

Propuesta pedagógica de formación físico artística para fortalecer los procesos de aprendizaje de la danza folklórica

Víctor Hugo Males Erazo

Alexander Díaz Díaz

Docentes Bienestar Universitario
Universidad Mariana

Fernando Estrada

Docente Universidad Cooperativa de Colombia



Foto archivo: Diseño e Impresión UNIMAR.

El entrenamiento físico artístico es un fundamento básico en el desarrollo corporal y estético de un bailarín, porque le permite desarrollar, fortalecer y potencializar sus habilidades y destrezas. Por esta razón, es de vital importancia que se generen procesos pedagógicos

y metodológicos que contribuyan a que los bailarines alcancen un óptimo nivel en la danza folclórica, además, hasta el momento se ha determinado que dentro del gremio de la danza a nivel universitario se carece de documentos guías que puedan orientar los procesos; por lo tan-

to, se ha venido trabajando de manera informal o empírica, tomando como soporte -en algunos casos- sólo la parte experiencial y personal, entre las que se pueden identificar a los bailarines, instructores o practicantes de las diferentes agrupaciones universitarias a nivel local.

Por tal razón es necesario la indagación de las diferentes prácticas del entrenamiento físico artístico, que hoy en día se están abordando en las diferentes agrupaciones, las cuales servirán de base metodológica para la creación de la nueva propuesta pedagógica. A lo largo del artículo se justificará la necesidad de la creación y aplicación de un adecuado proceso metodológico en la formación físico artístico de los bailarines de danza folclórica.

Antecedentes

En este enunciado se muestra una recopilación de estudios sobre el entrenamiento físico en el campo de la danza; de ellos se muestran los datos más significativos y sus valores, aspectos que permiten realizar la respectiva comparación. Los documentos que se han logrado revisar hasta el momento han permitido identificar los procesos y el desarrollo de la práctica del entrenamiento en la danza y la condición física. Desde la óptica internacional se establecen algunos factores importantes como los expuestos por el autor Eric Franklin¹, quien realizó una monografía en danza y acondicionamiento físico, dicho documento describe los principios básicos del entrenamiento, de la resistencia y del acondicionamiento físico para la danza, las secuencias de movimiento, descripción de la biodinámica del movimiento y coordinación corporal.

Otros referentes que aportan a esta investigación son los propuestos por el Dr. Juan Bosco Calvo y Víctor Burell², en su libro *Danza y Medicina*, donde hacen referencia a la preparación física en danza, manifestando que esta temática es de

¹ Franklin, E. (2006). *Danza. Acondicionamiento físico* (1ª Ed.), [en línea], disponible en: http://books.google.com.co/books/about/DANZA_Acondicionamiento_f%C3%ADsico.html?id=WD7wz6z9vNEC&redir_esc=y

² Calvo, J. y Burell, V. (comp.). (2001). *Danza y medicina, las actas de un encuentro*, [en línea], disponible en: http://books.google.com.co/books?id=EvR0heKl0kYC&pg=PA79&hl=es&source=gbq_toc_r&cad=4#v=onepage&q&f=false

reciente preocupación porque la preparación física era obtenida con los mismos ejercicios técnicos, es decir, una preparación conjunta técnico-física. Los mismos ejercicios que perfeccionan la técnica son los que desarrollan las diferentes condiciones físicas, fuerza, flexibilidad, resistencia. Del mismo modo, Julia Olivella en un artículo titulado y publicado en su blog: "La Preparación física del bailarín", expresa lo siguiente: "La buena preparación física de todo bailarín, en cualquiera de las disciplinas dancísticas, es la base fundamental para lograr el manejo de las técnicas y el logro de óptimos resultados artísticos"³.

Hoy día el medio artístico exige de artistas de la danza más técnicos, por ello es necesario que se logren desarrollar sus capacidades físicas para que les permitan realizar sus competencias físicas con efectividad sin que comiencen las apariciones de la fatiga muscular y el aumento a poder sufrir de lesiones.

