



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el Currículo Nacional en el subnivel de básica superior 8vo año.

**CASTRO COELLO JORGE DONATO
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**VITERI NEIRA ALVARO PATRICIO
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**MACHALA
2021**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
DEPORTE**

**Desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el
Currículo Nacional en el subnivel de básica superior 8vo año.**

**CASTRO COELLO JORGE DONATO
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**VITERI NEIRA ALVARO PATRICIO
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**MACHALA
2021**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
DEPORTE**

PROYECTOS INTEGRADORES

**Desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el
Currículo Nacional en el subnivel de básica superior 8vo año.**

**CASTRO COELLO JORGE DONATO
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

**VITERI NEIRA ALVARO PATRICIO
LICENCIADO EN PEDAGOGIA DE LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE**

ROMERO GRANDA MARJORIE FABIOLA

**MACHALA
2021**

DESARROLLO DE LAS PRÁCTICAS GIMNÁSTICAS RÍTMICAS EN RELACIÓN CON EL CURRÍCULO NACIONAL EN EL SUBNIVEL DE BÁSICA SUPERIOR

por Jorge Donato - Alvaro Patricio Castro Coello - Viteri Neira

Fecha de entrega: **16-feb-2022 09:20a.m. (UTC-0500)**

Identificador de la entrega: **1763784073**

Nombre del archivo: **TITULACION_VITERI.docx (3.92M)**

Total de palabras: **15003**

Total de caracteres: **84972**

INFORME DE ORIGINALIDAD

%
INDICE DE SIMILITUD
5

5%
FUENTES DE INTERNET

0%
PUBLICACIONES

2%
TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1 **repositorio.uandina.edu.pe** <1%
Fuente de Internet

2 **www.edicioneslegales-informacionadicional.com** <1%
Fuente de Internet

3 **www.clubensayos.com** <1%
Fuente de Internet

4 **www.upo.es** <1%
Fuente de Internet

5 **docplayer.es** <1%
Fuente de Internet

6 **repositorio.uta.edu.ec** <1%
Fuente de Internet

7 **Submitted to Universidad Estatal de Milagro** <1%
Trabajo del estudiante

8 **repositorio.espam.edu.ec** <1%
Fuente de Internet

9	podium.upr.edu.cu Fuente de Internet	<1%
10	prezi.com Fuente de Internet	<1%
11	dev.scielo.org.pe Fuente de Internet	<1%
12	revistas.ult.edu.cu Fuente de Internet	<1%
13	revistacaf.ucm.cl Fuente de Internet	<1%
14	www.monografias.com Fuente de Internet	<1%
15	aplicacionesweb.ulpgc.es Fuente de Internet	<1%
16	www.bbc.com Fuente de Internet	<1%
17	www.lamarea.com Fuente de Internet	<1%
18	Submitted to Pontificia Universidad Catolica del Ecuador - PUCE Trabajo del estudiante	<1%
19	nanopdf.com Fuente de Internet	<1%
20	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	<1%

<1%

21 **repositorio.utn.edu.ec**
Fuente de Internet

<1%

22 **es.slideshare.net**
Fuente de Internet

<1%

23 **rabida.uhu.es**
Fuente de Internet

<1%

24 **repositorio.upec.edu.ec**
Fuente de Internet

<1%

25 **1library.co**
Fuente de Internet

<1%

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Apagado

CLÁUSULA DE CESIÓN DE DERECHO DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL

Los que suscriben, VITERI NEIRA ALVARO PATRICIO y CASTRO COELLO JORGE DONATO, en calidad de autores del siguiente trabajo escrito titulado Desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el Currículo Nacional en el subnivel de básica superior 8vo año., otorgan a la Universidad Técnica de Machala, de forma gratuita y no exclusiva, los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública de la obra, que constituye un trabajo de autoría propia, sobre la cual tienen potestad para otorgar los derechos contenidos en esta licencia.

Los autores declaran que el contenido que se publicará es de carácter académico y se enmarca en las disposiciones definidas por la Universidad Técnica de Machala.

Se autoriza a transformar la obra, únicamente cuando sea necesario, y a realizar las adaptaciones pertinentes para permitir su preservación, distribución y publicación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Técnica de Machala.

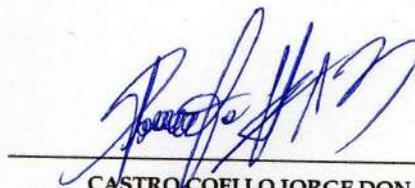
Los autores como garantes de la autoría de la obra y en relación a la misma, declaran que la universidad se encuentra libre de todo tipo de responsabilidad sobre el contenido de la obra y que asumen la responsabilidad frente a cualquier reclamo o demanda por parte de terceros de manera exclusiva.

Aceptando esta licencia, se cede a la Universidad Técnica de Machala el derecho exclusivo de archivar, reproducir, convertir, comunicar y/o distribuir la obra mundialmente en formato electrónico y digital a través de su Repositorio Digital Institucional, siempre y cuando no se lo haga para obtener beneficio económico.



VITERI NEIRA ALVARO PATRICIO

0705609402



CASTRO COELLO JORGE DONATO

0706553245

DEDICATORIA

El presente trabajo se los dedico a mis padres quienes me dieron vida, educación, apoyo y consejos. A mis compañeros de estudio, a mis maestros y amigos, quienes sin su ayuda nunca hubiera podido hacer esta tesis. A mi hijo que es mi pilar fundamental para seguir adelante. A todos ellos se los agradezco desde el fondo de mi alma. Para todos ellos hago esta dedicatoria y poder brindar un futuro mejor.

Jorge Donato Castro Coello

Al haber concluido una etapa muy importante en mi vida, dedico mi trabajo de tesis con amor, primeramente, a Dios por darme la fortaleza y fuerza de superación, a mis padres Marco y Dorita, por su apoyo incondicional, a mis hermanos Javier y Mariela por su motivación, a mi sobrina Nahiara, mi novia Gabriela por su paciencia y comprensión a toda mi familia quienes siempre estuvieron presentes durante este proceso de mi formación.

Álvaro Patricio Viteri Neira

AGRADECIMIENTO

Al culminar este trabajo quiero agradecer a Dios que iluminó mi camino, a mis padres, hijo y familia por el amor y la fortaleza que me brindaron en cada momento.

Expreso mis más sinceros agradecimientos a los docentes de la Universidad Técnica de Machala que me brindaron sus conocimientos en esta etapa de formación profesional.

Agradezco a mi querida Lic. Marjorie Romero, asesora de tesis quien con su experiencia, inteligencia y paciencia supo guiarme para que este trabajo sea realizado de buena manera.

Quisiera agradecer a la Dra. Lorena Aguilar responsable de la asignatura, ella con su enseñanza, conocimiento y paciencia supo direccionarme en el desarrollo de este trabajo.

Jorge Donato Castro Coello

Al concluir mi trabajo de tesis agradezco a Dios, a mis padres y familia, por haberme dado la fuerza y capacidad para culminar mi profesión, también expreso mi agradecimiento a la Universidad Técnica De Machala, institución que me abrió sus puertas y me dio la oportunidad de ser un profesional.

Agradezco a todos los maestros que durante mi formación me inculcaron conocimientos y valores, de manera especial a la Lic. Marjorie Romero tutora del presente trabajo de investigación quien me guio de una manera eficiente para culminar mi tesis.

A la Dra. Lorena Aguilar, docente de la asignatura, por brindarme su confianza y nuevas enseñanzas para mi desarrollo profesional.

Álvaro Patricio Viteri Neira

RESUMEN

Desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el Currículo Nacional en el subnivel de básica superior

Autores:

Jorge Donato Castro Coello

Álvaro Patricio Viteri Neira

Tutora:

Lic. Marjorie Fabiola Romero Granda, Mgs.

La presente investigación fue realizada con el propósito de dar a conocer el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en los jóvenes del subnivel de básica superior, a través de ello transmitir a los estudiantes la importancia de la Educación Física; el trabajo tiene como objetivo analizar el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas con relación al currículo de Educación Física en el subnivel de básica superior en la escuela Rumiñahui, mismo que sirve como herramienta fundamental de orientación para el docente, en base a estrategias y metodologías para el desarrollo y dominio de las diferentes prácticas en beneficio de los educandos. La obtención de los diferentes datos se originó desde el enfoque cuantitativo y cualitativo con una metodología de característica descriptivo, consiguiendo determinar la realidad en la escuela Rumiñahui sobre las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el currículo nacional de educación física. El método de investigación es el analítico sintético y otros que se agregaron como auxiliares fueron la investigación bibliográfica y de campo, los cuales contribuyeron notablemente para conseguir la información de acuerdo a los objetivos específicos para aportar al objetivo general, mismo que estuvieron compuestos para alcanzar aspectos con relación a la revisión literaria, investigación de campo y por último para alimentar a la propuesta integradora, como participación a favor de la institución educativa que posibilitó el acceso para formalizar esta investigación. En relación a la muestra se consideró al docente de Educación Física del subnivel básico superior. Los instrumentos seleccionados fueron la entrevista y la encuesta que para su construcción se relacionó los objetos de estudio, de donde se derivaron las dimensiones y en consecuencia los indicadores sirvieron de guía para la elaboración de los instrumentos utilizando la escala de Likert, que facilitó la recepción de opiniones y actitudes de las personas involucradas en esta investigación y al mismo tiempo puntuar a partir de respuestas fijas el rango de valores. El análisis de resultados en la encuesta a estudiantes y la entrevista al docente, se demuestra que el docente tiene poco dominio de las técnicas, movimientos y elementos de la gimnasia rítmica que es necesario orientarlo en la conducción de metodología apropiada para realizar las prácticas gimnásticas. Por lo que antecede y respondiendo al tercer objetivo específico, se definió la propuesta integradora que se orientó a proponer una guía metodológica sobre prácticas gimnásticas rítmicas acorde al currículo de Educación Física como aporte para el mejoramiento del proceso metodológico en la enseñanza de las prácticas gimnásticas, la propuesta estuvo compuesta de tres fases de implementación dirigidas a: elaborar la propuesta, coordinar la socialización con el directivo, y, desarrollar la socialización de la misma con los docentes. Además, se incluyó también los recursos logísticos y la valoración de la factibilidad con las dimensiones: técnica, económica, social y ambiental, demostrando la capacidad para lograr los objetivos de la propuesta, determinando la viabilidad y capacidades materiales con que cuentan las partes ejecutadas de la propuesta. El trabajo investigativo concluye con la presentación de las conclusiones, recomendaciones, limitaciones y prospectiva.

Palabras clave: Prácticas gimnásticas, educación física, técnicas, Currículo Nacional.

ABSTRACT

Development of rhythmic gymnastic practices in relation to the National Curriculum in the upper basic sublevel

Autores:

Jorge Donato Castro Coello

Álvaro Patricio Viteri Neira

Tutora:

Lic. Marjorie Fabiola Romero Granda, Mgs

This research was carried out with the purpose of publicizing the development of rhythmic gymnastics practices in young people of the upper basic sublevel, through it transmitting to students the importance of Physical Education; The objective of this work is to analyze the development of rhythmic gymnastics practices in relation to the Physical Education curriculum in the upper basic sublevel at the Rumiñahui school, which serves as a fundamental orientation tool for the teacher, based on strategies and methodologies for the development and mastery of the different practices for the benefit of the students. Obtaining the different data originated from the quantitative and qualitative approach with a descriptive characteristic methodology, managing to determine the reality in the Rumiñahui school about rhythmic gymnastics practices in relation to the national physical education curriculum. The research method is the synthetic analytical and others that were added as auxiliaries were the bibliographical and field research, which contributed significantly to obtain the information according to the specific objectives to contribute to the general objective, which were composed to achieve aspects in relation to the literary review, field research and finally to feed the integrating proposal, as participation in favor of the educational institution that enabled access to formalize this research. In relation to the sample, the Physical Education teacher of the upper basic sublevel was considered. The selected instruments were interview and the survey that for its construction related the objects of study, from which the dimensions were derived and consequently the indicators served as a guide for the elaboration of the instruments using the Likert scale, which facilitated the reception of opinions and attitudes of the people involved in this research and at the same time score from fixed answers the range of values. The analysis of results in the student survey and the interview with the teacher, shows that the teacher has little mastery of the technique, movements and elements of rhythmic gymnastics that it is necessary to guide him in conducting the appropriate methodology to perform gymnastic practices. For the above and responding to the third specific objective, the integrating proposal was defined, which was oriented to propose a methodological guide on rhythmic gymnastics practices according to the Physical Education curriculum as a contribution to the improvement of the methodological process in the teaching of gymnastic practices, The proposal was composed of three implementation phases aimed at: elaborating the proposal, coordinating the socialization with the manager, and developing the socialization of the same with the teachers. In addition, the logistical resources and the assessment of the feasibility with the dimensions: technical, economic, social and environmental were also included, demonstrating the capacity to achieve the objectives of the proposal, determining the viability and material capacities that the executing parties have. the proposal. The investigative work concludes with the presentation of the conclusions, recommendations, limitations and prospective.

Keywords: Gymnastic practices, physical education, techniques, national curriculum

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA.....	IV
AGRADECIMIENTO	V
RESUMEN.....	VI
ABSTRACT	VII
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	VIII
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	IX
ÍNDICE DE TABLAS	X
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	3
EL PROBLEMA	3
1.1. Antecedentes de la investigación	3
1.2. Situación conflicto	5
1.3. Causas y consecuencias	5
1.4. Delimitación del problema	5
1.5. Planteamiento del problema	6
1.6. Formulación del problema	6
1.7. Objetivos.....	7
CAPÍTULO II.....	8
MARCO REFERENCIAL.....	8
2.1 Marco legal.....	8
2.1.1 Constitución de la República	8
2.1.2 Ley Orgánica de Educación intercultural	8
2.1.3. Ley del Deporte, educación física y recreación.....	9
2.2. Marco teórico	9
2.2.1 Fundamentación de la gimnasia rítmica	9
2.3. Marco conceptual	10
2.3.2. Técnicas de las prácticas gimnásticas rítmicas.....	11
2.3.2. Currículo nacional de Educación Física en el subnivel básica superior	16
CAPÍTULO III.....	18
DIAGNÓSTICO DEL OBJETO DE ESTUDIO	18
3.1. Enfoques Diagnósticos	18
3.1.1. Tipo de investigación.....	18

3.1.2. Diseño de investigación	19
3.2. Descripción del proceso diagnóstico	20
3.3. Recopilación de la información.....	21
3.4. Análisis del contexto y desarrollo de la matriz de requerimientos.....	21
3.4.1 Fortalezas y debilidades	32
CAPÍTULO IV	36
PROPUESTA INTEGRADORA	36
4.1 Descripción de la propuesta	36
CAPÍTULO V	56
VALORACIÓN DE LA FACTIBILIDAD	56
5.1. Análisis de la dimensión técnica de implementación de la propuesta	56
5.2. Análisis de la dimensión económica de implementación de la propuesta.....	56
5.3. Análisis de la dimensión social de la propuesta.....	64
5.4. Análisis de la dimensión ambiental de implementación de la propuesta	56
CAPÍTULO VI.....	57
CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES, LIMITACIONES Y PROSPECTIVA ...	57
6.1. Conclusiones	57
6.3. Limitaciones y prospectiva.....	58
6.3.2 Prospectiva	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	59
ANEXOS	62

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Tipos de movimientos, saltos, giros y flexibilidad	25
Gráfico 2. Dominio de las prácticas gimnásticas	26

Gráfico 3. Coreografías organizadas por el docente de Educación Física	27
Gráfico 4. Actividades para el desarrollo de las prácticas gimnásticas	27
Gráfico 5. Elementos utilizados en las prácticas gimnásticas	28
Gráfico 6. Experiencia del docente en el desarrollo de las prácticas gimnásticas	29
Gráfico 7. Importancia de las prácticas gimnásticas	29
Gráfico 8. Mejoramiento de la condición física y dominio del cuerpo a través de las prácticas gimnásticas	30
Gráfico 9. Habilidades y destrezas en las prácticas gimnásticas rítmicas.....	31
Gráfico 10. Propuesta de una guía metodológica.....	32

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Organización de los objetos de estudio, dimensiones e indicadores.....	21
Tabla 2. Fortalezas y Debilidades	32
Tabla 3. Requerimientos a partir de las debilidades y causas identificadas en la investigación de campo	33
Tabla 4. Indicadores de evaluación a partir de las actividades	54

INTRODUCCIÓN

Las instituciones educativas requieren de prácticas gimnásticas rítmicas con relación al currículo que proporcionen beneficios para los jóvenes estudiantes, en este contexto es importante que los estudiantes adquieran nuevos conocimientos y habilidades los cuales les ayudarán a contribuir para un mejoramiento en las clases de educación física. Referente a esto se debe aplicar técnicas y estrategias lo cual permitirá un buen proceso en el mejoramiento del alumnado.

Las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el currículo abordan un papel importante en la institución: dado que, esta temática favorece a la Escuela de Educación Básica Rumiñahui donde se realizó esta investigación.

Este proyecto se desarrolló con la finalidad de analizar el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el currículo, el cual ayudará a identificar y determinar el dominio del docente de educación física, finalmente se propone pautas orientadas hacia el educador. Está enfocado a estudiantes y docentes porque les brinda un mejor desarrollo integral y ayuda en la práctica docente; este tema se orientó en el subnivel de básica superior.

Este problema se reflejó en las deficientes prácticas gimnásticas rítmicas en relación al currículo nacional y a su desarrollo mismo que permite a los educandos el fortalecimiento y flexibilidad a través de las diferentes actividades, favoreciendo la orientación espacial mediante las técnicas de las prácticas rítmicas para poner en práctica las habilidades físicas y coordinativas.

La ejecución del presente trabajo investigativo tiene como finalidad desarrollar las diferentes experiencias a través de las prácticas gimnásticas rítmicas donde los docentes y estudiantes tienen la oportunidad de guiarse con el currículo de educación nacional, cuyos objetos de estudio se basan en la realización e indagación de contenidos prácticos y teóricos, para lograr una propuesta con un enfoque cualitativo que beneficie a los docentes y estudiantes.

En cuanto a los antecedentes de investigación se considera que la presente es de carácter internacional porque se enfoca en dar a conocer los resultados acordes a la temática aplicada de manera general; a la vez se adjuntó un trabajo regional localizado en el lugar que se va a ejecutar la investigación, orientada a analizar el problema para dar una solución; como también, se

consideró un trabajo desarrollado a nivel nacional que tuvo como finalidad llegar a buscar nuevas estrategias basadas en las prácticas gimnásticas para los jóvenes del nivel superior.

La investigación aportada está compuesta de seis capítulos, mismos que se detallan a continuación:

Capítulo I, El problema consta de; antecedentes de la investigación, situación conflicto, causas y consecuencia, delimitación del problema, planteamiento del problema, formulación del problema, pregunta general, objetivo general, objetivos específicos.

Capítulo II, Marco referencial incluye; marco legal, ley orgánica de educación intercultural, marco teórico, marco conceptual.

Capítulo III, Diagnóstico del objeto de estudio contiene; enfoques diagnósticos, tipo de investigación, diseño de investigación, población y muestra, método de investigación, validación de los instrumentos de investigación, descripción del proceso de diagnóstico, recopilación de la información, análisis del contexto y desarrollo de la matriz de requerimiento, gráficos y análisis, selección de requerimiento a intervenir y justificación.

Capítulo IV. Se encuentra la propuesta con sus respectivos elementos estructurales.

Capítulo V. Se presenta la valoración de la factibilidad de la propuesta en lo que respecta a la dimensión técnica, económica, social y ambiental

Capítulo VI. Se presenta las conclusiones, recomendaciones, limitaciones y prospectiva

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. Antecedentes de la investigación

A nivel internacional se han realizado investigaciones como la que plantea Lima et al. (2019) denominada “Gimnasia rítmica: perfil sobre la producción científica en revistas científicas de América Latina, Caribe y países Ibéricos” (p. 1). Tiene como objetivo indagar acerca de los componentes y procesos propios del entrenamiento de la gimnasia rítmica femenina mundial, para luego presentar algunos aportes a dicha construcción. Los autores descubren que hay una amplia investigación respecto al entrenamiento en gimnasia rítmica que contempla: aspectos psicológicos, educativos y sociales, salud, culturales e históricos. Concluyen que existe un escenario propicio para el entrenamiento de la gimnasia rítmica que busca consolidarse científicamente, siendo necesario el crecimiento de estudios amparados en las demás formas de plantear el deporte, ascendiendo esas producciones de manera cuantitativa y cualitativa.

Vernetta et al. (2018) en su trabajo de investigación denominado “Estima corporal en gimnastas adolescentes de dos disciplinas coreográficas: gimnasia rítmica y gimnasia acrobática” (p. 1), tiene como objetivo analizar y comparar la estima corporal entre gimnastas de rítmica y gimnastas de acrobática y su relación con el perímetro de cintura. Los resultados fueron que las gimnastas muestran buena estima corporal, existiendo una relación significativa con el IMC. En conclusión, ambos tipos de gimnasia promueven una imagen corporal positiva.

En la investigación denominada “Resiliencia y optimismo en gimnasia rítmica” realizada en Murcia, España, tiene como objetivo conocer la prevalencia de la resiliencia y el optimismo en gimnasia rítmica; y analizar diferencias en función de su categoría de edad, años de práctica deportiva y experiencia en competición. Los resultados apuntan a que un 24.8% de las participantes presenta elevada resiliencia. En cuanto a optimismo, el 20.7% muestra niveles elevados frente al 62.1% que presenta niveles bajos (Serrano et al., 2021). En conclusión, no hay diferencias en resiliencia y optimismo según las variables analizadas. Se sugiere atender los niveles de optimismo en los gimnastas para mejora de su bienestar y de su rendimiento deportivo

A nivel regional se encuentra la investigación realizada en Chile por Martín et al., (2020) en la investigación titulada “Influencia de la edad y el aparato empleado en las exigencias específicas en gimnasia rítmica. Un estudio de caso” tiene como objetivo “conocer

la carga interna y externa en jóvenes deportistas de Gimnasia Rítmica, evaluada a través de dispositivos inerciales, así como analizar las diferencias según el aparato utilizado (aro, mazas, cinta, pelota, cuerda y manos libres)”. Los resultados obtenidos muestran la existencia de diferencias según el aparato empleado, y la categoría de las gimnastas. En conclusión, los ejercicios de gimnasia rítmica son únicos, y requieren una serie de demandas específicas según la categoría.

Blas y Díaz (2019) en la tesis de grado realizada en Perú y titulada “Propuesta didáctica de iniciación a la gimnasia rítmica para mejorar la coordinación motora gruesa en niños de 3 años, 2018” tiene como objetivo “dar a conocer aspectos teóricos sobre la gimnasia rítmica y la coordinación motora gruesa; además de analizar teóricamente la relación entre ellos dos y así poder consolidar actividades que se deben realizar y sobre todo, actividades que puedan realizar los niños de esta edad” los resultados muestran que los aspectos teóricos y prácticos sobre la gimnasia rítmica y los patrones básicos del desarrollo motor grueso en niños de 3 años es fundamental para la determinación de los ejercicios que cada niño pueda realizar sin necesidad de ir en contra de su naturaleza y maduración.

La investigación realizada por Tapia (2019) en la tesis de grado denominada “El ballet en el desarrollo de la técnica de la gimnasia rítmica en las niñas de 12 a 14 años que asisten a la Concentración Deportiva de Pichincha” tiene como objetivo determinar la incidencia del ballet en el mejoramiento de la técnica de la gimnasia rítmica en las niñas de 12 a 14 años de la Concentración Deportiva de Pichincha. La autora llegó a la conclusión de que con el ballet mediante la técnica de la gimnasia rítmica contribuye a preparar a la niña para el mejoramiento de su desarrollo corporal.

Sierra et al. (2019) en su tesis titulada “Asociación entre morfología del pie y rendimiento en la gimnasia rítmica” cuyo objetivo fue “determinar la influencia de la morfología del pie en el rendimiento en Gimnasia Rítmica y analizar la influencia de los años de práctica”. Los resultados indican que las gimnastas tienen predominantemente un pie neutro y con huella normal, presentando bastante asimetría entre pies, no significativa, lo que puede ser consecuencia de un trabajo asimétrico y debería ser corregido en el entrenamiento. Como conclusión manifiestan que la práctica de la Gimnasia Rítmica podría no ser un factor tan decisivo como podía suponerse en las modificaciones morfológicas de la huella plantar.

1.2. Situación conflicto

El problema de esta investigación está situada en la escuela de educación básica Rumiñahui del cantón Pasaje, Provincia de El Oro, donde las prácticas gimnásticas rítmicas son escasas, siendo este el principal aspecto negativo para que el estudiantado del octavo año de educación básica paralelo “A” no logren mejorar sus habilidades y capacidades por medio de las clases de educación física.

Como causa principal que tenemos en esta institución, es la desactualización docente de educación física, de modo que, estas prácticas gimnásticas llegan a restringirse, ya que no es practicado. Otra causa precisa son los inadecuados espacios físicos por parte de esta institución educativa, reduciendo a los estudiantes a que puedan desarrollar estas habilidades.

Desde otra perspectiva existe poco conocimiento de los bloques curriculares en las prácticas gimnásticas, donde se evidencia desinterés del docente en el progreso de dichas habilidades.

1.3. Causas y consecuencias

Cabe recalcar que en la aclaración expuesta anteriormente, se determina el problema central, que pertenece a deficientes prácticas gimnásticas rítmicas en relación al currículo nacional, donde las causas son desactualización docente, escasa importancia de las prácticas gimnásticas rítmicas, inadecuados espacios físicos, deficiente conocimiento de los bloques curriculares y como efectos tenemos insuficiente desarrollo motriz, desinterés de los jóvenes en las prácticas gimnásticas, fragilidad de los aprendizajes gimnásticos, corto desarrollo de la expresión corporal y del desarrollo integral.

1.4. Delimitación del problema

Las deficientes prácticas gimnásticas rítmicas en relación al currículo nacional se delimitan en la escuela de educación básica Rumiñahui del cantón Pasaje, Provincia del Oro, en el subnivel de básica superior, mediante el proceso de las habilidades de educación física, la cual es propuesta por el docente de la asignatura correspondiente, mismo que ejecuta distintos ejercicios físicos, orientados a la búsqueda de habilidades gimnásticas. Esta investigación es elaborada en el periodo 2021-2022 y está enfocada específicamente a los estudiantes de dicha institución antes mencionada.

1.5. Planteamiento del problema

En el Ecuador la gimnasia rítmica dio sus primeros inicios el 19 de octubre del 2006 con una participante que era de carácter fuerte y apasionada por la gimnasia y ha practicado con cuerda, pelota, clavos, aro y cinta hoy en día tienen un grupo de pupilas que han ganado medallas, siguen practicando día a día para llegar a ser grandes gimnastas.

En la provincia de El Oro el desarrollo de las prácticas gimnásticas ha contribuido en los educandos de manera simultánea y eficaz en el proceso corporal y motriz de los estudiantes en el área de educación física, el cual ha permitido que los jóvenes interactúen de una manera coordinada, equilibrada a través de movimientos creativos e inimaginables.

En la escuela de educación básica “Rumiñahui” de la parroquia Loma De Franco, según la investigación realizada se ha detectado que existe un alto porcentaje de jóvenes que tienen dificultades en el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas, si ponemos en práctica la ejecución de la gimnástica rítmica se puede ayudar a los educandos a tener mayor flexibilidad y coordinación en los diferentes movimientos.

1.6. Formulación del problema

La problemática planteada tiene su interés en la gimnasia rítmica porque se enfoca en la práctica docente de la asignatura de Educación Física, quien asume el trabajo de realizar diversas actividades en el educando; siendo de gran beneficio porque disciplina al estudiante en todos los aspectos brindándole estabilidad emocional y concentración en cada ejercicio.

Las preguntas realizadas a través del desarrollo de investigación se enfocan en los objetivos, generales y específicos; los cuales sirven como orientación para la preparación de implementos necesarios y específicos relacionados con los objetivos propuestos mismos que son:

Pregunta general

¿Cómo se desarrollan las prácticas gimnásticas rítmicas con relación al currículo de Educación Física en el subnivel de básica superior en la escuela Rumiñahui?

Preguntas específicas

¿Cuáles son las prácticas gimnásticas rítmicas que desarrolla el docente con relación al currículo de Educación Física en el subnivel de básica superior?

¿Cuál es el dominio del docente de educación física con respecto a las prácticas gimnásticas rítmicas y el desarrollo metodológico con relación al currículo de Educación Física en el subnivel de básica superior en la escuela Rumiñahui?

¿Qué pautas orientadoras requieren los docentes sobre las prácticas gimnásticas rítmicas y el desarrollo metodológico con relación al currículo de Educación Física en el subnivel de básica superior en la escuela Rumiñahui?

1.7.Objetivos

1.7.1. Objetivo general

Analizar el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas con relación al currículo de Educación Física en el subnivel de básica superior en la escuela Rumiñahui.

1.7.2. Objetivos específicos

Determinar las prácticas gimnásticas rítmicas que desarrolla el docente con relación al currículo de Educación Física en el octavo grado de educación básica, paralelo “A”.

Identificar el dominio del docente de educación física con respecto a las prácticas gimnásticas rítmicas y el desarrollo metodológico con relación al currículo de Educación Física en el subnivel de básica superior en la escuela Rumiñahui.

Proponer pautas orientadoras a los docentes sobre las prácticas gimnásticas rítmicas y el desarrollo metodológico con relación al currículo de Educación Física en el octavo grado de educación básica, paralelo “A”.

