

# MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 3

Número 9

2024

**Director:** Ph.D. Richar Posso Pacheco

**Email:** [rjposso@revistamentor.ec](mailto:rjposso@revistamentor.ec)

**Web:** <https://revistamentor.ec/>

**Editora en Jefe:** Ph.D.(c) Susana Paz Viteri

**Coordinador Editorial:** Ph.D. (c) Josue Marcillo Ñacato

**Coordinadora Comité Científico:** Ph.D. Laura Barba Miranda

**Coordinadora Comité de Editores:** Msc. María Gladys Córdor Chicaiza

**Coordinador del Consejo de Revisores:** Ph.D. Javier Fernández-Rio

**La danza como estrategia para desarrollar las habilidades motrices básicas en edades formativas**

**The use of dance as a strategy to develop basic motor skills in formative ages**

Marjorie Geovanna Simba Silva<sup>1</sup>  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-0970-6144>

Liliana Gabriela Baque Catuto<sup>2</sup>  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8058-1575>

Universidad Estatal Península de Santa Elena. Maestrante de Entrenamiento Deportivo. Santa Elena-Ecuador<sup>(1,2)</sup>

Contacto:  
[marjoriesimba95@gmail.com](mailto:marjoriesimba95@gmail.com)

Recibido: 08-06-2024  
Aceptado: 05-09-2024

## Resumen

La danza es un arte donde el cuerpo es la herramienta principal que acompañada de música permite la expresión corporal, el desarrollo de la creatividad y como resultado final la coreografía en la cual se plasman sus experiencias vividas, sus ideas y sus emociones más profundas. El objetivo del estudio fue conseguir que a través de la danza en la enseñanza de diferentes ritmos musicales los niños en edades formativas aprendan pasos básicos, los cuales fueron aplicados para crear diferentes coreografías mismas que se presentaron a sus compañeros siendo ellos su público, con ello se buscó conseguir el desarrollo de sus habilidades motrices básicas. La muestra del estudio fue de 10 estudiantes en edades formativas del campamento vacacional “Surcos”, el tipo de investigación utilizada fue cuantitativa puesto que permitió obtener resultados numéricos en donde como herramienta se utilizó un pre y post test el cual constó de siete ejercicios coordinativos mismos que arrojaron datos importantes para la investigación, los cuales fueron tabulados mediante la aplicación del programa SPSS. Los resultados obtenidos afirman que la danza aporta significativamente al desarrollo de habilidades motrices básicas en los niños en edades formativas, teniendo a otros autores que hablan de la aplicación efectiva de la misma.

**Palabras Clave:** Danza, habilidades motrices básicas, ejercicios coordinativos.

## Abstract

Dance is an art where the body is the main tool that, accompanied by music, allows for bodily expression, the development of creativity, and the final result of choreography in which their lived experiences, ideas, and deepest emotions are expressed. The objective of the study was to use dance to teach children in formative ages basic steps in different musical rhythms, which were applied to create different choreographies that were presented to their peers as an audience. The study aimed to achieve the development of their basic motor skills. The sample of the study consisted of 10 students in formative ages from the "Surcos" summer camp. The

research type used was quantitative since it allowed obtaining numerical results where a pre and post-test was used as a tool, consisting of seven coordinative exercises that yielded important data for the research, which were tabulated using the SPSS program. The results obtained affirm that dance significantly contributes to the development of basic motor skills in children in formative ages, with other authors speaking of its effective application.

**Keywords:** Dance, basic motor skills, coordinative exercises.

## Introducción

El presente artículo está enfocado en analizar la problemática que hoy en día se evidencia en los niños en cuanto al desarrollo de las habilidades motrices básicas, y la poca importancia que se da a la danza como una estrategia de enseñanza-aprendizaje para mejorar las distintas habilidades que posee el ser humano sobre todo en edades tempranas, dónde es esencial el aprovechamiento de su desarrollo integral.

