



La gimnasia rítmica en el desarrollo de la coordinación motriz de los estudiantes de 8-10 años

Rhythmic gymnastics in the development of motor coordination in 8-10 year old students

Ginástica rítmica no desenvolvimento da coordenação motora em escolares de 8 a 10 anos

Silvia Marcela Quijije-Muñoz ^I
squijije7044@utm.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-2104-5297>

Bella Flor Vera-Zamora ^{II}
bella.zamora@utm.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-5053-6207>

Correspondencia: squijije7044@utm.edu.ec

Ciencias de la Educación
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 23 de agosto de 2022 * **Aceptado:** 28 de septiembre de 2022 * **Publicado:** 13 de octubre de 2022

- I. Licenciada en Cultura Física, Estudiante del Programa de Maestrías en Pedagogía de la Cultura Física de la Universidad Técnica de Manabí, Ecuador.
- II. Profesora de Posgrado de la Universidad Técnica de Manabí, Ecuador.

Resumen

El presente trabajo de investigación representa un estudio sobre la gimnasia rítmica en el desarrollo de la coordinación motriz de los estudiantes de 8-10 años en la Unidad Educativa Fiscomisional “San Francisco de Sales” del cantón Rocafuerte, Provincia de Manabí, además aborda una breve descripción de la evolución deportiva analizada desde una visión educativa. La gimnasia rítmica es un deporte que se practica en diferentes edades y la realización de ejercicio físico sistemático con la ayuda de aparatos manuales como cuerdas, aros, pelotas, palos y cintas. Desde el ámbito educativo, los docentes aprovechan esta disciplina al incluirla en la planificación del currículo de educación física ecuatoriana. El objetivo del presente estudio es comprobar los beneficios motrices reales mediante la aplicación de la gimnasia rítmica en los estudiantes de quinto grado de la Unidad Educativa Fiscomisional “San Francisco de Sales”. Con la finalidad de mejorar los movimientos del cuerpo acordes a la música que aporta la gimnasia rítmica. Aun así, este estudio planteó la hipótesis de que la gimnasia rítmica contribuye positivamente en el desarrollo motor de los estudiantes. Desde un enfoque cualitativo y método experimental, siguiendo con un trabajo de campo, en el que se aplicó un test (pretest) para determinar la realidad deportiva en la práctica de la gimnasia rítmica, la cual analíticamente permitió interpretar los datos recogidos. Como resultados se obtuvo que los estudiantes pudieran mejorar la coordinación motriz a través de juegos lúdicos, logrando así excelentes resultados a través de juegos instructivos.

Palabras claves: Gimnasia rítmica; Lúdico; Juegos; Música; Deporte.

Abstract

The present research work represents a study on rhythmic gymnastics in the development of the motor coordination of the students of 8-10 years in the Educational Unit Fiscomisional "San Francisco de Sales" of the canton Rocafuerte, Province of Manabí, it also addresses a brief description of sports evolution analyzed from an educational point of view. Rhythmic gymnastics is a sport that is practiced at different ages and systematic physical exercise with the help of manual devices such as ropes, hoops, balls, sticks and ribbons. From the educational field, teachers take advantage of this discipline by including it in the planning of the Ecuadorian

physical education curriculum. The objective of this study is to verify the real motor benefits through the application of rhythmic gymnastics in fifth grade students of the "San Francisco de Sales" Educational Unit. In order to improve body movements according to the music provided by rhythmic gymnastics. Even so, this study hypothesized that rhythmic gymnastics contributes positively to the motor development of students. From a qualitative approach and experimental method, following with a field work, in which a test (pretest) was applied to determine the sports reality in the practice of rhythmic gymnastics, which analytically allowed interpreting the data collected. As a result, it was obtained that the students were able to improve motor coordination through playful games, thus achieving excellent results through instructional games.

Keywords: Rhythmic gymnastics; playful; Games; Music; Sport.

