



ESPE

**ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO
CAMINO A LA EXCELENCIA**

*CARRERA EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
DEPORTES Y RECREACIÓN*

DEFENSA DE TESIS



“Saber envejecer es la mayor de las
sabidurías y uno de los más
difíciles capítulos del gran arte de
vivir” (Enrique Federico Amiel).

TEMA

INCIDENCIA DE UN PROGRAMA DE DANZA FOLKLÓRICA
NACIONAL EN LA MOTRICIDAD DEL ADULTO MAYOR
DEL ASILO DE ANCIANOS DE ESMERALDAS EN EDADES
COMPREDIDAS DE \pm 65 AÑOS. PROPUESTA
ALTERNATIVA

Directora

Lic. Aracely Obando

Co –director

Lic. Mónica Cabezas

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA



- ❖ Pérdida de su motricidad
- ❖ Falta de estudios sobre danza y la relación entre la motricidad del adulto mayor
- ❖ Rehabilitaciones monótonas
- ❖ Déficit de personal capacitado
- ❖ Desconocimiento de un programa de danza folklórica por parte los profesionales



FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

❖ ¿ POR QUE UN PROGRAMA DE DANZA
FOLKLORICA NACIONAL ES UNA
ACTIVIDAD QUE AYUDA AL
MANTENIMIENTO Y MEJORAMIENTO DE LA
MOTRICIDAD EN EL ADULTO MAYOR?



OBJETO GENERAL



DISEÑAR UNA PROPUESTA
ALTERNATIVA DE DANZA FOLKLORICA
NACIONAL PARA EL MANTENIMIENTO ,
MEJORAMIENTO DE LA MOTR ICIDAD
EN EL ADULTO MAYOR DEL ASILO DE
ANCIANOS DE ESMERALDAS



**VERIFICAR
MOTRICIDAD Y SU
INFLUENCIA DE LA
DANZA**



**EVALUAR EL GRADO
DE
MANTENIMIENTO Y
MEJORAMIENTO DE
SU MOTRICIDAD**



**ANALIZAR EL GRADO
DE CONOCIMIENTO
DEL PERSONAL QUE
LABORA EN EL ASILO
SOBRE LA
ELABORACION DE
ESTE PROGRAMA**

OBJETIVOS ESPECIFICOS

JUSTIFICACION

- ❖ La presente investigación tiene el fin de colaborar y aportar con el asilo de ancianos de Esmeraldas para ayudar al mantenimiento de la motricidad del Adulto Mayor.
- ❖ Realizar una propuesta alternativa en la cual utilizaremos la Danza como método terapéutico, buscando como objetivo el mantenimiento o a su vez el mejoramiento de la motricidad del Adulto Mayor
- ❖ Este proyecto se realizara con el fin de dar a conocer a este asilo un nuevo método mediante un trabajo lúdico y artístico pero a su vez técnico, ya que un trabajo lúdico y técnico a más de desarrollar lo físico y emocional se desarrolla valores, trabajo en equipo y todo lo que en ello involucra.

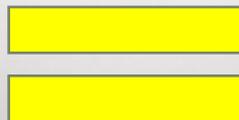
MARCO TEORICO

- ❖ **CAPITULO I** : DEFINICION SOBRE EL ADULTO MAYOR
- ❖ **CAPITULO II** : DEFINICION DE MOTRICIDAD
- ❖ **CAPITULO III** : DEFINICION DE DANZA
- ❖ **CAPITULO IV** : TEST FISICOS

HIPOTESIS

MAS DANZA

MEJOR MOTRICIDAD



DISEÑO METODOLOGICO

EL METODO UTILIZADO PARA LA
CONCRECION DEL PROGRAMA SERA :

❖ Descriptiva con carácter científico

INSTRUMENTOS

- **GUIA DE OBSERVACION**
- **TEST FISICOS**

TECNICAS

- **CUALITATIVO**
- **CUANTITATIVO**



TIPO DE INVESTIGACION

CORRENACIONAL

ANALIZAR

RELACION

PROGRAMA DE
DANZA
FOLKLORICA
NACIONAL

MOTRICIDAD
DEL ADULTO
MAYOR



POBLACION Y MUESTRA

❖ ADULTOS MAYORES DEL ASILO DE ANCIANOS DE
ESMERALDAS .

ADULTOS TOTALES DEL
ASILO = 32
22 (indirectos) sin
discriminación



ADULTOS CON LOS QUE
SE VA A TRABAJAR = 10
(Directos)



APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS

TETS FISICOS



PARA VALORAR LA MOTRICIDAD DEL ADULTO MAYOR



GUIA DE OBSERVACION



PROGRAMA DE DANZA FOLKLORICA NACIONAL



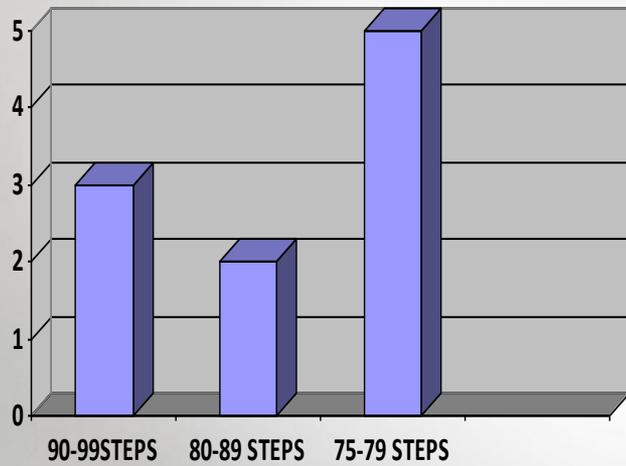
PRESENTACION GRAFICA DE
RESULTADOS



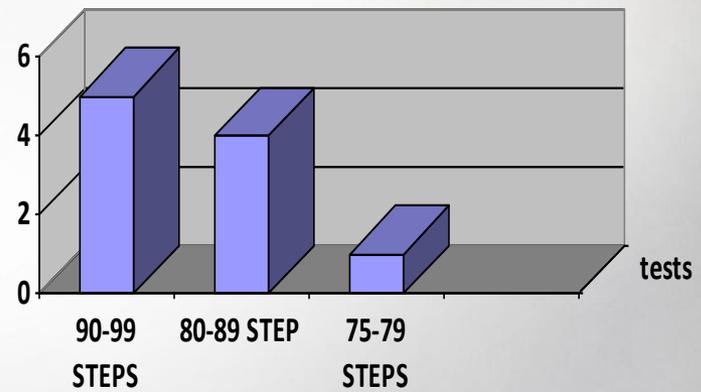
TEST DE STEP DURANTE 6 MIN
(N.-pasos)

NUMERO DE PERSONAS	PRIMERA TOMA CANTIDAD DE PASOS	SEGUNDA TOMA CANTIDAD DE PASOS
1	85 pasos	90 pasos
2	74 pasos	85 pasos
3	80 pasos	85 pasos
4	86 pasos	99 pasos
5	75 pasos	81 pasos
6	80 pasos	95 pasos
7	76 pasos	80 pasos
8	77 pasos	79 pasos
9	85 pasos	90 pasos
10	89 pasos	90 pasos

