



Ciencia y Deporte

Volumen 9 número 1; 2024





Los pasos de danza en la categoría pioneril de gimnasia rítmica

[Dance Steps in Rhythmic Gymnastics for Elementary School Children]

[Passos de dança na categoria pioneira de ginástica rítmica]

Rosa Cordón González^{1*} , Mercedes Susana Castillo Sánchez¹ ,
Emelina Margarita Gato González¹ 

¹Universidad de Holguín. Cuba.

*Autor para la correspondencia: rosycordonglez@gmail.com

Recibido:04/09/2023.

Aceptado:04/10/2023.

RESUMEN

Introducción: en la gimnasia rítmica, es fundamental la unión música, movimiento, características y requerimientos que hoy poseen las composiciones de los ejercicios competitivos, así como el carácter de su ejecución artística como aspectos que aparecen normados por la Federación Internacional de Gimnasia.



Objetivo: diseñar una metodología para desarrollar la educación artística de los pasos de danza en las gimnastas de la categoría pioneril de gimnasia rítmica de Holguín para su concreción en la práctica.

Materiales y métodos: se emplearon como métodos empíricos: la observación, entrevista, medición, análisis de documentos, la triangulación metodológica, criterio de expertos, pre-experimento, combinados con otros teóricos y matemáticos-estadísticas. La muestra se conformó por las tres profesoras y 24 gimnastas de la categoría pioneril de las dos áreas deportivas del municipio Holguín.

Resultados: las mediciones se dirigieron a valorar el aprendizaje de los pasos de danza en la ejecución con la interpretación musical, mediante las pruebas de desplazamiento rítmico, diseño espacial e improvisación, valoramos elementos básicos del ritmo; agudeza del oído, la ejecución de los movimientos, desplazamiento en el tapiz y la coordinación, que constituyen un valioso aporte para el perfeccionamiento del Programa de Preparación Integral del Deportista, se destacan los avances en la evaluación de los pasos de danza en el evento provincial.

Conclusiones: se logró comprobar que la metodología propuesta para la enseñanza aprendizaje de los pasos de danza, las gimnastas elevaron el nivel de desarrollo del ritmo, ejecutando con mayor maestría los pasos de danza.

Palabras clave: categoría pioneril, enseñanza-aprendizaje, pasos de danza, ritmo

ABSTRACT

Introduction: In rhythmic gymnastics, music, and movement are a single part; they are features and requirements of music for competitive exercise, the character of artistic performance, as aspects governed by the International Federation of Gymnastics.

Aim: To design a methodology for improving dance steps in artistic education received by elementary school students of artistic gymnastics in Holguin province, for further implementation.

Materials and methods: The methods used were empirical: interview, observation, measurement, document review, triangulation, expert opinions, pre-experiment, and



theoretical and mathematical-statistical methods. The sample population consisted of three teachers and 24 gymnasts in the elementary school category attending the two sports complexes in the municipality of Holguín.

Results: The measurements tackled the assessment of dance step learning combined with music, through rhythmic movement tests, spatial design, and improvisation, with assessment of basic elements of rhythm, hearing accuracy, movement execution, movements on the floor, and coordination, which are a major contribution to improving the Comprehensive Athlete Learning Program, with advances in the assessment of dance steps in the provincial competition.

Conclusions: The methodology suggested for teaching dance steps proved that the female gymnasts raised their rhythm capacity, with impressive mastery of the dance steps.

Keywords: elementary school category, teaching-learning, dance steps, rhythm.

RESUMO

Introdução: na ginástica rítmica, a união de música, movimento, características e requisitos que hoje têm as composições dos exercícios competitivos, bem como o caráter de sua execução artística são fundamentais, como aspectos que parecem ser regulamentados pela Federação Internacional de Ginástica.

Objetivo: elaborar uma metodologia para desenvolver a educação artística de passos de dança em ginastas da categoria pioneira de ginástica rítmica em Holguín para sua aplicação prática.

Materiais e métodos: Foram utilizados os seguintes métodos empíricos: observação, entrevista, medição, análise de documentos, triangulação metodológica, julgamento de especialistas, pré-experimento, combinados com outros métodos teóricos e matemático-estatísticos. A amostra foi composta por três professores e 24 ginastas da categoria pioneira das duas áreas esportivas do município de Holguín.