Resumo

O presente trabalho de pesquisa representa um estudo sobre a ginástica rítmica no desenvolvimento da coordenação motora dos alunos de 8-10 anos na Unidade Educacional Fiscomisional "San Francisco de Sales" do cantão Rocafuerte, Província de Manabí, também aborda um breve descrição da evolução esportiva analisada do ponto de vista educacional. A ginástica rítmica é um esporte praticado em diferentes idades e exercícios físicos sistemáticos com o auxílio de aparelhos manuais como cordas, aros, bolas, bastões e fitas. Do campo educacional, os professores aproveitam esta disciplina ao incluí-la no planejamento do currículo de educação física equatoriana. O objetivo deste estudo é verificar os reais benefícios motores através da aplicação da ginástica rítmica em alunos do 5º ano da Unidade Educacional São Francisco de Sales. A fim de melhorar os movimentos do corpo de acordo com a música fornecida pela ginástica rítmica. Mesmo assim, este estudo levantou a hipótese de que a ginástica rítmica contribui positivamente para o desenvolvimento motor dos alunos. A partir de uma abordagem qualitativa e método experimental, seguindo com um trabalho de campo, no qual foi aplicado um teste (pré-teste) para determinar a realidade esportiva na prática da ginástica rítmica, o que permitiu interpretar analiticamente os dados coletados. Como resultado, obteve-se que os alunos conseguiram melhorar a coordenação motora por meio de jogos lúdicos, alcançando assim excelentes resultados por meio de jogos instrucionais.

Palavras-chave: Ginástica rítmica; brincalhão; Jogos; Música; Esporte.

Introducción

La actividad física y el desarrollo motor durante los primeros años del ser humano, es la base para la alfabetización física adquirida por un niño que le beneficie en el futuro. También se establecen las capacidades de desarrollo recomendadas para el movimiento y el control del cuerpo, así como el establecimiento de percepciones y actitudes positivas sobre la actividad física que se adquieren temprano en la vida y contribuyen a otros hitos importantes del desarrollo.

A través de la música y la danza, la gimnasia rítmica es una actividad que tomó fuerza a partir del siglo XX en Europa, siendo influida por la gimnasia artística, complementando la ejecución de la expresión del cuerpo, con el uso de materiales y mezclando el ballet clásico, el teatro y la danza, aun siendo así un deporte exclusivamente femenino, sin embargo, extraoficialmente, en la década de los 70 se inició en Japón la práctica masculina, muy utilizada en la apertura de eventos como forma de demostración, manteniéndose no oficial hasta la fecha actual (Pochini, 2018, pág. 75).

El Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2019), indicó según registros del Diario El Comercio, que el sedentarismo induce al desarrollo de las enfermedades crónicas no transmisibles, instaurándose a edades tempranas y manteniéndose hasta la vejez. La escuela es el lugar idóneo para reforzar lo que se debería enseñar en los hogares, una forma o estilo de vida saludable. se considera fundamental para el cuerpo humano, porque sus movimientos trabajan por la salud, la estética y el fortalecimiento, son elementos que interfieren en el desarrollo motor y cognitivo del practicante (Guzmán, 2019, pág. 25).

La inclusión del género masculino en esta disciplina, hace más factible su inclusión en las clases de educación física escolar, ya que se deben evitar los estereotipos sexistas tanto en las clases de educación física como en el resto del aula. Solía ser un deporte solo para mujeres que hacía que los niños se sintieran violentos si tenían que practicar "cosas de niñas".

Aunque la práctica de la gimnasia rítmica es importante para el niño, no todas las escuelas ofrecen la modalidad, es decir, el acceso es restringido y la mayoría de los niños que solo tienen contacto con esta práctica por televisión quedan impresionados con los movimientos que realizan las gimnastas y probablemente, aunque sienten admiración en ese momento, no se imaginan capaces de realizar algunos de esos movimientos/ejercicios tan expresivos (Rodríguez, 2018).

El estudio se limitó a verificar la posibilidad de incluir ejercicios específicos de Gimnasia Rítmica dentro del programa de Educación Física Escolar, como forma de contribuir al desarrollo motor de niñas, de 8 y 10 años, que nunca tuvieron contacto con esta disciplina.

En la Unidad Educativa Fiscomisional “San Francisco de Sales”, se ha detectado una gran falencia en actividades que ayuden al desarrollo del niño, como es la gimnasia rítmica, ya que ésta ayuda no solo en actividades motrices de los niños de 8 a 10 años de edad, sino que también ayuda en el equilibrio, flexibilidad, coordinación, y un sin número de actividades que le proporcionan al estudiante no solo seguridad si no también otro recurso para llegar al aprendizaje. Este estudio buscó profundizar la discusión acerca de los beneficios de la gimnasia rítmica y la necesidad de trabajarla como contenidos escolares por los profesores de educación física. Con el fin de comprobar los beneficios motrices reales mediante la aplicación de actividades con estudiantes de quinto grado de la Unidad Educativa Fiscomisional “San Francisco de Sales”, para lo cual este trabajo se considera significativo al evaluar los pasos de la gimnasia rítmica que se utiliza en el desarrollo de la coordinación motriz con la finalidad de mejorar los movimientos del cuerpo como son: la marcha, saltos, bailes acordes a la música. Este estudio planteó la hipótesis de que las actividades gimnásticas contribuyen positivamente en el desarrollo motor de los estudiantes.