CAPÍTULO II

MARCO REFERENCIAL

2.1 Marco legal

2.1.1 Constitución de la República

Según la Constitución de la República del Ecuador a través del artículo 26 reconoce y garantizará a las personas el derecho a una vida digna, que asegure la educación y la cultura física manifiesta que: “La educación es derecho irrenunciable de las personas, deber inexcusable del Estado, la sociedad y la familia; área prioritaria de la inversión pública, requisito del desarrollo nacional y garantía de la equidad social...” (Asamblea Nacional Constituyente del Ecuador, 2008, p. 16). Todos los ecuatorianos tienen derecho a una educación formativa la misma que es indispensable para su desempeño en la sociedad.

La misma Constitución en la undécima sección cultura física y tiempo libre Art. 381 manifiesta: “El Estado protegerá, estimulará, promoverá y coordinará la cultura física, el deporte y la recreación, como actividades para la formación integral de las personas. Proveerá de recursos e infraestructura que permitan la masificación de dichas actividades” (Asamblea Nacional Constituyente del Ecuador, 2008, p. 116). El Estado se responsabiliza de promover la recreación, el deporte y la cultura física con la finalidad de que los niños y jóvenes ecuatorianos practiquen disciplinas deportivas de su agrado y actividades rítmicas que prefieren.

2.1.2 Ley Orgánica de Educación Intercultural

La Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) en el Art. 6 de las obligaciones del Estado manifiesta que el Estado debe:” Propiciar la investigación científica, tecnológica y la innovación, la creación artística, la práctica del deporte, la protección y conservación del patrimonio cultural, natural y del medio ambiente, y la diversidad cultural y lingüística” (Ministerio de Educación, 2011, p.18) es decir que el Estado debe propiciar la práctica deportiva desde las instituciones educativas, clubes u otras instancias donde el niño o el joven puedan practicar gimnasia rítmica.

En la misma LOEI en el Ar. 7 de los derechos de los estudiantes literal n, refiere que el estudiante tiene derecho a: “disponer de facilidades que le permitan la práctica de actividades deportivas, sociales, culturales, científicas en representación de su centro de estudios, de su comunidad, su provincia o del País, a nivel competitivo; (Ministerio de Educación del Ecuador,

2011, p. 21). El Estado brinda a los estudiantes las oportunidades para las prácticas deportivas para competir representando a su institución educativa o país.

2.1.3. Ley del Deporte, Educación Física y Recreación.

La educación física es muy importante y destacable en las diferentes funciones que se ponen en práctica, por lo cual hay artículos que proponen sus propios reglamentos, donde las personas deben de tener en cuenta para el desarrollo de sus ejercicios vinculados en el área de recreación.

El art. 3 expresa que la práctica deportiva, desde la educación física debe promoverse la creatividad y debe ser libre y voluntaria como un derecho de las personas, cuyas funciones físicas serán preservadas por las diferentes actividades.

2.2. Marco teórico

2.2.1 Fundamentación de la gimnasia rítmica

La propuesta se fundamenta en la teoría sociocultural de Vygotsky quien manifiesta que el ser humano aprende en la interacción social con las personas que lo rodean. En este sentido, esta teoría influye en la propuesta porque a través de la gimnasia rítmica comparten experiencias, aprenden de sus compañeros y trabajan en equipo, lo que les permite interactuar en las prácticas deportivas. Según Vygotsky “el estudiante establece una interacción con otro que es el docente que le ayuda a indagar y a buscar soluciones; en esta interacción se construyen significados de los que se apropia y hace uso de ellos” (Cruz et, al., 2019, p.71). Esta teoría se relaciona con el proyecto porque la gimnasia rítmica requiere de la interacción de docentes y estudiantes que en conjunto aprenden y solucionan problemas.

Otra teoría que fundamenta la investigación es la teoría de Bandura quien le asigna significativa importancia al desarrollo humano desde una perspectiva intelectual cognitiva; según Bandura las personas siempre desean experimentar sobre temas que les interesa, de esta manera obteniendo así nuevos aprendizajes, por lo que es necesario estar motivados con la finalidad de apropiarse de ese conocimiento y guardarlo en su estructura cognitiva para compartirlo con otras personas (Abril, 2021). A partir de esta visión, el tema en estudio se fundamenta con esta teoría; puesto que, la actividad física orientada a cualquier deporte, especialmente a la gimnasia rítmica promueve el desarrollo de los procesos mentales, llevándolo incluso a la práctica, en el momento que el estudiante articula mente y cuerpo para ejecutar los movimientos corporales.

La propuesta también se fundamenta en la teoría de Piaget quien manifiesta que el proceso cognitivo del aprendizaje se da debido a dos procesos: asimilación y acomodación. Cuando el estudiante ha desarrollado acomodaciones se produce un equilibrio cognitivo y ese aprendizaje pasa a formar parte de nuevos esquemas mentales. Según Piaget “se trata de un proceso paulatino en el que experiencias sucesivas de acomodación dan origen a esquemas de asimilación novedosos, con lo que se alcanza un nuevo estado de equilibrio” (Peralta, 2017, p. 142). Esta teoría fundamenta la propuesta porque en las prácticas gimnásticas los estudiantes pasan de proceso de asimilación a acomodación que luego van a formar parte de sus experiencias para relacionarlas con otras nuevas.

2.3. Marco conceptual

2.3.1. Conceptualización de la gimnasia rítmica

La gimnasia rítmica es una disciplina deportiva olímpica que necesita de un entrenamiento físico y mental, así como también de mucha coordinación y sincronización. En este sentido, Vernetta et al. (2018) manifiestan que todo movimiento que tiene coordinación tiene que ajustarse a criterios como: “precisión, eficacia, economía y armonía, todos imprescindibles en deporte” (p. 175).

Según Pochini (2017) la gimnasia es un conjunto de técnicas de diferente procedencia, en el contexto pedagógico es un contenido de Educación Física que contempla acciones psicomotrices coordinadas armónicamente. Es decir que a través de la gimnasia rítmica se desarrollan habilidades motrices, la flexibilidad, el ritmo y el movimiento lo que le permite desarrollar armonía y coordinación.

Las prácticas gimnásticas son importantes porque permite a las personas desarrollar diferentes movimientos corporales de una manera adecuada, permitiendo la motivación e interés mediante actividades prácticas las cuales son eficaces y primordiales. Fomenta el equilibrio de la expresividad y expresión que las personas van adoptando a través de posibilidades que se despliegan disciplinas acordes a las necesidades motoras corporales. En este sentido, Pérez et al, (2018) manifiesta que “en la gimnasia rítmica, predominan las capacidades coordinativas y la expresividad, presenta grandes exigencias en la calidad de ejecución y estas han ido en aumento en cada uno de los ciclos olímpicos” (p. 203).

El principal papel de la Gimnasia Rítmica es desarrollar capacidades coordinativas como el ritmo como factor primordial en el desarrollo armónico de los estudiantes. Por ello, las experiencias y habilidades motoras y la coordinación se ajustan al movimiento, en función en la acción motriz lo que permite el dominio corporal.

La gimnasia rítmica ayuda al desarrollo de la plasticidad de los movimientos, a darle elegancia y ritmo, se contribuye al gusto por la estética, además que se estimula la creatividad en los educandos. En la gimnasia rítmica juegan un papel importante los elementos rítmicos que sin ellos sería imposible realizar esta disciplina deportiva.

2.3.2. Técnicas de las prácticas gimnásticas rítmicas

La gimnasia rítmica es un deporte que tiene aceptación en la mayoría de los países del mundo se ha convertido en un deporte de gran aceptación, muchos empiezan a practicarlo desde edades muy tempranas y requiere de fuerza, flexibilidad, coordinación, agilidad, ritmo y equilibrio. En su práctica requiere de ciertas técnicas que la caracteriza.

Entre las técnicas de la gimnasia rítmica están la suavidad del ejercicio y continuidad de la acción, acción de determinadas zonas de músculos, realización de movimientos perfectos, ejecutar movimientos de acuerdo a la música, así como también los desplazamientos continuos.

El grado de complejidad técnica lo determina la coordinación intra e intermuscular, esto se debe a que se requiere de “un componente elevado de la cualidad física de fuerza en la gimnasta y una gran amplitud articular para poder realizar los diferentes elementos con la precisión, velocidad y amplitud de los movimientos que exige la disciplina” (Martín et al, 2020, p.154).

Los mismos autores manifiestan que el grado de complejidad aumenta y hace al ejercicio más completo debido al conjunto de habilidades desarrolladas; por ello, la mejor técnica es el conjunto de habilidades que se demuestran durante el ejercicio de gimnasia.

Napolitano (2019) refiere que “El dominio de la técnica es importante porque el alumno aprenda a dominar su cuerpo y mejore su disponibilidad corporal en diversas situaciones motrices para adquirir más habilidades, sin buscar resultados físicos” (p. 8). Por ello, el contenido a enseñar debería ser abierto y múltiple

Por otro lado, Pérez et al. (2018) indica que las personas que practican la gimnasia rítmica son capaces de concentrarse atentamente y seleccionar diferentes estímulos que son necesarios para el momento por lo que es necesario estar tranquilos y concentrados en lo que realizan.

Para Napolitano (2020) existe:

La necesidad de revalorizarla, es necesario comprender que para enseñarla es preciso tener en cuenta los tiempos de los aprendizajes de los alumnos, sus experiencias previas con lo corporal, el contexto, la invención de un modo de resolver los problemas que para ese momento sea oportuno para los alumnos, etc. (p.8)

Para Napolitano (2020) la gimnasia tiene un lugar mucho más presente a través de las capacidades coordinativas y condicionales; pero también, se pone de manifiesto la enseñanza de la gimnasia artística y deportiva. En este sentido, Napolitano (2020) manifiesta que mediante el dominio de la gimnasia rítmica “se aprende técnicas que mejoran su relación con el cuerpo, se plantean y resuelven problemas, toman decisiones, prueban, inventan, exploran, observan, escuchan, imitan, copian, imaginan, comparan y se detienen a analizar” (p. 6).

2.3.1.2 Importancia de la técnica en la gimnasia rítmica

La gimnasia rítmica es importante porque permite la ejecución de movimientos, mediante la combinación musical en conjunto con técnicas que los estudiantes logran ejecutar a través de ejercicios que favorecen su actividad física, este deporte establece una competencia entre gimnastas en la cual se miden la flexibilidad, ritmo y capacidad física de cada competidor. Para mejorar las técnicas es necesario mejorar las cualidades físicas como fuerza y flexibilidad.

Cuando hay exigencia técnica en la práctica gimnástica utilizando elementos cada vez más complejos, la flexibilidad y la fuerza explosiva son primordiales por lo que se requiere un entrenamiento constante (Martín et al., 2017). Esto significa que es necesario la fuerza explosiva igual que la flexibilidad para realizar la gimnasia rítmica lo que permite ser apreciada y del agrado de los espectadores.

En la gimnasia rítmica es importante la combinación de los implementos con los movimientos para realizar una mejor coordinación de movimientos, al respecto, (Ruano, 2020) “En gimnasia rítmica el rendimiento se determina por la destreza técnica y el manejo de implementos, así como de la coordinación de movimientos que son necesarios para ejecutar las dificultades” (p.174)

Por lo expuesto, a continuación, se detalla las técnicas de la gimnasia rítmica:

Movimientos

La gimnasia rítmica como parte de la gimnasia, implica el trabajo del sistema muscular y esquelético en su totalidad, la cual requiere del desarrollo de gran elasticidad y resistencia. Los movimientos requieren de práctica y entrenamiento continuo para mejorar poco a poco el trabajo de los músculos y sistema esquelético, para ello se requiere de esfuerzo y entrega. Reyno y Alvarado (2021) refieren que el gimnasta debe poseer comunicación con los espectadores colocado desde un espacio y dirección adecuada para realizar movimientos hacia arriba y afuera, es decir que transmite su estado emocional a quienes lo están observando.

Saltos

Los saltos en gimnasia rítmica pueden estar acompañados de acrobacias que se ejecutan durante el tiempo de vuelo. Estas acrobacias suelen ser consideradas elementos de dificultad, ya que requieren alto nivel de preparación física y mental, aquí también existen algunas ejecuciones más comunes como los saltos en la gimnasia rítmica, las cuales son: la zancada, el salto de gacela, el salto cosaco, el salto corza.

Equilibrio

Los elementos de equilibrio son comunes en la gimnasia rítmica, estos van en conjunto con la ejecución de movimientos para controlar o exhibir los implementos que suelen complementar un buen nivel de dificultad, con movimientos que ponen a prueba el equilibrio de las gimnastas suelen durar pocos segundos.

Flexibilidad

Una buena rutina de gimnasia rítmica solo se logra alcanzar explotando todo el potencial corporal de la gimnástica, en este sentido hay que hacer un gran énfasis en el perfeccionamiento de sus habilidades, la flexibilidad es indispensable a la hora de ejecutar cualquier técnica de gimnasia rítmica.

Cofre et al. (2021) manifiesta que flexibilidad “es una cualidad de los gimnastas que debido a la movilidad de las articulaciones y a la elasticidad del músculo pueden realizar el máximo recorrido en posiciones diversas lo que hace que las personas realicen acciones con agilidad y destreza” (p. 873). Es necesario que los gimnastas tengan buena flexibilidad para que realicen las acrobacias o bailes en la presentación de la gimnasia.

Por su parte, Galvez (2021) manifiesta que:

En la gimnasia rítmica el lograr niveles óptimos de flexibilidad les contribuirán específicamente a lograr rangos de movimiento articular imprescindibles para la ejecución de la técnica, los niños en formación logren trabajar coordinadamente dicha capacidad, les permitirá exhibir rutinas excelentes en competencias y eventos gimnásticos, aprender más fácilmente las técnicas asociadas (p.128).

Giros

Los giros en gimnasia rítmica, también llamados rotaciones, son muy comunes en las rutinas de la gimnasia rítmica, la presentación de giros que pueden llevarse a cabo en punta, media punta o pie plano, las gimnastas deben entrenar para llevar a cabo los giros de manera continua.

2.3.1.3 Habilidades de las prácticas gimnásticas rítmicas

La gimnasia rítmica combina el ritmo, coordinación musical, elegancia y sobre todo favorece el desarrollo de habilidades motrices básicas a través del movimiento, como la elasticidad, la fuerza muscular, la flexibilidad, además de integrar el trabajo con implementos ya sea cuerda, pelota, aro, mazas o cinta que permitirán el desarrollo de otros. La gimnasia permite a las personas brindar una ayuda para optimizar la flexibilidad, el equilibrio y la coordinación, además de que refuerza la concentración en las diferentes actividades físicas.

En este sentido, Jiménez (2018) manifiesta que:

Las habilidades motrices básicas son cruciales en el entrenamiento temprano de la gimnasia rítmica, que comienza a los seis años y sigue en la adolescencia. Son importantes predictores de rendimiento la fuerza y potencia muscular, flexibilidad, dominio visual-motriz, capacidad aeróbica y coordinación motora (p.18)

Las habilidades son las actividades que tienen alto grado de coordinación, potencia y elasticidad, entre ellos constan:

- Desplazamientos: es el traslado de un lugar a otro a través del movimiento corporal mediante marchas o carreras también los realizan en conjunto con otros compañeros o apoyados en implementos.

- Saltos: son los despegues que hacen los gimnastas con una o con ambas piernas durante los entrenamientos o presentaciones ante un público.
- Giros: son desplazamientos coordinados para realizar volteretas, ruedas laterales, giros en forma longitudinal sea con una o ambas piernas.
- Lanzamientos y recepciones: es una habilidad espectacular donde se realizan con diferentes elementos y diferentes partes del cuerpo. La recepción consiste en recoger el elemento con cualquier parte del cuerpo.

2.3.1.4 Elementos de la gimnasia rítmica

La Gimnasia Rítmica es uno de los deportes más bellos que existen debido a la combinación de factores que la componen: música y su interpretación a través de movimientos gimnásticos, danza, expresión corporal y facial, elementos acrobáticos y bellos trajes de competición. Se valora la elegancia, gracia, ritmo, expresión gestual, y una gran flexibilidad.

Según Blas y Díaz (2019) “cada elemento permite realizar un ejercicio diferente; pero uno de los requisitos principales es que los movimientos del implemento sean armónicos con los movimientos corporales y que la gimnasta no pierda el control del aparato mientras realiza su presentación” (p. 26).

Los elementos son importantes porque permiten llevar a cabo las diferentes prácticas gimnásticas en la cual las personas que ponen en práctica este deporte pueden adoptar diferentes formas para demostrar sus habilidades con la ayuda de cualquier elemento que sea fundamental. Según Cofre et al. (2021) la gimnasia rítmica se desarrolla en una alfombra de 13x13 metros y los implementos que se utilizan: cuerda, aro, pelota, clavos o mazas y cinta.

La cuerda

La relación entre la gimnasta y la cuerda es explosiva. La cuerda realiza figuras en el aire, manejada por una o ambas manos. Son característicos de la cuerda, los saltos, saltitos, movimientos en ocho, ondas y escapadas.

El aro

Requiere constantes cambios de posición de una mano a otra y constante movimiento, lo que implica un buen trabajo de coordinación.

La pelota

La pelota es una extensión del cuerpo de la gimnasta, donde se realizan rebotes y rodamientos, es importante tener una mayor espectacularidad de este implemento, aplicando también los ejercicios de lanzamientos y las recogidas en posturas inverosímiles.

Las mazas

La gimnasta usa las mazas para realizar molinos, circunducciones, movimientos asimétricos, golpes rítmicos, combinado con elementos corporales, donde las mazas son muy exigentes y requieren un gran desarrollo del sentido del ritmo, coordinación y precisión máxima.

La cinta

La cinta es larga y ligera y debe moverse en todas las direcciones, es importante tener en cuenta algunos elementos como la manera de crear figuras en el espacio, espirales, serpentinadas, movimientos en ocho, grandes circunducciones, las cuales van acompañadas de elementos corporales.

Es importante la combinación de los elementos con las técnicas y habilidades al momento de poner en práctica la gimnasia rítmica, como manifiesta Avila et al. (2017) “el éxito en la competición en gimnasia rítmica es la capacidad de realizar con corrección máxima, los elementos de elevado nivel de técnica corporal y de aparato, en perfecta armonía con el carácter y el ritmo de la música” (p.92).

2.3.2. Currículo nacional de Educación Física en el subnivel básica superior

El currículo de educación física está integrado por seis bloques curriculares: prácticas lúdicas, prácticas gimnásticas, prácticas corporales, prácticas deportivas, construcción de la identidad cultural y relaciones entre prácticas corporales y salud.

En cada bloque se encuentran las destrezas básicas o imprescindibles y las destrezas deseables. Las destrezas básicas son necesarias, aquellas que deben ser tratadas en cada subnivel; en cambio las deseables son aquellas que no son obligatorias al subnivel y que son tratadas en otro subnivel.

El Ministerio de Educación (2016) en el Currículo de Educación Física manifiesta que “Los aprendizajes de los diferentes bloques aumentan su nivel de especificidad, y a la vez, permiten mayores vinculaciones entre sí, favoreciendo el establecimiento de relaciones más complejas

con otras asignaturas” (p. 138). Esto significa que los contenidos de las destrezas son progresivos, que van gradualmente incrementando el nivel de complejidad en cada subnivel.

A pesar de que la innovación del currículo trajo cambios significativos en la educación física, también se presentaron ciertas dificultades con los docentes de grado que no son especialistas en la asignatura. Como manifiesta Roldán et al. (2020) el currículo propició que:

Los docentes de aula se hacen cargo del incremento en las horas de Educación Física. No obstante, lo que debía ser un beneficio en el desarrollo motriz y emocional del estudiante, trajo una problemática vigente por la poca preparación que poseen los docentes en aspectos pedagógicos y didácticos del área de Educación Física (p.440)

2.3.2.1. Destrezas del bloque de prácticas gimnásticas

Las destrezas básicas y deseables del bloque de prácticas gimnásticas son las siguientes:

- EF.4.2.1. “Diferenciar habilidades motrices básicas (caminar, correr, lanzar y saltar) de ejercicios contruidos (acrobacias, posiciones invertidas, destrezas, entre otros) y practicar con diferentes grados de dificultad, realizando los ajustes corporales necesarios para poder ejecutarlos de manera segura y placentera” (Ministerio de Educación, 2010, p 170).
- EF.4.2.2. “Reconocer la condición física (capacidad que tiene los sujetos para realizar actividad física) como un estado inherente a cada sujeto, que puede mejorarse o deteriorarse en función de las propias acciones, para tomar decisiones tendientes a optimizarla” (Ministerio de Educación, 2010, p 170) .
- EF.4.2.3. “Construir grupalmente (con y sin elementos: pañuelos, cuerdas, ulas, cintas, pelotas, bastones y clavav) composiciones gimnásticas y coreografías, identificando las características, utilizando los desplazamientos gimnásticos como enlaces y acordando pautas de trabajo colectivo para encontrar maneras seguras, eficaces...” (Ministerio de Educación, 2010, p 170).
- EF.4.2.4. “Reconocer la implicancia de las capacidades coordinativas en la manipulación de elementos para mejorar su dominio, durante la participación en prácticas gimnásticas” (Ministerio de Educación, 2010, p 170).
- EF.4.2.5. “Asociar y transferir los ejercicios, destrezas y acrobacias aprendidas a otras prácticas corporales colectivas, considerando las condiciones espaciales, temporales,

recursos requeridos, y la necesidad de acuerdos grupales para su realización de modo saludable, seguro y placentero” (Ministerio de Educación, 2010, p 170).

CAPÍTULO III

DIAGNÓSTICO DEL OBJETO DE ESTUDIO

3.1. Enfoques Diagnósticos

3.1.1. Tipo de investigación

En la investigación realizada se ha considerado el enfoque mixto, porque se recurre a recoger datos cuantitativos y cualitativos. (Rodas, 2019) manifiesta que “el método mixto consiste en una serie de combinaciones de investigación cualitativa y cuantitativa ya sea para recolección de datos o análisis de los mismos” (p.174). Este enfoque investigativo permite aplicar en la recolección de datos la entrevista y la encuesta, datos que permiten realizar un análisis minucioso y emitir criterios valorativos.

En el proyecto se aplica la investigación de tipo descriptiva porque se realiza un detalle pormenorizado de la realidad, se describe cómo desarrollan la gimnasia rítmica los docentes con sus estudiantes, especialmente si estas prácticas gimnásticas están en relación con el currículo nacional. Al respecto, Herbas (2019) indica que tienen como finalidad describir las características de las personas en particular o de un grupo al que pertenecen. Este tipo de investigación permite realizar la descripción de los hechos y lleva al investigador a relacionar datos recopilados para emitir un informe de la investigación realizada.

Además, la investigación bibliográfica y de campo, los cuales contribuyeron notablemente para conseguir la información de acuerdo a los objetivos específicos para aportar al objetivo general, mismo que estuvieron compuestos para alcanzar aspectos con relación a la revisión literaria. A partir de esta investigación como manifiesta Martín y Lafuente (2017) el investigador construye el marco teórico, documenta los antecedentes y elabora las referencias bibliográficas en la parte final de la investigación.

3.1.2. Diseño de investigación

3.1.2.1. Población y muestra

Esta investigación se ubicó en la escuela de educación básica Rumiñahui del cantón Pasaje, provincia de El Oro. La población es de 23 docentes y 26 estudiantes de octavo año de básica superior paralelo “A”. En correspondencia con Sánchez et al. (2018) la población es “el total de un conjunto de elementos o casos, sean estos individuos, objetos o acontecimientos, que comparten determinadas características o un criterio; y que se pueden identificar en un área de interés para ser estudiados” (p.102). En la investigación la población son estudiantes y docentes que comparten experiencias con respecto a los objetos de estudio que son la gimnasia rítmica y su relación con el currículo de básica superior. La muestra está conformada por una parte de la población, en el presente proyecto la muestra la conforma el docente de Educación Física y los 26 estudiantes de octavo grado paralelo A

3.1.2.2. Métodos de investigación

En la investigación se aplicó el método analítico-sintético porque se realiza un análisis del todo para ir descomponiendo en sus partes y emitir criterios de la información recibida referente a la fundamentación teórica de la gimnasia rítmica con lo que corresponde al currículo; así como también la información recogida en la investigación de campo. Rodríguez y Pérez (2016) refieren que “El análisis se produce mediante la síntesis de las propiedades y características de cada parte del todo, mientras que la síntesis se realiza sobre la base de los resultados del análisis”. (p. 186)

3.1.2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En el proyecto se aplicó la encuesta con la finalidad de obtener información por parte de los estudiantes de octavo año de la escuela de educación básica Rumiñahui; para ello, se utilizó un cuestionario de 10 preguntas cerradas con la finalidad de procesar la información con facilidad y realizar el análisis respectivo. De acuerdo con Ferial, et al. (2020) la encuesta “Permite de una mejor forma tabular y estudiar las opiniones recibidas de los encuestados, para su conversión, inferencialmente, por el investigador, en información útil a considerar en la investigación” (p. 73). Es decir, que la información recibida a través de la encuesta es fácil de procesarla y representarla gráficamente para luego realizar el respectivo análisis e interpretación de los datos.

También se aplicó la entrevista al docente de Educación Física con la finalidad de conocer cómo planifica las clases de prácticas gimnásticas y si estas responden a los objetivos y destrezas con criterios de desempeño acorde al currículo de educación básica superior. Para la entrevista se aplicó una guía de preguntas abiertas cuyos resultados fueron analizados y sintetizados en el informe investigativo.

3.1.2.4. Validación de los instrumentos de investigación

Para realizar la validación de los instrumentos se procedió a aplicar una prueba piloto con la finalidad de comprobar su validación en cuanto a la formulación de las preguntas para realizar los respectivos ajustes para su aplicación con los involucrados en la investigación.

En este pilotaje se aplicó la entrevista a un profesor de Educación Física de otra institución educativa. Mientras que la encuesta se la aplicó a estudiantes de octavo grado de educación básica de otro plantel fiscal con características similares a los jóvenes de la institución educativa donde se realizó la investigación.

3.2. Descripción del proceso diagnóstico

En el presente proyecto el proceso diagnóstico empezó realizando la problematización, para seguidamente plantear los objetivos en correspondencia con los problemas planteados. Luego se buscó la información que es el referente teórico sustento básico de la investigación. Además, se procedió a buscar las referencias para realizar el diseño de instrumentos de investigación. Los instrumentos fueron validados y aplicados mediante una prueba piloto, lo que permitió corregir ciertas preguntas que estaban mal planteadas.

Concluida la corrección se procedió a recoger información para poder organizar los datos y procesarlos. Esto permitió realizar el análisis y coincidencia de criterios; se describieron los resultados, a continuación, se recogieron los datos, se los organizó para poder procesarlos y almacenarlos para su respectivo análisis y establecer la coincidencia de criterios. A partir del análisis de datos se describieron los resultados y se redactó la discusión. Los resultados de la información estadística permitieron organizar y plantear la propuesta para dar solución a la problemática, luego se determinaron las conclusiones y recomendaciones.

3.3. Recopilación de la información

Tomando en cuenta las preguntas y objetivos de investigación se procedió a recopilar la información mediante una entrevista en la escuela de educación básica Rumiñahui, específicamente con el docente de Educación Física y para contrastar se aplicó un segundo instrumento que consistió en una encuesta dirigida a los estudiantes de octavo año de educación básica.

La información recopilada está organizada a partir de los objetos de estudio clasificada por dimensiones, de donde resultaron los indicadores que sirvieron de referencia para el diseño de los instrumentos de investigación, mismos que estuvieron estructurados de la siguiente manera:

Tabla 1. Organización de los objetos de estudio, dimensiones e indicadores

Objetos de estudio	Dimensiones	Indicadores
Prácticas gimnásticas rítmicas	Técnicas de las prácticas gimnásticas	Tipos de técnicas
		Dominio del docente
	Habilidades de las prácticas gimnásticas	Condición física y dominio del cuerpo
		Actividades que desarrolla
Elementos de las prácticas gimnásticas	Tipos de elementos	
Importancia de las prácticas gimnásticas	Experiencia del docente	Desarrollo de estabilidad emocional
		Destrezas imprescindibles y deseables
Currículo nacional en el subnivel básica superior	Bloque curricular 2: prácticas gimnásticas	Importancia del currículo de Educación Física
		Propuesta curricular

3.4. Análisis del contexto y desarrollo de la matriz de requerimientos.

La recopilación de los datos se realizó mediante la aplicación de entrevista al docente de Educación Física y encuesta a los estudiantes, quienes proporcionaron la siguiente información:

Dimensión 1. Técnicas de las prácticas gimnásticas

1. ¿Qué tipo de técnicas aplica usted en las clases de prácticas gimnásticas rítmicas?

El docente manifiesta que aplica técnicas como la flexibilidad, movimiento, elasticidad, pero que es muy complicado desarrollar otras técnicas porque el bloque de prácticas gimnásticas se lo desarrolla en poco tiempo. Esta respuesta significa que no se desarrollan todas

las técnicas de la gimnasia rítmica debido al escaso tiempo que tienen los docentes para el tratamiento del bloque. Como manifiesta Pérez et al. (2018) indica que las personas que practican la gimnasia rítmica son capaces de concentrarse atentamente y seleccionar diferentes estímulos que son necesarios para el momento por lo que es necesario estar tranquilos y concentrados en lo que realizan.

2. ¿Considera usted que tiene dominio de las prácticas gimnásticas rítmicas para desarrollar las destrezas con sus estudiantes de octavo grado como lo indica el currículo de Educación Física? ¿Por qué?

El entrevistado señala que sí tiene dominio en el desarrollo de las prácticas gimnásticas como lo indica el currículo nacional. Lo expresado por el docente significa que desarrolla las prácticas gimnásticas por el conocimiento que posee incidiendo en su desempeño profesional. Napolitano (2019) refiere que “El dominio de la técnica es importante porque el alumno aprenda a dominar su cuerpo y mejore su disponibilidad corporal en diversas situaciones motrices para adquirir más habilidades, sin buscar resultados físicos” (p. 8). Para que el estudiante domine se requiere que el docente también tenga dominio de las técnicas de la gimnasia rítmica para poder aplicarlas con sus estudiantes.

