

PROPUESTA DIDÁCTICA PARA ESTIMULAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS
MEDIANTE DANZAS FOLCLÓRICAS COLOMBIANAS EN ESTUDIANTES DE GRADO
CUARTO Y QUINTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA JOSÉ BENIGNO
PERILLA DEL MUNICIPIO DE SOMONDOCO BOYACÁ.

HERNAN ULISES ALFONSO VELASCO

JHON ERICK CARRANZA RUIZ

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
SUTATENZA BOYACÁ

2013

PROPUESTA DIDÁCTICA PARA ESTIMULAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS
MEDIANTE DANZAS FOLCLÓRICAS COLOMBIANAS EN ESTUDIANTES DE GRADO
CUARTO Y QUINTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA JOSÉ BENIGNO
PERILLA DEL MUNICIPIO DE SOMONDOCO BOYACÁ.

Proyecto de grado para optar al título
De Licenciado en Educación Física, Deporte y Recreación

HERNAN ULISES ALFONSO VELASCO

JHON ERICK CARRANZA RUIZ

Asesor:

PEDRO NEL GONZÁLEZ ROBAYO

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
SUTATENZA BOYACÁ

2013

Nota de aceptación

Presidente del Jurado

Jurado

Jurado

Sutatenza. Boyacá. Noviembre de 2013

DEDICATORIA

*“Este trabajo se lo dedico a Dios, que me dio la vida, la fortaleza y la capacidad de enfrentar el mundo de la mejor manera.
A mi adorada madre María Rosalba Velasco, a mí querido y fantástico padre que Dios me dio José Ulises Alfonso, a mis hermanos Diego Fernando y Carlos Andrés que estuvieron y me apoyaron día a día en el transcurso de la carrera.”*

HERNÁN ULISES ALFONSO VELASCO


*“Este trabajo se lo dedico a Dios quien me dio la fuerza y sabiduría para culminar con éxito esta etapa de mi vida.
A mis padres y a cada uno de los miembros de mi familia, en especial a mi madre querida María Bertilde Ruiz quien con su apoyo me ayudó de principio a fin en este camino.
A mi sobrina Yuri Andrea Carranza quien fue la que me motivo para dar inicio a este paso tan importante”.*

JHONERICK CARRANZA RUIZ

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a Dios por darnos la oportunidad de estudiar esta carrera, a nuestros padres y familiares quienes nos dieron su apoyo y confianza, al docente Pedro Nel González Robayo quien apoyo este trabajo de grado y lo asesoro con sus conocimientos, a todo el cuerpo de docentes el cual apporto a la solidificación de este trabajo, a cada uno de los niños objeto de la investigación, a nuestros compañeros del semestre, por su apoyo incondicional durante todo el proceso de nuestra formación por el paso en la Universidad Pedagógica Nacional Centro Valle de Tenza.

A la Institución Educativa José Benigno Perrilla por permitir el desarrollo de la propuesta y finalmente a las docentes titulares Ester Emilia Sánchez Vacca y Niriam Esperanza Vaca de González.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educación de calidad</i>	FORMATO	
	RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE	
Código: FOR020GIB	Versión: 01	
Fecha de Aprobación: 10-10-2012	Página 1 de 4	

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado.
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central.
Título del documento	PROPUESTA DIDÁCTICA PARA ESTIMULAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS MEDIANTE DANZAS FOLCLÓRICAS COLOMBIANAS EN ESTUDIANTES DE GRADO CUARTO Y QUINTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA JOSÉ BENIGNO PERILLA DEL MUNICIPIO DE SOMONDOCO BOYACÁ.
Autor(es)	Hernán Ulises Alfonso Velasco; Jhon Erick Carranza Ruiz
Director	Pedro Nel González Robayo
Publicación	Universidad Pedagógica Nacional, 2013. p. 105
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional.
Palabras Claves	Danzas, Capacidades Coordinativas, Equilibrio, Agilidad, Coordinación Dinámica, Ritmo.

2. Descripción
Diseño de una propuesta didáctica que responde a las necesidades motrices de los niños de cuarto y quinto del colegio José Benigno Perilla del municipio de Somondoco Boyacá, a propósito de la estimulación de las capacidades coordinativas mediante la utilización de tres danzas folclóricas colombianas.

3. Fuentes
ABADÍA MORALES, G. (2009). ABC DEL FOLKLORE COLOMBIANO. Anónimo, 2. (s.f.). https://sites.google.com/site/israelmorenopinzon/ludicaeducatuva . Recuperado el 23 de 10 de 2012, de https://sites.google.com/site/israelmorenopinzon/ludicaeducatuva

ASHWORTH, & MOSSTON. (1994). Investigación sobre la enseñanza de la danza. En M. d. Moreno.

BOUGART. (1964).

CADIerno MATOS, O. (10 de 2001). <http://www.efdeportes.com>. Recuperado el 23 de 10 de 2012, de Clasificación y características de las capacidades motrices: <http://www.efdeportes.com/efd41/capacm1.htm>

CAMACHO COY, H. (2000). Educación Física Una Alternativa Curricular. En Educación Física Una Alternativa Curricular. Armenia Colombia: KINESIS.

CAMACHO, H. (2003). Pedagogía y Didáctica de la educación física. . Armenia Colombia: KINESIS.

CARRASCO , D., & CARRASCO , D. (s.f.). <http://www.futbolcarrasco.com>. Recuperado el 02 de 09 de 2013, de <http://www.futbolcarrasco.com/apartados/inef/3curso/pdf/6.pdf>

CONTRERAS, J. O. (2004). Didáctica de la educación física un enfoque constructivista. En Didáctica de la educación física un enfoque constructivista (segunda edición ed.). Barcelona España: segunda edición.

FONSECA, V. d. (2005). Manual de observación psicomotriz. Barcelona: INDE.

GARDNER, H. (1997). Las inteligencias múltiples. México FCE.

HIPOLITO, C. C. (2008). Competencias estándares para la educación física. “Una experiencia que se construye paso a paso”. En Competencias estándares para la educación física. “Una experiencia que se construye paso a paso”.

4. Contenidos

Se presenta un proyecto de grado que se inscribe en la modalidad de propuesta didáctica, con énfasis en Educación Física, la cual tiene la intención de proponer “La danza como un medio de estimulación de las capacidades coordinativas en los niños de cuarto y quinto grado del colegio José Benigno Perilla del municipio de Somondoco”, diseñada para trabajar con niños y niñas de nueve (09) a doce (12) años de edad en un intento para estimular las habilidades motrices y ayudar en los procesos adelantados en esta institución educativa, propiciando así, un interés mayor por parte de los estudiantes hacia otro tipo de prácticas motrices poco utilizadas normalmente.

A continuación, se contempla la estructura del proyecto de grado en su siguiente orden: De manera inicial se ubica el marco contextual, en este se plantea una breve descripción de la institución, en donde se encuentra ubicada en la que se define el proyecto de grado y se enmarca en la modalidad propuesta didáctica.

En el primer capítulo se plantea la problemática del proyecto; producto de un diagnóstico inicial que surge de la experiencia de práctica pedagógica desarrollada durante el proceso de formación como licenciados en educación física, deporte y recreación, identificando dificultades coordinativas con lo cual se concreta la siguiente pregunta investigativa: **¿CÓMO ESTIMULAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS CON UNA PROPUESTA DIDÁCTICA MEDIANTE DANZAS FOLCLÓRICAS COLOMBIANAS EN LOS ESTUDIANTES DE GRADO CUARTO Y QUINTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA JOSÉ BENIGNO PERILLA DEL MUNICIPIO DE SOMONDOCO**

BOYACÁ?

Posteriormente se reseña el marco teórico en el que se presentan elementos fundamentales de las dos categorías de estudio: las capacidades coordinativas y la danza folclórica colombiana, que a su vez son las que orientan y sustentan la propuesta. Así mismo, se incluye características motrices de los niños de estas edades, aportes pedagógicos de las danzas y marco legal a partir de lo establecido en el ámbito educativo y pedagógico.

En el segundo capítulo se establece la Propuesta didáctica la cual se desarrolla a partir de la siguiente metodología: 1) Escoger danzas de acuerdo con desarrollo motor de los niños, 2) Diseñar ejercicios y juegos pre dancístico donde establecen etapas de aplicación guiados por la teoría del aprendizaje motor 3) establecer métodos de enseñanza – aprendizaje, y 4) presentación de la danza.

Las cuatro etapas de aplicación son descritas de la siguiente manera:

ETAPA 1 PRE-ADAPTACIÓN: Ejercicios y juegos encaminados a la aceptación de la música como medio para expresarse motrizmente.

ETAPA 2 ADAPTACIÓN: Ejercicios pre-dancísticos en donde el niño capte y comprenda visualmente los movimientos básicos de la danza, esto no implican gestos técnicos realizados a satisfacción.

ETAPA 3 PERFECCIONAMIENTO: Ejercicios pre-dancístico donde el niño responde a estímulos sonoros, visuales y espaciales, tanto grupales como individuales donde se interactúa con uno o varios elementos a la vez.

ETAPA 4 CONSOLIDACIÓN: Montaje de las Danzas; consolidación de movimientos en una coreografía y planimetría establecida, donde la experiencia motriz adquirida en las etapas anteriores faciliten la ejecución armónica de la danza con previa anticipación del movimiento siguiente, en sincronización con los elementos inmersos en la danza, así como también la coordinación grupal.

En el tercer capítulo aparecen las conclusiones y apreciaciones finales del proyecto investigativo, como también los soportes y anexos de las herramientas utilizadas para llevar a cabo el proceso de la propuesta.

5. Metodología

Esta investigación posee un enfoque metodológico cualicuantitativo en cuanto a que se tuvieron en cuenta las apreciaciones medibles de las capacidades coordinativas, (equilibrio, agilidad, coordinación dinámica general) y un componente descriptivo en el cual se pretende dar claridad y se emite un juicio sobre la capacidad del ritmo en los niños.

6. Conclusiones

- El desarrollo y puesta en marcha de la propuesta es viable y propicio el estimular las capacidades coordinativas en las edades en las que están los niños intervenidos lo cual optimiza los procesos del aprendizaje motor.
- La evaluación por medio de test sencillos es una herramienta de seguimiento útil para el control de procesos en los cuales dan cuenta del avance o no de lo planteado en la propuesta de estimulación de habilidades coordinativas.
- La danza puede ser una estrategia valida y acorde con los objetivos planteados, aportando a si en los procesos del aprendizaje motriz de los niños de las edades entre 9 y 12 años tanto en niños como en niñas.
- Esta propuesta si bien no innova en el ámbito educativo, se refuerzan las teorías de los beneficios de la danza para la educación física, por supuesto que; puesta en práctica en procesos formativos para los niños ya que se pueden manejar multiplicidad de estrategias, nuevos medios de estimulación y motivación a las acciones motrices.
- Para la Educación Física escolar es pertinente introducir procesos en los cuales se estimulen estas capacidades en particular ya que se confirma la capacidad para adquirir y reforzar aspectos motrices específicamente de las habilidades coordinativas en estas edades trabajadas.
- La experiencia es muy significativa en cuanto el proceso de enseñanza aprendizaje, ya que los educandos presentan cambios positivos en sus capacidades coordinativas, demostrando así que cada uno de los ejercicios y juegos dancísticos cumplieron con el objetivo que fue diseñado.
- Los docentes titulares manifiestan observar cambios positivos en aspectos motrices y de comportamiento en la mayoría de su alumnado, también que los niños presentan aptitudes de agrado y motivación por el proceso y los planteamientos de clases, reflejados en expresiones de agradecimiento y aprovechamiento de los diferentes espacios.
- La enseñanza de las danzas por medio de diferentes estrategias didácticas que utilizamos arrojan resultados positivos, ya que no es una estrategia basada en repeticiones enfocadas en el ensayo y el error, si no buscando dinamismo de la sesión y generando un espacio de motivación hacia el trabajo planteado.

Elaborado por:	Hernán Ulises Alfonso Velasco Jhon Erick Carranza Ruiz
Revisado por:	Pedro Nel González Robayo

Fecha de elaboración del Resumen:	12	12	2013
--	----	----	------

Contenido

I. CAPITULO	12
1. PROBLEMÁTICA	12
1.1 ANTECEDENTE.....	12
2.1 DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	13
3.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.....	15
2. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS:	16
3. JUSTIFICACIÓN	18
4. OBJETIVOS INVESTIGATIVOS	21
1.4 OBJETIVO GENERAL.....	21
2.4 OBJETIVOS ESPECIFICOS	21
5. MARCO REFERENCIAL.....	22
1.5 MARCO CONTEXUAL	22
2.5 MARCO TEORICO.....	23
6. DANZA “EL CHOTIS” PARA LA ESTIMULACION DE LA COORDINACION DINAMICA GENERAL	37
1.6 Aportes de la danza “EL CHOTIS”	37
7. DANZA “LA CHICHA” PARA LA ESTIMULACION DE LA CAPACIDAD DEL EQUILIBRIO.....	39
1.7 Aportes de la danza “LA CHICHA”	39
8. DANZA “JOROPO” PARA ESTIMULAR DE LA CAPACIDAD DE AGILIDAD	40
1.8 Aportes de la danza “JOROPO”	40
9. ESTIMULACIÓN DEL RITMO	41
10. MARCO LEGAL.....	42
11. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES INVESTIGATIVAS	45
II. CAPITULO	46
1. PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA ESTIMULACIÓN DE LA CAPACIDADES COORDINATIVAS MEDIANTE DANZAS FOLCLÓRICAS COLOMBIANAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL LOS GRADOS CUARTO Y QUINTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA JOSÉ BENIGNO PERILLA DEL MUNICIPIO DE SOMONDOCO BOYACÁ.....	46
1.1 INTRODUCCIÓN	47
2. METODOLOGIA UTILIZADA EN LA PROPUESTA DIDACTICA	49
3. INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN	57
4. DESARROLLO DE ETAPAS.....	58
5. SESIONES DE CLASES.....	62

1.5 DANZA EL CHOTIS	62
2.5 DANZA LA CHICHA	66
3.5 DANZA JOROPO	70
III. CAPITULO	74
1. CONCLUSIONES	74
2. DOFA.....	76
3. ANEXOS	78
1.3 TEST PARA DETERMINAR NIVEL DE CAPACIDADES COORDINATIVAS	78
4. FUENTES DE LAS DANZAS	82
5. RESULTADOS DE LOS TEST	83
1.5 GRAFICOS TEST DE AGILIDAD	84
2.5 GRAFICOS TEST DE EQUILIBRIO	86
3.5 GRAFICOS TEST DE COORDINACION DINAMICA GENERAL.....	88
4.5 FICHA DE OBSERVACIÓN GRUPAL DEL RITMO	89
5.5 CUADRO COMPARATIVO DE RESULTADOS	91
6. COREOGRAFIAS Y PLANIMETRIAS.....	92
1.6 Danza “El Chotis” coreografía y planimetría	92
2.6 Danza “La Chicha” coreografía y planimetría.....	96
3.6 Danza “Joropo” coreografía y planimetría	100
7. EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS	103
8. Bibliografía	104

I. CAPITULO

1. PROBLEMÁTICA

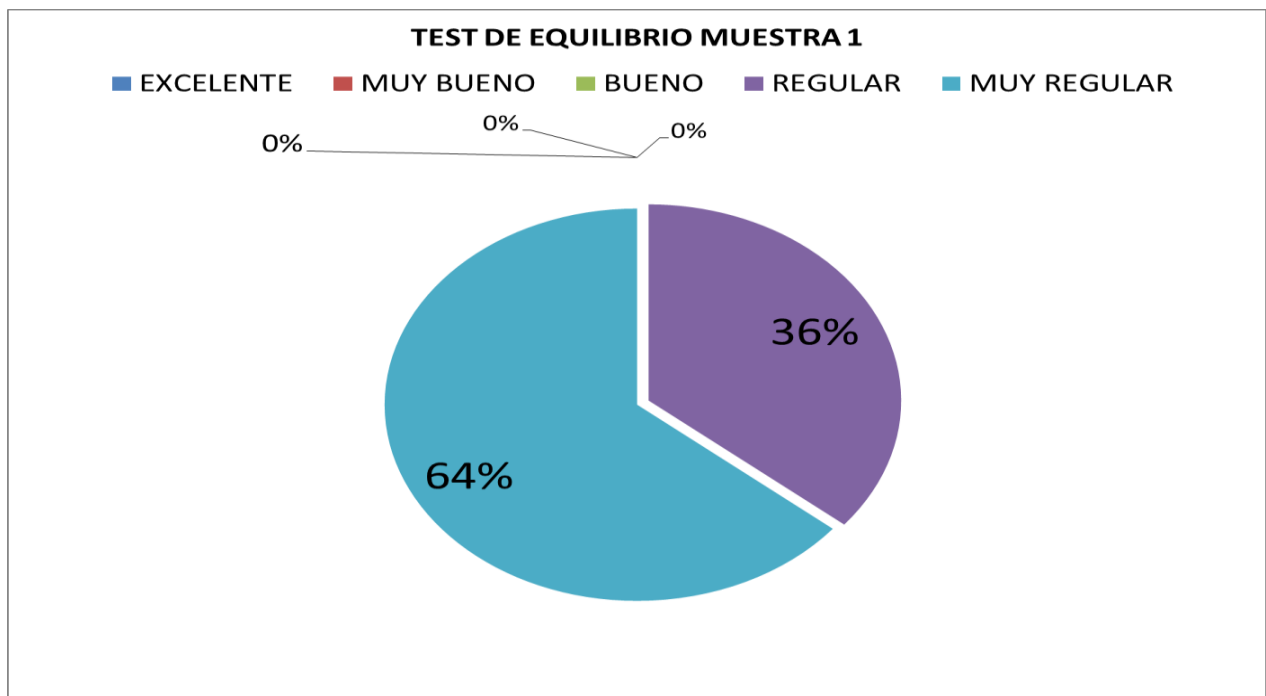
1.1 ANTECEDENTE

Durante una invitación por parte de una de las docentes de la institución educativa técnica José Benigno Perilla del municipio de Somondoco, a realizar un trabajo de montaje de una danza con los estudiantes de la básica primaria de esta institución, se pudo apreciar que los niños presentan dificultades en sus capacidades coordinativas, por lo cual, surge la idea de realizar un diagnóstico para establecer en qué estado se encuentran cada una de estas capacidades, desde ahí y atendiendo a las dinámicas de las prácticas docentes, se decidió intervenir esta población teniendo en cuenta también que la institución hasta ahora cuenta con un docente de educación física, que solo interviene en procesos con la sección secundaria y tampoco cuentan con un profesor de danzas.

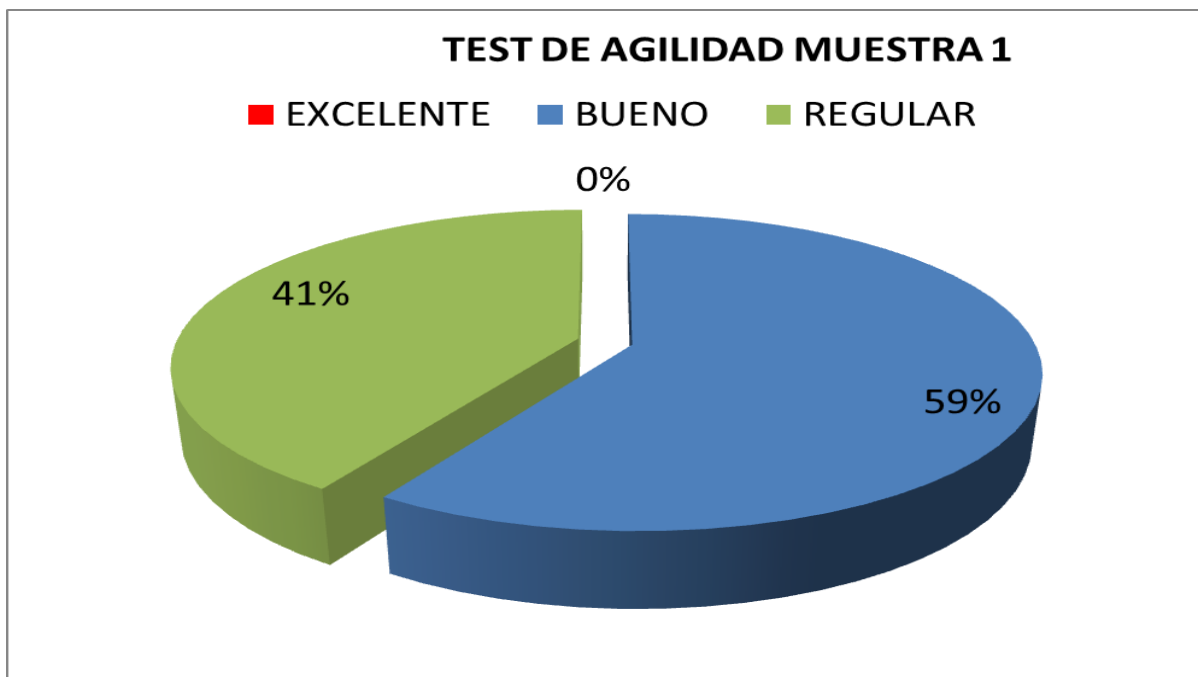
2.1 DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

El diagnóstico fue realizado en niños de grado cuarto y quinto de la institución educativa técnica José Benigno Perilla del municipio de Somondoco Boyacá, con edades de entre nueve (09) y doce (12) años en el cual se apreciaron deficiencias motrices en el desarrollo de test's motores de capacidades coordinativas.

Se encontró que la capacidad del equilibrio es “muy regular” ya que se presentó en los niños un alto porcentaje en este estado, como se evidencia en la gráfica la mayoría de los niños perdieron el equilibrio rápidamente al realizarles el test, allí fuerzas que actúan en el cuerpo no están compensadas en una organización psicomotora para mantener una posición correcta durante cierto tiempo cuando interviene un factor desequilibrante, en este caso mantener el equilibrio en un solo pie sobre un banco de madera y cerrando los ojos.