Resultados: as medições tiveram como objetivo avaliar a aprendizagem dos passos de dança na execução com interpretação musical, por meio dos testes de deslocamento



rítmico, desenho espacial e improvisação, avaliamos elementos básicos do ritmo; acuidade auditiva, execução de movimentos, deslocamento no tapete e coordenação, que constituem uma contribuição valiosa para a melhoria do Programa de Preparação Integral do Atleta, destacam-se os avanços na avaliação dos passos de dança no evento provincial.

Conclusões: foi possível comprovar que a metodologia proposta para o ensino e aprendizagem dos passos de dança, as ginastas elevaram o nível de desenvolvimento rítmico, executando os passos de dança com maior domínio.

Palavras-chave: Categoria pioneira, ensino-aprendizagem, passos de dança, ritmo.

INTRODUCCIÓN

La danza o el baile es la ejecución de movimientos que se realizan con el cuerpo, principalmente con los brazos y las piernas, y que van acorde a la música que se desea bailar, sirve para desarrollar los sentidos, la percepción, la motricidad y la integración de lo físico y psíquico de la persona, el ritmo, la expresión corporal, movimiento, espacio y color, la danza como parte de la gimnasia rítmica acentúa la necesidad de transmitir emociones y comunicar un mensaje a la audiencia.

La música debe tener un carácter coherente, un ritmo bien marcado, claro y eficaz con el fin de acentuar la cadencia de los movimientos; esta puede componerse expresamente para el ejercicio o modificación (arreglo) de una ya existente. Una música que concuerde con el ejercicio solamente al principio y al final de este, se considera "música de fondo" y es penalizado en el Código de Puntuación con 0.50 puntos por el Juez Coordinador.

Diversos autores, entre ellos: Amengual, M. y T. Lleixà, 2011; Aguirre-Loaiza, H., Ayala, C. & Ramos, S, 2015; Gato González, E. M, 2015; Sánchez, V. y L. Roque, 2015; Batista, A *et al.* 2017; Estupiñán, 2019; Fuentes, 2020; García Gutiérrez A. D.; Peñate I.; Paz Gómez O, 2021, apuntan a la necesidad de la utilización de la música como excitante complementario para las actividades deportivas y sociales que favorezcan el desarrollo



de la plasticidad, la coordinación motriz, la sensación rítmica y la fuerza de expresión en el desarrollo de las habilidades motrices básica, fundamentadas en las leyes, los principios y las categorías de la pedagogía.

El ritmo alcanza otra dimensión, es la serie infinita de combinaciones, es movimiento regulado, medido, es orden y proporción en el espacio y el tiempo, la velocidad, la coordinación y la amplitud que son la base de expresar sentimientos, emociones, circunstancias, pensamientos o ideas, indispensables para la gimnasia rítmica.

La gimnasia rítmica, como deporte de coordinación, arte competitivo y especialización temprana, predominan las reacciones psicomotoras, la elegancia, la creatividad y un alto grado de concentración de la atención, permite crear y acelerar el proceso de aprendizaje y fijación de las diferentes técnicas de movimientos determinados por el Programa de Preparación Integral del Deportista (PPID) y Convocatorias Nacionales designadas para cada categoría con diferentes grados de exigencia elaboradas por la Comisión Nacional. En el ciclo olímpico (2009-2012), el presidente de la Federación Internacional de Gimnasia (FIG), Bruno Grandi, se refirió a que: la rítmica es música, movimiento y aparato, al respecto planteó: "Dejen que su disciplina sea escuchada, dejen que se exprese y se inspire por y a través de la música. Es la melodía que da la vida y ritmo a este deporte". Por su parte, la presidenta del comité técnico solicitó que se reelaborara este concepto, de modo que sirva para que las gimnastas bailen, se desplacen y recuperen lo que antes se hacía en la rítmica: utilizar la música para demostrar capacidad de interpretación y de manejo del aparato: "La gimnasia rítmica no se concibe sin la música, esta es necesaria tanto en los entrenamientos y clases, como en las competencias, donde no es posible participar si no existe al acompañamiento musical.

Los pasos de danza (S), debe ejecutarse, durante un mínimo de ocho segundos que se inician desde el primer movimiento; todos los pasos deben ser claros y visibles durante toda la duración, acordes con el tempo, ritmo, carácter musical y acentos, con un mínimo de dos variaciones diferentes de movimiento: modalidades, direcciones, o niveles, ayudando a incrementar la amplitud y variedad del movimiento, reforzado con una dificultad de aparato (AD) fundamental de aparato y una dificultad corporal (BD) de



salto, equilibrio o rotaciones, con valor de 0.10 puntos máximo si no interrumpe la continuidad de la danza.

