<1 %

9

www.dspace.cordillera.edu.ec

Internet Source

<1 %

Dirección Física del Campus
Apartado postal 17-01-2184
Telf.: (+593) 0 000 0000 ext. 0000
Ciudad – País www.puce.edu.ec



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo, Juan Xavier Flores Manosalvas, titular de la Cédula de Identidad N.º 171150885, declaro que los resultados obtenidos en la investigación, como requisito previo para lo obtención del Grado Académico de Magister en Educación con Mención en Educación Física y Deporte son absolutamente originales, auténticos y personales.

En tal virtud, declaro que el contenido, las conclusiones y los efectos legales y académicos, que se desprenden del trabajo de investigación, y luego de la redacción de este documento, son y serán de mi sola y exclusiva responsabilidad legal y académica.

En la ciudad de Quito, a los 28 días del mes de septiembre de 2021.

Firma:



Nombre: Juan Xavier Flores Manosalvas

C.I. :1711508851

AGRADECIMIENTO

Da siempre lo mejor de ti mismo. Lo que plantas ahora, se cosechará más tarde.

Og. Mandino.

Empezare agradeciendo a Dios por bendecirme con la vida, por guiarme en estos años de existencia, por el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad en estos tiempos tan difíciles que tuvimos que afrontar por la pandemia.

A mi esposa e hijas quienes fueron el pilar fundamental para seguir preparándome por apoyarme aun cuando mis ánimos decaían que con su apoyo constante se logró culminar este sueño.

A los amigos maestros de danza que fueron parte de este proceso, gracias por sus aportes y recomendaciones Dios les pague Maestros Edison Analuisa, Edison Anchudia, Agustín Llumiquinga, Max Robalino, Javier Pineda y a una parte de su elenco juvenil bailarines.

A mis padres por la vida y por enseñarme a vivirla.

Quiero agradecer a mi tutor [Magister Mauricio Córdova], quien con sus conocimientos y apoyo me guio a través de cada una de las etapas de este proyecto para alcanzar los resultados que buscaba, por el tiempo dedicado y los conocimientos brindados.

Muchas gracias a todos.

DEDICATORIA

Detrás de cada línea de llegada, hay una de partida. Detrás de cada logro, hay otro desafío. Madre Teresa de Calcuta.

A Dios.

Por ser maravilloso, llega cuando menos lo esperamos y nos sorprende con sus bendiciones. No llega nunca temprano ni tarde, llega justo cuando más lo necesitamos.

A mi esposa Miryam, a mis hijas Micaela, Itzel e Itzayana.

Por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, por la motivación constante que me ha permitido crecer académicamente, pero más que nada, por su amor.

A la Pontificia Universidad Católica del Ecuador PUCE y en especial a la Facultad de Ciencias de la Educación por permitirme ser parte de una generación de triunfadores y gente productiva para el país.

Juan Flores Manosalvas.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN O PRÓLOGO	1
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
1.1 Planteamiento del Problema y Preguntas de Investigación	4
1.1.1. Delimitación del Problema y Preguntas de Investigación	5
1.1.2. Objetivo General	5
1.1.3. Objetivos Específicos	6
1.1.4. Justificación	6
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	9
2.1 Análisis Situacional	9
2.1.1 La Danza y sus Variantes.....	11
2.1.2 La Danza Folclórica en el Ecuador	12
2.1.3 Tipos de Danza.	12
2.1.4 Aplicación en el Currículo de Educación Física	13
2.1.5 Bases Legales.	14
2.1.6 Proceso de Enseñanza.	16
2.1.7 Enseñar y Aprender Danza Tradicional.	17
2.1.8 Movimiento y Formación Corporal.....	17
2.2 Coordinación Dinámica General	18
2.2.1 Capacidades Coordinativas.	19
2.2.2 Características del Movimiento Coordinado.....	19
2.2.3 Tipos de Coordinación: Clasificación	20
2.2.4 Componentes que Intervienen en la Coordinación.....	22
2.2.5 Etapas del Desarrollo de la Coordinación.....	22
2.3 Desarrollo de la Coordinación a través de la Danza	28
CAPÍTULO III METODOLOGÍA	31
3.1 Diseño y Tipo de Investigación	31
Estudio de Caso.....	31
3.2 Unidades de Estudio	32
3.2.1 Población.....	32
3.2.2 Muestra o Escenarios	32

3.3 Procedimiento: Técnicas e Instrumentos de recolección de información.....	32
3.3.1 Aplicación de encuesta de autoevaluación a bailarines de la muestra seleccionada:	32
3.3.2 Observación estructurada a través de expertos:	33
3.3.3 Encuesta a bailarines luego de la realización de la secuencia.....	34
3.3.4 Entrevistas en profundidad y grupos focales con expertos:	34
3.4 Técnica de Análisis de Datos	35
 CAPITULO IV RESULTADOS.....	 36
4.1 Datos demográficos y autoevaluación de bailarines de la muestra de estudio	36
4.1.1 Datos Descriptivos de la Muestra.....	36
4.1.1 Experiencia y formación	38
4.2 Observación estructurada a través de expertos:	39
4.3 Opinión de bailarines luego de la realización de la secuencia de baile	42
4.4 Recomendaciones de Expertos luego de grupos focales	44
 CAPÍTULO V PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA	 47
5. DENOMINACIÓN Y DEFINICIÓN DE LA PROPUESTA.....	47
5.1 Descripción.	47
5.2 Justificación.....	48
5.3 Líneas de Acción y Escenarios	52
5.4 Objetivos.....	53
5.4.1 General.....	53
5.4.2 Específicos	53
5.5 Destinatarios y Responsables	54
5.6 Funcionamiento.....	54
5.7 Análisis de Pertinencia	56
5.8 Descripción de Fases y Etapas.	57
5.9 Contenidos y Actividades	58

5.9.1 Actividades.....	65
5.10 Factibilidad.....	65
5.11 Alcance Geográfico y Contextualización	65
5.12 Cronograma.....	66
5.13 Recursos y Financiamiento	69
CONCLUSIONES.....	70
RECOMENDACIONES.....	72
BIBLIOGRAFÍA.....	73
ANEXO 1.....	79

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Características de las tres etapas del aprendizaje.	23
Tabla 2	Datos demográficos de los participantes	36
Tabla 3	Calificaciones de los expertos luego del análisis del video	41
Tabla 4	Promedios ponderados individuales de los bailarines luego de realizar la secuencia	42
Tabla 5	Características de los hábitos de aprendizaje.	43
Tabla 6	Contenidos de la propuesta tema 1	59
Tabla 7	Contenidos de la propuesta tema 2	60
Tabla 8	Criterios de evaluación y retroalimentación del aprendizaje tema 1.....	61
Tabla 9	Criterios de evaluación y retroalimentación del aprendizaje	61
Tabla 10	Destrezas y habilidades que se pretende desarrollar con la implementación de la propuesta.....	64
Tabla 11	Cronograma de actividades tema1	67
Tabla 12	Cronograma de actividades tema 2.....	68
Tabla 13	Presupuesto	69
Tabla 14	Matriz de valoración para evaluar la secuenciación de pasos.....	84
Tabla 15	Planificación Taller N° 1	88
Tabla 16	Planificación Taller N° 2	90
Tabla 17	Planificación Taller N° 3	92
Tabla 18	Planificación Taller N° 4	94
Tabla 19	Planificación Taller N° 5	97
Tabla 20	Planificación Taller N° 6	99
Tabla 21	Planificación Taller N° 7	101
Tabla 22	Planificación Taller N° 8	103

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1 Datos Sociodemográfico.....</i>	<i>37</i>
<i>Figura 2 Experiencia como bailarín.....</i>	<i>38</i>
<i>Figura 3 Análisis de los expertos en danza folclóricas</i>	<i>44</i>
<i>Figura 4 Diagrama de Pertenencia de la Propuesta (Causa-Efecto)</i>	<i>55</i>
<i>Figura 5 Diagrama de Pertenencia de la Propuesta (Medios-Fines)</i>	<i>56</i>
<i>Figura 6 Guía didáctica del aprendizaje y secuenciación de ejercicio.</i>	<i>57</i>

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

MAESTRIA EN EDUCACIÓN

Mención Educación Física y Deporte

**INNOVANDO LA ENSEÑANZA DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL
A TRAVÉS DE LA DANZA FOLCLÓRICA ECUATORIANA.**

Autor: Juan Xavier Flores Manosalvas

Director -Tutor: Mauricio Córdova Paredes

Fecha: septiembre, 2021

RESUMEN

Antecedentes: Diversos trabajos fomentan el desarrollo de la coordinación dinámica general de la danza en niños, jóvenes y adultos, como material de guía para desarrollar los objetivos de la danza folclórica en el país. A pesar, de que la evidencia empírica sobre el trabajo de la danza folclórica ecuatoriana es latente, no existen material didáctico que permita enseñar cómo se debe, provocando en los bailarines un conocimiento limitado. El objetivo de este trabajo fue analizar la secuenciación de una serie de pasos del ritmo sanjuanito para observar la coordinación dinámica general en la enseñanza de la danza folclórica a partir de una muestra conformada por bailarines con experiencia. La falta de estimulación a desarrollar sus capacidades corporales dancísticas se limita a realizar pasos y ejercicios básicos, los cuales se quedan estancados y no permiten variantes a los mismos. **Método:** El principal instrumento fue la observación estructurada de movimientos con expertos de danza folclórica desde el enfoque cualitativo utilizando variables dependientes: Género, etnia, edad, estatura, peso, grado de coordinación y ejecución de los pasos, grado de coordinación. Accedieron a participar un total de 21 bailarines de Ñucanchi Allpa Ballet Folclórico Nacional cuyas edades oscilaban entre los 16-45 años **Resultados:** Los resultados sugieren falencias en la enseñanza de destrezas de baile folclórico de sus bailarines. **Propuesta:** Con base en estos resultados se elaboró una guía didáctica de ejercicios de coordinación y ejercicios de disociación del movimiento para mejorar la coordinación dinámica general de los bailarines de danza folclórica. Dicho instrumento tuvo las siguientes características: dominio de los elementos espaciales, perfeccionamiento del control motor, dominio temporal. **Conclusiones:** La investigación determinó que falta fortalecer y trabajar la coordinación dinámica general en la secuenciación de pasos de lo más simple a lo más complejo a través de ejercicios poco complejos los cuales serán descritos en la guía metodológica.

Palabras clave: Allpa, bailarines, ballet folclórico, coordinación dinámica general, danza folclórica, disociación, guía, movimiento, Ñucanchi.

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

MAESTRIA EN EDUCACIÓN

Mención Educación Física y Deporte

**INNOVATING THE TEACHING OF GENERAL DYNAMIC COORDINATION
THROUGH THE ECUADORIAN FOLK DANCE.**

Author: Juan Xavier Flores Manosalvas

Director-Counselor: Mauricio Córdova Paredes

Date: septiembre 2021

ABSTRACT

Background: Various works promote the development of the general dynamic coordination of dance in children, youth and adults, as a guide material to develop the objectives of folk dance in the country. Despite the fact that the empirical evidence on the work of Ecuadorian folk dance is latent, there are no didactic material that allows teaching how it should be done, causing the dancers to have limited knowledge. The objective of this work was to analyze the sequencing of a series of steps of the San Juan rhythm to observe the general dynamic coordination in the teaching of folk dance from a sample made up of experienced dancers. The lack of stimulation to develop their bodily dance skills is limited to performing steps and basic exercises, which remain stagnant and do not allow variations to them and do not seek improvement. **Method:** The main instrument was the structured observation of movements with folk dance experts from a qualitative approach using dependent variables: Gender, ethnicity, age, height, weight, degree of coordination and execution of the steps, degree of coordination. A total of 21 dancers from Ñucanchi Allpa National Folkloric Ballet agreed to participate, whose ages ranged from 16-45 years. **Results:** The results suggest shortcomings in the teaching of folk-dance skills to their dancers. **Proposal:** based on these results, a didactic guide of coordination exercises and movement dissociation exercises was developed to improve the general dynamic coordination of folk dancers. This instrument had the following characteristics: domain of spatial elements, improvement of motor control, temporal domain. **Conclusions:** The research determined that the general dynamic coordination needs to be strengthened and worked in the sequencing of steps from the simplest to the most complex through not very complex exercises which will be described in the methodological guide.

Keywords: Allpa, dancers, folk ballet, general dynamic coordination, folk dance, dissociation, guide, movement, Ñucanchi.

INTRODUCCIÓN O PRÓLOGO

Según Le Boulch, Jean (1997),

La coordinación dinámica general son aquellos ejercicios que exigen un recíproco ajuste de todas las partes del cuerpo y, en la mayoría de los casos, implican locomoción” la “acción donde intervienen gran cantidad de segmentos musculares ya sea extremidad superior, inferior o ambas a la vez (p. 21)

“Este se basa en el movimiento con desplazamiento corporal en uno o ambos sentidos y que pueden ser rápidos o lentos” (Molina, 2011) citado en (Sánchez-Noriega, 2011, p. 1).

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo exponer de qué manera contribuye la coordinación dinámica general en la danza folclórica ecuatoriana a la formación dancística de los nuevos bailarines. Sí bien es cierto, la formación profesional en danza se va adquiriendo en su centro de ensayos a través de procesos que aseguren la adquisición de conocimientos empíricos, además de científicos a través de la pedagogía y la didáctica. Es por ello que, la formación debe procurar un balance emocional y pueda adaptarse a la diferencia de ideologías o pensamientos, para poder tener la sapiencia y lograr solucionar las dificultades que se encuentren en los bailarines, porque no solo son ellos, sino también los padres de familia que ya tienen ciertas costumbres adquiridas o adoptadas según su lugar de procedencia, al igual que los compañeros de trabajo que tal vez tampoco están de acuerdo con sus decisiones. El objetivo de este trabajo es contribuir a un problema en el que los docentes de aula pueden ver que los procesos de enseñanza aprendizaje no se los está realizando bien. Es por ello que, se realiza este trabajo de investigación que tiene a la danza folklórica como instrumento para fortalecer la coordinación dinámica general del estudiante o bailarín.

El proceso de la danza folclórica ecuatoriana se centra en la enseñanza-aprendizaje de elementos básicos del baile tradicional y la coordinación. A pesar de que hay escasas producciones

técnicas o académicas sobre la enseñanza o formación de los bailarines, se sigue trabajando de manera empírica, es decir por imitación y repetición de pasos, ritmos, coreografías y una serie de ejercicios de coordinación que en cada grupo de danza practican para lograr mantener una coordinación adecuada. A causa de esto, los maestros enseñan, cómo aprendieron y de cómo los enseñaron en el grupo de danza al que pertenecieron, que más tarde enseñará lo aprendido como maestro, bailarín e intérprete de danza folclórica ecuatoriana. Como consecuencia, hay la posibilidad de que al formar nuevos bailarines lo hagan equivocadamente o de una manera poco técnica.

En otras palabras, este trabajo de investigación está encaminado a contribuir a los maestros y bailarines de danza, en cómo desarrollar las nuevas habilidades motrices en la enseñanza y práctica de la danza folclórica ecuatoriana para conseguir los objetivos propuestos.

El presente trabajo está basado en el ritmo del “San Juan” o también llamado popularmente “Sanjuanito”, un género musical ecuatoriano de origen indígena y mestizo. Muy popular a inicios del siglo XX, es originario de la provincia de Imbabura. Según el musicólogo ecuatoriano Segundo Luis Moreno, una de las varias versiones respecto al origen de su nombre, se debió a que se danzaba durante el día que coincidía con el natalicio de San Juan Bautista, fiesta establecida por los españoles el 24 de junio, pero que coincidía también con los rituales indígenas del Inti Raymi.

Es un género musical autóctono, de los más difundidos y popularizados en el Ecuador, que es practicado y ejecutado por la mayoría de las agrupaciones del país. Mediante una serie y secuenciación de pasos, se valoraron en los bailarines del Ballet Folclórico Ñucanchi Allpa de la ciudad de Quito, como está su coordinación y ejecución de los diferentes pasos. Por otro lado, a través de órdenes escritas, se filmó un video con el cual se evaluó a los bailarines, por maestros de

trayectoria en el ámbito de la danza. Además, estos resultados sirvieron para verificar si es lo mismo recibir instrucciones directas en un ensayo o clase presencial que instrucciones escritas a través de los diferentes canales electrónicos como son WhatsApp, correo electrónico, entre otras.

El trabajo de investigación consta de los siguientes capítulos

CAPÍTULO I: El Problema, se contextualiza en el planteamiento del problema, formulación del problema, objetivos generales, objetivos específicos y las preguntas de investigación.

CAPÍTULO II: El Marco Teórico, contiene la fundamentación tórica y la fundamentación legal.

CAPÍTULO III: El Marco Metodológico, contiene el diseño y procedimiento de la investigación, los participantes, los instrumentos y análisis de los datos.

CAPÍTULO IV: Los Resultados, contiene el análisis e interpretación de los objetivos 1 y 2 representado en cuadros estadísticos y gráficos.

CAPÍTULO V: Presentación de la propuesta, que se trata de una guía de ejercicios didácticos para la enseñanza de la coordinación dinámica general aplicable en la danza folclórica.

CONCLUSIONES y RECOMENDACIONES

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

ANEXOS.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del Problema y Preguntas de Investigación

En los últimos años se ha evidenciado la creación de nuevas agrupaciones de danza folclórica. Sus directores en su mayoría son exbailarines, que carecen de una formación académica para enseñar con una metodología adecuada, los diferentes ritmos ecuatorianos, habilidades y destrezas que se requieren para ser un intérprete de danza folclórica. Existen investigaciones como las de referentes a la coordinación dinámica general en deportes como fútbol, atletismo, patinaje, entre otros, sin embargo, no se han identificado investigaciones relacionadas con la danza folclórica en el país, a pesar de que esta actividad de expresión corporal tiene como meta potenciar las capacidades físicas.

En la ciudad de Quito de acuerdo con Montúfar (2015) la danza folclórica ecuatoriana es vista más como una actividad de distracción o pasatiempo y no como una herramienta importante que ayuda al desarrollo de habilidades motrices básicas a niños, jóvenes y adultos. Muchas de las causas para no enseñar la danza folclórica es la falla que tienen los bailarines en la coordinación dinámica general, otra de ellas es la falta de instituciones que formen académicamente a maestros, especializados en danzas folclóricas. Los docentes en sus clases habituales no logran potencializar las habilidades motrices de sus bailarines, y únicamente se dedican a enseñar pasos y coreografías.

Otra de las causas es que la danza folclórica ecuatoriana es subestimada como mecanismo de enseñanza, según Ávalos & Sosa (2019) es porque se cree que esta actividad no es del agrado de muchos y practicada por pocos. Se puede observar una desvalorización del folclor dentro del país, debido a que se copian ritmos, pasos, costumbres y tradiciones de otras naciones. Muchos de los bailarines de música tradicionales ecuatorianas, así como los directores o maestros que están al

frente de las agrupaciones y las personas que practican danzas folclóricas no realizan investigaciones, dedicándose a copiar el trabajo de otras agrupaciones que sí realizan (Ereño, 2011).

Atendiendo las necesidades de los bailarines de danza folclórica de la ciudad de Quito en esta investigación se desarrolló una guía, que aplique una metodología adecuada en la enseñanza de la coordinación dinámica general. Mediante la práctica de la danza folclórica ecuatoriana es posible mantener y desarrollar una buena motricidad. Por consiguiente, se podrá potencializar el desarrollo de las habilidades motrices tanto generales como específicas, la cual ayudará en el desempeño de los bailarines de las diferentes agrupaciones de danzas folclóricas, así como también contribuirá en los docentes de cultura física para su enseñanza desarrollando nuevas habilidades en sus estudiantes.

1.1.1. Delimitación del Problema y Preguntas de Investigación

Basado en lo anteriormente expuesto se plantean las siguientes interrogantes:

- ¿Cómo contribuye la danza en la mejora de la coordinación dinámica general?
- ¿Cuál es el nivel de coordinación dinámica general de bailarines de danza tradicional folclórica ecuatoriana?
- ¿Qué contenidos temáticos son relevantes para desarrollar la coordinación dinámica general en la formación de bailarines de danza folclórica?

1.1.2. Objetivo General

Desarrollar una guía metodológica dirigida a maestros que permita mejorar e innovar la enseñanza de la coordinación dinámica general a través de la danza folclórica ecuatoriana en la ciudad de Quito.

1.1.3. Objetivos Específicos

- Identificar elementos claves de la interrelación de la enseñanza de la danza con el desarrollo de habilidades coordinativas, con especial énfasis en la danza tradicional.
- Analizar el nivel de coordinación dinámica general de bailarines de danza folclórica tradicional.
- Proponer un mecanismo de ejercicios que permita detectar y corregir situaciones de coordinación dinámica general a través de la danza tradicional.

1.1.4. Justificación

El presente trabajo de estudio tiene como objetivo desarrollar una guía metodológica dirigida a maestros que permita mejorar e innovar la enseñanza de la coordinación dinámica general a través de la danza folclórica ecuatoriana en la ciudad de Quito, se escogió este tema por qué enseñar y aprender desde la virtualidad es una cosa muy distinta que de la manera presencial. Por ende, los bailarines y maestros captan, enseñan y comprenden mejor los ejercicios, de igual manera los pasos que se utilizan para trabajar en el desarrollo de esta actividad. En la actualidad se puede justificar que la coordinación es una capacidad física no bien desarrollada, en niños, jóvenes y adultos. Esto hace que se presenten obstáculos en una clase de educación física tomando en cuenta los contenidos de la danza o de cualquier actividad física que se practique. A nivel personal, como docente, maestro en danza en mis años de experiencia, considero la necesidad de ayudar a contribuir con esta investigación para que sea un referente para docentes, maestros en danzas folclóricas, quienes puedan desarrollar y potenciar esta capacidad física contribuyendo en el aprendizaje de la danza folclórica en nuestra ciudad, soñando un poco más, pensar en contribuir en la enseñanza aprendizaje de todos los grupos de danza folclórica de nuestro maravilloso país

Ecuador.

La coordinación es una destreza física complementaria, que facilita realizar movimientos más ordenados y dirigidos. Es importante desarrollar esta capacidad debido a que perfecciona las aptitudes físicas básicas que se deben desarrollar en etapas tempranas. Cabe recalcar que la enseñanza de esta es menos complicada en niños que en adultos. La danza folclórica es una actividad en la que la coordinación es fundamental para poder practicarla, es por esto que muchas de las personas que ejercen en los diferentes grupos dancísticos deben desarrollar y potenciar los movimientos de coordinación para lograr unificar la enseñanza-aprendizaje de maestros y bailarines. Muchas personas que dirigen los diferentes grupos de danza folclórica carecen de una formación académica, pedagógica o metodológica para enseñar esta actividad física. Por esta razón muchos de los maestros no prestan la debida atención en desarrollar la coordinación dinámica general.