Según el Programa de Actividad Física Escolar del Ministerio de Educación, bloque 2 en: seamos gimnastas (actividades gimnásticas) (2019). Entendemos por prácticas “gimnásticas a todas las actividades que focalizan en el cuerpo, cuyas acciones están orientadas a la búsqueda de una ejecución armónica y eficiente de las habilidades de movimiento” (Almond, 2017, pág.14), de manera intencional.

Así entendidas “las prácticas gimnásticas”, pueden colaborar con el desarrollo de los estudiantes en tres aspectos:

- “Mejora su condición física (en términos de capacidades motoras como flexibilidad, fuerza, coordinación, velocidad y resistencia).
- Promueve la percepción y dominio del propio cuerpo (que ayuda por ejemplo a reflexionar y responder preguntas sobre las dificultades y límites que se reconocen en el propio cuerpo para trabajar en la mejora de las acciones motrices y tener presentes aspectos como la seguridad al realizar las tareas).
- Desarrolla la autoconfianza y autoestima de cada sujeto (al facilitar el análisis de los movimientos que se ejecutan y la creación de nuevas posibilidades, entre otras)” (AeM, 2021, pág. 14).

Este bloque se focaliza en los dos primeros aspectos, ya que el tercero es motivo de un tratamiento diferenciado y más profundo, que se aborda en el bloque construcción de la identidad corporal.

Las destrezas motrices se han definido como parte esencial de la humanidad, ya que ésta, es importante para el desarrollo de diversas acciones, las cuales se deben realizar durante la vida. En la cual es necesario fortalecerla desde temprana edad y mantenerse con el paso de los años, por medio del desarrollo físico y de la gimnasia básica enfocado para evitar problemas de habilidades y destrezas motoras durante su vida (Castillo & Buitrago, 2020, pág. 45).

La gimnasia rítmica requiere del uso de determinadas herramientas: cuerdas, aros, pelotas, cintas y mazas, materiales que con mayor frecuencia están a nuestro alcance en las clases de educación física. Además, debemos basar el movimiento de las gimnastas en cuatro grupos corporales obligatorios: saltos, giros, equilibrios y flexibilidad, aunque está claro que a la hora de realizar sesiones de gimnasia rítmica en el colegio no debemos tender a especializarnos y regular el deporte, sino que debemos tener, como dice Sánchez Bañuelos, adaptar el deporte a los alumnos en cuanto a superficie, protocolo y normas.

Lo interesante del estudio del desarrollo motor es que es una ciencia en evolución, hace referencia a una evolución en la capacidad del movimiento donde en el niño ocurre en forma secuencial, teniendo como factor el tiempo y la interacción con el medio.

Además, el aerobio, después de ser un deporte, también se considera un arte que permite desarrollar y potenciar la fuerza y la flexibilidad del cuerpo a través de ciertos ejercicios, pudiendo ser considerado para muchos propósitos diferentes: educación, deporte o simplemente vivir una vida feliz. Por tanto, puede ser practicado por cualquier tipo de persona: niños, jóvenes, adultos, ancianos, deportistas, trabajadores, personas sanas o enfermas. Este estudio se centra en la educación física y su sector de educación formal. (Portilla, 2019, pág. 9).

Los primeros años de vida la evolución y caracterización del desarrollo motriz es muy rápida, los iniciales movimientos durante los nacientes meses de vida son principalmente involuntarios, están presentes los reflejos, lo que les permite responder solo a las necesidades básicas. En los meses siguientes van desapareciendo los movimientos reflejos para dar inicio a los movimientos voluntarios que están caracterizados por ser de estabilidad como sostener la cabeza y los de manipulación como la de tomar y soltar objetos cuando ellos quieran (Castillo & Buitrago, 2019, pág. 16).

Hay un deficiente nivel por parte de los estudiantes; cómo se puede deducir no se estaba dando importancia a la gimnasia formativa lo cual esto dificulta las habilidades motrices, mostrando un bajo nivel en el rendimiento.

“La Gimnasia Rítmica constituye un deporte de coordinación y arte competitivo, incluido en el movimiento olímpico dentro del grupo de deportes de especialización temprana” (Martínez, Cabrera, & Méndez, 2021, pág. 453).

La coordinación general es baja por falta de información, por su parte, se ha descubierto la importancia de la motricidad gruesa; es el pilar de diversas actividades deportivas, por lo que se ha trabajado mucho en capacidades físicas básicas como la fuerza, la velocidad, la coordinación, el equilibrio, etc. Con base en esta evidencia, se realizó un estudio científico de la gimnasia, que resultó en varias mejoras en la coordinación locomotora.