La buena preparación física se basa en el desarrollo: anatómico, fisiológico y psicológico trabajado de forma integral, logrado con un buen calentamiento que desarrolle la flexibilidad y la elongación controlada que le harán contar con un buen acondicionamiento y entrenamiento físico adecuado que servirá para prevenir la mayoría de las lesiones en los bailarines⁴.

Adicionalmente, se conoce la "Propuesta coreográfica de tres danzas folklóricas colombianas como estrategia metodológica para mejorar la integración del grupo infantil de danzas de la Institución Educativa Municipal Mariano Ospina Rodríguez INEM Pasto. Porque al abordar la propuesta pedagógica se tendrá en cuenta, las características que identificaron al grupo sujeto de estudio, determinado en el Grupo de Danzas de la Universidad Mariana. En esta investigación se expresa que: "El ser humano desde que nace hasta que muere permanece en contacto con otros seres, con los que interactúa y convive. La integración conforma unas circunstancias particulares como distintas formas de sentir y actuar, y que permite formarse integralmente tanto física como psicológica y socialmente,

conllevando al estudiante a un buen desarrollo humano en el ámbito familiar, personal, grupal y social"⁵.

Otra propuesta que aporta a la investigación es "Descubriendo los significados de la danza desde la educación superior en la ciudad de San Juan de Pasto", esta Monografía pretende dar a conocer qué significados tiene la danza en la educación superior de la ciudad de San Juan de Pasto, entendiendo como significados los objetivos que le dan las dependencias que manejan el arte y la cultura de las universidades, igualmente, las orientaciones que le dan los maestros a sus prácticas, y la disposición de los estudiantes para realizar esta actividad. Es necesario empezar a reconocer los significados que le dan los agentes que de una u otra manera se encuentran emergentes en esta práctica artística, educativa y de bienestar, ya que se considera esa área como una de las formas de expresión artística más importante y hermosa dentro de la historia y la cultura⁶.

"La expresión corporal como estrategia para mejorar la técnica de baile moderno"⁷ es un proyecto de investigación que brinda una guía de trabajo a través de actividades lúdicas, manejo de la expresión corporal para mejorar el manejo técnico del baile moderno con una población de estudiantes de básica secundaria, el cual era un grupo ya consolidado en el trabajo dancístico. "La utilización de una estrategia lúdica recreativa para mejorar el desempeño en los estudiantes que cursan las recreativas de voleibol y danza popular"⁸, es otro producto de investigación que surge y se desarrolla con el fin de mejorar el desempeño en áreas electivas desde el deporte y la danza, mediante actividades lúdicas recreativas que llevaron al estudiante a la vivencia, distracción, recreación y valoración de este tipo de expresiones deportivas y culturales, que contribuyen al desarrollo humano en el entorno social y universitario.

Después de esta revisión conceptual se puede concluir que aún no se ha logrado determinar la existencia de algún documento visible que aborde los requerimientos antes expuestos, en vista que la mayoría de los trabajos artísticos que hoy

en día prevalecen en el ámbito dancístico han sido de labor empírica, donde prevalece la pasión e interés de artistas amantes de este hermoso arte "la danza".

Avance y discusión del proyecto de investigación

Hasta el momento en el proyecto de investigación se ha avanzado en lo relacionado con los soportes conceptuales, que permiten un sinnúmero de orientaciones que identifican los posibles procesos para llevar a cabo dicha investigación. De esta manera, se ha determinado como objetivo general: Diseñar una propuesta pedagógica de entrenamiento físico artístico para fortalecer los procesos de aprendizaje de la danza folclórica, con la agrupación dancística de la Universidad Mariana, y a la vez, se ha establecido unos objetivos específicos que permitirán alcanzar el desarrollo del proyecto de investigación, los cuales se mencionan a continuación: Identificar las capacidades y habilidades físico artísticas en un proceso de formación desde el campo de la danza folclórica; crear un plan de entrenamiento físico artístico pedagógico que mejore el desempeño corporal y el aprendizaje de la danza en los bailarines de la agrupación dancística de la Universidad Mariana; aplicar el plan de entrenamiento físico artístico pedagógico a los bailarines de la agrupación dancística de la Universidad Mariana; evaluar los resultados de la aplicación del plan de entrenamiento físico artístico sobre el mejoramiento y desempeño corporal y de aprendizaje de danza en los bailarines de la agrupación dancística de la Universidad Mariana.