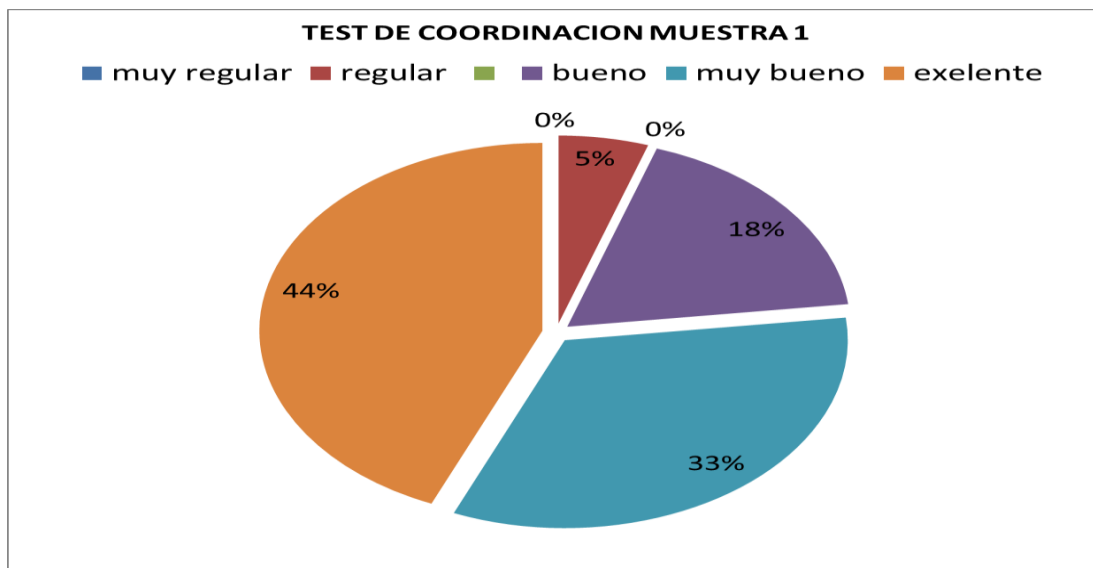


Se determinó que la agilidad se encuentra en un nivel “regular” ya que en los niños evaluados, las adaptaciones inherentes a la agilidad como lo son; las exigencias de constantes cambios de velocidad, dirección de movimientos y de posición de manera rápida, precisa en un tiempo y espacio determinado, no son del todo realizadas con fluidez y armonía. Se pudo observar que el test lo hacen de manera rápida más no precisa, donde se equivocaban de dirección y perdían la ruta marcada para este propósito, demostrando con ello que la capacidad está directamente relacionada con el nivel de concentración de los niños al momento de realizar este test.



En la capacidad de coordinación dinámica general se presentó un nivel entre “bueno y excelente”, en la mayoría de los niños como lo demuestra la gráfica, puesto que presentan una acción motriz combinada en el salto de condiciones y ajustes necesarios para que la acción se dé progresivamente hacia el objetivo; y en un nivel regular se encuentra un porcentaje considerable, en el cual la acción motriz tiende a ser mejorada con la repetición pero sin éxito en los primeros intentos, es decir ellos necesitan de más tiempo y dedicación para realizarlo

correctamente, en este test también el nivel de concentración de los niños debe ser medianamente alto porque a medida que se ajusta el salto se logra ser más preciso.



En la capacidad rítmica en el cual se encuentran los niños es observable que en cada una de las dimensiones del ritmo (sincronización, ritmo corporal, orientación y reacción motriz), ahí algo de dificultad para adaptarse rápidamente a un ritmo impuesto, a esto se le suman las dificultades en agilidad y equilibrio y se refleja el estado en el que se encuentra de manera totalizada esta capacidad coordinativa, de forma tal que son parte fundamental para el desarrollo y complementan el proceso integral de la capacidad de ritmo.

3.1 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

A raíz de estos datos en las capacidades coordinativas nos surge la siguiente incógnita:

¿CÓMO ESTIMULAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS CON UNA PROPUESTA DIDÁCTICA MEDIANTE DANZAS FOLCLÓRICAS COLOMBIANAS EN LOS ESTUDIANTES DE GRADO CUARTO Y QUINTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA JOSÉ BENIGNO PERILLA DEL MUNICIPIO DE SOMONDOCO BOYACÁ.?

2. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS:

- PROPUESTA METODOLOGICA PARA LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA DE DANZA EN EL NIÑO DE LA TERCERA INFANCIA. Memoria para optar al Título de Profesor Especializado en Danza Autor: Mónica Isabel Flores Almonacid UNIVERSIDAD DE CHILE Facultad de Artes, Departamento de Danza, 2005
- EL JUEGO CÓMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA PARA DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN LOS ALUMNOS DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA ENRIQUE OLAYA HERRERA SEDE “HORTENSIA PERILLA” DEL MUNICIPIO DE GUATEQUE BOYACÁ - José Gildardo Cufiño Barajas - Universidad Pedagógica Nacional 2011.
- DISEÑO DE UNA PROPUESTA PEDAGÓGICA “LA DANZA COMO MEDIO DE ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL BALONCESTO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 7 A 12 AÑOS DEL COLEGIO EDUARDO MENDOZA VARELA DEL MUNICIPIO DE GUATEQUE” autores - Joan Sebastián Bermúdez Buitrago - Luis Orley Bohórquez Combita. Universidad Pedagógica Nacional 2011.

- EL BAILE EL JOROPO COMO HERRAMIENTA PEDAGOGICA PARA CONSOLIDAR LA IDENTIDAD NACIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE 2do AÑO DEL LICEO BOLIVARIANO, RAFAEL MEDINA JIMENEZ, BARINAS 2011. Autores: Engelberth J Castejón S. Luis H Flores R. – Universidad Nacional Experimental de los llanos Occidentales “Ezequiel Zamora”.

- LA DANZA COMO MEDIO POTENCIADOR DEL DESARROLLO MOTRIZ DEL NIÑO EN SU PROCESO DE FORMACIÓN DEPORTIVA EN LAS ESCUELAS DE FÚTBOL autor: José Alberto Piedrahita Vásquez. Universidad de Antioquia. Especialización en educación física: entrenamiento deportivo Medellín – Colombia 2008

3. JUSTIFICACIÓN

Es un hecho, en las prácticas docentes es donde realmente podemos aplicar nuestros alcances investigativos, como hace referencia los lineamientos curriculares de la Educación Física en Colombia el cual dice:

“El ámbito más apropiado para fomentar la actividad investigativa del maestro en el área de educación física es la propia clase por constituir el centro de su actividad profesional, ya que en ella se aplican las concepciones filosóficas y pedagógicas del docente y los conocimientos científicos y técnicos para dar sentido e instrumentalizar el acto educativo por la mediación de procedimientos didácticos cuya coherencia con las concepciones y conocimientos del maestro debe ser manifiesta” (M.E.N , 2005, pág. 51)

El trabajo de investigación se realiza por que se dan las condiciones, los espacios y la viabilidad, en donde realiza un diagnostico en el cual las dificultades de la capacidad de la agilidad, el equilibrio, la coordinación dinámica general y el ritmo en los estudiantes de los grados cuarto y quinto de la básica primaria de la institución técnica José Benigno Perilla, se vieron relativamente disminuidas, los cuales pretenderemos estimular por medio de algunas danzas folclóricas colombianas. La institución brinda la oportunidad de trabajar con estos niños y nos permite aplicar nuestro plan de trabajo donde es de gran aporte para nosotros obtener la experiencia como profesional de la educación física.

Con esto quisiéramos resaltar la importancia de trabajar en la estimulación de estas capacidades en el ámbito escolar y permitir a los niños comprender el valor de la danza, estimular un sentido de pertenecía por las costumbres propias de nuestra diversidad cultural y de las expresiones

dancísticas, ya que se sabe que es de gran aporte para la educación integral de los niños una enseñanza de movimientos a temprana edad por medio de la danza, siendo esta una disciplina de variada complejidad que para precepto de la educación física posee un gran aporte con un espectro extenso en el cual se puede trabajar.

Retomando la idea de que a una temprana edad, la plasticidad del cerebro para interiorizar movimientos y conocimientos es completamente superior a la de un adulto, entonces el desarrollar la propuesta didáctica basada en la danza posibilita aportar una base favorable, la cual permitirá a estos niños sobresalir a futuro en actividades donde estén implícitas las capacidades coordinativas.

De otra parte tenemos la situación legal en donde *“También es de enseñanza obligatoria como proyecto pedagógico transversal, el aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el gobierno promoverá su difusión y desarrollo.”* (M.E.N , 2005, pág. 16)

Como también la institución está obligada a incluir en sus currículos y planes de institucionales procesos diversos que promuevan las expresiones culturales, por consiguiente el ente regulador de la educación en Colombia dice:

“La institución escolar debe ofrecer la opción para que niños y jóvenes se vinculen a los procesos de organización que promuevan la danzas y la expresión, tanto por su contenido cultural y artístico como por la riqueza que ofrecen para la formación de quienes participan en su proceso. En este proyecto se construyen alternativas de enriquecimiento y desarrollo de la cultura del país.” (M.E.N , 2005, pág. 45)

También trabajar con la danza en el proyecto se nos facilita gracias a la experiencia previa adquirida en años de práctica como bailarines de danzas folclóricas durante la vida escolar, que nos dejó un aporte significativo motivando, de estas experiencias nos da pie para dar inicio a este proyecto, el cual se enfoca en alimentar las experiencias motrices coordinativas de los niños , a su vez es de gran aporte para nuestra experiencia profesional es por esto que nos nace trabajar en este campo.

4. OBJETIVOS INVESTIGATIVOS

1.4 OBJETIVO GENERAL

Desarrollar una propuesta didáctica basada en las danzas folclóricas que estimulen las capacidades coordinativas en los niños de cuarto y quinto de la básica primaria de la institución educativa técnica José Benigno Perilla del municipio de Somondoco.

2.4 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Realizar una exploración bibliográfica que de los elementos teóricos para el planteamiento de una propuesta didáctica adaptada al contexto de los niños del colegio.
- Diseñar una propuesta didáctica tomando la danza folclórica como medio para estimular las capacidades coordinativas.
- Establecer métodos de evaluación que nos permitan diagnosticar y realizar el seguimiento del proceso.

5. MARCO REFERENCIAL

1.5 MARCO CONTEXUAL

La institución educativa técnica José Benigno Perilla del municipio de Somondoco Boyacá, es una institución con más de 50 años de servicio, en la actualidad cuenta con una sede principal ubicada en el casco urbano y seis en las veredas adyacentes, con un total de 383 alumnos, de los cuales 80 hacen parte de la básica primaria sede principal, en donde se encuentra la población la cual se interviene en el trabajo investigativo, que son los niños y niñas de los grados cuarto y quinto, los cuales se encuentran en edades entre nueve (09) y doce (12) años; son en total 39, 21 niñas y 18 niños, lo cuales poseen un estado físico y de salud en excelentes condiciones, psicológicamente su comportamiento esta entre los parámetros normales de las etapas de crecimiento, son niños y niñas estudiantes típicos de un pueblo boyacense, algunos se desplazan desde las veredas y los demás viven en el casco urbano para asistir y cumplir con sus obligaciones como estudiantes. No se evidencia en ellos algún tipo de obesidad crónica, como tampoco problemas de nutrición, no presentan ninguna malformación o discapacidad que les impida realizar acciones motrices básicas.

La institución en su plan de estudios para estos grados propone temáticas afines y relacionadas con las danzas, pero no se cumplen a cabalidad puesto que no existe personal idóneo y calificado para la ejecución de las actividades propuestas en el área de la educación física en toda la básica primaria.

2.5 MARCO TEORICO

a) APROXIMACIONES DEL DESARROLLO MOTOR EN NIÑOS DE 9 A 12 AÑOS

Conceptos fundamentales:

Ejercicios psicomotrices: son todas aquellas acciones corporales y psicofuncionales que tienen por objeto mantener, desarrollar y cuidar la armonía psicomotriz. Son medios de exploración y ejercitación que permiten al sujeto rehacer sus propias experiencias. (Educación Física Cuerpo de Maestros. , 2006, pág. 275)

Esquema corporal: Es el conocimiento inmediato del cuerpo y de los distintos segmentos corporales, ya sea en movimiento o en posición estática. Cuando el esquema corporal está elaborado correctamente el sujeto se relaciona bien con el medio. (Educación Física Cuerpo de Maestros. , 2006, pág. 275)

Por lo interior, es importante estimular las capacidades coordinativas en estas edades, hay que tener en cuenta que el sistema nervioso está completamente desarrollado y está en capacidad de responder a exigencias motrices complejas, como las que requieren las habilidades coordinativas en este caso la agilidad, el equilibrio, la coordinación dinámica general y el ritmo. En tanto en el desarrollo motor los niños ya posee (*... una gran precisión en la ejecución de los gestos técnicos deportivos, sobre todo en acciones que no requieran de gran fuerza-velocidad. A los 11 años el perfil psicomotor mejora ostensiblemente, el alumno tiene una percepción espacial*

perfectamente controlada, el aumento de fuerza y su dominio de esquema corporal hacen que el gesto este dominado” (Educación Física Cuerpo de Maestros. , 2006, pág. 281)

Como lo afirma (PIEDRAHITA VÁSQUEZ, 2008, pág. 33) en su monografía “el sistema nervioso se está acercando al punto crítico de madurez, lo que admite un ajuste cada vez mayor de los movimientos finos. Su capacidad física muestra un desarrollo considerable y sus movimientos corporales mejoran en especial en lo que tiene que ver con el equilibrio.

También propone (PIEDRAHITA VÁSQUEZ, 2008, pág. 34) (...entre los 9 y 10 años el sistema nervioso central y periférico alcanza alrededor del 95 % de su madurez, lo que favorece los procesos de aprendizaje y desarrollo motriz; el niño en esta edad empieza a mostrar gran destreza y una mejor coordinación de sus movimientos...) en especial en esta característica se basa el por qué a estas edades son las indicadas para estimular estas capacidades, y por supuesto que (... en esta edad el niño es capaz de enlazar dos o tres acciones básicas para constituir una frase de movimiento...) entendiendo así la evolución del niño, afirma este autor que el chico de los 11 a 12 años ya (...debe tener una elaboración definitiva del esquema corporal, disponiendo ahora de más argumentos que lo hace un ser más independiente y autónomo para su relación con el medio y los objetos). Todo ello va a permitir asimilar a los niños de estas edades una mejor manera de interiorizar los contenidos propios de la actividad dancística y estructurar con más facilidad un esquema de movimiento.

Afirma (URIBE PAREJA, 2002) *”Para esta edad es recomendable la danza contemporánea, ya que esta hace énfasis en la creatividad y la autoexpresión. Ella contiene una amplia gama de estilos y métodos de enseñanza para escoger”*

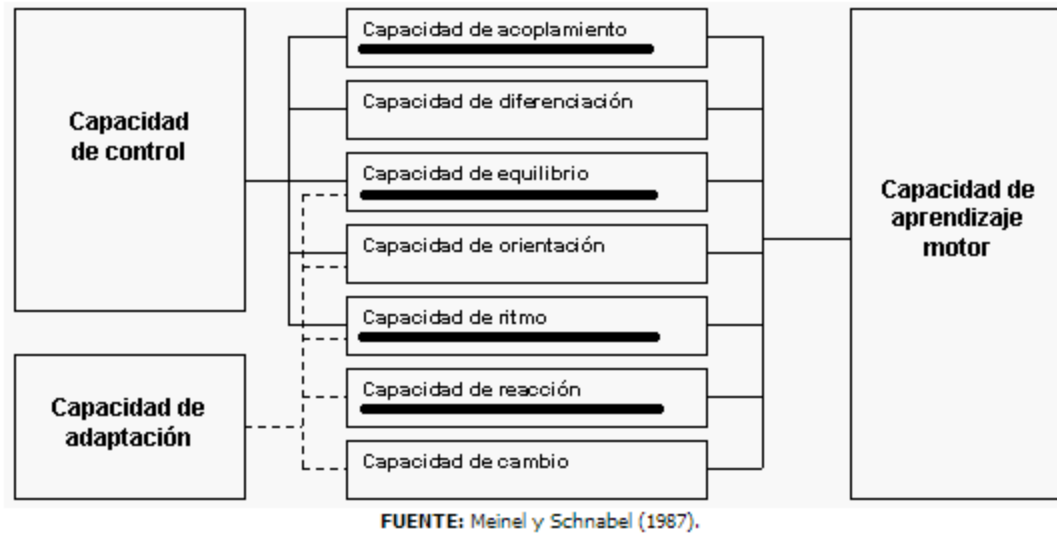
b) APROXIMACIONES A LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS

(1) CONCEPTO DE CAPACIDADES COORDINATIVAS

(MARTIN CORTES) Son aquellas capacidades que dependen del sistema nervioso central y periférico para su dirección y regulación. Estas capacidades son necesarias para que la acción del individuo sea rápida, exacta y adaptada a las condiciones del entorno. Para su pleno desarrollo están directamente relacionadas con las capacidades condicionales.

(Meinel, 1987, pág. 275) *Las capacidades coordinativas son los presupuestos (las posibilidades) fijados y generalizados de prestación motriz de un sujeto, estando determinados principalmente por los procesos de control y regulación de la actividad motora.*

Este autor establece la siguiente clasificación de las capacidades coordinativas de las cuales hacemos énfasis en el trabajo están subrayadas en el siguiente gráfico:



(2) LA CAPACIDAD DEL EQUILIBRIO

(HIPOLITO, 2008, pág. 70) Es la capacidad de mantener y recuperar la estabilidad del cuerpo durante o después de una acción motriz. El equilibrio depende del aparato vestibular, la base de sustentación, del centro de gravedad y de los puntos de apoyo; hay equilibrio en todas las actividades de control corporal, postural básicos y sobre todo en las acciones relacionada con la gimnasia.

(Meinel & Schnabel, 1987) Es la capacidad de mantener el cuerpo en estado de equilibrio o de recuperarlo después de movimientos o cambios posicionales amplios y veloces. Esta capacidad tiene dos aspectos que deben ser diferenciados. Por un lado, la capacidad de mantener el equilibrio en una posición relativamente estable o en movimientos corporales muy lentos (equilibrio estático); y por otro, la capacidad de mantener o recuperar el estado de equilibrio cuando se realizan cambios importantes y a menudo muy veloces en la posición del cuerpo.

El equilibrio en la danza lo encontramos en estas dos formas, tanto estática como dinámica, en cualquiera de los dos casos el estimular el equilibrio requiere de introducir factores desequilibrantes, para así obtener una respuesta motriz que será el ajuste postural necesario para mantener el equilibrio.

(3) LA CAPACIDAD DE COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL O ACOPLAMIENTO

Esta capacidad también se considera la capacidad de acoplamiento ya que según (HIPOLITO, 2008, pág. 71) “Es la condición que tiene la persona para enlazar, integrar y combinar durante la acción motriz varios movimientos de forma simultánea y sincronizada. Mientras más compleja sea la actividad el grado de acoplamiento o coordinación es muy significativo para el individuo; hay acoplamiento en muchos juegos populares y en fundamentos técnicos de algunos deportes”.

(CADIerno MATOS, 2001) La define como: (“La capacidad que posee el hombre de combinar en una estructura única varias acciones. Esta capacidad está estrechamente relacionada con las demás capacidades coordinativas y ésta es un muy importante producto de los cambios típicos que presenta el hombre en su desarrollo, o sea, en la niñez, la juventud la adultez y la vejez...)

(CONTRERAS, 2004, pág. 189) “Es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad de movimiento o gesto deportivo concreto”

La coordinación general en la danza está estrechamente relacionada con el movimiento hacia objetivos por ello la importancia de estimular este factor que influye de manera determinante en las demás capacidades coordinativas, ya que es una condición previa para el dominio de situaciones técnicas, básica para el aprendizaje sensorial, inherente a la precisión del control motor, posibilita la repetición de movimientos idénticos y proviene de la propia actividad y se desarrolla en función de ésta; entre tanto que es una cualidad que permite utilizar el sistema nervioso y muscular sin que uno interfiera en el otro.

Ejemplo: calcular la distancia y velocidad para saltar un obstáculo. En este caso las partes del cuerpo que intervienen en la ejecución de una acción se mueven en el punto apropiado, en el momento oportuno y en la secuencia correcta.

(4) LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

Se define como (CONTRERAS, 2004, pág. 26) “La capacidad para asimilar rápidamente nuevos movimientos de una manera armónica y dinámica en un tiempo y espacio determinados; además en la agilidad hay que tener en cuenta las exigencias y cambios que se pueden presentar de acuerdo con el medio. En la capacidad de agilidad hacen presencia todas las capacidades coordinativa; por consiguiente actúa significativamente en la enseñanza y aplicación de juegos, deportes, actividades artísticas y recreativas”

Por otra parte se dice que la agilidad se define como (CONTRERAS, 2004, pág. 54) “habilidad para cambiar la posición del cuerpo de manera rápida y precisa en un espacio, importante en deportes donde obstáculos u oponentes tienen que ser evitados”

(CONTRERAS, 2004, pág. 4) “Además esta es la capacidad que tiene un individuo para solucionar con velocidad las tareas motrices planteadas. En el desarrollo de la Agilidad está presente la relación con las demás capacidades y la coordinación existente entre ellas. En un momento de resolver una tarea motriz puede estar presente varias de esas capacidades abordadas anteriormente. Esta capacidad se desarrolla bajo del sistema energético anaeróbico, requiriendo una gran intensidad de la velocidad durante los movimientos, pues generalmente se desarrolla a través de complejos de ejercicios variados y matizados por constantes cambios en la dirección de los mismos, esta capacidad contribuye a la formación de destrezas y habilidades motrices y uno de los métodos más eficaces es el juego”

(5) LA CAPACIDAD DE RITMO

(PEÑAS LAGOS & LOPEZ GRAÑA, 2001) “Es la capacidad de organizar cronológicamente las prestaciones musculares en relación al espacio y tiempo a partir de un ritmo propuesto externamente o interiorizado por la propia persona”.