Los alumnos lograron mejorar la coordinación motora a través de juegos lúdicos y lo adquirieron gracias a las charlas, dinámicas por especialistas manera y a través de los juegos didácticos se obtuvo excelentes resultados.

La educación tiene como fines desarrollar los trabajos de investigación, tal es el caso que se da mucha importancia a la realización de los juegos variados como recreativos, cooperativos, lúdicos, etc. ya que ayudan mucho en el desarrollo del esquema corporal y por ende mejoran la coordinación motora gruesa en los estudiantes. (Del Castillo, 2019, pág. 16).

Como hemos visto, la gimnasia rítmica lleva implícito la utilización de determinados aparatos: cuerda, aro, pelota, cinta y mazas, materiales que, en su mayoría, se encuentran a nuestra disposición en un aula de educación física. Además, debemos basar el movimiento de las gimnastas en cuatro grupos corporales obligatorios: los saltos, los giros, los equilibrios y la flexibilidad, aunque claro está que a la hora de llevar a cabo sesiones de gimnasia rítmica en la escuela no debiéramos tender hacia la especialización y reglamentación del deporte, sino más bien, debemos adaptar el deporte a los alumnos, en superficie, minutaje y reglas (Cruz, 2020).

Los docentes no especializados en la práctica de la cultura física, no se han preocupado por la ejercitación de la gimnasia rítmica; lo que ha ocasionado una baja actividad motriz en los estudiantes y un escaso nivel de actividad lúdica entre los niños y niñas por lo que la coordinación motriz no es potencializada y ocasiona un desequilibrio en su formación integral y conductual en la aceptación de la gimnasia como parte de las actividades diarias y sanas para su mejor desarrollo.

El tiempo limitado para la práctica de la gimnasia rítmica ha causado un deficiente aprendizaje y sus beneficios en su salud en el estudiante; por lo que han optado por realizar juegos electrónicos, conversaciones electrónicas e incluso amistades por vía electrónica, dejando de lado la interrelación cara a cara que aporta salud social y emocional. Por otro lado, la obesidad y sobrepeso también ataca a este segmento que ha caído en el efecto del sedentarismo.

La deficiente implementación de material para la práctica de la gimnasia rítmica ha generado una limitada inducción motriz, es así como se ha dado en los niños y niñas una prioridad a lo tecnológico, a través de los procesadores y/o internet, que ocasionan descuido en la práctica de deportes y actividades al aire libre, siendo un factor de riesgo en la salud de los niños y niñas que lo prefieren (Esquivel, 2021, pág. 6).

Desde el momento del nacimiento, el niño experimenta diversos acontecimientos nuevos que ocurren en su vida, a través del movimiento conoce su cuerpo, lo descubre y comienza a controlarlo, entonces le permite al niño actuar de manera autónoma y libre con iniciativa, seguridad y confianza. (Calle, Torres, Avila, & Bravo, 2020, pág. 209).

Según Cundulle (2019), en Ecuador con la implementación del Currículo general del año 2016, trata de superar la enorme brecha sociocultural, todas y todos los ecuatorianos tenemos derecho a recibir una educación de calidad y calidez, solo queda en buenas intenciones porque no se reciben todos los elementos que conllevan a un mejor desenvolvimiento en el contexto en que se encuentra como parte activa de una sociedad cada vez más exigente (pág. 5).

En el Ecuador la educación física es definida según el currículo educativo como “construcción social y cultural, que en todos los niveles del sistema educativo implica procesos de selección, organización y distribución del conocimiento, para favorecer su transmisión, creación y recreación, en coherencia con el proyecto político del país”. Y esta se puede desarrollar a partir de primera etapa de educación básica (Mariño, 2018, pág. 8)

Para Cajeca (2019) la gimnasia rítmica es una disciplina en la que sólo existe la modalidad femenina. Se ejecutan cinco rutinas con cinco aparatos diferentes: pelota, cinta, aro, mazas y cuerda. Los ejercicios se realizan sobre un tapiz. A la hora de puntuar se hace sobre un máximo de veinte puntos valorándose más la estética que las acrobacias (pág. 33)

Fuente: (Confederación Deportiva Autónoma, 2020)



Figura 1: Elementos de la gimnasia rítmica

Metodología

Esta investigación se desarrolló con el apoyo del método exploratorio e investigación cualitativa para determinar una serie de métodos y alternativas que se generen a partir de esta investigación.