Muchos de los niños, jóvenes y adultos, al llegar a los grupos, como nuevos bailarines, tienen inconvenientes, dificultades y decepciones al momento de aprender. Los ejercicios, pasos, ritmos para instruirse y bailar las danzas folclóricas ecuatorianas, se les hacen complicados, por no tener bien desarrollada la coordinación de los movimientos. Lamentablemente en los centros educativos a nivel escolar no hay el personal capacitado para enseñar y potenciar la coordinación. Docentes de aula quienes imparten las clases de educación física, no están preparados para desarrollar y enseñar esta capacidad en sus estudiantes a tempranas edades y son pocos los maestros que tienen esa capacidad.

Por estas razones es factible realizar la presente investigación, ya que beneficiará tanto a maestros como a bailarines que enseñan y aplican esta capacidad motora. Mediante la guía

metodológica se busca brindar nuevas estrategias para la enseñanza de la coordinación dinámica general.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

La estructura teórica del presente estudio está integrada por tres capítulos: el primero se relaciona con análisis situacional, la danza y sus variantes, su historia y evolución. Además de una descripción de la danza folclórica en el Ecuador, esta destaca los aspectos que se deben considerar la coordinación dinámica general, las capacidades coordinativas, las características del movimiento coordinado, los factores que intervienen en la coordinación. El segundo detalla las fases del desarrollo de la coordinación con el proceso de enseñanza terminando con el movimiento y formación corporal, de igual forma, la aplicación del currículo de Educación Física con sus bases legales. Y finalmente, el tercer capítulo es un análisis y descripción de trabajos de investigación previos que ayudan a sustentar el problema planteado para el presente estudio.

2.1 Análisis Situacional

A través del tiempo, en el Ecuador y el mundo, la danza folclórica forma parte del patrimonio cultural de una sociedad, donde la danza folclórica lleva impregnada gustos, ideas, creencias y costumbres del pueblo al que pertenece. En este apartado se describe el significado de folclore y la clasificación de la danza folclórica. Entendiéndose al folclore como la expresión del conocimiento popular.

Para lograr una mejor comprensión de la palabra folclore se podría decir que, es todo el saber popular heredado de padres a hijos. Mientras que, la danza folclórica nace de los bailes primitivos, teniendo la función de expresar y comunicar temas relacionados con los fenómenos naturales. Por lo que, para aquellas sociedades eran fenómenos mágicos y divinos, el ritmo dio paso a la estructura de un esquema de baile.

La danza folclórica guarda relación con la danza primitiva ya que esta reúne a varias personas que conforman una coreografía, siguen un patrón de ritmo y forman figuras circulares

dentro de un espacio concreto como lo manifiesta (Castañer, 2002). De igual manera, la danza folclórica "corresponde a la vitalidad, a la juventud, al deseo de comunicación entre los miembros de una comunidad" (Montúfar, 2015). Es por ello que, el ser humano tiene la capacidad de aprender, acumular y transmitir conocimientos se da gracias a la posibilidad de simbolizar y posteriormente, a través de la comunicación, expresar esos conocimientos.

Profunda heterogeneidad dancística se extiende desde sus protagonistas (pueblos autóctonos) hasta levas imitadores. Cada bloque cultural mantiene una forma diferente de concebir y obrar ejemplo: En las danzas autóctonas que se dan en el mismo lugar de los hechos podría definirse como oración, alabanza religiosa, regocijo... Esto no sucede en aquellos practicantes que procuran apoderarse de las creencias ancestrales de raíz indígena. Quienes lo intentan hacer, la transforman en arte. La expresión vertida es denominada "Ballet folclórico ecuatoriano".

Multiforme en todas las etnias o grupos tratadistas, se observa una falta de concepción, lineamientos o parámetros estructurales: Todos hacen acorde a su experiencia o imaginación. Ejemplo: En el tema enamoramiento indígena unos lo danzan en parejas, otros con más integrantes: refiriéndose a los pueblos orientales cada uno mantienen costumbres diferentes de obrar en relación con el tema, por tratarse de culturas diferentes.

Multifacética. En el mismo grupo folclórico puede darse la realización de una danza por diferentes asuntos o perspectivas. Ejemplo: Gudiño (1994) refiere que,

Hay grupos referentes que piensan únicamente en coreografías diferentes, sin importar mucho lo que hacen de fondo, dejando entrever una coreografía más, sin embargo, podemos encontrar temas sociales: bautizos, matrimonios, etc. Temas naturales: cosecha del maíz, el cultivo del maíz, cacería del venado, etc. Temas religiosos: Vírgenes del sol, adoraciones al sol, etc. Entre otros piensan en temas ofensivos: la esclavitud, aru chicos (sanjuanés), etc. (p.53).

2.1.1 La Danza y sus Variantes

La danza es la acción o manera de bailar. Se estima que la danza fue una de las primeras manifestaciones artísticas de la historia de la humanidad.

La importancia del ritmo y el espacio. La danza implica la interacción de diversos elementos. La expresión corporal también se apoya en la vestimenta utilizada durante la danza. Es importante tener en cuenta que el predominio del ritmo o del uso del espacio puede variar de acuerdo con la danza en cuestión. Otros factores que exceden a la danza en sí, como la mímica y el canto, también forman parte del baile.

La danza implica la interacción de diversos elementos. El movimiento del cuerpo requiere de un adecuado manejo del espacio y de nociones rítmicas. La intención del bailarín es que sus movimientos acompañen a la música. Por ejemplo: una música de ritmo lento y tranquilo requiere de pasos de danza pausados y poco estridentes. La expresión corporal también se apoya en la vestimenta utilizada durante la danza. Es importante tener en cuenta que el predominio del ritmo o del uso del espacio puede variar de acuerdo con la danza en cuestión. Otros factores que exceden a la danza en sí, como la mímica y el canto, también forman parte del baile (Pérez & Merino, 2009. p. 26).

2.1.1.2 Tipos de Danza. Muchos son los tipos y géneros de danza que existen. No obstante, fundamentalmente podemos dividirlos en tres grandes grupos según Pérez & Merino, (2009):

Danzas tradicionales y folclóricas. Entre los mismos se hallan el flamenco, el tango, la danza árabe o los llamados bailes de salón. Las danzas folklóricas son manifestaciones culturales muy valiosas para un pueblo.

Danzas clásicas. Desde tiempos inmemoriales hasta nuestros días se practican este tipo de danzas que se identifican por el hecho de que quienes las llevan a cabo realizan movimientos ligeros, armoniosos y perfectamente coordinados. Dentro de esta categoría se incluyen la danza medieval o el Ballet, entre otros.

Danzas modernas. Entre las mismas se encuentran el breakdance, el popping, el funky, el jumpstyle, el moonwalk o incluso el rock and roll.

2.1.2 La Danza Folclórica en el Ecuador

Aquí la gente se regocija con la música triste, aquí unos acordes y otros acordes los que caracterizan la música ecuatoriana, música andina que expresa el dolor que sienten o sintieron los pueblos en el momento de la conquista, luego reflejan la música y la danza, cómo se siente el dolor de un pueblo.

2.1.3 Tipos de Danza.

La clasificación de la Danza Folclórica ecuatoriana representa en la realidad lo que se da o lo que se hace, es posible determinar la siguiente clasificación de la danza folklórica ecuatoriana. Como lo sugiere Ereño (2011)

Danzas Folklóricas Autóctonas. Las que se dan en el lugar de los hechos; con la misma gente, junto con sus chozas, utensilios, etc.

Danzas Folklóricas Autóctonas de Proyección. Se dan fuera del lugar de hecho, dan un mensaje muy apegado a las actividades propias de sus protagonistas a través de un estudio profundo de sus costumbres y con artistas para el efecto.

Danzas Folklóricas de Consumo. Son todas aquellas que se hacen por dinero, grupos esporádicos que han alcanzado popularidad y que por su demanda ponen un precio a su presentación.

Danzas Folklóricas Institucional. Son preparadas en las instituciones educativas: primaria, nivel medio, bachillerato, universidades, etc., ya sea por cumplir con el programa de Cultura Física o por realizar alguna programación cultural.

Danzas Folklóricas Curriculares. - Son las que tienen que ver con la educación de los estudiantes, tomando en cuenta la capacidad y destreza del estudiante, ejercitando su

psicomotricidad en cada una de las edades. Es la danza que todo estudiante sea niño o adolescente debe conocer en base a los principios que plantea el nuevo concepto.

2.1.4 Aplicación en el Currículo de Educación Física

La danza folclórica se la enseña desde la materia de cultura física en el bloque curricular tres “prácticas corporales expresivo-comunicativo” en todos sus niveles, el cual tiene como objetivo “explorar e identificar diferentes tipos de danzas (tradicionales, populares, contemporáneas, entre otras), sus pasos básicos y sus coreografías y las posibilidades de crear nuevas y propias formas de bailar y expresarse corporalmente.” (Ministerio de Educación, 2019).

El programa de Cultura Física, tratando de apoyar el desarrollo de esta expresión artística que por razones lógicas pertenece a este ramo, determina como danza al “Conjunto de movimientos que forman una estructura coreográfica de baile de tipo clásico, folclórico y moderno, cuyo objetivo es transmitir un mensaje, quizás para las culturas aborígenes no satisfaga esta definición, ¡hay que descubrir.

La experiencia al respecto hace meditar que la danza folclórica ecuatoriana, desde el punto de vista genérico es el “Arte de interpretar a través del movimiento (baile coreográfico) un conjunto de creencias, costumbres y tradiciones populares, arraigadas en todos los estratos interculturales, para beneplácito e información cultural de las nuevas generaciones” (Gudiño, 1994. P.54).

- En el Objetivo uno del Área de Educación Física para el nivel de Bachillerato General Unificado plantea, “Participar autónomamente en diversas prácticas corporales, disponiendo de conocimientos (corporales, conceptuales, emocionales, motrices entre otros) que le permitan hacerlo de manera saludable, segura y placentera a lo largo de su vida”.

- Con las destrezas con criterio de desempeño del área de Educación Física del BGU del bloque 5: Construcción de la identidad corporal, en particular con el aprendizaje básico imprescindible (EF.5.3.5.)” Crear acciones y secuencias motrices utilizando diferentes recursos expresivos (intencionalidad expresiva de diferentes movimientos, según tiempo y espacio: lento-rápido, simultáneo-alternado, continuo-discontinuo, atrás-adelante, otros), desde la necesidad propia de manifestarse mediante el lenguaje corporal para enriquecer las posibilidades de comunicación individual y colectiva”.

- Con los criterios de evaluación (CE.EF.5.4)” Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la creación de nuevas formas de bailar a partir del reconocimiento de las características de diferentes danzas convencionales (pasos básicos, coreografías, etc.) y la utilización de acciones y secuencias con intencionalidad expresiva” (Ministerio de Educación, 2019)

Método BAPNE

Es un acrónimo fusión de Biomecánica, Anatomía, Psicología, Neurociencia y Etnomusicología, éste desarrolla las inteligencias múltiples apoyando la teoría de Gardner, es un referente completo que trabaja en los aspectos corporal, cognitivo y de comportamiento. El método interviene en un ambiente multidisciplinar en el que su secuencia de movimientos es metódica, se resume en trabajar sobre una base biomecánica y neurológica que activa los lóbulos cerebrales (Ávalos & Sosa, 2019)

2.1.5 Bases Legales.

Las bases legales de esta investigación son las siguientes: Las personas tienen derecho a construir y mantener su propia identidad cultural, a decidir sobre su pertenencia a una o varias comunidades culturales y a expresar dichas elecciones; a la libertad estética; a conocer la memoria

histórica de sus culturas y a acceder a su patrimonio cultural; a difundir sus propias expresiones culturales y tener acceso a expresiones culturales diversas (Constitución del Ecuador, 2021, Art. 21).

Derecho a la identidad cultural. “los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a conservar, desarrollar, fortalecer y recuperar su identidad y valores espirituales, culturales, religiosos, lingüísticos, políticos y sociales y a ser protegidos contra cualquier tipo de interferencia que tenga por objeto sustituir, alterar o disminuir estos valores” (Código del Niño y Adolescente, Art. 34).

Los Objetivos Nacionales de Desarrollo en el Eje 1 establecen los derechos para todos durante toda la vida. Se plantean tres objetivos que observan políticas y lineamientos contundentes, concretamente lo señala:

1.-Derechos para todos durante toda la vida.

2.- Afirmar la interculturalidad y plurinacionalidad, revalorizando las identidades diversas.

3.-Garantizar los derechos de la naturaleza para las actuales y las futuras generaciones.

(Plan Nacional del Buen Vivir, 2017-2021, Eje 1).

La Educación Física comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Prebásico, básico, bachillerato y superior, considerándola como un área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los mecanismos apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz. Busca formar de una manera integral y armónica al ser humano, estimulando positivamente sus capacidades físicas, psicológicas, éticas e intelectuales, con la finalidad de conseguir una mejor calidad de vida y coadyuvar al desarrollo familiar, social y productivo (Ley Deporte, 2021, Art.81).

También se busca impulsar programas de actividades recreativas deportivas para un sano esparcimiento, convivencia familiar, integración social, así como para recuperar valores culturales deportivos, ancestrales, interculturales y tradicionales (Ley Deporte, 2021, Art. 92).

2.1.6 Proceso de Enseñanza.

Como lo menciona Ereño (2011) el proceso de enseñanza-aprendizaje de la danza tiene grandes similitudes, metodológicamente hablando, a lo que pudiera ser la enseñanza, en el área de las actividades físicas y deportivas, de los que se denominan deportes técnicos, de composición, de valoración estética. Estas pueden ser las gimnasias deportivas rítmica y artística, la natación sincronizada, el patinaje artístico, etc. Estas similitudes o puntos en común se centran en los aspectos de preparación técnica y física, sobre todo el primero, que toma la mayor parte del tiempo en los entrenamientos. La enseñanza en estos deportes está centrada en los modelos de ejecución o técnicas y se basa en su repetición fragmentada, analítica y continuada indispensable para lograr un cierto grado de automatización de las mismas.

En la danza, a este trabajo de preparación técnica y física, hay que sumar la exigencia de preparación en el apartado expresivo-artístico, que en definitiva es la más importante. La preparación exhaustiva de ese “cuerpo-instrumento” es solo una primera e imperiosa necesidad que tienen para poder luego expresarse bailando. Se define este estilo de enseñanza como “convergente”. Resulta paradójico ya que, en el área de la expresión corporal, se propone trabajar con estilos de enseñanza justamente en el otro sentido, hacia la divergencia, es decir, en la búsqueda de la respuesta diferente, creativa, original y única del alumno, favoreciendo el desarrollo de su creatividad (Ereño, 2011).

2.1.7 Enseñar y Aprender Danza Tradicional.

Las danzas tradicionales, folclóricas o populares son danzas que se basan en formas y músicas que sobreviven a distintas generaciones, que se definen en función del contexto particular. La forma natural, tradicional, y más lógica de aprender estas danzas es mediante la réplica inmediata en los contextos en que se dan. A ello se le añaden dinámicas diferentes de aprendizaje: academias, gimnasios, asociaciones, escuelas, espacios para el aprendizaje de las danzas tradicionales y, sobre todo, para el aprendizaje de las danzas folclóricas.

2.1.8 Movimiento y Formación Corporal

2.1.8.1. Movimiento. Poder encontrar el origen etimológico de la palabra movimiento. Movimiento es la acción y efecto de mover. Por ejemplo: “Pese a que la fila de coches es interminable, ya se advierte un movimiento sostenido de los vehículos”, “Es un boxeador de movimientos muy rápidos que desconciertan al rival”, “El futbolista se sacó dos hombres de encima con un movimiento exquisito y luego disparó”

2.1.8.2. Corporal. Un término con origen en el vocablo latino corporalis, es un adjetivo que califica a aquello vinculado al cuerpo, sobre todo al cuerpo humano. Por ejemplo: “Para evitar el dolor de espalda, es importante cuidar la postura corporal”, “El olor corporal de ese hombre es muy fuerte”, “Un experto analizó el lenguaje corporal del sospechoso y llegó a la conclusión de que estaba mintiendo”.

Se conoce como postura corporal a la posición del cuerpo de una persona. Esto se vincula a la ubicación del tronco, las extremidades y las articulaciones en un determinado momento. Una mala postura corporal puede provocar diversos trastornos; en cambio, una buena postura corporal minimiza la rigidez y la tensión y favorece la eficacia.

La idea de lenguaje corporal, por su parte, alude al significado comunicativo y expresivo

de los gestos y de los movimientos del cuerpo. En un sentido similar, se habla de expresión corporal para aludir a la transmisión de emociones e ideas a través del cuerpo y no de la voz. Aunque la mayoría de las personas aprende de forma natural un lenguaje corporal adecuado para relacionarse con su entorno, otras encuentran ciertas dificultades que les impiden desarrollarse. Cuidar la postura corporal, adecuándose al contexto y al tipo de comunicación que estamos manteniendo. Si nos encontramos en una conversación con un maestro o con nuestro empleador, se recomienda inclinarla ligeramente hacia adelante, de manera que demos nuestro respeto de forma implícita con nuestra mirada (Pérez & Gardey, 2017).

2.2 Coordinación Dinámica General

La coordinación dinámica general es la actividad que requiere el movimiento de todas las partes del cuerpo. Conseguir una buena coordinación dinámica general requiere dominio del tono muscular, control de la postura y equilibrio, y sensación de seguridad.

El cuerpo humano, está formado por un conjunto de segmentos articulados entre sí que no se mueven en bloque, sino de forma discontinua y mediante una serie de puntos de apoyo del cuerpo con el suelo que forman una especie de divisiones dentro de un mismo movimiento.

Mediante todas las sensaciones que reciben por los sentidos gracias a los desplazamientos, ayudaremos al niño a diferenciar su “yo espacial” y la representación del esquema corporal, adquiriendo la noción de desplazamiento, el sentido y la orientación de éste, la posición que ocupa el cuerpo con respecto a los objetos que tiene en su entorno y las demás personas, la noción de distancia, el intervalo de tiempo y la velocidad asociando, de esta forma, el tiempo y el espacio (Romero, 2009, p. 7,8)

2.2.1 Capacidades Coordinativas.

Las capacidades coordinativas se basan sobre todo en procesos de regulación y conducción del sistema nervioso central.

A decir de Collazo (2002) en donde algunos autores definen a las capacidades coordinativas como (p. 120):

- Es la capacidad que permite al deportista dominar las acciones motoras con precisión y economía, en situaciones determinadas, que pueden ser previstas (estereotipos), o imprevistas (adaptación), y aprender de modo relativamente más rápido los gestos deportivos (Frey, 1977).
- Es la capacidad de coordinación (sinónimo: destreza) está determinada ante todo por los procesos de control y de regulación del movimiento (Hirtz 1981).
- Se las denomina capacidades básicas relacionadas estrechamente con la coordinación la capacidad de dirección, de ritmo, de diferenciación y de equilibrio (Martin, 1982).

2.2.2 Características del Movimiento Coordinado

Según afirma Tema 3 Educación Física de Base (s.f), el movimiento coordinado es el responsable de ofrecer calidad a la acción motriz, realizando que la labor sea cada vez más dinámica, segura y armoniosa. Para lograr esta calidad, hemos de considerar:

- a) La exactitud. Cada labor motriz tiene unos límites diferentes. Es por esto primordial ajustar cada desplazamiento según el propósito planteado.
- b) La efectividad. Para lograr un óptimo grado de ejecución.
- c) La economía. Usando exclusivamente la energía, tanto nerviosa como muscular, que necesitamos para realizar la labor iniciativa.
- d) La armonía. Para lograr alternar sin ocupaciones indeseables los movimientos de contracción y relajación muscular que posibilitan los movimientos.

Si dichos componentes son de gran trascendencia en el desarrollo de la coordinación, no tenemos la posibilidad de olvidar la vida de una secuencia de recursos que, antes desarrollados, son los que realizan viable los movimientos coordinados.

Dichos recursos realizan alusión a:

- La composición del esquema del cuerpo: De la que ya hemos comentado en los anteriores temas. A través de ella, adquirimos un entendimiento de nuestro cuerpo humano, mejoramos nuestro control postural y decidimos sobre nuestra dominancia lateral.

- Las habilidades físicas primordiales: Influirán en la capacidad para llevar a cabo de manera idónea los movimientos.

- La estabilidad. Entendido como la función de mantener el control de y ajustar el desplazamiento en el espacio. Es la base sobre en la que se apoya la coordinación motriz, a la que va íntimamente unificado y con la que se complementa.

2.2.3 Tipos de Coordinación: Clasificación

Según asevera las capacidades motrices: condicionales y coordinativas - Instituto Andaluz del Deporte. (s/f). Se distinguen las capacidades coordinativas generales de las específicas.

Las capacidades coordinativas generales son el resultado de un trabajo motor múltiple en diferentes modalidades, manifestándose en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana y del deporte para solucionar de forma racional y creativa las tareas que requieren movimiento (Harre, citado en Raeder, (1970).

Las capacidades coordinativas específicas se desarrollan más en el marco de la disciplina de competición correspondiente y se caracterizan, según Osolin (1952), por la capacidad para variar la técnica propia de la modalidad.

Meinel & Schnabel (1987), identifican y describen brevemente siete capacidades aisladas importantes para el rendimiento. Al igual que las capacidades condicionales, es recomendable su trabajo de forma individual para obtener un mayor rendimiento

Capacidad de acoplamiento o combinación de los movimientos: capacidad para coordinar movimientos de partes del cuerpo, movimientos individuales y operaciones entre sí.

Capacidad de diferenciación: capacidad para conseguir un ajuste fino entre las diferentes fases del movimiento y entre los movimientos de las partes del cuerpo; se manifiesta en una gran precisión y economía de movimientos.

Capacidad de equilibrio: capacidad para mantener el conjunto del cuerpo equilibrado y para conservar o restaurar dicho estado durante los desplazamientos amplios del cuerpo.

Capacidad de orientación: capacidad para determinar y modificar la situación y los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo en relación con un campo de acción definido y/o con un objeto en movimiento.

Capacidad de ritmo: capacidad de procesar un ritmo que nos viene dado del exterior O reproduciéndolo en forma de movimiento.

Capacidad de reacción: capacidad de inducir y ejecutar rápidamente acciones motoras breves, adecuadas a un estímulo.

