

**ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE FOLKLORE
JOSÉ MARÍA ARGUEDAS**

Carrera de Educación Artística



TESIS

Análisis de la enseñanza de la marinera norteña para el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Artística, especialidad de Folklore, con mención en Danza

AUTOR

Velásquez Borja, Gonzalo Stefano

ASESOR

Mg. Eduardo Fiestas Peredo

Lima, Perú

2021

DEDICATORIA

A mí querida familia y sobre todo a mi madre por ser el apoyo en estos últimos años dentro de mi carrera profesional y artística en la Escuela Nacional Superior de Folklore y en el mundo de la marinera, por apoyarme y alentarme en cada competencia y en cada paso que doy dentro de mi vida profesional.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Escuela Nacional Superior de Folklore y a sus queridos profesores, por sus enseñanzas y apoyo brindado en mis años de carrera, las cuales me abrieron muchas puertas y oportunidades. A mi familia, por el apoyo y atención en todos mis años de estudio. A todos los maestros entrevistados que me brindaron un poco de su tiempo para poder ser parte de mi investigación, docentes, artistas y grandes amigos de la marinera norteña. Gracias a mi asesor Eduardo Fiestas Peredo por el apoyo, comprensión y exigencia durante la elaboración de mi tesis, trabajando y aconsejándome para este gran objetivo profesional. Agradezco a John Castro Torres por el apoyo en mis últimos años de carrera, sobre todo en mi trabajo de tesis y por los consejos brindados para una mejor elaboración.

Finalmente, mi agradecimiento especial a la academia de marinera Tradición y Sentimiento y, sobre todo, al maestro Martín Aguilar Rúa por su apoyo incondicional en mis últimos años como bailarín y profesional de la educación, por brindarme la oportunidad de aprender, ejercer como docente y por ser un buen ser humano.

ÍNDICE

| | |
|--|-----------|
| DEDICATORIA | 2 |
| AGRADECIMIENTO | 3 |
| RESUMEN | 9 |
| ABSTRACT | 10 |
| INTRODUCCIÓN | 11 |
| CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA | 14 |
| 1.1. Delimitación del problema | 14 |
| 1.2. Definición del problema | 16 |
| 1.2.1. Problema general | 16 |
| 1.2.2. Problemas específicos | 17 |
| 1.3. Objetivos | 17 |
| 1.3.1. Objetivo general | 17 |
| 1.3.2. Objetivos específicos | 17 |
| 1.4. Justificación de la investigación | 18 |
| 1.4.1. Justificación teórica | 18 |
| 1.4.2. Justificación práctica | 18 |
| 1.4.3. Justificación pedagógica | 18 |
| CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO | 19 |
| 2.1. Antecedentes de la investigación | 19 |
| 2.1.1. Antecedentes nacionales de investigación | 19 |
| 2.1.2. Antecedentes de investigación Internacionales | 22 |
| 2.2. Bases teóricas | 24 |
| 2.2.1. La psicomotricidad | 24 |
| 2.2.1.1. Área cognitiva de la psicomotricidad | 27 |
| 2.2.1.1.1. Percepción del cuerpo | 27 |