Por tal motivo, en el currículo nacional de educación física refiere lo siguiente:

Ayuda a reconocer la importancia de la alteridad, cuando se comparte y aprende con otros en prácticas corporales colectivas, promoviendo condiciones de posibilidad para el intercambio respetuoso y el ejercicio de la ciudadanía participativa, en contextos multiculturales. Las prácticas expresivas son fundamentales para ayudar a niños, niñas y jóvenes a reconocer sus sensaciones, percepciones y sentimientos, en aras de trabajar la desinhibición, el respeto y el derecho de las personas a expresarse, evitando la sensación de exposición sometidas a juicios de valor. Las prácticas expresivo-

comunicativas tienen, además, un mensaje y, por tanto, una construcción creativa para facilitar su manifestación. (Ministerio Educación, 2017, 43)

En la actualidad, la danza ha adquirido una presencia significativa en las redes sociales y en diversos eventos y festivales, incluso desde edades tempranas. No obstante, se ha observado una carencia en el desarrollo de habilidades motrices básicas, como los desplazamientos, saltos, giros y lanzamientos. Por lo tanto, es de suma importancia comprender el origen de la danza como elemento central, ya que esto nos permite un desarrollo eficaz a través de los distintos ritmos musicales y sus correspondientes metodologías. Es esencial destacar que:

La danza es un lenguaje utilizado para expresar una amplia gama de sentimientos. Además, es una actividad que promueve el desarrollo de habilidades físicas, cognitivas y motrices. En edades tempranas, la danza no solo mejora las habilidades motrices fundamentales, sino que también permite combinar una variedad infinita de movimientos con la música, mejorando así la expresión corporal. (Patajalo Guambo, 2020, p.43).

Una vez comprendido el significado de la danza se encuentra un punto de partida el cual permite desarrollar las habilidades motrices básicas a través de la enseñanza de diferentes ritmos musicales que motiven a una práctica constante y continua de la misma. Así mismo, el siguiente aspecto que aborda Hidalgo (2018) citado por Zuluaga Naranjo & Londoño Cuervo (2021) en su trabajo menciona lo siguiente: Las habilidades motrices son las destrezas motoras que los seres humanos desarrollan con el tiempo, y a través de ellas, acumulan experiencias que gradualmente se transforman en habilidades motoras fundamentales.

Por tanto, resulta fundamental cultivar las habilidades desarrolladas durante las etapas formativas desde temprana edad. En el proceso de enseñanza de danza, baile o ejercicios con música, es esencial que este sea accesible y divertido. Para lograrlo, el docente debe emplear una metodología de enseñanza apropiada, como se señala en el estudio de (Cuenca, 2020).

Según Analuiza et al. (2017) menciona que:

La danza se disfruta por su valor como forma de entretenimiento, se baila rítmicamente con otros para establecer vínculos sociales, se toman clases de danza para mejorar la imagen corporal y la percepción de uno mismo, o simplemente para gozar de la experiencia. Además, destacan que la práctica de la danza y la exposición a diversos ritmos musicales nacionales tienen un impacto significativo en la mejora de la coordinación en niños en edad escolar. Asimismo, argumentan que la danza debe ser incorporada como una herramienta educativa en la educación física debido a los valores que aporta, tales como el desarrollo de la educación del movimiento, la formación musical y el fomento de la apreciación estética. (p.114)

A través de la siguiente investigación se pretende abordar aspectos clave de la danza con el propósito de fomentar el desarrollo de las habilidades motrices fundamentales. Se busca así mejorar el desempeño en el escenario, promover la conciencia corporal a través de la expresión a través del movimiento y perfeccionar las habilidades en este ámbito.

En línea con lo señalado por Rodríguez-Gomez (2018) se destaca que, en sus primeros años de desarrollo, el niño posee una percepción inicial de su cuerpo que gradualmente

evoluciona hacia una comprensión más detallada. Esto implica que adquiere la noción de que su cuerpo cuenta con límites claramente definidos y que sus distintas partes están interconectadas, conformando así una estructura corporal bien definida.

El objetivo es generar un interés genuino, ya que a través de este enfoque se puede identificar la necesidad de investigar a fondo temas relacionados con la danza. Esto, a su vez, permitirá un desarrollo óptimo de las habilidades en esta área.

En consonancia la danza emerge como un arte que potencia significativamente la capacidad expresiva, la habilidad cognitiva, la destreza física y el desarrollo motor en individuos desde sus primeros años. A través de la danza y la ejecución de sus variados movimientos, se inicia un proceso de comprensión profunda de la estructura corporal. Además, se ha corroborado científicamente que los estudiantes que se dedican a esta forma de expresión están cultivando sus habilidades coordinativas y mejorando sus capacidades perceptivo-motrices (Estevez, 2020).