PRIMERA TOMA

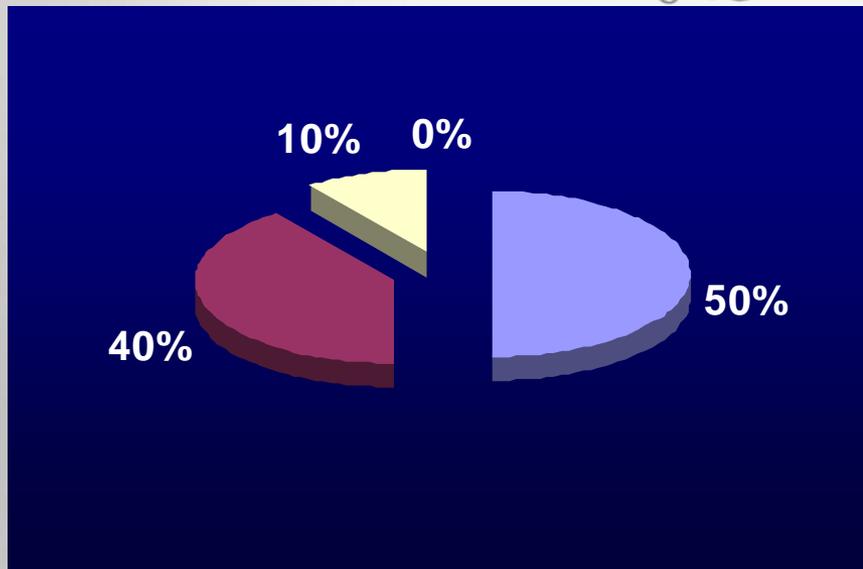


SEGUNDA TOMA



STEP TEST

RESULTADO FINAL



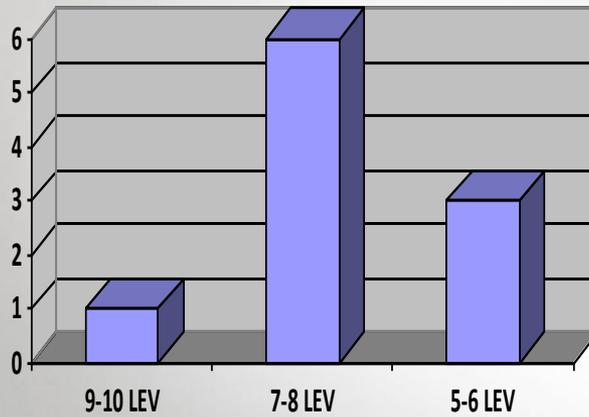
❖ El 50 % de la población ha incrementado la cantidad de pasos entre 90 y 99 pasos en seis minutos el 40 % de población ha incrementado entre 80 y 89 mientras que el 10% de la población se mantienen en un régimen de 75 y 79 pasos durante los seis minutos del test

TEST DE FUERZA

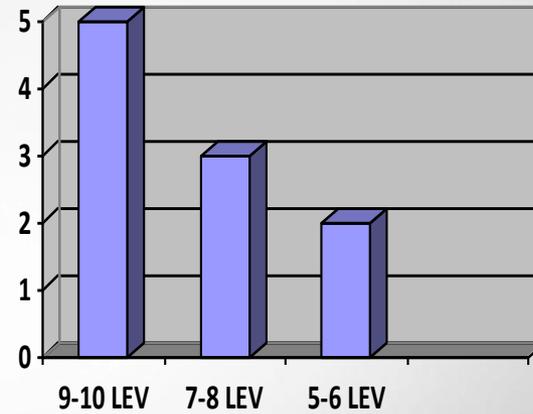
(N.- leva)

NUMERO DE PERSONAS	PRIMERA TOMA NUMERO DE LEVANTADS	SEGUNDA TOMA NUMERO DDE LEVANTADS
1	7	9
2	6	7
3	7	9
4	8	10
5	6	6
6	10	10
7	6	6
8	7	7
9	8	9
10	8	8

PRIMERA TOMA



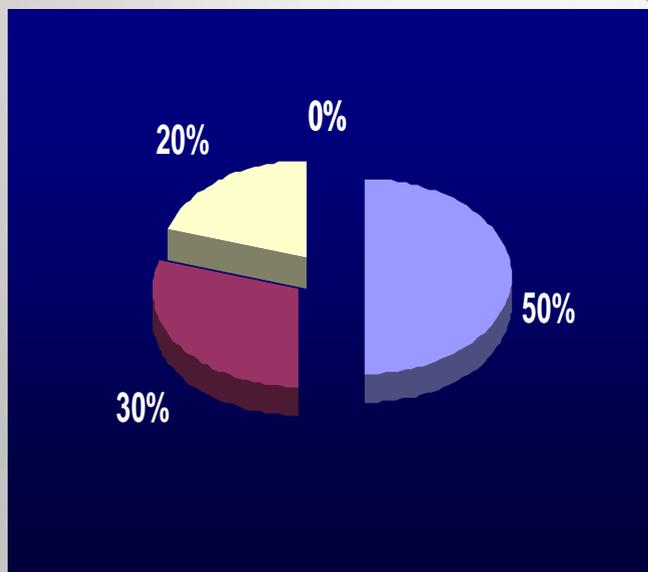
SEGUNDA TOMA



TEST FUERZA

TEST DE FUERZA

RESULTADO FINAL



❖ El 50% de población realiza de 9 a 10 levantadas durante 30seg, el 30% realiza de 7 a 8 levantadas y el 20% realiza 5 a 6 levantadas.

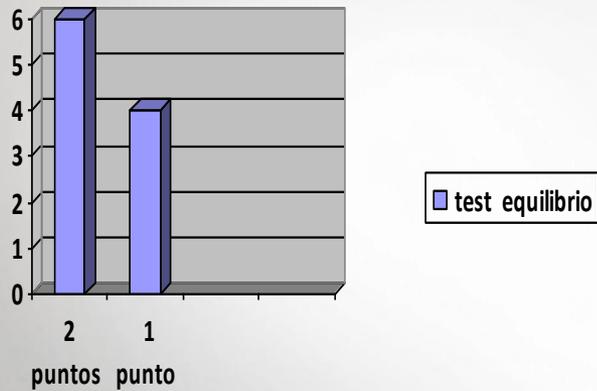
El 50% de población realiza de 9 a 10 levantadas durante 30seg, el 30% realiza de 7 a 8 levantadas y el 20% realiza de 6 levantadas.

TEST DE EQUILIBRIO ESTATICO

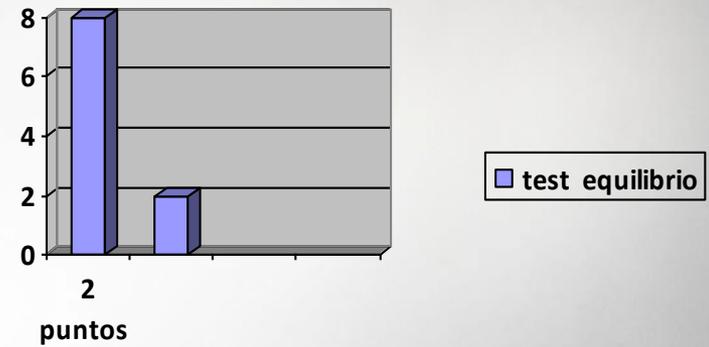
(puntos)

NUMERO DE PERSONAS	PRIMERA TOMA puntos	SEGUNDA TOMA puntos
1	1	2
2	2	2
3	2	2
4	2	2
5	1	1
6	2	2
7	2	2
8	1	1
9	2	2
10	1	2