Como parte de la investigación, se pudo constatar que participar en la Copa Pioneril de este deporte en la categoría pioneril y para la creación de los ejercicios opcionales individuales, a manos libres, con aparatos (cuerda) y dúo, en su preparación para la competencia, se tiene que tener en cuenta la combinación de pasos de danza (mínimo tres y máximo cinco), con un valor de 0.30 puntos cada uno, siendo esta de mayor valor que las dificultades corporales aisladas exigidas, de ahí, la importancia que requiere el tema, si la gimnasta cumpliera con todas las exigencias. Para garantizar el desarrollo y perfeccionamiento de este deporte, se encuentra el reforzamiento de la formación científico-pedagógica de las profesoras.

El trabajo con la edad pioneril exige de la profesora una labor paciente, explicaciones acordes a las características de las gimnastas, con un nivel de accesibilidad que contribuya a la elevación sistemática de los conocimientos y habilidades de las gimnastas, es quien enfrenta el trabajo de montaje de la composición de los ejercicios competitivos donde juega el papel principal de dirección. Por ello, el dominio de los métodos pedagógicos generales es de extrema importancia para educar a las gimnastas no solo en el aprendizaje de los pasos de danza en la gimnasia rítmica, sino también para su formación general. La presente investigación constituye una tarea del Proyecto de investigación "Gestión en el sistema de preparación deportiva en el alto rendimiento" perteneciente a la Facultad de Cultura Física y Deportes de Holguín, que incluye la preparación de las profesoras y entrenadoras de toda la provincia. El estudio teórico realizado, la revisión de documentos tales como las indicaciones metodológicas del deporte, los programas de preparación del deportista (PIPD), convocatoria pioneril nacional y el código de puntuación, en la etapa exploratoria de la investigación se realizó un estudio diagnóstico, posibilitaron identificar algunas insuficiencias teóricas y prácticas: Inconsistencias metodológicas en el proceso de enseñanza- aprendizaje de los pasos de danza en la gimnasia rítmica: Insuficiencias en la capacitación de las profesoras para lograr la interrelación entre la educación musical y la ejecución técnica.



Las gimnastas ejecutan los elementos técnicos fuera de tiempo musical, sin la precisión correspondiente y la adecuada coordinación en los pasos de danza. En las competencias fundamentales incurren en faltas artísticas y técnicas, por una inadecuada enseñanza en los pasos de danza. Todo lo anteriormente expuesto, develó como situación problemática: los aspectos tratados que confirman la necesidad de enriquecer los conocimientos teóricos y metodológicos que poseen las profesoras en el proceso de enseñanza- aprendizaje de los pasos de danza, que posibilite llevar a efecto una serie de tareas con sus gimnastas que den como resultado una mejor ejecución de este elemento técnico, como objetivo: diseñar una metodología para desarrollar la educación artística en los pasos de danza en las gimnastas de la categoría pioneril de gimnasia rítmica para su concreción en la práctica.

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación se sustenta en el enfoque general, dialéctico-materialista, de conjunto con otros métodos y técnicas; el estudio tiene un enfoque cualitativo y secuencial, el tipo de muestreo empleado es intencional (no probabilístico); al recurrir dentro de la muestra de estudio a comisiones técnicas, funcionarios provinciales, así como profesores deportivos con experiencia.

Del nivel teórico fue utilizado el método histórico-lógico que facilitó el estudio para establecer los antecedentes de la investigación, con sus aportes y limitantes, conocer el control de las exigencias para evaluar los pasos de danza establecidas por la Federación Internacional de Gimnasia.

El analítico-sintético se utilizó para la caracterización del proceso de enseñanza-aprendizaje en los pasos de danza de la categoría pioneril de gimnasia rítmica; inductivo-deductivo permitió establecer relaciones lógicas esenciales en el proceso de investigación, interpretar los datos, establecer nexos, vínculos y relaciones en el proceso investigativo. Sistémico- estructural- funcional permitió establecer las relaciones



esenciales entre las dimensiones para la concepción y estructuración de la metodología propuesta.