³ Olivella, J. (2011). La preparación física en el bailarín, [en línea], disponible en: <http://www.movimiento.org/profiles/blogs/la-preparacion-fisica-del>

⁴ *Ibid.*, párr. 3-4.

⁵ ESTRADA MIDEROS, L. F. (s.f.), Propuesta coreográfica de tres danzas folklóricas colombianas como estrategia metodológica para mejorar la integración del grupo infantil de danzas de la Institución Educativa Municipal Mariano Ospina Rodríguez. INEM Pasto [trabajo de grado], San Juan de Pasto, Institución Universitaria Centro de Estudios Superiores María Goretti, Licenciatura en Educación Física.

⁶ CASTAÑO, C. P., CHACHINOY, S. Y., ESTRADA, L. F. y GÓMEZ, Y. del P. (2010), Descubriendo los significados de la danza folclórica desde la educación superior en la ciudad de San Juan de Pasto [trabajo de grado], San Juan de Pasto, Universidad de Antioquia, Facultad de Artes, Licenciatura básica en danza.

⁷ DÍAZ, A. (s.f.), La expresión corporal como estrategia para mejorar la técnica de baile moderno, San Juan de Pasto, Universidad Mariana.

⁸ DÍAZ, Alexander y MALES, Víctor Hugo, (s.f.), La utilización de estrategia lúdica recreativa para mejorar el desempeño en los estudiantes que cursan las recreativas de voleibol y danza popular. San Juan de Pasto. Universidad Mariana.

Por otra parte, es importante mencionar que la investigación hasta el momento ha logrado causar cierto grado de expectativa desde el enfoque académico y pedagógico como lo es el propio gremio de la danza, pues en sí la intensidad como investigadores ha sido proponer alternativas de mejoramiento en el campo físico artístico, pero se han presentado circunstancias que cada vez van dando más lucidez a la intención de este proyecto, así como también se va generando mayor interés por cualificar el conocimiento desde el campo físico artístico y pedagógico en entornos de educación superior. Cabe resaltar que día a día surgen inquietudes o interrogantes que conllevan a dudar de lo aprendido y a fortalecer el interés por una construcción pedagógica más sólida en este campo, y con un soporte epistemológico más coherente hacia los procesos de enseñanza aprendizaje.

Proceso metodológico

El proceso que se ha llevado a cabo en esta investigación es de tipo cualitativo, porque con ella se pretende mejorar la calidad de las prácticas educativas que determinan la situación de hoy en día en torno al proceso de formación y práctica de la danza folclórica. Además, se procura dar una descripción holística y un análisis exhaustivo sobre el entrenamiento físico artístico. Igualmente, se toma el enfoque empírico analítico, que permite una descripción detallada de los procesos de formación de enseñanza aprendizaje, que se están abordando en este momento por algunos directores de agrupaciones de danzas a nivel universitario. Este proceso de investigación se está realizando de manera que los autores investigadores participan activamente desde la creación y diseño de técnicas o estrategias, y que permiten recoger información pertinente para dicho propósito, destacando que este análisis de experiencias significativas y aplicaciones prácticas a los distintos procesos de danzas a nivel universitario permitirán la posterior creación y diseño de una propuesta metodológica, que busca aportar una herramienta básica que sea aplicable en el gremio de la danza.

Este trabajo de investigación tiene como fuente de información el saber pedagógico

sobre la formación físico artístico de los directores de las diferentes agrupaciones de carácter universitario como también algunas agrupaciones de carácter independiente a nivel local. Donde se pretende llevar a cabo el proceso de formación físico artístico.

Los instrumentos que se aplicarán para la recolección de la información serán la entrevista y el grupo focal. A medida que se vaya profundizando la propuesta se tendrán en cuenta otros instrumentos que posiblemente aportarán significativamente.