Para Huber, Gurtler y Gento (2018) La investigación cualitativa incluye observaciones intensivas a largo plazo en el entorno natural, registros precisos y detallados de lo que sucede, e interpretación y análisis de los datos mediante explicaciones e historias. Pueden ser etnográficos, naturalistas, interpretativos, fenomenológicos, participativos y conductuales. (pág. 10).

El objetivo de resaltar los aspectos esenciales del problema identificado es encontrar el procedimiento ideal para realizar una investigación de alcance exploratorio.

El estudio fue realizado, tomando como muestra a 42 estudiantes de 5to grado de educación general básica en el área de educación física. Realizando un cuestionario hacia los estudiantes referente a las actividades rítmicas, utilización de cuerdas, balones, etc. Esta investigación dio resultados positivos durante el periodo que se tomó en cuenta para realizar las actividades físicas y rítmicas de las dos variables definidas como la independiente: gimnasia rítmica en los estudiantes y la variable dependiente: desarrollo de la coordinación motriz.

Los materiales que se utilizaron en el trabajo en el trabajo de investigación fueron: aros, cuerdas, balones, etc. y como material tecnológico grabadora, internet, música, teléfono celular. Cabe

recaltar que estos materiales no eran los adecuados, ya que son más pequeños y especializados para la gimnasia.

Se realizó una investigación en la que se comprueba que la práctica en su conjunto, aprendiendo el movimiento de una sola vez (método global), obtiene un gran resultado de retención, ya que los alumnos aprenden el movimiento sin separarlo en partes. Sin embargo, la práctica por partes (método analítico) es tradicionalmente muy utilizada, lo que no significa que no debamos utilizar otros métodos que traigan mejores resultados.

Dando así estas derivaciones, por el método experimental se desarrollaron una serie de actividades donde se comparó los resultados del primer día a la del último, donde la gimnasia rítmica junto a una serie de saltos, brincos, giros, figuras con las extremidades o los movimientos rítmicos, esto se complementa que cada uno de los docentes de educación física siga con el cumplimiento de este deporte ya que sirven para despejar o dar una base a la coordinación motriz a los niños niñas; y porque no a los adultos.

Resultados

En el estudio fueron analizados 42 niños de 8 años de edad, que no practicaban gimnasia rítmica. Durante una semana practicaron clases de la gimnasia rítmica. Se analizó el aprendizaje de movimientos básicos y específicos de la gimnasia rítmica, como saltos, brincos y giros. Al inicio del proceso de aprendizaje se utilizó el método global y luego se utilizó el método analítico.

Los estiramientos se realizaron al inicio de cada clase como ejercicio de calentamiento, ya que el desarrollo de la flexibilidad facilita la realización de los movimientos, lo que proporciona mayor amplitud en la ejecución del ejercicio. Los estudiantes maximizan la flexibilidad, es decir, aumentan los límites individuales de cada estudiante.

El primer día de clase tenían que hacer los ejercicios básicos (saltos, brincos, equilibrios y giros) y se hizo una película. El último día de clase hicieron los mismos ejercicios que en la primera clase y nuevamente se filmó la clase.

Se utilizaron dos dispositivos (pelota y arco) que disponía la escuela. Los niños aprendieron movimientos como: Salto enjambée o espacateto (Figura 1) con la pelota en las manos y lanzamiento al final del salto; equilibrio con el balón en las manos (figura 2) (arabesco – una pierna de apoyo y la otra extendida detrás, ambas extendidas); pasar por el arco y equilibrarse con

él en las manos (equilibrio arabesco); Ejercicios de manos libres como saltos (saltos: tijera y jeté), giros con ambos pies y equilibrio arabesco.



Figura 2: Tacon enjambée o serraje



Figura 3: Equilibrio Arabesco

El primer día de clase participaron todos los alumnos (42 alumnos), tanto niños como niñas, ya que era una clase diferente (Gráfico 1). En el segundo día hasta el último día continuaron solo dos niños y todas las niñas (22 niñas), se encontró que hubo una evolución significativa en los movimientos propuestos.