Del nivel empírico fue utilizada la observación científica no participante, de la cual se pudo constatar la marcha del proceso de enseñanza- aprendizaje de los pasos de danza al observar clases a diferentes entrenadoras. La entrevista estuvo orientada para obtener información sobre la actividad deportiva y la disposición de las gimnastas para la práctica de la gimnasia rítmica. El análisis documental facilitó la revisión de los PPID, Código de puntuación, Planes de preparación metodológica y Programas de cursos. La experimentación se utilizó a través de un pre-experimento pedagógico como variante metodológica, en el que se realiza la medición de los pasos de danza al grupo de control, sobre la misma muestra seleccionada, en el estado inicial y final, a la factibilidad de la metodología a partir de su aplicación en la práctica.

Se consideró la delimitación de los contenidos a partir de la valoración de los elementos distintivos vinculados al componente artístico (penalizaciones de 0.30 a 1.00 puntos), el proceso de enseñanza aprendizaje de los pasos de danza en la categoría pioneril de gimnasia rítmica, etapa ideal para la iniciación deportiva y máxime si el sujeto seleccionado reúne las condiciones propias del deporte, con una profunda caracterización que permita en un primer momento valorar sus posibilidades reales en la práctica de este deporte y en un segundo momento disponer de las herramientas necesarias para el seguimiento. Los contenidos fueron sometidos al criterio de especialistas y profesoras con experiencia en la provincia, a través de las técnicas de consenso se reconoce el carácter factible y viable de los mismos.

Muestra:

La muestra seleccionada de manera intencional (no probabilístico) se conformó por las ocho profesoras que laboran con la categoría pioneril en el municipio de Holguín y las 24 gimnastas clasificadas para el evento municipal, de las áreas deportivas Mártires de Oriente y Martha García de dicho municipio y forman los escenarios donde se desarrolla la investigación.



Se tuvo en cuenta la experiencia profesional en el deporte de gimnasia rítmica, la relación con la competencia académica y científica en esta modalidad deportiva, con el fin de complementar la capacidad del desempeño profesional de la muestra. Participan en la investigación, la comisionada provincial de gimnasia rítmica, por ser la máxima autoridad dirigente en la provincia, y dos especialistas del deporte, por sus años de experiencia y calidad profesional, quienes aportan información relevante y fungen como asesoras en todas las fases por las que transita la investigación.

Desde el punto de vista matemático-estadístico, se utilizó el cálculo porcentual y estadística descriptiva, para representar los resultados obtenidos, la interpretación y valoración cuantitativa de estos.

Variable dependiente: se conceptualiza los pasos de danza de la gimnasia rítmica por sus beneficios artísticos, estético y un valor educativo que despierta una fuente de creatividad importante para el desarrollo de la personalidad, es un recurso que permite articular un trabajo donde intervengan diferentes campos psicológico, pedagógico, artístico, musical, entre otros.

Por esta razón, la danza es una herramienta que puede lograr fomentar de manera creativa y apropiada talentosas gimnastas, aparte de estimular la comunicación y hábitos sociales. Los ejercicios de danza se utilizan en la preparación porque, como medio, contribuyen a lograr una cultura en correspondencia con las exigencias del deporte. Esta se expresa en la gimnasta por el nivel técnico de ejecución de los variados movimientos que conforman el perfil del deporte, por el nivel de educación de las diferentes capacidades motrices y por la estética de los movimientos, solo si la profesora es capaz de enseñar a sus gimnastas el arte de aprender a escuchar e interpretar la música desde sus movimientos y realizar sus ejercicios con una perfección de expresión corporal y técnica excelentes, la harán merecer altas calificaciones.

Los componentes toman valores a partir de los indicadores, se ha de valorar los pasos de danza en la categoría pioneril de gimnasia rítmica con un carácter sistémico, contextualizado e integrado, el cual se interpreta como resultado final, las dimensiones



se dirigen al logro del proceso de enseñanza-aprendizaje se presenta la estructura a partir de tres dimensiones esenciales. Estas parten de la concepción desarrolladora, con enfoque integrador físico-educativo, por considerar las potencialidades individuales como fortalezas para el crecimiento formativo de las gimnastas, al tener en cuenta las categorías contextualizadas a las particularidades de la edad.

1. Dimensión desplazamiento rítmico

Esta dimensión dependerá de su instrumentación. Implica el modo en que se ejecutan las diferentes acciones, se concreta en los contenidos en cuanto a las combinaciones de movimientos naturales de locomoción, relacionada con la observación, comprensión y ejecución: (caminar, correr, saltar), (correr, caminar, gatear), (saltar, correr, caminar).