De esta manera, el enfoque busca involucrar a un grupo de niños en sus primeros años de vida con el propósito de facilitar un desarrollo integral, posibilitándoles el aprendizaje de diversos ritmos musicales. Este proceso se lleva a cabo de manera lúdica y se enfoca en ejercicios de coordinación. Analuiza et al. (2017) en su trabajo, aborda un enfoque de danza divergente en el cual la creatividad, el juego y la interacción social adquieren mayor importancia que el enfoque en la técnica, la repetición y la memorización de patrones de movimiento.

Por lo tanto, la danza se presenta como una herramienta fundamental para impactar de manera positiva en la salud y la calidad de vida, con el objetivo de fomentar un desarrollo integral de la persona. Este impacto se materializa al facilitar la liberación del estrés y al mejorar sus habilidades motrices básicas.

Por consiguiente, nuestro objetivo principal es emplear la danza como una herramienta para potenciar las habilidades coordinativas en las etapas formativas, utilizando ejercicios coordinativos de manera lúdica que estimulen el desarrollo de las habilidades motrices fundamentales. Nuestra meta es diagnosticar el estado actual de estas habilidades en los niños al inicio de su participación en las actividades de danza y, posteriormente, evaluar la efectividad de los resultados obtenidos a través de los ejercicios de danza en la mejora de sus habilidades motrices básicas.

## Metodología

El tipo de investigación que hemos llevado a cabo es de naturaleza descriptiva, dado que involucra la observación y el análisis de los eventos tanto antes (pre-aplicación de ejercicios) como después (post-aplicación de ejercicios) de la implementación de actividades de danza. Buscando comprender cómo el desarrollo de la danza influye en la mejora de los resultados en la ejecución de ejercicios enfocados en el desarrollo de habilidades específicas.

En esta investigación, la población de interés está compuesta por 30 niños, y la muestra seleccionada consiste en 10 niños en etapas formativas, con edades comprendidas entre 11 y 12 años, que participan en el curso vacacional "Surcos" en la provincia de Pichincha. El método de muestreo utilizado fue intencional o por conveniencia, lo que significa que se seleccionaron a los niños en función de su disponibilidad y su adecuación para el estudio, basándose en su conocimiento previo o experiencia en danza u otras consideraciones relevantes para los objetivos de la investigación.



El método aplicado en la siguiente investigación es de carácter cuantitativa porque fue una estrategia de investigación que se centró en cuantificar la recopilación y el análisis de datos recogidos mediante un circuito de ejercicios de coordinación en escalera. Estos ejercicios se evaluaron por tiempo, esto permitió arrojar datos importantes para la investigación, una vez aplicado a los niños escogidos, adicional se utilizó una guía de observación para medir el cumplimiento de cada ejercicio en la población evaluada.

Para el análisis de los datos recogidos se utilizó el programa de SPSS el cual permitió organizar la información y tabular los datos para un manejo óptimo de los resultados obtenidos. Ejercicios de danza aplicados:

Los ejercicios empleados fueron los siguientes: Apoyo simple frontal, pasa la escalera entera pisando sólo un cuadrado con cada pie lo más rápido posible. Saltos con un pie, con el mismo pie se avanza pisando cada cuadrado. Doble apoyo frontal, pasa la escalera pisando cada cuadrado con los dos pies, se aplica dos apoyos en cada cuadrado. Apoyo simple lateral, frontal y dentro fuera lateral, igual que en el primer ejercicio, pero de forma lateral, después en cada cuadrado tiene que hacer doble apoyo y después fuera de él, y así en todos los cuadrados. Salto con los dos pies en este ejercicio salta hasta el segundo cuadrado y después salta hacia atrás al primero. Salto con dos pies de manera lateral, cayendo en el próximo cuadrado. Salto con un solo pie (a la pata coja), avanzando de lateral, siempre pisando en cada cuadrado, primero con derecha y luego con izquierda.

## Resultados

En la primera semana de la investigación, se administró un pre-test que consistió en siete ejercicios coordinativos, sirviendo como punto de partida para el estudio. Durante las semanas dos, tres y cuatro, se llevaron a cabo sesiones de danza con los niños en sus etapas

formativas. Al concluir la cuarta semana, se aplicó un post-test, a partir del cual obtuvimos los resultados que se presentan en la siguiente tabla.