| | |
|---|----|
| 2.2.1.1.2. El espacio y los objetivos | 27 |
| 2.2.1.1.3. El tiempo | 27 |
| 2.2.1.1.4. La capacidad de representación | 28 |
| 2.2.1.2. Área socioafectiva de la psicomotricidad | 28 |
| 2.2.1.2.1. Relación entre apego y seguridad | 28 |
| 2.2.1.2.2. La relación entre iguales | 28 |
| 2.2.1.2.3. El autoconcepto y la autoestima | 29 |
| 2.2.1.2.4. Aceptación y respeto de normas | 29 |
| 2.2.1.2.5. Lenguaje | 29 |
| 2.2.1.3. Área motora de la psicomotricidad | 30 |
| 2.2.1.3.1. Equilibrio | 30 |
| 2.2.1.3.2. Lateralidad | 30 |
| 2.2.1.3.3. Disociación de movimiento | 31 |
| 2.2.1.3.4. Coordinación visomotriz | 31 |
| 2.2.1.3.5. Tono muscular | 32 |
| 2.2.1.3.6. Coordinación dinámica general | 32 |
| 2.2.2. La motricidad | 33 |
| 2.2.2.1. Motricidad gruesa | 34 |
| 2.2.2.1.1. Dominio corporal dinámico | 35 |
| 2.2.2.1.2. Dominio corporal estático | 35 |
| 2.2.2.2. Motricidad fina | 36 |
| 2.2.2.2.1. Coordinación visomanual | 36 |
| 2.2.2.2.2. Fonética | 36 |
| 2.2.2.2.3. Motricidad gestual | 37 |
| 2.2.2.2.4. Motricidad facial | 37 |
| 2.2.3. La danza y la psicomotricidad | 37 |
| 2.2.3.1. La práctica corporal en la educación | 38 |
| 2.2.3.2. Tipos de danzas utilizadas | 39 |

| | |
|---|-----------|
| 2.2.3.2.1. La danza clásica _____ | 39 |
| 2.2.3.2.2. La danza moderna _____ | 39 |
| 2.2.3.2.3. La danza folclórica _____ | 39 |
| 2.2.4. Marinera _____ | 39 |
| 2.2.4.1. Antecedentes históricos de la marinera _____ | 41 |
| 2.2.4.1.1. Corriente peruanista _____ | 42 |
| 2.2.4.1.2. Corriente hispanista _____ | 43 |
| 2.2.4.1.3. Corriente africanista _____ | 43 |
| 2.2.4.2. Zonas de difusión _____ | 44 |
| 2.2.4.2.1. Marinera en la costa _____ | 45 |
| 2.2.4.2.2. Marinera en la sierra _____ | 46 |
| 2.2.4.2.3. Marinera en la amazonia _____ | 46 |
| 2.2.4.3. Estructura coreográfica de la marinera _____ | 46 |
| 2.2.4.4. Estructura musical de la marinera _____ | 49 |
| 2.2.4.5. Vestimenta de la marinera _____ | 51 |
| 2.2.4.5.1. Vestimenta en las damas _____ | 52 |
| 2.2.4.5.2. Vestimenta en los varones _____ | 52 |
| 2.2.4.6. La marinera norteña y la psicomotricidad _____ | 53 |
| 2.3. Definición de términos básicos _____ | 54 |
| CAPÍTULO III. METODOLOGÍA _____ | 56 |
| 3.1. Enfoque y diseño de la investigación _____ | 56 |
| 3.1.1. Enfoque de la investigación _____ | 56 |
| 3.1.2. Diseño de la investigación _____ | 56 |
| 3.2. Participantes _____ | 56 |
| 3.2.1. Criterios de inclusión _____ | 57 |
| 3.2.2. Criterios de exclusión _____ | 57 |
| 3.3. Categorías: definición conceptual _____ | 59 |

| | |
|---|-----------|
| 3.3.1. Categoría 1: marinera norteña _____ | 59 |
| 3.3.2. Categoría 2: área motora de la psicomotricidad _____ | 60 |
| 3.4. Instrumento _____ | 62 |
| 3.4.1. Descripción del instrumento _____ | 62 |
| 3.5.2. Validez y confiabilidad del instrumento _____ | 62 |
| 3.5.3. Procedimiento _____ | 62 |
| 3.5.4. Análisis de datos _____ | 63 |
| CAPÍTULO IV. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS _____ | 65 |
| 4.1. Presentación y análisis de los resultados _____ | 65 |
| 4.2. Resultados _____ | 65 |
| 4.3. Discusión de los resultados _____ | 68 |
| CONCLUSIONES _____ | 72 |
| RECOMENDACIONES _____ | 74 |
| REFERENCIAS _____ | 76 |
| ANEXOS _____ | 82 |
| ANEXO 1. MATRÍZ DE CONSISTENCIA _____ | 83 |
| ANEXO 2. MATRÍZ DE CATEGORIZACIÓN DE LA GUÍA DE ENTREVISTA _____ | 86 |
| ANEXO 3. CARTA DE INVITACIÓN A JURADO PARA EL INSTRUMENTO _____ | 87 |
| ANEXO 4. V DE AIKEN _____ | 88 |
| ANEXO 5. CARTA DE INVITACIÓN PARA LA ENTREVISTA _____ | 89 |
| ANEXO 6. MAPA SEMÁNTICO _____ | 90 |
| ANEXO 7. TABLA DE CÓDIGOS DE DOCUMENTOS _____ | 91 |
| ANEXO 8. CRITERIOS DE SATURACIÓN _____ | 93 |
| ANEXO 9. TABLAS DE RESULTADOS _____ | 95 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1: <i>Caracterización de los participantes</i> | 57 |
| Tabla 2: <i>Matriz de la categoría 1</i> | 59 |
| Tabla 3: <i>Matriz de la categoría 2</i> | 60 |