PRIMERA TOMA

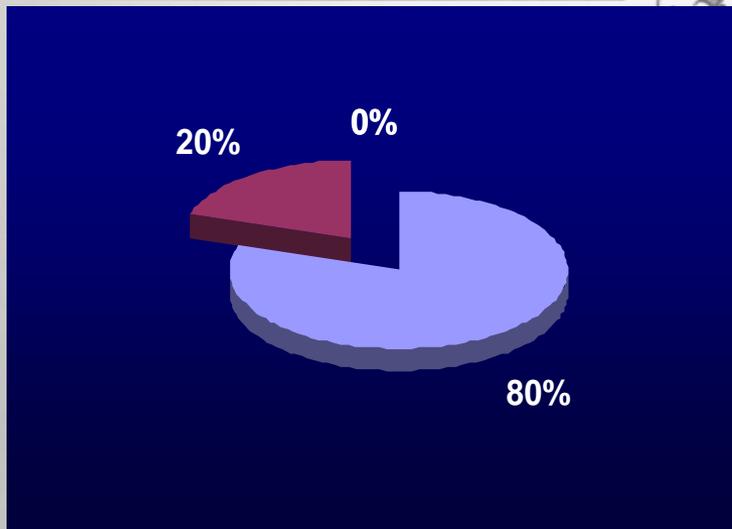


SEGUNDA TOMA



TEST DE EQUILIBRIO ESTÁTICO

RESULTADO FINAL



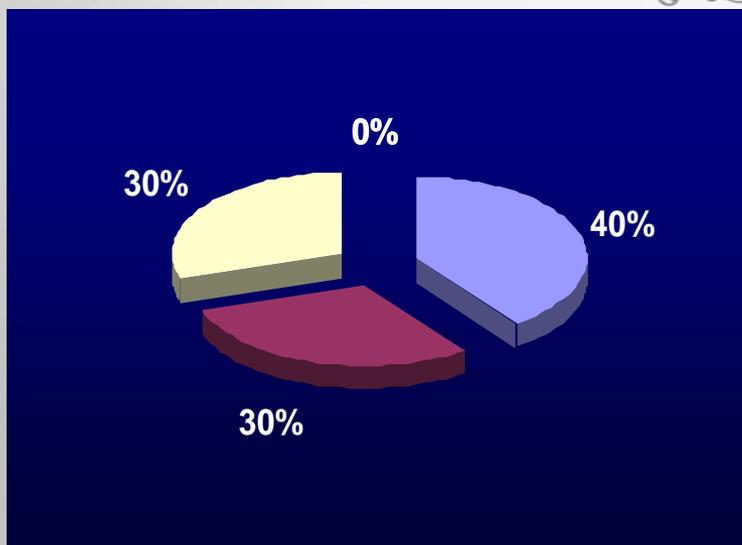
- ❖ En este test comprobamos que el 80% de la población realiza el test correctamente con discreta pérdida de equilibrio que recupera fácilmente.
- ❖ Mientras que el 20% de la población no puede realizarlo o lo hace con una constante pérdida de equilibrio.

TEST DE EQUILIBRIO DIMAMICO

(Tiempo)

NUMERO DE PERSONAS	PRIMERA TOMA TIEMPO	SEGUNDA TOMA TIEMPO
1	50 seg	1min 10 seg
2	1 min	1 min 20 seg
3	1 min	1 min 20 seg
4	45 seg	1 min
5	1 min 00 seg	1 min 20 seg
6	50 seg	1 min 05 seg
7	1 min	1 min 15 seg
8	1 min 05 seg	1 min 15 seg
9	48 seg	1 min
10	52 seg	57 seg

RESULTADO FINAL



❖ el 40% de la población ha mejorado el tiempo de traslado memorando 20 seg el 30% de la población ha disminuido su traslado en un 15 seg mientras que el 30% ha mejorado en un tiempo de 5 a 10 seg.

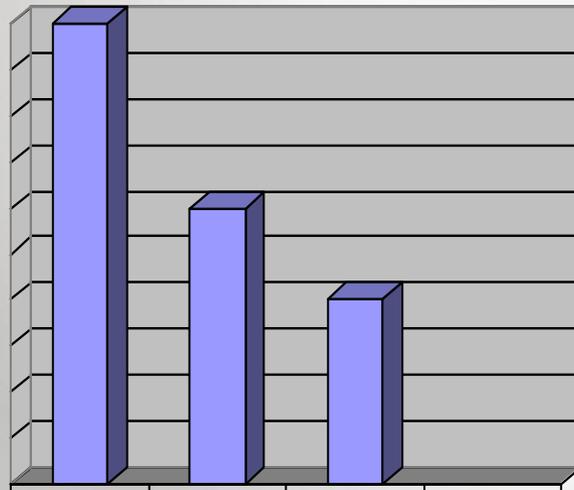
el 40% de la población ha mejorado el tiempo de traslado memorando 20 seg el 30% de la población ha disminuido su traslado en un

TEST DE EQUILIBRIO EN UNA SOLA PIERNA

(tiempo)

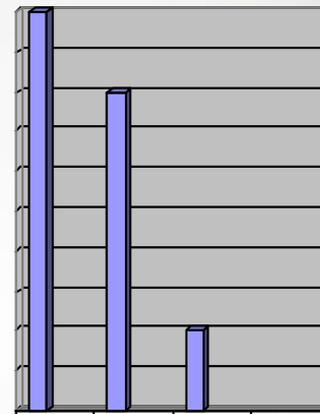
NUMERO DE PERSONAS	PRIMERA TOMA tiempo	SEGUNDA TOMA tiempo
1	30 seg	35seg
2	20 seg	25seg
3	20 seg	20seg
4	35 seg	30seg
5	10 seg	15seg
6	30 seg	32seg
7	20 seg	25seg
8	18 seg	25seg
9	30 seg	35seg
10	35 seg	32seg

primera toma

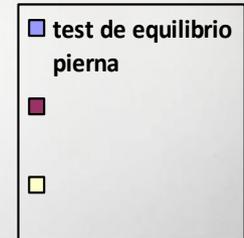


30-35 seg 20-30 seg 10 - 15 seg

SEGUNADA TOMA

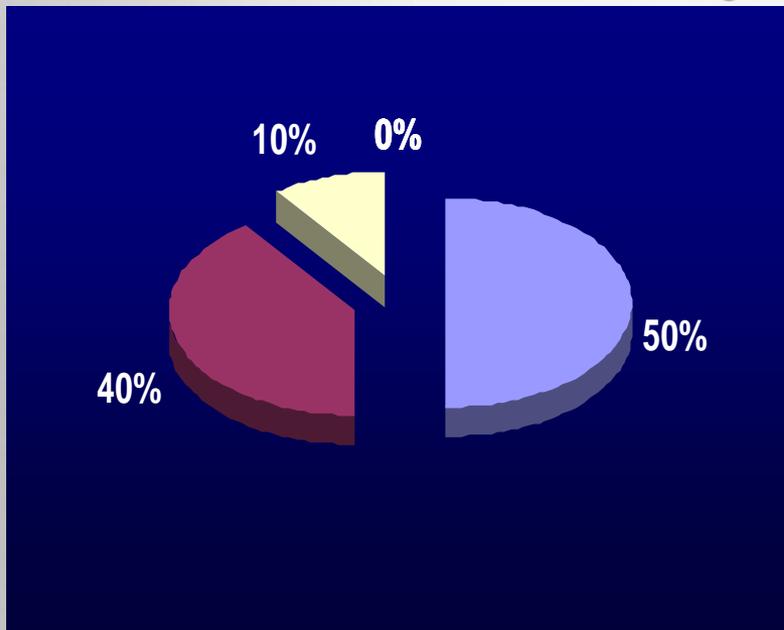


30-35 seg 20-30 seg 10 - 15 seg



TEST DE EQUILIBRIO EN UNA SOLA PIERNA

RESULTADO FINAL



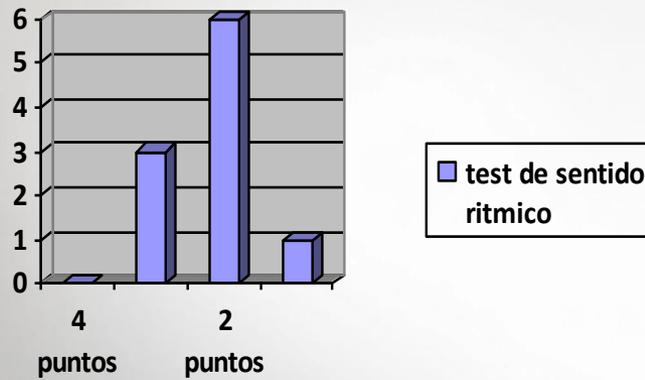
❖ El 50% de la población ha incrementado el tiempo de equilibrio en una pierna entre 30 y 35 seg mientras que el 40% ha incrementado de 20 a 30 seg y el 10% entre 10 y 15seg.