Esta capacidad también la define (CADIerno MATOS, 2001) como “la capacidad que tiene el organismo de alternar fluidamente las tensiones y distensión de los músculos por la capacidad de la conciencia, el hombre puede percibir de forma más o menos clara los ritmos de los movimientos que debe realizar en la ejecución de un ejercicio y tiene la posibilidad de influir en ellos, de variarlos, diferenciarlos, acentuarlos y crear nuevos ritmos”

Se debe tener en cuenta que el ritmo se da en varias ocasiones como lo aclara (FONSECA, 2005, pág. 220) (El ritmo sucede en varias áreas del comportamiento, en la motricidad (coordinación de movimientos), en la audición (reconocimiento de estímulos auditivos), en la visión (exploración sistemática del espacio), en los aprendizajes escolares (lectura, escritura, calculo). La función del ritmo sobrepasa la dimensión temporal, ya que se inserta en todas las manifestaciones de comportamiento desde las biológicas y las nerviosas a las psicológicas, de ahí su importancia en la observación psicomotora.) De ahí que con el ritmo no solo podemos deducir la condición de la misma, sino muchos de los comportamientos característicos de los niños en edades escolares.

(<http://www.gimnasia.net>, 2010) Dentro de la Educación Física en los niños, son las capacidades sensoriales las que denotan y contemplan su base en el ritmo, ayudando al pequeño a formar su “reacción motriz”, su “sincronización”, así como también su “orientación”, su “ritmo corporal”, y su diferenciación y adaptación, siendo estos puntos antes nombrados, fundamentales dentro del programa de educación física. Lo que se busca generalmente en base al ritmo en ésta disciplina, es lograr la completa autonomía del niño en cuanto a sus necesidades motrices se refiere, logrando por medio de diferentes ejercicios, que el niño sepa reaccionar de la mejor manera frente a los obstáculos impuestos en su ambiente. También dentro del ritmo y su extenso concepto, encontramos que el cuerpo debe ser además usado como método de expresión (corporal), y comunicación, lo que va de la mano con la mímica, la danza y la dramatización. Estos tres puntos antes nombrados, son mayoritariamente la base para construir un buen ritmo, que vaya complementado con todo lo que respecta a la educación física.

(CAMACHO COY, 2000, pág. 27) Afirma que el ritmo “permite adaptarse durante la acción motora sobre la base de cambio de situaciones percibidas o previstas a otras nuevas para continuar la acción de otro modo; por ejemplo: en la danza, los cambios de ritmo musicales el manejo de la cuerda o soga en diferentes formas y velocidades”

(CAMACHO COY, 2000, pág. 17) “De igual forma el ritmo es la distribución constante de valores de intensidad o duración que se repiten en la misma relación”

Podemos diferenciar cuatro dimensiones del ritmo sobre las cuales hacemos referencia y que son determinantes al momento de realizar una observación de esta capacidad:

(LOPEZ DELGADO) Reacción Motriz: Permite reaccionar a estímulos como respuesta a una señal, con acciones motrices adecuadas. Las reacciones pueden dividirse en:

Simples: todas las respuestas del organismo a una señal imprevista ya conocida, en forma de un movimiento claramente definido previamente. Los estímulos pueden ser señales ópticas, acústicas, táctiles, cinestésicas.

Complejas: son todas las respuestas del organismo, en forma de acción motriz no predeterminada, a una señal no claramente conocida previamente. La reacción compleja se basa en gran medida en la capacidad de anticipo y depende notablemente de los conocimientos y de la experiencia.

Sincronización Corporal: es la Capacidad de Combinación y Acoplamiento de movimiento. Permite unir habilidades motrices automatizadas y también se encarga de la coordinación segmentaria de los miembros superiores e inferiores. Se expresa en la interacción de parámetros espaciales, temporales y dinámicos de movimiento.

Orientación: Permite modificar la posición y el movimiento del cuerpo en el espacio y en el tiempo, con referencia a un campo de acción definido o a un objeto móvil. El acento principal recae en el movimiento del cuerpo en su totalidad y no en el de sus partes, respecto a un objeto inmóvil o en movimiento y respecto a su propio eje principal. La percepción de la posición y del movimiento en el espacio y de la acción motora para cambiar la posición del cuerpo debe entenderse como una unidad, o sea, como la capacidad para controlar el movimiento del cuerpo orientado.

Ritmo Corporal: Es la capacidad de dar un sustento rítmico a las acciones motrices (movimientos globales y parciales), es decir, de organizar los compromisos musculares de contracción y descontracción según un orden cronológico. Forma parte de esta capacidad el saber adaptarse a un ritmo establecido o imprevistamente cambiado. Es determinante en el aprendizaje de cualquier movimiento deportivo y de desarrollo táctico de situaciones en las cuales se prever variaciones de frecuencia de movimientos.

Los métodos para su desarrollo se basan en las variaciones del ritmo de ejecución en los movimientos de aumento, disminución o frecuencia constante, la recuperación de la frecuencia de movimientos y la acentuación acústica de los ritmos de ejecución. Algunos ejemplos de

trabajo específicos de esta capacidad, serían: Desplazamientos con variaciones de ritmo (individual y grupal); Responder corporalmente a ritmos musicales.

El movimiento corporal, la relación dinámica entre espacio y tiempo se expresa en el ritmo, tanto individual como colectivo, tanto en las prácticas corporales específicas como en el deporte, la gimnasia, la danza y la vida cotidiana.

(GARDNER, 1997, pág. 32) “De la comprensión y experiencia sobre el espacio depende el desarrollo de procesos de razonamiento mecánico, operativo y matemático y de comportamientos sociales. Gardner afirma que las capacidades espaciales se pueden producir en diversidad de campos para reconocer objetos y escenas cuando se trabaja con descripciones gráficas como mapas y diagramas así como en aspectos más abstractos de la sensibilidad en la obra artística o la capacidad de abstracción para representar espacialmente elementos infinitesimales como el átomo.”

c) APROXIMACIONES A LA DANZA FOLCLORICA COLOMBIANA

(M.E.N , 2005, pág. 45) “La danza y la expresión corporal son el lenguaje del cuerpo y la lúdica que representa una forma específica de las relaciones entre los seres humanos; el lenguaje corporal manifiesta las vivencias, sentimientos, sensaciones, ideas y pensamientos que se expresan en formas de rituales, danzas y juegos. Estas manifestaciones representan buena parte de las costumbres, creencias y situaciones de la vida cotidiana de los pueblos.”

(BOUGART, 1964) “La danza es la más humana de las artes, es un arte vivo: el juego infinitamente variado de líneas, de formas y de fuerzas, de direcciones y de velocidades, concurre a la realización de perfectos equilibrios estructurales que obedecen, tanto a las leyes de la biología como a las ordenaciones de la estética”.

(QUEBEC, 1981) “Podemos definir la danza como arte en producir y ordenar los movimientos según los principios de organización interna (composición en movimientos en sí mismos) y estructuras (disposición de movimientos entre sí) ligados a una época y a un lugar dado, con el fin de experimentar y comunicar un mensaje literal, como el ballet”.

Según las definiciones anteriores y considerándose la danza como un principio didáctico de la educación física, esta se constituye en base fundamental para el desarrollo psicomotriz, socio cultural y se considera un elemento indispensable en la adopción de nuevas formas de la educación física de nuestro país, que al contar con diversidad de ritmos y expresiones dancísticas en el papel facilitarían aún más la tarea de la educación del cuerpo y mente integral del escolarizado.

Se deduce entonces que la danza folclórica es un elemento primordial para la interacción cultural, el desarrollo de las capacidades físicas, en especial las coordinativas y la educación rítmica, las tareas de representación, las composiciones de movimientos gimnásticos a modo de juegos coreográficos, la danza individual y grupal.

(1) EL FOLKORE

(ABADÍA MORALES, 2009, pág. 17) Folklore es, en esencia, la suma de conocimientos populares o el empírico saber popular. Es la cultura o autoexpresión del pueblo en cuanto el arte y la ciencia se refiere. Folklore es la palabra inglesa ideada por J. W. Thoms para designar a los conocimientos tradicionales del pueblo. La voz folklore está compuesta por dos términos: *folk*, lo popular, y *lore*, lo tradicional. En Inglaterra, la voz *lore* designó inicialmente a las canciones de cuna tradicionales; después de todas las canciones de tradición y finalmente se aplicó a todo lo tradicional. La palabra tradición se deriva del verbo latino *trado* que significa “yo entrego” y es, por tanto, todo lo que unas generaciones entregan a las siguientes. Así, el origen de la palabra folklore dice: *tradición popular*. Pero esta tradición no es científica ni se aplica a lo universal sino a tipo especial de gentes y por ello será típica. Como sólo, según Varagnac, corresponde a las “creencias colectivas sin doctrina y prácticas colectivas sin teoría”, es empírica (del griego *empeirkós* que es experto o práctico). Además debe estar vigente o viva así la definición más completa sería la *tradición popular, típica, empírica y viva*.

(2) EL FOLCLOR COLOMBIANO.

El folclor es el compendio de todas las manifestaciones de la cultura popular e incluye por lo tanto, las leyendas, los cuentos, las danzas, las tradiciones, la música y multitud de expresiones artísticas diversas. El folclor colombiano es muy rico, tanto en el número, como en la variedad de sus manifestaciones, a tal punto que cada una de las distintas regiones geográficas del país, posee sus características folclóricas propias. La Cumbia Colombiana es el baile representativo del país, es una rica expresión dejada por los africanos.

También bailes como el Fandango dejaron como descendiente al Joropo, baile muy conocido en los llanos orientales, aun así, cada departamento tiene su música y bailes que lo caracterizan porque estos son producto de su historia y de su manera de ser.

Además de las culturas andinas y africanas, se tiene como ancestro la cultura española que como las coplas, la trajeron los conquistadores; lo mismo que la costumbre de festejar a los santos Católicos como el San Pedro, célebre en el Tolima y el Huila; la fiesta de la Candelaria en Cartagena, las fiestas de la Virgen del Carmen y de la Inmaculada Concepción en todo el país.

Las más antiguas son las danzas que practicaban los indios, antes de la conquista. Se caracterizan porque se realizan en grupos para contar una historia o un hecho vivencial, como los matrimonios, antes de las cosechas o para recogerlas, la caza, la pesca, o preparase para la guerra. Luego de la conquista, los españoles llegan a presentarnos sus danzas elegantes de salón en parejas. En la colonia se imponen vales, polkas, contradanzas, bambucos, pasillos, pero nuestros ancestros africanos en las partes costeras de Colombia dieron importantes aportes, destacándose las danzas al aire libre con una gran expresividad de todo el cuerpo según los ritmos. En Colombia aún se conservan danzas de origen africano como el mapale, el congo, el currulao, el abozao, la caderona y la juga.
(<http://comunicacionydanza.blogspot.com/2009/01/historia-del-folklore-colombiano.html>)

(3) DANZAS COLOMBIANAS

Las Danzas Colombianas hacen parte de la riqueza del folklor Colombiano y Latinoamericano. Son tan variadas y de orígenes tan diversos que llegan a distinguir cada una de las regiones geográficas de Colombia, convirtiendo la cultura Colombiana en una de las más ricas del mundo. Entre las danzas colombianas mencionamos algunas, dividiéndolas en tres grupos:

1. Danzas o bailes típicos de la región costera del pacífico de Colombia
2. Danzas de la costa atlántica colombiana.
3. Danzas o bailes típicos del Interior de Colombia. (<http://danzaxiomi.blogspot.com/p/origen-de-las-danzas-folcloricas-de.html>)

Para desarrollar la propuesta se toman tres danzas las cuales cada una de ellas contiene características propias para estimular las capacidades coordinativas, las cuales son:

6. DANZA “EL CHOTIS” PARA LA ESTIMULACION DE LA COORDINACION DINAMICA GENERAL

1.6 Aportes de la danza “EL CHOTIS”

Esta danza por su composición coreográfica y ejecuciones de movimientos tanto con extremidades superiores e inferiores en coordinación armónica de todo los segmentos corporales, así como también cambios en la velocidad rítmica en momentos tanto individuales como grupales, permite que el niño experimente acciones sinérgicas y valla ajustando estos movimientos a medida que se progresa en la danza por medio de la repetición de acciones de

cadenas cinéticas, logrando así perfeccionar la ejecución y a su vez coaccione en el ahorro energético, la organización tempo espacial, la concentración y la atención, en donde se asiente e interiorice la interpretación y ejecución de la danza. Siendo así, esta danza la herramienta pedagógica con la que la coordinación dinámica general se estimule considerablemente en los niños estas edades.

Esta danza, por su complejidad de movimientos, desarrolla en el niño un mejoramiento del control corporal en su totalidad en relación con el tiempo y espacio, a su vez el niño reconoce las fortalezas y limitaciones al momento de explorar y comprende las dimensiones que genera la correcta ejecución, transmitidas inicialmente a través del juego pre dancístico.

Como esta danza posee un amplio margen gestual, figuras simples y juego de manos individuales y grupales; desarrolla en el niño expresiones acordes al ritmo y estableciendo una comunicación visual representando situaciones propias de la cultura colonial paisa implícitas en este tipo de danza.

La importancia del cuerpo en esta danza juega un papel significativo en el sentido que se interactúa con el propio cuerpo y el de los demás, resaltando la interacción social mediante el reconocimiento de la corporalidad del otro y comprendiendo el beneficio tanto grupal como individual en situaciones académicas y de la vida cotidiana.

7. DANZA “LA CHICHA” PARA LA ESTIMULACION DE LA CAPACIDAD DEL EQUILIBRIO

1.7 Aportes de la danza “LA CHICHA”

Esta danza requiere un alto grado de habilidad y destreza al momento de su interpretación puesto que se debe llevar un vaso en la cabeza lleno de líquido, a su vez se debe tener una postura ligeramente rígida desde una visión externa, pero armoniosa y relajada desde la visión propioceptiva del niño o bailarín, lo cual hace que la capacidad del equilibrio se regule y las acciones sinérgicas realizadas en la danza sean aptas para llevar a cabo cualquier movimiento o desplazamiento del cuerpo. En consideración a ello esta danza permite incluirla como herramienta pedagógica excelente para mejorar la capacidad del equilibrio en niños de estas edades.

Esta danza aparte de ser de gran aporte a la capacidad del equilibrio, precisa el control de posiciones y formas controladas durante un tiempo determinado con relación a movimientos en rutinas rítmicas, también desarrolla técnicas de respiración en el niño en una relación de acción - regulación manteniendo una respiración adecuada a un determinado trabajo que se esté realizando. Al momento del montaje dancístico se proponen diferentes situaciones de movimiento con el elemento vaso-agua a manera lúdica, ajustando los movimientos del cuerpo en la manipulación de los elementos presentes en esta danza.

Como esta danza debe ser ejecutada con cierta expresión de galantería y coquetería por parte de las mujeres y los hombres recíprocamente se logra que el niño en cierta situación dancística deje de ser niño y se apropie del rol y exprese de manera adecuada la temática de la danza. Con esta

posición base de la danza la cual consiste en mantener el vaso sobre la cabeza durante toda la danza, es una posición que favorece al cuidado de la columna vertebral al ser una posición recomendable para evitar problemas posturales.

8. DANZA “JOROPO” PARA ESTIMULAR DE LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

1.8 Aportes de la danza “JOROPO”

Unas de las características principales de esta danza, son sus cambios de ritmos repentinos y rapidez de ejecución de movimientos al momento de acompañar los instrumentos, interpretar e imitar los movimientos y sonidos de la biodiversidad propia de los llanos, donde se representan en una gran variedad de pasos auténticos de la cultura llanera, con los cuales el hombre pretende captar la atención de la mujer hasta lograr enamorarla, es por esto que se convierte en una danza que beneficia la estimulación del nivel de agilidad que presentan los niños.

Para el desarrollo motriz, esta danza por presentar momentos de reacción rápida, y que niño debe realizar en secuencias de movimientos con tiempos pre-establecidos, ésta le contribuyen a la construcción de su inteligencia motriz, donde él debe combinar distintos movimientos ágiles y coordinadamente con su pareja y sus compañeros de baile. Al contener esta danza cambios musicales de menor a mayor intensidad el niño mejorara su capacidad de reacción motriz mediante el sentido auditivo al intentar sincronizar sus movimientos dancísticos con cambios musicales. Como la temática de la danza es que el hombre coteje a la mujer mediante los movimientos típicos del joropo llanero, el niño reconoce e identifica el lenguaje tradicional regional de manera no verbal, lo cual permite expresiones atípicas en su cotidianidad escolar.

Al ser esta una danza compleja permite que el niño caiga fácilmente en errores de ejecución valorando así su capacidad para realizar la actividad desde la premisa que el error cometido es necesario para lograr su correcta ejecución.

9. ESTIMULACIÓN DEL RITMO

No hace falta implementar una danza específica para pretender estimular el ritmo, ya que en cualquier escenario dancístico musical este está implícito, de allí que cuando se enfrente a los alumnos a la ejecución de las danzas anteriores se estará mejorando adrede y por ende esta capacidad afirma (SEYBOLD, 1976, pág. 110) “su finalidad no consiste en “embellecer” un movimiento o conferirle “gracia”. Su misión es la de economizar y por ende es parte objetiva de la ejecución del movimiento.”

Como las danzas escogidas para estimular las demás capacidades coordinativas antes nombradas (Agilidad, Coordinación dinámica general y equilibrio) y una de las características comunes de estas danzas es que son realizadas en grupos, que interactúan entre si durante toda la interpretación coreográfica, en el cual describe (SEYBOLD, 1976, pág. 108) (...el ritmo estimula el movimiento mancomunado. El ritmo común conduce a la mancomunidad del grupo y hasta la respiración sincronizada). Por ello podemos estar seguros que hasta el niño menos adaptado motrizmente al ritmo impuesto, lograra una mejoría muy significativa cuando se hacen ejercicios y danzas en condiciones de grupos.

10. MARCO LEGAL

Reza el artículo 70 de nuestra constitución política del año 1991, “El Estado tiene el deber de promover y fomentar el acceso a la cultura de todos los colombianos en igualdad de oportunidades, por medio de la educación permanente y la enseñanza científica, técnica, artística y profesional en todas las etapas del proceso de creación de la identidad nacional”.

Es por ello que desde la formación en casa que es la principal en cada ser humano junto con la escuela, se debe recalcar el valor de querer nuestra tierra, nuestro país, conocer un poco más de cada cultura y hacerlo visible ante los demás, apropiándose de lo nuestro y poder hacerlo por medio de lo más hermoso que puede tener cada grupo o etnia, la danza folclórica en donde mostramos la esencia de cada región a través de nuestros cuerpos una herramienta necesaria e importante en las primeras edades de cada persona.

Más adelante en este mismo artículo de la constitución dice *“La cultura en sus diversas manifestaciones es fundamento de la nacionalidad. El Estado reconoce la igualdad y dignidad de todas las personas que conviven en el país. El Estado promoverá la investigación, la ciencia, el desarrollo y la difusión de los valores culturales de la Nación.”*

El numeral 12, artículo 5 la ley 115 de educación general: *“La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre”*

En el espacio para realizar esta propuesta está implícita nuestra personalidad, en el sentido de querer aportar el grano de arena que permita construir un mejor país atacando problemas sociales por medio de la educación física. La educación física tiene un alto valor, porque a través de esta se llega a conocer y a manejar un poco más el cuerpo, las fortalezas y debilidades que se tienen a la hora de realizar algún tipo de ejercicio o deporte, en donde a través de actividades lúdicas y deportivas el niño y la niña están utilizando mejor su tiempo libre y explorando otras maneras de adquirir nuevos aprendizajes a través de estrategias innovadoras que capten su atención, en este caso de la danza folclórica.

La ley 115 de 1994, ley general de educación nos brinda los objetivos de la educación primaria que deben desarrollar las instituciones en el cual enfatizamos en el literal “I” y “J” el cual citamos textualmente:

“I”- “El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico” Objetivo que consideramos valido para nuestros ideales de llevar a cabo este tipo de investigaciones, que más que hacer un estudio, es dejar una huella en los alumnos con los que trabajamos en el sentido que reconozcan su cuerpo como algo que deben cuidar y respetar.

J - “La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre”

Es de carácter impetuoso el formar a los niños en los ámbitos artísticos, en los cuales se les permita integrarse a diversas actividades, que se desarrollan a lo largo del calendario escolar, permitiendo generar aspectos reflexivos en la utilización del tiempo libre, creando conciencia y autonomía en su proceso de formación.

El decreto 2647 de 1985 el cual determina las innovaciones educativas y sus requerimientos nos da un panorama de las innovaciones educativas en el desarrollo de la Educación Física, en donde se conceptualiza sobre Innovación, Creatividad y su importancia en el Proyecto Educativo Institucional Colombiano, en el marco de la Ley General de Educación; la ley 115 y su decreto reglamentario 1860 del 3 de agosto de 1994, el cual reglamenta el proyecto educativo institucional y los aspectos organizativos y pedagógicos del sistema educativo los cuales nos da la mayor oportunidad a los docentes en ejercicio para innovar, proponer y validar nuevas formas de enseñar.

11. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES INVESTIGATIVAS

		CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES INVESTIGATIVAS							
		PERIODOS	2012 -1	2013-1				2013-2	
FASE	ACTIVIDAD	# SEMANAS							
1	ANTEPROYECTO	4							
2	DIAGNOSTICO		1						
3	DISEÑO PROPUESTA DIDACTICA			7					
	APLICACIÓN PROPUESTA DIDACTICA ETAPA 1 Y 2				6				
4	TOMA MUESTRA CONTRO 1					1			
5	APLICACIÓN PROPUESTA DIDACTICA ETAPA 3 Y 4						6		
6	CONTROL TEST FINALES							1	
	AJUSTES DOCUMENTO FINAL								1

Presentamos los momentos más significativos del proceso, de acuerdo con las fases establecidas en el diseño. Para un total de 30 semanas dedicadas a este proceso investigativo.

