

**Título: Realidades y necesidades de las actividades rítmicas en el primer ciclo de la educación primaria.**

**Autora: M Sc. Adelaida Ramos Puig.**

**Profesora Auxiliar**

**Correo: adelaidaramospuiggmail.com**

**M Sc. José Lago Pla**

**Profesor Auxiliar**

**Centro: Escuela Ramal INDER.**

**Dra C. Gladys Bequer Diaz**

**Profesora Titular UCCFD**

**Temática: La ciencia, la tecnología e innovación aplicadas a la práctica de la actividad física y el deporte.**

## **RESUMEN**

Este trabajo se concreta en un estudio sobre el tratamiento del programa y orientaciones metodológicas de la unidad Actividades Rítmicas desde primero a 3er grado de la educación primaria, en el que se materializa las necesidades y de ahí incursionar en la problemática de: **¿Cómo contribuir en la impartición de la unidad de contenidos de la actividad rítmica del primer ciclo de la educación primaria?**, e identificando las realidades y la riqueza para su desarrollo. Trabajándose los contenidos que se establecen los movimientos, pasos fundamentales, expresión corporal y juegos rítmicos. Por observaciones y encuestas se verificaron la pobre utilización de ejercicios, por la carencia de materiales bibliográficos y el desconocimiento y la falta de preparación y autopreparación del profesorado. Los métodos utilizados en lo teórico el analítico- sintético y análisis documental, la encuesta como técnica, desde lo empírico. y entrevista a especialistas. Los resultados nos permitió la posibilidad que en su Tercer perfeccionamiento de los programas de Educación Física, ampliar contenidos, brindar sugerencias, ejemplos de ejercicios, estilos de enseñanza donde se propicie la creatividad para la impartición de clases alegres, dinámicas y bonitas.

**Palabras claves:** actividades rítmicas, creatividad, ritmo, educación primaria

## Introducción

En la actualidad el Comité Olímpico Internacional (COI) promueve el enfoque del Deporte para Todos, en el mensaje de introducción a la 11ª edición del Congreso Mundial de Deportes para Todos planteó: *“La actividad física es esencial para asegurar un cuerpo y mente sanos para todos y es más que todo una gran parte integral de nuestras sociedades”*. Por ello, muchos países, le dedican un espacio a la actividad física dentro de la escuela. En el ejemplo de Cuba, se puede contar con la clase de Educación Física y el Deporte para Todos, como los dos momentos en que los niños realizan actividad física, en ellos se utilizan tres medios fundamentales: el **juego**, los **deportes** y la **gimnasia**, siendo las tres muy usada por los profesores.

La educación física pide cambios y algunos expertos los han propuesto desde hace décadas, en Cuba de forma escalonada se está perfeccionando el diseño curricular hacia una educación física de calidad, con efectividad en el proceso y una mejoría en las clases. Por tanto este reto nos hace reflexionar hacia la profundización del contenido en los programas de la asignatura y en este caso con la unidad de Actividades Rítmicas, como unidad de estudio de 1ro a 3er grado tiene su antecedencia en la primera infancia dada las capacidades coordinativas que en esas edades están presente y son trabajadas a través de las actividades programadas incidiendo en la música, el ritmo y la imitación entre otros, por lo que el niño lleva esta experiencia a la etapa de la escuela

En el escenario de las actividades rítmicas, los niños partícipes del programa constantemente manifiestan su agrado por esta forma de intervención; se hace especial énfasis en el empleo de diversas formas jugadas para el aprendizaje de sus diferentes modos de actuación en los contextos donde se desenvuelven con sus padres y/o superiores (familia, escuela, barrio, grupo de amigos, entre otros).

Las actividades rítmicas son movimientos del cuerpo que se realizan a través de diferentes sonidos. Divierten y mejoran la salud, el sistema cardiovascular, disminuyen las alteraciones metabólicas y osteomusculares. Dentro de los efectos más visibles se puede mencionar la coordinación motriz y los beneficios psicológicos que residen principalmente en el bienestar personal. Estas

actividades se realizan mediante ritmos, han existido desde la creación del mundo, donde el hombre las ha utilizado de diversas formas transmitiendo energía y pasión.