RESUMEN

El presente estudio tuvo como propósito analizar la enseñanza de la marinera norteña en maestros, profesores egresados de la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas y bailarines del Ballet Folclórico Nacional del Perú. Para ello se realizó una investigación cualitativa, siguiendo el diseño de la teoría fundamentada. La recolección de datos se hizo a través de entrevistas semiestructuradas a 24 profesores de marinera norteña, entre hombres y mujeres, con más de 5 años de experiencia en la enseñanza de este baile. Además, se realizó un análisis cualitativo de contenido con soporte del *software* especializado Atlas.ti 9.

Respecto a los resultados, se evidenció cómo los cambios dentro de la marinera norteña, provenientes de la evolución en la enseñanza y baile, influyen dentro de las didácticas propuestas por los maestros. Asimismo, las propuestas, los trabajos y las teorías presentadas se enfocan en las instituciones educativas y los ambientes académicos, queriendo mantener la tradición y mensaje de nuestro baile nacional.

Se concluye que existe entre los docentes falta de información sobre términos académicos ligados a la psicomotricidad. De igual manera, hay una gran preocupación por la evolución de la enseñanza y el baile de la marinera norteña; además, lo más importante, la total aprobación de que existe un fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad a través de la enseñanza de la marinera norteña en todas las áreas propuestas en esta investigación.

Palabras claves: marinera norteña, psicomotricidad, área motora.

ABSTRACT

The present study aims to analyze the teaching of “Marinera Norteña” in educators, pedagogues who have graduated from the Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas and dancers from the Ballet Folclórico Nacional del Perú. Qualitative research was carried out following the design of the stated theory. The data collection was done through semi-structured interviews with 24 teachers of “Marinera Norteña”, between men and women, with more than 5 years of experience in teaching this dance. In addition, a qualitative content analysis was carried out with the support of the specialized software Atlas.ti 9.

The results showed how the changes from the evolution in teaching and dancing “Marinera Norteña” have an influence on the proposals coming from the dance instructors. Furthermore, these methods presented are focused on educational institutions and academic environments seeking to keep the original message of the dance through its evolution.

Consequently, there is a lack of information among teachers on academic terms related to the motor area of psychomotor skills, which are strengthened by the learning of this national dance. Indeed, a great concern for the evolution of the methods used in the teaching and dancing of the “Marinera Norteña”.

Key words: marinera norteña, motor area, psychomotor skills.

INTRODUCCIÓN

Este trabajo de investigación trata sobre la ejecución de la marinera norteña y cómo influye en el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad. Este baile nacional peruano tiene una gran importancia en el ámbito folclórico y es uno de los más reconocidos a nivel nacional e internacional.

La psicomotricidad es una disciplina que empezó a ganar espacio dentro del campo educativo ya hace muchos años. El término no solo se usa para hablar de la ejecución de movimientos y ejercicios, sino que comprende también la globalidad de las personas y cómo se desenvuelven, teniendo en cuenta que esta disciplina es de gran ayuda para el desarrollo motor, social y afectivo del ser humano.