TEST DE SENTIDO RITMICO

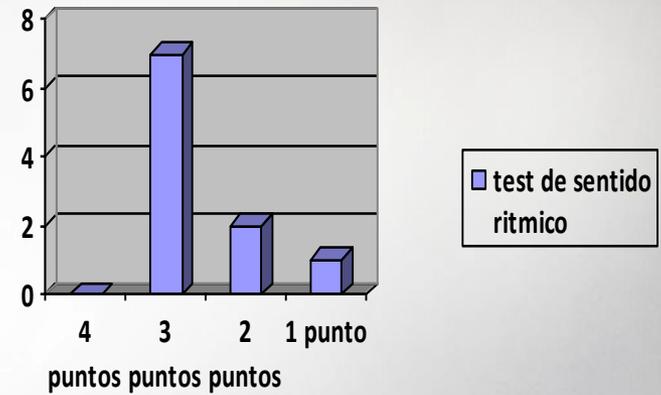
(puntos)

NUMERO DE PERSONAS	PRIMERA TOMA	SEGUNDA TOMA
1	3	3
2	2	2
3	2	2
4	3	3
5	1	1
6	3	3
7	2	3
8	2	3
9	2	3
10	2	3

primera toma

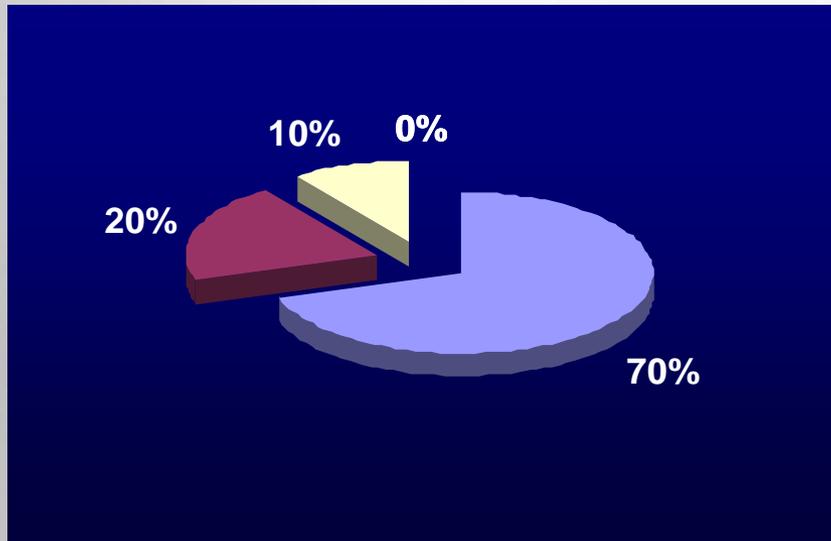


SEGUNDA TOMA



TEST DE SENTIDO RITMICO

RESULTADO FINAL



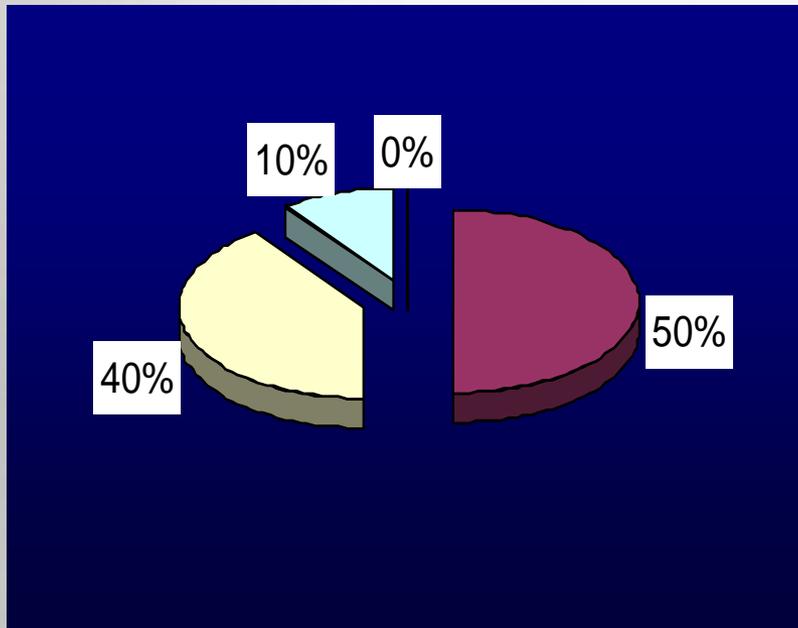
❖ El 70% de la población realiza la ejecución adecuada, mediante el ritmo, el 20% de la población realiza correctamente el rebote con uno y otro pie pero titubea en el cambio de pie de apoyo ,y el 10% realiza la ejecución correcta solo con un pie. No puede cambiar de pie y necesita ayuda para lograrlo.

TEST DE SENTIDO CINESTETICO

(puntos)

NUMERO DE PERSONAS	PRIMERA TOMA puntos	SEGUNDA TOMA puntos
1	MB	MB
2	B	B
3	B	B
4	MB	MB
5	B	B
6	MB	MB
7	ACEP	ACEP
8	B	B
9	MB	MB
10	MB	MB

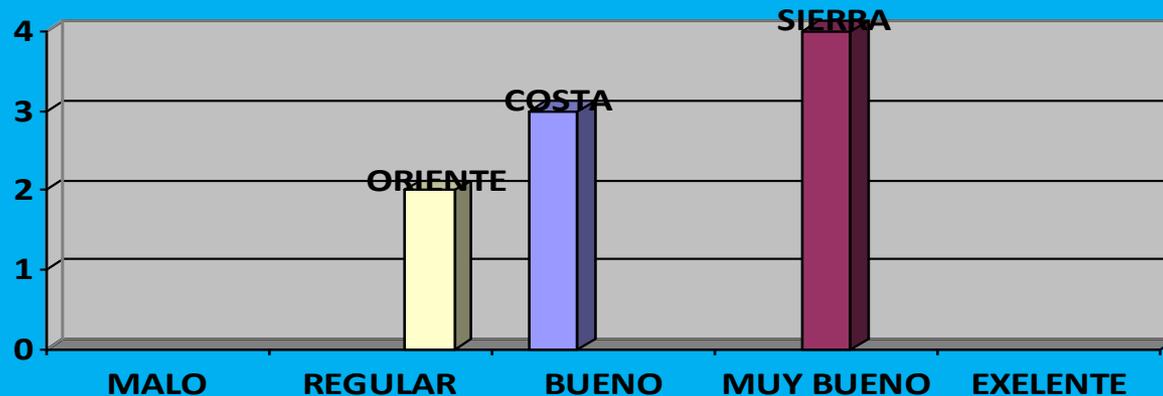
RESULTADO FINAL



El 50% de la población tiene una puntuación muy buena que varían entre 17 y 20 puntos. El 40% tiene una buena mejoría que su puntuación varían 14 a 16 puntos. El 10% de la población varia en una puntuación de aceptable entre 10 a 13 puntos .