## **Desarrollo**

El concepto de actividades rítmicas hace alusión a aquellas acciones que vinculan los receptores sensoriales en función de “la coordinación de acciones motrices en un espacio y en un tiempo determinados, respondiendo a las condiciones y las características de la situación motriz que se realiza” (Uribe, 2009, p. 120). Dicha coordinación de acciones motrices en un espacio y un tiempo determinados, con la intervención desde acciones rítmicas enmarcadas en el escenario de un programa consecuente y frecuente, conlleva a la posible regulación del comportamiento de los niños, ya que los enfrentan a ejecutar una serie de gestos y movimientos en función de seguir un estándar, teniendo como fundamento la atención y la concentración; siendo esto comparado con los estándares de comportamiento a los cuales un niño debe estar enfrentado en una institución educativa o en su hogar y que gracias a la actuación rítmica se pueden reflejar en la actuación social.

Esta actividad se prioriza desde la primera infancia y la primaria en su primer ciclo., según se refleja en los programas vigentes de Educación Física en Cuba, pues es un contenido clave y eficaz para la educación de los niños y tienen una gran connotación dentro de la clase. Se puede decir, que no se concibe una clase de Educación Física en los primeros grados sin la presencia del contenido de esta unidad., pues se convierten en una herramienta indispensable para el profesor de Educación Física.

Este contenido es una de las debilidades que enfrenta hoy el proceso de enseñanza aprendizaje en la Educación Física, asignatura que es de vital importancia para los niños ya que educa el ritmo capacidad que tiene el valor de ser un regulador admirable de los centros nerviosos, facilitando la relación entre las órdenes del cerebro y su ejecución por las partes del cuerpo.

La presente investigación va dirigida específicamente al mejoramiento del trabajo metodológico en los profesores de Educación Física del primer ciclo ya que estos presentan dificultades con los contenidos de Actividades Rítmicas ,

existe falta de orientación y preparación metodológica, inseguridad y desinterés para impartir esta unidad de trabajo, todo ello influye negativamente en la clase, a pesar de la importancia que tiene el tratamiento de estos contenidos en la preparación del hombre para la vida, pues surge la interrogante:.

### **, ¿Cómo contribuir en la impartición de la unidad de contenidos de la actividad rítmica del primer ciclo de la educación primaria?**

Conociendo lo anterior se plantea el siguiente:

#### **Objetivo**

Valorar las realidades y necesidades de las Actividades Rítmicas en la Educación Primaria.

#### **Objetivos específicos**

- ) Analizar la unidad de Actividades Rítmicas en los programas de Educación Física del primer ciclo.
- ) Explorar el conocimiento de los profesores de Educación Física sobre los aspectos relacionados con la unidad de Actividades Rítmicas.
- ) Valorar cuáles son las realidades actuales de esta unidad de contenidos que se imparte en el primer ciclo de la Educación Primaria.

#### **Metodología**

Partiendo de un análisis documental de los programas vigentes y la aplicación de una encuesta a profesores de Educación Física sobre el trabajo con los contenidos de la unidad de *actividades rítmicas* en particular, se propone lo siguiente:

Para llevar a cabo esta investigación de tipo descriptiva, se tuvo en cuenta la población que comprende todos los profesores de Educación Física del municipio Plaza de la Revolución en la Habana, Cuba. La muestra seleccionada fue de 16 profesores (6 masculinos para un 25% y 10 femeninas para un 75%), cumpliendo el criterio de selección que impartieran clases al

primer grado, de los cuales el 37, 5% son graduados de nivel medio, otro 37,5% del curso de Instructores Deportivos, un 12,5% son Habilitados y el otro 12,5% optó por la Licenciatura en Cultura Física; todos pertenecientes a 5 escuelas del municipio Plaza de la Revolución.

Para cumplimentar el objetivo de este trabajo, se utilizaron los siguientes **métodos**, analítico- sintético y análisis documental desde lo teórico y el de la encuesta como técnica, desde lo empírico..