La acción deviene en habilidad por parte de la gimnasta, en interacción con la profesora, la ejecución sistemática del método y su empleo, implica movimiento, variedad, cambio, diversidad y es activo, constituye una maestría profesional desde lo metodológico y el enriquecimiento a partir de lo que aprenda a ejecutar la gimnasta, la orientación y guía de la profesora desempeña un papel importante en la estimulación de movimiento, cambio de posición, energía, voluntad, libertad y sistematicidad en las actividades. La gimnasta participa de forma activa en todo momento durante la clase, mostrando capacidad de aprendizaje, a la vez que se mueve en todo el espacio de forma espontánea, es capaz de imitar los movimientos de la profesora y de sus compañeras mediante la integración del método visual y auditivo con sonido rítmico y con sonido musical.

2. Dimensión diseño espacial

Esta capacidad coordinativa se ordena a partir de herramientas científicas que aseguran un estado cognitivo-afectivo de los ritmos sonoros en estrecha relación con la personalidad, la efectividad del método integrado es concebir qué se quiere y hasta dónde es capaz de llegar en el conocimiento que adquiere a través de los contenidos en cuanto las combinaciones para la ejecución de los ejercicios y movimientos naturales de locomoción. Combinar distintas formas básicas de movimiento (cabeza, brazos, tronco, manos, piernas, pies) permite armonizar y motivar el cuerpo, convirtiéndola en una



participación activa. En la construcción de la corporalidad, la gimnasta descubre a través de ella su propio cuerpo ante quien le rodea, llevando a cabo las acciones del pensamiento, en tanto la profesora, como director, las estimula de forma sistemática, favorece a la postura, en la que es esencial en este deporte, manteniendo las posiciones adecuadas para cada actividad y así evitar las desviaciones de la columna.

3. Dimensión improvisación

Esta dimensión supera la manera tradicional de desarrollar esta capacidad coordinativa, desde el empleo de los diferentes contenidos (combinaciones) métodos productivos, senso-perceptivos, prácticos y estilos de enseñanza en la gimnasia rítmica, de forma integrada, dirigidos a favorecer en la gimnasta aspectos como: imaginar, pensar, transformar, estimular; lo cual le permite crear experiencias y vivencias durante la actividad.

Los métodos prácticos para la estimulación de los pasos de danza, en la categoría pioneril de gimnasia rítmica, permiten armonizar el cuerpo en relación con el tiempo, espacio y la dinámica del movimiento. La creatividad es entendida en los movimientos corporales como pensar, elegir, imaginar, descubrir a través del propio cuerpo y la utilización de las estructuras rítmicas de combinaciones de movimientos naturales de locomoción: (caminar, correr, saltar), (correr, caminar, gatear), (saltar, correr, caminar) y el cómo lo desea realizar; esto permite a la gimnasta interactuar con la necesidad de moverse, la libertad de movimientos según sus posibilidades de ejecución, se establecen relaciones entre la espontaneidad y la integración de estímulos sensoriales visuales, auditivos y motores en las actividades para la estimulación de los pasos de danza como movimiento.



RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La investigación se estructura en tres etapas: instructiva, aplicación y valoración de los pasos de danza con y sin aparatos.

En cuanto a la instructiva, comprende el curso metodológico que permite preparar a las profesoras, profundizando en los fundamentos teóricos y prácticos sobre el trabajo de los pasos de danza para la gimnasia rítmica en la categoría pioneril, su importancia y repercusión en el resultado competitivo, las pruebas para determinar las potencialidades y limitaciones rítmicas de las gimnastas, así como las orientaciones metodológicas para la educación del ritmo y la percepción temporal, los ejercicios para cada una de las partes de la sesión de clases y los juegos rítmicos que se ofrecen, con el objetivo de direccionar el trabajo de las profesoras Bernal Reyes et al. (2014)..

En cuanto al diagnóstico, se sustentó en la variable dependiente denominada los pasos de danza, de lo que resultaron cuatro indicadores que guían la elaboración del instrumento aplicado para la recogida de información válida y confiable.