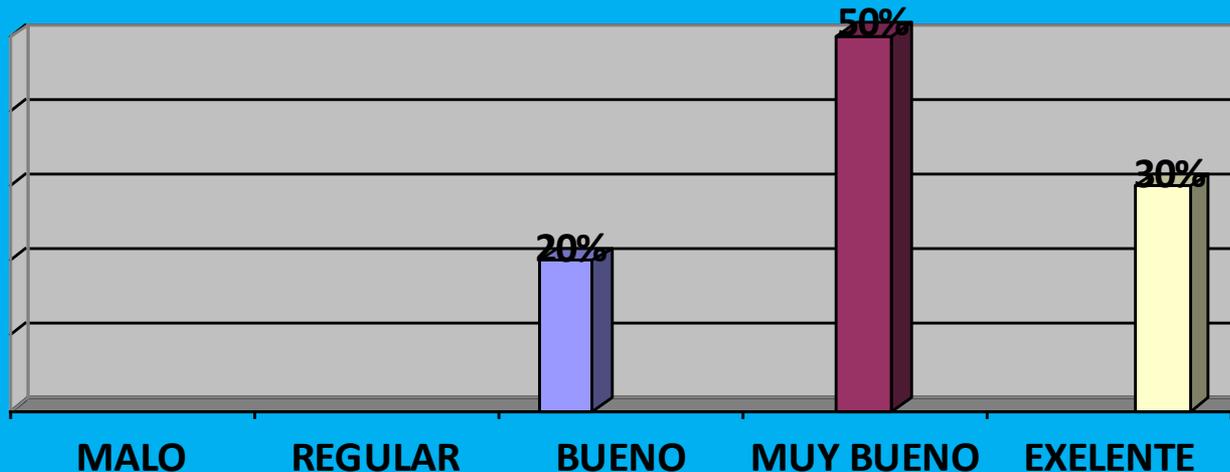
VALORACION DE LA GUIA DE OBSERVACION SOBRE LA DANZA

VARIEDAD DE RITMOS UTILIZADOS



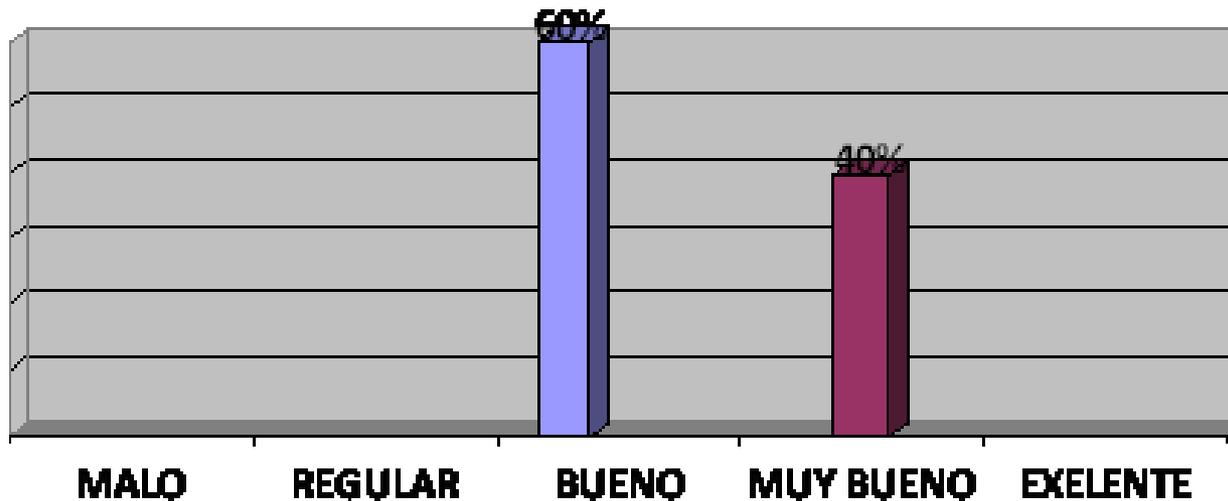
- la región que mayor variedad de ritmos utilizados lo quieren practicar son los ritmos de la sierra con una calificación de (4) que representa a muy bueno los ritmos de la región siguiente es la costa con (3) bueno y los ritmos menos agradables para bailarlos son del oriente (2) regular.

METODOLOGIA DE ENSEÑANZA EN LA DANZA FOLKLORICA NACIONAL



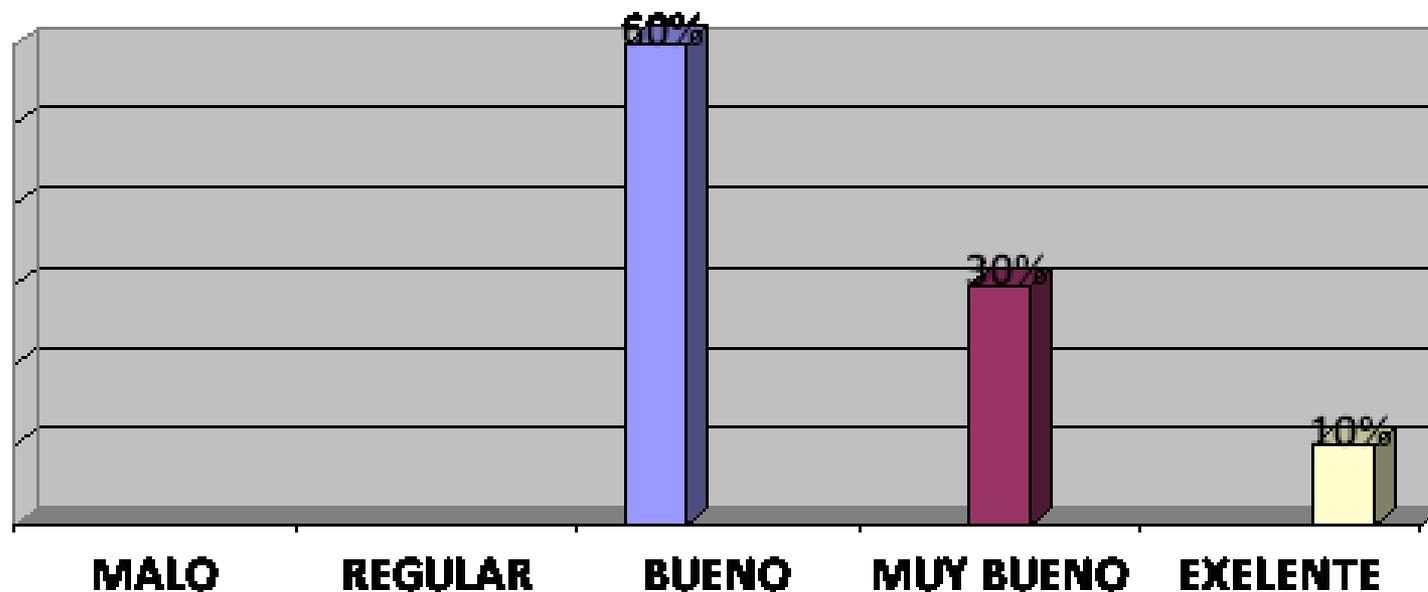
la metodología de enseñanza en la danza folklórica nacional es 4 lo que representa a muy bueno y lo valorizo el 50% de la población mientras que el 30% dice que la metodología de enseñanza en la danza folklórica nacional es excelente (5) y el 20% de la población califica a la metodología de enseñanza de la danza folklórica nacional es bueno (3) .