Las concepciones teóricas que se deben conocer con respecto a la unidad de actividades rítmicas y su trabajo con niños del primer ciclo, deben partir de la concepción de que la educación del ritmo ha de ser el cuerpo, convirtiéndose la maduración motriz en un factor condicionante de la capacidad de expresar sonoramente los distintos ritmos. En este sentido, siendo así se puede afirmar que la base verdadera del ritmo se encuentra en el *movimiento corporal*. (Nanni, 2003)

De lo anterior, hay que señalar que *el ritmo de la música* incide con más fuerza en la sensibilidad infantil y es a través del movimiento cómo el niño lo percibe. El trabajo del ritmo está dividido en diversos aspectos: Ritmo motriz con o sin sonido (Ritmo corporal) y el Ritmo musical (pulsación y figuras musicales). Estos aspectos se pueden trabajar a la vez y son parte del programa de la unidad.

¿Qué Importancia tiene las actividades rítmicas?

- Se pueden abrir alternativas de trabajo en las habilidades motrices básicas creando nuevos patrones de comportamiento motor.
- Mejora la coordinación motora economizando esfuerzos y da mayor fluidez del movimiento.
- Ayuda a mejorar la comunicación entre los compañeros del grupo.
- Da plasticidad, elegancia en los movimientos
- Es un medio de expresión.

Pues lo anterior,. el trabajo del profesor dentro de la clase debe estar preparado para impartirla con acompañamiento musical, o al menos con sonidos, es por ello que es necesario tener en cuenta lo siguiente:

- Una educación estética de los alumnos, que escuchan la música y realizan diversos ejercicios, sometiendo sus movimientos a ellas, permitiéndole al niño conocer más profundamente su contenido, estructura, carácter, ritmo y otras características de las diversas obras musicales.
- El estado emocional de los alumnos, el modo jovial en clases, agudiza su atención, percepción, memoria, conserva la elevada capacidad de trabajo por un tiempo más prolongado, y en total, aumenta la productividad de la clase.
- La eficacia de los ejercicios. las emociones (sentimientos) son positivas, que surgen en los alumnos al ejecutar los movimientos bajo la música, despiertan involuntario deseos de actuar más enérgicamente. Además, la convergencia del movimiento principal, en los ejercicios, con el acento musical, eleva la eficacia de este movimiento.

Después de sintetizar muy brevemente algunos aspectos sobre la importancia del trabajo con las actividades rítmicas en el primer ciclo, podemos concluir que la preparación del profesor de educación física puede influir en su ejercicio.

El profesor también debe conocer las particularidades de estas edades, que casi siempre son conocidas, pero no obstante son de gran importancia para el trabajo de las unidades de estudio.

### **Características de los niños y niñas del primer ciclo**

La primera etapa de la vida del ser humano es la fase de una socialización básica y sólida que con frecuencia marca actividades que forman el carácter del individuo. El niño nace con un temperamento que comienza a expresar desde el principio, tratando de lograr la satisfacción de sus tendencias básicas, que de forma incipiente comienza a experimentar. El entorno, su familia y las posibilidades reales limitan su satisfacción personal y le abren nuevos cauces de satisfacción cultural, en tanto que descubren a los otros y la necesidad de negarse y darse para ser feliz y hacer feliz.

La infancia, como etapa fundamentalmente somática, se expresa y se interioriza especialmente por la vía del cuerpo, los sentimientos y la afectividad. Lo racional, lo lógico, tienen poco sentido en la vida y en las relaciones del niño. De aquí la poca utilidad de explicar, reflexionar y razonar los hechos y la norma de vida en estas edades. La interiorización de pautas y valores no tiene otro camino congruente en estas edades que las vías con mayor desarrollo y afectividad en la infancia. Socialización por lo somático, apoyatura en lo afectivo y control social cimentado en la disciplina impuesta exteriormente, son las mejores posibilidades de socialización del niño, que aprende muchas cosas sin saber los porqués y ve limitada su autonomía sin apoyo de su voluntad como un preludio de lo que en etapas posteriores se transformará en autogobierno y autodisciplina voluntaria, consciente y racionalizada.