II. CAPITULO

1. PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA ESTIMULACIÓN DE LA CAPACIDADES COORDINATIVAS MEDIANTE DANZAS FOLCLÓRICAS COLOMBIANAS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL LOS GRADOS CUARTO Y QUINTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA JOSÉ BENIGNO PERILLA DEL MUNICIPIO DE SOMONDOCO BOYACÁ

DISEÑADA POR:

HERNAN ULISES ALFONSO VELASCO
JHON ERICK CARRANZA RUIZ

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
SUTATENZA BOYACA
2013

1.1 INTRODUCCIÓN

La danza como estrategia didáctica en la educación física es de gran utilidad y no desconocemos el valor que esta tiene sobre las capacidades tanto físicas coordinativas como cognitivas, pasando también por el valor cultural que este ejerce sobre la población, no solo intervenida sino en la que tiene oportunidad de llegar a observar el trabajo finalizado de esta propuesta. La danza al poseer cualidades de juego y sano esparcimiento se convierte entonces en una herramienta válida dentro de la educación física como medio para desarrollar cualquier propósito en niños, ya sea buscando la estimulación de capacidades físicas o aptitudes de expresión corporal.

Este tipo de herramientas didáctica está en marcada bajo la tendencia de la educación física denominada “Tendencia expresiva o expresión corporal” ya que aclara (CAMACHO, 2003, pág. 50) (...se da como una alternativa para lograr un trabajo extraescolar mucho más creativo dinámico y humanista; y menos directo, estereotipado y normalizado como tradicionalmente se presenta en el deporte...) es así pues que esta tendencia está expuesta en esta propuesta didáctica.

Esta propuesta didáctica tiene como eje fundamental la utilización de tres danzas como medio para estimular las capacidades coordinativas de los estudiantes del grado cuarto y quinto que se encuentran en edades de nueve (09) a doce (12) años, de la institución educativa JOSE BENIGNO PERILLA del municipio de Somondoco Boyacá. Dentro de ella encontraran como fueron utilizadas para estimular cada una de las capacidades y como fue el desarrollo progresivo de las actividades aquí plantadas.

Colombia no solo es uno de los países con mayor biodiversidad, reconocido como el país con mayor número de especies de anfibios y de aves en el mundo y ocupando siempre los primeros lugares en recursos naturales, sino que también cuenta con una muy rica multiculturalidad de la cual hacen parte sus danzas folclóricas.

Así pues trabajar con algunas danzas más representativas de nuestro país, significan para nosotros generar un aporte a la preservación intangible de las culturas, o por lo menos para mantenerlas presentes y difundir esta gran riqueza folclórica del país, para que no pase a la historia como algo insignificante y que mejor que en los niños, que en la actualidad se ven más atraídos por otro tipo de atracciones.

La Educación Física logra integrar al niño en todos los aspectos de aprendizaje para su vida cotidiana, tanto intelectuales como psicomotrices, logrando lo que sería la concientización de los problemas y requerimientos a sus necesidades psicomotrices, en este caso las deficiencias en las capacidades coordinativas; lograr estimular estas capacidades individuales con una objetividad, que sean consecuentes con el actuar, a través de aspectos cinéticos propios de la danza y cotidianos a los que se enfrenta los niños escolarizados, y a la misma vez dar herramientas para que ellos afronten y adapten de manera fácil y con más ahincó las siguientes etapas de su desarrollo físico y motriz.

2. METODOLOGIA UTILIZADA EN LA PROPUESTA DIDACTICA

1. Escoger danza folclórica:

Se seleccionaron las danza así, porque de acuerdo a la revisión teórica realizada en cuanto a las capacidades coordinativas estudiadas y de ciertas danzas folclóricas colombianas puestas en consideración, las que más apropiadas para estimular estas capacidades a estas edades son: la danza “LA CHICHA” para estimular el equilibrio, la danza “EL CHOTIS” para estimular la coordinación dinámica general, la danza “JOROPO” para estimular la agilidad y en consideración a que en todas está implícito el ritmo este se estimula simultáneamente con las tres anteriores danzas.

2. Diseñar juegos y ejercicios pre-dancísticos definir etapas de intervención

Una vez determinamos las danzas a utilizar desglosamos sus pasos básicos, se aplican y se desarrollaran en forma de ejercicios y juegos pre- dancísticos, en etapas donde los niños puedan interiorizar sus posibilidades coordinativas de manera gradual. Teniendo en cuenta las dinámicas del aprendizaje motor al que hacen referencia numerosos autores, pero que en esencia su clasificación son tres fases, una fase inicial, una intermedia y una final.

Dice (CARRASCO & CARRASCO , pág. 13) Son muchos los autores que han intentado ordenar el proceso de adquisición en grandes fases con identidad y características propias. Por ejemplo, para Fitts y Posner, son tres etapas denominadas cognitiva, asociativa y automática. Para Adams, son dos etapas, la verbal – motriz y la motriz. Para Gentile, son dos etapas, la exploración y la fijación – diversificación. Para Bonnet, la adquisición motriz se realiza en dos

estadios. Para Meinel y Schnabel, son dos etapas, la coordinación global y la coordinación fina. Para Paillard, son la puesta en acción de la solución del problema y la automatización de dicha solución.

(CARRASCO & CARRASCO , pág. 13) Afirman que: “Sea cual fuere la clasificación, la adquisición motriz presenta una clasificación base, dividida en tres fases, las cuales son:

Fase inicial.

(REVOREDO RAMOS & RODRIGUEZ VERDURA, 2001) El pedagogo explica y demuestra, el ejecutante escucha y observa al pedagogo y comienza a fijar e integrar las representaciones, después el ejecutante comienza a ejercitar para ir estructurando las representaciones. Los métodos sensoperceptuales y verbales son determinantes para la formación de la imagen ideomotriz.

1) La fase inicial presenta las siguientes características:

- Captar y adquirir la imagen motriz a través de la percepción visual. A partir de ahí, se enriquece con nuestra experiencia.
- Elaboración mental de la estructura del movimiento.
- Comprender: qué, dónde y cómo hacer. Comprender la idea es lo importante.
- Elaboración mental del plan de acción en base a ese cómo.
- Variedad de errores.

- Falta de consistencia en el gesto.
- Movimiento poco refinado y poco dissociado
- Movimiento poco ajustado en esfuerzo. Normalmente hay más esfuerzo del que necesita para realizar la acción.
- Control visual del movimiento. Los feed – back sensoriales le llegan a través de la vista.
- Costoso en energía física y cognitiva.
- Duración variable según la complejidad y la exigencia de la tarea, la experiencia y capacidad de los alumnos y la frecuencia de la práctica.

Fase intermedia

(REVOREDO RAMOS & RODRIGUEZ VERDURA, 2001) El pedagogo controla fallas y movimientos innecesarios que ejecuta el educando, el ejecutante comienza a autorregular sus operaciones y acciones perfeccionando sus representaciones manteniendo la psicohigiene del movimiento. Los métodos prácticos ocupan el centro, dentro de ellos los invariables y después los variables ya sean de forma global o fraccionada.

2. La fase intermedia presenta las siguientes características:

- Selecciona con facilidad la información. Hay una gran mejoría respecto a la etapa anterior.
- Atención hacia acciones segmentarias. Ahora es capaz de dissociar la acción de un segmento respecto a otro.

- Consolida una imagen del momento creando un trazo perspectivo que se almacena para ser utilizado como experiencia en otros momentos.
- Disminución considerable de errores. Empieza a asociar lo que hace con lo que debería hacer.
- Disociación de acciones segmentarias. Se sincronizan momentos distintos realizados por segmentos distintos. Los momentos son más refinados y ajustados.
- Sincronización.
- Consistencia de movimientos. Para que se automatice debe desaparecer el mayor número de errores posibles.

Fase final.

(REVOREDO RAMOS & RODRIGUEZ VERDURA, 2001) El pedagogo maneja psicopedagógicamente los pequeños detalles y estimula los éxitos, el ejecutante exterioriza las operaciones y acciones con la calidad, rapidez exigida y es capaz de dar una solución óptima a los diversos imprevistos que surjan durante la ejecución de la acción motriz. Los métodos prácticos (variables) son muy importantes.

3. La fase final presenta las siguientes características:

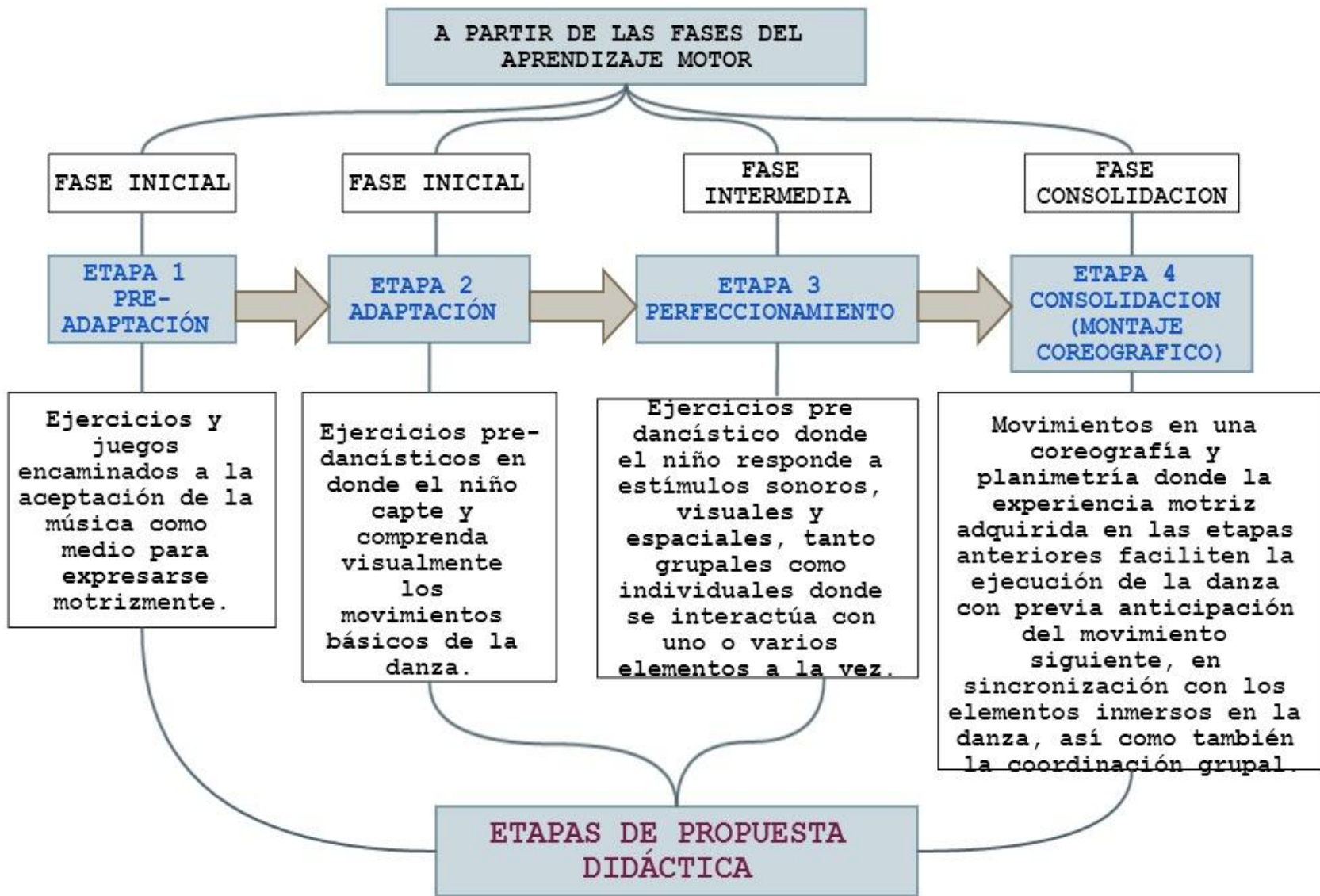
- No se precisa atención consciente al momento, ya que, el momento está automatizado.
- Control kinestésico.
- Momentos automatizados y subrutinas integradas con economía y fluidez.

- No existencia de errores importantes.
- Dominio total de la situación que nos permite anticiparnos al movimiento que se va a producir.
- Adquisición de un sello personal. Sobre las automatizaciones de los momentos puede incluir variedades personales.

Para esta fase del aprendizaje motriz se relaciona con la etapa de la propuesta donde se da el montaje de la danza, aclarando que para esta fase en el aprendizaje se da con años y años de experiencia, que solo lo consiguen los profesionales en cualquier profesión deportiva. Pero en este caso es la consolidación de las acciones motrices propuestas.

(REVOREDO RAMOS & RODRIGUEZ VERDURA, 2001) Las etapas del aprendizaje (Estudio inicial, Profundización y Perfeccionamiento) constituyen un proceso pedagógico de carácter subjetivo que tiene que ajustar sus tareas al proceso objetivo de acuerdo con el nivel del aprendizaje que se encuentre el sujeto.

Concretando con ello las etapas para el desarrollo de la propuesta las cuales se relacionan en el siguiente diagrama:



3. Métodos de enseñanza

Utilizaremos tres de los ocho métodos de enseñanza de la educación física clasificados por (MOSKA MOSSTON 1982) el cual plantea la idea de “*espectro de estilos*” los cuales son:

Mando directo: todas las decisiones las toma el profesor: los objetivos, contenidos, actividades y evaluación. El alumno mantiene un papel pasivo con muy pocas opciones de tomar decisiones. La organización es más formal y resulta muy difícil individualizar. Esta forma de enseñanza ha sido y es muy utilizada en educación física, sobre todo en aquellos contenidos en los que se pueden enseñar modelos (deportes, danzas o preparación física).

Este método lo aplicamos en todo el proceso específicamente en las etapas de pre adaptación y consolidación en ejercicios en donde se muestra visualmente el movimiento que se desea se consolide por el niño, corregimos los errores y damos una indicación de intensidad con la cual se debe realizar el ejercicio, realizando así mismo el montaje de la danza.

Asignación de Tareas: la diferencia fundamental con el mando directo y su modificación, es que el alumno asume parte de las decisiones interactivas referentes a la posición y organización de los mismos y al ritmo de ejecución. Supone un paso más hacia la autonomía e individualización del alumno.

Resolución de problemas: Es el estilo más representativo de la técnica de Indagación o búsqueda. El alumno es el verdadero protagonista del proceso de enseñanza-aprendizaje. Es el nivel más avanzado dentro de los estilos cognoscitivos, el alumno debe encontrar la respuesta por sí solo, a través de la búsqueda.

Estos dos métodos los aplicamos las etapas de adaptación y perfeccionamiento en donde los ejercicios y juegos pre dancístico, el niño deberá superar una serie de obstáculos y dificultades para conseguir un objetivo, pero siempre siguiendo las reglas básicas que se les asignan, en este caso se busca que la tarea motriz se desligue del movimiento dancístico pero que se automatice con la consecución del objetivo, los errores técnicos son corregidos a medida que se aplican variantes.

(ASHWORTH & MOSSTON, 1994, pág. 26) Los postulados de la Didáctica de la Educación Física recomiendan la necesidad de una simultaneidad de los estilos de enseñanza para el desarrollo integral del niño/a, constatándose que no existe ningún estilo que pueda considerarse el mejor por sí sólo, sino que es el total de experiencias de todos ellos lo que determina el desarrollo adecuado del individuo hacia su formación.

4. PRESENTACION DE LA DANZA

Tiene como objetivo mostrar el resultado de las sesiones en las cuales se aplicaron distintos juegos y momentos dancísticos los cuales se ven reflejados en un trabajo de equipo coordinado y planteado en una coreografía y planimetría.

3. INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

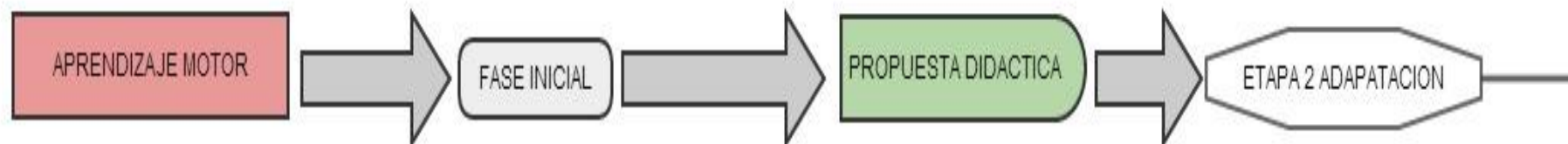
- Test de Agilidad: en este test se busca determinar el nivel de rapidez con que el niño es capaz de reaccionar bruscamente a cambios de velocidad y dirección en un espacio y tiempo determinado.
- Test de equilibrio: en el cual se busca obtener el comportamiento de esta capacidad en los niños al interferir un factor desequilibrante. Este se recomienda hacerse en condiciones de total concentración para obtener mejor la información.
- Test de Coordinación general: este test busca determinar el nivel de coordinación general, es decir, el dominio total de cuerpo en la acción de movimiento para lograr un objetivo.
- Ficha de observación directa del ritmo: con este buscamos hacer una caracterización de las cuatro dimensiones del ritmo en los niños mediante una observación de manera grupal.

Se aplicaran en tres oportunidades los test una muestra inicial, una intermedia y una final.

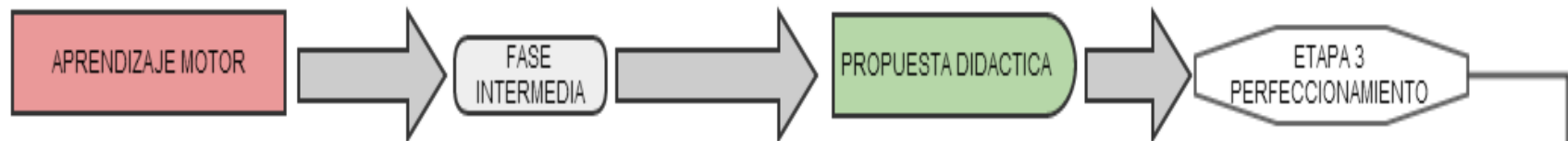
4. DESARROLLO DE ETAPAS



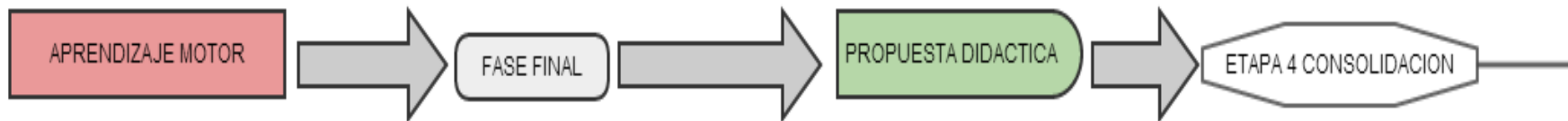
TIPO DE ACTIVIDADES	DESARROLLO	MÉTODOS	OBSERVACIONES
<p>Son actividades muy sencillas lúdicas y de fácil comprensión, ya que permiten que el niño forme una idea básica de las acciones a estimular en las siguientes etapas, donde lo importante es que comprendan e interioricen el gesto motor; para esto se utilizaron juegos tradicionales de congelados y ponchados (adaptados), juegos de competición grupal e individual, ejercicios de interacción grupal; el objetivo de estas actividades es introducir al niño en los pasos más básicos de las danzas de manera que ellos se familiaricen por medio de los juegos propuestos hacia estas acciones motrices propias de las danzas utilizadas (Danza la chicha, el chotis y el joropo); con ello estimulando desde la primera actividad propuesta las capacidades coordinadoras que es el eje central de esta propuesta.</p>	<p>ver sesión 1: pre adaptación Danza chotis.</p> <p>ver sesión 1: pre adaptación Danza La Chica.</p> <p>ver sesión 1: pre adaptación Danza Joropo</p>	<p>Se utilizó en mayor medida el método de comando directo, donde se explicaba la dinámica de la actividad propuesta y se realizaba un ejemplo o demostración, para que visualmente los niños comprendieran mejor la acción motriz requerida en cada una de las actividades centrales propuestas. El ejemplo en la mayoría de los casos lo realizó un alumno que hubiese comprendido la actividad, utilizamos estrategias por equipos para diferenciar grupos por medio de colores o nombres que ellos mismos escogían, estrategia de motivación al momento de competición ellos animan al compañero, con ello se estimulaba el respeto y la honestidad.</p>	<p>Los niños respondían satisfactoriamente a estas nuevas experiencias lúdicas y motrices, ya que se captó de manera amplia sus expectativas de la clase de educación física. Para esta etapa los niños en estas actividades estaban muy renuentes al contacto con el sexo opuesto, también se notó que con avanzar de las sesiones el ritmo grupal fue mejorando, no fue difícil para como docentes aplicar las actividades ya que ellos mostraban gran interés y sus experiencias motrices anteriores a nuestra llegada facilitaban aún más lo propuesto, a tal punto que llegaban a ser muy fáciles y por ende la actividad debía ser cambiada o improvisar con variantes al instante.</p>