Fuente: Elaboración propia

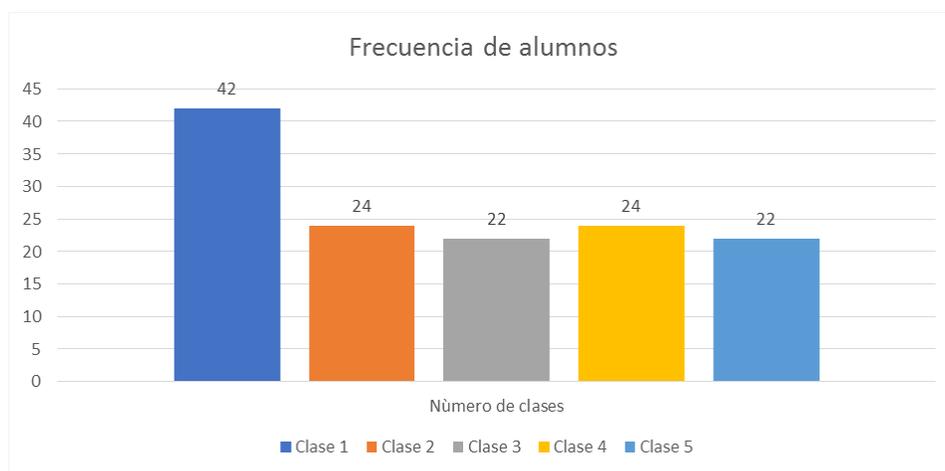


Figura 4: Asistencia de los alumnos durante las clases

Como el desarrollo de la flexibilidad facilita la ejecución de los movimientos, a modo que proporciona una amplitud creciente en la ejecución de los ejercicios, al inicio de todas las clases, a condición de calentamiento, se trabajó el estiramiento (Figura 3) para que los alumnos aumentaran cada vez más su flexibilidad estirándose al máximo, es decir, al límite individual de cada alumno.



Figura 5: Estiramiento

Las clases comenzaron con el método global, luego se corrigieron los movimientos con el método analítico. Muchos estudiantes hicieron los movimientos con facilidad, sin tener que dividir el ejercicio para aprender, sino simplemente mejorar. Algunos mostraron mayor aptitud y talento para la actividad, por lo que les fue más fácil realizar los saltos, brincos, giros, equilibrio y manejo de los aparatos propuestos.

Hubo mayor motivación con el uso de dispositivos (arco y pelota) durante las clases. El dispositivo de arco (Figura 5) tuvo mejores resultados que con el balón (Figura 6), porque no están acostumbrados a trabajar el arco, y el balón siempre está presente en las clases. Tomó la pelota y quería botar, patear, haciendo la clase más difícil de aplicar.



Figura 6: Ejercicio con arco



Figura 7: Ejercicio con la pelota

Las clases se impartían en la cancha de la escuela. Como resultado, la mayoría de las clases sufrían la interferencia del ruido a su alrededor, lo que imposibilitaba agregar música, lo que sería ideal para desarrollar el ritmo junto con los movimientos de gimnasia rítmica. Pero para hacer los movimientos al mismo tiempo, contábamos del uno al ocho, así sincronizaban y mejoraban el

ritmo, cosa que no ocurría al principio de las clases. Además del aspecto físico, tratamos de trabajar el cognitivo durante las clases, dejándolos libres para crear movimientos, armar series, usando su propia creatividad.

Comparando los videos con la experiencia durante las clases, notamos una gran evolución en relación al desarrollo de la coordinación motora, la lateralidad, la percepción corporal y la conciencia corporal de los movimientos. Hubo una mejora significativa en el equilibrio y la estabilización de la mayoría de los estudiantes. Con el uso de los dispositivos de arco y pelota, se notó una evolución en el manejo y coordinación de movimientos con el dispositivo (Gráfico 2). La mayoría no sabía realizar saltos, brincos, giros y maniobras, pero en el transcurso de la semana lograron aprender y algunos se identificaron profundamente con la gimnasia rítmica. Los datos fueron recolectados a partir de filmaciones, se realizó una comparación de los movimientos (saltos, brincos, giros y figuras o movimientos) realizados en el primer y último día de clase.