La socialización en estas edades tiene que estar limitada y obligada por los intereses del niño y por su lenguaje. La reflexión sobre lo bueno y lo malo, lo que debe y no debe hacer o dejar de hacer, es imprescindible, pero hacerlo sin tenerle en cuenta como niño constituye una inútil, peligrosa e injusta proyección del adulto sobre el niño. Hablar de libertad o de control del niño es hacerlo a la medida en el mundo de sus intereses y del lenguaje propio del niño, somático esencialmente. Premios y castigos solo son posibles y sensatos por esta vía de lo corporal. El niño, al ser somático, es escasísimamente libre y hablar de libertad en esas edades es presuponer, insensatamente, una capacidad de reflexión, prevención, recuerdo, control y responsabilidad que están únicamente en la fantasía y el deseo del adulto.

Resumiendo, las características expuestas son importantes su conocimiento en un aspecto tan relevante como lo es la planificación de las diferentes actividades físicas así como su carácter, la forma de emplearlas durante la clase de Educación Física, teniendo presente las características de estos alumnos y sus edades en la utilización de los medios sobre todo. para el trabajo que se debe establecer con los periodos sensitivos y las capacidades físicas.

## **Análisis de la unidad de Actividades Rítmicas en el primer ciclo de la Educación Primaria en Cuba**

En el análisis del Programa y las Orientaciones Metodológicas de Educación Física del primer ciclo de la Educación Primaria en el primer, segundo y tercer grado, se contempla la unidad de Actividades Rítmicas. De la siguiente manera:

<b>objetivos de la unidad Actividades Rítmicas</b>		
<b>Primer Grado</b>	<b>Segundo Grado</b>	<b>Tercer Grado</b>
<p>Desarrollar habilidades de responder con movimientos corporales coordinados a estímulos musicales o rítmicos.</p> <p>Fortalecer la adopción correcta de la postura y la actuación espontánea y creadora mediante diversas actividades.</p> <p>Identificar los diferentes ritmos en los movimientos y orientarse en el espacio.</p> <p>Trabajar con disciplina y entusiasmo.</p>	<p>Continuar ejercitando los movimientos fundamentales y sus combinaciones de forma más compleja</p> <p>Responder e identificar los movimientos corporales al estímulo musical o rítmico</p> <p>Consolidar los pasos aprendidos en los grados anteriores e iniciar el aprendizaje del paso de cambio</p> <p>Continuar desarrollando el pensamiento imaginativo y creador mediante la expresión</p>	<p>Ejecutar los movimientos fundamentales mediante combinaciones</p> <p>Realizar los pasos fundamentales aprendidos en grados anteriores y aprender el paso de vals</p> <p>Expresar con movimientos corporales diferentes acciones de forma individual y colectiva.</p> <p>Mejorar el nivel de desarrollo de las capacidades condicionales, coordinativas y habilidades motrices básicas</p> <p>Desarrollar rasgos cualitativos del movimiento como: ritmo, fluidez y</p>



Ejecutar combinaciones de mayor complejidad. (Aparece en segundo grado).	corporal	armonía los cuales servirán de base para el posterior aprendizaje de las habilidades motrices deportivas.
--	----------	---

### **Contenidos de actividades rítmicas en el primer ciclo**

#### Movimientos fundamentales

- ) Caminar
- ) Correr
- ) Saltar
- ) Combinaciones

#### Expresión corporal

- ) Imitaciones, dramatización

#### Pasos fundamentales

- ) Paso Skip.
- ) Paso Galop.
- ) Paso T.
- ) Paso Cambio.
- ) Paso de Vals.