PROCEDIMIENTOS ORGANIZATIVOS UTILIZADOS EN LA DANZA FOLKLORICA NACIONAL



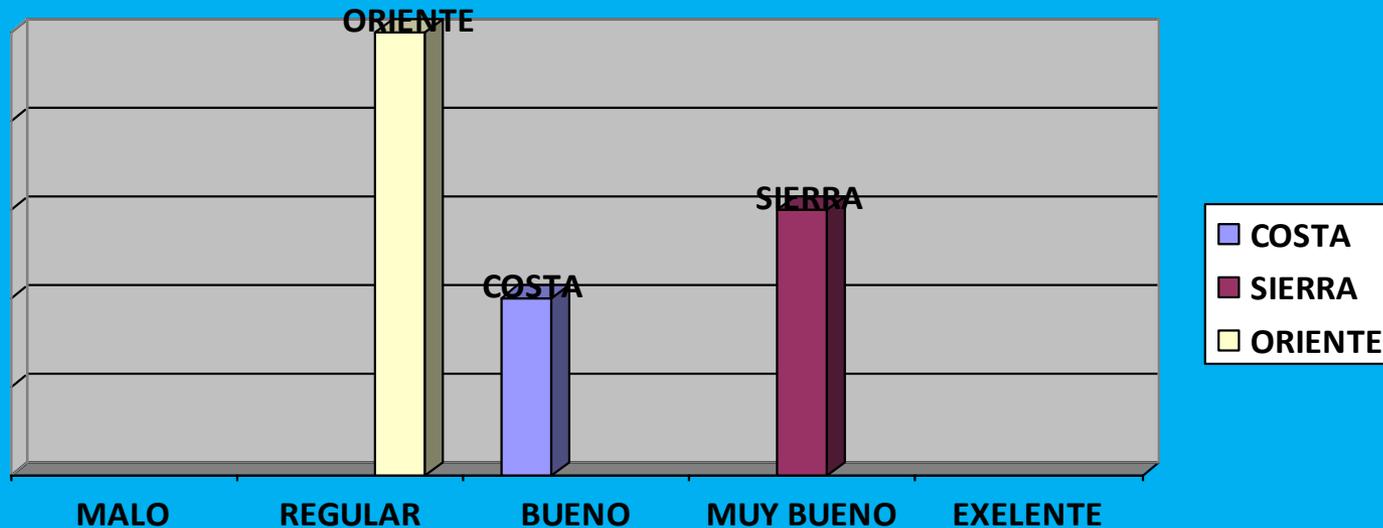
- los procedimientos organizativos utilizados en la danza folklórica nacional fue bueno(3) según el 60% de la población y el 40% de la población dice que los procedimientos organizativos utilizados en la danza folklórica nacional es muy bueno (4)

APLICACION DE PRINCIPIOS METODOLOGICOS EN LA DANZA FOLKLORICA NACIONAL



- el 60% de la población dice que la aplicación de principios metodológicos en la danza folklórica nacional es bueno (3) mientras que el 30% de la población indica que es muy bueno (4) y el 10% de la población indica que es excelente (5)

EJECUCION DE PASOS BASICOS DE CADA REGION



- la ejecución de pasos básicos de cada región el más fácil y con más gusto es el de la región sierra que el 60% de la población lo considera como muy bueno mientras que el 40% de la población aduce que los ritmos de la región costa los consideran buenos (3) aunque sean de mayor complejidad pero si se les puede realizar la región con los ritmos menos factibles para impartir son de la región del oriente ya que el 100% de la población aduce que estos ritmos son de mayor complejidad y no emanan entusiasmo en sus pasos.

CONCLUSIONES

Sirve para mejorar la motricidad del adulto mayor

Ayuda al adulto mayor para un mejor desempeño en su vida cotidiana

PROGRAMA DE DANZA FOLKLORICA NACIONAL

Mejora los estilos y calidad de vida del adulto mayor

CONCLUSIONES

❖ Se observan en los adultos mayores mejores movimientos corporales, y de disfrute en cada clase impartida , tanto a nivel personal como en el grupo





CONCLUSIONES

❖ El programa permite que se constituya una red de relaciones donde se hace posible el mutuo reconocimiento del sujeto, donde se comunican experiencias con un lenguaje que les es propio, que rebasa el hablar y se incluye el cuerpo como medio de expresión y comunicación de sentidos y sentimientos



CONCLUSIONES

- ❖ En lo socio afectivo, el programa ofrece a los adultos mayores la opción de interactuar, generando en ellos una meta en común, mejorar su estado físico y mental ,



CONCLUSIONES

❖ En cada semana estudiada se logró incorporar a más adultos mayores con discapacidades físicas y psicológicas. Lo cual nos indica que la danza lo pueden practicar todas las personas pero con diferente frecuencia e intensidad.



CONCLUSIONES

- ❖ Mi aporte ha sido diseñar un programa de Danza Folklórica para el adulto mayor del asilo en cual se lo va ha seguir impartiendo.



RECOMENDACIONES

- ❖ Es fundamental aplicar este programa no solo a nivel de Esmeraldas sino a nivel Nacional





RECOMENDACIONES

- ❖ Tener un personal capacitado dentro del área de la Educación Física y dancística con el fin de eliminar a la gente empírica y sin conocimientos sobre nuestra área



RECOMENDACIONES

- ❖ Impartir charlas sobre los beneficios que tiene la Danza en los adultos mayores para aumentar su predisposición , motivación con ello lograr nuestros objetivos



RECOMENDACIONES

- ❖ Es necesario indicar que todos los adultos mayores que participan en este Programa utilicen una indumentaria adecuada, que facilite la ejecución de los ejercicios y eviten lesiones



RECOMENDACIONES

- ❖ Como factor de evaluación se recomienda tomar distintos test cada tres meses del programa para verificar que pasa con la motricidad del adulto mayor.

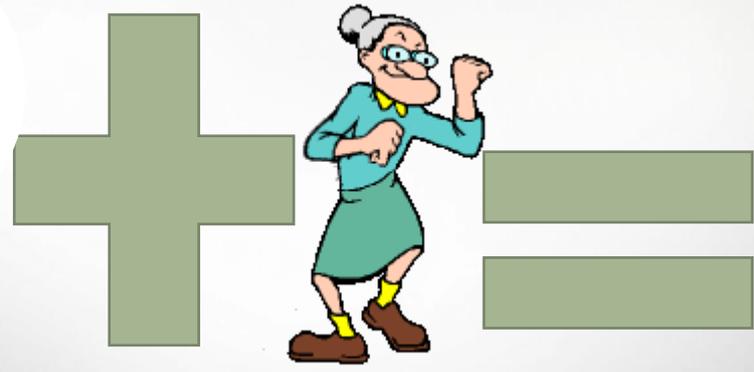


PROPUESTA ALTERNATIVA

“INCIDENCIA DE UN PROGRAMA
DE DANZA FOLKLÓRICA
NACIONAL EN LA MOTRICIDAD
DEL ADULTO MAYOR DEL ASILO
DE ANCIANOS DE ESMERALDAS
EN EDADES COMPRENDIDAS DE ±
65 AÑOS. PROPUESTA
ALTERNATIVA”



INTRODUCCIÓN



JUSTIFICACIÓN

- ❖ Este proyecto se realizara con el fin de dar a conocer a este asilo un nuevo método mediante un trabajo lúdico y artístico pero a su vez técnico, ya que un trabajo lúdico y técnico a más de desarrollar lo físico y emocional se desarrolla valores, trabajo en equipo y todo lo que en ello involucra
- ❖ La razón por la cual los objetivos del asilo son tan amplios es porque al respaldar y apoyar el trabajo medico y terapéutico , su accionar demanda una tarea en beneficio de todos los sectores y de la ciudad.

JUSTIFICACIÓN

❖ A su vez el movimiento es una fuente inagotable de conocimientos y afectos. Con los antecedentes planteados, el presente proyecto incluyo la Danza Folklórica Nacional como terapia de rehabilitación para el Adulto Mayor, en el ámbito matriz que abarca todos los procesos que participan en el control y manejo de postura y movimiento como procesos sensores, perceptores y cognitivos.

OBJETIVOS

GENERAL

- Diseñar un propuesta alternativa de la Danza Folklórica Nacional para el Manteniendo de la Motricidad del Adulto mayor

ESPECIFICOS

- Verificar el grado de motricidad del Adulto Mayor
- Evaluar el grado de mantenimiento o mejoramiento de la motricidad
- Conocer las características y técnicas de la Danza Folklórica Nacional

Está referida a la coordinación de movimientos amplios, como: rodar, saltar, caminar, correr, bailar, etc..
El área motora gruesa tiene que ver con los cambios de posición del cuerpo y la capacidad de mantener el equilibrio.