En conclusión, no se desarrollan todas las técnicas de la gimnasia rítmica, por lo que no se corresponde o no están acorde a lo que propone el currículo de Educación Física.

Dimensión 2: Habilidades de las prácticas gimnásticas

3. ¿Organiza coreografías con sus estudiantes en las clases de Educación Física ¿Por qué?

El docente entrevistado manifiesta que hasta antes de la pandemia organizaba coreografías con sus estudiantes para presentarse en eventos del plantel, pero que desde el año 2020 ya no ha organizado. La respuesta del docente permite realizar inferencias de que sí organiza coreografías, estas permiten el dominio de cuerpo y mejorar la condición física, pero debido a la pandemia ya no se puede desarrollar coreografías.

4. ¿Qué actividades aplica en las clases de Educación Física con sus estudiantes de octavo grado para el desarrollo de prácticas gimnásticas rítmicas?

El entrevistado indica que aplica diversas actividades con cintas u otros elementos en las clases de gimnasia rítmica que permiten el desarrollo de capacidades coordinativas.

En conclusión, no se logra desarrollar habilidades gimnásticas debido a que las actividades que realizan los docentes se deben a que solo utilizan cintas en las clases para realizar algunos ejercicios.

Dimensión 3: Elementos de las prácticas gimnásticas

5. ¿Qué tipo de elementos utiliza en las prácticas gimnásticas rítmicas?

El docente manifiesta que utiliza aros, cintas y elementos con materiales reciclables elaborados por los estudiantes y que lo hacía antes de la pandemia. Según Blas y Díaz (2019) “cada elemento permite realizar un ejercicio diferente; pero uno de los requisitos principales es que los movimientos del implemento sean armónicos con los movimientos corporales y que la gimnasta no pierda el control del aparato mientras realiza su presentación” (p. 26).

Así mismo, los elementos con materiales reciclables permiten desarrollar habilidades manuales en los estudiantes y comprender que se puede obtener del medio los recursos necesarios para la gimnasia rítmica.

Dimensión 4: Importancia de las prácticas gimnásticas

6. ¿Qué experiencia tiene en el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas?

Argumente su respuesta

El docente entrevistado indica que tiene experiencia acumulada con los años de trabajo además de los conocimientos adquiridos en la universidad. Lo expresado demuestra que si hay experiencia en el trabajo que realiza el profesor además de que domina el conocimiento que imparte.

7. ¿Cree usted que las prácticas gimnásticas son importantes para mejorar la condición física de los estudiantes y dominio de su cuerpo?

Ante la pregunta el entrevistado manifiesta que la gimnasia rítmica sí es importante porque contribuye a mejorar la condición física y dominio del cuerpo en los estudiantes. La gimnasia rítmica es importante porque contribuye a que los estudiantes adquieran habilidades y técnicas gimnásticas para realizar acrobacias o coreografías. La gimnasia rítmica como manifiesta Napolitano (2019) “es un conjunto de técnicas, con carácter educativo y pedagógico, que favorece el uso inteligente propio del cuerpo, con los movimientos y objetos que está inmerso en una cultura específica, capaz de aprender de otras para mejorar su relación”

(p.8). La gimnasia rítmica es importante porque además de desarrollar inteligentemente el cuerpo, también desarrolla movimientos con ayuda de objetos que permiten realizar acrobacias o ritmos de manera armónica.

Dimensión 5: Bloque curricular 2: prácticas gimnásticas

8. ¿Considera que las prácticas gimnásticas rítmicas que desarrolla con sus estudiantes de octavo grado están en relación con el currículo de Educación Física?

En lo que respecta a esta pregunta, el docente responde que las clases de prácticas gimnásticas que realiza con sus estudiantes si están en relación con el currículo de Educación Física. Esto significa que sí toma en cuenta los contenidos que están presentes en las destrezas, lo que permite mejorarlas cuando pase a otro grado de educación básica.

9. ¿Desarrolla en las clases de prácticas gimnásticas rítmicas las destrezas básicas imprescindibles y las deseables como lo señala el currículo? ¿Por qué?

El docente responde que solo desarrolla las destrezas básicas imprescindibles porque el tiempo no le alcanza para desarrollar las deseables. Esto significa que las destrezas deseables serán tratadas en los próximos grados de educación básica superior. Según el Ministerio de Educación (2011) “las destrezas imprescindibles se tratan de aprendizajes mínimos obligatorios para la promoción escolar, ya que, si no se logran en los niveles en los que se promueven, son muy difíciles de alcanzar en momentos posteriores” (p.16) mientras que las deseables “son aprendizajes que pueden lograrse o “recuperarse” con relativa facilidad en momentos posteriores” (p.16)

Dimensión 6: Propuesta curricular

10. ¿Considera importante contar con una guía didáctica para el desarrollo de la gimnasia rítmica acorde con el currículo de Educación Física en la básica superior? Argumente su respuesta.

El docente responde que sería bueno contar con una guía didáctica para que lo guíe y oriente en el desarrollo de las clases de prácticas gimnásticas rítmicas. Esto se debe a que la guía es importante porque ayuda y orienta al docente, es una herramienta indispensable en la planificación y ejecución de la clase.

En conclusión, el docente requiere de una guía didáctica que oriente el proceso metodológico de las prácticas gimnásticas acorde al currículo de Educación Física.

Resultado de la encuesta aplicada a estudiantes de básica superior

Dimensión 1. Técnicas de las prácticas gimnásticas

1. ¿El docente de Educación Física en las clases de prácticas gimnásticas les enseña a realizar diversos tipos de movimientos, saltos, giros y flexibilidad?

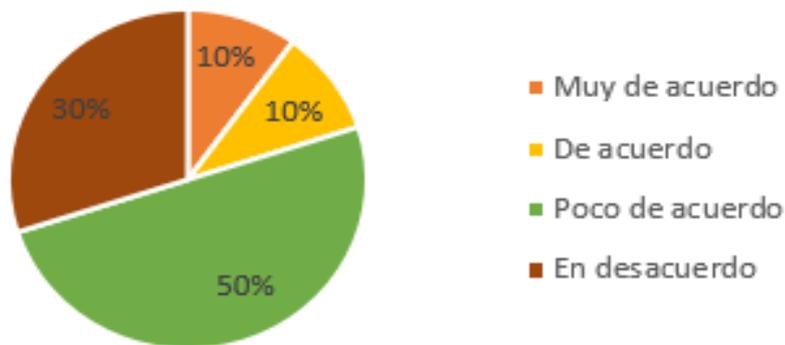


Gráfico 1. Tipos de movimientos, saltos, giros y flexibilidad

Elaboración: Autores

Se puede observar que los estudiantes están en desacuerdo ante la pregunta que si el docente les enseña a realizar diversos tipos de movimientos, saltos, giros y flexibilidad que son las técnicas de la gimnasia rítmica. Lo que indica que no se desarrolla la gimnasia rítmica dentro del bloque curricular de prácticas gimnásticas.

Estos criterios difieren con la respuesta emitida por el docente quien manifiesta que sí las desarrolla, aunque no todas por el escaso tiempo. Como manifiestan Martín et al. (2017) que cuando hay exigencia técnica en la práctica gimnástica utilizando elementos cada vez más complejos, como la flexibilidad y la fuerza explosiva, son primordiales por lo que se requiere un entrenamiento constante. Esto significa que, con el desarrollo de acciones técnicas en la gimnasia rítmica, el estudiante muestra además de desarrollo físico y técnico, la expresividad.

2. ¿Considera que el docente de Educación Física tiene dominio de las prácticas gimnásticas?

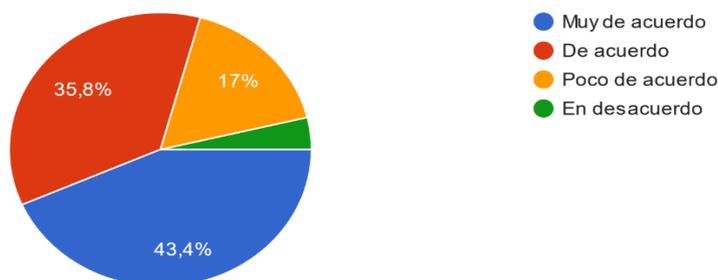


Gráfico 2. Dominio de las prácticas gimnásticas
Elaboración: Autores

Los resultados muestran que el 43,4% de estudiantes señalan que el docente sí tiene dominio de las prácticas gimnásticas. Las respuestas coinciden con la emitida por el docente quien indica que sí tiene dominio de las prácticas gimnásticas. En este sentido, Napolitano (2020) manifiesta que “es necesario comprender que para enseñarla es preciso tener en cuenta los tiempos de los aprendizajes de los alumnos, sus experiencias previas con lo corporal, el contexto, la invención de un modo de resolver los problemas para los alumnos” (p.8). Por ello, es importante que el docente además de dominar el aspecto teórico y práctico de las prácticas gimnásticas es necesario tomar en cuenta las necesidades e intereses de los estudiantes.

En conclusión, las prácticas gimnásticas requieren del dominio de técnicas que son indispensables, ya que se realizan diversos tipos de movimientos, saltos, giros y flexibilidad mejorando la condición física de quienes la practican, por ello no se desarrollan las técnicas de la gimnasia rítmica.

Dimensión 2: Habilidades de las prácticas gimnásticas

3. ¿El docente organiza coreografías con los estudiantes en las clases de Educación Física?

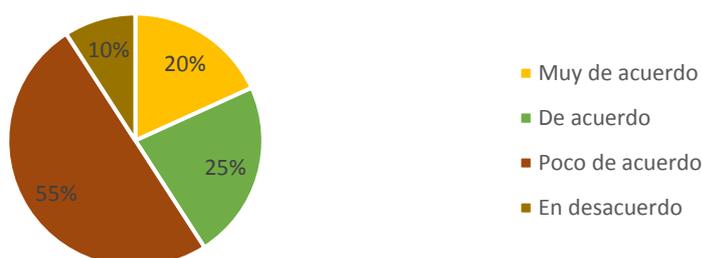


Gráfico 3. Coreografías organizadas por el docente de Educación Física

Elaboración: Autores

Hay criterios diversos entre los estudiantes, el 55% contesta estar poco de acuerdo ante la pregunta si el docente realiza coreografías; un 25% dice estar de acuerdo y el 20% muy de acuerdo, mientras que el 10% dice en desacuerdo. La mayoría de las respuestas coinciden con el criterio emitido por el docente que antes organizaba coreografías, pero que en la actualidad debido a que las clases son virtuales ya no se puede hacer estas presentaciones. Las coreografías forman parte de las prácticas gimnásticas y se caracterizan por movimientos corporales coordinativos de manera sucesiva. La coreografía como manifiestan Rodríguez et al., (2018) “es parte dentro de la gimnasia rítmica que contribuye a formar la elegancia en las selecciones la cual está formada por diferentes tipos de enlaces” (p.82).

4. ¿El docente aplica diversas actividades en las clases de Educación Física para el desarrollo de prácticas gimnásticas rítmicas?

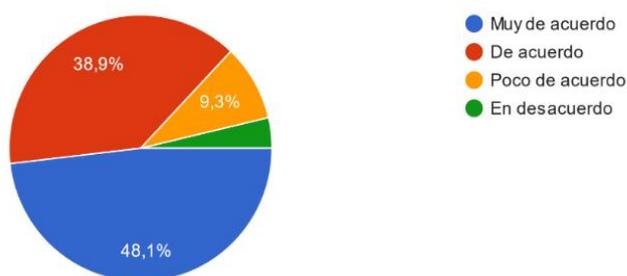


Gráfico 4. Actividades para el desarrollo de las prácticas gimnásticas

Elaboración: Autores

El 48,1% de los estudiantes manifiestan que el docente desarrolla diversas actividades para el desarrollo de las prácticas gimnásticas, el 38,9% está de acuerdo en menor porcentaje indican estar en desacuerdo y poco de acuerdo. Los criterios coinciden con el docente al señalar que realiza diversas actividades con cintas u otros elementos. Las actividades que desarrolle el docente deben estar debidamente planificadas con la finalidad de que se logre en el estudiante aprendizajes significativos. Como manifiestan Rodríguez et al., (2018) la preparación de la gimnasia rítmica implica “saltos, rotaciones, equilibrios, flexibilidad/ ondas cadencia y ritmo; deporte y arte imbricados, crean un ambiente mágico matizado de asombro donde el espectador encantado de lo que puede apreciar” (p.80)

En conclusión, las habilidades de las prácticas gimnásticas no se logran en su totalidad debido a la escasa práctica. Por ello el docente debe actuar con tino y cautela con los estudiantes con la finalidad de que logren alcanzar las técnicas necesarias para su ejecución.

Dimensión 3: Elementos de las prácticas gimnásticas

5. ¿El docente aplica elementos como cintas, cuerdas, aros y pelotas para dar las clases de prácticas gimnásticas?

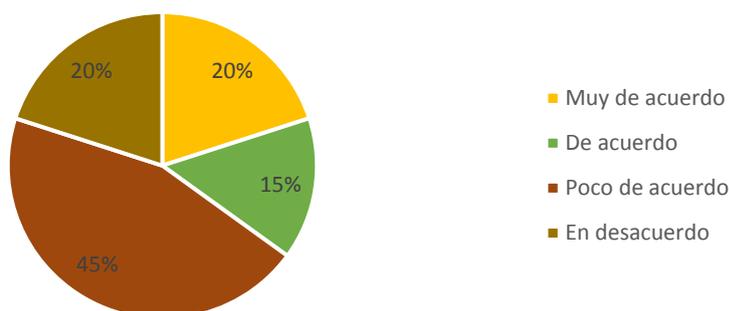


Gráfico 5. Elementos utilizados en las prácticas gimnásticas
Elaboración: Autores

El 45% de los estudiantes manifiestan estar en desacuerdo ante la pregunta de los elementos que utiliza el docente en la gimnasia rítmica, el 20% dice muy de acuerdo y otro porcentaje igual manifiesta estar poco de acuerdo y el 15% responde estar de acuerdo. Los resultados no coinciden con los que emitió el docente, ya que dijo que utiliza aros, cintas y elementos con materiales reciclables. Los elementos en la gimnasia rítmica según Blas y Díaz (2019) “cada elemento permite realizar un ejercicio diferente; pero uno de los requisitos principales es que los movimientos del implemento sean armónicos con los movimientos corporales y que la gimnasta no pierda el control del aparato mientras realiza su presentación” (p. 26).

En conclusión, los implementos utilizados en las prácticas gimnásticas se constituyen en las herramientas indispensables que permiten realizar armonías secuenciales y coordinativas del cuerpo. Esto permite que los estudiantes desarrollen habilidades motrices, flexibilidad, movimientos corporales y elasticidad. Esto es necesario que desarrollen los estudiantes para que desarrollen destrezas acordes a las que propone el currículo de Educación Física.

Dimensión 4: Importancia de las prácticas gimnásticas

6. ¿Considera que su docente de Educación Física tiene experiencia en el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas?

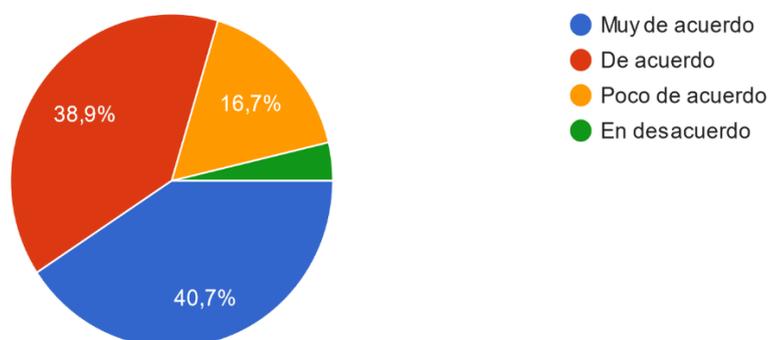


Gráfico 6. Experiencia del docente en el desarrollo de las prácticas gimnásticas
Elaboración: Autores

La mayoría de los estudiantes encuestados manifiestan que el docente de Educación Física tiene experiencia en el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas. Estos criterios coinciden con lo manifestado por el docente. La experiencia del docente es fundamental en el desarrollo de las prácticas gimnásticas porque los años de docencia y la preparación constante permiten mejorar el desempeño profesional.

7. ¿Es para usted importante realizar en las clases de Educación Física las prácticas gimnásticas?

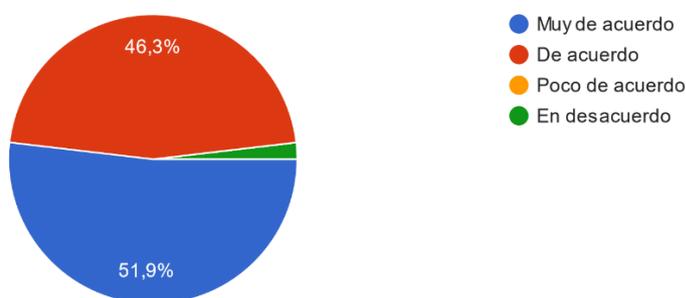


Gráfico 7. Importancia de las prácticas gimnásticas
Elaboración: Autores

La mayoría de los estudiantes manifiestan que las prácticas gimnásticas son importantes en las clases de Educación Física. Se evidencia que hay criterios unificados con el docente porque también opina que este bloque curricular tiene significativa importancia en la formación del estudiante. Según Napolitano (2019) “el docente debería enseñar una batería de técnicas que puedan servirle al alumno como herramientas para luego poder construir sus propias prácticas mejorando su relación con el cuerpo e intentando ampliar el repertorio motriz de los alumnos” (p. 8).

En conclusión, las prácticas gimnásticas son importantes porque contribuyen a desarrollar habilidades, dominio de técnicas, manejo de elementos y sobre todo a aprender a trabajar en equipo.

Dimensión 5: Bloque curricular 2: prácticas gimnásticas

8. ¿Considera que las clases de prácticas gimnásticas le permite mejorar su condición física y dominio del cuerpo?

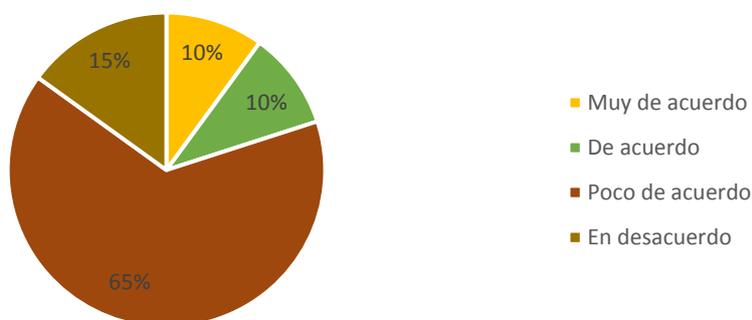


Gráfico 8. Mejoramamiento de la condición física y dominio del cuerpo a través de las prácticas gimnásticas

Elaboración: Autores

El mayor porcentaje de estudiantes responden que están poco de acuerdo en que las clases de prácticas gimnásticas permiten mejorar la condición física y dominio del cuerpo. Estos criterios no coinciden con la emitida por el docente. Al respecto, el Currículo de Educación Física refiere en una destreza de este bloque: “Reconocer la condición física (capacidad que tiene los sujetos para realizar actividad física) como un estado inherente a cada sujeto, que puede mejorarse o deteriorarse en función de las propias acciones, para tomar decisiones

tendientes a optimizarla” (Ministerio de Educación, 2011, p. 141). Es decir que el docente no está cumpliendo completamente con lo que señala el currículo de Educación Física.

9. ¿Ha desarrollado habilidades y destrezas en las clases de prácticas gimnásticas rítmicas?

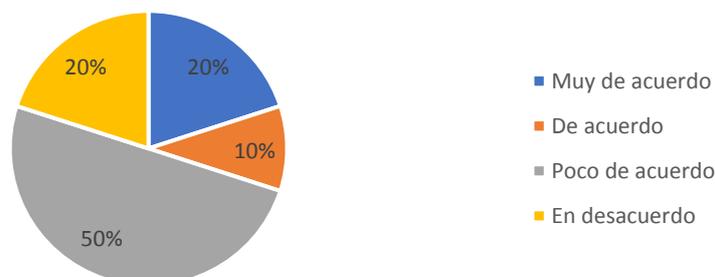


Gráfico 9. Habilidades y destrezas en las prácticas gimnásticas rítmicas

Elaboración: Autores

La mayoría de los estudiantes responde estar poco de acuerdo con que hayan desarrollado habilidades y destrezas en las clases de prácticas gimnásticas rítmicas. Estos criterios no coinciden con los que emite el docente quien manifiesta que las destrezas que desarrolla en las prácticas gimnásticas, sí están en relación con el currículo nacional de Educación Física.

En conclusión, no se están desarrollando en su totalidad las destrezas básicas imprescindibles, por lo que se debe seguir potenciándolas para alcanzarlas totalmente al terminar la básica superior.

Dimensión 6: Propuesta curricular

10. ¿Considera importante que el docente de Educación física cuente con una guía didáctica para el desarrollo de la gimnasia rítmica?

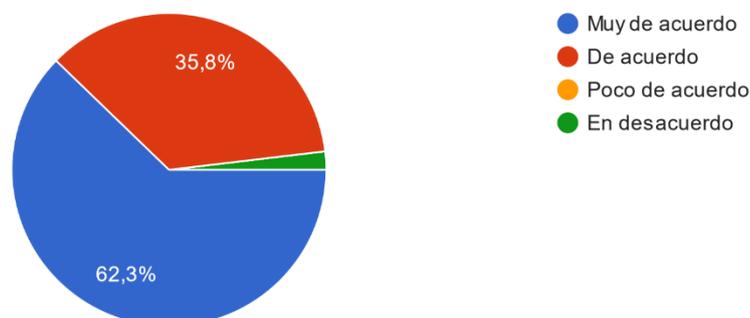


Gráfico 10. Propuesta de una guía metodológica

Elaboración: Autores

El mayor porcentaje de estudiantes señalan que es importante que el docente cuente con una guía didáctica para el desarrollo de la gimnasia rítmica. Los criterios coinciden con lo que manifestó el docente. La guía didáctica orienta y dirige el proceso de aprendizaje de la gimnasia rítmica, la misma que estará acorde a las destrezas que señala el Currículo de Educación Física. Como manifiestan Pino y Urías (2020) “la guía didáctica es un recurso didáctico que utiliza el docente con un fin general o específico, puede ser material o virtual y le permite planificar, orientar, organizar, dirigir o facilitar la enseñanza-aprendizaje como proceso único” (p. 375).

3.4.1 Fortalezas y debilidades

Tabla 2. Fortalezas y debilidades

Fortalezas	Debilidades
Docente desarrolla prácticas gimnásticas	Deficiente aplicación de prácticas gimnásticas en relación al currículo de Educación Física
Organiza prácticas gimnásticas rítmicas	No aplican metodologías adecuadas
Desarrollan más las prácticas deportivas	Poca importancia a las prácticas gimnásticas rítmicas

Docentes planifican sus clases.	Poco conocimiento de los bloques curriculares
Los docentes tienen interés por aplicar la guía metodológica para las prácticas gimnásticas rítmicas acorde al currículo.	Escasa conducción del proceso metodológico en las gimnasias rítmicas acorde al currículo.

3.4.1.1 Matriz de requerimientos

Con el análisis del contexto, desde las debilidades se logró establecer la matriz de requerimientos, que ayudó a organizar las debilidades con sus respectivas causas en consonancia con el problema central, causas y efectos que constan en el apartado del problema de la investigación.

Tabla 3. Requerimientos a partir de las debilidades y causas identificadas en la investigación de campo

Debilidades	Causas	Requerimiento (Estrategias de solución)
Deficiente aplicación de prácticas gimnásticas en relación al currículo de Educación Física	No desarrollan destrezas acordes al currículo nacional.	Guiar al docente en el desarrollo de las prácticas gimnásticas acorde al currículo nacional.
No aplican metodologías adecuadas	Docentes no reciben cursos de capacitación.	Capacitar al docente en las prácticas gimnásticas.
Poca importancia a las prácticas gimnásticas rítmicas	No las aplican constantemente.	Orientar al docente en la aplicación de prácticas gimnásticas.
Poco conocimiento de los bloques curriculares	No dominan los bloques curriculares de Educación Física.	Orientar al docente en la aplicación de las prácticas gimnásticas acordes al currículo

Escasa conducción del proceso metodológico en las gimnasias rítmicas acorde al currículo.	No cuentan con una guía metodológica.	Proponer una guía metodológica para la aplicación de prácticas gimnásticas acorde al currículo nacional.
---	---------------------------------------	--

3.4.1.2 Selección de requerimiento a intervenir y Justificación

La matriz de requerimientos recogió las debilidades identificadas en la investigación de campo, misma que sirvió de apoyo para seleccionar el requerimiento a intervenir para luego justificar la razón del escogimiento.

Sin perder de vista los objetivos planteados en la investigación se analizó la debilidad que consiste en la escasa conducción del proceso metodológico en la gimnasia rítmica acorde al currículo detectada en la escuela Rumiñahui. Cuya causa es: no cuentan con una guía metodológica; por tal razón, el requerimiento seleccionado es: proponer una guía metodológica para la aplicación de prácticas gimnásticas acorde al currículo nacional.

La causa considerada en el párrafo anterior fue propuesta en el planteamiento del problema, teniendo como efecto la fragilidad de los aprendizajes gimnásticos, el poco desarrollo de la expresión corporal y el poco desarrollo integral en los estudiantes del subnivel de básica superior de la institución objeto de estudio.

Esta selección se justifica porque responde al problema central establecido desde el inicio de este trabajo; como también, a una de las causas, y al reducir la problemática se minimizarán los efectos como: desinterés por las prácticas gimnásticas y el poco desarrollo de la expresión corporal entre otros.

Por otra parte, también se justifica porque se trata de una investigación socioeducativa y contribuirá en el mejoramiento de la calidad educativa; puesto que, el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el currículo nacional en el subnivel de básica superior es un tema que aporta significativamente al fortalecimiento de las prácticas gimnásticas, a que los estudiantes desarrollen habilidades corporales, a participar en eventos donde demuestren lo que han aprendido en las prácticas gimnásticas. Además, se aplicarán estas prácticas gimnásticas acordes al currículo de Educación Física, que el docente las domine para aplicarlas en la escuela Rumiñahui, por ello se propone las pautas orientadoras metodológicas que guíen al docente,

La estrategia que se propone para reducir la debilidad determinada consiste en la elaboración de una propuesta metodológica que contribuya a desarrollar las clases de prácticas gimnásticas rítmicas de una manera metodológica que estén acorde al currículo nacional de Educación Física.

CAPÍTULO IV

PROPUESTA INTEGRADORA

Guía metodológica sobre prácticas gimnásticas rítmicas en relación al currículo de Educación Física en el Octavo grado de la básica superior.

4.1 Descripción de la propuesta

En la presente investigación se propone la implementación de una propuesta metodológica dirigida a docentes de Educación Física de la escuela Rumiñahui y tiene como propósito desarrollar una guía metodológica relacionada con el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas acorde al currículo de Educación Física con la finalidad de orientar al docente en su práctica pedagógica.

Esta herramienta educativa proporciona varias acciones para que el docente de Educación Física las ponga en práctica y a su vez se evite la escasa aplicación de las prácticas gimnásticas rítmicas. La propuesta está diseñada en tres fases: desarrollo de la guía metodológica, socialización de la guía y evaluación de la propuesta.

4.2. Componentes estructurales

Los componentes estructurales de este trabajo que trata sobre la implementación de una propuesta metodológica dirigida a docentes de Educación Física de la escuela Rumiñahui son: introducción, justificación, objetivos, fundamentación legal y teórica, fases de implementación, recursos y evaluación.

Introducción

De acuerdo a los antecedentes identificados desde el levantamiento del diagnóstico, se pretende reducir las siguientes debilidades: deficiente aplicación de prácticas gimnásticas en relación al currículo de Educación Física, poca importancia a las prácticas gimnásticas, poco conocimiento de los bloques curriculares, escasa conducción del proceso metodológico en la gimnasia rítmica acorde al currículo. Ello se debe a que los docentes no son profesionales en el área de Educación Física.

Por otra parte, este trabajo tiene relación con los antecedentes referenciales identificados mediante la revisión literaria, al analizar varias investigaciones como la publicada por Serrano et al. (2021) que trata sobre la resiliencia y optimismo en gimnasia rítmica y sugiere atender los niveles de optimismo en los gimnastas para mejora de su bienestar y de su rendimiento; así mismo, la investigación realizada por Blas y Díaz (2019) quienes manifiestan que los aspectos teóricos y prácticos sobre la gimnasia rítmica y los patrones básicos del desarrollo motor grueso en niños de 3 años es fundamental para la determinación de los ejercicios que cada niño pueda realizar sin necesidad de ir en contra de su naturaleza y maduración.

La propuesta tiene mucha importancia porque dará solución a un problema que está latente en la institución como es la escasa aplicación de la gimnasia rítmica en relación al currículo nacional de Educación Física.

Justificación

Al haber determinado que en la escuela Rumiñahui, en el Octavo grado paralelo A en el subnivel de básica superior, el docente requiere mejorar en las clases de gimnasia rítmica, se implementa una guía metodológica que contribuya en la labor docente, específicamente en: destrezas y contenidos que estén en relación al currículo de Educación Física.

La guía metodológica se elabora para orientar al docente sobre la aplicación de la gimnasia rítmica en relación al currículo de Educación Física. La propuesta sirve para que el docente tenga como apoyo un instrumento que lo guiará a lo largo de su labor docente en temas relacionados al manejo de elementos, ritmo, coordinación, lateralidad, entre otros, para evitar el poco desarrollo motriz, desinterés de los jóvenes en las prácticas gimnásticas, fragilidad de los aprendizajes gimnásticos, poco desarrollo de la expresión corporal y poco desarrollo integral.