#### Juegos rítmicos

- ) Juegos cantados

La unidad Actividades Rítmicas en el primer y segundo grado se trabajan solamente en el tercer período del curso, obsérvese el poco tiempo que se le dedica a tan importante actividad. En ella se imparten los contenidos Movimientos Fundamentales, Pasos Fundamentales, Juegos Rítmicos y Expresión Corporal. En la unidad se explica cómo el profesor puede enseñar

cada uno de estos pasos al plantear que se pueden realizar actividades cantadas conjuntamente con los pasos fundamentales, los movimientos fundamentales y la expresión corporal. En el primer grado solamente se pone el ejemplo del juego Tilín Tilín, el cual trabaja únicamente el paso Skip. Aunque sí hace referencia a juegos tradicionales como: A la rueda rueda, La pájara pinta, Arroz con leche y Alánimo, pero estos no se encuentran descritos metodológicamente de igual forma sucede con los grados posteriores

Esta unidad se continua en el primer grado de la Educación Primaria, tiene como tarea fundamental en estos grados realizar de forma sencilla la ejecución de movimientos fundamentales o naturales y sus combinaciones, así como actividades imitativas que contribuyan decisivamente al desarrollo del ritmo corporal, la espontaneidad y la creatividad.

Se interrelaciona con la asignatura de Educación Musical en lo que se refiere a la utilización del ritmo mediante acompañamiento de sonidos percutivos para realizar los movimientos de caminar, correr y saltar lo que permite el apoyo mutuo para lograr los objetivos propuestos, por lo que el profesor debe aprovechar la interdisciplinariedad en el sentido más estrecho. Como parte de su autopreparación se debe trabajar en función de despertar en los niños el interés por estas actividades y proporcionar un ambiente alegre y disciplinado, seleccionando las formas y métodos adecuados para la clase.

Los profesores encuestados afirman no impartir la unidad de Actividades Rítmicas, expresando no sentirse preparados para desarrollarla, pues aunque cuentan con preparaciones metodológicas, clases demostrativas, la bibliografía referentes a esta unidad que es escasa, la mayoría posee poca experiencia para impartir los contenidos y que en la formación profesional muchos no la recibieron. Además de los pocos ejemplos que se exponen en la unidad con poca descripción metodológica, falta creatividad para crear medios de enseñanza y el sentido creador para resolver los problemas de clases. Es válido resaltar que la mayoría de los problemas del no cumplimiento, es la poca motivación y preparación de los profesores de Educación Física.

Luego del análisis se comprobó a través de la encuesta que existen realidades en el trabajo de la unidad que se resume con lo siguiente: Los contenidos son reproductivos y rutinarios, de adiestramiento, poca relación intermaterias, así como la importancia de la actividad y problemas de infraestructura material, Por lo que arribamos a las siguientes:

## **Conclusiones**

1. Las características biológicas, psicológicas y sociológicas de forma integrada, deben ser analizadas a la hora de planificar las actividades rítmicas, pues en correspondencia con las mismas se podrá llevar a cabo un proceso creador que dé cumplimiento a la nueva tendencia pedagógica de la escuela.
2. Los resultados de las encuestas realizadas a los profesores arrojaron que la gran mayoría no imparte la unidad de Actividades rítmicas, expresando no sentirse preparados para desarrollarla por no contar con preparaciones metodológicas, clases demostrativas ni bibliografía referentes a esta unidad.
3. Los profesores en la auto preparación no trabajan en función de despertar en los niños el interés por estas actividades y proporcionar un ambiente alegre y disciplinado, seleccionando las formas y métodos adecuados para la clase.

## **Bibliografía**

- J Brikina, A. *Gimnasia*. Ed. Pueblo y Educación. La Habana Cuba.
- J Carreño Gomariz, Pablo A. *Fundamentos de Sociología*. 1983. Madrid, España.
- J Colectivo de autores (2003). *Teoría y metodología de la Educación Física*. Editorial EIEFD.
- J Estévez, M. y otras (2006). *La investigación Científica en la Actividad Física: su Metodología*. Ed. Deportes. La Habana Cuba.
- J López, A. *La calidad de la clase de Educación Física. Una guía de observación cualitativa para su evaluación*.