La práctica de la psicomotricidad ayuda a la comprensión y mejora de las relaciones con nosotros mismo y con las personas que nos rodean, el desarrollo corporal y todo aquello que tenga que ver con la dinámica del propio cuerpo.

La psicomotricidad es muy estudiada, por lo que diferentes investigadores y estudiosos de este campo le han dado una clasificación propia, tema en el que en algunos casos logran coincidir. Nuestra investigación tomó la clasificación de De Quirós, autora fundamental para este trabajo, quien clasifica en diferentes áreas, una de las cuales es el área motora. Esta comprende dimensiones muy importantes y relevante para el desarrollo óptimo de los niños en formación motora temprana. Esta área involucra las dimensiones del equilibrio, la lateralidad, la coordinación visomotriz y la disociación de movimientos, campos que se desarrollan con mayor facilidad al ejecutar o practicar danza.

Una de las muchas manifestaciones que el cuerpo tiene para expresarse es la danza, mediante la cual el cuerpo puede comunicarse a través de movimientos claros y precisos. Además, se relaciona de forma directa con todo nuestro cuerpo y es aquí donde la sensibilidad y las tensiones de los músculos del cuerpo involucran al equilibrio, así como a los otros segmentos del área motora que siempre se mantienen en movimiento.

La danza es un trabajo corporal que requiere de un buen conocimiento del cuerpo, además de buen dominio del espacio y el tiempo donde se realiza. Por esto, es clave para el fortalecimiento de las áreas motoras.

Dentro de las escuelas, la práctica de las danzas folclóricas permite al estudiante tener un mejor acercamiento a sus trabajos físicos, a su desarrollo cognitivo y a mejorar en los campos afectivo y relacional. Implementar dichas danzas dentro del campo educativo le da un nuevo sentido a la pedagogía, lo que mejora la didáctica y la metodología en clase y, al mismo tiempo, fortalece la ya mencionada área motora de la psicomotricidad.

La marinera norteña se encuentra en el campo de las danzas folclóricas. Este baile nacional del Perú, por sus pasos, zapateos, desplazamientos y figuras coreográficas (las que en su mayoría son trabajos de puntas), requiere de mucha concentración y fuerza corporal. Por eso, es favorable y preciso para este tipo de trabajos corporales. Podemos encontrar otros tipos de danzas, pero la marinera norteña tiene particularidades que la hacen, en su mayoría, idónea para estas áreas, tales como el equilibrio en punta de pie y los zapateos, la lateralidad en sus desplazamientos y el trabajo de disociación de movimientos y coordinación visomotriz en sus diferentes figuras al bailar.

De esta forma, nuestro trabajo de investigación se estructuró en 4 capítulos.

En el capítulo I, presentamos la delimitación del problema y damos a conocer conceptos ligados a la investigación por trabajos ya realizados. De igual manera, se muestra las preguntas de los problemas general y específicos con sus respectivos objetivos. Para finalizar este capítulo, colocamos las justificaciones de la investigación, teórica, práctica y pedagógica, sin olvidar las limitaciones, las cuales explican las dificultades que se tuvo para realizar el trabajo.

En el capítulo II, como primer punto se colocó los antecedentes (nacionales e internacionales): trabajos en los que esta investigación se basó y guio para desarrollarse. Luego se presenta las bases teóricas de ambas categorías: el área motora de la

psicomotricidad y la marinera norteña. Para culminar, se presenta un listado de palabras denominado “definición de términos básicos”, el cual da a conocer algunos conceptos de diferentes palabras utilizadas en la presente investigación.

En el capítulo III, se explica la metodología utilizada, el diseño de la investigación, la muestra, los participantes a quienes se entrevistó, los instrumentos utilizados para la recolección de datos, el procedimiento y el análisis de la información.

El capítulo IV aborda la presentación y análisis de los resultados de la investigación, los datos obtenidos, la discusión y, por último, las conclusiones y recomendaciones.

El objetivo principal de este trabajo de investigación es brindar información sobre la marinera norteña y la importancia que tiene para el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad. Su importancia radica en entregar información relevante y sobresaliente que contribuya a diferentes aspectos culturales y sociales dentro de las categorías presentadas.

CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Delimitación del problema

Kokkonen (2014, p. 24) —sobre la base de McLean y Hurd (2011)— afirma que la danza es más que una interpretación artística, más que simplemente hacer ejercicio, pues nos indica que debemos verla como una herramienta educativa, la cual puede ser tomada como terapia que utiliza el bienestar y la creatividad.

De igual manera, Pérez e Iglesias (2004) afirman que en distintos países se toma en cuenta utilizar la danza educativa dentro del sistema de enseñanza para desarrollar valores tanto morales como religiosos, así como mejorar y fomentar las habilidades corporales al transmitir los conocimientos y costumbres de su misma comunidad. Los autores nos dicen que la danza promueve una educación saludable en su totalidad. Además, al desarrollarse la danza, ya sea en grupo o parejas, se logra una mejora en la comunicación e integración de las personas. Esto ayuda también a la interdisciplinariedad al unirlo con diferentes cursos, como la música, las matemáticas o la historia.

Para Fuentes (2006), fundamentar la importancia pedagógica de la danza significa valorar su potencial como medio educativo, al identificar en ella diferentes valores que hacen favorable el proceso educativo de las personas, así como tomar postura como medio de la educación en general y de la educación física en particular.

De Quirós (2017, p. 20) menciona a la psicomotricidad como un término que no solo habla de la dimensión que el hombre tiene sobre su globalidad corporal, sino que también dentro de ella se puede encontrar y relacionar con los aspectos motores y psíquicos, tanto en las vertientes cognitivas como en las emocionales, sin dejar de lado los factores sociales. Para la autora, los contenidos psicomotores tienen diferentes modelos, cada uno dirigido a un área en específica, como la motora y la cognitiva, las cuales tienen el esquema corporal como base para que, a partir de este, se pueda desarrollar esquemas espaciales y temporales. También se puede apreciar el modelo vivenciado, que va dirigido al área

socioafectiva, en donde el ser humano se relaciona con su cuerpo, el espacio, los objetos y el lenguaje. De Quirós también señal que la FAPPE ha tratado de unir ambos enfoques para poder trabajar de forma paralela los contenidos psicomotores a través de la propuesta integradora, la cual contiene tres áreas: la cognitiva, la socioafectiva y la motora (2017, pp. 24-28).

Lora comenta que el cuerpo humano siempre será el eje en el cual iremos construyendo toda nuestra comunicación con el mundo. Si lo vemos desde ese punto, nuestro cuerpo está lleno de potencialidades y es capaz de desarrollarse de manera equilibrada para que podamos llegar a ser realmente humanos. El arte es uno de los caminos por los cuales podemos acercarnos al mundo exterior. Su práctica hace posible que entremos en un estado de sensibilidad personal que fluye en un bienestar y goce armónico y enérgico (2008, pp. 209-210).

Lora dice también que la danza es una manifestación artística en la cual el cuerpo tiene la necesidad de querer comunicarse o expresar un sentimiento a través de movimientos claros y precisos. La danza se relaciona con todo nuestro cuerpo, con la sensibilidad, las tensiones de los músculos, el tono muscular, el equilibrio y todos los segmentos, los cuales mantienen en movimiento al cuerpo (2008, pp. 209-210). Además, para el autor, durante la ejecución de la danza, el cuerpo debe mantenerse firme para dar seguridad a sus movimientos y desplazamientos, para guardar la armonía y plasticidad. La danza, al ser una actividad que involucra al cuerpo, exige una buena estructuración del esquema corporal, en el cual se toma conciencia del cuerpo, el espacio y el tiempo. Siendo así, nos dice que, para que un niño se introduzca a la danza, primero debemos darles muchas oportunidades de explorar y descubrir su cuerpo para que, a partir de eso, organice y estructure frases sencillas y así no pierda ni limite sus movimientos (2008, pp. 209-210).