Fuente: Elaboración propia

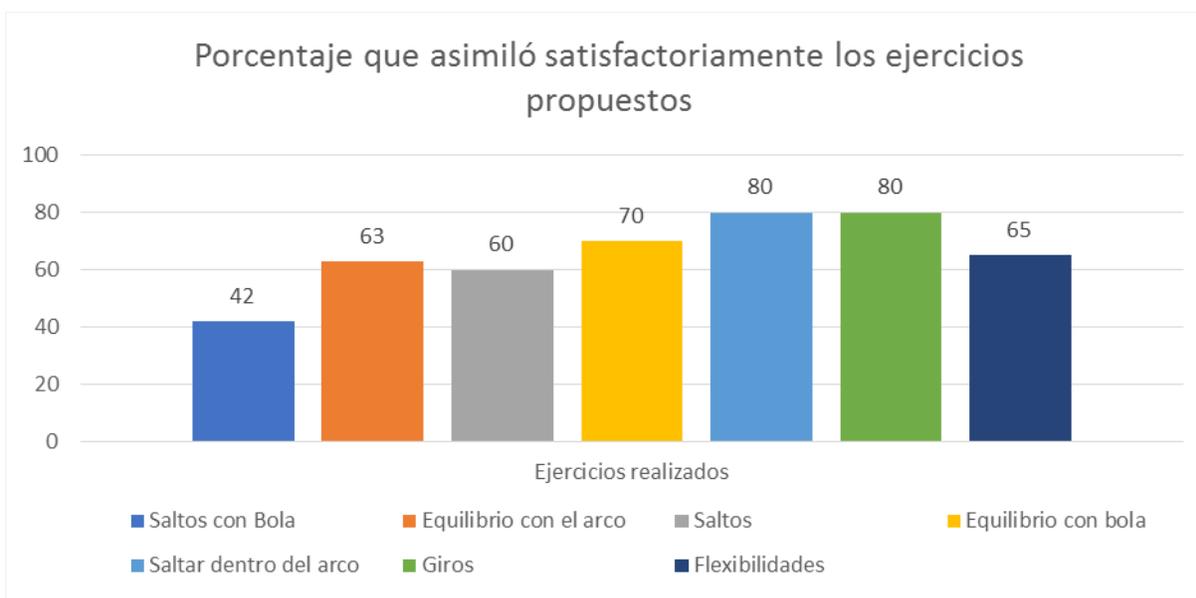


Figura 8: Ejercicios propuestos y porcentaje de asimilación

Discusión

Trabajando con modalidades gimnásticas, por ejemplo, la gimnasia rítmica de Nista-Piccollo (2018) hace que el niño experimente nuevas experiencias motrices y sensaciones diferentes a las

de su vida cotidiana, permitiéndole un entorno rico en estímulos para su exploración motriz y creatividad.

Corroborando con nuestra investigación, Nista-Picollo (2019) aclara que los materiales a utilizar pueden ser improvisados o adaptados, ya que lo importante es brindar a los niños experiencias diferentes, favoreciendo la ampliación de la colección motriz y despertando el interés por la práctica de un deporte en particular.

En la misma línea de nuestra investigación, Schiavon (2019) destaca que el desconocimiento hace que la mayoría de los profesionales de Educación Física no visualicen las posibilidades de ejecutar elementos de gimnasia rítmica, quedando en una imagen laica respecto a las posibilidades de enseñanza de estas modalidades.

GAIO (2021) con su propuesta de gimnasia rítmica popular brindó, a través de actividades, condiciones para que los niños experimenten: la Conciencia Corporal, promoviendo la formación del yo ante el mundo y el descubrimiento de sus posibilidades de expresión; la Estructuración de la Noción Espacial, es decir, la forma en que se ubica en el espacio que la rodea y cómo se sitúan las cosas, una en relación con las otras; la Estructuración de la Noción Temporal, que es la forma en que se sitúa en el tiempo, su tiempo de acción individual y colectiva, frente al entorno; y la Vida de relación, que consiste en la socialización. El autor afirma que si consideramos los GR como movimientos combinados fundamentales, deberíamos empezar a trabajar la motricidad específica en esta modalidad a partir de los siete años.

Conclusión

Los estudiantes pudieron mejorar la coordinación motriz a través de juegos lúdicos y lo aprendieron gracias a las dinámicas del tutor, logrando así excelentes resultados a través de juegos instructivos. Finalmente, los estudiantes de la Unidad Educativa San Francisco De Sales lograron un nivel alto de coordinación física satisfactorio.

Se considera que la gimnasia rítmica es una de los tantos deportes que se puede aplicar y lograr relajar y tener una flexibilidad en niños y niñas de las diferentes escuelas o unidades educativas, los profesores de educación física o quienes imparten esta clase tan fascinante, pues tienen que adquirir los conocimientos necesarios para que le enseñen a sus estudiantes de manera puntual para el servicio de su requerimiento en la coordinación motriz, es por ende que se recomienda realizar la gimnasia rítmica en las Unidades Educativas.