TIPO DE ACTIVIDADES	DESARROLLO	MÉTODOS:	OBSERVACIONES
<p>Actividades un poco mas dinámicas y con objetivos mas específicos que en la etapa anterior, utilizamos el juego de balón mano (adaptado), un juego de agilidad denominado quita la cinta, ejercicios y juegos grupales e individuales en los calentamientos, cada una de estas actividades por sus características fueron adaptadas para enlazar gestos propios de las danzas, tanto del tren superior como inferior, dando así continuidad al proceso de estimular las capacidades coordinativas. El objetivo de estas actividades en general es buscar que el niño se esfuerce un poco mas en la consecución del juego, pero sin dejar de lado el gesto motriz propuesto ; es decir que piense un poco mas antes de actuar, así reforzar la imagen ideomotriz del gesto.</p>	<p>ver sesión 2: adaptación danza chotis.</p> <p>ver sesión 2: adaptación danza la chicha.</p> <p>ver sesión 2: adaptación danza joropo</p>	<p>Utilizamos de igual manera el método de comando directo, en momentos en los cuales se debe ser específico en la explicación de las actividades, y el método de resolución de problemas en la actividad como tal, donde los niños debían buscar la solución por si mismo a través de la repetición de la acción.</p> <p>cuando el niño en medio del juego realizaba mal u olvidaba hacer el gesto, se ponía la condición de que debería devolverse realizar el gesto propuesto correctamente; con ello corregíamos los posibles errores que son muy comunes en la fase inicial del aprendizaje motor.</p>	<p>La mayoría de los niños cometía errores en sus primeros intentos, mejorando la ejecución con el transcurrir de la actividad, la repetición y las variantes del ejercicio. Las objeciones de hacer pareja con un compañero del sexo opuesto disminuyo considerablemente.</p> <p>La introducción de manejo del elemento del agua y el vaso se nos trajo en estimulación y motivación por la actividad pero a su vez fue factor de desorden que pudimos controlar en su momento.</p> <p>La duración los ejercicios fue demasiado extensa en algunas ocasiones, por lo cual mientras el niño esperaba su turno se desconcentraban y perdíamos por lapsos de tiempo el orden y disciplina de la sesión, con lo cual debíamos improvisar e involucrar a todo el grupo o por lo menos a la gran mayoría en trabajos grupales.</p>




TIPO DE ACTIVIDADES	DESARROLLO	MÉTODOS	OBSERVACIONES
<p>Actividades de con juegos y ejercicios de mayor complejidad, se utilizaron juegos de calentamiento como medio activación del tren inferior y superior. Se utilizo juegos a modo de circuitos para estimular la agilidad y el equilibrio por parejas e individualmente.</p> <p>Estos ejercicios y juegos lo que buscan es potenciar al máximo la ejecución de gestos con el menor numero de errores posible, generando una armonía y fluidez de movimientos aproximarse a la automatización o perfeccionamiento.</p>	<p>ver sesión: etapa 3 perfeccionamiento danza chotis</p> <p>ver sesión: etapa 3 perfeccionamiento danza la chicha.</p> <p>ver sesión: etapa 4 perfeccionamiento danza joropo</p>	<p>En primera medida utilizamos el comando directo, en una representación visual de la actividad, ya que en esta fase del aprendizaje motor debe estar al mínimo el error, el cual corregimos mediante este método. El método de asignación de tareas lo utilizamos en la parte de los circuitos ya que en cada una de las estaciones los niños tenia que cumplir un objetivo específico sin dejar de lado la correcta ejecución del gesto, siendo así cada vez mas técnico el gesto motriz que se quiere representar. Como en la etapa anterior el método de resolución de problemas en la actividad como tal; cuando el niño en medio del juego realizaba mal u olvidaba hacer el gesto, se ponía la condición de que debería devolverse y realizar el gesto propuesto correctamente; con ello corregíamos los posibles errores.</p>	<p>Ya en esta etapa el niño cuenta con una experiencia previa de los gestos básicos de las danzas con lo cual podemos avanzar hacia la etapa final que se consideramos es paso hacia la consolidación. También se presento una auto corrección entre ellos mismos, ya que a esta altura del proceso, sabían para que se estaba trabajando y con que fin; es decir que lo que se hacia en los juegos son la base para la danza que se propone montar con ellos. De ahí que se acercaban a indagar si lo estaban haciendo bien.</p> <p>También hubo gran compromiso por parte de la mayoría de ellos, en cuanto a la consecución de algún material didáctico solicitado. En esta y la anterior etapa cuando se realizaban juegos y ejercicios a modo de competencia; algunos se preocupaban mas por ser los primeros y no en ejecutar bien los ejercicios.</p>

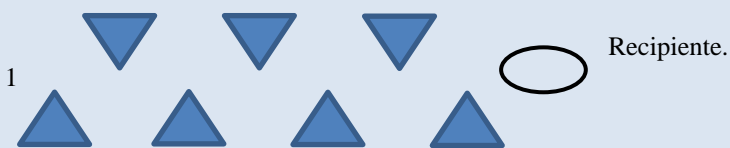


		METODOS	OBSERVACIONES
<p>TIPO DE ACTIVIDADES: Tipo de actividades</p> <p>Se realiza el montaje coreográfico de las distintas danzas "El Chotis", "La Chicha", "Joropo", para consolidar el proceso de las etapas anteriores.</p> <p>Se presentadas a la comunidad y son puestas a consideración de como valoración subjetiva del proceso.</p> <p>Pausas activas con juegos distintos a las planteadas para las danzas; espejo humano, golosa de coordinación, brazos enredados, siéntate en mis piernas entre otras .</p>	<p>DESARROLLO</p> <p>Ver: sesión 4 consolidación danza EL CHOTIS</p> <p>Ver: sesión 4 consolidación danza LA CHICHA</p> <p>Ver: sesión 4 consolidación danza JOROPO</p>	<p>Se dará a conocer la coreografía y planimetría de la danza la cual se va hacer su respectivo montaje, seguido de la demostración de cada una de los pasos por método de comando directo, para evitar el mínimo de error, pues en esta etapa no se permite ninguno de ellos, después se sigue con el método de resolución de problemas, debido a que el niño deberá mantener el ritmo de la melodía y a su vez coordinar tanto individual como en grupo, en caso de equivocación de algunos de ellos se inicia nuevamente la coreografía, además deberá ejecutar los movimientos de manera fluida y con el menor gasto de energía posible, también poniendo en práctica la experiencia previa adquirida durante todo el proceso para anticiparse a las acciones, en este caso al paso siguiente de la danzas, para que de este modo la danza se presente lo más limpia posible.</p>	<p>Es pertinente hacer pausa entre ensayo y ensayo para que el niño no pierda la motivación, ya que estas sesiones se tornan un poco monótonas para ellos.</p> <p>Es recomendable realizar los ensayos en un lugar donde no allá posibles distracciones.</p> <p>El sonido debe estar lo mas claro posible para que sea captado con facilidad.</p> <p>Se recomienda hacer ensayo con la indumentaria para acostumbrar al niño a esta vestimenta.</p> <p>Antes de la presentación realizar un ensayo previo en el escenario donde se va demostrar el trabajo coreográfico.</p>

5. SESIONES DE CLASES

1.5 DANZA EL CHOTIS

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSE BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Introducir acción motora básica danza el Chotis			
ETAPA: Pre-Adaptación	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo	TEMÁTICA: Danza “El Chotis”	SESIÓN: 1
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	<p>Comenzaremos en el salón con el llamado de lista</p> <p>Pasaremos al patio, realizaremos un calentamiento y estiramiento, con juegos de la mancha y sus diferentes variantes.</p> <p>Juego de la mancha: se ubica un niño en el centro del espacio, los demás trataran de pasar de un lado a otro si ser cogidos, el niño que sea cogido se tomara de la mano con el que inicio en el centro para atrapar a los demás compañeros, para sí hacer cada vez más grande la mancha e impedir el paso a los demás, estos continuaran pasando hasta que quede uno solo.</p>		
CENTRAL	<p>Se utilizara el juego tradicional de ponchados, pero el desplazamiento de tanto el que poncha como el que debe ser ponchado, deberá ser con el paso básico de la danza “el chotis” talón de pie adelante, punta de pie atrás, y avanza dos pasos con un traspie, alternando el pie de inicio, derecho e izquierdo.</p>  <p>Utilizaremos el juego tradicional de congelados con la variante que para ser descongelado se tiene que: un compañero se ubicara tras de él que está congelado, luego pasar por entre sus piernas, se levanta y hace un giro por su hombro izquierdo, luego chocar las palmas de las manos dos veces, de esta manera quedara descongelado.</p>		Balón de felpa
FINAL	<p>Actividad de vuelta a la calma: explicación y ejecución de estiramientos pasivos y activos, proceso adecuado del control de la respiración.</p> <p>Breve explicación de la historia y pasos básicos de la danza “la chicha”.</p>		
OBSERVACIÓN			

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Afianzar y reforzar gestos y acciones motrices de la danza tanto en tren superior como inferior.			
ETAPA: Adaptación	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo, asignación de tareas y resolución de problemas.	TEMÁTICA: Danza “El Chotis”	SESIÓN: 2
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	<p>Calentamiento a través del juego “pies juntos”: Los alumnos se reúnen, formando un círculo, en el centro del terreno de juego, y el jugador que la liga se coloca en el centro del círculo con la pelota. Este jugador lanza la pelota hacia arriba, verticalmente, y a la vez dice el nombre de un compañero que debe recoger la pelota lo antes posible y gritar pies quietos. Los demás jugadores que hasta ese momento se alejaban de la pelota, permanecerán inmóviles. El jugador nombrado y en posesión de la pelota, lanzará desde donde la haya cogido a uno de los jugadores para intentar tocarle. El jugador podrá mover el cuerpo para intentar esquivar la pelota pero sin despegar los pies del suelo. Si la pelota lanzada toca al jugador, será éste el que lance la pelota al aire una vez agrupados los jugadores. Si la pelota no toca al jugador, volverá a lanzarla el mismo.</p> <p>Variante: los jugadores no deberán ver el lanzador es decir se dispondrán de espaldas a él.</p>		Balón de felpa o pelota de caucho pequeña
CENTRAL	<p>Ubicaremos dos grupos de igual número de participantes, cada grupo ubicara sus integrantes de la siguiente planimetría;</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>En esta posición el primer integrante (1) tendrá un objeto en cada mano, a la señal inicia con un desplazamiento con giro completo por su lado izquierdo, a terminar el giro de 360 grados deberá quedar ubicado frente a su próximo compañero, el cual le entregara los objetos a la altura del pecho. Y este iniciara el mismo procedimiento, manteniendo esta secuencia hasta el último integrante de grupo, el cual deberá realizar su giro y depositar los objetos en un recipiente. De regreso la misma ejecución de movimientos por la derecha, teniendo esta vez que chocar sus palmas dos veces, hasta el integrante número (1). El objetivo será trasladar los objetos lo más ordenadamente posible al recipiente.</p> <p>Variante: en fila, en círculo, el niño que se equivoque sale y otro toma su puesto</p>		<p>Objeto pequeño (pimpón, palo de madera 20 cm)</p> <p>Recipiente</p>
FINAL	Actividad de vuelta a la calma: explicación y ejecución de los pasos básicos de la danza “El Chotis” al ritmo de la melodía.		Grabadora
OBSERVACIÓN:			

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Potenciar al máximo gestos motrices de la danza, con menor número de errores.			
ETAPA: Perfeccionamiento	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo, asignación de tareas y resolución de problemas.	TEMÁTICA: Danza “El Chotis”	SESIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	<p>Calentamiento: se desplazaran en un espacio determinado, a la señal (palmada, sonido del pito) aumentan su velocidad, al llegar al límite del espacio o encontrarse con un compañero, realizar un giro rápidamente y continuar hacia una nueva dirección.</p> <p>Variantes: cuando se encuentren con un compañero, salto y giro al mismo tiempo; chocar las palmas de sus manos por tres veces y continuar; dar giro chocar las palmas girar de nuevo y nuevamente chocar sus manos.</p>		
CENTRAL	<p>Ejercicios por parejas; cada pareja deberá llevar sin usar las manos un objeto sostenido (bomba, pelota, hoja de papel) a la altura del pecho, tomados de las manos (hombre derecha, mujer izquierda), la otra en cadera de su pareja, ir hasta donde está el cono en línea recta y regresar cambiando la mano (hombre izquierda, mujer derecha).</p> <p>Variante: cambiar de objeto, distintas formas de desplazamiento (en traspiés, saltando, dando giros, levantar y bajar las manos por las cuales están tomados), llevar una cantidad de objetos en un tiempo determinado.</p>		
FINAL	Explicación de los pasos y desplazamientos básicos de la danza “el chotis” al ritmo de la melodía.		Grabadora, Melodía del chotis
OBSERVACIÓN:			

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Afianzamiento de los gestos motrices de la danza, en una coreografía y planimetría			
ETAPA: Consolidación	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo, asignación de tareas y resolución de problemas.	TEMÁTICA: Danza “El Chotis”	SESIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	Calentamiento a modo de aero-rumba: para elevar el ritmo cardiaco, temperatura corporal y generar en el niño adaptaciones rítmicas para el inicio del montaje coreográfico de la danza del chotis.		Grabadora
CENTRAL	Explicación y montaje de la planimetría y coreografía de la danza el chotis. Pausa activa: juego del espejo; este juego consiste en formar dos hileras paralelas, un compañero frente al otro, una hilera serán los espejos, la otra realiza los movimientos libremente, los de la hilera de espejos imitaran los movimientos, luego se cambian los papeles entre ellos.		Grabadora
FINAL	Corrección y continuación del montaje coreográfico de la danza el chotis		Grabadora
OBSERVACIÓN: Se recomienda que para el trabajo del montaje coreográfico se realicen más de dos sesiones de trabajo.			

2.5 DANZA LA CHICHA

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Introducir acción motora básica danza La Chicha			
ETAPA: Pre-Adaptación	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo	TEMÁTICA: Danza “La Chicha”	SESIÓN: 1
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	<p>Calentamiento: se realizara con desplazamiento indicados al sonido del pito, involucrando cada una de las partes del cuerpo, en distintas combinaciones de movimientos en una distancia de 20 metros y regresando caminando a modo de recuperación.</p> <p>Caminar libremente con el vaso sobre la cabeza para la adaptación y manipulación del objeto.</p>		Pito
CENTRAL	<p>Separar el total de niños en 2 grupos, con igual cantidad de integrantes, se ubicara cada equipo a 20 mts, de distancia de un recipiente con agua, el participante deberá ir corriendo hasta el recipiente con un vaso en la mano, al llegar lo deberá llenar de agua, lo ubicara sobre su cabeza mantenerlo en equilibrio y regresar al punto de partida conservando la mayor cantidad de agua posible, depositarla en un recipiente hasta completar cierto nivel.</p> <p>Con variantes en diferentes recorridos como: ir, volver de frente con paso básico de la danza, ir devolverse de espaldas, ir y volver en recorrido de zigzag, ir y volver y dar vuelta a cada cono y continuar el recorrido.</p>		Recipiente con agua, vaso
FINAL	Breve explicación de la historia y pasos básicos de la danza “la chicha”. En el puesto y en desplazamiento.		
OBSERVACIÓN: Se recomienda hacer la parte final sin el vaso en la cabeza, ya que su experiencia manipulando este objeto es mínima y distrae la correcta ejecución del tronco inferior.			

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Afianzar y reforzar gestos y acciones motrices de la danza tanto en tren superior como inferior.			
ETAPA: Adaptación	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo, asignación de tareas y resolución de problemas.	TEMÁTICA: Danza “La Chicha”	SESIÓN: 2
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	Calentamiento a modo del juego “Balón Mano”: se jugara con las reglas básicas de este deporte, con variante como: desplazarse con paso básico de la danza la chicha.		Pelota mediana de caucho
CENTRAL	<p>Separar el grupo en igual número de estudiantes, este circuito pre dancístico está diseñado para que cada integrante del grupo salga con un vaso de agua en la cabeza y al finalizar el recorrido llegue con la mayor cantidad de agua posible, vertiéndola en un recipiente hasta un tope establecido y realizado por revelos.</p> <p>El recorrido será el siguiente: sale en línea recta, tendrán que agacharse para superar una serie de cuerdas a bajo nivel, luego tendrán que realizar una vuelta alrededor de una serie de conos, (simulando la vuelta de la danza), luego subirán y bajaran por las escaleras, luego pasaran realizando mayor equilibrio por un estrecho camino de paso (30 cm alto) y por ultimo depositar el agua con la que se llega recipiente, enseguida se regresara al punto de partida y entregar el vaso al siguiente compañero para que este inicie el recorrido.</p>		Recipiente, agua, vaso, conos, cuerdas, escaleras
FINAL	Explicación de los pasos y desplazamientos básicos de la danza “la chicha” al ritmo de torbellino.		Grabadora
OBSERVACIÓN:			

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Potenciar al máximo gestos motrices de la danza, con menor número de errores.			
ETAPA: Perfeccionamiento	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo, asignación de tareas y resolución de problemas.	TEMÁTICA: Danza “La Chicha”	SESIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	Calentamiento y estiramiento guiado enfocado en el tren inferior para activar los músculos que van a intervenir en la parte central de la sesión de clase.		
CENTRAL	<p>Se ubican a los niños en una sola fila (uno atrás de otro) para luego pasar por un obstáculo de equilibrio elaborado en tubos para estimular la capacidad de equilibrio en diferentes maneras y puntos de apoyo.</p> <p>Desplazamiento por parejas: de frente; de lado; hacia atrás; con y sin vaso. Desplazamiento individual: de frente; de lado; hacia atrás; en uno y dos apoyos, con y sin vaso.</p>		<p>Obstáculo de equilibrio</p> <p>Recipiente con agua, vaso</p>
FINAL	Explicación de los pasos y desplazamientos básicos de la danza “la chicha” al ritmo de torbellino.		Grabadora, Melodía de torbellino
OBSERVACIÓN: El calentamiento se recomienda que sea pasivo ya que puede elevar demasiado la ansiedad o adrenalina y no realizar las pruebas con gran concentración y equilibrio.			

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Afianzamiento de los gestos motrices de la danza, en una coreografía y planimetría			
ETAPA: Consolidación	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo, asignación de tareas y resolución de problemas.	TEMÁTICA: Danza “La Chicha”	SESIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	Calentamiento a modo de aero-rumba: para elevar el ritmo cardiaco, temperatura corporal y generar en el niño adaptaciones rítmicas para el inicio del montaje coreográfico de la danza la chicha.		Grabadora
CENTRAL	<p>Explicación y montaje de la planimetría y coreografía de la danza la chicha.</p> <p>Pausa activa: siéntate en mis piernas; consiste en formar un círculo tomados de la cadera de su compañero, comenzar flexionar las rodillas hasta apoyar los glúteos sobre las piernas del compañero que se encuentra atrás, cuando todos estén en esta posición, levantar las manos y mantener durante 10 segundos.</p>		Grabadora
FINAL	Corrección del montaje coreográfico de la danza la chicha.		Grabadora, Melodía de torbellino
OBSERVACIÓN: Se recomienda que para el trabajo del montaje coreográfico se realicen más de dos sesiones de trabajo.			

3.5 DANZA JOROPO

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Introducir acción motora básica danza Joropo			
ETAPA: Pre-Adaptación	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo	TEMÁTICA: Danza “Joropo”	SESIÓN: 1
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	<p>Calentamiento a modo juego, por parejas tocar a sus compañeros en una parte del cuerpo asignada por el profesor. Ejemplo: cabeza, hombros, abdomen, entre otros.</p> <p>Estiramientos y elongaciones pasivas en parejas.</p>		
CENTRAL	<p>Juego “Mata la Cucaracha”: se forman por parejas de igual estatura y tomados de sus dos manos; este juego consiste en tratar de pisotear la mayor cantidad de veces a su compañero mutuamente sin soltarse de las manos. El niño que logre hacerlo menos veces tendrá un castigo (sentadillas, abdominales, entre otros) a decisión del docente.</p> <p>Variantes: límite de tiempo, de tres o cuatro integrantes, numero de pisadas (ej. 10 veces).</p> <p>Ubicados por parejas nuevamente, deberán pasar por recorrido de conos en zigzag, llevando a 4 manos un plato el cual tendrá un vaso con agua en el centro, que deberán llevarlo al final del recorrido y verterlo en un recipiente. Hecho esto se regresaran de igual manera lo más rápido posible al punto de partida para que salga la siguiente pareja.</p>		<p>Recipiente con agua, vaso, plato desechable, conos, aros</p>
FINAL	Breve explicación de la historia y pasos básicos de la danza “Joropo”.		
OBSERVACIÓN:			

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Afianzar y reforzar gestos y acciones motrices de la danza tanto en tren superior como inferior.			
ETAPA: Adaptación	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo, asignación de tareas y resolución de problemas.	TEMÁTICA: Danza “Joropo”	SESIÓN: 2
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	<p>Calentamiento a modo del juego “Quita la cinta”: cada integrante tendrá una cinta de 25 cm de largo. Para demostrar su destreza al momento de robar la cinta.</p> <p>El juego consiste en tratar de robarle la cinta a la mayoría de compañeros posible. Variante: por equipos, cada uno con cinta de un color, tratar de robar la mayoría de cintas al equipo contrario en un tiempo y espacio determinado.</p>		Cintas de colores
CENTRAL	<p>Circuito de agilidad: llevar los conos al lado contrario de donde se encuentran, desplazarse pisando los puntos marcados en el piso con el pie contrario al que se encuentra el punto (punto al lado derecho con pie izquierdo; punto lado derecho), luego pasar por sus compañeros en zigzag, ir donde su compañero ubicado a cinco metros darle dos vueltas y regresar haciendo el recorrido nuevamente al punto inicial. Variante: individual y por parejas ubicados uno frente al otro y tomados de sus dos manos.</p>		Conos, tiza
FINAL	<p>Actividad de vuelta a la calma: explicación y ejecución de los pasos básicos de la danza “Joropo” en el puesto y en desplazamiento.</p>		
OBSERVACIÓN:			

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSÉ BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Potenciar al máximo gestos motrices de la danza, con menor número de errores.			
ETAPA: Perfeccionamiento	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo, asignación de tareas y resolución de problemas.	TEMÁTICA: Danza “Joropo”	SESIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	Calentamiento a modo del juego “Polo con caballos humanos”: por parejas de igual peso en lo posible; este juego consiste en formar dos grupos de igual cantidad de parejas, un compañero llevara sobre su espalda a su pareja, este llevara un palo de madera de 120 cm, con el cual deberá golpear una pelota y dirigirla al arco contrario para lograr una anotación. Durante el juego las parejas podrán invertir los papeles para no cansarse demasiado. Gana el equipo que logre hacer mayor número de anotaciones.		Palo de madera de 120 cm, Pelota mediana de caucho
CENTRAL	Circuito: por parejas y atados por sus pies por una cuerda de 30 cm, realizar el recorrido en el menor tiempo posible manteniendo la posición uno frente al otro; recorrido: en zigzag por los conos, dar giro alrededor de los conos, rodear las figuras geométricas dibujadas en el piso uno dentro y el otro fuera de ella, se dirigen al punto final. Variantes: la pareja debe llevar un plato tomado con las cuatro manos manteniendo un vaso con agua sobre él y tratar de mantener la mayor cantidad de agua posible y depositarla en un recipiente a modo de competencia por parejas o grupo.		Conos, tiza
FINAL	Actividad de vuelta a la calma: corrección y ejecución de los pasos básicos de la danza “Joropo” en el puesto y en desplazamiento al ritmo de la melodía.		Grabadora, Melodía de Joropo
OBSERVACIÓN:			

SESIÓN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA “JOSE BENIGNO PERILLA”			
OBJETIVO: Afianzamiento de los gestos motrices de la danza, en una coreografía y planimetría			
ETAPA: Consolidación	METODO DE ENSEÑANZA: Comando Directo, asignación de tareas y resolución de problemas.	TEMÁTICA: Danza “Joropo”	SESIÓN: 4
	DESCRIPCIÓN		MATERIALES
INICIO	Calentamiento a modo de aero-rumba: para elevar el ritmo cardiaco, temperatura corporal y generar en el niño adaptaciones rítmicas para el inicio del montaje coreográfico de la danza Joropo.		Grabadora
CENTRAL	<p>Explicación y montaje de la planimetría y coreografía de la danza Joropo.</p> <p>Pausa activa: juego “Brazos Enredados”: este juego consiste en formar grupos de más de cinco niños, los cuales se tomaran de las manos alternando las manos y al compañero con el que toma las manos, para tratar de hacer un nudo con los brazos, luego tratar de desenredarse sin soltar su manos.</p>		Grabadora, Melodía de Joropo
FINAL	Corrección del montaje coreográfico de la danza Joropo		Grabadora, Melodía de Joropo
OBSERVACIÓN: Se recomienda que para el trabajo del montaje coreográfico se realicen más de dos sesiones de trabajo.			