Capacidad de adaptación a las variaciones: capacidad para adaptar el programa de acción a las nuevas circunstancias durante el transcurso de la acción, basándose en cambios de la situación percibidos o anticipados, o bien de continuar la acción de forma completamente distinta.

Las capacidades de reacción y de adaptación a las variaciones se trabajan de forma insuficiente en algunas modalidades (ejemplo: el gimnasta no tiene que prepararse para la intervención de ningún contrario, circunstancia que no favorece el desarrollo de estas capacidades coordinativas). “Por ello se recomienda que se incluyan estas capacidades en el calentamiento o la vuelta a la calma”. (s/p).

2.2.4 Componentes que Intervienen en la Coordinación

Tulio, G. (1996) menciona que la coordinación va a influir de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que más tarde harán su aparición en el mundo escolar.

- La velocidad de ejecución.
- Los cambios de dirección y sentido.
- El grado de entrenamiento.
- La altura del centro de gravedad.
- La duración del ejercicio.
- Las cualidades psíquicas del individuo.

2.2.5 Etapas del Desarrollo de la Coordinación

Se distinguen 3 fases subjetivamente diferenciadas del aprendizaje, en las cuales hay diversos niveles de evolución de las capacidades: fase verbal-cognitiva, fase motora y fase autónoma (Fitss y Posner, 1967), definidas además como de coordinación gruesa, de coordinación fina y de disponibilidad variable (Meinel y Schnabel, 1977). Los movimientos de tránsito de una etapa a la siguiente no continuamente tienen la posibilidad de identificarse de manera estricta. Por cierto, las 3 fases describen un proceso evolutivo que realmente no se puede dividir de manera tesa, en el cual tienen la posibilidad de darse estancamientos y regresiones (Tabla 1)

Tabla 1*Características de las tres etapas del aprendizaje.*

<i>Etapa 1:</i> <i>Verbal-Cognitiva o Desarrollo de la Coordinación</i>	<i>Etapa 2:</i> <i>Motora o de Desarrollo de la Coordinación Fina</i>	<i>Etapa 3:</i> <i>Autónoma y Desarrollo de la Disponibilidad Variable</i>
Tarea desarrollada en condiciones muy favorables	Tarea desarrollada fácilmente en condiciones favorables	Tarea desarrollada con seguridad incluso en situaciones difíciles y variables
Errores frecuentes y escasa economía del movimiento	Ejecución correspondiente al modelo técnico (en condiciones favorables)	Ejecución perfectamente coordinada incluso en situaciones difíciles
Sensaciones motoras confusas	Sensaciones motoras más precisas	Situaciones motoras exactas
Comprensión de la tarea a grandes rasgos	Elaboración verbal detallada	Fuertes lazos entre sensaciones motoras y lenguaje
Programación, anticipación y representación del movimiento poco preciso	Programación, anticipación y representación del movimiento más precisas	Programación anticipación y representación del movimiento detalladas
Tensión de los músculos antagonistas y de reducción de los rasgos de libertad	Tensión de los músculos antagonistas y reducción de los grados de libertad sólo en condiciones difíciles	Liberación de todos los grados de libertad incluso en condiciones difíciles e imprevistas La atención puede ser desviada de la ejecución

*Elaborado por: Juan Flores***2.2.5.1 Fase Verbal-Cognitiva o Desarrollo de la Coordinación Gruesa.**

Son varias los esfuerzos iniciales que la persona tiene que encarar en una totalmente nueva labor, en especial si es compleja. El problema para el principiante es el de entender cuáles son las metas, en qué momento se debería comenzar la acción, cómo nos comprometemos, a qué debemos prestar atención, qué hacer y cuáles son las metas y los efectos de la acción. Esta fase se define

como fase verbal-cognitiva o verbal-motora (Adams, 1971), por el valor de los procesos verbales para lograr la comprensión cognitiva de la labor.

Ciertos individuos usan claramente verbalizaciones internas como una especie de guía para desarrollar la acción, básicamente para explicarse a sí mismos qué tienen que hacer. La verbalización lleva a cabo una doble funcionalidad: beneficia la organización y ayuda a aprender las percepciones relativas al desplazamiento y al ámbito. Esta actividad pide un gran esfuerzo de los procesos de atención y, por consiguiente, hace difícil la preparación simultánea de otras informaciones para desarrollar labores en relación. Por esta razón, las ocupaciones verbales, útiles en la etapa inicial para facilitar la consecución de una primera aproximación del gesto, rápido pierden trascendencia (Singer et al., 1993).

La composición del desplazamiento, en esta etapa, se corresponde solamente a gigantes aspectos con lo exigido por la labor, y el rendimiento es decadente. La persona empieza a llevar a cabo una representación de la mente preferentemente visual, todavía torpe y parcial, del discurso y de la acción. La labor se lleva a cabo si las condiciones resultan muy favorables. Los errores son comunes, el desplazamiento tiende a no economizar fases y las sensaciones motoras son más bien confusas. Esto establece, a escala del comportamiento visible, tensiones musculares y reducción de los grados de independencia del desplazamiento. Los incrementos en el aprendizaje de la forma base de la acción son al inicio más bien rápidos y mejores con relación a otras fases del proceso de compra. Las tácticas útiles para el desarrollo de la labor se retienen, mientras tanto que las inapropiadas son descartadas (Thomas et al., 1993).

A partir de la perspectiva a gusto, es fundamental empezar el aprendizaje desde algo que la persona logre hacer para luego continuar en las adquisiciones cognitivas. Por cierto, la formación de un nuevo esquema motor comúnmente se ve favorecida por el reconocimiento de similitudes

entre capacidades que ya se tienen y capacidades que se tienen que obtener. Para simplificar las operaciones de procedimiento de la información, las condiciones iniciales tienen que ser subjetivamente simples y disponibles y los esfuerzos tienen que ser introducidas gradualmente (desde lo más simple a lo más complejo, de lo fácil a lo complejo).

Los modelos reales, los clips de videos, las fotografías y los diseños aportan relevantes indicaciones visuales capaces de facilitar una representación instantánea de la acción que se va a hacer. Las indicaciones verbales tienen que orientar la atención del sujeto hacia señales pertinentes y, por consiguiente, ser bastante claras, sintéticas, reducidas a sus nociones más necesarias y centradas en los puntos más importantes de la labor. A las indicaciones verbales y visuales debería continuar la ejecución real (Schempp, 1992).

2.2.5.2 Fase Motora o Desarrollo de la Coordinación Fina.

En esta segunda etapa, muchos problemas cognitivos en relación con la comprensión de la labor se sobrepasan, y el problema ahora es el de afinar la acción pasando del “qué hacer” al “cómo hacerlo”. Los programas motores son perfeccionados y la información derivada del feedback de la contestación, primordial para arreglar los errores, es aprovechada.

La acción optimización en sus propiedades de exactitud, constancia y fluidez, gracias además al aumento del valor servible del analizador cenestésico (el sistema de recepción y procedimiento de la información propioceptiva derivada de los músculos, los tendones y las articulaciones).

La representación interna del gesto deportivo se hace más descriptiva y estricta, enriqueciéndose con elementos multisensoriales derivados de la contribución y de la incorporación servible de los diversos órganos de los sentidos. La efectividad del desplazamiento disminuye los costes energéticos y la guía subvocal asume menor trascendencia (Wrisberg, 1993). El hallazgo

de las regularidades en los acontecimientos involucrados con el rendimiento beneficia la efectividad de la acción y el desarrollo de habilidades provisionales (anticipación). Los cambios que se constatan en esta etapa son más lentos y graduales que en la etapa anterior, logrando durar diversos días, semanas o inclusive meses. Además, a lo largo del aprendizaje, tienen la posibilidad de observarse instantes de estancamiento y hasta de regresión, continuos de instantes de avance.

En condiciones favorables, la labor se realiza de forma fácil acorde a un modelo ideal; en situaciones difíciles y variadas, todavía aparecen imperfecciones y errores, con tensión de los músculos antagonistas y reducción de los grados de independencia. En los deportes de situación es fundamental iniciar a cambiar sistemáticamente, empero de modo gradual, los componentes de variabilidad. Las sensaciones cinestésicas detalladas tienen la posibilidad de ser verbalizadas y, por consiguiente, en relación de forma fácil con las indicaciones y explicaciones verbales y visuales, ahora más sofisticadas y minuciosas.

En esta etapa es fundamental una actividad introspectiva de estudio de las propiedades técnicas ejecutivas. Reclamar la especificación de las percepciones subjetivas inherentes a la ejecución beneficia la conexión del lenguaje con la información derivada de los analizadores y tiende a profundizar en los conocimientos del desplazamiento (Chamberlin y Lee, 1993); (Sinclair y Sinclair, 1994).

2.2.5.3 Fase Autónoma o Desarrollo de la Disponibilidad Variable.

Luego de una práctica exhaustiva, la persona alcanza la tercera y última fase de aprendizaje. En esta etapa, los programas motores se hallan bien desarrollados y son capaces de mantener el control de con exactitud la acción. La labor se lleva a cabo con estabilidad, conservando una ejecución perfectamente coordinada y eficaz además en situaciones difíciles, variadas, inhabituales e imprevistas.

Las sensaciones motoras resultan muy exactas y concretas, aun cuando no precisamente conscientes, y tienen la posibilidad de hallarse en relación de forma sencilla con las explicaciones verbales. La persona tiene una rica representación interna multisensorial de la acción ideal que le posibilita una confrontación bastante rigurosa, eficaz para arreglar los errores, entre resultado deseado y resultado real. El lenguaje interno, como guía del desplazamiento, por el momento no resulta primordial, y un estudio desmesurado de las particularidades tiende a afectar seriamente la acción automatizada en curso.

No obstante, las indicaciones internas sintéticas y concretas son útiles para facilitar ocupaciones cognitivas mejores, logrando actuar, ejemplificando, como estudios nemotécnicos para evocar determinadas ocupaciones estrategias y tácticas de competición. Es clásica de esta etapa la automatización de muchas operaciones mentales, a partir de la percepción hasta la ejecución: la atención puede de esta forma ser desviada de la ejecución motora. Los menores costes de atención realizan viable: un estudio sensorial veloz y preciso de las informaciones del medio ambiente y el desarrollo de ocupaciones cognitivas “nobles” que necesitan tomar elecciones (como en los juegos colectivos), anticipar problemas y mantener el control del estilo de la ejecución (como en el patinaje artístico). El desarrollo de las habilidades de exactitud se vuelve sustancial, en especial en los deportes de capacidades abiertas gracias a la existencia de imposiciones temporales que precisan de procesos drásticamente rápidos de procedimiento de la información (Abernethy,1991).

Los incrementos de rendimiento son, esta etapa, bastante lentos y se consiguen con fatiga, puesto que la persona ya tiene la mayoría de las competencias y capacidades elementales para hacer una buena actuación. En el deporte de elevado grado, esta etapa no concluye nunca, debido a que continuamente es viable hacer, por leves que sean, seguidos progresos técnicos y mejoras en

la constancia para poder hacer una actuación de calidad. Al mismo tiempo a la estabilización de la técnica, favorecida por la averiguación de la constancia en los patrones de contestación, se busca la diversificación del repertorio de comportamientos.

La variabilidad de las situaciones enriquece el bagaje personal de vivencias y ayuda a hacer frente exitosamente los esfuerzos de la competición. A partir de la perspectiva a gusto, resulta fundamental variar mucho las propuestas, inclusive introduciendo los esfuerzos añadidos e información no pertinente para producir obstáculos semejantes, si no mejores, a los que se hallan en competición (Landín et al.1993). Tomado de los periodos en el Aprendizaje Motor, Neurociencias y Deporte.

2.3 Desarrollo de la Coordinación a través de la Danza

Para la ejecución del presente trabajo, se ha tomado como referencia algunas investigaciones las cuales abordan el tema principal: coordinación y danza. Estos estudios que se han realizado a nivel nacional e internacional guardan relación con el problema planteado y se describen a continuación.

Un primer estudio es realizado por Castañer et al. (2009), en su investigación, instrumentos de observación ad hoc para el análisis de las acciones motrices en Danza contemporánea, Expresión Corporal y Danza Contact-Improvisation. Este trabajo de investigación hace referencia a tres tipos diversos de cuestionarios, la expresión corporal como disciplina de acción motriz no deportivas, al ser observadas a través de su práctica generan imágenes corporales cinéticas y posturales, se convierten en espectáculos artísticos con una complejidad gestual y rítmica el grupo que los practican. En el estudio se utilizó la metodología observacional de los docentes, en tres estudios diferentes utilizando una tabla con criterios y categorías diferentes para cada caso, la población participante fue de 12 estudiantes universitarios de edades entre los 19 y 21 años,

deportistas, estudiantes de CAFD sin experiencia ni conocimiento curricular de la Danza de la Motricidad y Expresión Corporal. Como conclusión se establece que los instrumentos utilizados han permitido obtener gran cantidad de datos en cada uno de los estudios los cuales permitieron analizar, evaluar y valorar la acción docente en cada modalidad de la Danza y de la Expresión Corporal.

Un segundo estudio realizado por Aguilar et al. (2017) estudiantes de la Universidad Central del Ecuador, llamado danza folklórica ecuatoriana, estudio comparativo para mejorar su enseñanza. La presente investigación fue un estudio comparativo del gesto motriz-artístico entre 10 bailarines experimentados y otros 10 novatos del Grupo Folclórico de Danza Tradicional. Se concluye que la experiencia juega un papel importante para la técnica de la ejecución del gesto de la danza, la juventud con su agilidad en los movimientos da como resultado un buen nivel de ejecución de los gestos, tomando de la experiencia de los profesionales para mejorarlos y poder preparar una guía de enseñanza para los niños y jóvenes que quieran incursionar en este bello arte que es la danza.

Un tercer estudio realizado por Tarpuk et al. (2016) maestros de la Universidad Central del Ecuador, llamada, influencia de la danza en la coordinación motora de escolares Quito, hacia una cultura de salud y bienestar. Tratándose de una propuesta metodológica basada en ejercicios y juegos de coordinación basados en la danza, analizan la influencia de la danza nacional en el desarrollo de las capacidades coordinativas en niños escolares de Quito. La investigación es un diseño operativo cuasi experimental, con un grupo de intervención de 32 estudiantes y uno de control de 30 estudiantes. Para ello se realizó una prueba inicial y final de coordinación y una serie de juegos de coordinación utilizando la música y danza. Como conclusión se establece que el uso de la danza y distintos ritmos nacionales mejoro de manera significativa la capacidad coordinativa

de estos niños y la propuesta metodológica basada en el juego- danza dio buenos resultados.

Un cuarto estudio realizado por Udías et al. (2013) de la Universidad Europea de Madrid titulado. “La afinidad entre la acción y el esfuerzo: una propuesta práctica sobre cómo utilizar el ritmo de manera expresiva”. A lo largo del taller le apporto al alumnado la probabilidad de tomar conciencia del ritmo que está usando en sus ocupaciones diarias o deportivas, así como de cambiar el ritmo de éstas para hacerlas más creativas. En este taller trabajaron con varias de las actividades corporal que Preston-Dunlop (1980) ofrece y que Brandt (2010) usa para este trabajo:

- **Gesto:** Incluye todos los movimientos corporales que no tengan como fin mantener el peso de el mismo.
- **Salto:** Movimientos en los cuales no hay punto de apoyo con el suelo.
- **Giro:** Acción en donde hay un cambio de frente, estas actividades corporales facilitan el trabajo de los estudiantes donde la construcción de movimientos con ritmo y acompañados de canción generan movimientos claros y con intención.

Para lograr comprender Brandt labora con tres variables de acento, aceleración y deceleración en 5 ritmos diferentes (impulso, efecto, balanceo, rebote y continuo) donde se van combinado estas variables.

- 1.- Averiguación y experimentación de los 5 ritmos básicos de Brandt (2010).
- 2.- Construcción de secuencias de ritmos orgánicos.
- 3.- Visualización de coreografías con diferentes tolereas musicales.
- 4.- Reflexiones y comentarios de la interacción entre el desplazamiento y la canción, cada uno con sus respectivos contenidos.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Diseño y Tipo de Investigación

La investigación aplica un método mixto que combina herramientas cualitativas y cuantitativas. Este enfoque permite una mejor comprensión del nivel de coordinación dinámica general de los bailarines de danza folclórica con miras a establecer mejoras. Algunas características clave se detallan a continuación:

Exploratoria el famoso autor y metodólogo Fidias Arias, (2012) en su libro, *El Proyecto de Investigación*” ofrece un concepto puntual de la investigación exploratoria, la cual define así:

“La investigación exploratoria es aquella que se efectúa sobre un tema u objeto desconocido o poco estudiado, por lo que sus resultados constituyen una visión aproximada de dicho objeto, es decir, un nivel superficial de conocimientos”. En este caso se desarrolló una serie de pasos los cuales debían ser ejecutados en forma secuencial para ser analizados por maestros expertos en danza folclórica.

Descriptiva, según Fidias Arias, (2012) en su libro, *el Proyecto de Investigación* aporta un concepto de “La investigación descriptiva consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. Los resultados de este tipo de investigación se ubican en un nivel intermedio en cuanto a la profundidad de los conocimientos se refiere”. En este caso se describe las capacidades coordinativas de cada bailarín, sus capacidades de ejecución de los pasos ejecutados en la serie aplicada.

Estudio de Caso. La contextualización de la coordinación dinámica general en la danza folclórica se la hizo en una sola escuela de danza que muestre una representatividad y nivel estándar de sus participantes.

3.2 Unidades de Estudio

3.2.1 Población

Se estableció una muestra conformada por bailarines del Ballet folclórico Nacional Ñucanchi Allpa. Esta agrupación actualmente está dividida en 3 elencos: infantil, juvenil y adultos. Fue seleccionada al ser una de las pocas agrupaciones que se mantuvieron ensayando de manera virtual una vez a la semana por el confinamiento causado por la pandemia del COVID-19.

3.2.2 Muestra o Escenarios

La muestra fue de 21 bailarines voluntarios del elenco juvenil que representa un poco más del 25 % del total de la población de bailarines del elenco principal del Ballet Folclórico.

Los informantes claves según Martín (2019) son aquellas personas que, por sus vivencias, capacidad de empatizar y relaciones que tienen en el campo pueden apadrinar al investigador convirtiéndose en una fuente importante de información a la vez que le va abriendo el acceso a otras personas y a nuevos escenarios (p. 4). Los informantes claves (voluntarios) serán los encargados de dar información relevante para que la investigación fluya, de acuerdo con la técnica e instrumento escogido. Para fines de esta investigación se acudió a bailarines de danza folclórica ecuatoriana.

3.3 Procedimiento: Técnicas e Instrumentos de recolección de información.

La aplicación de la investigación de campo se realizó en varias etapas:

3.3.1 Aplicación de encuesta de autoevaluación a bailarines de la muestra seleccionada:

Para determinar algunos elementos clave relacionados con su nivel de formación se aplicó Pérez (1991) lo dice cómo un conjunto de preguntas, normalmente de varios tipos, preparado sistemática y cuidadosamente, sobre los hechos y aspectos que interesan en una investigación o evaluación, y que puede ser aplicado en formas variadas, entre las que destacan su administración

a grupos o su envío por correo o WhatsApp. El cuestionario es de autoanálisis, y permite medir como es el desarrollo del aprendizaje de la danza a través de la coordinación. En la primera parte se recabaron datos en general cómo edad, sexo, estatura, peso, grado educativo, conjunto étnico en la segunda parte se indagó elementos relacionados con el tiempo de práctica, dominio de ejercicios, nivel de coordinación, hábitos en su entrenamiento, experiencia, entre otros. La encuesta también permitió conocer la percepción del conjunto que venía haciendo un trabajo de forma virtual. (Anexo 1).

3.3.2 Observación estructurada a través de expertos:

Se requirió a los bailarines la grabación de un video de una secuenciación de pasos del ritmo sanjuanito para ser valorados por maestros expertos. En la serie de pasos del ritmo sanjuanito se incluyeron pasos estáticos, de desplazamientos, de giros, saltos y combinaciones de estos; además podremos mirar si los bailarines ejecutan los diferentes pasos de manera sincronizada, coordinada, la posición de cabeza, brazos, manos, tronco, piernas y pies estén en su posición al momento de ejecutar, que coordine la ejecución del paso con la música la expresión corporal y si se repite el mismo estilo de ejecución en todos los bailarines. Las instrucciones se enviaron previamente en video que estuvo acompañada por una guía visual (Anexo 2)

La observación se hizo a través de una rubrica diseñada para esta investigación basada en elementos de la literatura. Todo esto se lo realizo mediante una escala valorativa de quince preguntas divididas en dos partes una ejecución individual y otra ejecución combinada, basado en cinco criterios valorativos con un puntaje que va en un rango de 1 a 5. Complementando el formato de rúbrica enviado, a los informantes (expertos en danza) se solicitó además completar algunas preguntas relacionadas con su nivel de conocimiento en la enseñanza de la coordinación a través de la danza (Anexo 3).

Este proceso se realizó utilizando medios telemáticos como WhatsApp, reuniones programadas vía zoom y video llamadas, debido a las limitaciones de presencialidad ocasionadas por la pandemia del COVID 19. Esto limitó muchas cosas como por ejemplo la observación directa de los ensayos de los bailarines donde se podía evidenciar y filmar de primera mano las secuencias de los pasos a los bailarines investigados, situación donde todos tuvieron que adaptarse a una nueva modalidad de enseñanza- aprendizaje como fue el teletrabajo y la educación virtual.

3.3.3 Encuesta a bailarines luego de la realización de la secuencia

En vista de la situación actual que la enseñanza atraviesa por las implicaciones de la pandemia COVID 19 que obliga al uso de formatos de entrenamiento virtuales, se vio oportuno indagar a los participantes respecto a la funcionalidad que tuvo la aplicación de la rutina. Esta encuesta rápida que se detalla en el Anexo 4 integró elementos relacionados con la facilidad de ejecución, claridad de instrucciones, accesibilidad, entre otros. Aunque esta etapa no se menciona de manera sucinta en los objetivos específicos de este estudio, esta retroalimentación es relevante para la construcción de la propuesta de mejora.

3.3.4 Entrevistas en profundidad y grupos focales con expertos:

Esta técnica se caracteriza por permitir al investigador asesorarse por gente experta dentro del campo de investigación, además de involucrarse con personas relacionadas al ámbito a ser investigado. Se aplicó un grupo focal con cuatro maestros expertos en danzas folclóricas con quienes se profundizó los hallazgos del proceso de observación estructurada virtual. Luego de depurar de los resultados obtenidos de las calificaciones se analizó con los maestros expertos los puntajes más altos y los puntajes más bajos. Finalmente se desarrolló la etapa conclusiva, donde se expone una reflexión general de la problemática estudiada, junto con las recomendaciones generadas a raíz del grupo focal con maestros expertos en danza folclórica.