Objetivos de la propuesta

Proponer una guía metodológica al docente sobre las prácticas gimnásticas rítmicas y el desarrollo metodológico con relación al currículo de Educación Física en el octavo grado de educación básica, paralelo “A” de la Escuela Rumiñahui.

Fundamentación legal y conceptual

Marco Legal

La propuesta se fundamenta legalmente en la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) en el Art. 6 de las obligaciones del Estado manifiesta que el Estado debe:” Propiciar la investigación científica, tecnológica y la innovación, la creación artística, la práctica del deporte, la protección y conservación del patrimonio cultural, natural y del medio ambiente, y la diversidad cultural y lingüística” (Ministerio de Educación, 2011, p.18) es decir que el Estado debe propiciar la práctica deportiva desde las instituciones educativas, clubes u otras instancias donde el niño o el joven puedan practicar gimnasia rítmica.

En la misma LOEI en el Ar. 7 de los derechos de los estudiantes literal n, refiere que el estudiante tiene derecho a: “disponer de facilidades que le permitan la práctica de actividades deportivas, sociales, culturales, científicas en representación de su centro de estudios, de su comunidad, su provincia o del País, a nivel competitivo; (Ministerio de Educación del Ecuador, 2011, p. 21). El Estado brinda a los estudiantes las oportunidades para las prácticas deportivas para competir representando a su institución educativa o país.

Marco conceptual

La gimnasia rítmica es una disciplina deportiva olímpica que necesita de un entrenamiento físico y mental, así como también de mucha coordinación y sincronización. En este sentido, Vernetta et al. (2018) manifiestan que todo movimiento que tiene coordinación tiene que ajustarse a criterios como: “precisión, eficacia, economía y armonía, todos imprescindibles en deporte” (p.175).

Según Pochini (2017) la gimnasia es un conjunto de técnicas de diferente procedencia, en el contexto pedagógico es un contenido de la Educación Física que contempla acciones psicomotrices coordinadas armónicamente.

Las prácticas gimnásticas son importantes porque permite a las personas desarrollar diferentes movimientos corporales de una manera adecuada, permitiendo la motivación e interés mediante actividades prácticas las cuales son eficaces y primordiales. Fomenta el equilibrio de la expresividad y expresión que las personas van adoptando a través de posibilidades que se despliegan disciplinas acordes a las necesidades motoras corporales.

El principal papel de la Gimnasia Rítmica es desarrollar capacidades coordinativas como el ritmo como factor primordial en el desarrollo armónico de los estudiantes. Por ello, las

experiencias y habilidades motoras y la coordinación se ajustan al movimiento, en función en la acción motriz lo que permite el dominio corporal.

La gimnasia rítmica ayuda al desarrollo de la plasticidad de los movimientos, a darle elegancia y ritmo, se contribuye al gusto por la estética, además que se estimula la creatividad en los educandos. En la gimnasia rítmica juegan un papel importante los elementos rítmicos que sin ellos sería imposible realizar esta disciplina deportiva.

Técnicas de las prácticas gimnásticas rítmicas

La Gimnasia Rítmica es un deporte que tiene aceptación en la mayoría de los países del mundo se ha convertido en un deporte de gran aceptación a nivel mundial, muchos empiezan a practicarlo desde edades muy tempranas y requiere de fuerza, coordinación, agilidad, ritmo y equilibrio. En su práctica requiere de ciertas técnicas que la caracteriza.

Entre las técnicas de la gimnasia rítmica están la suavidad del ejercicio y continuidad de la acción, acción de determinadas zonas de músculos, realización de movimientos perfectos, ejecutar ritmos de acuerdo a la música, así como también los desplazamientos continuos.

El grado de complejidad técnica lo determina la coordinación intra e intermuscular, esto se debe a que se requiere de “un componente elevado de la cualidad física de fuerza en la gimnasta y una gran amplitud articular para poder realizar los diferentes elementos con la precisión, velocidad y amplitud de los movimientos que exige la disciplina” (Martín et al, 2020, p.154).

Los mismos autores manifiestan que el grado de complejidad aumenta y hace al ejercicio más completo debido al conjunto de habilidades desarrolladas; por ello, la mejor técnica es el conjunto de habilidades que se demuestran durante el ejercicio de gimnasia. Cabe recalcar que es necesario que los docentes desarrollen en los estudiantes habilidades motrices que permitan que los estudiantes puedan realizar la gimnasia rítmica sin dificultades.

Napolitano (2019) refiere que “El dominio de la técnica es importante porque el alumno aprenda a dominar su cuerpo y mejore su disponibilidad corporal en diversas situaciones motrices para adquirir más habilidades, sin buscar resultados físicos” (p. 8). Por ello, el contenido a enseñar debería ser abierto y múltiple

Por otro lado, Pérez et al. (2018) indica que las personas que practican la gimnasia rítmica son capaces de concentrarse atentamente y seleccionar diferentes estímulos que son necesarios para el momento por lo que es necesario estar tranquilos y concentrados en lo que realizan. Así

mismo, Napolitano (2020) manifiesta que “con la necesidad de revalorizarla, es necesario comprender que para enseñarla es preciso tener en cuenta los tiempos de los aprendizajes de los alumnos, sus experiencias previas con lo corporal, el contexto, la invención de un modo de resolver los problemas que para ese momento sea oportuno para los alumnos, etc.” (p.8).

Napolitano (2020) La gimnasia tiene un lugar mucho más presente a través de las capacidades coordinativas y condicionales, pero también se pone de manifiesto la enseñanza de la gimnasia artística y deportiva.

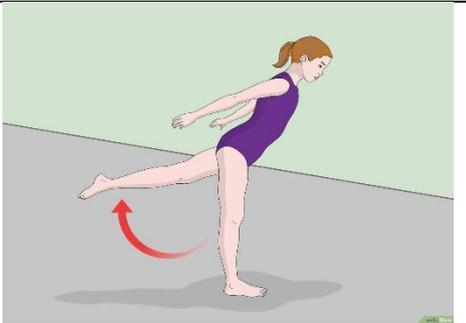
En este sentido, Napolitano (2019) manifiesta que mediante el dominio de la gimnasia rítmica “se aprende técnicas que mejoran su relación con el cuerpo, se plantean y resuelven problemas, toman decisiones, prueban, inventan, exploran, observan, escuchan, imitan, copian, imaginan, comparan y se detienen a analizar” (p. 6).

Importancia de la técnica en la gimnasia rítmica

La gimnasia rítmica es importante porque permite la expresión de movimientos, mediante la combinación musical en conjunto con técnicas que los estudiantes logran ejecutar a través de ejercicios que favorecen su actividad física, este deporte establece una competencia entre gimnastas en la cual se miden la flexibilidad, ritmo y capacidad física de cada competidor. Para mejorar las técnicas es necesario mejorar las cualidades físicas como fuerza y flexibilidad.

Cuando hay exigencia técnica en la práctica gimnástica utilizando elementos cada vez más complejos, la flexibilidad y la fuerza explosiva son primordiales por lo que se requiere un entrenamiento constante (Martín et al., 2017). Esto significa que es necesario la fuerza explosiva igual que la flexibilidad para realizar la gimnasia rítmica lo que permite ser apreciada y del agrado de los espectadores.

Por lo expuesto, a continuación, se exponen las técnicas de la gimnasia rítmica:

Técnica en la gimnasia rítmica	Descripción	Ilustración
Movimientos	<p>La gimnasia rítmica como parte de la gimnasia, implica el trabajo del sistema muscular y esquelético en su totalidad, la cual requiere del desarrollo de gran elasticidad y resistencia. Los movimientos requieren de práctica y entrenamiento continua para mejorar poco a poco el trabajo de los músculos y sistema esquelético, para ello se requiere de esfuerzo y entrega.</p>	
Saltos	<p>Los saltos en gimnasia rítmica pueden estar acompañados de acrobacias que se ejecutan durante el tiempo de vuelo. Estas acrobacias suelen ser consideradas elementos de dificultad, ya que requieren alto nivel de preparación física y mental, aquí también existen algunas ejecuciones más comunes como los saltos en la gimnasia rítmica, mismas que son, la zancada, el salto de gacela, el salto cosaco, el salto corza.</p>	
Equilibrio	<p>Los elementos de equilibrio son comunes en la gimnasia rítmica, estos van en conjunto con la ejecución de movimientos para controlar o exhibir los aparatos suelen complementar un buen nivel de dificultad, con movimientos que ponen a prueba el equilibrio de las gimnastas suelen durar pocos segundos.</p>	

<p>Flexibilidad</p>	<p>Una buena rutina de gimnasia rítmica solo se logra alcanzar explotando todo el potencial corporal de la gimnástica, en este sentido hay que hacer un gran énfasis en el perfeccionamiento de sus habilidades, la flexibilidad es indispensable a la hora de ejecutar cualquier técnica de gimnasia rítmica.</p> <p>Cofre et al., (2021) manifiestan que flexibilidad “es una cualidad de los gimnastas que debido a la movilidad de las articulaciones y a la elasticidad del músculo pueden realizar el máximo recorrido en posiciones diversas lo que hace que las personas realicen acciones con agilidad y destreza” (p. 873).</p>	 <p>Download from Dreamstime.com</p>
<p>Giros</p>	<p>Los giros en gimnasia rítmica, también llamados rotaciones, son muy comunes en las rutinas de la gimnasia rítmica, la presentación de giros que pueden llevarse a cabo en punta, media punta o pie plano, las gimnastas deben entrenar para llevar a cabo los giros de manera continua.</p>	

Habilidades de las prácticas gimnásticas rítmicas

La gimnasia rítmica combina el ritmo, coordinación musical, elegancia y sobre todo favorece el desarrollo de habilidades motrices básicas a través del movimiento, como la elasticidad, la fuerza muscular, la flexibilidad, además de integrar el trabajo con implementos ya sea cuerda, pelota, aro, mazas o cinta que permitirán el desarrollo de otros. La gimnasia permite a las personas a brindar una ayuda para optimizar la flexibilidad, el equilibrio y la coordinación, además de que refuerza la concentración en las diferentes actividades físicas.

Las habilidades son las actividades que tienen alto grado de coordinación, potencia y elasticidad, entre ellos constan:

- Desplazamientos: es el traslado de un lugar a otro a través del movimiento corporal mediante marchas o carreras también los realizan en conjunto con otros compañeros o apoyados en aparatos.

- Saltos: son los despegues que hacen los gimnastas con una o con ambas piernas durante los entrenamientos o presentaciones ante un público.
- Giros: son desplazamientos coordinados para realizar volteretas, ruedas laterales, giros en forma longitudinal sea con una o ambas piernas.
- Lanzamientos y recepciones: es una habilidad espectacular donde se realizan con diferentes elementos y diferentes partes del cuerpo. La recepción consiste en recoger el elemento con cualquier parte del cuerpo.

Elementos de la gimnasia rítmica

La Gimnasia Rítmica es uno de los deportes más bellos que existen debido a la combinación de factores que la componen: música y su interpretación a través de movimientos gimnásticos, danza, expresión corporal y facial, elementos acrobáticos y bellos trajes de competición. Se valora la elegancia, gracia, ritmo, expresión gestual, y una gran flexibilidad.

Según Blas y Díaz (2019) “cada elemento permite realizar un ejercicio diferente; pero uno de los requisitos principales es que los movimientos del implemento sean armónicos con los movimientos corporales y que la gimnasta no pierda el control del aparato mientras realiza su presentación” (p. 26).

Los elementos son importantes porque permiten llevar a cabo las diferentes prácticas gimnásticas en la cual las personas que ponen en práctica este deporte pueden adoptar diferentes formas para demostrar sus habilidades con la ayuda de cualquier elemento que sea fundamental. Según Cofre et al., (2021) la gimnasia rítmica se desarrolla en una alfombra de 13x13 metros y los elementos que se utilizan: aro, cuerda, cinta, clavos o mazas y pelota.

El aro

Requiere constantes cambios de posición de una mano a otra y constante movimiento, lo que implica un buen trabajo de coordinación.

La cuerda

La relación entre la gimnasta y la cuerda es explosiva. La cuerda realiza figuras en el aire, manejada por una o ambas manos. Son característicos de la cuerda, los saltos, saltitos, movimientos en ocho, ondas y escapadas.

La pelota

La pelota es una extensión del cuerpo de la gimnasta, donde se realizan botes y rodamientos, aquí es importante tener una mayor espectacularidad de este aparato la da los grandes lanzamientos y las recogidas en posturas inverosímiles.

Las mazas

La gimnasta usa las mazas para realizar molinos, circunducciones, movimientos asimétricos, toques rítmicos, combinado con elementos corporales, donde las mazas son muy exigentes y requieren un gran desarrollo del sentido del ritmo, coordinación y precisión máxima.

La cinta

La cinta es larga y ligera y debe moverse en todas las direcciones, es importante tener en cuenta algunos elementos como la manera de crear figuras en el espacio, espirales, serpentinas, movimientos en ocho, grandes circunducciones, las cuales van acompañadas de elementos corporales.

Fases de implementación

Fase I: Elaboración de la propuesta

Ejercicios de calentamiento previo de la gimnasia rítmica

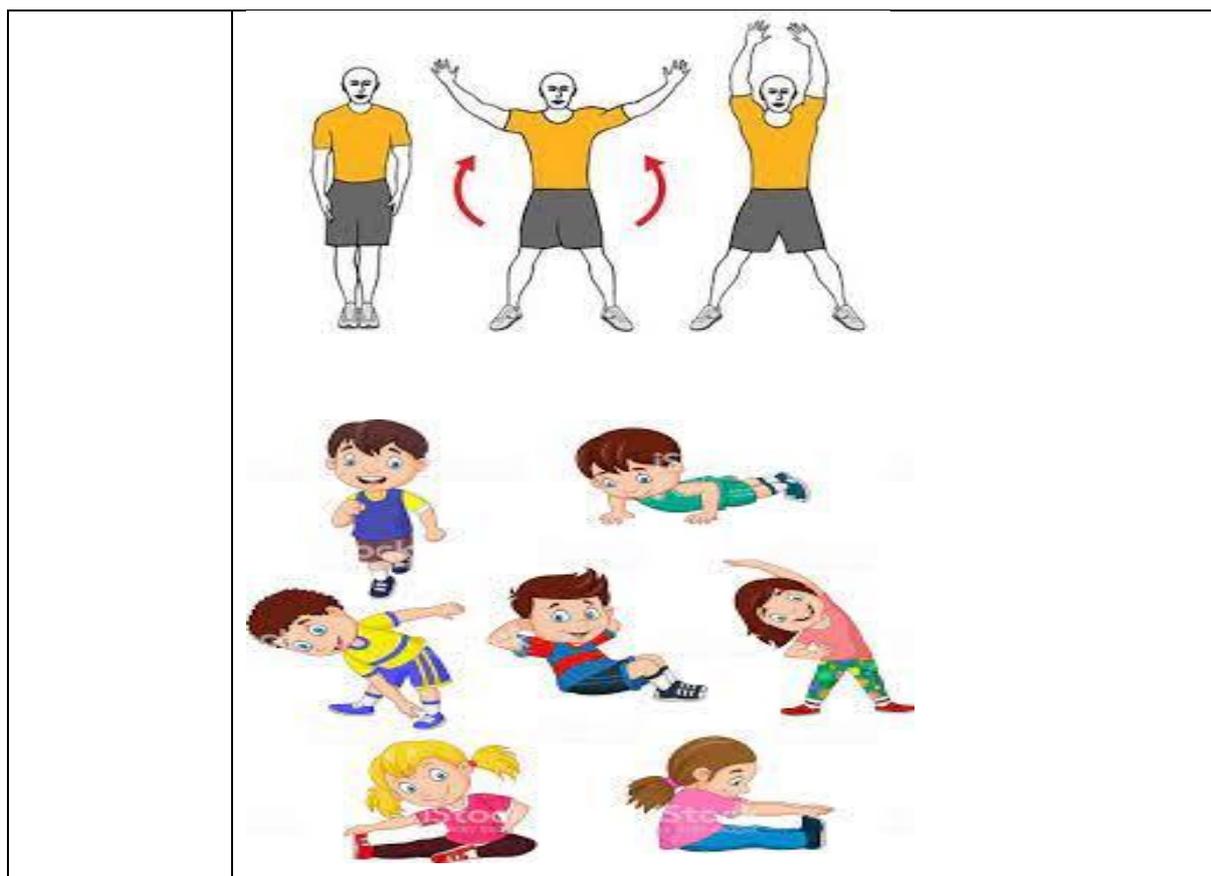
Ejercicio 1: Calentando los pies

Tema:	Calentamiento de pies
Descripción:	Realizar ejercicios de baja intensidad y leve carrera
Objetivo:	Contribuir al mejoramiento de la elongación de las articulaciones para ejecutar movimientos técnicos en la gimnasia rítmica.
Proceso:	Iniciar el calentamiento desde la cabeza a los pies o inversamente, realizar giros leves de la nuca y cabeza, luego mover los hombros, codos, manos, dedos, cadera, rodilla y pies. Caminar progresivamente de manera lenta a rápida y acompañar con ejercicios de coordinación, de esta manera aumenta la frecuencia cardiaca paulatinamente.

Recursos:	Silbato
Criterios de evaluación	Realiza ejercicios de calentamiento con movimientos corporales Coordina desplazamientos Golpea con un pie cualquier un objeto
Gráfico:	

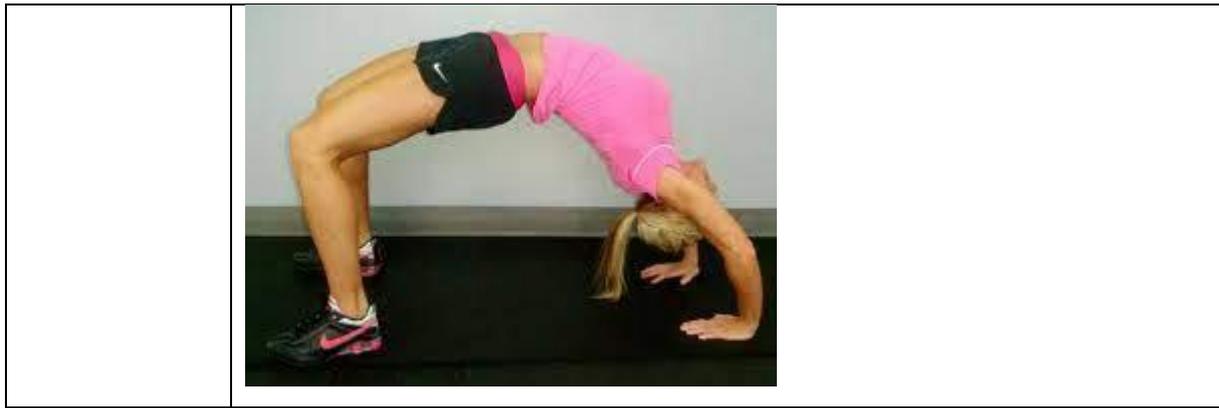
Ejercicio 2: Ejercicios de calentamiento con piernas

Tema:	Calentamiento de piernas.
Descripción:	Los músculos se calientan mediante el estiramiento.
Objetivo:	Contribuir al mejoramiento de la elongación de las articulaciones para ejecutar movimientos técnicos en la gimnasia rítmica.
Proceso:	Aumentar la flexibilidad apresurando las piernas. Realizar lanzamiento de piernas acostados en colchoneta con brazos en cruz boca hacia a arriba. Realizar el ejercicio anterior, pero se agarra la pierna con la mano contraria.
Recursos:	Silbato, colchoneta
Criterios de evaluación	Conoce las características del cuerpo en reposo y cuando está en movimiento Participa activamente en la realización de los ejercicios Respeto las reglas
Gráfico:	



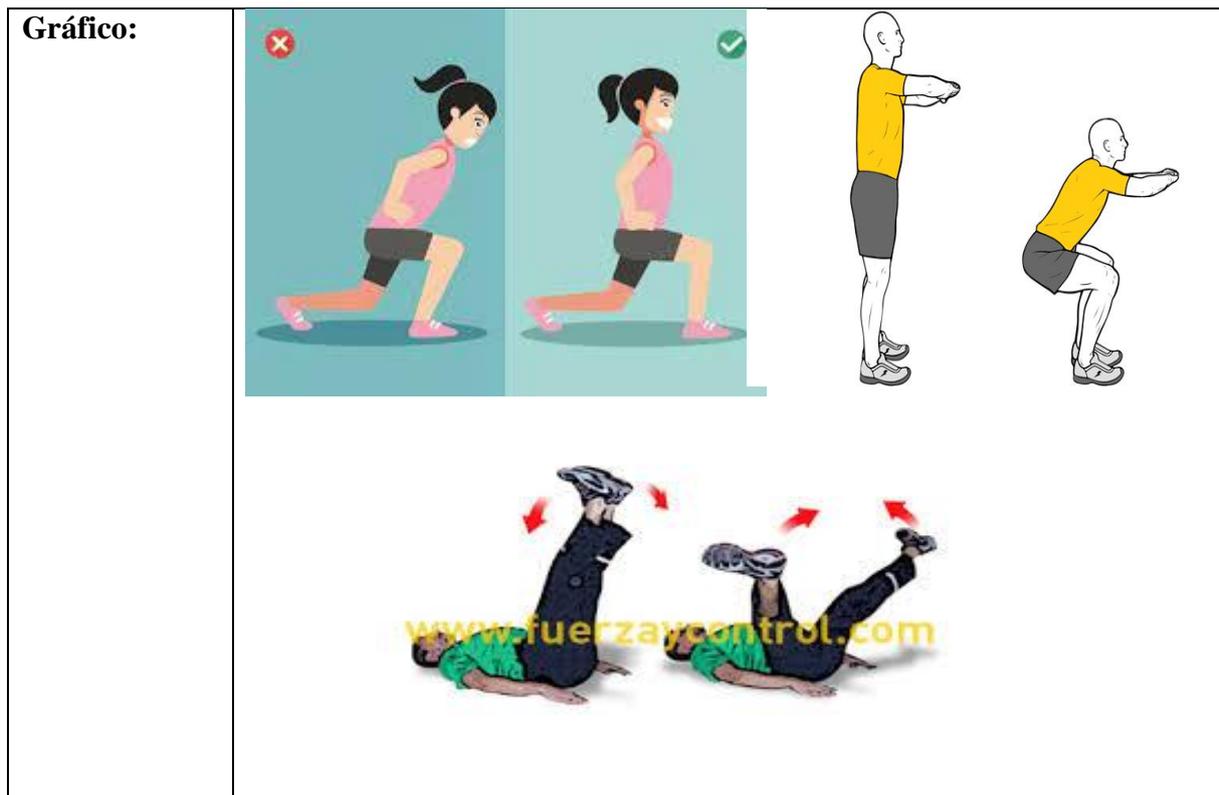
Ejercicio 3: Estiramiento de la espalda

Tema:	Ejercicios de espalda
Descripción:	El ejercicio permite que los músculos y el sistema nervioso estén preparados para realizar la gimnasia rítmica.
Objetivo:	Contribuir al mejoramiento de la elongación de las articulaciones para ejecutar movimientos técnicos en la gimnasia rítmica.
Proceso:	Ubicar a los estudiantes de pie e indicar que van a inclinarse con el tronco hacia atrás y apoyarse con las manos en el piso, formando un puente. Realizar fuerza con el abdomen y volver a la posición anterior. Realizar el ejercicio seis veces.
Recursos:	Silbato, colchoneta
Criterios de evaluación	Realiza el calentamiento sabiendo que es necesario e importante. Realiza los movimientos acordes a las exigencias del ejercicio. Respetar las reglas
Gráfico:	



Ejercicio 4: Ejercitando con la espalda

Tema:	Ejercicios de espalda (saltos)
Descripción:	El ejercicio permite coger potencia para realizar las dificultades gimnásticas.
Objetivo:	Contribuir al mejoramiento de la elongación de las articulaciones para ejecutar movimientos técnicos en la gimnasia rítmica.
Proceso:	Realizar saltos suaves recorriendo la diagonal. Realizar dificultades de saltos: zancadas,
Recursos:	Silbato.
Criterios de evaluación	Realiza el calentamiento sabiendo que es necesario e importante. Realiza los movimientos acordes a las exigencias del ejercicio. Respetar las reglas



Movimientos y técnicas con los implementos de la gimnasia rítmica

Ejercicio 5: Practicando con la cuerda

Tema:	Gimnasia rítmica con la cuerda
Descripción:	Se fomenta el gusto por la expresividad y la elegancia al realizar movimientos al ritmo de la música.
Objetivo:	Desarrollar habilidades técnicas, artísticas y coordinativas a través de la expresión corporal armónica.
Proceso:	<p>Realizar el salto básico invertido sujetando la cuerda por los extremos y con la cuerda por detrás de los talones se hace girar sobre la cabeza por la izquierda y salta por encima de ella.</p> <p>Otro ejercicio es el salto trote que empieza colocando la cuerda por detrás de los talones y girar sobre la cabeza hacia la izquierda y se salta con una pierna y luego con la otra.</p> <p>Realizar saltos invertidos y saltos trote con la cuerda, esta vez cruzando los brazos y otra vez con los brazos abiertos.</p>

	Realizar saltos básicos con la cuerda girando las caderas primero hacia la derecha y luego a la izquierda. Aumentar la velocidad a lo que se adquiere más agilidad.
Recursos:	Cáñamo cuyos extremos estén envueltos en una longitud de 10 cm. música
Criterios de evaluación	Aplica la creatividad para realizar movimientos de la técnica provocando pequeñas coreografías
Gráfico:	

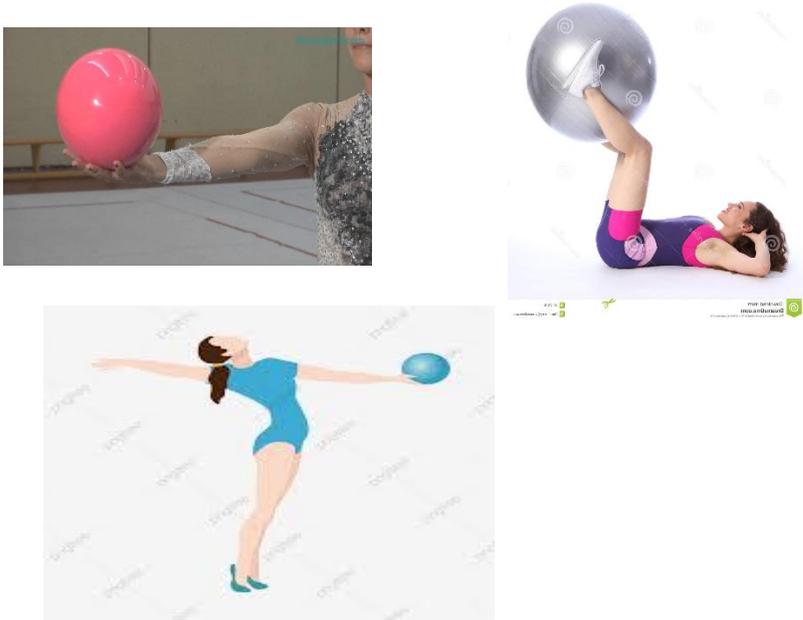
Ejercicio 6: Ejercitando con el aro

Tema:	Gimnasia rítmica con el aro
Descripción:	El estudiante se mueve dentro del aro con movimientos se va aumentando la velocidad estos movimientos son coordinados.
Objetivo:	Desarrollar habilidades técnicas, artísticas y coordinativas a través de la expresión corporal armónica.
Proceso:	Colocar el aro en el suelo y corre con un pie adentro y otro afuera. Correr con aro en mano y lanzarlo, recogerlo sin que se caiga. Un compañero corre con el aro y lo introduce dentro del otro sin tocarlo, el compañero sale por debajo sin tocar el aro. Realizar flexiones dentro de un aro y apoyarse sobre rodillas y manos. Realizar saltos de un aro a otro con las piernas unidas, en cuclillas y sobre un pie.
Recursos:	Aro de plástico rígido que no se doble

	Música
Criterios de evaluación	Aplica la creatividad para realizar movimientos de la técnica provocando pequeñas coreografías
Gráfico:	

Ejercicio 7: Gimnasia con la pelota

Tema:	Gimnasia rítmica con la pelota.
Descripción:	Los movimientos de la pelota van en armonía con el cuerpo.
Objetivo:	Desarrollar habilidades técnicas, artísticas y coordinativas a través de la expresión corporal armónica.
Proceso:	<p>Lanzar la pelota y capturarla.</p> <p>Detener la pelota de manera suave.</p> <p>Alzar los brazos y dejar que la pelota ruede a lo largo de su brazo, detenerla antes de que caiga al suelo.</p> <p>Rodar la pelota en posición acostada con los brazos extendidos, la pelota rueda de extremo a extremo del cuerpo en perfecta armonía.</p>

	Balaneo de la pelota al colocarse sobre el abdomen y balancearse boca abajo, elevar las piernas de atrás hacia adelante, con el mentón erguido balanceando la pelota en la parte frontal de las piernas.
Recursos:	Pelota de goma o plástico. Música
Criterios de evaluación	Aplica la creatividad para realizar movimientos de la técnica provocando pequeñas coreografías
Gráfico:	

Ejercicio 8: Gimnasia con las mazas

Tema:	Gimnasia rítmica con mazas
Descripción:	Se puede realizar vueltas, lanzamientos y figuras asimétricas, cuando se golpean las mazas, no se debe hacer con fuerza.
Objetivo:	Utilizar los componentes básicos del equilibrio
Proceso:	Iniciar con movimientos dirigidos con unas partes del cuerpo: cabeza, hombros, brazos, tronco, rodillas, piernas y pies. Estos ejercicios necesitan de un ritmo desarrollado, creatividad coordinación y precisión.