III. CAPITULO

1. CONCLUSIONES

- La danza tienen una relación muy directa en cuanto a su naturaleza rítmica y la realización de tareas específicas de las capacidades coordinativas, además de su afinidad para estimular de manera excepcional la capacidad del ritmo.
- El desarrollo y puesta en marcha de la propuesta es viable y propicio el estimular las capacidades coordinativas en las edades en las que están los niños intervenidos lo cual optimiza los procesos del aprendizaje motor.
- La evaluación por medio de test sencillos es una herramienta de seguimiento útil para el control de procesos en los cuales dan cuenta del avance o no de lo planteado en la propuesta de estimulación de habilidades coordinativas.
- La danza puede ser una estrategia válida y acorde con los objetivos planteados, aportando a sí en los procesos del aprendizaje motor de los niños de las edades entre 9 y 12 años tanto en niños como en niñas.
- Esta propuesta si bien no innova en el ámbito educativo, se refuerzan las teorías de los beneficios de la danza para la educación física, por supuesto que; puesta en práctica en procesos formativos para los niños ya que se pueden manejar multiplicidad de estrategias, nuevos medios de estimulación y motivación a las acciones motrices.
- Para la Educación Física escolar es pertinente introducir procesos en los cuales se estimulen estas capacidades en particular ya que se confirma la capacidad para adquirir

y reforzar aspectos motrices específicamente de las habilidades coordinativas en estas edades trabajadas.

- La experiencia es muy significativa en cuanto el proceso de enseñanza aprendizaje, ya que los educandos presentan cambios positivos en sus capacidades coordinativas, demostrando así que cada uno de los ejercicios y juegos dancísticos cumplieron con el objetivo que fue diseñado.
- Los docentes titulares manifiestan observar cambios positivos en aspectos motrices y de comportamiento en la mayoría de su alumnado, también que los niños presentan aptitudes de agrado y motivación por el proceso y los planteamientos de clases, reflejados en expresiones de agradecimiento y aprovechamiento de los diferentes espacios.
- La enseñanza de las danzas por medio de diferentes estrategias didácticas que utilizamos arrojan resultados positivos, ya que no es una estrategia basada en repeticiones enfocadas en el ensayo y el error, si no buscando dinamismo de la sesión y generando un espacio de motivación hacia el trabajo planteado.

2. DOFA

El calendario universitario no coincide con el de las instituciones escolares por lo que en un principio fue demorado y dispendioso iniciar el proceso de intervención, por otra parte el tiempo que la institución que brindó para intervenir con la propuesta fue de tan solo 2 horas semanales, lo cual en principio estaba acorde con los planes de clase, pero en momento del montaje de las dazas se requiere de mucho más tiempo por semana.

La falta de control disciplinario en los diferentes momentos de recreo, hacía que los niños al iniciar el trabajo no hubiera ese cambio de respeto por la clase, situación está ya la clase como aun continua siendo en el patio de recreo la disciplina se tornaba un poco difícil de controlar, siendo esto una de las grandes dificultades que se tuvo en todo el proceso.

Una debilidad que en su momento logro ser controlada fue la apatía por compartir momentos con el sexo opuesto, ya que se requería en muchas de las situaciones propuestas.

Esta propuesta ofrecía a los niños gran variedad de oportunidades de aprendizaje tanto motriz como de crecimiento personal, ya que fuimos muy flexibles y poco militaristas a la hora de desarrollar las clases, con lo cual ganamos respeto de la gran mayoría de los niños y cuando se proponía a trabajar se notaba el cambio de modo que se avanzaba al objetivo.

Se contaba con una experiencia en el mundo de la danza, lo que fortaleció el proceso de enseñanza aprendizaje y formulación de los diferentes juegos y ejercicios pres dancísticos propuestos.

Se fortalece aún más para ámbito de la Educación Física la utilización de la danza folclórica como medio para fortalecer procesos de enseñanza aprendizaje en cualquier aspecto que se proponga manejar esta herramienta, así como se plantea en esta propuesta.

Una fortaleza muy satisfactoria de este proceso fue que se cumplió en su totalidad con las actividades y objetivos investigativos planteados.

Desarrollar esta propuesta y llevarla a feliz término significa que el gran compromiso y esfuerzos realizados tuvieron frutos tanto en los niños intervenidos como en la experiencia tanto a nivel personal como laboral conseguida.

3. ANEXOS

1.3 TEST PARA DETERMINAR NIVEL DE CAPACIDADES COORDINATIVAS

Se utilizó tres test compuestos por: test de equilibrio, test de coordinación dinámica general, test de agilidad y una ficha de observación del ritmo, con las cuales el conocer en un primer momento el estado de las capacidades coordinativas de los estudiantes, siendo estos mismos test los que utilizados para hacer el respectivo seguimiento, en dos momentos más, uno en la mitad del proceso y finalizando la aplicación de esta propuesta didáctica.

a) TEST DE EVALUACIÓN DEL EQUILIBRIO

NOMBRE: Prueba de equilibrio estático sobre banco

OBJETIVO: Medir el equilibrio estático del sujeto.

DESCRIPCION: Inicialmente el ejecutante se colocara, de pie con los pies juntos con las piernas y el tronco extendidos. A la señal del controlador el examinado, elevara una pierna al frente manteniéndola levantada; simultáneamente, alzara los brazos manteniéndolo al suelo y cerrara los ojos. Se cronometrará el tiempo desde el inicio del ejercicio hasta perdida del equilibrio total o parcial; por movimientos exagerados de brazos y/o piernas. Se realizaran tres intentos considerándose el mejor de ellos. Materiales: banco sueco 20 cm alto por 30 cm ancho.

PARAMETROS DE EVALUCIÓN: PARAMETROS DE EVALUCIÓN: Legido y col (1995) presentaron resultados para ambos sexos, asignando una puntuación escalonada. Así, conceden

100 puntos a una marca de 2' minutos (excelente)

75 para 1', 32" Segundos (muy bueno);

50 para 1' 05" (bueno);

25 para 37 segundos (regular)

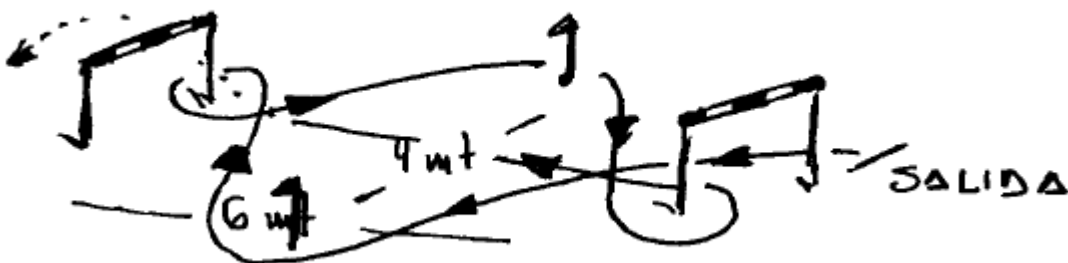
y 0 puntos para menos de 10" segundos (muy regular).

b) TEST DE EVALUACION DE AGILIDAD

NOMBRE: TEST DE AGILIDAD

OBJETIVO: Mide el nivel de agilidad.

DESCRIPCION: Desarrollo: consiste en realizar el recorrido que indica el gráfico dos veces y anotar el mejor registro. Normas: se registra el tiempo que se tarda desde que se da la salida hasta que se apoya el primer pie después del último obstáculo. Si el segundo obstáculo no se salta sino que se pasa se para el cronómetro al apoyar el segundo pie. No se puede tocar ningún obstáculo con la mano, ni derribar ninguna pica. Si se pueden derribar las vallas y continuar la prueba. Se podrán realizar recorridos de prueba para no equivocarse en los giros y pasos de vallas. Material: Dos vallas o similar, dos picas y un cronómetro.



Evaluación:

<10" excelente

10" a <12" bueno

12 a >15" regular.

c) TEST DE EVALUACIÓN DE COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL

NOMBRE: Test de coordinación dinámica-genera.

DESCRIPCION: Consiste en realizar cinco saltos consecutivos a una cuerda o comba que sujetamos con nuestras manos. Nos debemos poner en posición erguida, con los pies juntos y las manos pegadas al cuerpo. Con las manos sujetaremos la cuerda de 60 cm de largo y a la voz de "ya", deberemos saltar verticalmente pasando los pies por encima de la cuerda sin tocarla, ni rozarla. Tampoco se puede soltar la cuerda y al caer debemos mantener el equilibrio para dar el salto por válido.

El único material que necesitamos es la cuerda de 60 cm.

PARAMETROS DE EVALUCIÓN: No existe un tiempo límite para este test, la medida se toma por saltos válidos de los cinco intentos. Ej.: 4 saltos válidos. El test se realizará una vez, pero el alumno puede ensayar previamente.

d) FICHA DE OBSERVACIÓN DEL RITMO

DESCRIPCIÓN

Se filmara a dos cámaras por lapso de 4 minutos una actividad de aeróbicos con diversidad movimientos y ritmos musicales al grupo en evaluación, el cual se ensayara en un lapso de diez minutos.

MATERIALES

GRABADORA – CAMARA DE VIDEO - Y UN ESPACIO DELIMITADO.

OBJETIVO

Caracterizar por medio de la observación del video el nivel del ritmo de manera cualitativa y grupal cada una de sus dimensiones de la capacidad del ritmo:

- Reacción Motriz
- Sincronización Corporal
- Orientación
- Ritmo corporal

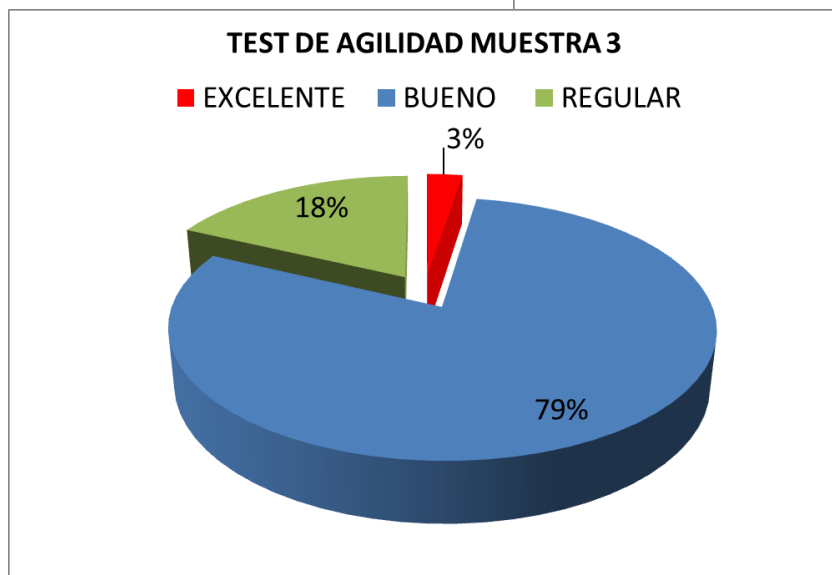
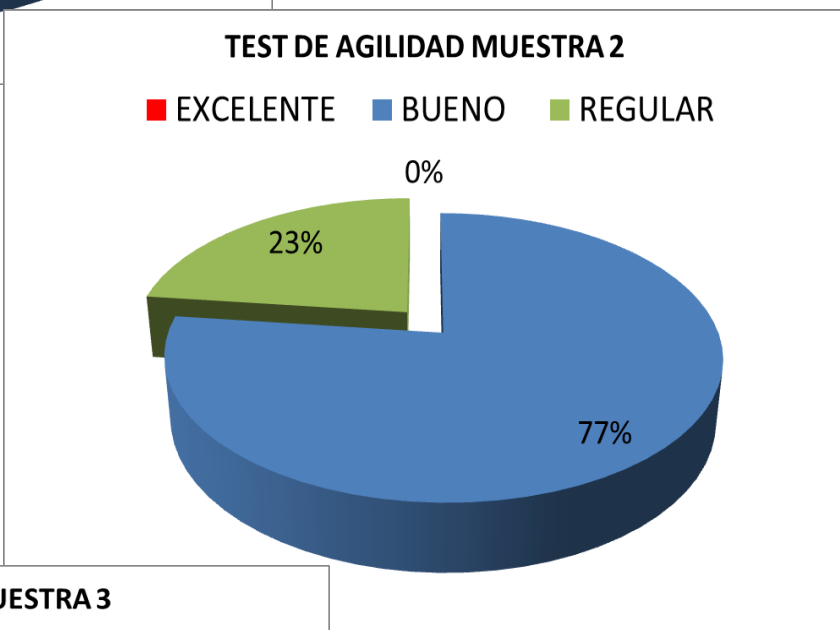
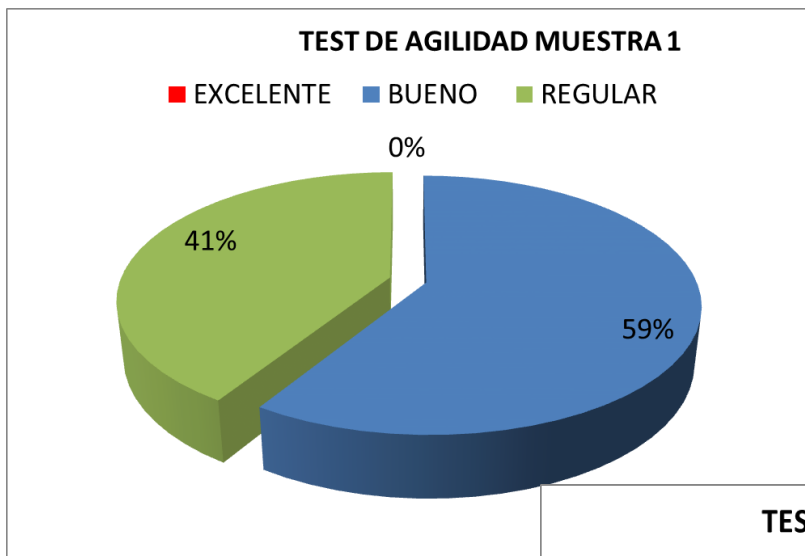
4. FUENTES DE LAS DANZAS

DANZA	FUENTE	QUE SE DESCRIBE
EL CHOTIS	www.danzacolombia.org/docs/2%20EL%20CHOTIS.docx	Origen Ubicación geográfica Temática Características
LA CHICHA	http://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-561861	Lenguaje corporal Careos Coqueteo Arcos Balseo Rodeo
JOROPO	http://quevivaeljoropo.blogspot.com/p/breve-historia-del-joropo-colombiano.html	Paseo Giros Planimetría Parafernalia Música Aspectos pedagógicos Entre otros

5. RESULTADOS DE LOS TEST

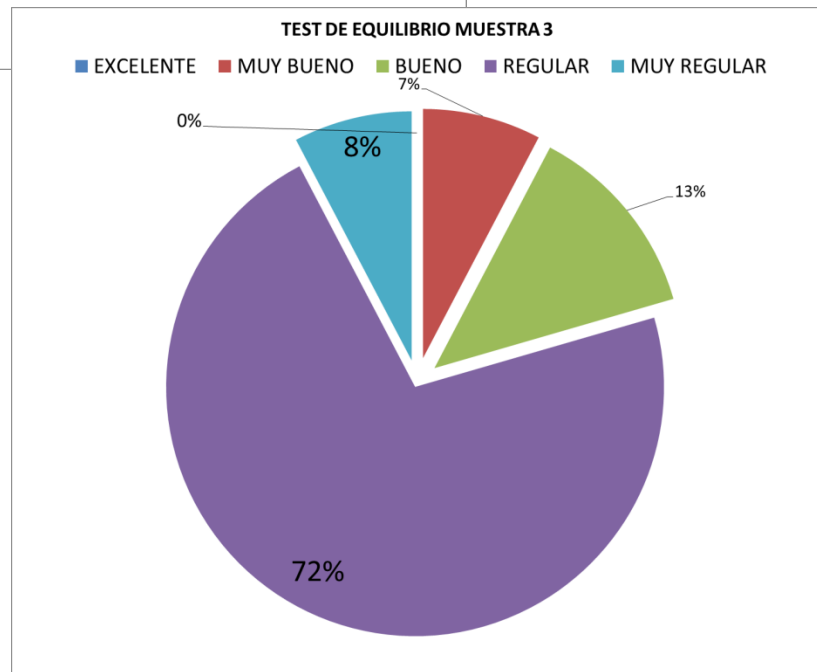
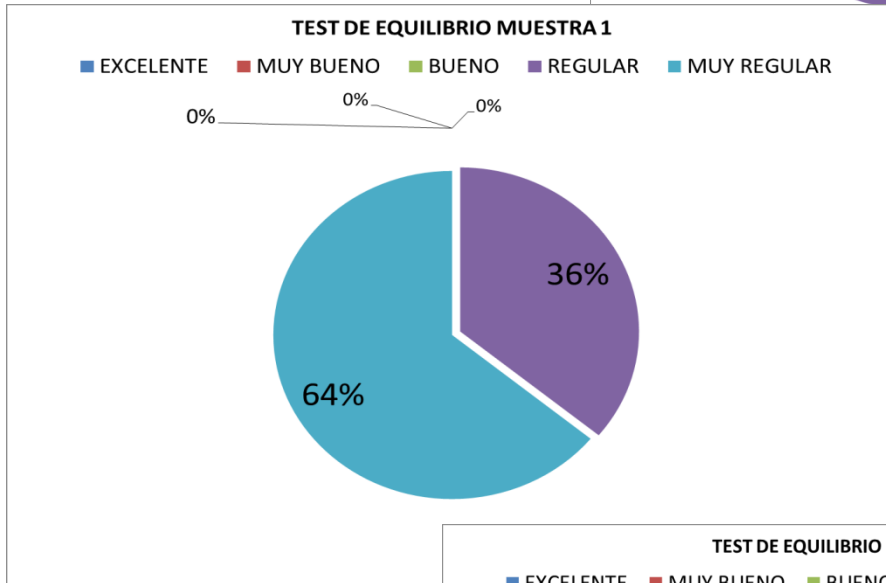
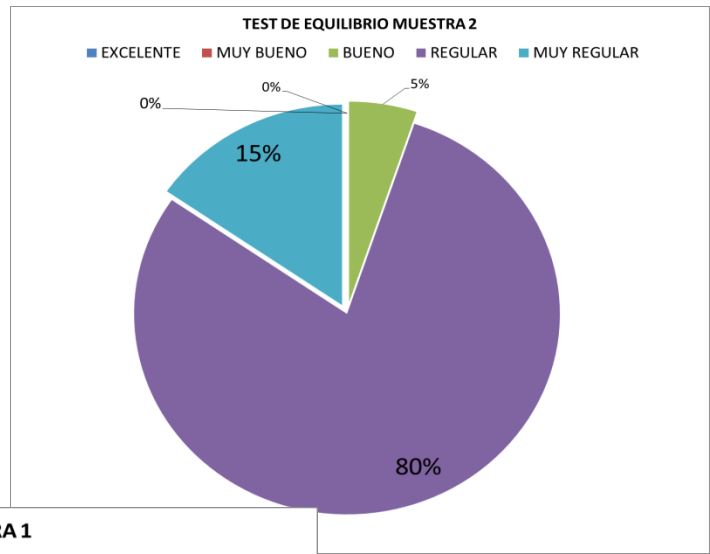
TEST DE AGILIDAD										
N°	Nombre	Edad	Sexo	EXCELENTE	BUENO			REGULAR		
				<10"	10" a <12 "			12" a >15"		
				toma 3	toma 1	toma 2	toma 3	toma 1	toma 2	TOMA 3
1	ALVARADO SALDAÑA LEYDY MARLEN	4	F					12,07	12,47	12,98
2	AVILA RODRIGUEZ NAYIBE LORENA	4	F					13,47	13,47	12,45
3	BERNAL ROMERO MARIA PAULA	4	F					13,72	12,60	13,96
4	BOHORQUEZ BUENO MARIA FERNANDA	4	F			11,43	11,33	12,73		
5	BOHORQUEZ PERILLA YULI FERNANDA	4	F		11,76	11,54	11,53			
6	CASTILLO ACERO SERGIO NICOLAS	4	M			11,34	11,22	12,44		
7	GARZON PERILLA KAREN NATALIA	4	F			11,34	11,12	12,41		
8	GORDILLO LOPEZ ARNOLD STIVEN	4	M		11,16	11,70	10,63			
9	GUTIERREZ PERILLA IBETH KARINA	4	F					12,81	12,38	12,99
10	LOPEZ PERILLA DANA LORENA	4	F					12,87	13,33	12,86
11	LOPEZ RAMIREZ LEIDY CAROLINA	4	F					13,68	12,51	13,46
12	MARTINEZ LOPEZ DIANA ESTEFFANY	4	F			11,65	11,23	12,96		
13	PERILLA ALFONSO CARLOS ANDRES	4	M					12,25	12,38	12,43
14	PIÑEROS GARSOZ MICHELL YULIANA	4	M		11,73	11,53	10,86			
15	RAMIREZ MANCIPE ALVARO ANDRES	4	M		11,91	11,67	10,31			
16	SALGADO ALAYON BRAYAN STIVEN	4	M		10,13	11,24	10,91			
17	ALFONSO PERILLA JEINER RICARDO	5	M		10,69	10,49	10,33			
18	ARIZA SANCHEZ FRANCY ELIZABETH	5	F		11,66	10,59	11,17			
19	AVILA ARAGON LUIS ALEJANDRO	5	M		10,50	10,45	11,20			
20	BUITRAGO SALGADO WILLIAM ARMANDO	5	M		11,78	10,29	10,91			
21	CARDENAS AVILA CARLOS ALBERTO	5	M		11,40	11,42	11,13			
22	CHACON LOPEZ SEBASTIAN	5	M		11,67	11,26	10,19			
23	DIAZ BARRERA DUVAN CAMILO	5	M		11,17	10,84	10,60			
24	GARAY DAZA YULI NATALI	5	F	9,86	11,44	11,97				
25	GARAY SANCHEZ JUAN DAVID	5	M		10,93	10,84	10,39			
26	GUTIERREZ BOHORQUEZ SAIDA YURIBETH	5	F			11,97	11,99	12,40		
27	GUTIERREZ SANCHES KAREN YURIETH	5	F			11,60	11,46	12,98		
28	HERRERA LOPEZ KAREN DANIELA	5	F				11,73	13,20	12,31	
29	LOPEZ CASTRO MAYRA AJEJANDRA	5	F		11,28	10,85	10,76			
30	MALDONADO CARDENAS MILLER BOLIVAR	5	M		10,13	10,28	10,12			
31	PIÑEROS GAITAN DANIELA JULIANA	5	F		10,78	10,74	10,68			
32	ROA LOPEZ GEIDY VANESSA	5	M				11,74	13,91	13,13	
33	RODRIGUES BOHORQUEZ KARET YINETH	5	F		10,67	10,56	10,37			
34	SANCHEZ GAITAN DEIVER	5	M		10,84	10,64	10,17			
35	SANCHEZ ROJAS YEISON ANDREY	5	M		11,76	10,83	11,39			
36	SOGAMOSO BERMEJO IBETH ZAMIRA	5	F			11,43	11,34	12,63		
37	VACA OLGUIN INGRITH NAYERLY	5	F		11,45	11,33	10,69			
38	VACCA PERILLA DIANA MILENA	5	F		11,21	10,98	10,24			
39	VARGAS LOPEZ CRISTIAN CAMILO	5	M		10,86	10,65	10,79			