Con estos insumos, en el capítulo 5 se elaborará una guía de ejercicios corporales y pasos que les facilite desarrollar y mejorar su coordinación dinámica general.

3.4 Técnica de Análisis de Datos

La técnica de análisis será estadística descriptiva. Monje (2011) la define como “la distribución de frecuencias, método para organizar y resumir datos, que son ordenados indicándose el número de veces que se repite cada valor”. Algunos de los procedimientos que se aplicarán para el análisis son:

- Cálculo de frecuencias.
- Elaboración de gráficos.
- Análisis cualitativo de los datos.
- Revisión crítica de la información recogida mediante la encuesta y grupo focal.
- Vaciado de datos de las encuestas con el uso del ordenador y programa Excel.

Para la presentación y procesamiento de los datos estadísticos se utilizó el programa de hoja de cálculo llamado Excel, versión 2016. Dicho software informático procesa con precisión los datos numéricos, además permite presentar los resultados de forma clara y didáctica.

CAPITULO IV

RESULTADOS

4.1 Datos demográficos y autoevaluación de bailarines de la muestra de estudio

El desarrollo de la danza folclórica ecuatoriana ha evolucionado desde sus inicios hasta la actualidad, empezando desde la formación de los bailarines, vestuario, composición coreográfica preparación de los maestros en diferentes géneros como (clásico, contemporáneo y ritmos latinoamericanos, especialmente bailes bolivianos) en estos últimos años.

El aprendizaje de los bailarines empieza a través de la imitación es decir que el maestro de danza va enseñando los diferentes pasos y el bailarín repite hasta lograr su ejecución perfecta, esto depende del interés, ganas, gusto que le ponga el bailarín y de sus capacidades coordinativas que no es lo mismo enseñar a un niño a un joven que aun adulto. También depende de la forma, método o pedagogía que utiliza el maestro al momento de enseñar. Por lo general son exbailarines que luego de pasar por un grupo de renombre o de trayectoria forma su propio grupo y así empieza este proceso de aprendizaje.

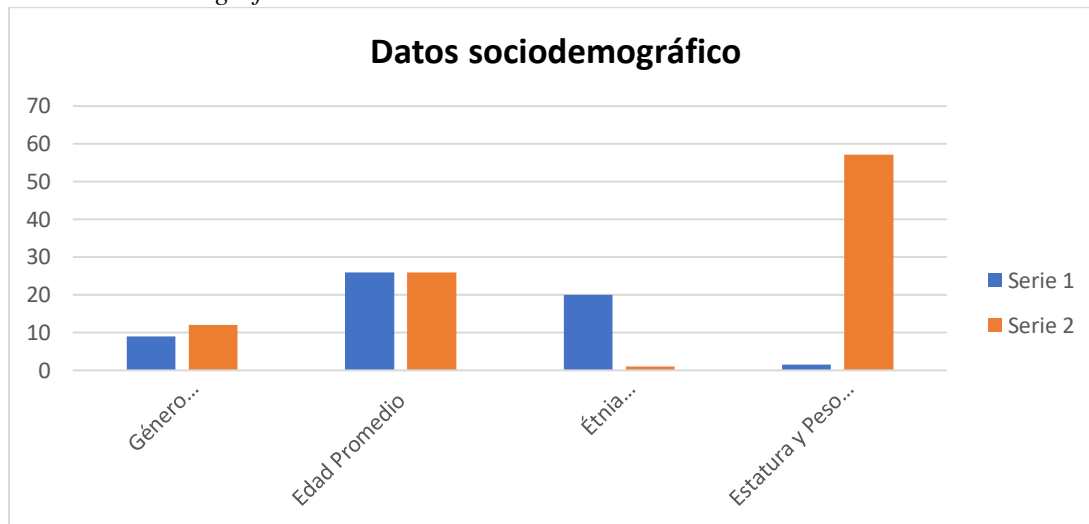
4.1.1 Datos Descriptivos de la Muestra

Tabla 2

Datos demográficos de los participantes

Variable	Indicador
Sexo Femenino	57,14%
Sexo Masculino	42,86%
Edad promedio	26 años
Etnia mestiza	95%
Etnia afroecuatoriana	5%
Estatura promedio	1,58 m
Peso promedio	57,19 kg
Experiencia como bailarín promedio	5 años
Formación académica bachillerato	42,86%
Formación académica 3er nivel	52,38%
Formación académica 4to nivel	4,76%

Figura 1
Datos Sociodemográfico



Elaborado por: Juan Flores

Análisis

Del 100% de los encuestados más de la mitad pertenecen al género femenino, sus edades que fluctúan entre los 17 y 44 años, siendo la edad de 26 años la que más se repite. Se comprobó que el 95% pertenece a la etnia mestiza y el resto a la etnia afroecuatoriana, también se encontró la estatura promedio es de 1,58 m, y el peso promedio es de 57, 19 kg., además se puede evidenciar que el 81% tiene más de cinco años de experiencia como bailarín, se obtuvo que el 52% de los bailarines tienen una formación académica de tercer nivel y del resto se divide en el 43% tiene una formación académica de bachillerato y únicamente el 5% tiene una formación de cuarto nivel.

Estos resultados indican que la agrupación está integrada en su mayoría por bailarinas mujeres, existe diversidad de etnias en el grupo hace que su convivencia sea muy enriquecedora y llevadera permitiendo la inclusión de todas las etnias, mas no buscando la preferencia a una de estas.

4.1.1 Experiencia y formación

Figura 2

Experiencia como bailarín



Elaborado por: Juan Flores

Análisis

También muestran que la estatura no es un requisito indispensable para ser bailarín de danzas folclóricas de tal manera que se puede ser bajo, mediano o alto, sería interesante tener una estatura estándar en el grupo, además nos revelan que no hay un peso ideal en los bailarines del ballet folclórico. Estos porcentajes pueden variar a medida que se entrena o ensaya, podrían tener más dificultad los bailarines con mayor peso al momento de ejecutar los pasos o coreografías. Sería interesante estudiar cuales son los factores de no estar en un peso ideal.

La experiencia de los bailarines es muy alta en comparación con sus compañeros, podría ser que su experiencia les ayude tener más dominio en la ejecución de pasos. Sería interesante estudiar que esto sea una ventaja la hora de aprender y ejecutar cosas nuevas, igualmente se indica que los bailarines de esta agrupación están estudiando en la secundaria, se podría decir que esto se debe a que tienen mayor disponibilidad de tiempo a comparación de los bailarines que estudian en tercer o cuarto nivel.

4.2 Observación estructurada a través de expertos:

La danza folclórica ecuatoriana es una de las expresiones artísticas practicada por niños, jóvenes y adultos en escuelas, colegios, universidades, instituciones, academias, grupos de danza o ballet a nivel amateur y profesional, que refleja la cultura de los diferentes pueblos asentados en el país que tienen como objetivo transmitir el folclore, costumbres, tradiciones y creencias de los pueblos. A través de la danza se puede contar una historia y reflejando la identidad cultural del lugar donde se manifiestan.

Si bien en Ecuador la danza folklórica es visible en distintas celebraciones y fiestas populares, lo cierto es que la atención general hacia ello se puede ver obstruida por el desinterés de la ciudadanía ante los temas culturales. Es preocupante, puesto que las nuevas generaciones no solamente deben concentrarse en la ciencia y las matemáticas, sino también conocer sus raíces, su entorno e identidad. El desarrollo de la danza folclórica ecuatoriana se debe, en gran parte, a maestros, quienes se han preocupado por la cultura popular y la riqueza de las etnias ecuatorianas investigando y manteniendo estas tradiciones en el tiempo enseñando a las nuevas generaciones.

La pandemia producida a nivel mundial por el COVID -19 obligó a que las autoridades emitieran un decreto de toque de excepción y que toda la población esté confinada por varios meses. Por tal motivo se tuvo que adaptarse al teletrabajo, a recibir clases de manera virtual a realizar muchas cosas a través de plataformas virtuales para realizar nuestras actividades cotidianas como por ejemplo saludos a familiares, amigos, reuniones, prácticas deportivas o ensayos de bailes para mantenerse activos en nuestros hogares.

Cabe indicar que muchos de los bailarines perdieron familiares, amigos, vecinos, sus trabajos. Muchos dejaron de estudiar, por ende, a nivel anímico y psicológico se pasó por muchas dificultades. Por estas razones no es lo mismo trabajar de manera presencial que trabajar de manera

virtual en lo referente a la danza folclórica ya que al estar junto con los compañeros donde se capta y aprende más rápido por la empatía, compañerismo y la exigencia del maestro. Estamos acostumbrados a trabajar de esta manera y cada vez se ofertan diferentes formas de aprender a bailar y danzar.

Luego de la observación de los 13 videos con los cuatro maestros los expertos se utilizó una tabla de indicadores de evaluación de un total de 15 preguntas. El puntaje más alto fue a la pregunta uno con un promedio de 4,52, mientras que la pregunta 13 obtuvo el puntaje más bajo con un promedio de 3,48. (Tabla 4)

Estos resultados me indican que la ejecución de los pasos en la mayoría de los bailarines no está mal ejecutada es decir que cada bailarín los efectuó de acuerdo con sus posibilidades y como entendió las indicaciones. Es decir, no todos contaban con un espacio adecuado para la ejecución y desplazamiento al momento de ir realizando cada paso, además la ubicación del dispositivo no estaba a la distancia y altura de cómo se les recomendó para poder ver bien su cuerpo y la ejecución correcta de los pasos. Según los resultados obtenidos de 13 videos analizados, se obtuvo las siguientes calificaciones (Tabla 5).

El puntaje más alto fue de 4,40 del bailarín número 3 mientras que el puntaje más bajo fue de 3,05 el cual corresponde al bailarín número 11. De acuerdo con los resultados obtenidos, de 13 bailarines del grupo folclórico, se establece que el 38% tiene coordinación regular y el 62% tiene buena coordinación. Estos resultados indican que el trabajo de coordinación en más de la mitad de los bailarines tiene en un nivel bueno. En cualquier caso, estos bailarines podrían aumentar su coordinación con ejercicios específicos.

Tabla 3*Calificaciones de los expertos luego del análisis del video*

Indicadores de Evaluación	Promedio
Eleva y asienta los pies de forma alternada.	4,5
Asienta y pateo hacia delante con eficacia, utilizando su cuerpo al flexionar.	3,81
Salta impulsándose con las dos piernas simultáneamente acompañado de brazos.	3,69
Cruza la pierna a los lados, luego adelante-atrás de manera sincronizada con un cuarto de giro acompañado de brazos.	3,60
Se desplaza adelante en zigzag realiza medio giro y regresa, acompañado de brazos.	3,56
Se desplaza con giro a los lados con elevación de brazo, giro de muñeca y remate.	3,56
Salta en un pie, cruza y gira eleva brazo, con giro de muñeca rematando 1, 2, 3 con los pies.	3,56
Gira utilizando los cuatro frentes.	3,90
Realiza medios giros acompañados de brazos.	3,63
Realiza el giro completo sobre el eje longitudinal acompañado de brazos.	3,83
Coordina las distintas formas de desplazamientos	3,90
Coordina acciones combinadas de desplazamientos y saltos.	3,67
Coordina los giros en cuarto de giro, medio giro y giro completo.	3,48
Coordina desplazamientos con saltos y giros.	3,58
Coordina un movimiento fluido desde las piernas y el tronco hasta la muñeca del brazo.	3,73

Elaborado por: Juan Flores.

Tabla 4

Promedios ponderados individuales de los bailarines luego de realizar la secuencia

Bailarín	Promedio
1	3,87
2	3,82
3	4,40
4	4,15
5	4,25
6	3,17
7	4,27
8	3,25
9	4,00
10	3,68
11	3,05
12	3,42
13	3,25

Elaborado por: Juan Flores.

4.3 Opinión de bailarines luego de la realización de la secuencia de baile

De los datos obtenidos de los 13 bailarines que representa el 100% luego de filmar su video, de una serie de 10 pasos y de realizar una encuesta de 5 preguntas, se determina que la complejidad en realizar los pasos fue bastante compleja con 30,77%, en la interpretación de leer las instrucciones se muestra que estuvo bastante compleja dando un 30,77%, en la memorización y secuenciación de pasos donde se indica que estaba poco compleja con un 30,77%. Según los encuestados el nivel de coordinación de la ejecución de los pasos es bastante compleja con un 53,85%.

Tabla 5
Características de los hábitos de aprendizaje.

DIMENSIÓN	C	P	II	P	MSP	P	NCEP	P
Poco complejo	2	15,3%	0	0,00%	4	30,77%	0	0,00%
Casi complejo	2	15,38%	3	23,08%	3	23,08%	0	0,00%
Nada complejo	4	30,77%	4	30,77%	1	7,69%	2	15,38%
Bastante Complejo	4	30,77%	4	30,77%	4	30,77%	7	53,85%
Muy complejo	1	7,69%	2	15,38%	1	7,69%	4	30,77%

Nota: Significado de las siglas C=Complejidad, P=Porcentaje, II= Interpretar Instrucciones, MSP= Memorización y secuenciación de pasos, NCEP= Nivel de coordinación de ejecución de los pasos

Elaborado por: Juan Flores

Estos resultados indican que al dar instrucciones escritas para realizar una actividad no todos pudieron interpretar y ejecutar la actividad tal cual se pidió. Los bailarines interpretaron y realizaron la grabación de su video como entendieron, los pasos que debían ejecutar son pasos que normalmente hacen en sus ensayos con la diferencia que tenían que hacer siguiendo un orden. En este caso, los bailarines podrían haber mejorado su ejecución si estaban trabajo de manera presencial una cosa es recibir las instrucciones escritas y otra es de manera directa. De tal manera que del 100 % de los bailarines (Tabla 4).

4.4 Recomendaciones de Expertos luego de grupos focales

Para poder entender mejor describiré maestro 1, maestro 2, maestro 3, maestro 4 y detallan lo que cada uno de ellos aportó luego del análisis de los videos en la primera reunión de trabajo que se mantuvo dentro del grupo focal.

Figura 3
Análisis de los expertos en danza folclóricas



Elaborado por: Juan Flores

Análisis

Maestro 1. “Que más allá de la técnica de cada bailarín o del grupo de cómo mover bien un brazo una pierna, es el hecho de los desplazamientos que no se notan que se los ejecutan o realizan en el mismo puesto, no sé si es por tratar de no irse de centro o salirse del cuadro de la cámara.

Los giros de pronto en cuatro tiempos se los ve ejecutar en bastantes bailarines, no llegué a ver los medios giros por los giros completos, entonces yo creo desde la educación física podemos hacer un aporte muy importante a la danza, porque vamos formando a los chicos para

que ellos vayan relacionándose en este campo y que más tarde lleguen a los diferentes grupos de danza formados de manera coordinada y se les haga más fácil aprender los pasos” (Maestra Myriam Quiña).

Maestro 2. “Que este estudio se amplíe que hubiese sino más rico tener 13 videos diferentes de bailarines de varias agrupaciones dancísticas y poder comparar la ejecución (técnica, estilo) de cada agrupación.

Desde mi punto de vista en el currículo del 2016 hubo una revolución del currículo dentro de la educación física en la parte de las prácticas corporales llamadas expresivo comunicativas para un poco quitar esta parte deportiva de la educación física si nosotros con las capacidades coordinativas trabajaríamos con habilidades motrices básicas sólo con eso yo creo que tuviéramos niños, joven y adultos con mejor coordinación con mejor ritmo con mejor equilibrio, al trabajar con los adultos mayores en el equilibrio en el ritmo en la coordinación esto les ayuda a tener autonomía en los movimientos y a mantenerse, entonces al trabajar con niños, jóvenes, adultos mayores, no tendríamos problemas de caídas por ejemplo esa es una de las cosas que se quiere cambiar yo al menos te hablo de eso, hay que trabajar más en la educación física en desarrollar las capacidades coordinativas más que las capacidades generales en la danza con más razón trabajamos mucho con música, ritmo, orientación, coordinación, todo esto es un complemento en la formación del bailarín”.(Maestro Edison Analuiza)

Que este estudio se amplíe que hubiese sino más rico tener 13 videos diferentes de bailarines de varias agrupaciones dancísticas y poder comparar la ejecución (técnica, estilo) de cada agrupación.

Maestro 3. “Mirando dese la perspectiva de la educación física el profesor de educación física es la clave en la evolución y el amor de la danza en nuestro país, si usted pregunta por lo

menos a la mayoría de personas cuando fue tu primera vez que bailaste, te responden creo que fue en la escuela porque te aquí te enseñan pasos porque que tienes que estar bien vestido porque este ritmo se baila así, más allá de que se trabaje toda la parte motriz, física aquí nace el amor a la danza, a los jóvenes ya no les interesa una formación total en la danza los jóvenes están en los grupos por novelería y muchos de ellos no saben porque se baila cada ritmo, ya no son de la vieja escuela donde te esperabas más de un año para que te den un vestuario de cualquier región y te conformabas bailando un ritmo donde eras feliz, ahora dos meses en los grupos en formación se cansan, quieren bailar y figurar ya no hay ese compromiso de formación, por eso creo que los profesores de educación son los padres de la danza en nuestro país” (Maestro Edison Anchudia).

Maestro 4. “Que este tipo de investigaciones se pueda canalizar a más grupos sistematizando los pasos de los diferente danzas y ritmos en cada provincia y así tener una codificación a nivel nacional de todas las danzas para unificar y potenciar a la danza folclórica nacional, que esto no se convierta en un egoísmo y que no prevalezca el yo soy mejor que el otro, procurando aportar con nuestros conocimientos en este trabajo de análisis de un ritmo y plantear que este trabajo se amplíe a analizar más ritmos”.(Max Robalino).

CAPÍTULO V

PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

5. Denominación y Definición de la Propuesta.

5.1 Descripción.

La presente propuesta se sustenta en los principales hallazgos de la investigación empírica que se realizó obteniendo los siguientes resultados: Que los bailarines no saben interpretar órdenes escritas por tal motivo los pasos no fueron bien ejecutados como se los pidió, notándose mucho más en los desplazamientos y en los giros. También se notó que los bailarines aprenden mejor de manera presencial que de manera virtual por esta razón es necesario realizar una guía de Ejercicios de Coordinación Dinámica General para optimizar el aprendizaje de la destreza de coordinación y secuenciación de pasos de los diferentes ritmos ecuatorianos en bailarines de Danza Folclórica Ecuatoriana. La propuesta en primera instancia se asienta en los elementos vertebradores del currículo de EF del Bachillerato General Unificado (BGU), y como se expondrá más adelante, se construirá a partir del análisis de los resultados del diagnóstico previo realizado a un problema de ámbito didáctico, en particular, la forma de organizar la práctica de esta destreza.

De acuerdo con el currículo de EF para el BGU, en esta parte del proceso educativo se continúa utilizando las destrezas con criterio de desempeño en la práctica deportiva dancística (pasos, ritmos, ejecución, secuenciación, estilos) para los ámbitos en que las mismas se practican (instituciones educativas, grupos de danzas folclóricas, ballets folclóricos, academias de danza folclórica, entre otros). Se realizan además adecuaciones necesarias para que el bailarín alcance su objetivo personal y los practique (Ministerio de Educación, 2019).

El objetivo uno del Área de Educación Física para el grado de BGU que plantea “Participar autónomamente en distintas prácticas corporales, disponiendo de conocimientos (corporales,

conceptuales, emocionales, motrices entre otros) que le permitan realizarlo de forma sana, segura y placentera durante su vida”.

Con las destrezas con criterio de funcionamiento del área de Educación Física del BGU del bloque 5: Creación de la identidad del cuerpo, en especial con el aprendizaje principal indispensable (EF.5.3.5.) Generar actividades y secuencias motrices usando diferentes recursos expresivos (intencionalidad expresiva de diferentes movimientos, según tiempo y espacio: lento-rápido, simultaneo-alternado, continuo-discontinuo, atrás-adelante, otros), a partir de la necesidad propia de presentarse por medio del lenguaje del cuerpo para enriquecer las modalidades de comunicación personal y colectiva”.

El Currículo de EGB y BGU del Ministerio de Educación (2019) refiere que los criterios de evaluación (CE.EF.5.4) “Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la construcción de novedosas maneras de danzar desde el reconocimiento de las propiedades de diferentes danzas convencionales (pasos básicos, coreografías, etcétera.) y la implementación de actividades y secuencias con intencionalidad expresiva”.

5.2 Justificación

En la actualidad, para el aprendizaje de destrezas motrices cada vez más se incorporan elementos avanzados del aprendizaje motor para optimizar la adquisición, retención y transferencia de una destreza. Autores como, Bruner, (1985) “afirma que las perspectivas del aprendizaje no son claramente correctas o incorrectas; más bien, solo se pueden evaluar tomando en cuenta condiciones como la naturaleza de la tarea por aprender, el tipo de aprendizaje que se espera y las características que los aprendices aportan a la situación. Las diferencias entre las

tareas, como aprender a balancear ecuaciones químicas y aprender a equilibrarse en una barra gimnástica, hacen que se requieran procesos diferentes para explicar el aprendizaje”.

Ohlsson, (1999) “propuso un modelo de adquisición de habilidades mediante la práctica que incluye tres subfunciones: generar conductas relevantes para la tarea, identificar errores y corregirlos. Este modelo incluye tanto procesos generales como específicos de la tarea. Cuando los estudiantes practican, vigilan su progreso comparando sus conocimientos actuales con sus conocimientos previos. Se trata de una estrategia general, pero a medida que aprenden se van adaptando cada vez más a situaciones de tareas específicas”.

Trigo y Pinera, (2000), define a: “La motricidad como, La vivencia de la corporalidad para expresar acciones que implican desarrollo del ser humano. Dado que el concepto de corporalidad se refiere exclusivamente al ser humano, la motricidad, por lo mismo, también se contextualiza en la persona solamente y no en el animal. El animal posee movimiento, pero no tiene conciencia de este movimiento, el movimiento es instinto, pero no cultura por lo que no podemos hablar en la especie de animal de motricidad, sino sólo de movimiento” (p. 11).