- J López, A. *La Educación Física contemporánea y la necesidad de un modelo integrador*. Educación Física y deporte volumen 18, 2.
- J Nanni, Dionísia. *Dança educação: princípios, métodos e técnicas*. Rio de Janeiro: Sprint, 2002.
- J Saborit, R. *Antecedente históricos que sustentan el desarrollo de la Educación Física con énfasis en las actividades rítmicas*. Las Tunas, Cuba.

## Anexos 1

### Encuesta a los Profesores

La siguiente encuesta es parte de una investigación que se está realizando para conocer el tratamiento de los contenidos de actividades rítmicas en las clases de educación física, es necesario que usted colabore con el estudio y conteste todas las preguntas, gracias,  
La autora.

Escuela:

Años de experiencias: \_\_\_\_\_ Sexo \_\_\_\_\_ Edad \_\_\_\_\_

Graduado: EPEF \_\_\_\_\_ Habilitado \_\_\_\_\_ Instructor deportivo \_\_\_\_\_  
otros \_\_\_\_\_

Nivel Escolar \_\_\_\_\_

**Objetivo:** Valorar como se trabaja en la Educación Física la unidad de Actividades Rítmicas en el primer ciclo de la Educación Primaria.

Cuestionario.

1. ¿Conoce usted el Programa y las Orientaciones Metodológicas de la asignatura Educación Física para el primer ciclo de la Educación Primaria?

Si.....

No.....

2. ¿Considera suficientes los juegos que el Programa te brinda para impartir los contenidos relacionados con los pasos fundamentales, juegos rítmicos y la expresión corporal?

Insuficiente\_\_\_\_\_ Poco suficiente\_\_\_\_\_ Suficiente \_\_\_\_\_  
Muy suficiente \_\_\_\_\_

A) Fundamenta.

3. ¿Se considera usted preparado para impartir los contenidos de la unidad de Actividades Rítmicas?

Muy poco \_\_\_\_ Poco \_\_\_\_ Preparado\_\_\_\_  
Muy preparado\_\_\_\_\_

A) En caso que la respuesta sea negativa. Justifique.

4. ¿Que juegos utiliza en sus clases para ejercitar los contenidos que se imparten en la unidad?

- ✓ Juegos tradicionales.\_\_\_\_\_
- ✓ Juegos de habilidades motrices básicas.\_\_\_\_\_
- ✓ Juegos Co-educacionales.\_\_\_\_\_
- ✓ Juegos Rítmicos.\_\_\_\_\_

5. ¿Considera que los contenidos de la unidad de actividades rítmicas, son aceptadas por los alumnos?

Siempre\_\_\_\_\_ Casi siempre \_\_\_\_ Casi Nunca\_\_\_\_ Nunca\_\_\_\_\_

6. ¿Cuenta con un material de apoyo o bibliografía que le brinde juegos para ejercitar los contenidos que se imparten en la unidad de Actividades Rítmicas?

Nunca \_\_\_\_\_ Casi nunca\_\_\_\_ A veces\_\_\_\_ Muchas veces \_\_\_\_\_

A) ¿Para qué contenido?

7. ¿Recibe con frecuencia alguna preparación para superarse en los contenidos a impartir en la unidad de actividades rítmicas?

Nunca\_\_\_\_ Casi nunca \_\_\_\_\_ Casi siempre \_\_\_\_\_ Siempre\_\_\_\_\_

Entrevista a metodólogos

## Anexo 2

1. ¿Cuál es la situación actual que presenta la unidad de Actividades Rítmicas en el primer ciclo de la enseñanza?
2. ¿Considera usted que sus profesores se encuentran preparados para impartir los contenidos de la unidad de Actividades Rítmicas?
3. ¿Cuáles son las principales necesidades que presentan los profesores para impartir la unidad de Actividades Rítmicas?
4. ¿Los profesores cuentan con un material de apoyo o bibliografía que le brinde juegos para ejercitar los contenidos que se imparten en la unidad de Actividades Rítmicas? ¿Para qué o cuales contenidos?
5. ¿Reciben con frecuencia los profesores alguna preparación para superarse en los contenidos a impartir en la unidad de Actividades Rítmicas?