De Quirós, por su parte, comenta que la danza es aquella actividad denominada polimórfica, ya que es una actividad que puede desarrollarse bajo diversas formas o

maneras y utilizarse dentro de la psicomotricidad. Claros ejemplos son la danza clásica, la danza moderna y la danza folclórica (2017, p.128).

Unapucha —al citar a Grace (2013)— fundamenta que las danzas folclóricas nos permiten adquirir y desarrollar tareas y destrezas motrices, mejorándolas poco a poco. De igual manera, comenta que, al realizar dichas danzas, estas pueden mejorar la atención y desarrollar en un mayor porcentaje nuestro nivel de concentración, atención y socialización. Esto aumenta los porcentajes de comunicación, beneficiosas para la interacción con nuestro entorno, lo que mejora nuestra convivencia plena (2017, p. 22).

Isla nos comenta también que la marinera norteña es una de las manifestaciones culturales más conocidas en el Perú, tanto como la limeña y la ayacuchana, entre otras. La marinera norteña tiene gran aceptación por su destacable aceptación musical y creadora de sentimientos en niños y adultos. También se le conoce por su riqueza interpretativa en forma y ejecución, así como por su diversidad en vestimenta, lo que identifica a los diferentes pueblos de todo el Perú (2012, p. 5).

Podemos decir que la marinera norteña, por sus características, puede aportar al fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad y sus distintas variables. De igual manera, fortalece los lados cognitivos y socioafectivos del niño. Por eso, esta investigación toma el diseño de la teoría fundamentada para buscar y presentar un concepto claro y conciso que demuestre que, a través de la enseñanza de la marinera norteña, se puede fortalecer el área motora de la psicomotricidad.

1.2. Definición del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que posibilita el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los maestros e instructores sobre la posibilidad del fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad?
- ¿Cuál es el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los profesores egresados de la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas (ENSFJMA) sobre la posibilidad del fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad?
- ¿Cuál es el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los bailarines del Ballet Folclórico Nacional del Perú (BFNP) sobre la posibilidad del fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Demostrar, a partir del análisis de la enseñanza de la marinera norteña, que se puede fortalecer el área motora de la psicomotricidad.

1.3.2. Objetivos específicos

- Demostrar el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los maestros e instructores para el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad.
- Demostrar el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los profesores egresados de la ENSFJMA para el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad.
- Demostrar el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los bailarines del BFNP para el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Justificación teórica

La justificación teórica de la presente investigación se da en que, en el producto de su desarrollo, se encuentra informaciones, evidencias, contrastaciones y aportes teóricos sobre el conocimiento de la marinera como un instrumento de cambio favorable a aquellos que tengan problemas o limitaciones para el adecuado desarrollo del área motora. Es decir, brinda nuevos conocimientos teóricos y epistemológicos sobre la importancia que tiene la marinera y sus elementos en el fortalecimiento del equilibrio, la lateralidad, la disociación de movimientos y la coordinación visomotriz.

1.4.2. Justificación práctica

La presente investigación se justifica de manera práctica porque permitirá tener un instrumento de recolección de datos, para una investigación de este tipo, desde un enfoque cualitativo. Además, contribuirá en el análisis de los resultados de las entrevistas realizadas y permitirá demostrar el logro de los objetivos y la resolución de los problemas planteados, todo ello desde una recolección práctica de datos que se realizó desde una serie de entrevistas a las muestras seleccionadas.

1.4.3. Justificación pedagógica

El propósito de esta investigación a nivel pedagógico es señalar la importancia que tiene el desarrollo de la práctica de los bailes y danzas en la formación integral de los estudiantes, dado que la práctica de este tipo de manifestaciones artísticas permite tener mayor relación con los estudiantes, de tal manera que se pueda tener una adecuada formación integral en los estudiantes que practican de forma continua la danza o los bailes folclóricos.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedes nacionales de investigación