1. Preparación previa de las profesoras que ejecutan el proceso de enseñanza aprendizaje de los pasos de danza en la categoría pioneril
2. Atención de la iniciación de la enseñanza de los elementos básicos de la gimnasia rítmica programados para esta categoría, según los tipos de preparación, potenciando el desarrollo multilateral de capacidades físicas y habilidades deportivas de las gimnastas sin descuidar la educación artística
3. Indicadores empleados en la evaluación de los pasos de danza o el control del componente artístico
4. Formas empleadas en la consecución y seguimiento del componente artístico con actividades específicas en la enseñanza, aprendizaje de los pasos de danza dentro de la sesión de clases de gimnasia rítmica (Tabla 1).



Tabla 1.- Resultado de la encuesta realizada a las profesoras. n=9 (diagnóstico)

Indicadores	Resultados			
	1	Si	No	Algunas
	-	-	7-77.7% (MS)	4-44.4%(NS)
2	Preparación técnica	Preparación física	Preparación psicológica	Preparación teórica
	Si- 2- 22.2% (NS)	Si- -	Si- -	Si- 2-22.2% (NS)
	No- -	No- 7- 77.7% (S)	No- 9-100% (MS)	No- 3-33.3% (NS)
	A veces-7- 77.7% (PS)	A veces-2- 22.2 % (NS)	A veces- -	A veces-4- 44.4%(PS)
3	Sí--	No--	Un poco--	
	4 – 44.4%(NS).	1---11.1%(NS).	6 – 66.6% (MS)	
4	No han recibido cursos	Han recibido posgrados		
	5---55,5%(PS).	3-33.3% (NS).		

Resultado de las observaciones realizadas a sesiones de clases, se observaron 15 sesiones de clases distribuidas entre las dos áreas deportivas del municipio, para observar el trabajo de las profesoras, se pudo constatar la utilización de palmadas y conteos se apreció en el 100 % de las clases observadas, los juegos rítmicos se utilizaron en diversas partes de las sesiones de clases, en la totalidad de las observaciones realizadas, el 86,6 % (13) se desarrolló con música, lo que favoreció el trabajo de las profesoras y la participación de las gimnastas, las actividades teóricas se realizaron al 95 % de las sesiones de clases observadas.

La encuesta confirmó la información registrada durante la observación, lo que constató la incidencia de un trabajo inestable, durante el ciclo olímpico 2013 2016 y los años posteriores hasta el 2019, se pudo precisar el escaso conocimiento que poseen las profesoras de esta categoría sobre aspectos generales de la ejecución de los pasos de danza, no ha existido un fortalecimiento en los resultados deportivos en calidad del proceso. Las insuficiencias en la ejecución del proceso de enseñanza aprendizaje, inciden en el hecho de que no se cuente con una fuerza técnica con la calidad requerida, tales limitaciones han influido en la estabilidad del resultado histórico de la gimnasia rítmica en la provincia en este ciclo, en el contexto nacional.



El método de triangulación metodológica de la información obtenida luego de aplicada la observación y la entrevista, permitió sintetizar las siguientes insuficiencias (Tabla 2):

Tabla 2. - Triangulación metodológica de la información

Métodos empleados	Indicadores de la triangulación metodológica		
	Contenidos del PIPD	dentro del Conocimiento de las entrenadoras	de las Actividades, juegos, ejercicios empleados en las clases
Análisis de documentos	Insuficientes las indicaciones y los medios ofrecidos en el programa para trabajar la relación música movimiento.		
Observaciones	Ausencia de juegos y métodos para su desarrollo en las sesiones de clases Poca utilización de actividades musicales de manera general. Ausencia de música durante las sesiones de clases. No se realizan actividades teóricas en este sentido. Utilización de palmadas en algunos casos, para dirigir el ejercicio.		
Entrevistas	Escasos conocimientos sobre la temática, dificultades en la preparación teórica y metodológica. Las profesoras desconocen las indicaciones que se ofrecen en el PIPD.		

En la triangulación de fuentes extensivas a datos, investigaciones precedentes, teorías, métodos, entre otros, se constatan insuficiencias en los conocimientos para el tratamiento de las indicaciones en el PIPD para trabajar la enseñanza aprendizaje de los pasos de danza en la gimnasia rítmica, el estudio empírico corroboró que urge la preparación de las profesoras para llevar a cabo este proceso con la búsqueda de nuevas variantes y vías, donde se evidencia la necesidad de diseñar como sustento una metodología la cual contribuya a la orientación pedagógica, evidenciado en el desarrollo de la clase hacia la música, los ejercicios y los juegos rítmicos, para perfeccionar dicho proceso.