1.5 GRAFICOS TEST DE AGILIDAD



TEST DE EQUILIBRIO													
N°	NOMBRE	Grado	Sexo	MUY BUENO	BUENO			REGULAR			MUY REGULAR		
				1' 32"	37,1 a 1'05"			10,1 a 37"			0 a 10"		
				NUMERO DE TOMA DE MUESTRA									
				3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
1	ALVARADO SALDAÑA LEYDY MARLEN	4	F						15,76	15,00	3,05		
2	AVILA RODRIGUEZ NAYIBE LORENA	4	F						12,67	17,78	6,20		
3	BERNAL ROMERO MARIA PAULA	4	F						19,47	11,97	3,86		
4	BOHORQUEZ BUENO MARIA FERNANDA	4	F					15,70	19,95	23,98			
5	BOHORQUEZ PERILLA YULI FERNANDA	4	F				40,91	10,13	36,26				
6	CASTILLO ACERO SERGIO NICOLAS	4	M						12,94	17,10	3,19		
7	GARZON PERILLA KAREN NATALIA	4	F				40,85		17,69		0,57		
8	GORDILLO LOPEZ ARNOLD STIVEN	4	M						36,74	27,64	3,18		
9	GUTIERREZ PERILLA IBETH KARINA	4	F						16,81	12,80	1,18		
10	LOPEZ PERILLA DANA LORENA	4	F					19,25	27,63	16,76			
11	LOPEZ RAMIREZ LEIDY CAROLINA	4	F							19,22	4,79	6,48	
12	MARTINEZ LOPEZ DIANA ESTEFFANY	4	F						15,37	20,75	3,83		
13	PERILLA ALFONSO CARLOS ANDRES	4	M				37,95		11,84		1,70		
14	PIÑEROS GARSOZ MICHELL YULIANA	4	M					11,37	20,34	17,27			
15	RAMIREZ MANCIPE ALVARO ANDRES	4	M						26,31	33,95	4,02		
16	SALGADO ALAYON BRAYAN STIVEN	4	M						26,84	28,44	7,27		
17	ALFONSO PERILLA JEINER RICARDO	5	M					10,63	13,37	24,74			
18	ARIZA SANCHEZ FRANCY ELIZABETH	5	F	118,00		65,00		24,59					
19	AVILA ARAGON LUIS ALEJANDRO	5	M						19,93	17,43	3,10		
20	BUITRAGO SALGADO WILLIAM ARMANDO	5	M						15,47	33,38	4,20		
21	CARDENAS AVILA CARLOS ALBERTO	5	M								1,56	3,71	6,53
22	CHACON LOPEZ SEBASTIAN	5	M					15,70	16,73	36,46			
23	DIAZ BARRERA DUVAN CAMILO	5	M					10,82	22,43	36,59			
24	GARAY DAZA YULI NATALI	5	F						16,26	25,84	7,85		
25	GARAY SANCHEZ JUAN DAVID	5	M						10,51	47,37	6,55		
26	GUTIERREZ BOHORQUEZ SAIDA YURIBETH	5	F							19,76	4,35	8,83	
27	GUTIERREZ SANCHES KAREN YURIET	5	F					20,82		12,65		5,84	
28	HERRERA LOPEZ KAREN DANIELA	5	F						10,43	26,40	3,48		
29	LOPEZ CASTRO MAYRA ALEJANDRA	5	F						34,66	21,56	5,60		
30	MALDONADO CARDENAS MILLER BOLIVAR	5	M					23,46	21,17	26,28			
31	PIÑEROS GAITAN DANIELA JULIANA	5	F						24,99	40,77	4,43		
32	ROA LOPEZ GEIDY VANESSA	5	M								1,87	8,55	6,81
33	RODRIGUES BOHORQUEZ KARET YINETH	5	F	105,00		39,45		11,48					
34	SANCHEZ GAITAN DEIVER	5	M				45,58	15,27	14,23				
35	SANCHEZ ROJAS YEISON ANDREY	5	M								3,79	8,20	5,94
36	SOGAMOSO BERMEJO IBETH ZAMIRA	5	F	62,00					29,24		8,97		
37	VACA OLGUIN INGRITH NAYERLY	5	F					15,39	29,70	23,70			
38	VACCA PERILLA DIANA MILENA	5	F				56,38	12,97	20,90				
39	VARGAS LOPEZ CRISTIAN CAMILO	5	M						16,87	23,97	1,50		

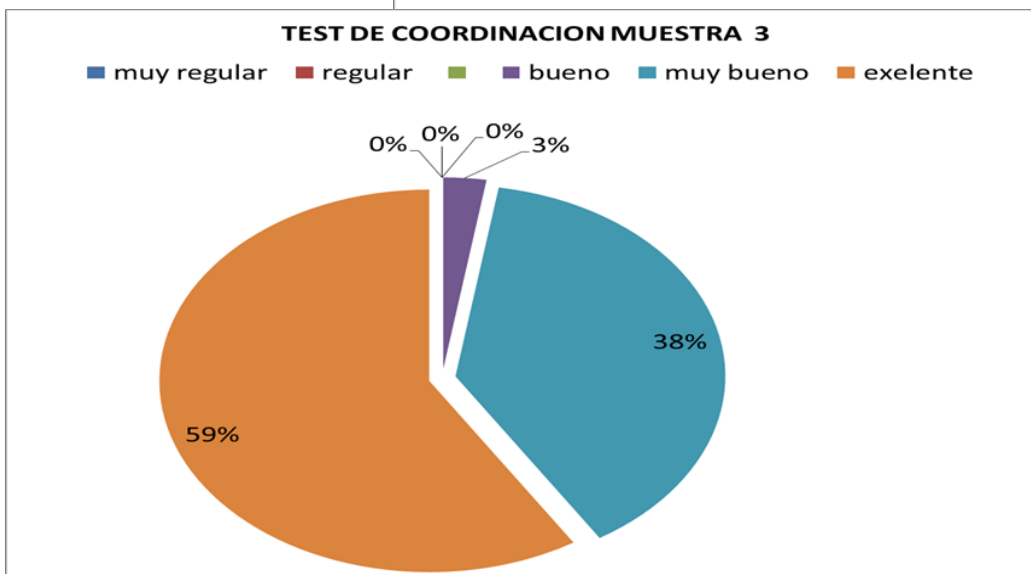
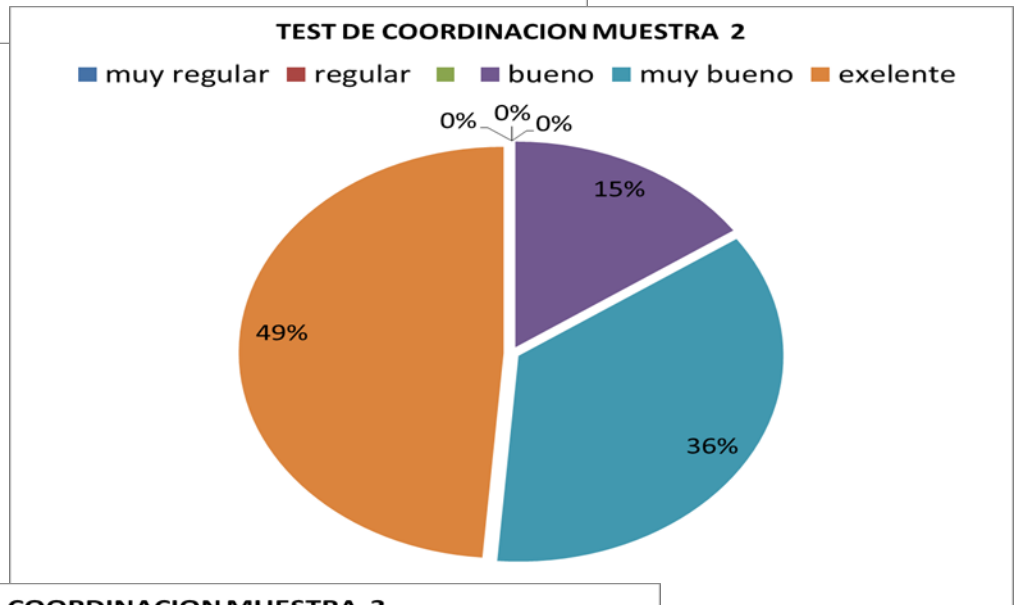
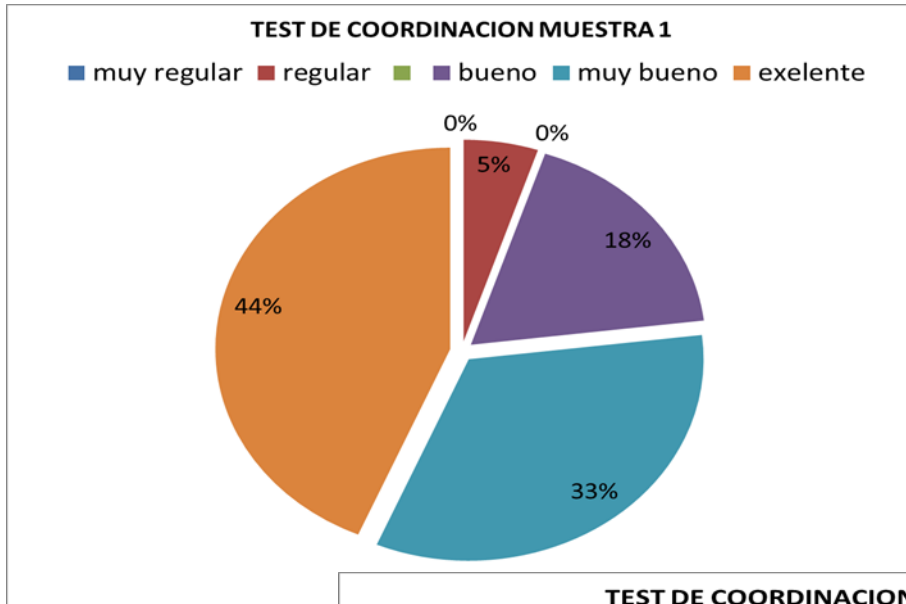
2.5 GRAFICOS TEST DE EQUILIBRIO



TEST DE COORDINACION

N°	NOMBRE	Grado	Sexo	EXCELENTE	MUY BUENO	BUENO	REG							
				5	4	3	2							
				NUMERO DE MUESTA										
				1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	
1	ALVARADO SALDAÑA LEYDY MARLEN	4	F		1	1	1							
2	AVILA RODRIGUEZ NAYIBE LORENA	4	F					1	1	1				
3	BERNAL ROMERO MARIA PAULA	4	F			1	1	1						
4	BOHORQUEZ BUENO MARIA FERNANDA	4	F	1				1	1					
5	BOHORQUEZ PERILLA YULI FERNANDA	4	F			1	1	1						
6	CASTILLO ACERO SERGIO NICOLAS	4	M	1	1				1					
7	GARZON PERILLA KAREN NATALIA	4	F		1					1		1		
8	GORDILLO LOPEZ ARNOLD STIVEN	4	M			1	1	1						
9	GUTIERREZ PERILLA IBETH KARINA	4	F				1	1	1					
10	LOPEZ PERILLA DANA LORENA	4	F						1		1		1	
11	LOPEZ RAMIREZ LEIDY CAROLINA	4	F	1	1	1								
12	MARTINEZ LOPEZ DIANA ESTEFFANY	4	F	1	1	1								
13	PERILLA ALFONSO CARLOS ANDRES	4	M			1		1		1				
14	PIÑEROS GARSOZ MICHELL YULIANA	4	M		1	1	1							
15	RAMIREZ MANCIPE ALVARO ANDRES	4	M		1		1		1					
16	SALGADO ALAYON BRAYAN STIVEN	4	M			1	1	1						
17	ALFONSO PERILLA JEINER RICARDO	5	M	1	1	1								
18	ARIZA SANCHEZ FRANCY ELIZABETH	5	F	1	1				1					
19	AVILA ARAGON LUIS ALEJANDRO	5	M			1				1	1			
20	BUITRAGO SALGADO WILLIAM ARMANDO	5	M	1	1	1								
21	CARDENAS AVILA CARLOS ALBERTO	5	M						1		1		1	
22	CHACON LOPEZ SEBASTIAN	5	M	1	1	1								
23	DIAZ BARRERA DUVAN CAMILO	5	M		1				1	1				
24	GARAY DAZA YULI NATALI	5	F	1	1	1								
25	GARAY SANCHEZ JUAN DAVID	5	M	1		1		1						
26	GUITIERREZ BOHORQUEZ SAIDA YURIBETH	5	F		1		1	1						
27	GUTIERREZ SANCHES KAREN YURIET	5	F	1					1		1			
28	HERRERA LOPEZ KAREN DANIELA	5	F	1		1					1			
29	LOPEZ CASTRO MAYRA ALEJANDRA	5	F				1	1	1					
30	MALDONADO CARDENAS MILLER BOLIVAR	5	M	1	1	1								
31	PIÑEROS GAITAN DANIELA JULIANA	5	F				1	1	1					
32	ROA LOPEZ GEIDY VANESSA	5	M					1	1	1				
33	RODRIGUES BOHORQUEZ KARET YINETH	5	F	1	1	1								
34	SANCHEZ GAITAN DEIVER	5	M		1	1	1							
35	SANCHEZ ROJAS YEISON ANDREY	5	M		1				1	1				
36	SOGAMOSO BERMEJO IBETH ZAMIRA	5	F	1		1					1			
37	VACA OLGUIN INGRITH NAYERLY	5	F	1		1		1						
38	VACCA PERILLA DIANA MILENA	5	F	1	1	1								
39	VARGAS LOPEZ CRISTIAN CAMILO	5	M			1	1	1						

3.5 GRAFICOS TEST DE COORDINACION DINAMICA GENERAL



4.5 FICHA DE OBSERVACIÓN GRUPAL DEL RITMO

TOMA 1

FICHA DE OBSERVACIÓN GRUPAL DEL RITMO			
DESCRIPCIÓN: Se filmara por lapso de 4 minutos una actividad de aeróbicos con diversidad movimientos y ritmos musicales al grupo en evaluación.			
OBJETIVO: Caracterizar por medio de la observación del video el nivel del ritmo de manera cualitativa en cada una de sus dimensiones, en los estudiantes de la básica primaria de la institución educativa técnica José Benigno Perilla de Somondoco			
DIMENSIONES OBSERVADAS			
Reacción Motriz	Sincronización Corporal	Orientación	Ritmo corporal
Los niños presentan un nivel de reacción motriz lento, debido a que los movimientos que debían realizar por medio de la imitación eran refrendados de manera lenta y descoordinada, aunque los movimientos eran muy básicos y de fácil ejecución como subir y bajar los brazos, desplazamientos laterales, saltos y giros en un mismo eje, no lo conseguían hacer de forma ideal.	En la mayoría de los niños su sincronización corporal es muy regular, debió a que el tiempo, ubicación y coordinación que logran obtener en relación con de las extremidades inferiores y las superiores no es de manera dinámica y fluida.	Los niños no logran tener una ubicación tempo espacial que le permita tener una orientación de su cuerpo acorde a la situación que genere menor gasto energético y mayor desenvolvimiento motriz y coordinación con su entorno.	Se puede observar que estos niños no son capaces aun de acoplarse a un ritmo impuesto, es decir no organizan movimientos de segmentos globales y parciales de manera cronológica, presentando una dificultad al momento de establecer la correcta contracción y descontracción muscular en movimientos de desplazamientos con variaciones de ritmo (individual y grupal) o responder corporalmente a constantes cambios de ritmo.

TOMA 2

FICHA DE OBSERVACIÓN GRUPAL DEL RITMO			
DESCRIPCIÓN: Se filmara por lapso de 4 minutos una actividad de aeróbicos con diversidad movimientos y ritmos musicales al grupo en evaluación.			
OBJETIVO: Caracterizar por medio de la observación del video el nivel del ritmo de manera cualitativa en cada una de sus dimensiones, en los estudiantes de la básica primaria de la institución educativa técnica José Benigno Perilla de Somondoco			
DIMENSIONES OBSERVADAS			
Reacción Motriz	Sincronización Corporal	Orientación	Ritmo corporal
<p>Los niños reflejan una mejoría en la reacción motriz, debido a que los movimientos que debían realizar en cada uno de los constantes cambios de ritmo eran refrendados de manera coordinada rápidamente, manteniendo un ritmo coordinativo de su tren inferior como superior tanto individual como en grupo, de un conjunto de movimientos como saltos y giros en un mismo eje, subir y bajar los brazos alternadamente y desplazamientos laterales.</p> <p>Al momento de la segunda toma del test se notó la mejora que obtuvo el grupo en general, resaltando el mejoramiento de algunos de ellos en comparación con los demás y la primera muestra.</p>	<p>En comparación a la primera muestra se observa en los niños una mejor disposición psicomotriz ya que su ubicación, tiempo y coordinación grupalmente hablando es evidente una armonía de movimientos secuenciales de extremidades inferiores y superiores que se dan de manera dinámica y fluida durante un tiempo considerable.</p>	<p>Los niños son conscientes del espacio necesario para realizar los movimiento y son capaces de administrar su espacio personal sin intervenir en el de los demás cuando se ejecuta una serie de acciones motrices de sincronía grupal, de igual manera durante un tiempo considerable, logrando tener una ubicación tempo espacial que le permita tener una orientación de su cuerpo generando un mejor desenvolvimiento motriz y coordinación con su entorno.</p>	<p>En esta muestra la mayoría de niños son capaces de acoplarse rápidamente a un ritmo impuesto y de ajustarse a constantes cambios de ritmo durante el desarrollo de la prueba, ya que la ejecución de los movimientos de aumento y disminución de la frecuencia, la recuperación de la frecuencia de movimientos y la acentuación acústica de los ritmos de ejecución son conseguido satisfactoriamente.</p>

5.5 CUADRO COMPARATIVO DE RESULTADOS

CUADRO COMPARATIVO DE RESULTADOS										
		MUESTRA 1	PROMEDIO SEG	TOTAL NIÑOS	MUESTRA 2	PROMEDIO SEG	TOTAL NIÑOS	MUESTRA 3	PROMEDIO SEG	TOTAL NIÑOS
A G I L I D A D	Excelente	X	X	X	X	X	X	3%	9,86	1
	Bueno	59,00%	11,17	23	77,00%	11,09	30	79%	10,93	31
	regular	41,00%	12,91	16	23,00%	12,73	9	18%	13,02	7
E Q U I L I B R I O	Excelente	0,00%	X	X	0,00%	X	X	0,00%	X	X
	Muy bueno	0,00%	X	X	0,00%	X	X	7,69%	95,00	3
	Bueno	0,00%	X	X	5,00%	52,23	2	12,82%	44,33	5
	Regular	36,00%	15,54	25	80,00%	20,44	31	71,79%	24,37	28
	Muy regular	64,00%	4,00	14	15,00%	6,94	6	7,69%	6,43	3
C O O R . G E N E R A L	Excelente	43,6%	X	17	48,7%	X	19	59,0%	X	23
	Muy bueno	33,3%	X	13	35,9%	X	14	38,5%	X	15
	Bueno	17,9%	X	7	15,4%	X	6	2,6%	X	1
	Regular	5,1%	X	2	0,0%	X	0	0,0%	X	0
	Muy Regular	0,0%	X	0	0,0%	X	0	0,0%	X	0

6. COREOGRAFIAS Y PLANIMETRIAS

1.6 Danza “El Chotis” coreografía y planimetría

Ubicación inicial: Dos filas paralelas, una de hombres y otra de mujeres, uno frente al otro, separados con una distancia de tres metros.