María Compi, en el año 2016, sustentó, en la Escuela Superior Autónoma de Bellas Artes Diego Quispe Tito del Cusco, la tesis para obtener la licenciatura en Educación Artística, titulada *Interpretación estética de la danza y la motivación en la psicomotricidad*. Las variables de estudio fueron la motivación y la psicomotricidad. La autora estudió y trabajó con 37 estudiantes de primer grado del nivel secundaria de la Institución Educativa Técnico Mixto Luis Vallejos Santoni. Además, empleó el enfoque cualitativo y el diseño no experimental. Los instrumentos que usó fueron: un cuaderno de campo e instrumentos electrónicos, como grabaciones de audio, video y fotografías. La investigación determinó que la danza es muy importante para mejorar la psicomotricidad y la creatividad, al igual que el desarrollo de la personalidad en el aprendizaje. Asimismo, se tomó en cuenta las referencias bibliográficas y el trabajo de la psicomotricidad enlazado con la danza de una manera pedagógica para desarrollar diferentes factores de los estudiantes.

Otro antecedente lo encontramos en Dina Yahuana que, en el año 2018, sustentó la tesis para optar el título de licenciada en Educación inicial en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, titulada *Evaluación del desarrollo de la motricidad gruesa de los niños y niñas de 4 años de la I.E.P. "MI NIDITO" Piura, 2017*. La variable de estudio fue la motricidad gruesa, el número total de estudiantes fue de 12 varones y 8 mujeres de la institución educativa Mi Nidito Y se utilizó el enfoque cuantitativo y de tipo descriptivo con un diseño no experimental. Como instrumento se usó una lista de cotejo de medición de la motricidad gruesa que constó de cuatro dimensiones: movimiento autónomo, equilibrio corporal, coordinación general y ritmo. En la investigación presentada, se determinó que el desarrollo de la motricidad gruesa a nivel global en niños y niñas de 4 años de la institución educativa esta en inicio, lo que se explica fundamentalmente por el poco desarrollo que tiene en relación al equilibrio corporal y la coordinación general, las mismas que requieren

de una intervención docente, tal como la propuesta didáctica expuesta en la presente investigación basada en el juego motriz para estimular su desarrollo. En este trabajo, se tomó en cuenta las referencias bibliográficas basadas a la psicomotricidad, así como las guías de evaluación para desarrollarla.

Verónica Cerna, en diciembre del año 2017, sustentó, en la ENSFJMA, la tesis de licenciatura titulada *Importancia de la expresión corporal como medio para el aprendizaje de la marinera norteña según los docentes de danza jurisdicción DRELM 2017*. La variable que ella empleo fue la importancia de la experiencia corporal en el aprendizaje de la marinera norteña, con sus respectivas dimensiones e indicadores, producto del marco teórico. En su investigación, la muestra está referida a 100 docentes de danzas folclóricas egresados de la ENSFJMA y que laboran en DRELM y UGELES de la Dirección Regional de Lima Metropolitana. El enfoque fue cuantitativo, ya que midió y describió características, las cuales recolectaron datos por las encuestas a los docentes. Como instrumento se utilizó un cuestionario basado en preguntas, que hace referencia a la importancia de la técnica de expresión corporal. En dicho trabajo se demostró la importancia que tiene la expresión corporal dentro de la enseñanza de la marinera norteña y lo importante que es en los docentes para obtener clases más dinámicas, proveer de formas lúdicas de enseñanzas y desarrollar diferentes aptitudes en los estudiantes. En la investigación podemos obtener información importante de la relación de la marinera norteña y la expresión corporal; de igual manera, el conocimiento teórico que presentó tanto en marinera como en otros campos es muy amplio y accesible, además de comentar la importancia de las sesiones en clase y el orden que debe tener en cuenta el docente al enseñar la marinera norteña para tener una clase más asequible.

Alexander López, por su parte, en octubre de 2018, sustentó, en la ENSFJMA la tesis de licenciatura titulada *Estrategias metodológicas de enseñanza de la marinera norteña para el fortalecimiento de la creatividad motriz en estudiantes del programa de extensión educativa de la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas*.