FUNDAMENTACION TEORICA

DEFINICION DE MOTRICIDAD

MOTRICIDAD GRUESA

Está referida a la coordinación de movimientos amplios, como: rodar, saltar, caminar, correr, bailar, etc..

El área motora gruesa tiene que ver con los cambios de posición del cuerpo y la capacidad de mantener el equilibrio.



DEFINICION DE DANZA



La danza es una expresión natural y espontánea en el ser humano, así como lo es el movimiento que la impulsa a ser una manifestación común del sujeto, el que a su vez la utiliza, o es utilizado por ella, como una forma de comunicación y expresión; inclusive de aquellos sentimientos que son difíciles de comunicar con la palabra.

CLASIFICACION DE LA DANZA FOLKLORICA NACIONAL TOMADA POR RAICES

PASILLO

PASACALLE

BOMBA DEL CHOTA

SAN JUANITO

CLASIFICACION DE LA DANZA FOLKLORICA NACIONAL

DANZANTE

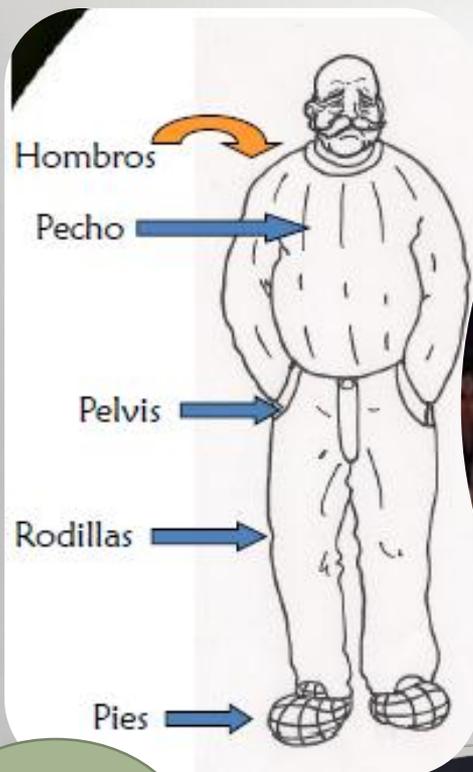
CAPHISCA

AIRE TIPICO

MARIMBA



POSTURA PARA PRACTICAR LA DANZA



BENEFICIARIOS



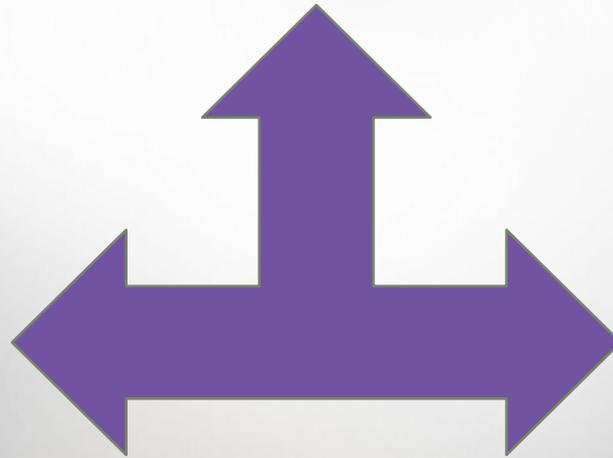
ADULTOS MAYORES DEL
ASILO DE ESMERALDAS

FACTIBILIDAD DE LA PROPUESTA

AUTOGESTION

EXPERIENCIA DE
EJECUCION DE
PROYECTOS

AMPLIAS
INSTALACIONES



CONSIDERACIONES METODOLOGICAS **PARA LAS SESIONES DE LA DANZA** **FOLKLORICA NACIONAL**



3 X SEMANA

ENTRADA AL
CALOR

MOTIVACION
CONTANTE

DEMOSTRACIONES
CLARAS

CONTROL DE SU
FICHA MEDICA

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

- ❖ Método explicativo
- ❖ Método continuo
- ❖ Método de Repeticiones
- ❖ Método de control
- ❖ Improvisaciones





RECURSOS DIDACTICOS
MATERIALES

Espacio físico
grabadora
música,
vestuarios
accesorios variados

PROCEDIMIENTOS
ORGANIZATIVOS

Individual
Colectivos
Mixtos

PLAN DE CLASE N.- 1

UNIDAD: DANZA FOLKLORICA NACIONAL

TEMATICA: PASILLO

TIEMPO: 60 MIN

FECHA

PROFESOR

OBJETIVO: apropiación de los pasos básicos y la conexión del cuerpo y mente para el desarrollo de la motricidad

PARTE	CONTENIDO	DOSIFIC.	PROC. ORGA	OBSERVACION METODO.
INICIAL	Formación Planteamiento del objetivo Calentamiento general: Movilidad articular Estiramiento	2' 8' 5' 5'	COLUMNAS COLUMNAS COLUMNAS	MUSICA ALEGRE
PRINCIPAL	Técnicas básicas de baile individual Pasillo	60'	FILAS	Motivación continua Controlar los movimientos. Evitar los movimientos bruscos. Controlar que se realice correctamente la coordinación de los movimientos.
FINAL	Vuelta a la calma respiración Estiramiento Motivación Planteamiento objetivo de la sig. clase despedida de la clase	5' 2' 3'	Circulo Columnas	Evaluación actitudinal

SEMANA1

- EN LA SEMANA 1 APLICAREMOS LOS RITMOS CON MAYOR DIFICULTAD DE EJECUCION EN LOS PASOS BASICOS DE TAL MANERA QUE EN ESTA SEMANA ES MUY IMPORTANTE INTRODUCIR OTROS RITMOS MAS SENCILLOS COMO EL VALS EL CUAL SE LO MARCA EN 3 TIEMPOS Y ESTE NOS AYUDARA A MARCAR DE MEJOR MANERA LOS RITMOS EN ESTA SEMANA, Y NOS AYUDARA A QUE EL ADULTO MAYOR SE RELACIONE CON EL TIEMPO , ESPACIO Y RITMO.
- RECORDEMOS QUE ES MUY IMPORTANTE REALIZARLO DE FORMA SISTEMATICA Y PAUSADA PARA NO CANSAR AL ADULTO MAYOR

PLAN DE CLASE N.- 14

UNIDAD: DANZA FOLKLORICA NACIONAL

TEMATICA: PASILLO

TIEMPO: 60 MIN

FECHA

PROFESOR

OBJETIVO: apropiación de los pasos básicos y la conexión del cuerpo y mente para el desarrollo de la motricidad

PARTE	CONTENIDO	DOSIFIC.	PROC. ORGA	OBSERVACION METODOLOGICA
INICIAL	Formación Planteamiento del objetivo Calentamiento general: Movilidad articular Estiramiento	2' 8' 5' 5'	COLUMNAS COLUMNAS COLUMNAS	MUSICA ALEGRE
PRINCIPAL	TECNICAS DE BAILE EN PAREJAS PASILLO	60'	PAREJAS	Motivación continua Controlar los movimientos. Evitar los movimientos bruscos. Controlar que se realice correctamente la coordinación de los movimientos.
FINAL	Vuelta a la calma respiración Estiramiento Motivación Planteamiento objetivo de la sig. clase despedida de la clase	5' 2' 3'	Circulo Columnas	Evaluación actitudinal

SEMANA 5,6 Y 7

- EN ESTAS SEMANAS COMO SE VA A TRABAJAR CON PAREJAS ES MUY IMPORTANTE EMPEZAR DESDE EL INICIO YA QUE RECORDAMOS QUE EL ADULTO MAYOR NO TIENE BIEN COORDINADOS SUS MOVIMIENTOS Y SE LE VA A COMPLICAR TRABAJAR CON SU PAREJA.
- ES POR ELLO QUE DEBEMOS EMPEZAR DESDE LOS PASOS BASICOS CON CADA PAREJA .