Pasos

1. Vuelta el hombre, vuelta la mujer por su izquierda, alternadamente, dos veces cada uno en su puesto.



2. Hacer tronar sus dedos al lado derecho y luego al lado izquierdo tres (3) veces por cada lado, con sus manos a la altura de los hombros.
3. Dan un giro por su izquierda todos al tiempo en el puesto.

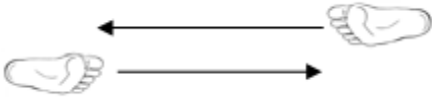


4. Se desplazan en diagonal-adelante, iniciando con su pie derecho, realizando el paso, talón de pie adelante, punta de pie atrás, y avanza dos pasos con un traspie, luego realiza la misma acción iniciando con su pie izquierdo, con una secuencia de cuatro (4) desplazamientos alternando lo pies (derecho-izquierdo)



5. Luego de realizar el paso anterior y terminar la secuencia, hace dos giros por su izquierda en el mismo puesto, terminando en sentido contrario al que estaba avanzando.
6. Nuevamente realiza los pasos 4 y 5 respectivamente.
7. Inicia desplazamientos laterales con su pie derecho con el paso, talón de pie adelante, punta de pie atrás, y avanza dos pasos con un traspie, luego se regresa en la misma acción

iniciando con su pie izquierdo, esto en cuatro (4) ocasiones alternando el pie de inicio (der-izq.), y terminan frente a su respectiva pareja.

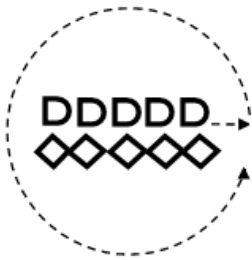


8. Inician con un desplazamiento con $\frac{1}{2}$ giro por su izquierda los hombres derecha las mujeres, y terminan con un golpe suave en sus piernas con las palmas de las manos, luego realizan otro $\frac{1}{2}$ giro por su izquierda terminando encontrando las palmas de sus manos con la de su pareja a la altura del pecho y las chocan por tres (3) ocasiones. Después de terminar la secuencia se regresara ejecutando la misma acción por cuatro veces (4) alternando el lado de desplazamiento (der-izq.), luego repiten el paso 2, terminando el paso 2 dan dos vueltas en el puesto y se toman de las manos por parejas para dar inicio al paso 9.

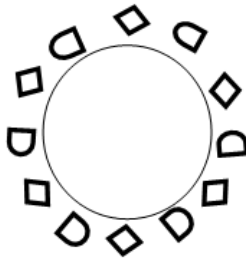


9. Se desplazan por parejas con el paso de talón de pie adelante, punta de pie atrás, y avanza dos pasos con un traspíe, alternando el pie de inicio (der-izq.), hasta terminar formando un círculo ubicados uno frente al otro.

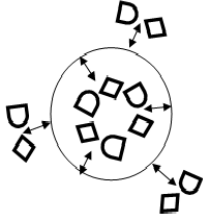
Desplazamiento



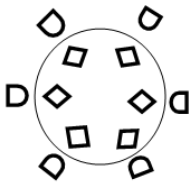
ubicación final



10. Luego se desplazan lateralmente con el paso talón de pie adelante, punta de pie atrás, y avanza dos pasos con un traspíe, luego regresa realizando la misma acción iniciando con su pie izquierdo, hasta llegar nuevamente al punto de inicio, por dos ocasiones con la diferencia que los hombres lo hacen hacia afuera del círculo y las mujeres hacia dentro. Terminando los cuatro movimientos giran dos veces por su lado izquierdo en su puesto y terminan todos tomados de las manos.

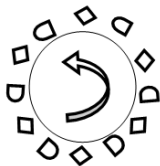


11. Tomados de las manos inician todos con su pie derecho con el paso talón de pie adelante, punta de pie atrás, y avanza dos pasos con un traspie, se regresan en la misma acción iniciando con su pie izquierdo, por dos (2) ocasiones, dan un giro por la izquierda y terminan formando dos círculos uno frente al otro, hombres circulo afuera, mujeres circulo adentro.

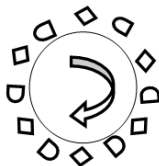


12. Inician con un golpe de palmas, luego en su muslo y por ultimo chocan las palmas con su pareja por tres (3) ocasiones y se desplazan hacia atrás en dos pasos, después se golpean nuevamente el muslo con las palmas, luego chocan sus palmas una vez, esperan el cambio de ritmo de la canción y chocan sus palmas tres (3) nuevamente, y regresan en dos (2) pasos a encontrarse con su pareja e iniciar la primera parte del paso, esto se hará en dos ocasiones. Al terminar harán tronar sus dedos al lado derecho y luego al lado izquierdo tres (3) veces por cada lado, con sus manos a la altura de los hombros y darán una vuelta en el puesto y terminan tomados de las manos cada uno con su pareja.

Hacia la derecha



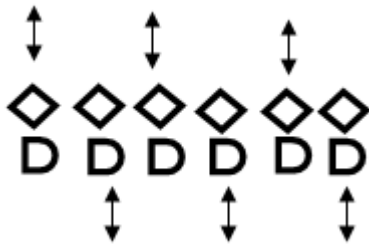
Hacia la izquierda



13. Se desplazan por parejas con el paso de talón de pie adelante, punta de pie atrás, y avanza dos pasos con un traspie, alternando el pie de inicio (der-izq.), hasta terminar formando formar una sola hilera.



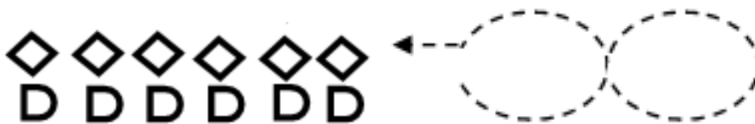
14. Por parejas se desplazan hacia los lados en el siguiente orden: 1, 3 y 5 a la derecha, 2 y 4 a la izquierda, con el paso talón de pie adelante, punta de pie atrás, y avanza dos pasos con un traspie, se regresan en la misma acción, formando la hilera inicial, por dos veces y giran dos vueltas en el puesto. Repiten la acción y terminan uno frente al otro.



15. Inician con una palmada, luego golpean sus muslos con las palmas y giran por su derecha cambiando de puesto con la pareja, realizan el paso cuatro veces.



16. Se desplazan por parejas con el paso de talón de pie adelante, punta de pie atrás, y avanza dos pasos con un traspie, alternando el pie de inicio (der-izq.), haciendo un ocho y salen de la pista.



2.6 Danza “La Chicha” coreografía y planimetría

Ubicación inicial: Dos hileras paralelas, mirando al frente. Mujer adelante, hombre atrás tomados de la mano.

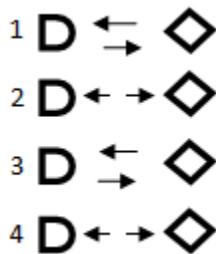


Pasos

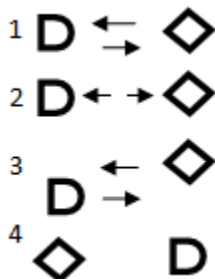
1. Inician con el paso básico de la danza (avanzan un paso con su pie derecho, el izquierdo lo ubica paralelo al derecho y este se eleva unos cinco centímetros del piso, saliendo el movimiento desde la cadera, regresa iniciando con su pie izquierdo, el derecho se ubica paralelo al pie izquierdo y este se eleva unos cinco centímetros del piso, saliendo el movimiento desde la cadera), dando un paso hacia delante y regresando con un paso hacia atrás hasta su punto de inicio, esto por dos ocasiones y termina con un giro en su puesto por su izquierda. Toda esta secuencia por tres veces.

Desplazamiento

Giro

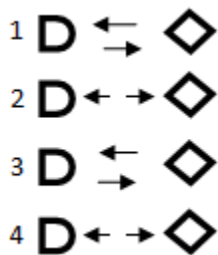


2. Nuevamente se hace el paso básico en cuatro tiempos: 1 adelante, 2 atrás, 3 diagonal-adelante, 4 adelante cambiando de puesto con su pareja, pasando por el lado izquierdo de su pareja. Esta secuencia por dos veces.

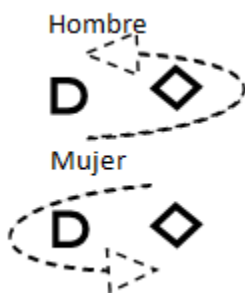


3. Nuevamente hacen los desplazamientos del paso uno, al terminar la secuencia se desplazan haciendo un círculo hasta regresar a su punto de partida, manteniendo su mirada hacia el frente. Esta secuencia por dos veces.

Desplazamiento

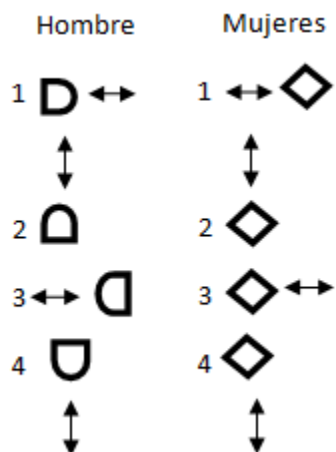


Vuelta



4. Nuevamente se desplazan con el paso básico en dos tiempos: 1 adelante, 2 atrás y realiza $\frac{1}{4}$ de giro sobre su mismo eje, siguiendo la secuencia hasta completar un giro de 360° quedando frente a su pareja. Los hombres inician por su izquierda, las mujeres por su derecha.

Desplazamientos



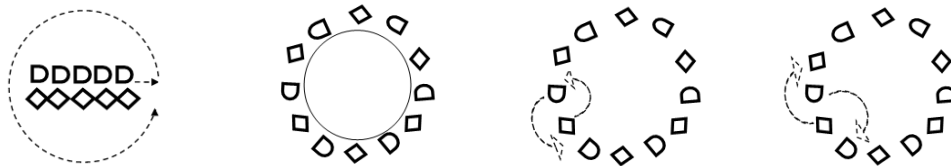
5. Luego se desplazan con el paso básico hasta formar un círculo y ubicados uno frente al otro, e inician un juego de cruzadas donde el hombre inicia hacia afuera y la mujer hacia dentro, para luego invertir los movimientos, así ir avanzando hasta completar una vuelta completa, encontrándose de nuevo con su pareja, luego hacen un giro de 180° e inician hacia el otro lado de la misma manera hasta llegar nuevamente a su punto de partida.

Desplazamiento

ubicación

movimiento 1

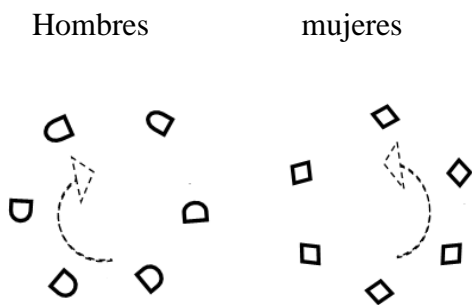
movimiento 2



6. Luego se ubican en dos círculos, donde los hombres forman un círculo grande y las mujeres uno más pequeño, los hombres se desplazan en sentido a las manecillas del reloj, las mujeres en sentido contrario hasta llegar nuevamente a su puesto de inicio, hacen dos veces el paso básico de la chicha, giran en el puesto 180° e inician la misma secuencia de movimiento en sentido contrario, por dos ocasiones hacia cada sentido.



7. Terminando el paso 6, se desplazan hasta formar dos círculos paralelos, uno de hombres y el otro de mujeres, avanzan en círculo encontrándose con su pareja manteniendo la mirada y manteniendo el coqueteo. Por una secuencia de 4 vueltas.



8. Luego se desplazan a formar una media luna para iniciar la muestra de las figuras coreográficas. El encargado de demostrar la figura saldrá al frente para hacer su ejecución.



9. El bailarín con el vaso siempre sobre su cabeza para todas las figuras.

El bailarín deberá tomar una posición de un ángulo de 90° entre su tronco inferior y superior.

10. El bailarín deberá tomar la posición anterior, pero elevando su pie derecho al mismo ángulo.

11. El bailarín deberá tomar la posición de cubito dorsal (boca arriba) sobre el suelo.

12. El bailarín deberá tomar la posición de cubito supino (boca abajo).

13. Terminando las figuras se desplazan un tras el otro en forma de ocho, para salir de la pista y terminando así el baile.



3.6 Danza “Joropo” coreografía y planimetría

Ubicación inicial: Dos hileras paralelas, mirando al frente. Mujer adelante, hombre atrás tomados de la mano.



Pasos

1. La mujer caminara en círculo hasta quedar frente a su pareja y se toman de las manos. Esto a modo de presentación.



2. La mujer comienza a escobillar y el hombre el zapateo.
3. Elevan los brazos a la altura de su pecho y avanzan en círculo, en sentido opuesto uno del otro, dando dos vueltas y cambian al sentido contrario del que se dirigen y nuevamente dan dos vueltas, manteniendo sus brazos en el pecho.
4. Se desplazan hacia delante y hacia atrás con el paso de arrastrar los pies sobre el suelo, por tres (3) ocasiones, terminando en el mismo puesto de inicio en las dos hileras.



5. La mujer entra por abajo del brazo derecho del hombre y lo rodea dos veces, al llegar nuevamente a su puesto da 1 vuelta y $\frac{3}{4}$ e inicia a rodear al hombre por debajo del brazo izquierdo, el hombre eleva sus brazos de manera alternada (der-izq.) para que la mujer pase, además mantiene con sus pies el zapateo, paso básico del joropo. Una vez la mujer haya terminado con los recorridos, se ubica frente a su pareja y hacen el paso dos.

1° 2°



- Cruzan sus brazos por arriba de los hombros y atrás de la cabeza, dan cuatros (4) vueltas y hacen cambio de brazos, y hacen cuatro (4) vueltas al lado contrario, terminan frente a su pareja y hacen el paso dos.

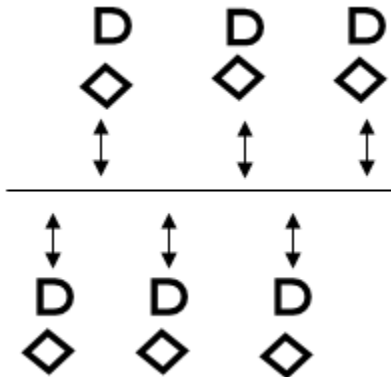
Desplazamiento 1



Desplazamiento 2



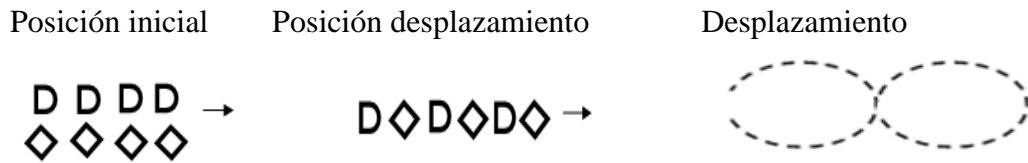
- Después se desplazan las parejas, las de número impar hacia la adelante; las de numero par a la hacia atrás, a una distancia aproximada de dos (2) metros de su línea inicial, manteniendo el paso de arrastrar los pies sobre el suelo, cuando lleguen a esa distancia el hombre le dará una vuelta a la mujer e inician el regreso, al llegar al punto de inicio nuevamente el hombre le dará una vuelta a la mujer, esto por tres (3) ocasiones.



- Al cambio de ritmo de la música, inician el zapateo cruzado, el hombre y la mujer inician con su pie derecho (1°), para luego continuar con el izquierdo (2°) y seguir uno y dos, uno y dos, a la misma vez sus brazos van cambiado de lado al que dirigen el zapateo y a la altura de su pecho.



9. Al terminar el paso 8, se desplazan formando una figura de ocho con sus respectivas parejas en balseo, y terminan en su puesto inicial.



10. Al llegar del paso 9, el hombre zapatea, la mujer escobilla y le agrega un gancho.

11. Terminando el paso anterior, las mujeres caminan en círculo terminando frente al público y hace una venia, al mismo tiempo el hombre levanta con su mano derecha el sombrero. Para de esta manera dar por terminada su presentación.



12. El hombre busca su pareja la toma de la mano y salen del escenario.

7. EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



8. Bibliografía

- (2006). Educación Física Cuerpo de Maestros. . En MAD-Eduforma (Ed.), *Educación Física Cuerpo de Maestros*. (pág. 738). MADRID, ESPAÑA: MAD-Eduforma.
<http://www.gimnasia.net>. (12 de 07 de 2010). Recuperado el 27 de 10 de 2012, de <http://www.gimnasia.net/ritmo-en-educacion-fisica/>
- ABADÍA MORALES, G. (2009). ABC DEL FOLKLORE COLOMBIANO.
- Anomimo, 2. (s.f.). <https://sites.google.com/site/israelmorenopinzon/ludicaeducativa>.
Recuperado el 23 de 10 de 2012, de <https://sites.google.com/site/israelmorenopinzon/ludicaeducativa>
- ASHWORTH, & MOSSTON. (1994). Investigación sobre la enseñanza de la danza. En M. d. Moreno.
- BOUGART. (1964).
- CADIerno MATOS, O. (10 de 2001). <http://www.efdeportes.com>. Recuperado el 23 de 10 de 2012, de Clasificación y características de las capacidades motrices:
<http://www.efdeportes.com/efd41/capacm1.htm>
- CAMACHO COY, H. (2000). Educación Física Una Alternativa Curricular. En *Educación Física Una Alternativa Curricular*. Armenia Colombia: KINESIS.
- CAMACHO, H. (2003). Pedagogía y Didáctica de la educación física. . Armenia Colombia: KINESIS.
- CARRASCO , D., & CARRASCO , D. (s.f.). <http://www.futbolcarrasco.com>. Recuperado el 02 de 09 de 2013, de <http://www.futbolcarrasco.com/apartados/inef/3curso/pdf/6.pdf>
- CONTRERAS, J. O. (2004). Didáctica de la educación física un enfoque constructivista. En *Didáctica de la educación física un enfoque constructivista* (segunda edición ed.). Barcelona España: segunda edición.
- FONSECA, V. d. (2005). Manual de observación psicomotriz. Barcelona: INDE.
- GARDNER, H. (1997). Las inteligencias múltiples. México FCE.
- HIPOLITO, C. C. (2008). Competencias estándares para la educación física. “Una experiencia que se construye paso a paso”. En *Competencias estándares para la educación física. “Una experiencia que se construye paso a paso”*.
<http://comunicacionydanza.blogspot.com/2009/01/historia-del-folklore-colombiano.html>. (s.f.).
Recuperado el 23 de 07 de 2013, de <http://comunicacionydanza.blogspot.com/2009/01/historia-del-folklore-colombiano.html>
- <http://danzaxiomi.blogspot.com/p/origen-de-las-danzas-folcloricas-de.html> . (s.f.). Recuperado el 14 de 03 de 2013, de <http://danzaxiomi.blogspot.com/p/origen-de-las-danzas-folcloricas-de.html>
- LOPEZ DELGADO, E. (s.f.). <http://www.plazadedeportes.com>. Recuperado el 30 de 10 de 2012, de <http://www.plazadedeportes.com/imgnoticias/7172.pdf>
- M.E.N . (2005). Lineamientos curriculares. Educación física recreación y deportes. M.E.N. En M. d. Nacional, *Lineamientos curriculares. Educación física recreación y deportes. M.E.N.* (pág. 51). Bogotá D.C. – Colombia.
- MARTIN CORTES, J. A. (s.f.). www.trasgo.es. Recuperado el 23 de 09 de 2012, de <http://www.trasgo.es/sede/recursos/articulos/art039>
- Meinel, &. (1987).

- PEÑAS LAGOS, C., & LOPEZ GRAÑA, P. (02 de 2001). *http://www.efdeportes.com*. Recuperado el 24 de 10 de 2012, de <http://www.efdeportes.com/efd30/balonm.htm>
- PIEDRAHITA VÁSQUEZ, J. A. (2008). *http://viref.udea.edu.co*. Recuperado el 24 de 04 de 2013, de <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/151-ladanza.pdf>
- QUEBEC. (1981).
- REVOREDO RAMOS, J. A., & RODRIGUEZ VERDURA, H. (04 de 2001). *http://www.efdeportes.com/efd34b/accion.htm*. Recuperado el 17 de 05 de 2013 , de <http://www.efdeportes.com/>
- SEYBOLD. (1976). PRINCIPIOS DIDACTICOS DE LA EDUCACION FISICA. En A. SEYBOLD.
- URIBE PAREJA, I. D. (2002). *Centros de iniciación y formación deportiva*. Recuperado el 23 de 05 de 2013, de <http://viref.udea.edu.co>: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/151-ladanza.pdf>