	<p>Los movimientos pueden ser: lanzamientos con las dos o una mano, molinetes, golpes, retención y desplazamientos.</p> <p>Es necesario mantener el equilibrio.</p>
Recursos:	<p>Mazas de madera o plástico envueltas con cinta adhesiva</p> <p>Música</p>
Criterios de evaluación	<p>Aplica la creatividad para realizar movimientos de la técnica provocando pequeñas coreografías</p>
Gráfico:	

Ejercicio 9: Gimnasia con cintas

Tema:	Gimnasia rítmica con cintas
Descripción:	La cinta larga y luminosa crea varios diseños en el espacio las mismas que son realizadas con varios ritmos.
Objetivo:	Fortalecer el control de las manos y la soltura.
Proceso:	<p>Agarrar la cinta por el estilete y realizar las coreografías.</p> <p>Mostrar la rutina de ejercicios al ritmo de la música</p> <p>Hacer dibujos en el espacio</p> <p>Realizar sampetrinas, espirales, lanar, atrapar la cinta por todas las direcciones.</p>
Recursos:	Cinta de raso de 4m a 6m de largo cogida en un extremo con el estilete de madera o plástico.

	Música
Criterios de evaluación	Aplica la creatividad para realizar movimientos de la técnica provocando pequeñas coreografías
Gráfico:	 

Fase II: Coordinación de la socialización de la propuesta

Para socializar la propuesta se acudió primero a establecer un diálogo con el directivo del plantel con la finalidad de presentar la guía metodológica y establecer día y hora para realizar la socialización con los docentes.

El directivo previo a la aprobación del día para socializar la propuesta leyó la guía didáctica y vio la necesidad de que los docentes conozcan cómo desarrollar la gimnasia rítmica en la escuela con los estudiantes de básica superior.

Fase III: Desarrollo de la socialización de la guía didáctica

La socialización con los docentes consistió en presentar la guía mediante diapositivas, explicándoles su importancia, objetivos y los ejercicios que se debe realizar con los diferentes elementos.

Se presentaron diapositivas para realizar una mejor presentación del trabajo propuesto el mismo que fue acogido por los docentes para ponerlo en práctica con sus estudiantes.

Recursos logísticos

De acuerdo a las fases establecidas para el desarrollo de la propuesta se estableció los siguientes recursos:

Humanos: directivo, docentes de educación física

Materiales: cintas, aros, cuerdas, mazas, silbato, pelota.

Tecnológicos: plataforma zoom, internet, laptop, diapositivas.

Evaluación de la factibilidad de la propuesta

En esta fase se presenta una lista de cotejo con la finalidad de evaluar la factibilidad de la propuesta, de acuerdo a las fases establecidas en la propuesta. Con el propósito de evidenciar el cumplimiento del objetivo planteado, se evalúa:

Tabla 4. Indicadores de evaluación a partir de las actividades

Objetivo de la propuesta: Proponer una guía metodológica a los docentes sobre las prácticas gimnásticas rítmicas y el desarrollo metodológico con relación al currículo de Educación Física en el octavo grado de educación básica, paralelo “A” de la Escuela Rumiñahui.		
Fases	Actividades	Indicadores
Fase I	Elaboración de la guía metodológica	Elabora la guía metodológica sobre gimnasia rítmica acorde al currículo de Educación Física.
Fase II	Coordinación de la socialización la guía metodológica	Coordinar con la autoridad del plantel la socialización de la guía metodológica.

Fase III	Desarrollo de la socialización de la guía metodológica	Socializar la guía metodológica con los directivos y docentes
----------	--	---

Cronograma de la propuesta

No.	Actividades	Responsable	Diciembre				Enero				Febrero				Marzo			
			S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4
1	Elaborar la guía metodológica.	Estudiante investigador																
2	Coordinar con la autoridad del plantel para organizar la socialización de la guía metodológica.	Estudiante investigador																
3	Elaborar diapositivas para la socialización de la guía metodológica.	Estudiante investigador																
4	Convocar a los docentes para el desarrollo de la socialización de la guía metodológica.	Director(a) del plantel																
5	Desarrollo de la socialización de la guía metodológica.	Estudiante investigador																
6	Elaborar una lista de cotejo para evaluar la socialización.	Estudiante investigador																
7	Aplicar la evaluación	Estudiante investigador																
8	Elaborar un informe dirigido a la directora del plantel como evidencia	Estudiante investigador																

CAPÍTULO V

VALORACIÓN DE LA FACTIBILIDAD

5.1. Análisis de la dimensión técnica de implementación de la propuesta

La propuesta es factible desde la dimensión técnica porque existe la disponibilidad de la tecnología para aplicar la guía metodológica respecto a la gimnasia rítmica. Además, se confirmó que los docentes poseen las facilidades de la disponibilidad tecnológica y de las herramientas de comunicación online para el desarrollo de actividades propias de la propuesta; como también, por parte de los proponentes, lo que asegura la factibilidad del proyecto.

5.2. Análisis de la dimensión económica de implementación de la propuesta

En lo que tiene que ver con la dimensión económica, la propuesta es factible, porque el gasto que demanda es solamente el uso de la tecnología, servicio de internet, pero en el caso de la tecnología, los docentes beneficiarios del proyecto asumen los gastos; para los investigadores también los gastos están incluidos en el consumo de internet.

De todas maneras, los gastos que se podrían generar en el desarrollo de la propuesta son insignificantes en relación con los beneficios que genera el proyecto; además, el aporte se puede replicar en diferentes años lectivos, manteniéndolo en el tiempo, lo que justifica la dimensión económica.

5.3. Análisis de la dimensión social de implementación de la propuesta.

Al implementar la propuesta, este tiene un gran impacto social porque permitirá que los estudiantes interactúen con los docentes de manera dinámica y divertida; además, estrechan relaciones con sus compañeros realizando coreografías que satisfacen a los padres de familia.

5.4. Análisis de la dimensión ambiental de implementación de la propuesta

En la propuesta, la dimensión ambiental es factible, porque no contiene el uso de materiales que contaminen el ambiente, en el caso de que se utilice algún material de la naturaleza, este sería reciclable con la finalidad de no afectar el ecosistema. La guía no será impresa, puesto que, se hará uso de medios electrónicos y digitales para hacer llegar la guía metodológica a directivo y docentes.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES, LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

6.1. Conclusiones

Partiendo del objetivo general, se determinó que en las clases de Educación Física los docentes no desarrollan las técnicas de la gimnasia rítmica con relación al currículo del área. Solo se realiza ejercicios de flexibilidad; además, el docente no desarrolla técnicas propicias en las prácticas gimnásticas acorde al currículo de Educación Física

Respondiendo al primer objetivo específico, se determinó que los docentes a pesar de que realizan ejercicios de gimnasia, estas no corresponden en su totalidad a lo que presenta el currículo de Educación Física. Los docentes no fortalecen la gimnasia rítmica ni desarrollan movimientos de coordinación y equilibrio porque es difícil de hacer, según manifiesta el docente. El docente desarrolla prácticas gimnásticas realizando actividades con el uso de cintas que no permiten el logro de habilidades gimnásticas acorde con el currículo.

En cuanto al segundo objetivo, se evidenció que el docente posee poco dominio de las técnicas, movimientos y uso de elementos en la gimnasia rítmica, las prácticas gimnásticas requieren del dominio de técnicas que son indispensables, ya que para realizar diversos tipos de movimientos, saltos, giros y flexibilidad mejora la condición física de quienes la practican. A pesar de que el docente tiene poco dominio de las prácticas gimnásticas, no tiene dominio metodológico para su desarrollo. No se están desarrollando en su totalidad las destrezas básicas imprescindibles, por lo que se debe seguir potenciándolas para alcanzarla totalmente al culminar la básica superior.

Finalmente, en el tercer objetivo se llegó a establecer que los docentes requieren pautas orientadoras referentes a una guía metodológica sobre prácticas gimnásticas rítmicas acorde al currículo nacional.

6.2. Recomendaciones

Tomando como referencia los resultados de la investigación y las conclusiones se ha demostrado que el docente de Educación Física tiene poco dominio de la técnica, movimientos y uso de elementos en la gimnasia rítmica, por ello, es pertinente la implementación de una guía metodológica que oriente al docente en la realización de la gimnasia rítmica y a la vez reducir la escasa aplicación de procesos metodológicos en la realización de la gimnasia rítmica. Por ello se recomienda:

Desarrollar y aplicar técnicas propicias en las prácticas gimnásticas acorde al currículo de Educación Física

Aplicar las prácticas gimnásticas utilizando todos los elementos indispensables para su desarrollo mejorando la técnica y habilidades en los estudiantes.

Aplicar la propuesta metodológica en la práctica gimnástica rítmica con la finalidad de que los estudiantes desarrollen habilidades corporales y dominio del cuerpo acorde con el currículo de Educación Física.

6.3. Limitaciones y prospectiva

6.3.1 Limitaciones

Dificultad para aplicar los instrumentos debido a que el docente no tenía tiempo para conectarse para aplicarle la entrevista.

Estudiantes no analizaban bien las preguntas antes de responderlas.

El tamaño de la muestra fue pequeño, solo con octavo paralelo “A”.

Escasa confiabilidad en las respuestas del docente.

La escuela cuenta solo con un docente de Educación Física, por ello no se pudo realizar comparación de criterios con otros docentes.

Escasa bibliografía referente a las prácticas gimnásticas rítmicas.

6.3.2 Prospectiva

Orientar al docente en nuevas capacitaciones referentes a otros tipos de gimnasia.

Se puede realizar nuevas investigaciones referentes al tema aplicado en otros contextos.

Organizar talleres de capacitación para mejorar las prácticas gimnásticas artística

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Asamblea Nacional Constituyente del Ecuador. (2008). *Constitución Política de la República del Ecuador*. [[Enlace](#)]

Blas, T. y. (2019). *Propuesta didáctica de iniciación a la gimnasia rítmica para mejorar la coordinación motora gruesa en los niños de 3 años*. [[Enlace](#)]

Caballero M, Canda A. (2019). Gimnasia rítmica de alta competición. *Composicion corporal*, 2.

Cofre, C., & Sosa, G. y. (2021). Efectividad de la flexibilidad activa y pasiva en el entrenamiento de gimnasia rítmica. *Revista de Ciencias y Tecnología en la Cultura Física*, 871 - 880.

Diaz, M. (2008). Gimnasia rítmica. *La creatividad motriz en la gimnasia rítmica*, 4.

Feria, H., & Mantilla, M. y. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿Métodos o técnicas de investigación empírica? *Revista Didasc@lia*, 62-79.

Gallardo, E. (2019). *Metodología de la investigación*. Huancayo - Perú: Universidad Continental.

García, F. (1993). *La encuesta*. Madrid.

Herbas, B. (2018). Metodología científica para la realización de investigaciones de mercado e investigaciones sociales cuantitativas. *Universidad Católica Boliviana San Pablo*, 123-160.

Hernández-Sampieri, R. y. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: Mc Graw Hill Education.

Lima, L., Moraes, M., Barbosa, I., & Rojo, J. y. (2019). Gimnasia rítmica: perfil sobre la producción científica en revistas científicas de América Latina, Caribe y Países Ibéricos. *Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, . Obtenido de Revista Sistemática Pensar en movimiento: [[Enlace](#)]

Martín, J., Gómez, C., Mancha, D., & Muñoz, J. y. (2020). Influencia de la edad y el aparato empleado en las exigencias específicas en gimnasia rítmica. Un estudio de caso. *Revista Retos*, 137-142.

- Martín, S. y. (2017). Referencias bibliográficas: indicadores para su evaluación en trabajos científicos. *Revista Investigación Bibliotecológica*, 152-180.
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2008). *Ley Orgánica de Eeducación Intercultural*. [\[Enlace\]](#)
- Ministerio de Educación. (2016). *Currículo Nacoinal de Educación Física*. [\[Enlace\]](#)
- Napolitano, E. (2019). La gimnasia como práctica en la Educación Primaria. Recorridos, avances y revisiones. *Revista Educación Física y Ciencia*,, 1-11.
- Pérez , A., & Muñoz, V. (2018). Deporte, cultura y sociedad: un estado actual de la cuestión. *Revista de Humanidades*(34), 4-28.
- Pèrez, D. (2003). Condición física y salud. 25.
- Pérez, M., Cañizares, M., & Fleitas, I. y. (2018). Estudio sobre la concentración de la atención en atletas escolares de gimnasia rítmica. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 202-212.
- Pino, R. y. (2020). Guías didácticas en el proceso enseñanza-aprendizaje: ¿Nueva estrategia? *Revista Scientific*,.
- Pochini, M. (2017). El proceso de entrenamiento de la gimnasia artística femenina. [\[Enlace\]](#)
- Rodríguez, A. y. (2016). Métodos científicos de indagación y construcción del conocimiento. *Revista EAN*, 1-26.
- Rodríguez, L., & Guerra, M. y. (2018). Influencia de los ejercicios básicos en las habilidades técnicas de las niñas de la gimnasia rítmica. *Revista Olimpia*.
- Sánchez, H., & Reyes, C. y. (2018). *Manual de términos de investigación científica, tecnológica y humanística*. Lima: Editorial Universidad Ricardo Palma.
- Serrano, E., & Gómez, M. y. (2021). Resiliencia y optimismo en gimnasia rítmica. *Revista Retos*, 581 - 588.
- Sierra, E. B., Fernández, M., Alonso, F., & González, M. y. (2019). *Asociación entre morfología del pie y rendimiento en la gimnasis rítmica*. [\[Enlace\]](#)

Tapia, J. (2019). *El ballet en el desarrollo de la técnica de la gimnasia rítmica en las niñas de 12 a 14 años que asisten a la Concentración Deportiva de Pichincha.* [[Enlace](#)]

Vernetta, M., & Montosa, I. y. (2018). Estima corporal en gimnastas adolescentes de dos disciplinas coreográficas: gimnasia rítmica y gimnasia acrobática. *Psychology, Society, & Education*, 301 - 314.

ANEXOS

Anexo 1. Entrevista al docente de Educación Física



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

ENTREVISTA A DOCENTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA RUMIÑAHUI

TEMA: Desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el Currículo Nacional en el subnivel de básica superior

OBJETIVO: Recoger información referente al desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el Currículo Nacional en el subnivel de básica superior

DATOS INFORMATIVOS:

Nombre del entrevistado (opcional):

GUÍA DE PREGUNTAS:

1. 'Qué tipo de técnicas aplica usted en las clases de prácticas gimnásticas rítmicas?'

.....
.....
.....
.....

2. ¿Considera usted que tiene dominio de las prácticas gimnásticas rítmicas para desarrollar las destrezas con sus estudiantes de octavo grado como lo indica el currículo de Educación Física? ¿Por qué?

.....
.....
.....
.....

3. ¿Organiza coreografías con sus estudiantes en las clases de Educación Física ¿Por qué?

.....
.....
.....
.....

4. ¿Qué actividades aplica en las clases de Educación Física con sus estudiantes de octavo grado para el desarrollo de prácticas gimnásticas rítmicas?

.....
.....
.....
.....

5. ¿Qué tipo de elementos utiliza en las prácticas gimnásticas rítmicas?

.....
.....
.....
.....

6. ¿Cree usted que las prácticas gimnásticas son importantes para mejorar la condición física de los estudiantes y dominio de su cuerpo?

.....
.....
.....
.....
.....

7. ¿Considera que las prácticas gimnásticas rítmicas que desarrolla con sus estudiantes de octavo grado están en relación con el currículo de Educación Física?

.....
.....
.....
.....

8. ¿Qué experiencia tiene en el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas? Argumente su respuesta.

.....
.....
.....
.....

9. ¿Cuál es la importancia del currículo de Educación Física en cuanto al bloque curricular que corresponde a prácticas gimnásticas? Argumente su respuesta.

.....
.....
.....
.....

10. ¿Desarrolla en las clases de prácticas gimnásticas rítmicas las destrezas básicas y las deseables como lo señala el currículo? ¿Por qué?

.....
.....
.....
.....

11. ¿Considera importante contar con una guía didáctica para el desarrollo de la gimnasia rítmica acorde con el currículo de Educación Física en la básica superior? Argumente su respuesta.

.....
.....
.....
.....

Anexo 2. Encuesta a estudiantes de octavo grado de educación básica



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

ENCUESTA APLICADA A ESTUDIANTES DE OCTAVO GRADO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA RUMIÑAHUI

TEMA: Desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el Currículo Nacional en el subnivel de básica superior

OBJETIVO: Recoger información referente al desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas en relación con el Currículo Nacional en el subnivel de básica superior

DATOS INFORMATIVOS:

Nombre del encuestado (opcional):

CUESTIONARIO:

Sírvase contestar con una x en la respuesta que usted estime que es la correcta:

1. ¿Es para usted importante realizar en las clases de Educación Física las prácticas gimnásticas?

Muy de acuerdo ()

De acuerdo ()

Poco de acuerdo ()

En desacuerdo ()

2. ¿Considera que su docente de Educación Física tiene experiencia en el desarrollo de las prácticas gimnásticas rítmicas?

Muy de acuerdo ()

De acuerdo ()

Poco de acuerdo ()

En desacuerdo ()

3. ¿El docente organiza coreografías con los estudiantes en las clases de Educación Física?

Muy de acuerdo ()

De acuerdo ()

Poco de acuerdo ()

En desacuerdo ()

4. ¿Considera que el docente de Educación Física tiene dominio de las prácticas gimnásticas rítmicas?

Muy de acuerdo ()

De acuerdo ()

Poco de acuerdo ()

En desacuerdo ()

5. ¿El docente aplica diversas actividades en las clases de Educación Física para el desarrollo de prácticas gimnásticas rítmicas?

Muy de acuerdo ()

De acuerdo ()

Poco de acuerdo ()

En desacuerdo ()

6. ¿El docente aplica elementos como cintas, cuerdas, aros, mazas y pelotas para dar las clases de prácticas gimnásticas rítmicas?

Muy de acuerdo ()

De acuerdo ()

Poco de acuerdo ()

En desacuerdo ()

7. ¿Ha desarrollado habilidades y destrezas en las clases de prácticas gimnásticas rítmicas?

Muy de acuerdo ()

De acuerdo ()

Poco de acuerdo ()

En desacuerdo ()

8. ¿Considera importante que el docente de Educación Física cuente con una guía didáctica para el desarrollo de la gimnasia rítmica?

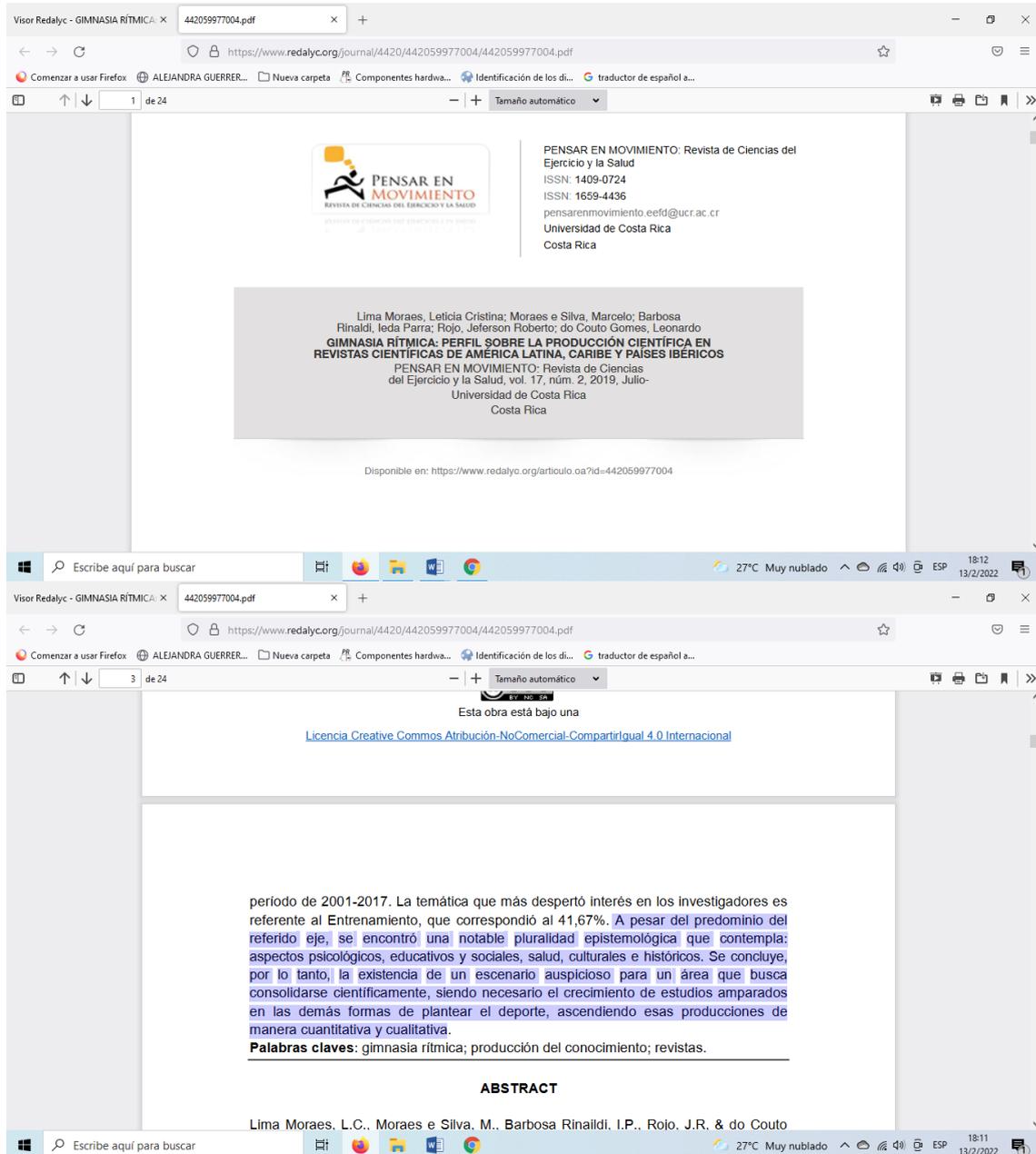
Muy de acuerdo ()

De acuerdo ()

Poco de acuerdo ()

En desacuerdo ()

Anexo 3. Capturas de pantalla de revistas científicas



Autor: Leticia Cristina Lima Moraes; Marcelo Moraes e Silva; Ieda Parra Barbosa Rinaldi; Jeferson Roberto Rojo; Leonardo do Couto Gomes

Tema: GIMNASIA RÍTMICA: PERFIL SOBRE LA PRODUCCIÓN CIENTÍFICA EN REVISTAS CIENTÍFICAS DE AMÉRICA LATINA, CARIBE Y PAÍSES IBÉRICOS

Año: 2019

Revista: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud

Página: 25

Enlace: <https://www.redalyc.org/journal/4420/442059977004/442059977004.pdf>

Nueva pestaña x GIMNASIA RÍTMICA: PERFIL SOBRE x Vista de Estima corporal en gim... x

https://ojs.ual.es/ojs/index.php/psyse/article/view/2216/2774

Estima corporal en gimnastas adolescentes de dos disciplinas coreográficas: gimnasia rítmica y gimnasia acrobática

www.psyse.com © Psychology, Society, & Education, 2018. Vol. 10(3), pp. 301-314
ISSN 2171-2085 (print) / ISSN 1989-709X (online)
Doi 10.25115/psyse.v10i1.2216

Estima corporal en gimnastas adolescentes de dos disciplinas coreográficas: gimnasia rítmica y gimnasia acrobática

Mercedes VERNETTA, Isabel MONTOSA, y Eva PELÁEZ

Departamento Educación Física y Deportiva. Universidad de Granada

(Recibido, 5 de Junio de 2018; Aceptado, 11 de Julio de 2018)

RESUMEN: El objetivo del estudio fue analizar y comparar la estima corporal (EC) entre gimnastas de rítmica (GR) y gimnastas de acrobática (GA) y su relación con el IMC y el perímetro de cintura. La EC fue medida con el *Body Esteem Scale for Children* (BES-C). El IMC y el perímetro de cintura de todas gimnastas fue de 17.47 kg/m² (± 2.36) y 61.13 cm (± 4.36) respectivamente, estando todas en delgadez aceptable según los valores de referencia y un perímetro de cintura bajo, existiendo diferencias

Nueva pestaña x GIMNASIA RÍTMICA: PERFIL SOBRE x Vista de Estima corporal en gim... x

https://ojs.ual.es/ojs/index.php/psyse/article/view/2216/2774

Estima corporal en gimnastas adolescentes de dos disciplinas coreográficas: gimnasia rítmica y gimnasia acrobática

RESUMEN: El objetivo del estudio fue analizar y comparar la estima corporal (EC) entre gimnastas de rítmica (GR) y gimnastas de acrobática (GA) y su relación con el IMC y el perímetro de cintura. La EC fue medida con el *Body Esteem Scale for Children* (BES-C). El IMC y el perímetro de cintura de todas gimnastas fue de 17.47 kg/m² (± 2.36) y 61.13 cm (± 4.36) respectivamente, estando todas en delgadez aceptable según los valores de referencia y un perímetro de cintura bajo, existiendo diferencias significativas entre ambas disciplinas ($p < .05$). Los resultados del BES-C muestran buena EC con una puntuación media de 10.64 ± 1.0 en GA y 9.48 ± 1.95 en GR. El 100% de las gimnastas de acrobática respondieron positivamente a los ítem "Me siento satisfecho con mi físico", "Me gusta como salgo en las fotos", "Me gusto en el espejo" y "Estoy orgullosa de mi cuerpo". Mientras que las de rítmica obtuvieron porcentajes ligeramente más bajos (84.4%, 72.7%, 97.1% y 93.9%, respectivamente). No existieron diferencias significativas en ninguna pregunta a excepción de "Me gusta como salgo en las fotos" y "Me gustaría tener un físico mejor" ($p < .05$) donde 9 de las 33 gimnastas de rítmica no le gusta como sale en las fotos y 14 de las 34 de acrobática le gustaría tener un físico mejor. Se encontraron relaciones significativas de signo positivo, entre IMC-Perímetro de cintura, IMC-Edad y Perímetro de cintura-Edad ($p < .001$). Igualmente, existió relación entre la estima corporal-IMC ($p < .05$). Las gimnastas de ambas disciplinas presentan buena EC con diferencias significativas ($p < .05$). Todas en general tienen buena opinión sobre su aspecto y su físico. La estima corporal de las de acrobática se asoció con un IMC saludable ($p < .05$).

Palabras clave: gimnasia rítmica, gimnasia acrobática, estima corporal, test BES-C.