Desde hace quince años el ballet Folclórico Ñucanchi Allpa de la ciudad de Quito, viene trabajando en formación de nuevos bailarines para su elenco principal debido a que, por situaciones de estudio, trabajo, problemas personales, etc. se retiran y dejan de ser parte del grupo. Esto implica identificar nuevos bailarines y desarrollar en ellos requerimientos motrices específicos de esta actividad dancística, que contribuya a alcanzar el mejor desempeño posible lo más rápido posible en los nuevos integrantes para ser tomados en cuenta en las coreografías y que estén al mismo nivel que sus compañeros que llevan más tiempo (antiguos), quienes contribuyan a alcanzar el mejor desempeño posible en las presentaciones y compromisos internacionales, así como las motivaciones y expectativas de los bailarines nuevos. Frente a esta situación, surge la idea de

determinar cómo se están aprendiendo las técnicas básicas de los diferentes ritmos y proporcionar a los maestros de danza una guía para optimizar el aprendizaje de esta destreza.

Mediante el análisis e interpretación de los resultados de la fase descriptiva o diagnóstica de este estudio, se pudo determinar lo siguiente:

- Los bailarines no tienen bien desarrollada la coordinación dinámica general por lo que les cuesta realizar los pasos y seguir instrucciones escritas.
- El 80% de los maestros encuestados prestan poca atención a los elementos avanzados del aprendizaje motor para la planificación de la práctica de destrezas.
- Los bailarines tienen un nivel de coordinación bajo a la media específicamente en la ejecución de los pasos, si se comparan con datos de bailarines de otras agrupaciones de danza folclórica de la ciudad de Quito.

Algunos autores mencionan que, aunque son varios los factores que determinan el éxito en el desempeño de una destreza, los elementos avanzados vinculados al aprendizaje motor como el tipo de retroalimentación (centro en el objeto o centrado en el cuerpo) y la organización de la práctica (variable o continua) juegan un papel fundamental en el proceso de enseñanza.

En el ámbito de la Actividad Física y del Deporte, el Equilibrio es la “capacidad del hombre de mantener su propio cuerpo, otro cuerpo (u objetos) en una posición controlada y estable, por medio de movimientos compensatorios”, distinguiéndose entre el equilibrio estático, dinámico y la capacidad de mantener en equilibrio un cuerpo extraño u objeto (Diccionario de las Ciencias del Deporte, 1992).

Así se habla de Equilibrio Inestable cuando una pequeña fuerza perturbadora puede generar la situación de desequilibrio, y esto ocurre cuando el CG se encuentra encima de la BDS o del centro de flotación (López Elvira, 2008), (CG centro de gravedad, BDS base de sustentación).

En el caso del aprendizaje de las destrezas dancísticas específicas, como la coordinación dinámica general en la danza folclórica ecuatoriana, la práctica, variable, o sea, los diferentes ritmos y pasos específicos para cada uno de ellos, movimientos, ritmo, tiempos, sonidos, movimiento corporal, estilo, secuenciación, pueden incrementar significativamente la adquisición de dicha destreza.

Y por tanto definimos a la danza folclórica como “la expresión del movimiento rítmico-dinámico, cuya forma, mensaje, carácter y estilo permite reconocer los sentimientos y costumbres de una comunidad y puede generar sentimientos y actitudes de pertenencia e identificación” Milly Ahón, (2002).

Tiene como objeto de estudio el trabajo corporal integral y trascendente por ello conceptualizamos al “trabajo danzario como el proceso creativo e integral que permite mostrar las posibilidades que tiene el cuerpo humano para producir arte a través del movimiento, persiguiendo objetivos diversos desde el goce personal hasta el encuentro con la historicidad, la cosmovisión y perspectivas de futuro”. Milly Ahón, (2002).

Con estos antecedentes, se puede identificar que existe una carencia en la aplicación de los elementos didácticos avanzados del aprendizaje motor, en la enseñanza de la coordinación dinámica general en los bailarines del ballet folclórico Nacional Ñucanchi Allpa de la ciudad de Quito.

Para dar respuesta a este problema, se requiere elaborar una guía de enseñanza para optimizar el aprendizaje de la destreza de la coordinación dinámica general en los bailarines de esta agrupación, de forma tal que los maestros de Danza utilicen los elementos avanzados del aprendizaje motor.

5.3 Líneas de Acción y Escenarios

Previo al desarrollo de la guía se debe explicitar cómo podrá ser su diseño, y para ello se requiere de un consenso con expertos y docentes del área de Educación Física, y se ha elaborado una lista de aspectos que requieren ser proyectados, así como los posibles escenarios para su desarrollo. Los aspectos que se han identificado son:

- Metodología de enseñanza para poder llegar a los beneficiarios se elaborará una guía fácil y práctica de tal manera, de quien la revisen, pueda ser fácil de interpretar, y ponerla en práctica con los bailarines o estudiantes sea en nivel que estén cursando.
- Material didáctico: folletos, videos.
- Perfil de los docentes beneficiarios: Esta guía estará dirigida a los maestros(as) de danzas folclóricas, coreógrafos, licenciados de educación física y personas que les guste practicar de la enseñanza de danzas folclóricas ecuatoriana.
- Necesidades de aprobación: para poder ser aprobado, se consultará a maestros expertos en danza folclórica de larga trayectoria de la ciudad de Quito para ver si tiene aplicabilidad en los bailarines en proceso o en bailarines con experiencia.

A partir de aquí, se identificaron 2 escenarios para su desarrollo:

Escenario 1. Metodología centrada en los bailarines, material didáctico especializado, maestros con formación en danzas folclóricas y aprobación del cumplimiento de guía por profesionales en Educación Física con mención cuarto nivel.

Escenario 2. Metodología centrada en el maestro, material didáctico básico, maestros con formación en danzas folclóricas y aprobación del cumplimiento de guía por director del ballet folclórico.

Luego de un análisis de las posibles ventajas y desventajas de ambos escenarios, así como los posibles cambios que pueden acontecer en el futuro, se decidió que la guía para optimizar el aprendizaje de la destreza de la coordinación dinámica general en la danza folclórica con los bailarines se proyectará bajo la premisa del escenario 1. Esta decisión se sustenta en el hecho, de que, si bien el escenario 2 gozaría de una mejor reputación, ya que recibiría el visto bueno del director de ballet folclórico, esto podría ser contraproducente debido a que debería pasar por un largo proceso para su aprobación. A esto hay que sumar, que no es viable desarrollar aprendizajes motrices avanzados con la utilización de material didáctico básico. Por último, aunque el tipo de metodología podría ser un elemento marginal, también se valoró que, con el aprendizaje centrado en el maestro de danza, se le estaría restando protagonismo al bailarín en su intento de comprender sus necesidades individuales del aprendizaje motriz de las capacidades coordinativas, según se postula en el objetivo (EF.5.3.5.) del currículo del BGU.

5.4 Objetivos

5.4.1 General

Elaborar una guía metodológica dirigida a maestros de Educación Física que enseñan danzas folclóricas que permita mejorar e innovar la enseñanza de la coordinación dinámica general a través de la secuencia de pasos en el ritmo San Juanito como danza folclórica ecuatoriana en la ciudad de Quito.

5.4.2 Específicos

- ✓ Establecer la estructura metodológica de la guía entre ellos los objetivos, el programa, los materiales para su estudio.

- ✓ Diseñar los contenidos de aprendizaje avanzado para la destreza de la coordinación dinámica general, en la ejecución, y secuenciación de pasos básicos de los ritmos ecuatorianos.
- ✓ Definir los criterios de evaluación y retroalimentación del aprendizaje.
- ✓ Precisar un mecanismo para evaluar la implementación y cumplimiento de la guía.

5.5 Destinatarios y Responsables

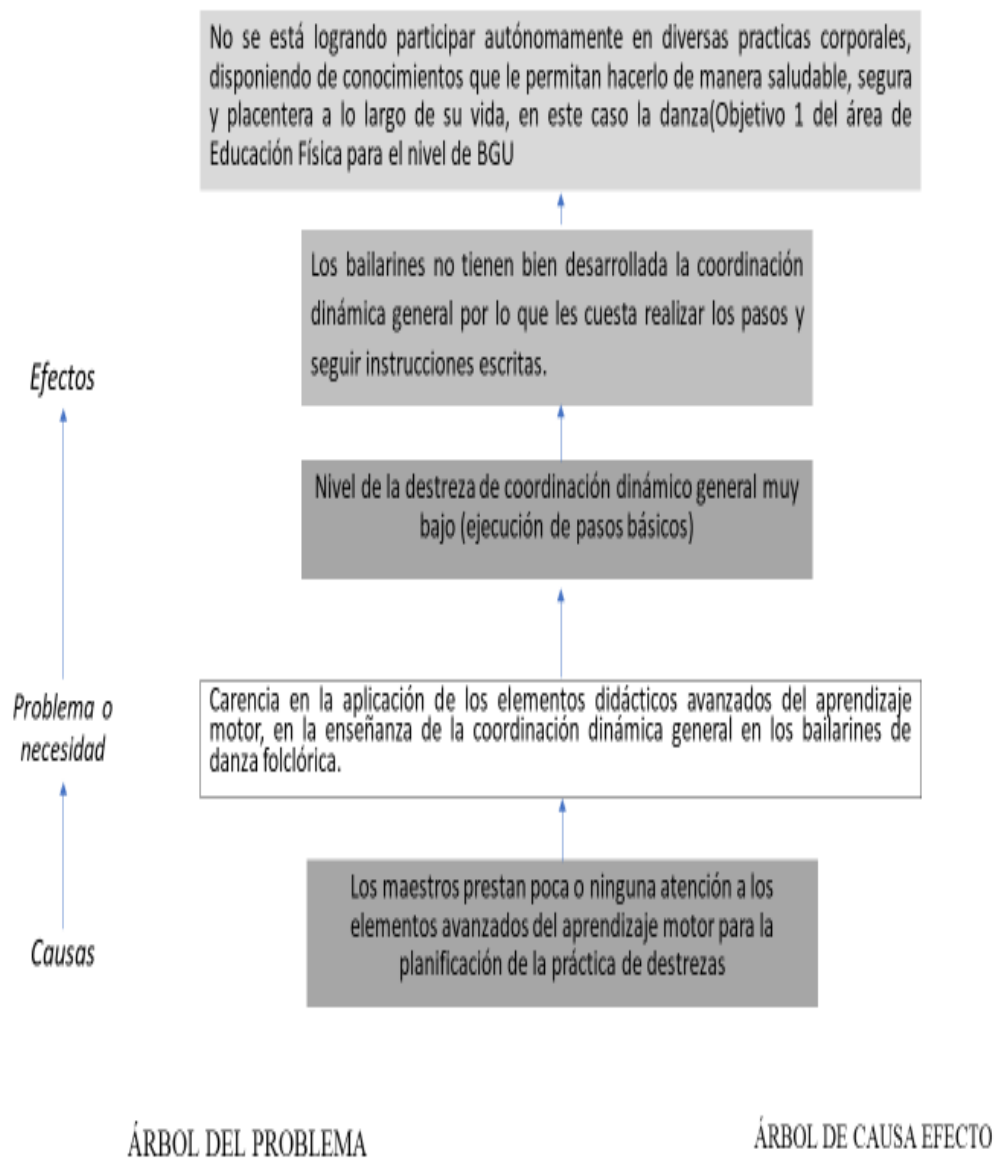
La presente guía didáctica está dirigida a los maestros de danzas folclóricas ecuatorianas de la ciudad de Quito encargados de la formación de bailarines en sus agrupaciones dancísticas, independientemente de las edades y sexo. Sin embargo, los maestros deben tener un grado académico mínimo de licenciatura en Educación Física o campos afines, y con formación específica en la enseñanza o entrenamiento de danza folclórica.

La guía será de aplicación exclusiva en los bailarines de grupos o ballet folclóricos con edades comprendidas entre los 16 y los 45 años, y que pertenezcan al ballet folclórico nacional Ñucanchi Allpa de manera particular en los nuevos integrantes que ingresaron en el año 2021 que están en proceso de formación como bailarines. El cumplimiento de las actividades de la guía recaerá en un director de un grupo de danza folclórica, el mismo que deberá tener al menos un grado de máster y formación específica en gestión y planificación de proyectos académicos.

5.6 Funcionamiento

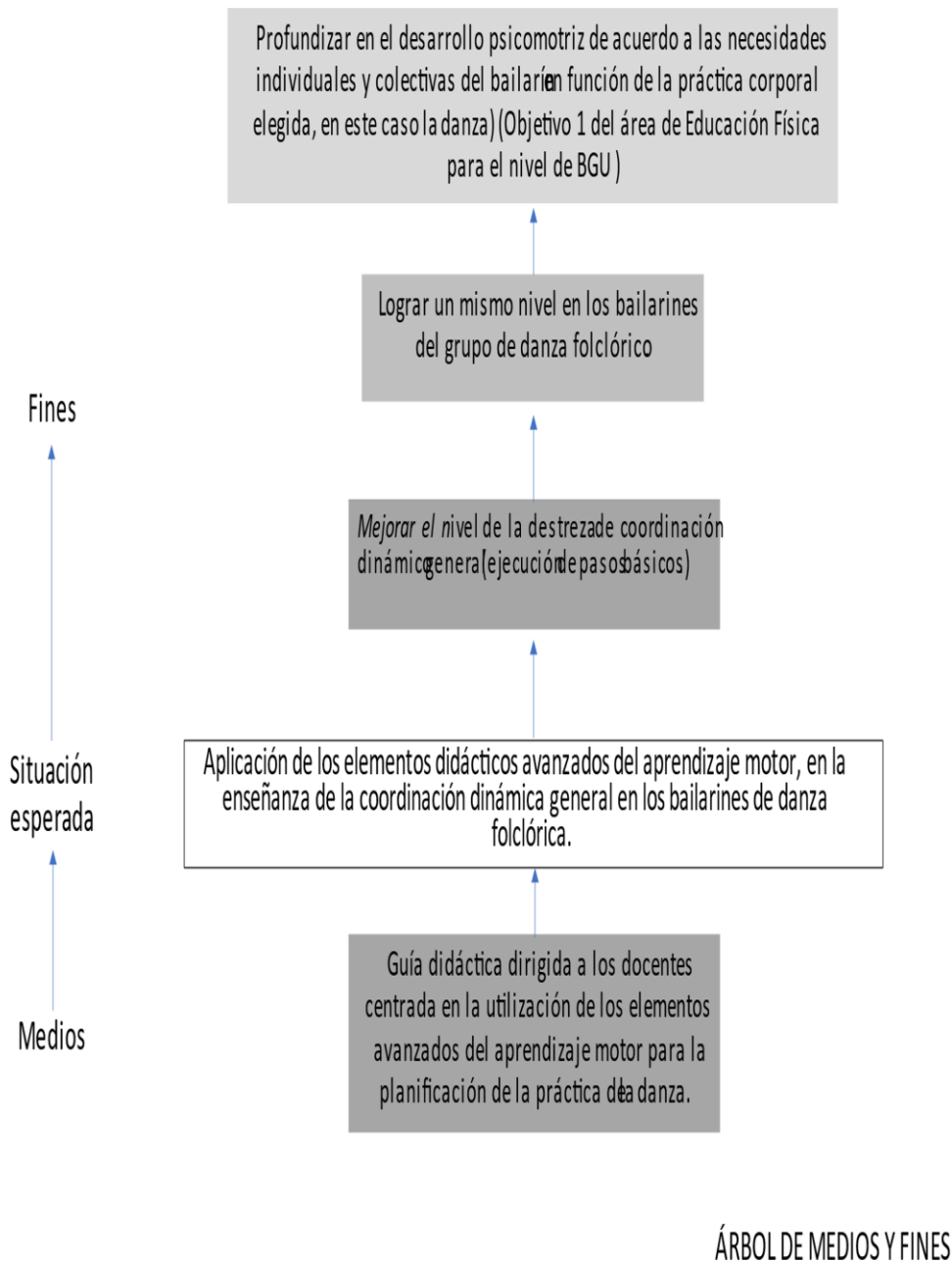
En la figura que a continuación se detallara se presenta el diagrama de causa – efecto a partir de la necesidad identificada en el apartado del diagnóstico de la propuesta.

Figura 4
 Diagrama de Pertenencia de la Propuesta (Causa-Efecto)



Elaborado por: Juan Flores

Figura 5
Diagrama de Pertenencia de la Propuesta (Medios-Fines)



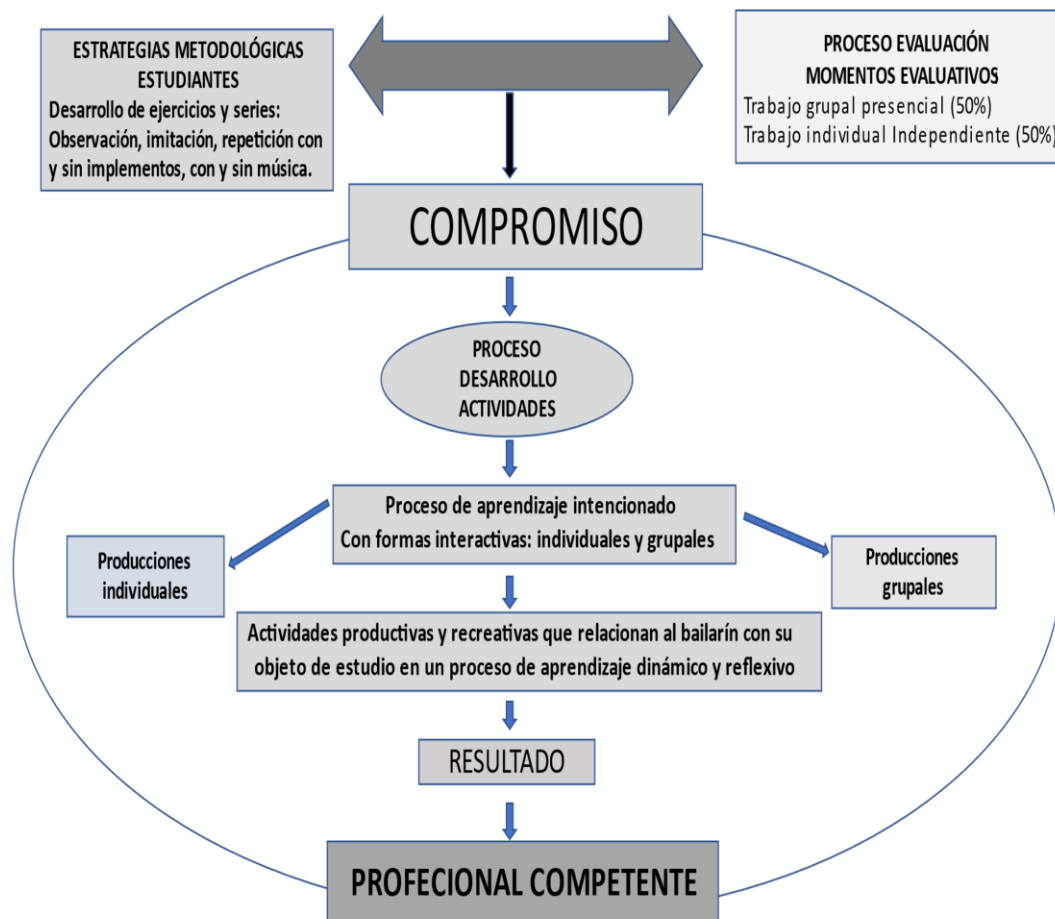
Elaborado por: Juan Flores

5.7 Análisis de Pertinencia

La guía didáctica que a continuación se describe está dirigida a trabajar con los bailarines de manera secuencial, que sea fácil de aprender en el proceso enseñanza-aprendizaje de las

actividades planteadas, con producciones individuales y grupales para conseguir un bailarín profesional competente.

Figura 6
Guía didáctica del aprendizaje y secuenciación de ejercicio.



Elaborado por: Juan Flores

5.8 Descripción de Fases y Etapas.

Explicación y demostración con ejercicios las fases de la coordinación dinámica.

En la educación la coordinación dinámica general podemos diferenciar tres fases, las cuales corresponden a los niveles que se describen en la adquisición de un nuevo movimiento según afirma la coordinación dinámica general en EFDeportes.com (junio, 2021).

Fase de ajuste global. Los niños o jóvenes se colocan ante nuevas situaciones, nuevos problemas motrices, múltiples y variados, que tienen que resolver. Gracias a un tanteo sucesivo, a una serie de ensayos y errores. El niño o joven va ajustando sus movimientos a las exigencias del medio.

Fase de toma de conciencia. Análisis, confrontación con otros movimientos, serán los aspectos esenciales de esta fase.

Fase de estabilización (automatización). Mediante la repetición de movimientos, la coordinación de los diferentes componentes se automatiza, se pasa de un control secuencial (todos los componentes del acto motor se controlan sucesivamente) a un control unitario que además requiere mucha menos atención, el gesto es cada vez más fluido y económico (s/p)

5.9 Contenidos y Actividades

A continuación, para la presente propuesta se escogió un modelo de planificación de Educación Física según el currículo actual de acuerdo con el perfil de salida de los estudiantes de tercero de bachillerato escogiendo los siguientes contenidos y actividades de cada clase con sus respectivas evaluaciones.