Tabla 1

*Resultados Post test*

CRITERIOS	1.Apoyo simple frontal	2.Saltos con un pie	3.Doble apoyo frontal	4.Apoyo simple lateral, frontal y dentro fuera lateral	5.Salto con los dos pies progresivo (avanzo 2 – regreso 1)	6.Salto con dos pies lateral	7.Salto con un solo pie lateral (a la pata coja)
	Pre-Test (SEM 1)			Post-Test (SEM 4)			
Deportista 1			34,05				32,62
Deportista 2			1,01,22				47,34
Deportista 3			43,24				38,07
Deportista 4			50,09				40,88
Deportista 5			32,47				32,54
Deportista 6			37,65				36,88
Deportista 7			47,64				43,07
Deportista 8			54,97				43,94
Deportista 9			31,3				32,88
Deportista 10			29,86				27,64

Tabla 2

*Estadísticas de muestras emparejadas*

		Media	N	Desv. Estándar	Media de error estándar
Par 1	Pre_test	00:42.25	10	00:10.91	00:03.45
	Pos_test	00:37.59	10	00:06.22	00:01.97

Para abordar el problema de investigación, se aplicó una prueba t pareada, la cual permite evidenciar en la media una diferencia significativa en los valores del pre-test y post-test.

Tabla 3

*Correlaciones de muestras emparejadas*

		N	Correlación	P de un factor	P de dos factores
Par 1	Pos_test & Pos_test	10	0,966	<,001	<,001

En la tabla 3 se evidencia la correlación de las muestras en la cual el valor obtenido es de 0,001 menor al valor p de 0.05, con lo que se puede deducir un valor significativo, afirmando la efectividad de la danza para la mejora de las habilidades motrices básicas.

Tabla 4

*Prueba de muestras emparejadas*

		Diferencias emparejadas					Significación			
		Media	Desv. estándar	Media de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia		t	gl	P de un factor	P de dos factores
					Inferior	Superior				
Par 1	Pos_test	00:04.66	00:05.16	00:01.63	00:00.97	00:08.35	2,859	9	0,009	0,019

Dado que la prueba t pareada es significativa con un valor inferior al valor  $p = 0,05$  se puede concluir que las sesiones de danza son eficaces para mejorar las habilidades motrices básicas en niños en edades formativas.

## Discusión

En esta investigación, se buscó comparar los resultados de niños en etapas formativas mediante la realización de un pre-test y un post-test de ejercicios coordinativos. Estos resultados mostraron mejoras significativas después de un período de 5 semanas de sesiones de clases de danza. Al contrastar este enfoque con el trabajo de (Paucar, 2019), que tenía como objetivo desarrollar la capacidad coordinativa motriz a través de la expresión corporal y la danza, se identificaron similitudes notables. Ambos estudios emplearon pre-test y post-test para evaluar el grado de deficiencia en la capacidad motora y comparar los resultados después de aplicar sus respectivos programas.

El documento de Xuegang (2021) constituye una revisión sistemática y un metaanálisis de ensayos controlados aleatorios que analizaron los efectos de intervenciones de danza en el desempeño de la función física en adultos mayores en buen estado de salud. Este estudio respalda la afirmación de que el baile representa una modalidad de ejercicio físico capaz de mejorar la función física y contribuir a una prolongación del envejecimiento saludable en esta población de adultos mayores.

Según el análisis de los autores May et al. (2020) los estudios sugieren que la danza puede conllevar beneficios en las dimensiones físicas, cognitivas y psicosociales de los niños

con discapacidades. Los resultados de los metaanálisis revelaron efectos significativos, de magnitud moderada a alta, especialmente en las áreas del equilibrio y las habilidades de salto. Además, se observaron impactos positivos en los aspectos psicológicos, cognitivos y sociales, aunque se basaron en un número limitado de estudios disponibles. No obstante, el documento subraya la necesidad de llevar a cabo más investigaciones para profundizar en la comprensión de los posibles beneficios que la danza podría aportar a los niños con discapacidades.

Por último, de acuerdo con el estudio realizado por Ardila Muñoz et al. (2016) se constató que los estudiantes de cuarto y quinto grado de educación primaria en el Colegio Liceo Santa Inés de Tunja experimentaron mejoras en sus capacidades coordinativas, como el control corporal, el equilibrio, la lateralidad, la ubicación espacial, la orientación espacial, la coordinación viso-manual y la coordinación motriz gruesa. Estas mejoras se observaron tras la implementación de un programa de ejercicios físicos durante 8 semanas, ya que se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los resultados obtenidos en las pruebas de pre-test y post-test.

## Conclusiones

El estudio reveló varios aspectos interesantes durante la implementación de las sesiones de danza. Se notó que los sujetos de estudio inicialmente mostraban timidez y vergüenza al expresar sus habilidades en la danza. Sin embargo, a medida que avanzaba el programa y se introducían una variedad de ritmos musicales en las lecciones de danza, se observó que los

niños empezaban a sentirse más cómodos, especialmente al encontrar un ritmo que les gustaba más.