Body-esteem in adolescent gymnasts of two choreographic disciplines: rhythmic gymnastics and acrobatic gymnastics

Autor: Mercedes VERNETTA, Isabel MONTOSA, y Eva PELÁEZ

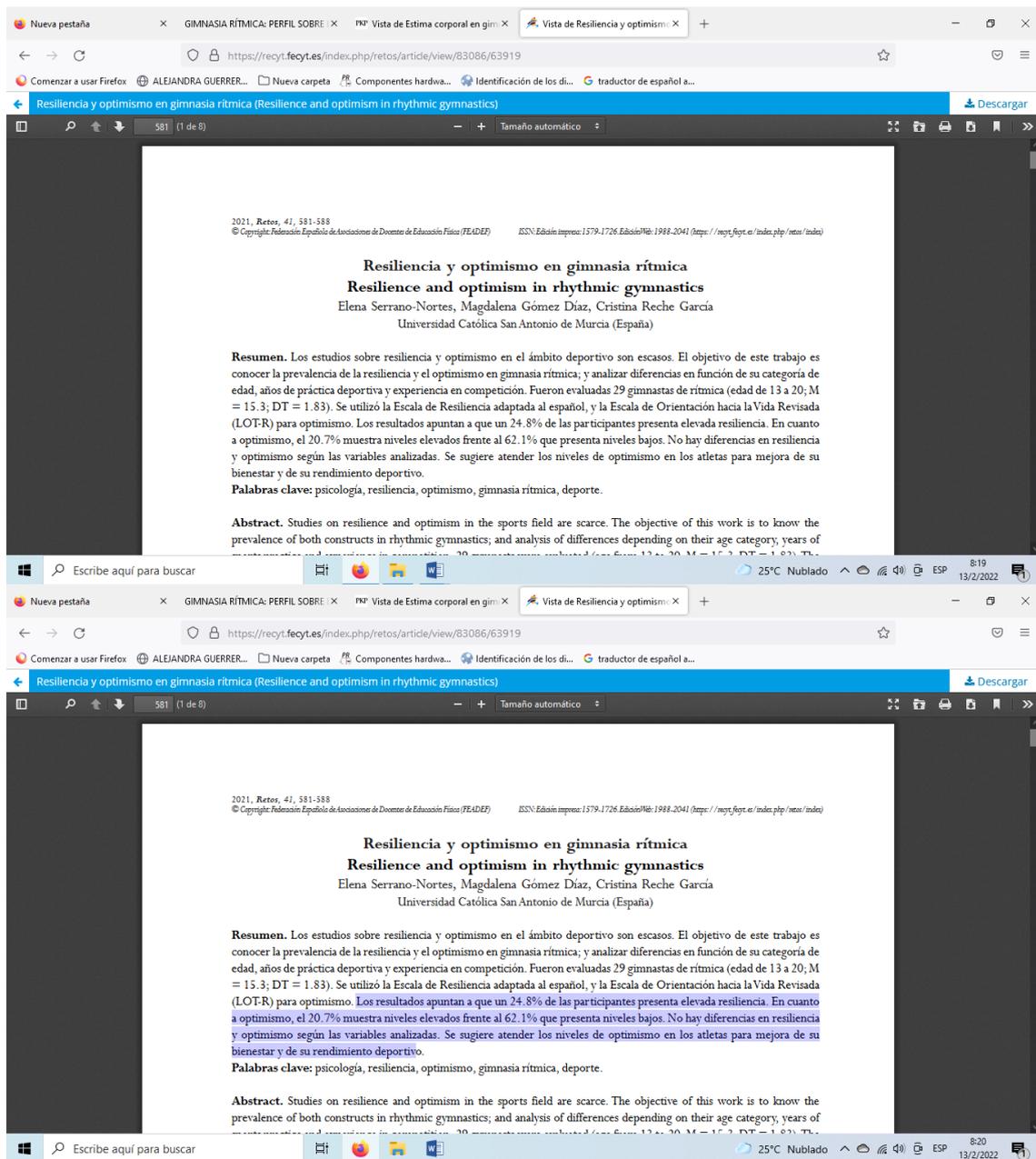
Tema: Estima corporal en gimnastas adolescentes de dos disciplinas coreográficas: gimnasia rítmica y gimnasia acrobática

Año: 2018

Revista: Psychology, Society, & Education

Página: 1

Enlace: Autor: <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/psyse/article/view/2216/2774>



Autor: Elena Serrano-Nortes, Magdalena Gómez Díaz, Cristina Reche García

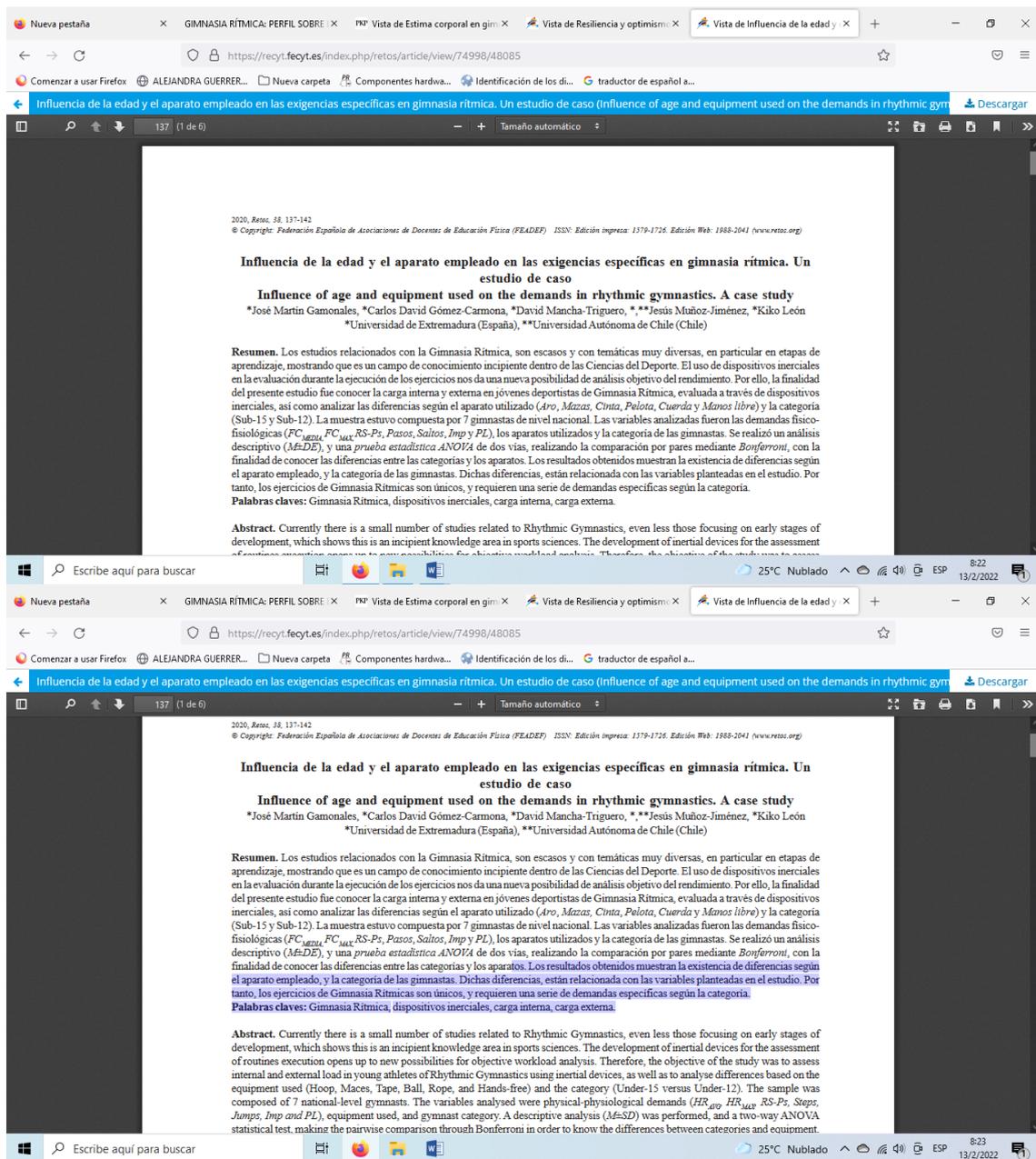
Tema: Resiliencia y optimismo en gimnasia rítmica

Año: 2021

Revista: Retos

Página: 581

Enlace: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/83086/63919>



Autor: José Martín Gamonales, Carlos David Gómez-Carmona, David Mancha-Triguero, Jesús Muñoz-Jiménez, Kiko León

Tema: Influencia de la edad y el aparato empleado en las exigencias específicas en gimnasia rítmica. Un estudio de caso

Año: 2020

Revista: Retos

Página: 137

Enlace: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/74998/48085>

← ASOCIACIÓN ENTRE MORFOLOGÍA DEL PIE Y RENDIMIENTO EN GIMNASIA RÍTMICA

Rev.int.med.cienc.act.fis.deporte - vol. 20 - número 79 - ISSN: 1577-0354

Sierra-Palmeiro, E.; Bobo-Arce, M.; Fernández-Villarino, M.; Alonso-Tajes, F.; González-Martin, M.C.; Gómez-Rivas, L. (2020) Association Foot Morphology and Performance in Rhythmic Gymnastics. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 20 (79) pp. 567-583 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista79/artasociacion1177.htm>
DOI: <http://doi.org/10.15366/rimcafd2020.79.012>

ORIGINAL

ASOCIACIÓN ENTRE MORFOLOGÍA DEL PIE Y RENDIMIENTO EN GIMNASIA RÍTMICA

ASSOCIATION FOOT MORPHOLOGY AND PERFORMANCE IN RHYTHMIC GYMNASTICS

← ASOCIACIÓN ENTRE MORFOLOGÍA DEL PIE Y RENDIMIENTO EN GIMNASIA RÍTMICA

Rev.int.med.cienc.act.fis.deporte - vol. 20 - número 79 - ISSN: 1577-0354

una característica de la morfología del pie que incide sobre el rendimiento técnico y parece más una característica innata. La práctica de la Gimnasia Rítmica podría no ser un factor tan decisivo como podía suponerse en las modificaciones morfológicas de la huella plantar.

PALABRAS CLAVE: Gimnasia Rítmica, rendimiento, morfología del pie.

ABSTRAC

The objectives of the study were to determine the influence of foot morphology on performance in Rhythmic Gymnastics and to analyze the influence of years of practice. The sample consisted of 48 gymnasts who had practiced federated gymnastics and competed during the last year. The results indicate that the

Autor: Sierra-Palmeiro, E.; Bobo-Arce, M.; Fernández-Villarino, M.; Alonso-Tajes, F.; González-Martin, M.C.; Gómez-Rivas, L

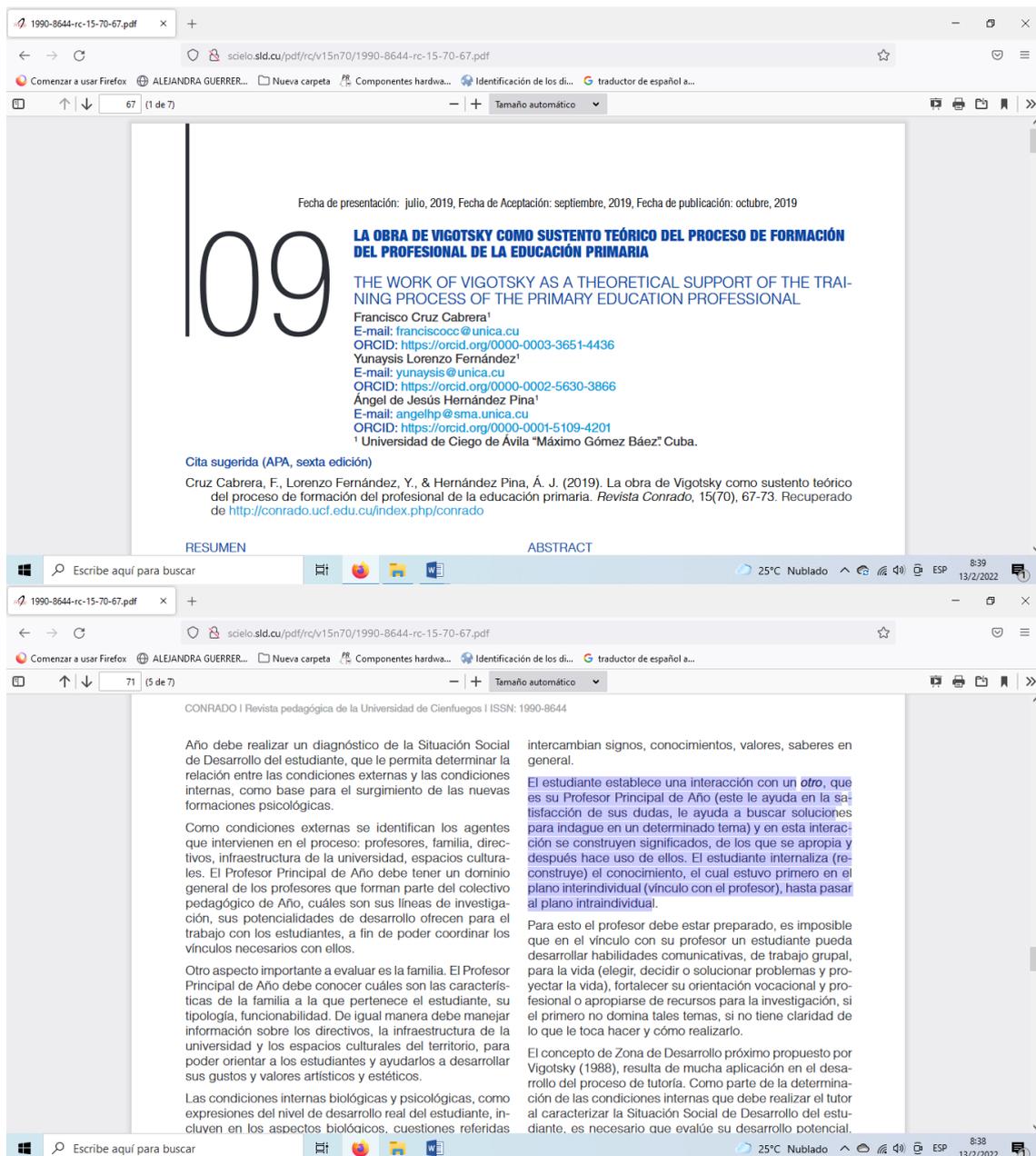
Tema: ASOCIACIÓN ENTRE MORFOLOGÍA DEL PIE Y RENDIMIENTO EN GIMNASIA RÍTMICA

Año: 2019

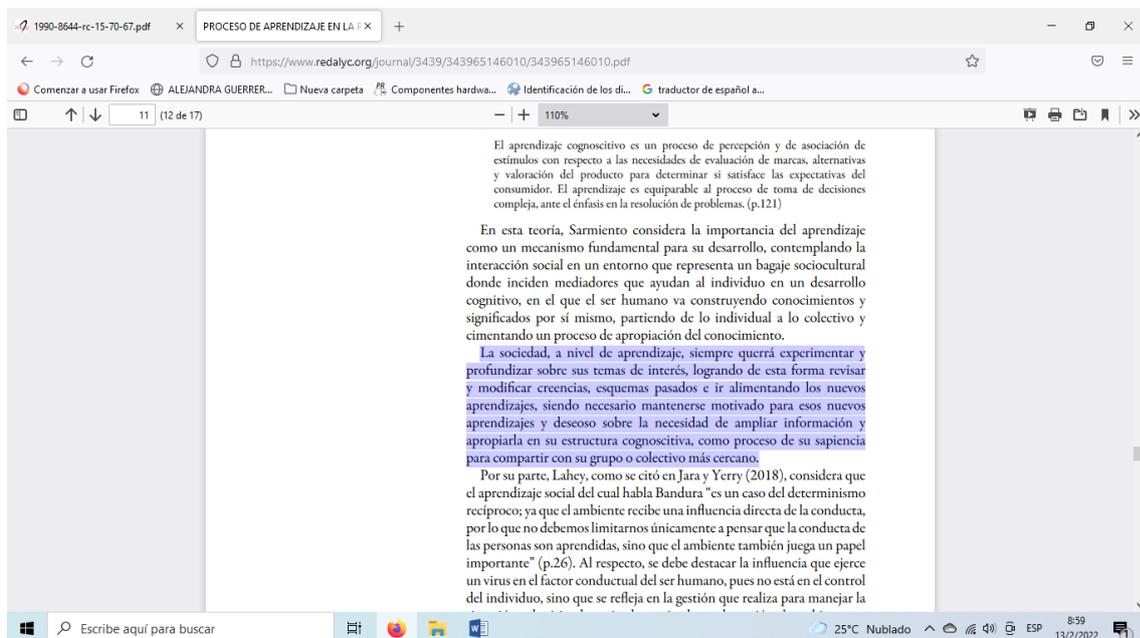
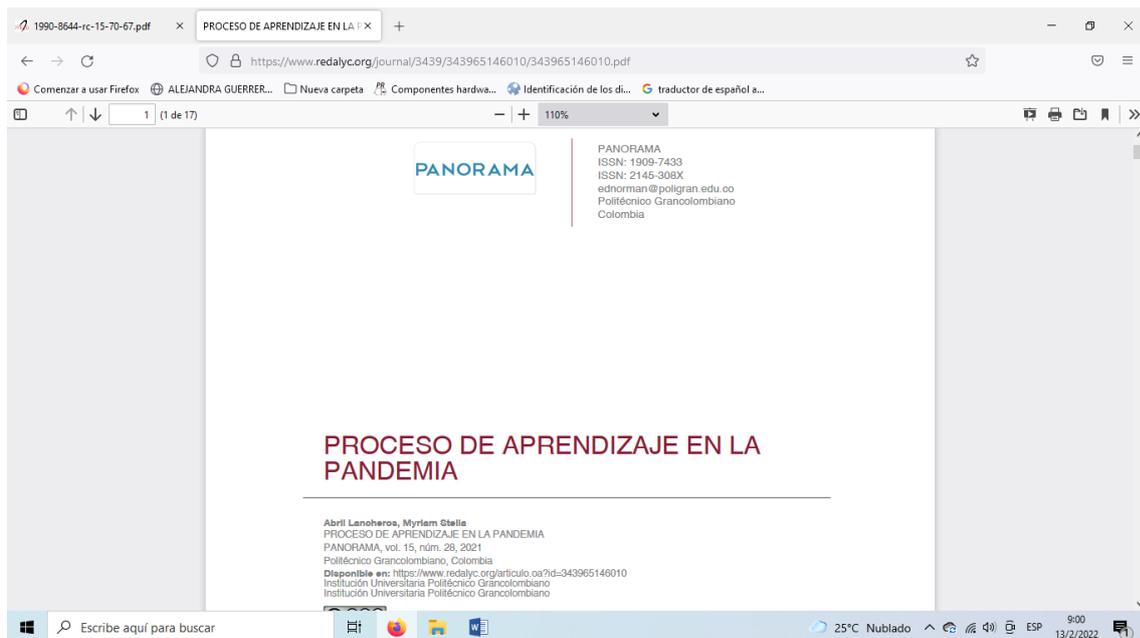
Revista: Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Página: 2

Enlace: https://revistas.uam.es/rimcafd/article/view/rimcafd2020_79_012/12640



Autor: Francisco Cruz Cabrera; Yunaysis Lorenzo Fernández; Ángel de Jesús Hernández Pina
Tema: LA OBRA DE VIGOTSKY COMO SUSTENTO TEÓRICO DEL PROCESO DE FORMACIÓN DEL PROFESIONAL DE LA EDUCACIÓN PRIMARIA
Año: 2019
Revista: Revista pedagógica de la Universidad de Cienfuegos
Página: 71
Enlace: <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v15n70/1990-8644-rc-15-70-67.pdf>



Autor: Abril Lancheros, Myriam Stella

Tema: PROCESO DE APRENDIZAJE EN LA PANDEMIA

Año: 2021

Revista: PANORAMA

Página: 11

Enlace: <https://www.redalyc.org/journal/3439/343965146010/343965146010.pdf>

1990-8644-rc-15-70-67.pdf x PROCESO DE APRENDIZAJE EN LA F I X Redalyc.Cambio conceptual: una m x +

← → ↻ <https://www.redalyc.org/pdf/686/68651823011.pdf> ☆

Comenzar a usar Firefox ALEJANDRA GUERRER... Nueva carpeta Componentes hardwa... Identificación de los di... traductor de español a...

1 de 13 Tamaño automático

LIBERABIT
REVISTA DE PSICOLOGIA

Liberabit. Revista de Psicología
ISSN: 1729-4827
liberabit@psicologia.usmp.edu.pe
Universidad de San Martín de Porres
Perú

Raynaudo, Gabriela; Peralta, Olga
Cambio conceptual: una mirada desde las teorías de Piaget y Vygotsky
Liberabit. Revista de Psicología, vol. 23, núm. 1, enero-junio, 2017, pp. 137-148
Universidad de San Martín de Porres
Lima, Perú

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68651823011>

Escribe aquí para buscar 25°C Nublado 9:08 13/2/2022

1990-8644-rc-15-70-67.pdf x PROCESO DE APRENDIZAJE EN LA F I X Redalyc.Cambio conceptual: una m x +

← → ↻ <https://www.redalyc.org/pdf/686/68651823011.pdf> ☆

Comenzar a usar Firefox ALEJANDRA GUERRER... Nueva carpeta Componentes hardwa... Identificación de los di... traductor de español a...

7 de 13 Tamaño automático

anteriores, sino que son imprescindibles para construir nuevas teorías (Carey, 2000).

Cambio conceptual a la luz de las teorías de Piaget y Vygotsky: error, pseudoconcepto y concepto científico

Una de las diferencias entre el trabajo de Piaget y Vygotsky radica en que en Piaget podría leerse una tendencia hacia el individualismo, mientras que Vygotsky plantea explícitamente el carácter social de su teoría. Esto reflejaría una clara herencia de las corrientes filosóficas que influenciaron a ambos pensadores.

Mientras que la teoría de Piaget se construye en el marco filosófico Kantiano, la de Vygotsky fue profundamente influenciada por el trabajo de Marx. Si bien abordar las imprints filosóficas de ambos autores en su profundidad y complejidad excede los límites del presente trabajo, mencionaremos algunos aspectos clave para ilustrar la perspectiva de cada uno.

mayor complejidad cognitiva. El constructivismo piagetiano considera que los seres humanos no acceden a una realidad objetiva externa, sino que esta se construye. El conocimiento, entendido como construcción, no constituye una copia de la realidad, sino que conocer el objeto es transformarlo en función de los esquemas del organismo (Piaget, 1991). Para Piaget (1970), el sujeto es un organismo en desarrollo no solo en sentido físico o biológico, sino en un sentido cognitivo. Los procesos por los cuales se desarrollan formas lógicas de razonamiento más complejas y avanzadas son la asimilación y la acomodación (Piaget, 1991; Piaget & Inhelder, 1997). Se trata de un proceso paulatino en el que experiencias sucesivas de acomodación dan origen a esquemas de asimilación novedosos, con lo que se alcanza un nuevo estado de equilibrio; cada estadio del desarrollo cognitivo representa un nivel cualitativo mayor respecto al modo de conocer o pensar (Piaget, 1991; Piaget & Inhelder, 1997).

142

Escribe aquí para buscar 25°C Nublado 9:07 13/2/2022

Autor: Gabriela Raynaudo; Olga Peralta

Tema: Cambio conceptual: una mirada desde las teorías de Piaget y Vygotsky

Año: 2017

Revista: Liberabit. Revista de Psicología

Página: 7

Enlace: <https://www.redalyc.org/pdf/686/68651823011.pdf>



Autor: Mercedes Lourdes Pérez Iznaga; Marta Cañizares Hernández; Isabel Fleitas Díaz; Alessandro D' Amico López

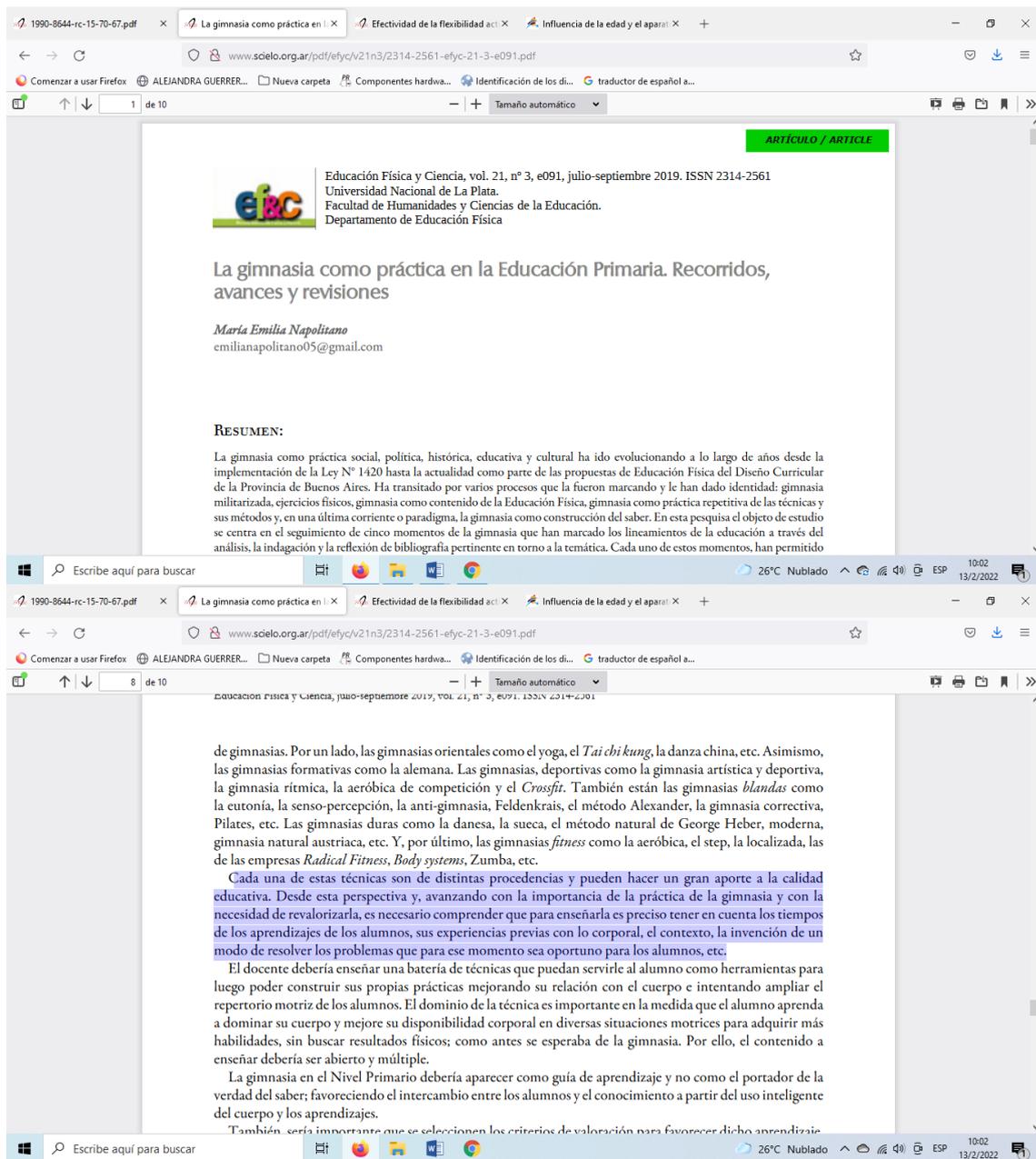
Tema: Estudio sobre la concentración de la atención en atletas escolares de gimnasia rítmica

Año: 2018

Revista: Revista de ciencia y tecnología en la cultura física

Página: 2

Enlace: <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v13n3/1996-2452-rpp-13-03-202.pdf>



Autor: María Emilia Napolitano

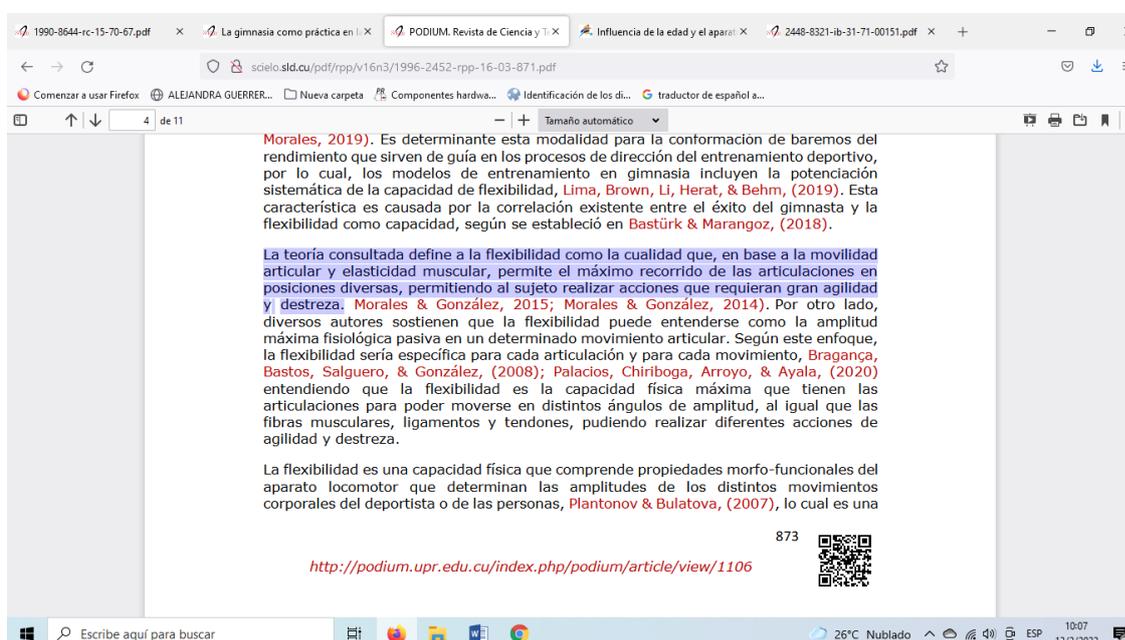
Tema: La gimnasia como práctica en la Educación Primaria. Recorridos, avances y revisiones

Año: 2019

Revista: Educación Física y Ciencia

Página: 8

Enlace: <http://www.scielo.org.ar/pdf/efyc/v21n3/2314-2561-efyc-21-3-e091.pdf>



Autor: Christian Fabricio CofreTaipe; Gustavo Paúl Sosa Gutiérrez; Fernando Guallasamín Díaz