Tabla 6
Contenidos de la propuesta tema 1

Tema 1	Ejercicios de coordinación
<p>Semana 1</p> <p>Ejercicios de coordinación dinámica general</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desplazamientos lentos-rápidos (adelante-atrás, derecha -izquierda, zigzag) - Saltos (en uno y dos pies, en el puesto, avanzando) - Creación de series de 4, 6 y 8 ejercicios contando 8 tiempos con y sin música (ritmo san Juanito)
<p>Semana 2</p> <p>Ejercicios de coordinación dinámica general</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Carreras (lentas, rápidas con paradas) - Agilidad en el suelo (roladas, rodadas, desplazamientos: gateando, reptando, imitando animales, giros sobre el eje longitudinal abiertos y cerrados. - Creación de series de 4,6 y 8 ejercicios con fraseos musicales, con y sin música. (ritmo san Juanito)
<p>Semana 3</p> <p>Ejercicios de coordinación óculo manual.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lanzamientos y recepciones con material didáctico de diferentes tamaños, colores y texturas. - Propiciaremos juegos y ejercicios de puntería y de adaptación al espacio. - Creación de series de secuenciación con y sin música. (ritmo san Juanito)
<p>Semana 4</p> <p>Ejercicios de coordinación óculo pédica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Saltos en uno o dos pies utilizando diferentes materiales como (cuerdas, ganchos de ropa, globos, platos, balones de cualquier tamaño, escalera de coordinación) - Golpes, topes y pases con cualquier parte del cuerpo utilizando material didáctico con y sin obstáculos a diferentes ritmos musicales. - Creación de series secuenciadas individuales, en parejas en grupos con y sin música. (ritmo san Juanito)

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 7

Contenidos de la propuesta tema 2

Tema 2	Disociación y coordinación del movimiento
Semana 5 Coordinación dinámica de los miembros superiores.	<ul style="list-style-type: none">- Movimientos continuos, de balanceo, circunducción- Movimientos fraccionados (posiciones segmentarias)Flexión: Cuando una parte del segmento se acerca a otraExtensión: cuando alejamos una parte de otra.Abducción: Cuando alejamos un segmento de la línea media del cuerpoAducción: Cuando acercamos el segmento a la línea media del cuerpo.Rotación: Cuando el segmento gira hacia dentro o hacia fuera.Circunducción: cuando una parte del cuerpo gira sobre un punto fijo.- Creación de series secuenciadas con y sin música. (ritmo san Juanito)
Semana 6 Coordinación dinámica de los miembros superiores e inferiores.	<ul style="list-style-type: none">- Simétricos: caminar en punta de pie, siguiendo un ritmo impuesto por el educador.- Alternados: caminar elevando rodilla y efectuar una serie de cuatro movimientos, caminar retrocediendo mientras se efectúa en movimiento de balanceo en el plano lateral, alternar en forma regular la serie de movimientos y la marcha. (variaciones)Ej. Manos en los hombros, un paso, brazos en extensión vertical, un paso, etc.- Disociados: Se mantiene un movimiento de piernas o brazos mientras se ejecuta otro movimiento diferente. (ritmo san Juanito)
Semana 7 Coordinación dinámica y postural.	<ul style="list-style-type: none">- Movimientos de los miembros superiores, combinadas con variaciones de la posición de los miembros inferiores.- Posición inicial pies juntos, brazos a lo largo del cuerpo.- Extender brazo derecho hacia adelante y puntear con el pie derecho hacia adelante y después hacia la derecha y hacia atrás.- Retomar la posición inicial y repetir con el brazo y la pierna izquierda.- Se traza en el suelo gráficos como el ejemplo. El educador debe iniciar la dirección que debe recorrer el pie móvil del bailarín. (ritmo san Juanito)
Semana 8 Percusión corporal y Lateralidad Método BAPNE	<ul style="list-style-type: none">- Percusión corporal utilizaremos nuestro cuerpo como instrumento con los siguientes elementos mano derecha e izquierda con golpe en el pecho, muslo, estomago, palmada, chasquido, golpe de pies, canto. ejemplo: golpear pecho derecho, chasquido izquierdo, palma, pecho izquierdo, pecho derecho, chasquido izquierda palmada, pecho derecho, chasquido izquierdo, palmada, pecho derecho por 2, chasquido izquierdo, palmada- Lateralidad unilateral cuando el trabajo implica el movimiento de un brazo o una pierna de un solo lado del cuerpo por ejemplo muevo la parte derecha del cuerpo (tanto brazo como pierna)- Lateralidad bilateral cuando en el trabajo empleamos ambos brazos o ambas piernas tanto de la parte derecha como izquierda ejemplo. Mover el brazo derecho y la pierna izquierda. (ritmo san Juanito).

Tabla 8*Criterios de evaluación y retroalimentación del aprendizaje tema 1.*

Criterios de Evaluación Tema 1	Ejercicios de coordinación	Excelente	Bueno	Regular	Necesita Mejorar
	1. Realiza los pasos básicos utilizando el movimiento y la música.				
	2. Repite frases rítmicas con movimientos corporales y se adapta a distintos ritmos variando el movimiento y los desplazamientos.				
	3. Crea secuencias coordinadas de movimientos combinados, desplazamientos, saltos y giros sobre frases rítmicas con equilibrio.				
	4. Realiza secuencias de ejercicios y pasos sencillos imitando a su maestro y compañeros.				
	5. Reconoce e interpretar los gestos codificados y expresiones habitualmente utilizados en la clase.				

*Fuente: Elaboración propia.***Tabla 9***Criterios de evaluación y retroalimentación del aprendizaje*

Criterios de Evaluación Tema 2	Disociación y coordinación del movimiento	Excelente	Bueno	Regular	Necesita mejorar
	1. Realiza series secuenciadas utilizando movimientos de miembros superiores con música.				
	2. Repite frases rítmicas con secuencia de movimientos corporales de miembros superiores e inferiores con distintos ritmos variando el movimiento y los desplazamientos.				
	3. Crea secuencias de movimientos combinando desplazamientos, saltos y giros sobre frases rítmicas utilizando su cuerpo como instrumento de percusión corporal.				
	4. Ejecuta secuencias de ejercicios y pasos sencillos.				
	5. Reconocer e interpretar la lateralidad y ubicación en el espacio.				

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 10

Destrezas y habilidades que se pretende desarrollar con la implementación de la propuesta

Objetivo general	Bloque curricular	Destrezas	Criterio de evaluación	Orientaciones de evaluación	Indicadores para la evaluación del criterio
OG.EF.4. Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.	Bloque 3 Prácticas Corporales Expresivo comunicativas	EF.5.3.2. Explorar e identificar diferentes tipos de danzas (tradicionales, populares, contemporáneas, entre otras), sus pasos básicos y sus coreografías y las posibilidades de crear nuevas y propias formas de danzar y expresarse corporalmente. EF.5.3.5. Crear acciones y secuencias motrices, utilizando diferentes recursos expresivos (intencionalidad expresiva de diferentes movimientos, según tiempo y espacio: lento-rápido, simultaneo-alternado, continuo-discontinuo, atrás-adelante, otros), desde la necesidad propia de manifestarse mediante el lenguaje corporal para enriquecer las posibilidades de comunicación individual y colectiva.	CE.EF.5.4 Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la creación de nuevas formas de danzar a partir del reconocimiento de las características de diferentes danzas convencionales (pasos básicos, coreografías, etc.) y la utilización de acciones y secuencias con intencionalidad expresiva.	En este criterio se recoge a la danza (convencional o creada) como una práctica corporal, que permite a los protagonistas utilizar movimientos y secuencias con una intención expresiva. El maestro y la maestra pueden trabajar en sus propuestas de enseñanza, en donde se distingan los espacios del protagonista y de los espectadores y se conviertan en complementarios para enriquecer la práctica y sus formas de realizarlas. Las intervenciones pedagógicas deben permitir a los jóvenes aprender nuevas maneras de danzar, que los habiliten al placer y al reconocimiento de la dimensión expresiva del cuerpo como un derecho a acceder.	I.EF.5.4.2. Crea nuevas formas de danzar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.

Fuente: Elaboración propia.

5.9.1 Actividades

Para trabajar las actividades se sintetizo en dos temas los mismos que están divididos en cuatro subtemas que se desarrollaran en una semana cada uno de ellos divididos en tres clases, en el anexo 7 podremos ver más detallado un plan de destrezas con criterio de desempeño con su respectivo plan de clase.

5.10 Factibilidad

Para evaluar los procesos de aprendizaje en los bailarines se los hará a través de los siguientes agentes evaluadores:

- Heteroevaluación.
- Autoevaluación.
- Coevaluación.

• Retroalimentación del aprendizaje se lo hará en la siguiente clase, antes de empezar el ensayo o la nueva clase de tal manera que los bailarines repitan la secuenciación de los ejercicios hasta que lo logre ejecutar con y sin ayuda, además se realizaran encuestas de satisfacción a través de Google Drive.

5.11 Alcance Geográfico y Contextualización

La presente guía se aplicará en el siguiente contexto geográfico:

Ciudad: Quito, Barrio: la Comuna de San Millán, Lugar: Sede barrial donde ensaya Ñucanchi Allpa ballet folclórico nacional, Espacio: Sala de reuniones (aula de 4 metros por 8 metros), piso de baldosas antideslizante.

En lo referente al contexto sociocultural:

Se trabajará con bailarines de ambos géneros, edades diversas comprendidas entre los 16 a 45 años, de etnias diferentes en su mayoría mestiza con nivel un académico de bachillerato y de tercer nivel, de condición económica media.

La presente guía se la realiza en los tiempos requeridos para la puesta en marcha y la duración del proceso completo de funcionamiento de la propuesta.

- La duración total de la propuesta, se lo realizara en dos meses.
- La propuesta está dividida en dos partes es decir se trabajará un tema por mes.
- Las fechas de la guía se iniciará, el 1 de marzo y finalizará el 30 de abril del 2022.
- Se realizará tres sesiones por semana los martes, jueves y sábados de 18:00 a 19:00.
- Cada clase durará aproximadamente una hora, 5.12 Cronograma.

5.12 Cronograma.

Este cronograma está dividido en dos temas para poder ser desarrollado de forma secuencial, donde se trabaja los contenidos de los temas en ocho semanas.

Mes uno.

Tabla 11

Cronograma de actividades tema 1

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES						
GRUPO DE DANZA: NN		TEMA 1				
Istructor:	Juan Flores					
Inicio del proyecto:	1/3/2022					
Secciones:	Tres por semana					
Duración:	Un mes (4 semanas)					
Ejercicios de coordinación		ASIGNADO	PROGRESO	INICIO	FIN	DÍA
SEMNA 1 y 2	Ejercicios de coordinación dinámica general					
Desplazamientos lentos-rápidos (adelante-atrás, derecha -izquierda, zigzag)			0%	2/3/2022	2/3/2022	M
Saltos (en uno y dos pies, en el puesto, avanzando)			0%	4/3/2022	4/3/2022	J
Creación de series de 4, 6 y 8 ejercicios contando 8 tiempos con y sin música (ritmo san Juanito)			0%	6/3/2022	6/3/2022	S
Carreras (lentas, rápidas con paradas)			0%	8/3/2022	8/3/2022	M
Agilidad en el suelo (roladas, rodadas, desplazamientos: gateando, reptando, imitando animales, giros sobre el eje longitudinal abiertos y cerrados.			0%	10/3/2022	10/3/2022	J
Creación de series de 4,6 y 8 ejercicios con fraseos musicales, con y sin música.			0%	12/3/2022	12/3/2022	S
SEMANA 3	Ejercicios de coordinación óculo manual.					
Lanzamientos y recepciones con material didáctico de diferentes tamaños, colores y texturas.			0%	16/3/2022	16/3/2022	M
Propiciaremos juegos y ejercicios de puntería y de adaptación al espacio.			0%	18/3/2022	18/3/2022	J
Creación de series de secuenciación con y sin música. (ritmo san Juanito)			0%	20/3/2022	20/3/2022	S
SEMNA 4	Ejercicios de coordinación óculo pédica.					
Saltos en uno o dos pies utilizando diferentes materiales como (cuerdas, ganchos de ropa, globos, platos, balones de cualquier tamaño, escalera de coordinación)			0%	22/3/2022	22/3/2022	M
Golpes, topes y pases con cualquier parte del cuerpo utilizando material didáctico con y sin obstaculosa diferentes ritmos musicales.			0%	24/3/2022	24/3/2022	J
Creación de series secuenciadas individuales, en parejas en grupos con y sin música. (ritmo san Juanito)			0%	26/3/2022	26/3/2022	S

Elaborado por: Juan Flores

Mes dos.

Tabla 12
Cronograma de actividades tema 2

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES						
GRUPO DE DANZA: NN		TEMA 2				
Istructor:	Juan Flores					
Inicio del proyecto:	1/3/2022					
Secciones:	Tres por semana					
Duración:	Un mes (4 semanas)					
Disociación y coordinación del movimiento		ASIGNADO	PROGRESO	INICIO	FIN	DÍA
SEMANA 5	Coordinación dinámica de los miembros superiores.					
Movimientos continuos, de balanceo, circunducción.				29/3/2022	29/3/2022	M
Movimientos fraccionados (posiciones segmentarias): Flexiones, extensiones, abducciones, rotaciones, circunducciones				31/3/2022	31/3/2022	J
Creación de series secuenciadas con y sin música. (ritmo san Juanito)				2/4/2022	2/4/2022	S
SEMANA 6	Coordinación dinámica de los miembros superiores e inferiores.					
Simétricos: caminar en punta de pie, siguiendo un ritmo impuesto por el educador.			0%	4/4/2022	4/4/2022	M
Alternados: caminar elevando rodilla y efectuar una serie de cuatro movimientos, caminar retrocediendo mientras se efectúa en movimiento de balanceo en el plano lateral, alternar en forma regular la serie de movimientos y la marcha.			0%	6/4/2022	6/4/2022	J
Disociados: Se mantiene un movimiento de piernas o brazos mientras se ejecuta otro movimiento diferente. (ritmo san Juanito)			0%	8/4/2022	8/4/2022	S
SEMANA 7	Coordinación dinámica y postural.					
Movimientos de los miembros superiores, combinadas con variaciones de la posición de los miembros inferiores. Posición inicial pies juntos, brazos a lo largo del cuerpo.			0%	10/4/2022	10/4/2022	M
Extender brazo derecho hacia adelante y puntear con el pie derecho hacia adelante y después hacia la derecha y hacia atrás. Retomar la posición inicial y repetir con el brazo y la pierna izquierda.			0%	12/4/2022	12/4/2022	J
Se traza en el suelo gráficos como el ejemplo. El educador debe iniciar la dirección que debe recorrer el pie móvil del bailarín (ritmo san Juanito)			0%	16/4/2022	16/4/2022	S
SEMANA 8	Percusión corporal y lateralidad Método BAPNE					
Percusión corporal utilizaremos nuestro cuerpo como instrumento con los siguientes elementos: mano derecha e izquierda con golpe en el pecho, muslo, estomago, palmada, chasquido, golpe de pies, canto.			0%	18/4/2022	18/4/2022	M
Lateralidad unilateral cuando el trabajo implica el movimiento de un brazo o una pierna de un solo lado del cuerpo.			0%	20/4/2022	20/4/2022	J
Lateralidad bilateral cuando en el trabajo empleamos ambos brazos o ambas piernas tanto de la parte derecha como izquierda.			0%	22/4/2022	22/4/2022	S

Elaborado por: Juan Flores

5.13 Recursos y Financiamiento

- Se trabajará con recursos humanos, didácticos y económicos, los materiales y elementos técnicos (materiales de EF, reciclados, material de apoyo como videos, redes sociales, etc.) que se necesitan para la ejecución de cada actividad.
- Los recursos empleados, las horas de los profesionales, las locaciones y, en fin, todo cuanto se requiere para llevar a cabo la propuesta, genera costo, los cuales deben ser estimados, además de los mecanismos mediante los cuales van a ser financiados (fondos propios de la institución o públicos, donaciones, becas, concursos, etc.).

Tabla 13
Presupuesto

Concepto	Cantidad	Precio Unitario	Parcial	Total
Equipos, softwares y servicios técnicos	3	\$40,00		\$120,00
Transporte y salidas de campo	3	\$30,00		\$90,00
Materiales y suministros	1	\$0,02		\$6,00
Material Bibliográfico y fotocopias	300	\$125,00		\$125,00
Material de bioseguridad	1	\$1,00		
Mascarillas	30	\$2,50	\$30,00	
Alcohol	2	\$1,00	\$5,00	
Protectores faciales	30	\$60,00	\$30,00	
Termómetro	1	\$41,00	\$60,00	
Material de limpieza	1	\$3,00		\$41,00
Escobas	3	\$6,00	\$9,00	
Trapeadores	3	\$4,00	\$18,00	
Cera	2	\$2,00	\$8,00	
valde	3	\$100,00	\$6,00	
Pago instructor	3	\$100,00		\$300,00
Varios e imprevistos	1	\$40,00		\$100,00
			TOTAL	\$782,00

Elaborado por: Juan Flores

CONCLUSIONES

- ✓ En cuanto a elaborar una guía metodológica que permita la innovación de la enseñanza de la coordinación dinámica general a través de la secuencia de pasos en el ritmo San Juanito como danza folclórica ecuatoriana en la ciudad de Quito. Se pudo concluir que con el desarrollo de esta guía los docentes de Educación Física podrán tener una herramienta que permita unificar los contenidos de esta área con la danza folclórica ecuatoriana. Tomando en cuenta, el ritmo San Juanito como los principales pasos de baile.
- ✓ Para definir la coordinación dinámica general como elemento de la Educación Física, se pudo concluir que, una vez logrado el concepto y alcanzado el conocimiento de lo que consiste la coordinación dinámica, los docentes de Educación Física podrán desarrollar la coordinación dinámica general.
- ✓ En cuanto identificar el perfil desde su género, edad, etnia, experiencia, nivel de formación de los bailarines del Ballet Folclórico de la ciudad de Quito. Se pudo concluir que, la mayoría de los participantes son del género femenino, por lo que, la danza folclórica ecuatoriana es más acogida por mujeres que por hombres en un rango de edad entre 20 a 26 años. Además, las características del peso, talla, etnia, edad no son limitantes para la práctica de la danza folclórica, sin embargo, se sugiere desarrollar las capacidades coordinativas desde edades tempranas para que el aprendizaje de la danza folclórica se haga más fácil y no tenga dificultades posteriormente.
- ✓ Según el criterio de evaluación de los maestros expertos en danza se pudo concluir que en la ejecución de una secuencia de pasos de danzas folclórica se pudo evidenciar la coordinación dinámica general, tomando en cuenta los movimientos óculo manual y pedal, así como los movimientos de los miembros inferiores y superiores. Al mismo tiempo, el análisis de los

videos realizado con los maestros determinó, que la experiencia de algunos bailarines ayudo mucho en la ejecución y secuenciación de los pasos no así con los bailarines que tenían poca experiencia.

- ✓ Por último, los resultados de estos estudios permiten elaborar una guía metodológica dirigida a maestros de danzas folclóricas que permita mejorar e innovar la enseñanza de la coordinación dinámica general a través de la secuencia de pasos en el ritmo San Juanito como danza folclórica ecuatoriana en la ciudad de Quito. Por lo tanto, contribuye a la coordinación dinámica general en el proceso de enseñanza de la danza folclórica en un grupo de bailarines donde se observe la ejecución, secuenciación de una serie de pasos del ritmo Sanjuanito.

RECOMENDACIONES.

- ✓ Se recomienda a los docentes de Educación Física, enseñar la coordinación dinámica general a través de la secuencia de pasos en el ritmo San Juanito como danza folclórica ecuatoriana en la ciudad de Quito.
- ✓ Se recomienda a los docentes en general, estudiar cuales son los factores que determinen el hecho de que los bailarines tiendan a ser más del género femenino que el masculino.
- ✓ Se recomienda a los profesores de Educación Física desarrollar en los niños estas capacidades coordinativas para que cuando lleguen a un grupo de danza el aprendizaje sea más fácil. Además, el maestro de Educación Física viene a ser el primer maestro de danza y el primer entrenador en la formación tanto de deportistas como de bailarines.
- ✓ Se recomienda a los docentes de Educación Física, utilizar con mayor frecuencia la guía metodológica de ejercicios de coordinación dinámica general descrita en este trabajo u otros ejercicios coordinativos al iniciar los ensayos, para mejorar paulatinamente la coordinación, en especial de los nuevos bailarines que ingresan al grupo.
- ✓ Se recomienda al profesor de Educación Física, desarrollar las capacidades coordinativas desde edades tempranas para que el aprendizaje de la danza folclórica se haga más fácil y no tenga dificultades posteriormente.
- ✓ Se recomienda esta investigación como material de sustento para otro trabajo de titulación, o para dar continuidad al mismo.

BIBLIOGRAFÍA

- Abernethy, B. (1991). Estrategias de búsqueda visual y toma de decisiones en el deporte. *Revista internacional de psicología del deporte*.
- Adams, JA (1971). Una teoría de circuito cerrado del aprendizaje motor. *Diario de comportamiento motor*, 3 (2), 111-150.
- Aguilar Chasipanta, W., Bayas Cano, A., Balarezo Mendoza, E. y Galarza, C. (2017). Danza folklórica ecuatoriana: estudio comparativo para mejorar su enseñanza. *Educación física y ciencia*, 19 (1), 027.
- Ahón Olguín, M. (2019). Los postulados de la Educación por el Arte y la investigación cualitativa. *Tradición, segunda época*, 19, 121-127.
- Analuiza, E. (Tarpuk), Lavandero, GC, Morales, AR y Sánchez, CC (2016). Influencia de la danza en la coordinación motora de escolares Quito, hacia una cultura de salud y bienestar. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas (Quito)*, 41 (1), 113–122.
- Capacidades motrices: condicionales y coordinativas - Instituto Andaluz del Deporte. (s / f). *Juntadeandalucia.es*. Recuperado el 2 de septiembre de 2021, de <https://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/iad/calamardo/iadformacion/t dci/cf-bed-06.html>.
- Castañer Balcells, M., Torrents Martín, C., Anguera, MT y Dinušová Tomagová, M. (2009). Instrumentos de observación ad hoc para el análisis de las acciones motrices en Danza Contemporánea, Expresión Corporal y Danza Contact-Improvisation. *Apuntes Educación Física i Esporas*. <https://repositori.udl.cat/handle/10459.1/65383>
- Castañer, M., Torrents, C., Difusiva, M., & Anguera, M. T. (2008). Habilidades motrices en expresión corporal y danza. *Detección de t-paternos. Motricidad*, 21, 1–19.
- Cedeño, N. (s/f). *EDUCACIÓN FÍSICA*. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <https://www.academia.edu/31878362> de 11-ago.-2010 Última modificación: 20-feb.-2015
- Coordinación (2021): aprende a trabajarla de manera eficaz. (2020, 19 de marzo). *Juegoydeporte.com*. <https://www.juegoydeporte.com/educacion-fisica/coordinacion-muscular-o-motora/>.

CHAMBERLING C., Lee T.: Arranging practice conditions and designing instruction, En: Singer R. N., Murphey M., Tennant L. K. (eds.): Handbook of Research on sport psychology, Macmillan, Nueva York,

Estado: Vigente, L. O. R. O. S. 255. (s/f). LEY DEL DEPORTE, EDUCACION FISICA Y RECREACION. Gob.ec. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <https://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/03/Ley-del-Deporte.pdf> de 20-oct-2008 Ultima modificación: 13-jul-2011.

Estado: Vigente, D. L. O. R. O. 449. (s/f). CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR 2008. Oas.org. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf.

De la tesis, E. C. C. la P. O., & Desarrolla, en D. se. (s/f). CAPÍTULO 3: MÉTODO Y PROCEDIMIENTO. Udlap.mx. Recuperado el 3 de septiembre de 2021, de http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lco/sanchez_e_o/capitulo3.pdf.

CODIGO DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA [Codena]. (2021). Art. 34 [capítulo III Derechos relacionados con el desarrollo]. Ley 100 Registro Oficial 737 de 03-ene.-2003.

Conferencia El concepto de la Danza. (s/f). Gob.mx. Recuperado el 9 de septiembre de 2021, de <https://contigoenladistancia.cultura.gob.mx/detalle/conferencia-el-concepto-de-la-danza>

Currículo de EGB y BGU. (2016). Educación Física. Ministerio de Educación.