Una vez caracterizadas las gimnastas de manera individual y colectiva, la profesora está en condiciones de trabajar en las clases, en función de las limitaciones y potencialidades, a través de las indicaciones metodológicas generales y específicas, los juegos rítmicos y los ejercicios propuestos para cada parte de la clase Patajalo Guambo (2020).



Las acciones educativas que comprende son las siguientes:

- Aplicación de las orientaciones metodológicas y actividades específicas para la enseñanza de elementos básicos de los pasos de danza como derivación de la relación música movimiento.
- Selección y aplicación de los ejercicios y juegos rítmicos ubicados en cada parte de la clase de acuerdo a los objetivos del mismo.
- Orientaciones metodológicas para la enseñanza de los pasos de danza en la categoría pioneril.
- Enseñar diferentes rítmicos a través de movimientos corporales y tenerlo en cuenta para el montaje de sus ejercicios individuales
- Iniciar por los ritmos fuertes, posteriormente los suaves y combinación de ambos, utilizando el silencio como parte importante de los patrones rítmicos.
- Interpretar con palmadas y la voz la ejecución de los ejercicios al ritmo y compás de la música.
- Utilizar diferentes patrones musicales teniendo en cuenta las particularidades de las gimnastas.
- Utilizar ejercicios en parejas, colocando gimnastas con diferentes características rítmicas.
- Trabajar en la parte inicial o final de las partes de clases diferentes juegos rítmicos.
- Observar en los juegos rítmicos la sincronía de las gimnastas colocando diferentes ritmos en las sesiones de clases.
- Enseñar los pasos de los bailes tradicionales realizando el conteo y el ritmo adecuado con palmadas u objetos musicales.
- Enseñar acciones motrices que se relacionan la duración, velocidad, tiempo y ritmo de cada movimiento corporal.
- Realizar conteos durante la ejecución de determinados ejercicios, por las gimnastas con lenguaje interior o en voz alta.
- Indicar la realización de ejercicios a diferentes velocidades y direcciones, comenzando por el espontáneo.



- Representar la duración de un movimiento en su mente sin ejecutar el ejercicio individual o de conjunto por parte de las gimnastas.

Tabla 3. - Resultados de la variable dependiente

Dimensiones	Pre test				Post test			
	Muy Bien	Bien	Regular	Mal	Muy Bien	Bien	Regular	Mal
	5%	4%	3%	2%	5%	4%	3%	2%
Desplazamiento rítmico	-	-	7-30	17- 70	8- 33	13- 54	3- 13	-
Diseño espacial	-	-	4- 17	20- 83	13- 54	8- 33	3- 13	-
Improvisación	-	5- 20	5- 20	14- 60	17- 70	4- 14	3- 13	-

Como se puede apreciar en la tabla 3, los resultados obtenidos en el post test son cuantitativamente y cualitativamente superiores al pre test, en cuanto a la dimensión diseño espacial donde se destaca con un 54 % en la categoría de muy bien, en esta se expresan los resultados obtenidos en el curso de capacitación, las profesoras aplicaron las pruebas ofrecidas para determinar las limitaciones y potencialidades rítmicas de las gimnastas, y posteriormente, incorporaron las orientaciones metodológicas, las actividades específicas para la educación del ritmo y los juegos rítmicos a las sesiones de clases (Tabla 3).

En la dimensión desplazamiento rítmico, se alcanzan resultados superiores, donde se destaca con una evaluación de bien, relacionada con la realización de diferentes ritmos, aún persisten limitaciones.

En cuanto a la dimensión improvisación después de realizada, se logran valores del 70 %, ello expresa la capacidad de imaginar, pensar, transformar, estimular; lo cual les permite a las gimnastas crear experiencias y vivencias durante la actividad, son aspectos que desarrollan esta capacidad coordinativa.

De forma general, al concluir el postest, posibilita confirmar que las acciones educativas implementadas contribuyeron a potenciar el nivel de preparación metodológica de las profesoras para enfrentar el proceso de enseñanza aprendizaje de los pasos de danza en la categoría pioneril de gimnasia rítmica, pues con su implementación se logró el desarrollo cognitivo a través de las dimensiones propuestas, orientando la percepción,



desarrollo espontáneo y comprensión musical hacia la ejecución más fluida de los movimientos en las gimnastas.