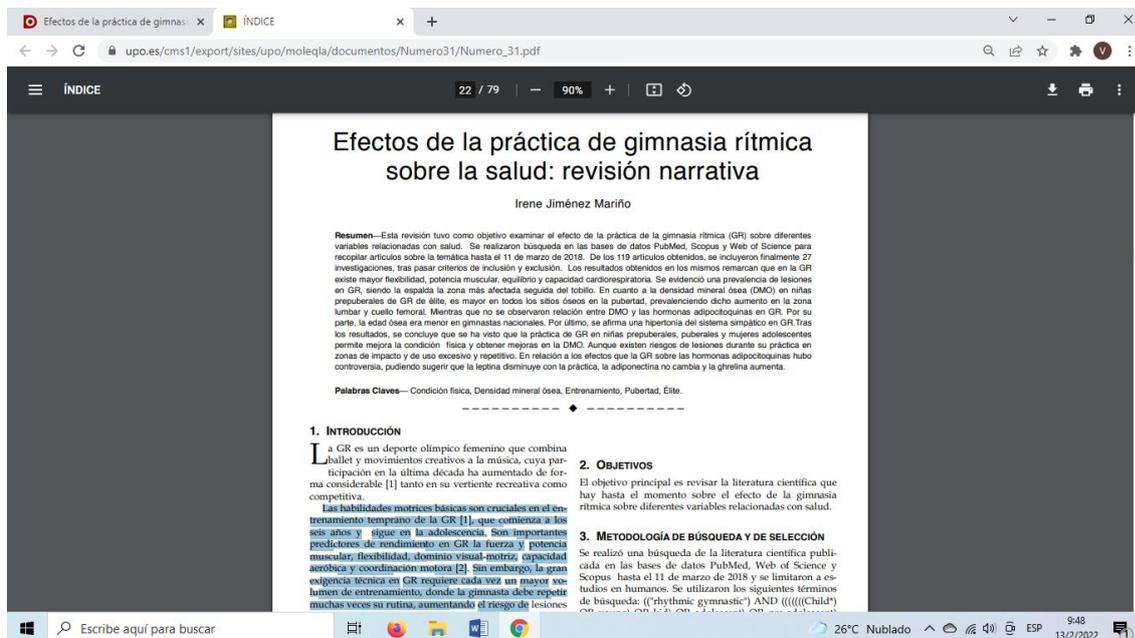
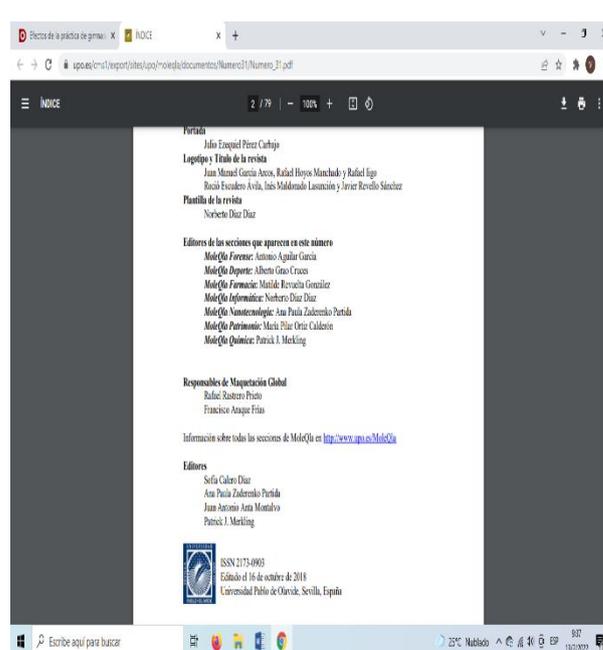
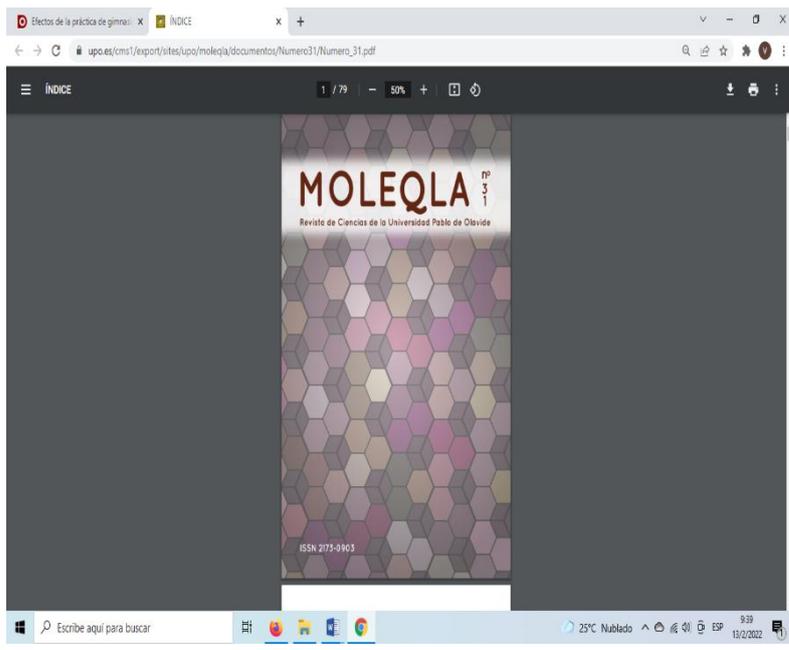
Tema: Efectividad de la flexibilidad activa y pasiva en el entrenamiento de gimnasia rítmica

Año: 2021

Revista: Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

Página: 4

Enlace: <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n3/1996-2452-rpp-16-03-871.pdf>



Autor: Irene Jiménez Mariño

Tema: Efectos de la práctica de gimnasia rítmica sobre la salud: revisión narrativa

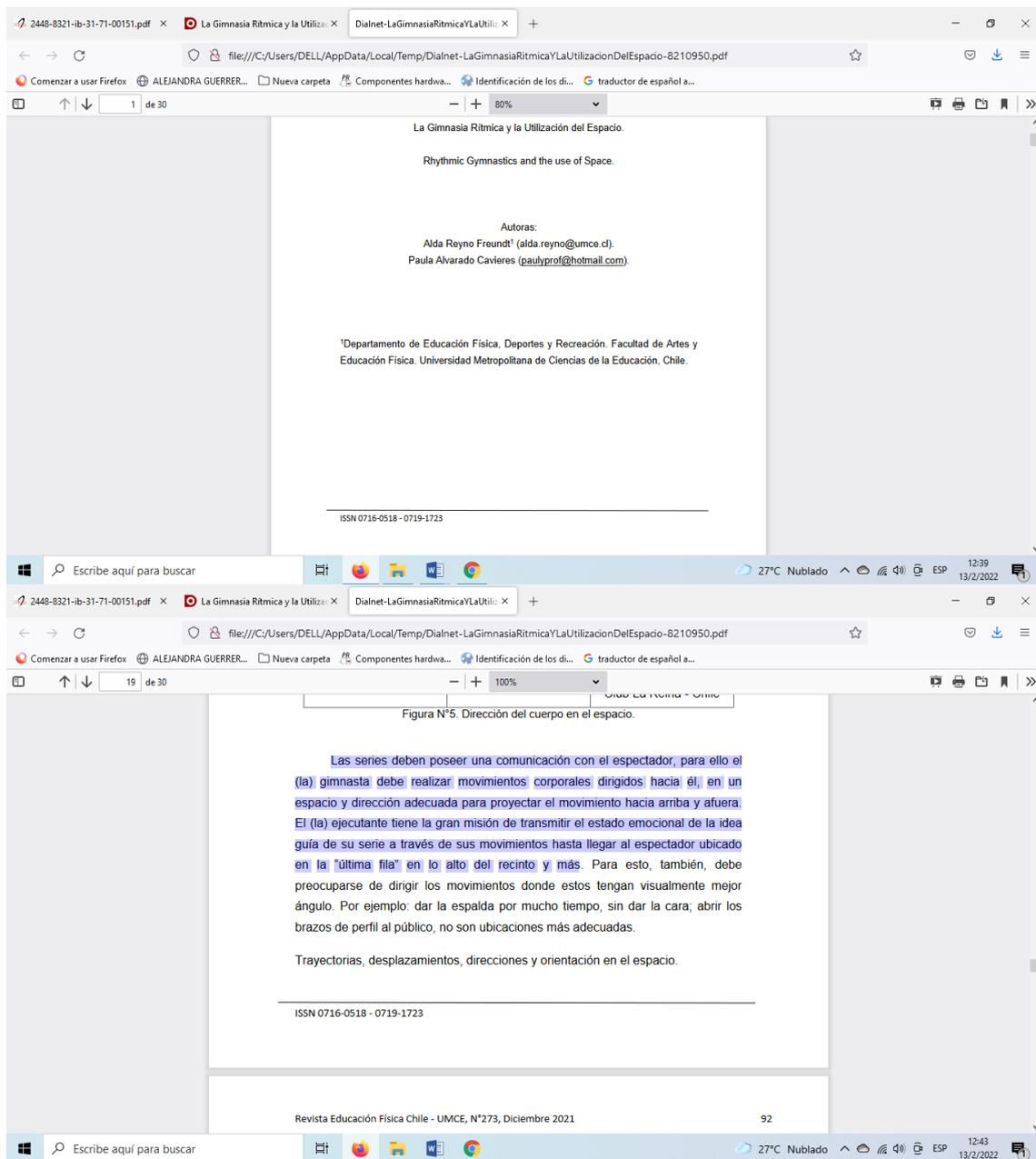
Año: 2018

Revista: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Página: 22

Enlace:

https://www.upo.es/cms1/export/sites/upo/moleqLa/documentos/Numero31/Numero_31.pdf



Autor: Alda Reyno Freundt; Paula Alvarado Cavieres

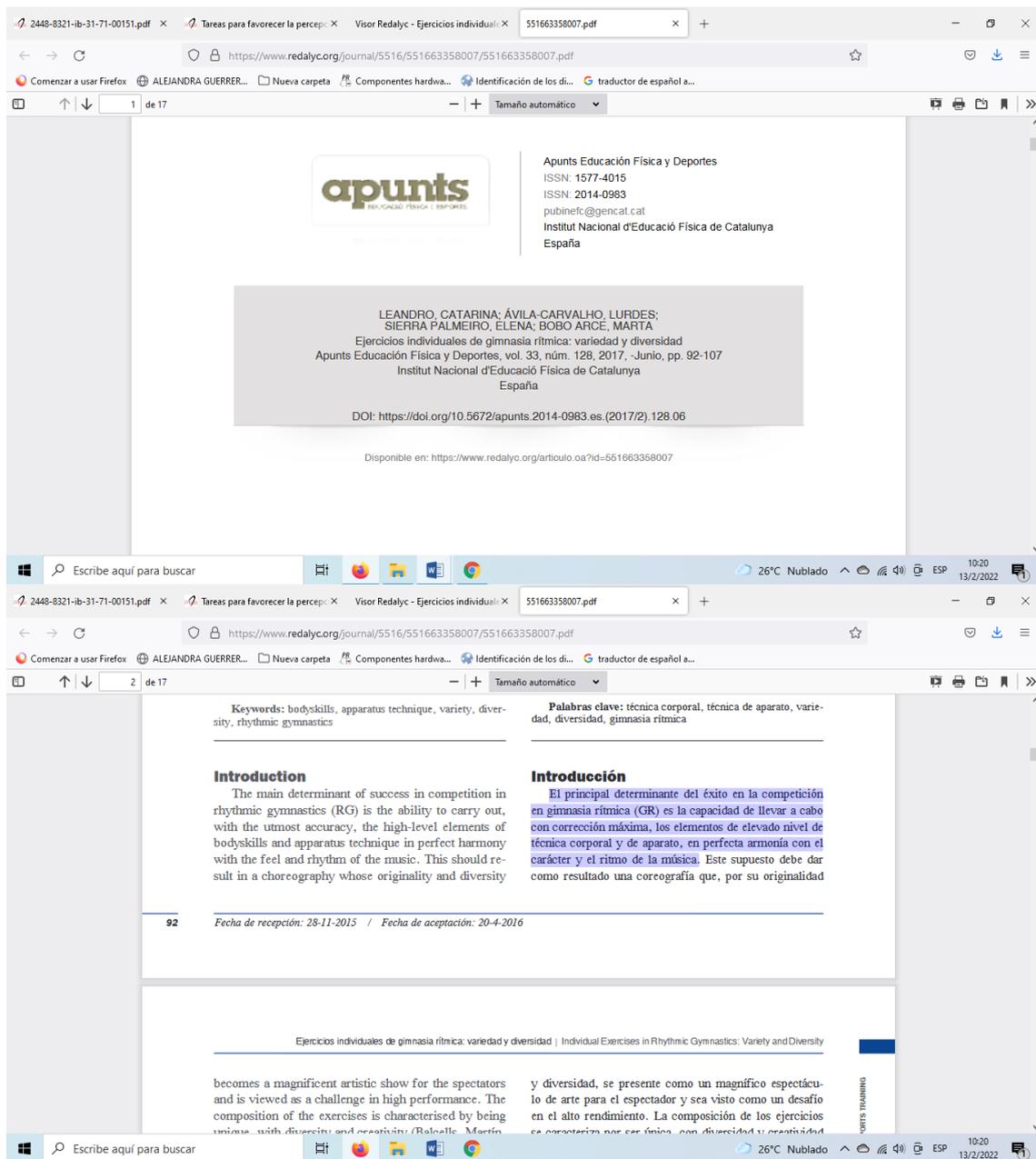
Tema: La Gimnasia Rítmica y la Utilización del Espacio

Año: 2021

Revista: Revista Educación Física Chile

Página: 19

Enlace: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8210950.pdf>



Autor: CATARINA LEANDRO; LURDES ÁVILA-CARVALHO; ELENA SIERRA PALMEIRO; MARTA BOBO ARCE

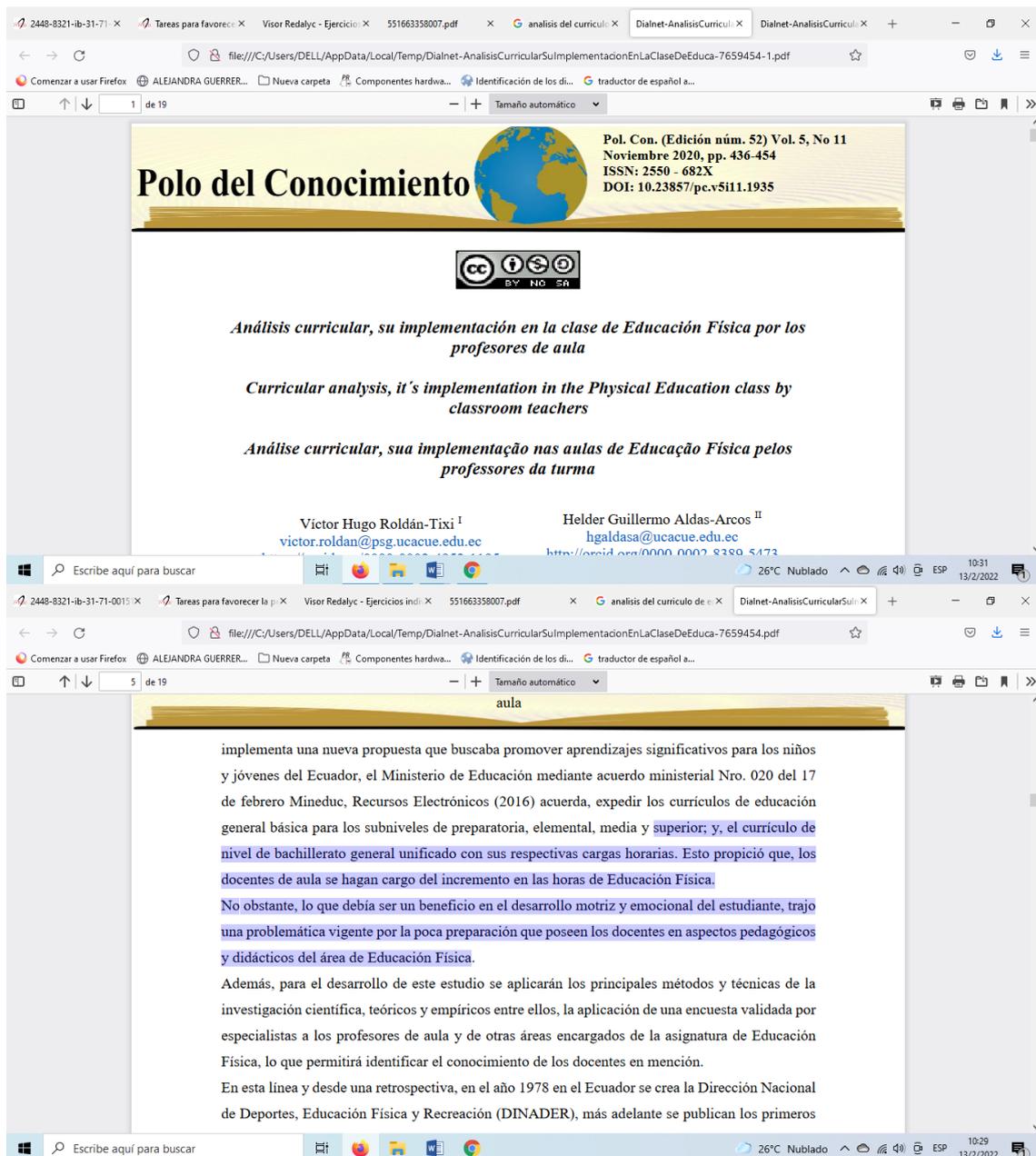
Tema: Ejercicios individuales de gimnasia rítmica: variedad y diversidad

Año: 2017

Revista: Apunts Educación Física y Deportes

Página: 2

Enlace: <https://www.redalyc.org/journal/5516/551663358007/551663358007.pdf>



Autor: Víctor Hugo Roldán-Tixi; Helder Guillermo Aldas-Arcos; Carlos Marcelo Ávila-Mediavilla; Gilbert Mauricio Vargas-Cuenca

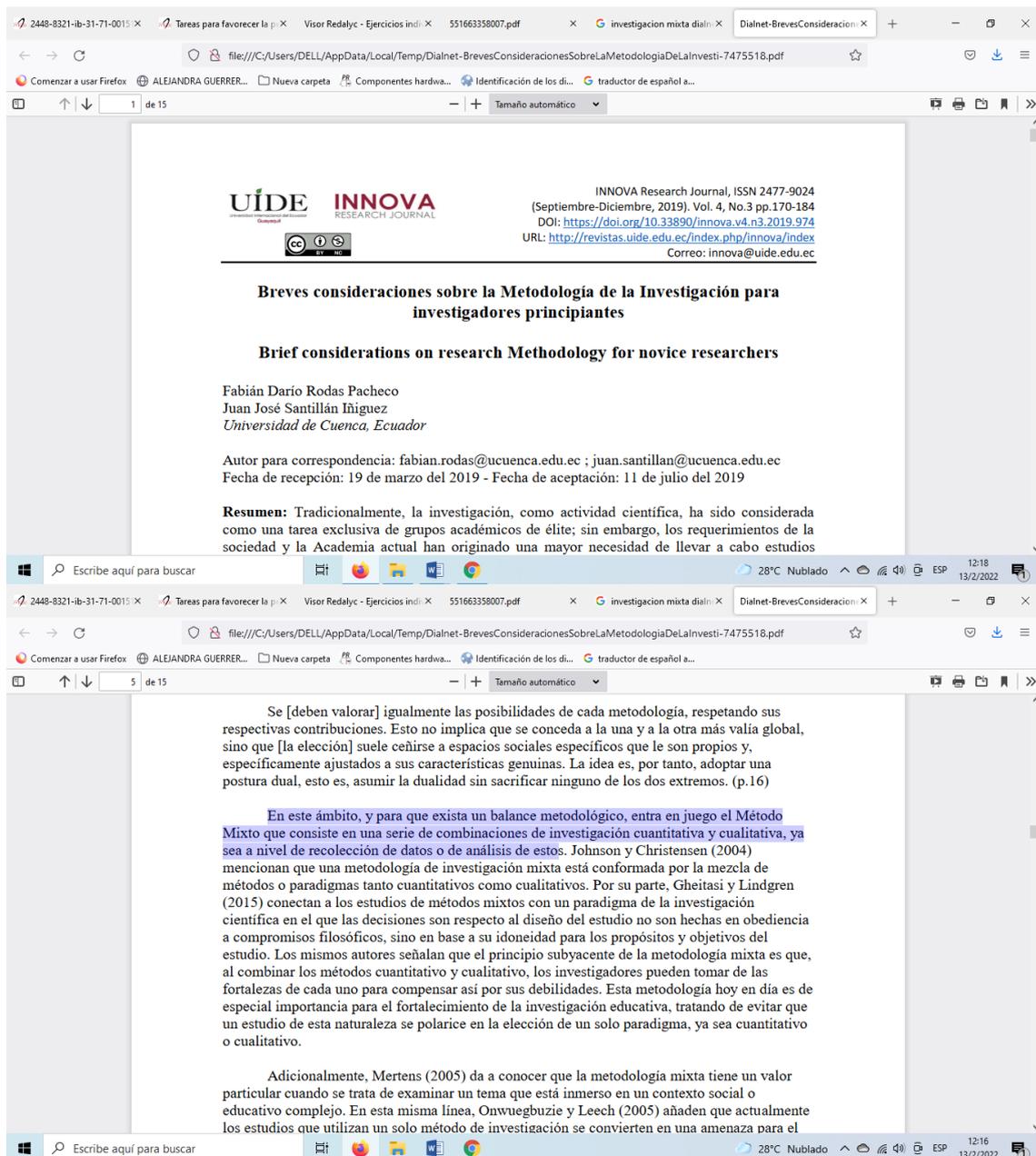
Tema: Análisis curricular, su implementación en la clase de Educación Física por los profesores de aula

Año: 2020

Revista: POLO DEL CONOCIMIENTO

Página: 5

Enlace: <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/7659454.pdf>



Autor: Fabián Darío Rodas Pacheco; Juan José Santillán Ñíguez

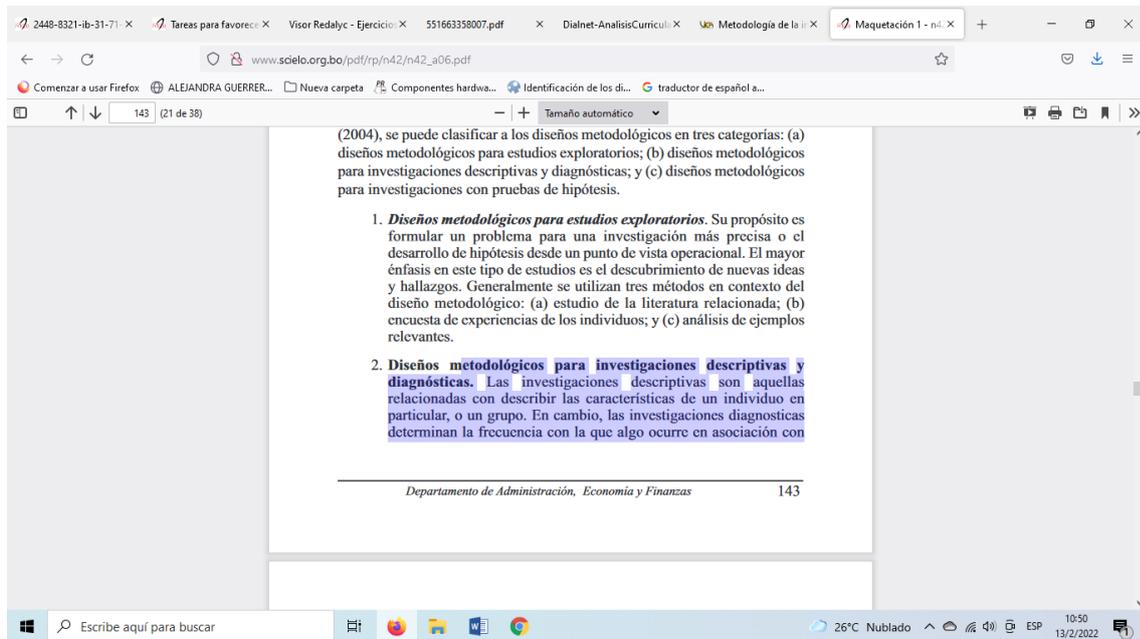
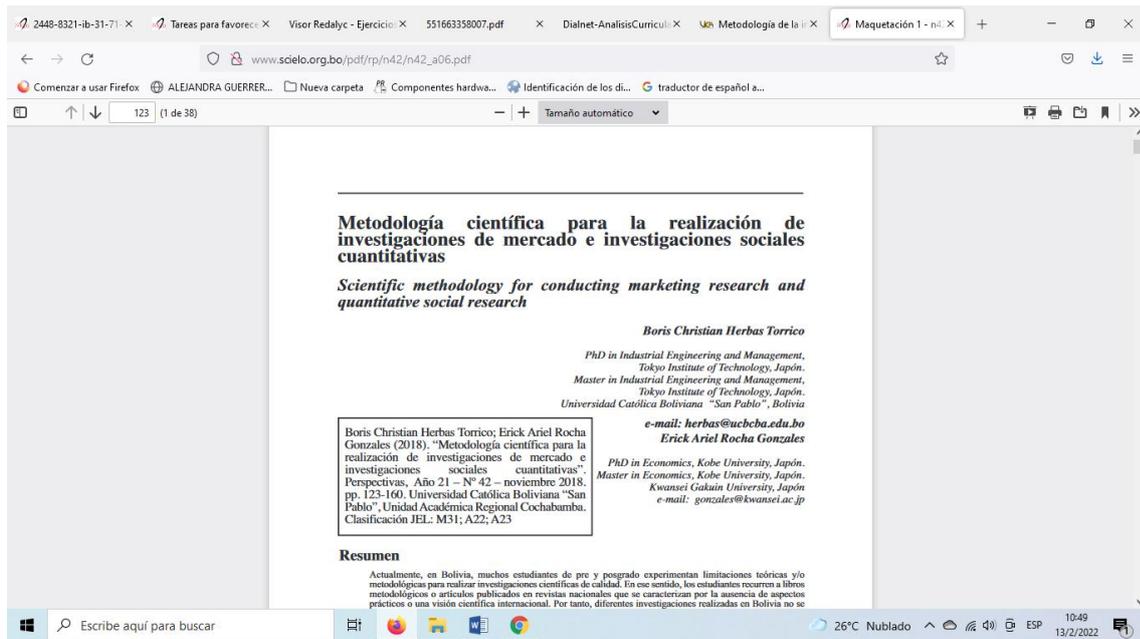
Tema: Breves consideraciones sobre la Metodología de la Investigación para investigadores principiantes

Año: 2019

Revista: Revista de la Universidad Internacional del Ecuador

Página: 5

Enlace: <https://revistas.uide.edu.ec/index.php/innova/article/view/974/1564>



Autor: Boris Christian Herbas Torrico

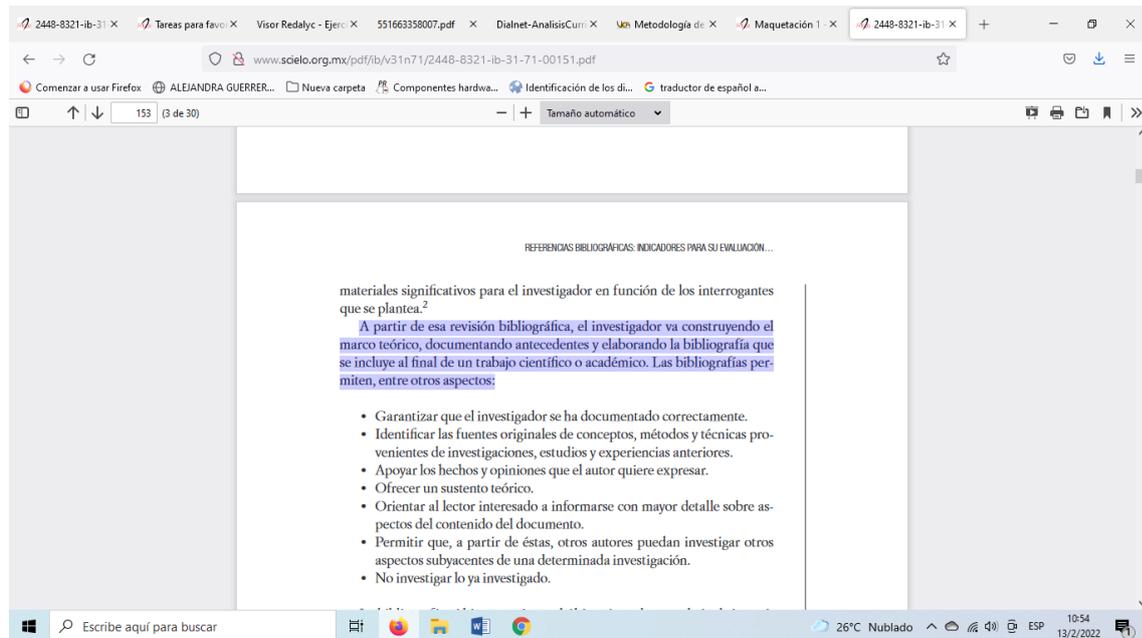
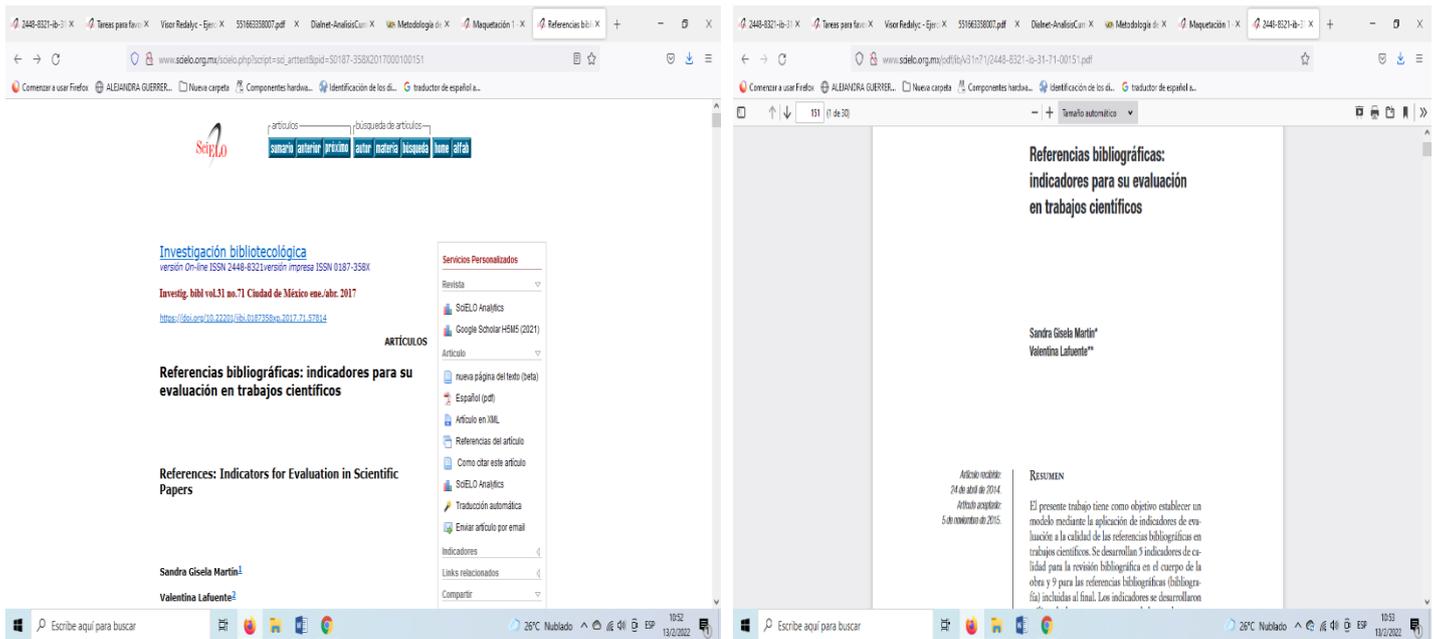
Tema: Metodología científica para la realización de investigaciones de mercado e investigaciones sociales cuantitativas