Síntesis de aprendizajes alcanzados

El proceso que se llevó a cabo durante el fin de semana fue importante e interesante de principio a fin por la metodología propuesta por el docente, hace que los temas sean comprendidos fácilmente. Las lecturas como parte inicial, y posteriormente, las explicaciones por parte del profesor ayudan al proceso de aprendizaje del estudiante. En esta medida, es importante lo expuesto y lo que se propone porque ayuda a despejar algunos interrogantes en los procesos de investigación, ya sean de tipo cualitativo, cuantitativo o mixto. Creo que las orientaciones realizadas son muy valederas, ya que aportan a la construcción de la propuesta de investigación, brindando elementos importantes como el proceso real de una investigación, respecto a la metodología, la categorización, la implementación de instrumentos para recoger la información, y lo más importante, el proceso de análisis e interpretación de resultados que es lo más complejo. Los estudios de caso fueron la base fundamental para orientar y comprender mejor el tema. Sin embargo, el tiempo fue muy corto, y es necesario abarcar otros aspectos, que posibiliten la orientación de nuestros aprendizajes y conocimientos.

Otro aspecto importante a destacar es la construcción del portafolio, también la considero una buena estrategia porque ayuda a llevar un orden, una secuencia, ofrece una imagen en fin, es un elemento fundamental, ya que contribuye para que uno como estudiante sea más responsable frente a sus obligaciones, y el hecho de presentar informes de manera ordenada es una invitación para llevar a

cabo todas las funciones no sólo como docente si no como persona.

Finalmente, en este apartado quiero expresarle y felicitarle por ese ejemplo que nos brida para que seamos excelentes profesionales, y más que todo, felicitarle por el proceso metodológico que lleva al proceso del seminario, lo cual hace que lo tome como ejemplo para aplicarlo en mis espacios académicos generando un mejor desempeño y aprendizaje en los educandos.

Bibliografía

CASTAÑO, Claudia Patricia, CHACHINOY, Silvia Yaneth, ESTRADA, Luis Fernando y GÓMEZ, Yaneth del Pilar. Descubriendo los significados de la danza desde la educación superior en la ciudad de San Juan de Pasto. San Juan de Pasto, 2010. Trabajo de grado (Licenciados en Danza). Universidad de Antioquia. Facultad de Artes.

DÍAZ, Alexander. La expresión corporal como estrategia para mejorar la técnica de baile moderno. San Juan de Pasto, s.f. Universidad Mariana.

DÍAZ, Alexander y MALES, Víctor Hugo. La utilización de estrategia lúdica recreativa para mejorar el desempeño en los estudiantes que cursan las recreativas de voleibol y danza popular. San Juan de Pasto, s.f. Universidad Mariana.

ESTRADA MIDEROS, Luis Fernando. Propuesta coreográfica de tres danzas folklóricas colombianas como estrategia metodológica para mejorar la integración del grupo infantil de danzas de la Institución Educativa Municipal Mariano Ospina Rodríguez. INEM Pasto. San Juan de Pasto, s.f. Trabajo de grado (Licenciado en Educación Física). Institución Universitaria Centro de Estudios Superiores María Goretti.

FRANKLIN, Eric. (2006). Danza. Acondicionamiento físico (1ª Ed.), [en línea], disponible en: http://books.google.com.co/books/about/DANZA_Acondicionamiento_f%C3%ADsico.html?id=WD7wz6z9vNEC&redir_esc=y

CALVO, Juan Bosco y BURELL, Víctor. (2001). Danza y medicina, las actas de un encuentro, [en línea], disponible en: http://books.google.com.co/books?id=EvR0he-KIokYC&pg=PA79&hl=es&source=gbs_to_c_r&cad=4#v=onepage&q&f=false

OLIVELLA, Julia. (2011). La preparación física en el bailarín, [en línea], disponible en: <http://www.movimiento.org/profiles/blogs/la-preparacion-fisica-del>