Referencias

1. Cajeca, L. (24 de Junio de 2019). Repositorio UTA. Obtenido de La coordinacion y la flaxibilidad en la practica de la gimnasia ritmica en los estudiantes de decimo año de educacion genera basica del colegio San Isidro, Comunidad Pandanuque, Canton Arajuno, Provincia de Pastaza.: <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/30413/1/Levi%20Modesto%20Cajeca%20Sharupi%20.pdf>
2. Calle, M., Torres, Z., Avila, C., & Bravo, W. (2020). La coordinacion motriz como criterio para la seleccion de talentos en el baloncesto. Polo de conocimiento, 207-220. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659452>
3. Castillo, L. C., & Buitrago, C. A. (2019). Repositorio UPTC. Scielo, 201. Obtenido de La gimnasia Basica como estrategias para fortalecer la motricidad gruesa en niños y niñas de 7 a 8 años: <https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/1939/1/TGT-464.pdf>
4. Castillo, L., & Buitrago, C. (2020). La gimnasia rítmica como estrategia para fortalecer la motricidad gruesa en niños y niñas de 7 y 8 años. CHIQUINQUIRÁ – BOYACÁ: Adelca. Obtenido de <https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/1939/1/TGT-464.pdf>
5. Confederación Deportiva Autónoma. (04 de Septiembre de 2020). Los elementos que conforman la gimnasia rítmica. Obtenido de <https://cdag.com.gt/2020/09/24/los-elementos-que-conforman-la-gimnasia-ritmica/>
6. Cruz, M. P. (2020). efdeportes.com. Recuperado el 12 de 01 de 2022, de efdeportes.com: <https://www.efdeportes.com/efd150/la-gimnasia-ritmica-en-la-escuela.htm>
7. Cundulle Guillen, E. G. (Octubre de 2019). Repositorio del Instituto Superior Tecnológico "Japon". Obtenido de La gimnasia rítmica en el desarrollo de las habilidades motrices gruesas en niñas y niños de 4 a 5 años de edad del Inicial II, de la Unidad Educativa “Alfredo Baquerizo Moreno” de la Provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas, Cantón Santo Domingo de los Tsáchilas: <http://190.57.147.202:90/jspui/bitstream/123456789/2953/1/CUNDULLE%20GUILLLEN%20ERICKA%20GISSELA.pdf>
8. Del Castillo, I. (2019). Repositorio. Obtenido de Programa de gimnasia ritmica en la

coordinacion motora gruesa en estudiantes del cuarto grado del nivel primario de una institucion educativa:

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/39099/delcastillo_gi.pdf?sequence=1&isAllowed=y

9. Esquivel, C. I. (2021). La gimnasia ritmica y su incidencia en la coordinacion motriz de los niños y niñas de las escuelas Modesto Villavicencio del canton Pujili, provinvia de Cotpaxi. Repositorio UTA, 1-189. Obtenido de <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/7406/1/FCHE-CF-287.pdf>
10. Guzmán, C. (2019). Mejoramiento del Nivel de actividad física en el personal sedentario de la Universidad Internacional del Ecuador por medio de un plan de actividades físicas programadas. Quito: Facultad de ciencias médicas, de la salud y de la vida, escuela de nutrilogía. Obtenido de <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/950/1/T-UIDE-0797.pdf>
11. Huber, G., Gurtle, L., & Gento, S. (2018). La aportación de la estadística exploratoria al análisis de datos cualitativos. *Perspectiva Educacional*, 57(1), 50-69. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/perseduc/v57n1/0718-9729-perseduc-57-01-00050.pdf>
12. Mariño, E. M. (2018). Guía de actividades recreativas para desarrollar la capacidad coordinativa en los niños de 5 años de la Unidad Educativa FE Y ALEGRIA N° 1, La Dolorosa de la ciudad de Manta. 2018 Manta-Ecuador. Obtenido de <https://repositorio.ulead.edu.ec/bitstream/123456789/399/1/ULEAM-ED.FIS-0016.pdf>
13. Martínez, A., Cabrera, I. I., & Méndez, Á. J. (2021). Pensando sin Covid, con covid: necesidades de apoyo social de atletas de gimnasia ritmica. *CONRADO*, 452-464. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v17n82/1990-8644-rc-17-82-452.pdf>
14. Ministerio de Salud Pública. (2019). Datos esenciales de salud: Una mirada a la década 2000-2010. Ecuador: ECHI- European Community Health Indicators.
15. Pochini, H. (2018). El proceso de entrenamiento de la Gimnasia Artística Femenina. La Plata: Memoria Académica. Obtenido de <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1458/te.1458.pdf>
16. Portilla, A. L. (2019). Influencia de la gimnasia ritmica en la coordinacion oculo manual ampliando las habilidades motoras de los individuos. Repositorio de la

Universidad del Valle, 1-86. Obtenido de
<https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/18030/CB-0554296.pdf?sequence=1>

17. Rodríguez, N. (14 de Abril de 2018). La importancia de la gimnasia en los niños. Obtenido de Zona Deportiva: <https://www.utadeo.edu.co/es/blog/blog-zona-deportiva/56631/la-importancia-de-la-gimnasia-en-los-ninos>

© 2022 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).