PLAN DE CLASE N.- 27

UNIDAD: DANZA FOLKLORICA NACIONAL

TEMATICA: PASACALLE

TIEMPO: 60 MIN

FECHA

PROFESOR

OBJETIVO: apropiación de los pasos básicos y la conexión del cuerpo y mente para el desarrollo de la motricidad

PARTE	CONTENIDO	DOSIFIC.	PROC. ORGA	OBSERVACION METODOLOGICA
INICIAL	Formación Planteamiento del objetivo Calentamiento general: Movilidad articular Estiramiento	2' 8' 5' 5'	COLUMNAS COLUMNAS COLUMNAS	MUSICA ALEGRE
PRINCIPAL	TECNICAS DE BAILE EN GRUPOS PASACALLE	60'	GRUPOS	Motivación continua Controlar los movimientos. Evitar los movimientos bruscos. Controlar que se realice correctamente la coordinación de los movimientos.
FINAL	Vuelta a la calma respiración Estiramiento Motivación Planteamiento objetivo de la sig. clase despedida de la clase	5' 2' 3'	Circulo Columnas	Evaluación actitudinal

SEMANA 9 Y 10

- COMO SON LAS ULTIMAS SEMANAS DEL PROGRAMA Y CON ELLO HEMOS OBSERVADO QUE EL ADULTO MAYOR VA MEJORANDO SU MOTRICIDAD Y COORDINACION EMPEZAMOS A REALIZAR PEQUEÑAS ESTRUCTURACIONES COREOGRAFICAS LAS CUALES EN ELLAS SE OBSERVA QUE EL ADULTO MAYOR MANEJA SU CUERPO CON MAYOR SOLTURA, SABE LLEVAR Y DEJARSE LLEVAR DE SU PAREJA INCREMENTANDO YA LOS OBJETOS EXTERNOS DEPENDIENDO DE LOS RITMOS QUE VAN HACER UTILIZADOS

PLAN DE CLASE N.- 33

UNIDAD: DANZA FOLKLORICA NACIONAL		TEMATICA: PASILLO		
TIEMPO: 60 MIN		FECHA	PROFESOR	
OBJETIVO: apropiación de los pasos básicos y la conexión del cuerpo y mente para el desarrollo de la motricidad				
PARTE	CONTENIDO	DOSIFIC.	PROC. ORGA	OBSERVACION METODOLOGICA
INICIAL	Formación Planteamiento del objetivo Calentamiento general: Movilidad articular Estiramiento	2' 8' 5' 5'	COLUMNAS COLUMNAS COLUMNAS	MUSICA ALEGRE
PRINCIPAL	ESTRUCTURACION COREOGRAFICA CON PASOS BASICOS Y EN GRUPOS PASILLO	60'	GRUPOS	Motivación continua Controlar los movimientos. Evitar los movimientos bruscos. Controlar que se realice correctamente la coordinación de los movimientos.
FINAL	Vuelta a la calma respiración Estiramiento Motivación Planteamiento objetivo de la sig. clase despedida de la clase	5' 2' 3'	Circulo Columnas	Evaluación actitudinal

SEMANA 11 Y 12

EN ESTAS SEMANAS UNICAMENTE SE REALIZAN
ESTRUCTURACIONES COREOGRAFICAS COMPLETAS

Anexos

ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

GUÍA DE OBSERVACIÓN SOBRE EL PROGRAMA DE DANZA FOLKLORICA NACIONAL EN LA MOTRICIDAD DEL ADULTO MAYOR DEL ASILO DE ANSIANOS DE ESMERALDAS

OBJETIVO: Recolectar información sobre algunos aspectos relevantes SOBRE EL PROGRAMA DE DANZA FOLKLORICA NACIONAL aplicado a grupos de adultos mayores DEL ASILO DE ESMERALDAS. Para la presente guía utilizó la escala siguiente:

1 MALO

2 REGULAR

3 BUENO

4 MUY BUENO

5 EXELENTE

FECHA _____

OBSERVADOR _____

ACTIVIDADES	EVALUACION				
	1	2	3	4	5
Variedad de Ritmos utilizados					
Metodología de enseñanza					
Procedimientos Organizativos utilizados en la danza Folclórica Nacional					
Aplicación de principios metodológicos					
Tipos de motricidad utilizadas el programa					
Secuencia de pasos que relacionan el cuerpo con la motricidad					

BIBLIOGRAFIA

- ❖ www.proyectosuinvestigativos.com
- ❖ Datos de ayuda por el Dr. Galo Albuja
- ❖ Salomé Hilares Soria “Juego Trabajo en el adulto mayor”
- ❖ Collell, A., Ribera-Nebot, D. i Esteve, R. (2000). Memòria de les activitats esportives de pati de l' I.E.S. La Mina del cursos 1998/99 i 1999/00.
- ❖ IES La Mina (Departament d'Ensenyament-Generalitat de Catalunya).
- ❖ Inglehart, R. (2000). Globalization and postmodern values. The Washington Quarterly, 23:1, 215-228.
- ❖ Le Boulch, J. (1996). Mouvement et développement de la personne. Edit.Vigot: Paris.

- 
-
- ❖ MORENO, Segundo Luis; “Música y danza autóctonas del Ecuador”; Biblioteca de la Fundación Cultural "Ballet Andino Ecuador"
 - ❖ Dharcourt Raúl y Margarita, “La música de los incas y sus descendientes”; Biblioteca de la Fundación Cultural "Ballet Andino Ecuador"
 - ❖ COSTALES Samaniego Alfredo, “El Chagra estudio del Mestizaje Ecuatoriano”; Biblioteca de la Fundación Cultural "Ballet Andino Ecuador"
 - ❖ De CARVALO – NETO Paulo, “Diccionario del Folklor Ecuatoriano”; Biblioteca de la Fundación Cultural "Ballet Andino Ecuador"
 - ❖ RAMÍREZ, Farley , Cultura del Ecuatoriana, Cónsul del ecuador en Bolivia; Biblioteca de la Fundación Cultural "Ballet Andino Ecuador"
 - ❖ CUVI, Pablo, "Viva la fiesta" Dineediciones, 2002; Biblioteca de la Fundación Cultural "Ballet Andino Ecuador"
 - ❖ ANHALZER, Jorge, "Ecuador a ras del suelo" Segunda Edición Quito Ecuador ,2000 ; Biblioteca de la Fundación Cultural "Ballet Andino Ecuador"

- 
-
- ❖ **Cruz González, Gisela: Coexistencia de generaciones en el Ballet Cubano. Desarrollo y continuidad. Trabajo de Diploma en opción al título de Licenciada en Arte Danzario. Instituto Superior de Arte, La Habana, julio de 2002.**
 - ❖ Cabrera, Miguel: Alicia Alonso: la realidad y el mito. Ediciones Cuba en el Ballet. Ciudad de La Habana, 2000.
 - ❖ Angel González, Pedro: Enseñanza de las Artes en Cuba: del Maestro Velázquez al Instituto Superior de Arte. Conferencia dictada en el Encuentro de Directores de Institutos Universitarios de Arte de Venezuela. Caracas, mayo de 2000.
 - ❖ Enciclopedia de la Música Ecuatoriana, tomo I – II, Pablo Guerrero
 - ❖ Manual de danza y expresión corporal 1; Ana Cristina Medellín Gómez (año 2000)
 - ❖ CASTAÑER BALCELLS, Marta (2000): Expresión Corporal y Danza. Editorial INDE, Barcelona.
 - ❖ CASTAÑER BALCELLS, Marta (1999): El potencial creativo de la danza y la Expresión Corporal. Editorial INDE, Barcelona.
 - ❖ ARTEAGA, Milagros y VICIANA, Virginia (2000): Las actividades coreográficas en la escuela. Editorial INDE, Barcelona.
 - ❖ ESPEJO, Alicia y ESPEJO, Amparo (1999): Danzas de Madrid en la escuela. Editorial CCS, Madrid.



GRACIAS