Definición de corporal — Definición. de. (s/f). Definición. de. Recuperado el 2 de septiembre de 2021, de <https://definicion.de/corporal/>.

Definición de danza folklórica — Definición. de. (s/f). Definición. de. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <https://definicion.de/danza-folklorica/>.

De Carvalho Neto, P. (1994). Antología del folklore ecuatoriano. Editorial Abya Yala.

Dialnet Métricas - Documento Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. (s/f). Unirioja.es. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <https://dialnet.unirioja.es/metricas/documentos/ARTREV/4135190>.

Educativo, P. (s/f). UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL. Edu.ec. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/13015/1/BFILO-PAR-01-010.pdf>

Ereño Álvarez, Carmen. “Las danzas vascas como forma tradicional de expresión” (apuntes inéditos del curso). León, 2006.

- Ereño Álvarez, Carmen. (2011). El proceso de enseñanza-aprendizaje en la danza tradicional. Alternativas metodológicas. Reflexiones desde la propia práctica. Recuperado el 30 de septiembre de 2021, de <https://www.euskonews.eus/0590zkb/gaia59003es.html>.
- Fernández-Malcote, A. E., & Leandro, A. N. (2001). Análisis comparativo de la coordinación dinámica general en una población con deficiencia mental y otra con síndrome de Down. *Revista iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*, (4), 83-92.
- Fernández-Malcote, A. E., & Leandro, A. N. (2001). Análisis comparativo de la coordinación dinámica general en una población con deficiencia mental y otra con síndrome de Down. *Revista iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*, (4), 83-92.
- Física y su didáctica, E. (s/f). ASIGNATURA: Educación física y su didáctica I PROFESOR: Cipriano Romero Cerezo GRUPO TRABAJO: GTA 06 - Miguel Ángel Valdivia Maza - José Antonio Rosado González - Juan Orozco Alonso - Alejandro Trujillo Socias. Wordpress.com. Recuperado el 2 de septiembre de 2021, de <https://blogdejosefranciscolauracordoba.files.wordpress.com/2009/06/gta06-coordinacion-dinamico-general-documento-word.pdf>.
- FITTS P. M., Posner M. L: Human performance, Brooks Cole, Belmont, 1967.
- García, J. y Rodríguez, J. (2012). *Biomecánica Básica aplicada a la Actividad Física y al Deporte*. Barcelona: Paidotribo. doi: <https://docplayer.es/49971300-Libro-biomecanica-basica-aplicada-a-la-actividad-fisica-y-al-deporte-coordinadores-pedro-perez-soriano-y-salvador-llana-belloch.html>.
- García, J. y Rodríguez, J. (enero de 2015). (PDF) Equilibrio y estabilidad del cuerpo humano. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/309579800_Equilibrio_y_estabilidad_del_cuerpo_humano.
- Gudiño, M. (1994). *Danza 6 Cultura Física*. Quito: SNALME.
- Guterman, T. (s/f-a). Consideraciones teóricas acerca de las capacidades coordinativas desde las clases de Educación Física. Efdeportes.com. Recuperado el 8 de septiembre de 2021, de <https://www.efdeportes.com/efd195/capacidades-coordinativas-desde-educacion-fisica.htm>.
- Guterman, T. (s/f-a). La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo. Efdeportes.com. Recuperado el 2 de septiembre de 2021, de

- <https://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>.
- Guterman, T. (s/f-b). La danza como manifestación expresiva representada en el sello postal. Efdeportes.com. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <https://www.efdeportes.com/efd142/la-danza-representada-en-el-sello-postal.htm>.
- Guterman, T. (s/f-c). La velocidad. Aspectos teóricos (I). Efdeportes.com. Recuperado el 8 de septiembre de 2021, de <https://www.efdeportes.com/efd67/veloc.htm>.
- Guamanquispe, C. (2017). Danza folklórica ecuatoriana: estudio comparativo para mejorar su enseñanza. *Educación Física y Ciencia*, 19(1), 1-8.
- Hassan, D., Dowling, S., & McConkey, R. (2014). Motor learning and exercise adaptations for athletes with intellectual disabilities. In *Sport, Coaching and Intellectual Disability* (pp. 209-223). Routledge.
- HASLAM L. R.: A movement approach to the variability of practice hypothesis. *International Journal of Physical Education*, 26: 9, 1989.
- Hephaestus Books. (2011). Articles on New York nationals (ASL) players, including: Herbert Carlsson, Bart McGhee, Robert Millar (soccer), hockey Leonard, Jimmy Gallagher, Thomas Murray (soccer), Harry Chatton, Tommy McFarlane, Willie Herd, Daniel McNiven. Hephaestus Books.
- Junta de Andalucía - Portal oficial. (s/f). juntadeandalucia.es. Recuperado el 2 de septiembre de 2021, de <https://www.juntadeandalucia.es/>.
- Le Boulch, J., & de Franze, L. (s/f). Hacia una ciencia del movimiento humano: introducción a la psicocinética. En *Hacia una ciencia del movimiento humano: introducción a la psicocinética* (pp. 277–277).
- López Elvira JL (2008). Control y análisis del equilibrio y la estabilidad en la actividad física y el deporte. En Izquierdo M (Coord.). *Biomecánica y bases neuromusculares de la actividad física y el deporte*. Madrid. Médica Panamericana: 259-279.
- Maudrich, T., Kenville, R., Schempp, C., Noack, E., & Ragert, P. (2021). Comparison of whole-body sensorimotor skill learning between strength athletes, endurance athletes and healthy sedentary adults. *Heliyon*, 7(8), e07723.
- Meinel, K., & Schnabel, G. (1987). *Bewegungslehre - Sportmotorik: Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter pädagogischem Aspekt* (8a ed.). Cornelsen Verlag.

- Medina (2021). <https://mmedina-educacionfisica-fit.blogspot.com/2014/?cv=1>.
- Metodología para la enseñanza de la danza folklórica, by @MillyAhon. (s/f). Iriartelaw.com. Recuperado el 3 de septiembre de 2021, de <http://www.iriartelaw.com/metodologia-para-la-ense%C3%B1anza-de-la-danza-folklorica>.
- Montufar, K. (2011). La danza folclórica ecuatoriana: examen y prospectivas para promover su implementación en el currículum de niños en edad preescolar.
- Montúfar Pomboza, K. P. (2011). La danza folclórica ecuatoriana (Bachelor's thesis, PUCE).
- Ohlsson. (1999). Impresión genómica: un enfoque interdisciplinario (R. Ohlsson, Ed.). Saltador.
- Pérez & Merino - Definición. de. (2009). Definicion.de. Recuperado el 20 de septiembre de 2021, de <https://definicion.de/danza/>.
- Pérez y Gardey. Definición. de Corporal. (2017) Recuperado el 20 de septiembre de 2021, de <https://definicion.de/corporal/#:~:text=Corporal%2C%20un%20t%C3%A9rmino%20con%20origen,sobre%20todo%20al%20cuerpo%20humano>.
- Pita Fernández, S. &. ((2002)). Investigación cuantitativa y cualitativa. Cad Aten Primaria, Sánchez, E. Q. SEGUNDO AÑO DE FORMACIÓN.
- SINGER R. N., Lidor R., Cauraugh J. H.: To be aware or not aware? What to think about while learning and performing a motor skill. *The Sport Psychologist* 7:19, 1993.
- SCHEMPP P. G.: Effective teaching in physical education. *International Journal of Physical Education*, 29: 10, 1992.
- Sofía de La Pinera y Trigo, E. (2000). Manifestaciones de la motricidad. Inde.
- Trabajo de Coordinación Rellenar. (s/f). Scribd.com. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <https://es.scribd.com/document/466453381/trabajo-de-cordinacion-rellenar-3>.
- THOMAS J. R., Thomas K. T., Gallagher J. D.: Developmental considerations in skill acquisition. En: Singer R. N., Murphey M., Tennant L. K. (eds.): *Handbook of Research on sport psychology*, Macmillan, Nueva york, 1993.
- Tulio, G. (1996). Lecturas: Educación Física y Deportes. Efdeportes.com. <https://www.efdeportes.com/>.
- Udías Calvo, C., & Ruano Arriagada, K. M. (2013). La afinidad entre la acción y el esfuerzo: una propuesta práctica sobre cómo utilizar el ritmo de manera expresiva. *Retos digitales*. <https://abacus.universidadeuropea.es/handle/11268/1925>.

- (S/f-a). Magister.es. Recuperado el 2 de septiembre de 2021, de <https://www.magister.es/grado/materiales5/Grado%20Semi%20Presencial/1%C2%AA%20Sesi%C3%B3n/Menciones/Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica/EF%20de%20base/Tema%203%20EF%20BASE.pdf>.
- (S/f-b). Recuperado el 2 de septiembre de 2021, de [http://\(https://definicion.de/movimiento/\)](http://(https://definicion.de/movimiento/)).
- (S/f-c). G-se.com. Recuperado el 2 de septiembre de 2021, de <https://g-se.com/las-etapas-en-el-aprendizaje-motor-neurociencias-y-deporte-bp-q57cfb26dba797>.
- (S/f-d). Acnur.org. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2014/9503.pdf>.
- (S/f-e). Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <http://https://contigoenladistancia.cultura.gob.mx/detalle/conferencia-el-concepto-de-la-danza>.
- (S/f-f). Gob.ec. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/09/AC_Ed_Fisica_Basica_100913.pdf.
- (S/f-g). Gob.ec. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <https://www.gobiernoelectronico.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/09/Plan-Nacional-para-el-Buen-Vivir-2017-2021.pdf>.
- (S/f-h). Semantic Scholar.org. Recuperado el 6 de septiembre de 2021, de <https://pdfs.semanticscholar.org/9919/4f4ee1903e6909818da47d79b17909ab80c2.pdf>.
- (S/f-i). G-se.com. Recuperado el 9 de septiembre de 2021, de <https://g-se.com/>.
- (S / f-j). Redalyc.org. Recuperado el 20 de septiembre de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/356/35614571028.pdf>.

ANEXO 1

ENCUESTA DIRIGIDA A BAILARINES DE DANZAS FOLCLÓRICAS

Encuesta dirigida bailarines de danza folclórica de la ciudad de Quito, provincia de Pichincha

OBJETIVO: Conocer la opinión de los bailarines de danzas folclóricas sobre la importancia de la Coordinación en la práctica y ejecución de pasos en la danza folclórica ecuatoriana.

DATOS INFORMATIVOS

- 1.- Nombre de la agrupación
- 2.- Edad.....
- 3.- Sexo: Femenino (___) Masculino (___)
- 4.- Estatura.....
- 5.- Peso.....
- 6.- Nivel Educativo: Bachillerato (___) Superior (___) 4to nivel (___)
- 7.-Grupo Étnico: Blanco, Mestizo, Afrodescendiente, Indígena, Montubio.

CUESTIONARIO.

Datos de la actividad:

1.- Que tiempo que lleva practicando danza folclórica ecuatoriana.

Menos de 1 año: 1 - 2 años; 2 - 3 años. 3 - 4 años, más de 5 años

2.-Cuál es el ritmo en el que se desenvuelve mejor.

Indígenas (San Juanito, danzante, san juan, chapisca). Mestizos (tonada, pasacalle, albazo, pasillo). Afro (Bomba, marimba, arrullo). Ritmos de la Costa (polca montubia, amorfino, alza). Ritmos del Oriente.

3.- Cómo aprendió a bailar.

En casa /auto didacta. Centro educativo/ con instructor. Grupo de danza folclórica / con instructor. Ballet Folclórico/ con instructor. Talleres o Cursos de danza Folclórica.

Otros.

4.- Indique su nivel de dominio de los siguientes ejercicios: Saltos. Giros. Desplazamientos. Caídas. Equilibrio. Rodadas, 1: Ningún dominio. 5: Amplio dominio.

5. - Cuantas horas a la semana practica la danza:

Menos de una hora: Una hora. Dos horas. Tres horas. Cuatro horas. Mas de 4 horas.

6.- Con qué frecuencia a la semana practica danza.

De vez en cuando. Un día. Dos días. Tres días. Cuatro días. Mas de 4 días.

7.- En qué lugar practica la danza:

Academia. Profesor particular. De manera autodidacta. Otros.

8.- Cuál considera que es su nivel de conocimiento o aprendizaje de la danza folclórica: Inexperto. Aprendiz. Principiante. Intermedia. Avanzado. Profesional.

9.- Cual considera que es su nivel de coordinación.

Deficiente, Aceptable, Regular, Bueno, Muy Bueno. *Escala 1-2-3-4-5, siendo 1 baja, 5 alta.

ANEXO 2.

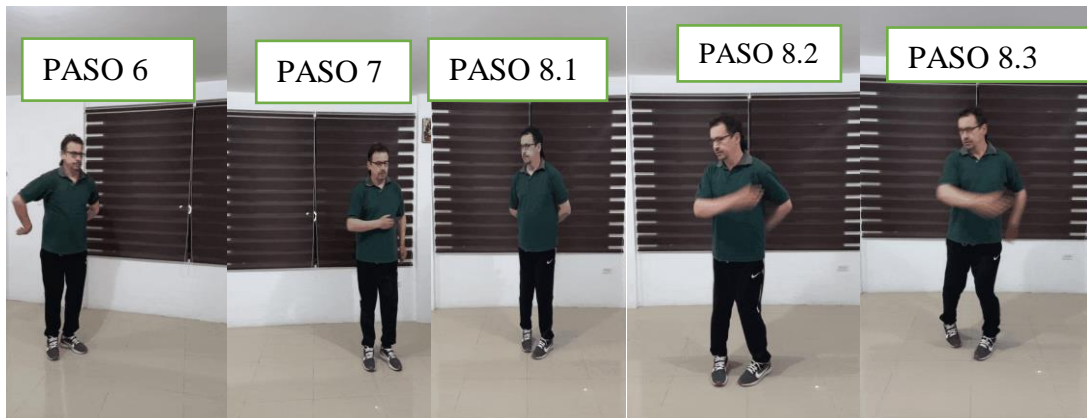
SECUENCIACIÓN DE PASOS PARA FILMAR VIDEO

- Para la filmación de este video deberás utilizar un teléfono celular el cual deberá estar colocado a una altura de un metro a una distancia de 2 metros entre tú y el celular, de tal manera que se vea el cuerpo completo.
- Los pasos que vas a utilizar son del ritmo sanjuanito con la aclaración que cada agrupación folclórica tiene su estilo particular de ejecutarlo y bailarlo.
- Ejecuta los pasos de acuerdo con las siguientes indicaciones:
 - a. Utiliza ropa de ensayo como (calentador, licra larga, polainas, camiseta, pie descalzo)
 - b. Para esto deberás realizar cada paso contando 8 tiempos, siguiendo la frase musical de la siguiente canción.
(<https://www.youtube.com/watch?v=JddYfLbU8Hw>)
 - c. Cuenta los tiempos al ejecutar los pasos.
 - d. Las mujeres deberán colocar sus manos en la cintura y los hombres detrás de según el paso a ejecutar.

PASOS: Con la base rítmica de conteo 1-2, 1-2-3 realiza las siguientes actividades

1. En el puesto marca elevando la pierna derecha semi flexionada, asentando la planta del pie, mientras elevas la pierna izquierda asentando la planta del pie, repite lo mismo de manera sucesiva para luego marcar lo mismo con el otro lado.
2. En el puesto marca con el pie derecho contando 1-2-3 cambia de pie como si estuvieras pateando.
3. Salta en el puesto con elevación de rodilla con el conteo de 1-2-3, de manera alternada.
4. En el puesto con el conteo de 1-2-3 empieza con la pierna derecha cruzado al lado izquierdo y luego con la izquierda cruzando a la derecha en forma alternada as lo mismo hacia adelante y hacia atrás acompañado con brazos.
5. Con el paso anterior desplázate adelante en forma de zigzag cuatro tiempos aumenta medio giro para regresar.
6. Realiza paso cruzado con remate con conteo de 1-2, 1-2-3 acompañado con elevación brazo y giro de muñeca.
7. Realiza paso de patada doble al aire o cepillado desplazamiento lateral de dos pasos más giro con remate 1-2-3 acompañado de brazo.
8. Realiza giros en el puesto:
 - Con el primer paso por el lado derecho realiza un giro en cuatro tiempos de tal manera que vayas marcando en cada cuadrante y regresa por el lado izquierdo.
 - Con el paso dos por el lado derecho realiza medios giros en cuatro tiempos, atrás, adelante, atrás, adelante, cambiando la posición de los brazos y regresa por el lado izquierdo.
 - Con el paso uno realiza medios giros en cuatro tiempos por el lado derecho acompañado de brazos, regresa por el lado izquierdo.

GUÍA DE PASOS



ANEXO 3
EVALUACIÓN EJECUCIÓN DE PASOS

Estimado maestro para poder evaluar los pasos desarrollados en los videos por favor marque con una equis (X) según su criterio.

Bailarín 1

No.	CRITERIO DE EVALUACIÓN	ESCALA				
	Ejecución de los pasos	5	4	3	2	1
1	Elewa y asienta los pies de forma alternada.					
2	Asienta y pateo hacia delante con eficacia, utilizando su cuerpo al flexionar.					
3	Hace el salto impulsándose con las dos piernas simultáneamente acompañado de brazos.					
4	Cruza la pierna a los lados, luego adelante-atrás de manera sincronizada con un cuarto de giro acompañado de brazos.					
5	Cumple con desplazarse hacia adelante en zigzag realiza medio giro y regresa, acompañado de brazos.					
6	Efectúa el desplazamiento con giro a los lados con elevación de brazo, giro de muñeca y remate.					
7	Hace el salto en un pie, cruza y gira eleva brazo, con giro de muñeca rematando 1, 2, 3 con los pies.					
8	Ejecuta el giro utilizando los cuatro frentes.					
9	Ejecuta los medios giros acompañados de brazos.					
10	Ejecuta el giro completo sobre el eje longitudinal acompañado de brazos.					
Ejecución combinada						
1	Coordina las distintas formas de desplazamientos.					
2	Coordina acciones combinadas de desplazamientos y saltos.					
3	Coordina los giros en cuarto de giro, medio giro y giro completo.					
4	Coordina desplazamientos con saltos y giros.					
5	Coordina un movimiento fluido desde las piernas y el tronco hasta la muñeca del brazo.					

Nota: Escala siendo 5 la mejor realización del movimiento y 1 la más deficiente.

Tabla 14*Matriz de valoración para evaluar la secuenciación de pasos*

MATRIZ DE VALORACIÓN			
CRITERIO DE VALORACIÓN	ESCALA DE EVALUACIÓN	RANGO DE PUNTAJE	VALORACIÓN
Excelente	E	5	A: Realiza la secuencia de manera excelente.
Muy Buena	MB	4	B: Realiza la secuencia muy bien
Bien	B	3	C: Realiza la secuencia aceptablemente
Mejorable	M	2	D: Realiza la secuencia con pequeños errores
Sin realizarlo	SR	1	E: No es capaz de realizar la secuencia

ANEXO 4

ENCUESTA DIRIGIDA A MAESTROS DE DANZAS FOLCLÓRICAS

Encuesta dirigida maestros de danza folclórica de la ciudad de Quito, provincia de Pichincha

OBJETIVO: Conocer la opinión de los Maestros de danzas folclóricas sobre la importancia de la Coordinación dinámica general en la práctica y ejecución de pasos en la danza folclórica ecuatoriana.

ENCUESTA A MAESTROS DE DANZAS FOLCLÓRICAS

DATOS INFORMATIVOS

1.- Nombre de la agrupación.

.....

2.- Edad.

.....

3.- Sexo Femenino. (___) Masculino (___)

4.- Grupo étnico: Blanco. (___) Mestizo (___) Indígena (___) Afroecuatoriano (___)

5.- Nivel Educativo Básica. (___) Bachillerato (___) Superior (___) 4to nivel (___)

CUESTIONARIO

1. **La coordinación Dinámica general se enfoca en:**

a.- Se enfoca en una sola parte del cuerpo, es decir, un solo segmento.

b.- Se enfoca en los movimientos de los ojos y piernas.

c.- Se enfoca en todas las partes del cuerpo de forma general.

d.- Se enfoca en los movimientos en donde necesariamente interviene la visión en relación con otros segmentos corporales.

2. **Escoja cinco temas que usted crea con los cuales sus bailarines mejorarían la coordinación dinámica general.**

Carreras___, saltos___, caídas___, equilibrios___, rodadas___, desplazamientos___, giros___, caminar___, jugar___, fuerza___, tono muscular___, agilidad___, ritmo___, resistencia___, velocidad___, trepar___, lanzar___,

3. Conoce usted ejercicios para desarrollar la coordinación básica o general.

Mucho, bastante, poco, nada.

4. Considera usted que la práctica de ejercicios de coordinación es importante para el desarrollo de habilidades motoras en los bailarines. Siempre, A veces, Casi nunca, Nunca.

5. Qué grado de dificultad presentan sus bailarines para realizar ejercicios de coordinación. Muy Alta, Alta, Buena, Regular, Baja.

6. Realiza ejercicios de coordinación con sus bailarines en las clases o ensayos.

Siempre, A veces, Casi nunca, Nunca.

7. Considera usted que los ejercicios de coordinación facilitan el aprendizaje de la danza folclórica en sus bailarines.

Siempre, A veces, Casi nunca, Nunca.

8. Como maestro y coreógrafo, al preparar sus coreografías le es más fácil enseñar, cuando sus bailarines tienen desarrollada la coordinación básica o general.

Siempre, A veces, Casi nunca, Nunca.

9. Ha participado usted en cursos de capacitación de danza en los dos últimos años.

Siempre, A veces, Casi nunca, Nunca.

ANEXO 5

EJECUCIÓN DE LA RUTINA

Evaluar los siguientes aspectos referentes a la grabación de la secuencia:

1. Nivel de complejidad que tuvieron los pasos.

Escala 1-2-3-4-5, siendo 1 poco complejo, 5 muy complejo.

2. Facilidad de captar las instrucciones presentadas.

Escala 1-2-3-4-5, siendo 1 poco complejo, 5 muy complejo.

3. Variable: complejidad.

Escala 1-2-3-4-5, siendo 1 poco complejo, 5 muy complejo.

4. Cual considera que es la mejor manera de aprender danza:

De manera presencial / Con videos / con diagramas o gráficos / Otra.

5. Nivel de coordinación.

Escala 1-2-3-4-5, siendo 1 baja, 5 alta.