Año: 2018

Revista: Perspectivas

Página: 143

Enlace: http://www.scielo.org.bo/pdf/rp/n42/n42_a06.pdf



Autor: Sandra Gisela Martín; Valentina Lafuente

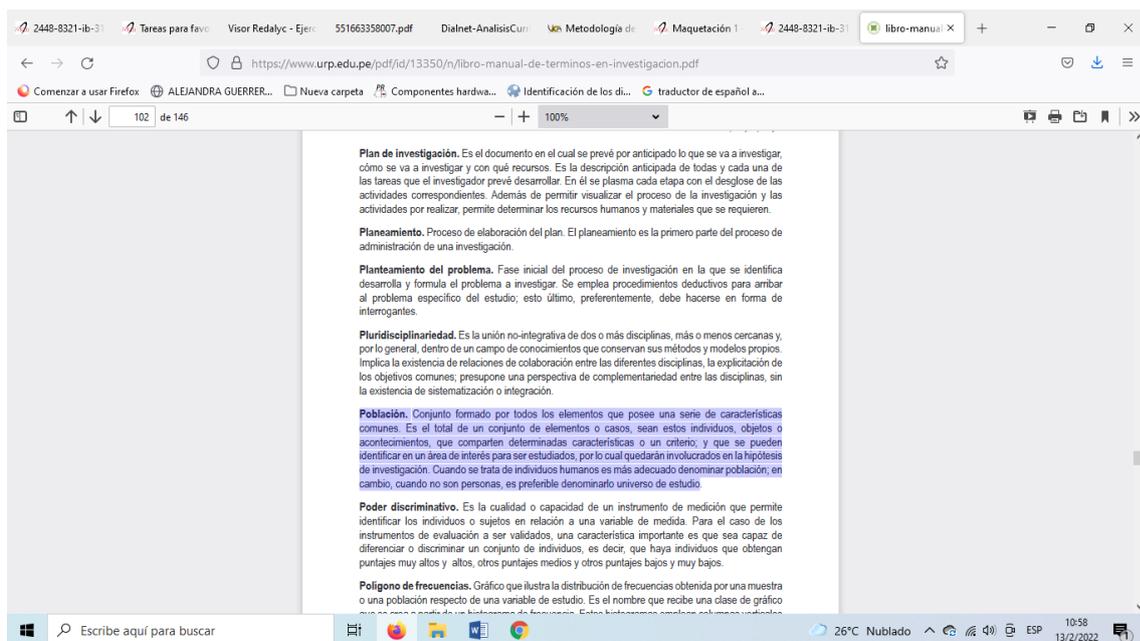
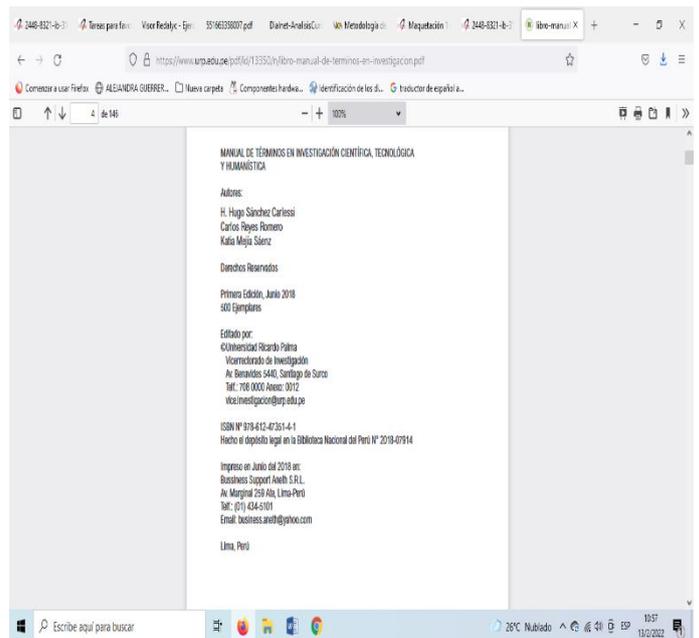
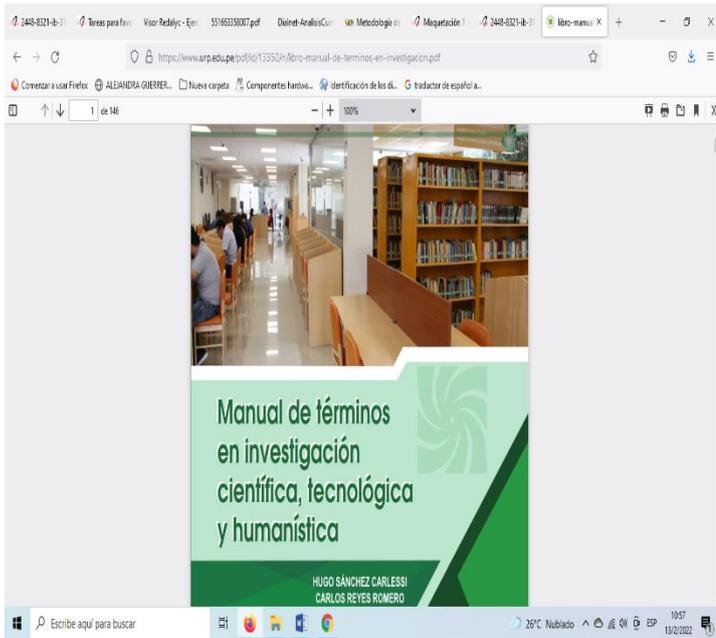
Tema: Referencias bibliográficas: indicadores para su evaluación en trabajos científicos

Año: 2015

Revista: INVESTIGACIÓN BIBLIOTECOLÓGICA

Página: 153

Enlace: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-358X2017000100151



Autor: H. Hugo Sánchez Carlessi; Carlos Reyes Romero; Katia Mejía Sáenz
Tema: Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística
Año: 2018
Revista: Universidad Ricardo Palma Vicerrectorado de Investigación
Página: 102
Enlace: <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>

Rev. esc. adm. neg. No. 82
Enero-Junio de 2017
pp. 179-200

Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento

Andrés Rodríguez Jiménez¹
Universidad de Artemisa
andresrj1955@gmail.com

Alipio Omar Pérez Jacinto²
Universidad de Artemisa
opejota@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.1647>

Fecha de recepción: 21 de diciembre de 2016
Fecha de aprobación: 1 de marzo de 2017

*Cómo citar este artículo/ To reference this article/ Comment citer cet article/ Para citar este artigo:
Rodríguez, A. y Pérez, A. O. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento
Revista EAN, 82, pp.179-200. <https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.1647>*

Resumen

atendiendo a la finalidad a la que se orientan en los diferentes momentos de la lógica investigativa

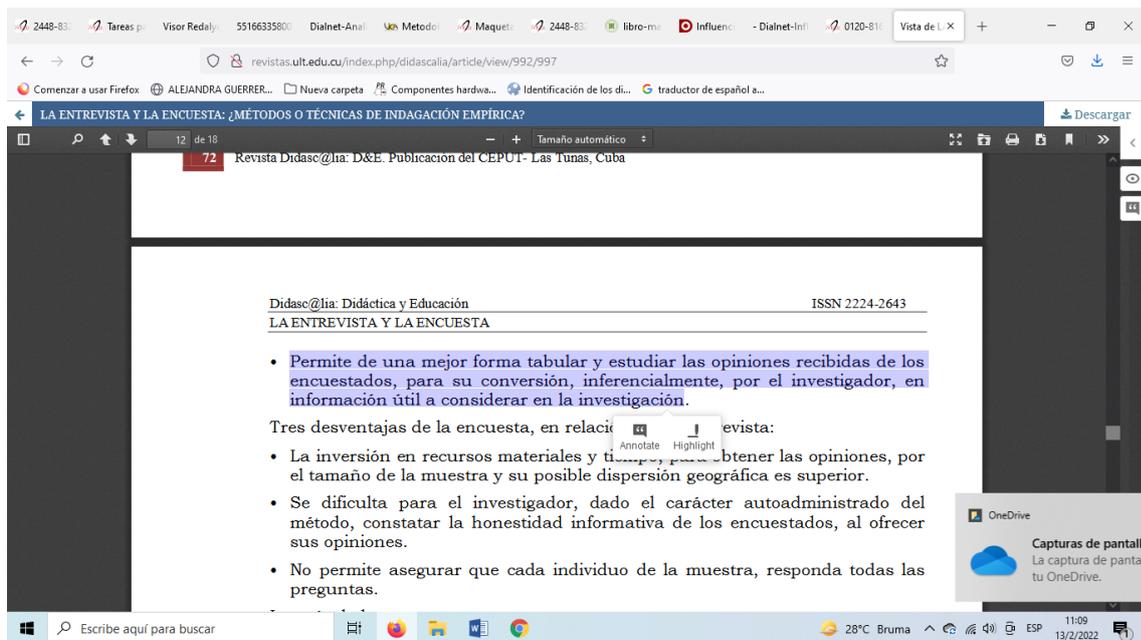
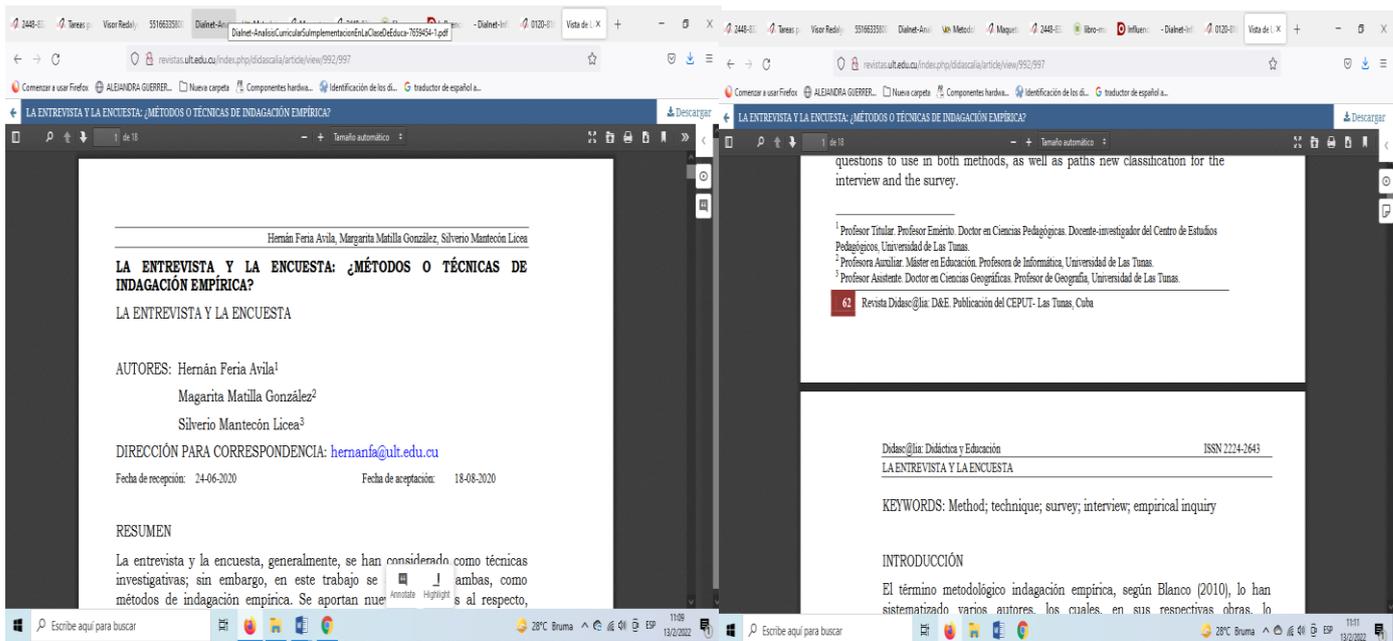
6.1 Método analítico-sintético

Este método se refiere a dos procesos intelectuales inversos que operan en unidad: el análisis y la síntesis. El análisis es un procedimiento lógico que posibilita descomponer mentalmente un todo en sus partes y cualidades, en sus múltiples relaciones, propiedades y componentes. Permite estudiar el comportamiento de cada parte. La síntesis es la operación inversa, que establece mentalmente la unión o combinación de las partes previamente analizadas y posibilita descubrir relaciones y características generales entre los elementos de la realidad. Funciona sobre la base de la generalización de algunas características definidas a partir del análisis. Debe contener solo aquello estrictamente necesario para comprender lo

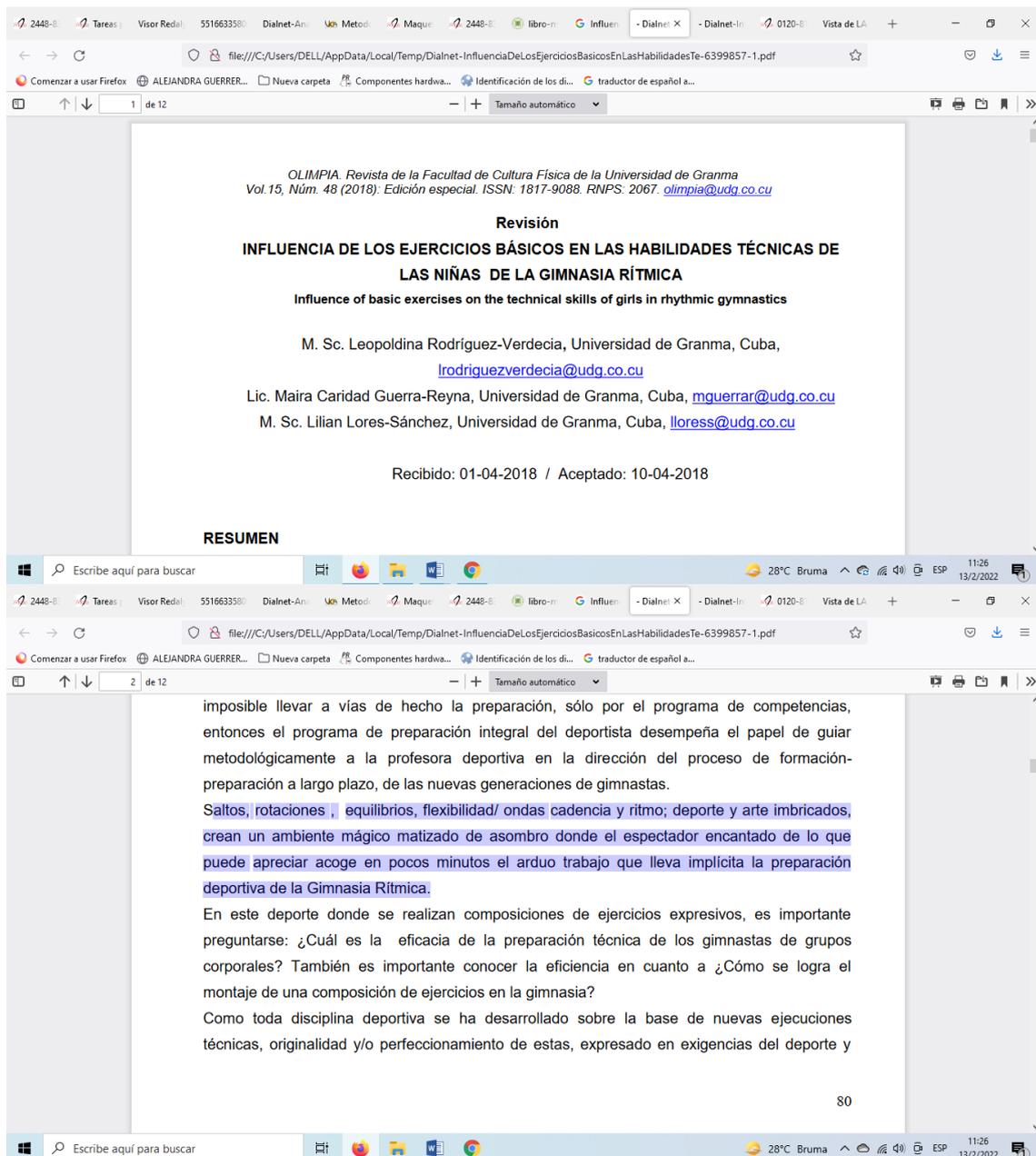
múltiple, los objetos, fenómenos y procesos de la realidad también lo son. Ello nos lleva a que cada objeto, fenómeno o proceso está constituido por partes que tienen sus identidades y deferencias entre sí, pero que a su vez establecen interacciones que dan las características del todo. El conocimiento de la realidad objetiva entonces requiere la descomposición mental –análisis– del objeto, proceso o fenómeno en sus múltiples partes (lo múltiple en lo único) que se realiza mediante la síntesis, y la integración de las partes en los objetos y fenómenos estudia lo único en lo múltiple a través de la síntesis de lo analizado.

Tratando de clasificar este método racional según la finalidad investigativa, a partir del uso más común que de él hacen diferentes autores en sus investigaciones, se encuentra que lo más frecuente es que se le emplee

Autor: Andrés Rodríguez Jiménez; Alipio Omar Pérez Jacinto
Tema: Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento
Año: 2017
Revista: Revista EAN
Página: 186
Enlace: <http://www.scielo.org.co/pdf/ean/n82/0120-8160-ean-82-00179.pdf>



Autor: Hernán Fera Avila; Margarita Matilla González; Silverio Mantecón Licea
Tema: LA ENTREVISTA Y LA ENCUESTA: ¿MÉTODOS O TÉCNICAS DE INDAGACIÓN EMPÍRICA?
Año: 2020
Revista: Revista Didasc@lia
Página: 12
Enlace: <http://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalia/article/view/992/997>



Autor: Leopoldina Rodríguez-Verdecia; Maira Caridad Guerra-Reyna; Lilian Lores-Sánchez

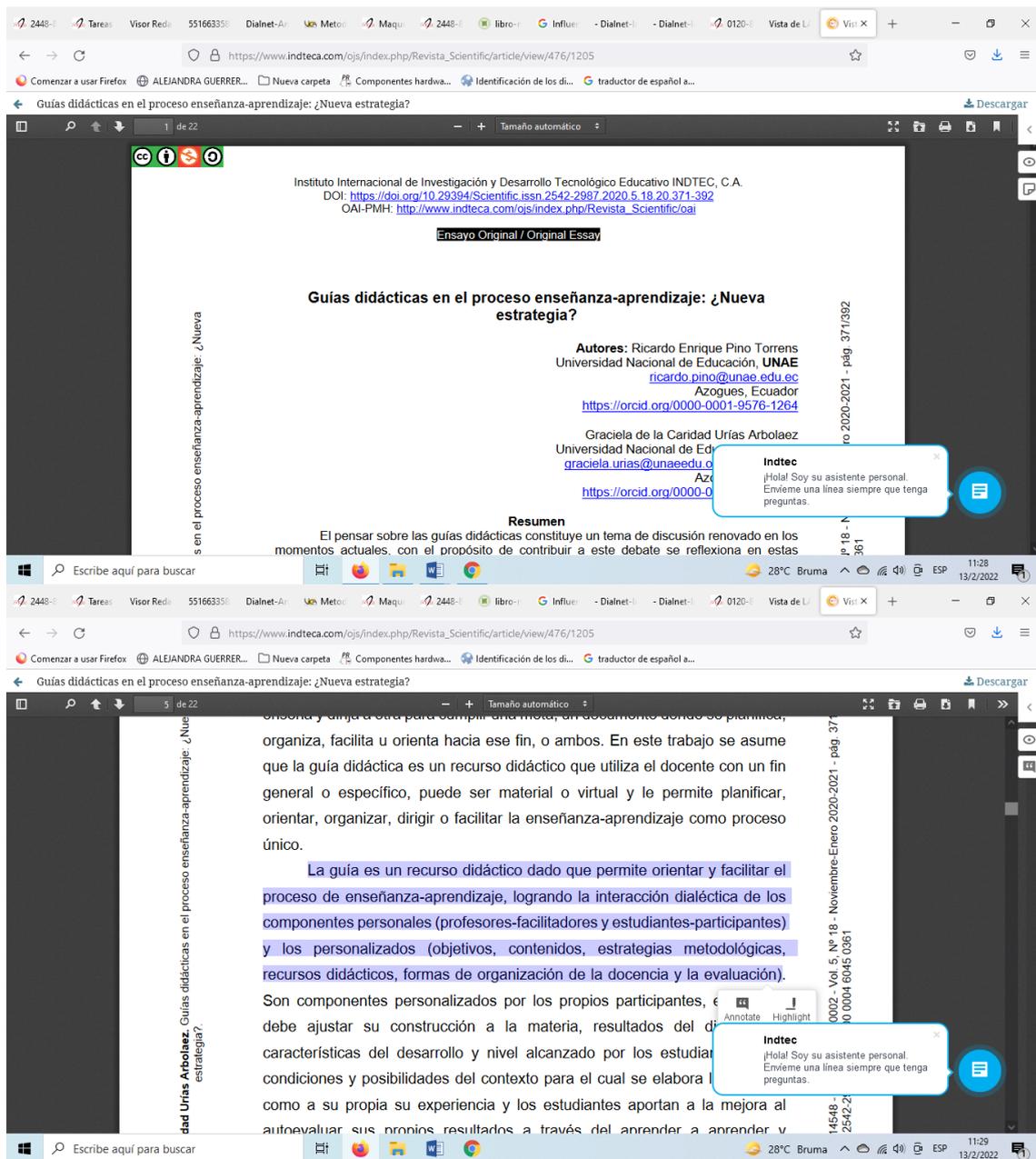
Tema: INFLUENCIA DE LOS EJERCICIOS BÁSICOS EN LAS HABILIDADES TÉCNICAS DE LAS NIÑAS DE LA GIMNASIA RÍTMICA

Año: 2018

Revista: Revista científica OLIMPIA

Página: 2

Enlace: <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/162/228>



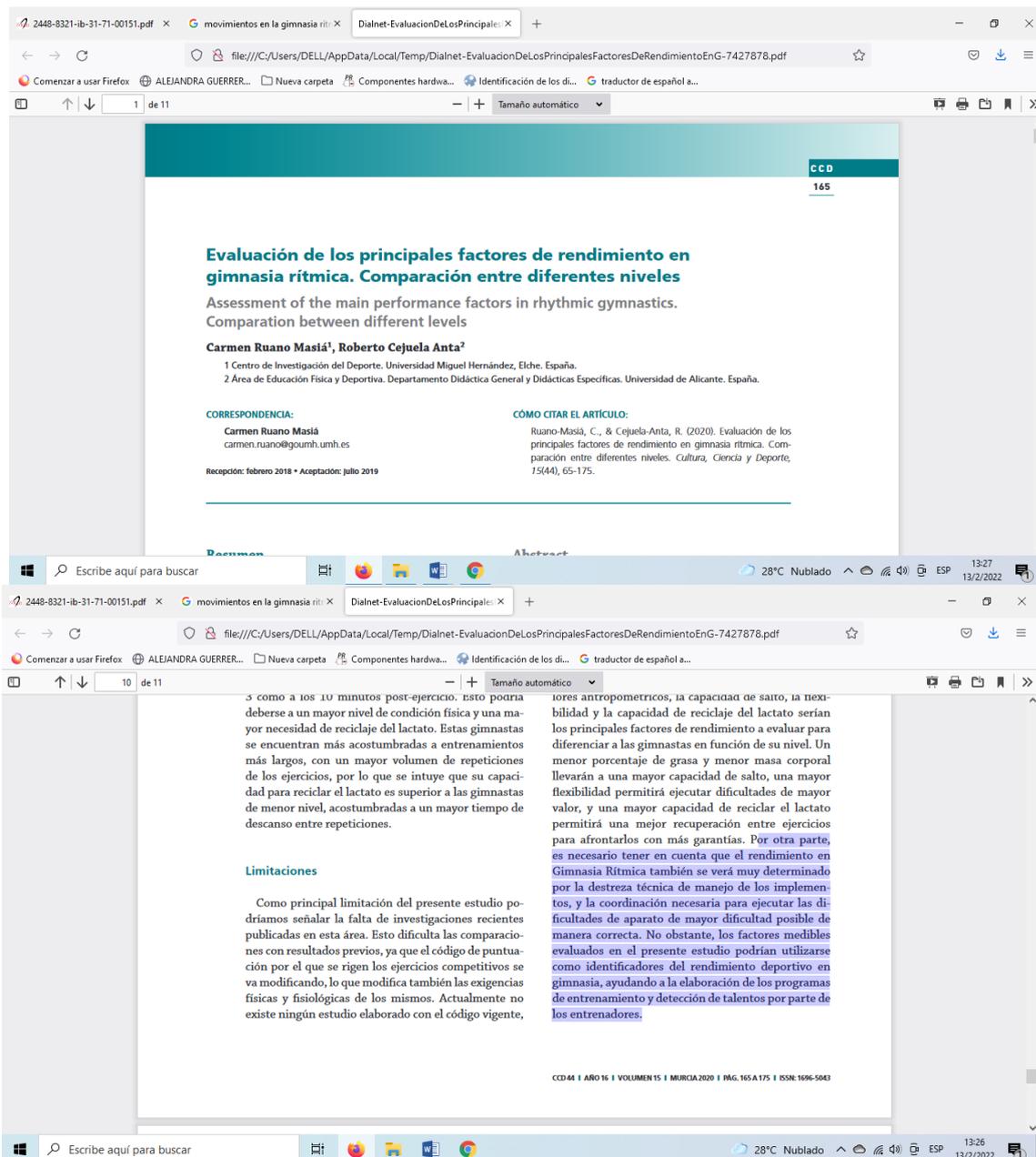
Autor: Ricardo Enrique Pino Torrens; Graciela de la Caridad Urías Arbolaez;
Tema: Guías didácticas en el proceso enseñanza-aprendizaje: ¿Nueva estrategia?

Año: 2020

Revista: Revista Científica - Ensayo Arbitrado

Página: 5

Enlace: https://www.indteca.com/ojs/index.php/Revista_Scientific/article/view/476/1205



Autor: Ruano-Masiá, C., & Cejuela-Anta, R

Tema: Evaluación de los principales factores de rendimiento en gimnasia rítmica.

Comparación entre diferentes niveles

Año: 2019

Revista: Cultura, Ciencia y Deporte

Página: 10

Enlace: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7427878.pdf>

2448-8321-ib-31-71-00151.pdf x movimientos en la gimnasia rítmica x PODIUM. Revista de Ciencia y Tecnología x Dialnet-InfluenciaDeLosEjerciciosDe x Dialnet-EjerciciosParaLasCapacidadesDe x

file:///C:/Users/DELL/AppData/Local/Temp/Dialnet-AnalisisEstructuralSobreElEntrenamientoDeLaFlexibi-7983058.pdf

Comenzar a usar Firefox ALEJANDRA GUERRER... Nueva carpeta Componentes hardwa... Identificación de los di... traductor de español a...

2 de 14 Tamaño automático

ISSN: 1996-2452 RNPS: 2148
Revista PODIUM, enero-abril 2021; 16(1):125-137

UNIVERSIDAD DE PICHINCHA
REVISTA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA
EN LA CULTURA FÍSICA

Artículo original

Análisis estructural sobre el entrenamiento de la flexibilidad en gimnasia artística masculina

Structural analysis on flexibility training in men's artistic gymnastics

Análise estrutural sobre treino de flexibilidade na ginástica artística masculina

Ninfa Julissa Gálvez Eras^{1*}  <https://orcid.org/0000-0002-9545-574X>

¹Universidad Central del Ecuador, Ecuador.

*Autor para la correspondencia: njgalvez@uce.edu.ec

Escribe aquí para buscar

28°C Bruma 13:49 13/2/2022

mejora en capacidades específicas del deporte, con probada influencia en el rendimiento y los resultados de los atletas, desde la etapa de iniciación deportiva (Hsieh, Lin, Chang, Huang, & Hung, 2017; Kadir, Irfanuddin, Fediani, Santoso, & Dewi, 2018). En el caso de esta investigación, específicamente, se contribuirá a contar con una herramienta metodológica que permita a entrenadores realizar actividades dirigidas a potenciar una de las capacidades físicas fundamentales en la gimnasia rítmica, como es la flexibilidad, alternativa que como primer paso de investigación contará con una validación teórica por especialistas que prospectivamente describirán algunas de las variables más importantes que a futuro podrían contribuir al entrenamiento efectivo de la capacidad física de flexibilidad.

Para los atletas de gimnasia rítmica, especialmente en etapa de iniciación deportiva, el lograr niveles óptimos de flexibilidad les contribuirán específicamente a lograr rangos de movimiento articular imprescindibles para la ejecución de la técnica. Que los niños en formación logren trabajar coordinadamente dicha capacidad, les permitirá exhibir rutinas excelentes en competencias y eventos gimnásticos, aprender más fácilmente las técnicas asociadas al deporte y lograr movimientos de mayor amplitud, y, por tanto, de mayor valor en competencias. El aporte de la academia al desarrollo del deporte nacional es fundamental, el esfuerzo de investigaciones en el marco de programas académicos deberá dirigirse a la solución de problemas concretos de la práctica deportiva, como es el caso que ocupa en el presente trabajo, que adicionalmente aplicará una investigación de tipo descriptiva-analítica de orden prospectivo, siendo viable en el sentido de no poder realizarse una investigación de campo o de tipo cuasi-experimental o experimental debido a los problemas de aislamiento producido por la pandemia del Covid-19, imposibilitando llevar a la práctica una propuesta de intervención concreta en gimnastas.

La Concentración Deportiva de Pichincha ha sido siempre una institución que ha dedicado esfuerzos a mejorar sus estrategias y planes de entrenamiento, con vistas a lograr

Escribe aquí para buscar

28°C Bruma 13:47 13/2/2022

Autor: Ninfa Julissa Gálvez Eras

Tema: Análisis estructural sobre el entrenamiento de la flexibilidad en gimnasia artística masculina

Año: 2021

Revista: PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

Página: 5

Enlace: <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n1/1996-2452-rpp-16-01-125.pdf>