CONCLUSIONES

A partir de los referentes teóricos consultados y determinación de la dimensión de desplazamiento rítmico, dimensión de desplazamiento espacial y dimensión de improvisación, se logró conformar la metodología para favorecer la enseñanza aprendizaje de los pasos de danza en la categoría pioneril de gimnasia rítmica, que comprende orientaciones metodológicas, ejercicios, actividades y juegos rítmicos, que se convierten en un complemento de las indicaciones que se recogen en el PIPD que apoyan la labor de las profesoras.

El estado real de las profesoras que trabajan con la categoría pioneril de gimnasia rítmica del municipio de Holguín para favorecer el proceso de enseñanza aprendizaje de los pasos de danza, desde los puntos de vista cualitativo y cuantitativo, muestran la existencia de insuficiencias y limitaciones metodológicas, lo cual afecta la labor educativa, determinan sobre los resultados finales.

Las acciones educativas y orientaciones metodológicas diseñadas e implementadas, posibilitaron el desempeño de las profesoras para su función educativa y su integración en el proceso de enseñanza aprendizaje en la categoría pioneril de gimnasia rítmica, lo cual evidenció un alto resultado en las dimensiones que caracterizan los pasos de danza.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Amengual, M. y T. Lleixà. (2011) La creatividad motriz en Gimnasia Rítmica Deportiva en edad escolar. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad



Física y el Deporte 11 (43) pp. 548-563.
<http://doi.org/http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=54222177007>.

Aguirre-Loaiza, H., Ayala, C. & Ramos, S. (2015). La atención-concentración en el deporte de rendimiento. *Educación Física y Deporte*, 34 (2), 409-428.
<http://doi.org/10.17533/udea.efyd.v34n2a06>

Batista, A., *et al.* (2017) Pasos de baile, elementos dinámicos con rotación y lanzamiento y elementos de dominio en retinas de gimnasia rítmica. *Revista Ciencia de la Gimnasia*. 9 (2). ISSN 1855- 7171: <http://www.scienceofgymnastics.com>.

Bernal-Reyes, Fernando; Peralta-Mendivil, Alejandro; Gavotto-Nogales, Hugo Helio; Placencia-Camacho, Lucí, (2014), Principios de entrenamiento deportivo para la mejora de las capacidades físicas. *Biotecnia*, 16, (3). Universidad de Sonora. México. E-ISSN: 1665-1456.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=672971121007>

Estupiñan, M. G., Laffita Paulino, Y., & Miló Dubé, M. (2019). Tareas para favorecer la percepción temporal en gimnastas de la categoría pioneril de gimnasia rítmica. *PODIUM - Revista De Ciencia Y Tecnología En La Cultura Física*, 14(3), 478-490.
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/788>

Fuentes-Sánchez, M. (2020). El ritmo de movimiento en escolares de seis-siete años en la clase de Educación Física. *Arrancada*, 19(35), 118-128.
<https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/302>

Gato González, E. M. (2015). La coordinación música-movimiento en atletas de gimnasia rítmica, categoría 7 años de Holguín. *Revista científica especializada en Cultura Física y Deportes*, 12(26), 36-49.
<https://deporvida.uho.edu.cu/index.php/deporvida/article/view/295>



García Gutiérrez A. D.; Peñate I.; Paz Gómez O. (2021), Las leyes, los principios y las categorías de la pedagogía. Universidad de Ciego de Ávila.
https://www.researchgate.net/publication/349960923_Las_leyes_los_principios_y_las_categorias_de_la_pedagogia

Patajalo-Guambo, A, I, (2020), La danza en el desarrollo de las habilidades motrices básica en edades escolares. Ciencias Técnicas y Aplicadas. ISSN: 2550 682X. DOI: 10.23857/pc.v5i11.1905. <http://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es>

Sánchez, V. y L. Roque. (2015). Temporalidad y ritmo en niños de 4 a 6 años. Alto Rendimiento Ciencia deportiva, entrenamiento y fitness.
<https://altorendimiento.com/temporalidad-y-ritmo-en-ninos-de-4-a-6-anos/>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del original (primera versión) y la revisión y versión final del artículo.



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons (CC) 4.0. (CC BY-NC-SA 4.0)

Compartir igual 4.0 Internacional

Copyright (c) 2024 Rosa Cordón González, Mercedes Susana Castillo Sánchez, Emelina Margarita Gato González