Por lo tanto, la danza tiene como objetivo facilitar que el individuo exprese su autenticidad interna. Esta expresión puede manifestarse a través de diversos aspectos, tales como su estilo de vida, sus pensamientos y emociones, sus tradiciones culturales y conocimientos heredados, o simplemente como una forma de entretenimiento. Además, es importante destacar que la danza es una habilidad valiosa que puede contribuir al desarrollo de la coordinación, la creatividad y la capacidad de socialización en los niños.

De acuerdo con los resultados obtenidos en nuestra investigación, tras la implementación de sesiones de clases de danza y la comparación de los resultados a través de un pre-test y un post-test de ejercicios coordinativos, llegamos a la conclusión de que la danza puede constituir una herramienta efectiva para mejorar las habilidades físicas básicas y para adquirir y desarrollar destrezas fundamentales. Además, se observa que la danza puede tener un impacto positivo en la condición física en general, promover la coordinación, contribuir al bienestar emocional y optimizar procesos cognitivos.

Estos hallazgos enfatizan la relevancia de la danza como un medio para mejorar las habilidades físicas fundamentales de un individuo. Además, indican que es posible potenciar y perfeccionar estas habilidades a través de sesiones de clases bien estructuradas o un entrenamiento adecuado.

## Referencias

- Analuza, E., Capote Lavandero, G., Rendón Morales, A., & Cáceres Sánchez, C. (2017). Influencia de la danza en la coordinación motora de escolares Quito, hacia una cultura de salud y bienestar. *Revista De La Facultad De Ciencias Médicas*, 41(1), 113–122. [https://revistadigital.uce.edu.ec/index.php/CIENCIAS\\_MEDICAS/article/view/1177](https://revistadigital.uce.edu.ec/index.php/CIENCIAS_MEDICAS/article/view/1177)
- Ardila Muñoz, A. E., Melgarejo Pinto, V. M., & Galindo, D. (2017). Incidencia de un programa de ejercicios físicos sobre las capacidades coordinativas en población escolar. *Revista Salud, Historia Y Sanidad*, 12(1), 133–148. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4681110>
- Estevez, C. (2020). *Motricidad Y danza*. Redanza Santander.
- Ministerio de Educación. (2017). Currículo Nacional de Educación Física. Quito: Ministerio de Educación.
- May, T., Chan, E. S., Lindor, E., McGinley, J., Skouteris, H., Austin, D., McGillivray, J., & Rinehart, N. J. (2021). Physical, cognitive, psychological and social effects of dance in children with disabilities: systematic review and meta-analysis. *Disability and rehabilitation*, 43(1), 13–26. <https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1615139>.
- Patajalo-Guambo, A., Vargas-Cuenca, G., Ávila-Mediavilla, C., & Bayas-Machado, J. (2020). La danza en el desarrollo de las habilidades motrices básica en edades escolares. *Polo del Conocimiento*, 5(11), 12-28. <https://doi.org/10.23857/pc.v5i11.1905>
- Paucar, B. M. (2019). *La expresión corporal y la danza como recurso motivador y expresivo para desarrollar la coordinación motriz gruesa, en los niños y niñas de nivel inicial de 4 a 5 años de la unidad educativa Nabón*. Cuenca, Ecuador. (Tesis de Maestría). Universidad Politécnica Salesiana. <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/17800>

Rodríguez-Gomez, V. J. (2018). Conciencia corporal en el desarrollo de habilidades motrices en estudiantes de primer ciclo de la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomás. *Revista de Investigación Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 5(2), 10-20.

<https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/rccm/article/view/4412>

Salto, H. N. (2022). Impacto del baile “Comercial Dance” en la capacidad coordinativa en adolescentes. Riobamba. (Tesis Grado). Universidad Nacional de Chimborazo.

<https://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10201>

Zuluaga Naranjo, E., & Londoño Cuervo, A. (2021). *La danza, una estrategia pedagógica de fortalecimiento de las habilidades motrices, en estudiantes de tercer, cuarto y quinto, del centro educativo La María de Mistrató Risaralda*. (Tesis de grado) Los Libertadores. Fundación Universitaria.

<https://repository.libertadores.edu.co/items/3a4a4194-7c27-439e-adea-9b0b17625a66>

### Conflictos de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

### Contribución de los autores

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.