ANEXO 7
PLANIFICACIÓN TALLERES

Tabla 15
Planificación Taller N° 1

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO			
1. DATOS INFORMATIVOS:			
Docente: Juan Xavier Flores		Área/asignatura: Educación Física	Grado/Curso: Agrupación de Danza Folclórica
N.º de unidad de planificación: Clase N° 1 Ejercicios de coordinación dinámica general	Título de unidad de planificación: Ejercicios de coordinación	OBJETIVOS EDUCATIVOS Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades	
2. PLANIFICACIÓN			
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:		INDICADORES ESENCIALES DE EVALUACIÓN:	
➤ Crear acciones y secuencias motrices, utilizando diferentes recursos expresivos		➤ Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.	
EJES TRANSVERSALES:		PERIODOS: 2 Sesiones	
Estrategias metodológicas		SEMANA DE INICIO: 1 – 03 – 22	
Recursos		Evaluación	
Exploración de conocimiento ➤ ¿Qué es motricidad? ➤ ¿Cómo se clasifica la motricidad? ➤ ¿La danza como ejercicio de motricidad? Construcción del conocimiento ➤ ¿Cómo el docente aplica los ejercicios de motricidad en clase? ➤ ¿El docente incluye la danza como ejercicio de motricidad? Consolidación Realiza pasos de danza a tu propio estilo		Indicadores de logro ➤ Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la creación de nuevas formas de bailar	➤ Técnica: encuesta ➤ Instrumento: cuestionario

Fuente: *Elaboración propia*

Clase No 1

Ejercicios de coordinación dinámica general.

Objetivo

Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.

Área o Asignatura: Danza Folclórica

Indicador: Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.

Tiempo de duración: 1 Semana

Actividades

Inicio

- ✓ El docente realizará ejercicios de estiramiento y calentamiento previo
- ✓ Se realizará una dinámica de grupo o rompe hielo (juego de las cogidas)

Desarrollo

- Desplazamientos lentos-rápidos (adelante-atrás, derecha -izquierda, zigzag)
- Saltos (en uno y dos pies, en el puesto, avanzando)
- Creación de series de 4, 6 y 8 ejercicios contando 8 tiempos con y sin música (ritmo san Juanito)

Cierre

El docente pedirá a la clase que cree sus propios pasos de bailes tradicionales a partir del ritmo San Juanito.

El docente grabará las clases en videos para tener evidencia del avance de un antes y después.

Tabla 16
Planificación Taller N° 2

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO			
1. DATOS INFORMATIVOS:			
Docente: Juan Xavier Flores	Área/ asignatura: Educación Física (Danza folclórica)	Grado/Curso: Agrupación de Danza Folclórica	
N.º de unidad de planificación: Clase N° 2 Ejercicios de coordinación dinámica general	Título de unidad de planificación: Ejercicios de coordinación	OBJETIVOS EDUCATIVOS Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades	
2. PLANIFICACIÓN			
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:		INDICADORES ESENCIALES DE EVALUACIÓN:	
➤ Crear acciones y secuencias motrices, utilizando diferentes recursos expresivos		➤ Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.	
EJES TRANSVERSALES:		PERIODOS: 2 Sesiones	SEMANA DE INICIO: 25 – 10 – 21
Estrategias metodológicas	Recursos	Indicadores de logro	Evaluación
Exploración de conocimiento ➤ ¿Qué es motricidad? ➤ ¿Cómo se clasifica la motricidad? ➤ ¿La danza como ejercicio de motricidad? Construcción del conocimiento ➤ ¿Cómo el docente aplica los ejercicios de motricidad en clase? ➤ ¿El docente incluye la danza como ejercicio de motricidad? Consolidación Realiza pasos de danza a tu propio estilo	➤ Computador o laptop ➤ Internet ➤ Cámara web ➤ Parlante ➤ Presentaciones ➤ Videos ➤ Música	➤ Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la creación de nuevas formas de bailar	➤ Técnica: encuesta ➤ Instrumento: cuestionario

Clase No 2

Ejercicios de coordinación dinámica general.

Objetivo

Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.

Área o Asignatura: Educación Física (Danza Folclórica)

Indicador: Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.

Tiempo de duración: 1 Semana

Actividades

Inicio

- ✓ Recordar que se trabajó la clase anterior.
- ✓ El docente realizará ejercicios de estiramiento y calentamiento previo.
- ✓ Se realizará una dinámica de grupo o rompe hielo (juego de las cogidas).

Desarrollo

- ✓ Carreras (lentas, rápidas con paradas).
- ✓ Agilidad en el suelo (roladas, rodadas, desplazamientos: gateando, reptando, imitando animales, giros sobre el eje longitudinal abiertos y cerrados).
- ✓ Creación de series de 4,6 y 8 ejercicios con fraseos musicales, con y sin música. (ritmo san Juanito).

Cierre

- ✓ El docente pedirá a la clase que aplique los pasos de bailes tradicionales a partir del ritmo San Juanito.
- ✓ El docente grabará las clases en videos para tener evidencia del avance de un antes y después.

Tabla 17
Planificación Taller N° 3

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO			
1. DATOS INFORMATIVOS:			
Docente: Juan Xavier Flores	Área/ asignatura: Educación Física(danza folclórica)	Grado/Curso: Agrupación de Danza Folclórica	
N.º de unidad de planificación: Clase N° 3 Ejercicios de coordinación óculo manual	Título de unidad de planificación: Ejercicios de coordinación	OBJETIVOS EDUCATIVOS Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades	
2. PLANIFICACIÓN			
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:		INDICADORES ESENCIALES DE EVALUACIÓN:	
➤ Crear acciones y secuencias motrices, utilizando diferentes recursos expresivos		➤ Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.	
EJES TRANSVERSALES:		PERIODOS: 2 Sesiones	SEMANA DE INICIO: 11 – 10 – 21
Estrategias metodológicas	Recursos	Indicadores de logro	Evaluación
Exploración de conocimiento ➤ ¿Qué es óculo manual? ➤ ¿Cómo se clasifican los ejercicios óculo manual? ➤ ¿El baile como ejercicio de destreza óculo manual? Construcción del conocimiento ➤ ¿Cómo el docente aplica los ejercicios óculo manual en clase? ➤ ¿El docente incluye el baile como ejercicio óculo manual? Consolidación Realiza pasos de danza a tu propio estilo	➤ Computador o laptop ➤ Internet ➤ Cámara web ➤ Parlante ➤ Presentaciones ➤ Videos ➤ Música	➤ Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la creación de nuevas formas de bailar	➤ Técnica: encuesta ➤ Instrumento: cuestionario

Fuente: Elaboración propia

Clase No 3

Ejercicios de coordinación dinámica general.

Objetivo

Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.

Área o Asignatura: Educación Física (Danza folclórica).

Indicador: Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.

Tiempo de duración: 1 Semana

Actividades

Inicio

- ✓ Conversar que se trabajó la clase anterior.
- ✓ El docente realizará ejercicios de estiramiento y calentamiento previo.
- ✓ Se realizará una dinámica de grupo o rompe hielo (juego de las cogidas)

Desarrollo

- ✓ Lanzamientos y recepciones con material didáctico de diferentes tamaños, colores y texturas.
- ✓ Propiciaremos juegos y ejercicios de puntería y de adaptación al espacio.
- ✓ Creación de series de secuenciación con y sin música. (ritmo san Juanito)

Cierre

- ✓ El docente pedirá a la clase que realice una serie completa aplicando los pasos de bailes tradicionales a partir del ritmo San Juanito.
- ✓ El docente grabará las clases en videos para tener evidencia del avance de un antes y después.

Tabla 18
Planificación Taller N° 4

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO			
1. DATOS INFORMATIVOS:			
Docente: Juan Xavier Flores	Área/asignatura: Educación Física (Danza folclórica)	Grado/Curso: Agrupación de Danza Folclórica	
N.º de unidad de planificación: Clase N° 4 Ejercicios de coordinación óculo pédica	Título de unidad de planificación: Ejercicios de coordinación	OBJETIVOS EDUCATIVOS Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades	
2. PLANIFICACIÓN			
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:		INDICADORES ESENCIALES DE EVALUACIÓN:	
➤ Crear acciones y secuencias motrices, utilizando diferentes recursos expresivos		➤ Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.	
EJES TRANSVERSALES:		PERIODOS: 2 Sesiones	SEMANA DE INICIO: 11 – 10 – 21
Estrategias metodológicas	Recursos	Indicadores de logro	Evaluación
Exploración de conocimiento ➤ ¿Qué es óculo pédica? ➤ ¿Cómo se clasifican los ejercicios óculo pédica? ➤ ¿El baile como ejercicio de destreza óculo manual? Construcción del conocimiento ➤ ¿Cómo el docente aplica los ejercicios óculo pédica en clase? ➤ ¿El docente incluye el baile como ejercicio óculo pédica? Consolidación Realiza pasos de danza a tu propio estilo	➤ Computador o laptop ➤ Internet ➤ Cámara web ➤ Parlante ➤ Presentaciones ➤ Videos ➤ Música	➤ Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la creación de nuevas formas de bailar	➤ Técnica: encuesta ➤ Instrumento: cuestionario

Fuente: Elaboración propia

Clase N° 4

Ejercicios de coordinación dinámica general.

Objetivo

Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.

Área o Asignatura: Educación Física (Danza folclórica).

Indicador: Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.

Tiempo de duración: 1 Semana

Actividades

Inicio

- ✓ El docente realizará ejercicios de estiramiento y calentamiento previo.
- ✓ Se realizará una dinámica de grupo o rompe hielo (juego de las cogidas).

Desarrollo

- ✓ Saltos en uno o dos pies utilizando diferentes materiales como (cuerdas, ganchos de ropa, globos, platos, balones de cualquier tamaño, escalera de coordinación).
- ✓ Golpes, topes y pases con cualquier parte del cuerpo utilizando material didáctico con y sin obstáculos a diferentes ritmos musicales.
- ✓ Creación de series secuenciadas individuales, en parejas en grupos con y sin música. (ritmo san Juanito).

Cierre

- ✓ El docente pedirá a la clase que realice una serie completa aplicando los pasos de bailes tradicionales a partir del ritmo San Juanito.
- ✓ El docente grabará las clases en videos para tener evidencia del avance de un antes y después.

Criterios de Evaluación

A continuación, se presenta el criterio de evaluación y retroalimentación del aprendizaje.

Criterios de Evaluación	Ejercicios de coordinación	Excelente	Bueno	Regular	Necesita Mejorar
	1. Realiza los pasos básicos utilizando el movimiento y la música.				
	2. Repite frases rítmicas con movimientos corporales y se adapta a distintos ritmos variando el movimiento y los desplazamientos.				
	1. Crea secuencias coordinadas de movimientos combinados, desplazamientos, saltos y giros sobre frases rítmicas con equilibrio.				
	4. Realiza secuencias de ejercicios y pasos sencillos imitando a su maestro y compañeros.				
	5. Reconoce e interpreta los gestos codificados y expresiones habitualmente utilizados en la clase.				

Tabla 19
Planificación Taller N° 5

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO			
1. DATOS INFORMATIVOS:			
Docente: Juan Xavier Flores	Área/asignatura: Educación Física 8(Danza folclórica)	Grado/Curso: Agrupación de Danza Folclórica	
N.º de unidad de planificación: Clase N° 5 Coordinación dinámica de los miembros superiores	Título de unidad de planificación: Disociación y coordinación del movimiento	OBJETIVOS EDUCATIVOS Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades	
2. PLANIFICACIÓN			
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:		INDICADORES ESENCIALES DE EVALUACIÓN:	
➤ Crear acciones y secuencias motrices, utilizando diferentes recursos expresivos		➤ Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.	
EJES TRANSVERSALES:		PERIODOS: 2 Sesiones	SEMANA DE INICIO: 11 – 10 – 21
Estrategias metodológicas	Recursos	Indicadores de logro	Evaluación
Exploración de conocimiento ➤ ¿Qué son movimientos continuos? ➤ ¿Qué son movimientos fraccionados? Construcción del conocimiento ➤ ¿Cómo el docente aplica los movimientos continuos en clase? ➤ ¿Cómo el docente aplica los movimientos fraccionados en clase? Consolidación Realiza pasos de danza a tu propio estilo	➤ Computador o laptop ➤ Internet ➤ Cámara web ➤ Parlante ➤ Presentaciones ➤ Videos ➤ Música	➤ Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la creación de nuevas formas de bailar	➤ Técnica: encuesta ➤ Instrumento: cuestionario

Fuente: *Elaboración propia*

Clase N° 5

Coordinación dinámica de los miembros superiores

Objetivo

Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.

Área o Asignatura: Educación Física (Danza folclórica).

Indicador: Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.

Tiempo de duración: 1 Semana

Actividades

Inicio

- ✓ Recordar que se trabajó la clase anterior.
- ✓ El docente realizará ejercicios de estiramiento y calentamiento previo.
- ✓ Se realizará una dinámica de grupo o rompe hielo (juego de la gallinita ciega).

Desarrollo

- ✓ Movimientos continuos, de balanceo, circunducción.
- ✓ Movimientos fraccionados (posiciones segmentarias).
 - Flexión: Cuando una parte del segmento se acerca a otra.
 - Extensión: cuando alejamos una parte de otra.
 - Abducción: Cuando alejamos un segmento de la línea media del cuerpo.
 - Aducción: Cuando acercamos el segmento a la línea media del cuerpo.
 - Rotación: Cuando el segmento gira hacia dentro o hacia fuera.
 - Circunducción: cuando una parte del cuerpo gira sobre un punto fijo.
- ✓ Creación de series secuenciadas con y sin música. (ritmo san Juanito).

Cierre

- ✓ El docente pedirá a la clase que realice una serie completa aplicando los pasos de bailes tradicionales a partir del ritmo San Juanito.
- ✓ El docente grabará las clases en videos para tener evidencia del avance de un antes y después.

Tabla 20

Planificación Taller N° 6

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO			
1. DATOS INFORMATIVOS:			
Docente: Juan Xavier Flores	Área/asignatura: Educación Física 8(Danza folclórica)	Grado/Curso: Agrupación de Danza Folclórica	
N.º de unidad de planificación: Clase N° 6 Coordinación dinámica de los miembros superiores e inferiores	Título de unidad de planificación: Disociación y coordinación del movimiento	OBJETIVOS EDUCATIVOS Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades	
2. PLANIFICACIÓN			
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:		INDICADORES ESENCIALES DE EVALUACIÓN:	
➤ Crear acciones y secuencias motrices, utilizando diferentes recursos expresivos		➤ Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.	
EJES TRANSVERSALES:		PERIODOS: 2 Sesiones	SEMANA DE INICIO: 11 – 10 – 21
Estrategias metodológicas	Recursos	Indicadores de logro	Evaluación
Exploración de conocimiento ➤ ¿Qué es coordinación dinámica? ➤ ¿Cuáles son los miembros superiores e inferiores? Construcción del conocimiento ➤ ¿Cómo el docente aplica la coordinación de los miembros superiores e inferiores? Consolidación Realiza pasos de danza a tu propio estilo	➤ Computador o laptop ➤ Internet ➤ Cámara web ➤ Parlante ➤ Presentaciones ➤ Videos ➤ Música	➤ Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la creación de nuevas formas de bailar	➤ Técnica: encuesta ➤ Instrumento: cuestionario

Fuente: *Elaboración propia*

Clase N° 6

Coordinación dinámica de los miembros superiores e inferiores.

Objetivo

Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.

Área o Asignatura: Educación Física (Danza folclórica).

Indicador: Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.

Tiempo de duración: 1 Semana

Actividades

Inicio

- ✓ El docente realizará ejercicios de estiramiento y calentamiento previo.
- ✓ Se realizará una dinámica de grupo o rompe hielo (juego los inquilinos).

Desarrollo

- ✓ Simétricos: caminar en punta de pie, siguiendo un ritmo impuesto por el educador.
- ✓ Alternados: caminar elevando rodilla y efectuar una serie de cuatro movimientos, caminar retrocediendo mientras se efectúa en movimiento de balanceo en el plano lateral, alternar en forma regular la serie de movimientos y la marcha. Ej. Manos en los hombros, un paso, brazos en extensión vertical, un paso, etc.
- ✓ Disociados: Se mantiene un movimiento de piernas o brazos mientras se ejecuta otro movimiento diferente. (ritmo san Juanito).

Cierre

- ✓ El docente pedirá a la clase que realice una serie completa aplicando los pasos de bailes tradicionales a partir del ritmo San Juanito.
- ✓ El docente grabará las clases en videos para tener evidencia del avance de un antes y después.

Tabla 21
Planificación Taller N° 7

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO			
1. DATOS INFORMATIVOS:			
Docente: Juan Xavier Flores	Área/ asignatura: Educación Física (Danza Folclórica)	Grado/Curso: Agrupación de Danza Folclórica	
N.º de unidad de planificación: Clase N° 7 Coordinación dinámica y postural.	Título de unidad de planificación: Disociación y coordinación del movimiento	OBJETIVOS EDUCATIVOS Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades	
2. PLANIFICACIÓN			
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:		INDICADORES ESENCIALES DE EVALUACIÓN:	
➤ Crear acciones y secuencias motrices, utilizando diferentes recursos expresivos		➤ Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.	
EJES TRANSVERSALES:		PERIODOS: 2 Sesiones	SEMANA DE INICIO: 11 – 10 – 21
Estrategias metodológicas	Recursos	Indicadores de logro	Evaluación
Exploración de conocimiento ➤ ¿Qué es coordinación dinámica? ➤ ¿Qué es coordinación postural? Construcción del conocimiento ➤ ¿Cómo el docente aplica la coordinación dinámica postural? Consolidación Realiza pasos de danza a tu propio estilo	➤ Computador o laptop ➤ Internet ➤ Cámara web ➤ Parlante ➤ Presentaciones ➤ Videos ➤ Música	➤ Construye como protagonista y/o espectador espacios de trabajo colectivo respetuosos, que favorezcan la creación de nuevas formas de bailar	➤ Técnica: encuesta ➤ Instrumento: cuestionario

Fuente: *Elaboración propia*

Clase N° 7

Coordinación dinámica y postural.

Objetivo

Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.

Área o Asignatura: Educación Física (Danza folclórica)

Indicador: Crea nuevas formas de bailar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.

Tiempo de duración: 1 Semana

Actividades

Inicio

- ✓ El docente realizará ejercicios de estiramiento y calentamiento previo.
- ✓ Se realizará una dinámica de grupo o rompe hielo (juego blanco y negro).

Desarrollo

- ✓ Se traza en el suelo gráficos como el ejemplo. El educador debe iniciar la dirección que debe
 - ✓ Movimientos de los miembros superiores, combinadas con variaciones de la posición de los miembros inferiores.
 - ✓ Posición inicial pies juntos, brazos a lo largo del cuerpo.
 - ✓ Extender brazo derecho hacia adelante y puntear con el pie derecho hacia adelante y después hacia la derecha y hacia atrás.
 - ✓ Retomar la posición inicial y repetir con el brazo y la pierna izquierda.
- recorrer el pie móvil del bailarín. (ritmo san Juanito).

Cierre

- ✓ El docente pedirá a la clase que realice una serie completa aplicando los pasos de bailes tradicionales a partir del ritmo San Juanito.
- ✓ El docente grabará las clases en videos para tener evidencia del avance de un antes y después.

Tabla 22
Planificación Taller N° 8

PLAN DE DESTREZAS CON CRITERIO DE DESEMPEÑO			
1. DATOS INFORMATIVOS:			
Docente: Juan Xavier Flores	Área/asignatura: Educación Física (Danza folclórica)	Grado/Curso: Agrupación de Danza Folclórica	
N.º de unidad de planificación: Clase N° 8 Percusión corporal y lateralidad Método BAPNE	Título de unidad de planificación: Disociación y coordinación del movimiento	OBJETIVOS EDUCATIVOS Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades	
2. PLANIFICACIÓN			
DESTREZAS CON CRITERIOS DE DESEMPEÑO A SER DESARROLLADAS:		INDICADORES ESENCIALES DE EVALUACIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crear acciones y secuencias motrices, utilizando diferentes recursos expresivos ➤ Explorar e identificar diferentes tipos de danzas (tradicionales, populares, contemporáneas, entre otras), sus pasos básicos y sus coreografías 		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explora e identifica diferentes tipos de danzas (tradicionales, populares, contemporáneas, entre otras), sus pasos básicos y sus coreografías. 	
EJES TRANSVERSALES:		PERIODOS: 2 Sesiones	SEMANA DE INICIO: 11 – 10 – 21
Estrategias metodológicas	Recursos	Indicadores de logro	Evaluación
<p>Exploración de conocimiento</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ ¿Qué es Percusión Corporal? ➤ ¿En qué consiste el método BAPNE? <p>Construcción del conocimiento</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ ¿Cómo el docente aplica el método BAPNE? <p>Consolidación Realiza pasos de danza a tu propio estilo</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Computador o laptop ➤ Internet ➤ Cámara web ➤ Parlante ➤ Presentaciones ➤ Videos 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Explora e identifica diferentes tipos de danzas (tradicionales, populares, contemporáneas, entre otras), sus pasos básicos y sus coreografías 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Técnica: encuesta ➤ Instrumento: cuestionario

Fuente: Elaboración propia

Clase N° 8

Percusión corporal y lateralidad Método BAPNE.

Objetivo

Utilizar los aprendizajes adquiridos en Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.

Área o Asignatura: Educación Física (Danza folclórica).

Indicador: Crea nuevas formas de danzar, utilizando acciones y secuencias con intencionalidad expresiva, y la diferencia de las danzas convencionales, a partir de las demandas que le generan cada una.

Tiempo de duración: 1 Semana

Actividades

Inicio

- ✓ El docente realizará ejercicios de estiramiento y calentamiento previo.
- ✓ Se realizará una dinámica de grupo o rompe hielo (juego Antón Pirulero).

Desarrollo

✓ **Percusión corporal** utilizaremos nuestro cuerpo como instrumento con los siguientes elementos mano derecha e izquierda con golpe en el pecho, muslo, estomago, palmada, chasquido, golpe de pies, canto. ejemplo: golpear pecho derecho, chasquido izquierdo, palma, pecho izquierdo, pecho derecho, chasquido izquierda palmada, pecho derecho, chasquido izquierdo, palmada, pecho derecho por 2, chasquido izquierdo, palmada.

✓ **Lateralidad unilateral** cuando el trabajo implica el movimiento de un brazo o una pierna de un solo lado del cuerpo por ejemplo muevo la parte derecha del cuerpo (tanto brazo como pierna).

✓ **Lateralidad bilateral** cuando en el trabajo empleamos ambos brazos o ambas piernas tanto de la parte derecha como izquierda ejemplo. Mover el brazo derecho y la pierna izquierda. (ritmo san Juanito).

Cierre

✓ El docente pedirá a la clase que realice el método BAPNE aplicando los pasos de bailes tradicionales a partir del ritmo San Juanito.

✓ El docente grabará las clases en videos para tener evidencia del avance de un antes y después.