Utilizó la creatividad motriz y la danza (marinera norteña) como variables. La muestra se realizó con 16 participantes del programa de extensión educativa de la escuela, conformada por 12 mujeres y 4 varones, todos ellos mayores de edad y el enfoque empleado fue cuantitativo. Como instrumentos, se utilizó un test de creatividad motriz, basado en Brennan —citado por López (2018)—. Asimismo, se determinó la importancia de utilizar estrategias metodológicas para la enseñanza de la marinera norteña y cómo esta influye en el fortalecimiento de la creatividad y la flexibilidad motriz, así como en el fortalecimiento de la originalidad y la fluidez motriz de los estudiantes. De igual forma, rescata material bibliográfico para poder complementar términos dentro de la investigación y tener una visión más amplia sobre los trabajos realizados hacia la marinera.

En el año 2017, Lujan sustentó, en la Universidad Nacional de Trujillo, la tesis de licenciatura titulada *Influencia del huayno en la motricidad gruesa de los niños de cuatro años de la i.e. n° 209 “Santa Ana” de la ciudad de Trujillo, 2016*, en la cual empleó un enfoque cuantitativo con un diseño cuasi experimental. Dentro de la investigación, usó un grupo de control con pro y post-test, en dos grupos de 20 niños cada uno. Teniendo en cuenta como objetivo general el determinar si el huayno influye en la motricidad gruesa de los niños de la mencionada institución, al realizarse la investigación, el autor llegó a la conclusión que su aplicación como danza influyó en la mejora significativa de dicha motricidad en los niños de 4 años de la institución en donde se desarrolló. El trabajo de Lujan rescató también material bibliográfico para poder complementar los términos dentro de su investigación, para tener una visión más amplia sobre los trabajos realizados hacia la psicomotricidad.

Robles, en el año 2018, presentó un trabajo dentro la Universidad Femenina Sagrado Corazón titulado *La coordinación y motricidad asociada a la madurez mental en niños de 4 a 8 años*, el cual se enmarcó dentro de los estudios descriptivos correlacionales y tuvo una muestra conformada por niños y niñas de un total de 90 estudiantes de entre 4 y 8 años de edad. Este trabajo tuvo como objetivo determinar la relación entre la

coordinación y la motricidad con la maduración mental en ese grupo de niños. Al finalizar, se llegó a la conclusión que la coordinación se relaciona con la motricidad, la memoria, las relaciones espaciales; mientras que los conceptos verbales, con el razonamiento lógico. En la investigación se puede apreciar cómo también se trabajó un diseño correlacional, lo que sirvió para poder orientarnos y tener una visión más amplia de este tipo de investigación, así como tener una perspectiva más amplia sobre los trabajos realizados hacia la psicomotricidad.

2.1.2. Antecedentes de investigación Internacionales

Marta Schinca, en el año 2011, presentó el *Manual de la psicomotricidad, ritmo y expresión corporal*, el cual sirve como una guía para el educador y se enfoca principalmente en la educación infantil y primaria. En su método de motricidad y expresión corporal, nos dice que tomó como instrumento al cuerpo propio, constituyendo una importante vía de canalización de aptitudes, liberación, hallazgo y toma de conciencia de las posibilidades personales. Esto da paso a la necesidad de manifestarse y mejorar el desarrollo armónico del niño en su totalidad psicofísica. De igual manera, comenta la importancia de desarrollar la expresión corporal dentro del sistema educativo del niño, lo que ayuda a potenciar la sensibilidad, las posibilidades creativas y la capacidad de descubrirse a sí mismo, manifestándose con espontaneidad y plenitud.

Mónica de Quirós, en el año 2017, presentó el libro *Psicomotricidad. Guía de evaluación e intervención*, en el cual informaba acerca del desarrollo y contenido que aborda la psicomotricidad. De igual manera, ofreció una guía general para poder evaluar la intervención psicomotriz. En uno de sus capítulos, describió las técnicas de intervención utilizadas en las sesiones de psicomotricidad, tales como el juego, el cuento vivenciado, la danza, entre otros, considerado en distintos momentos de la sesión que se trate. De este libro, se pudo recolectar información acerca de la psicomotricidad en sí, cómo poder desarrollar las sesiones del método, las referencias bibliográficas y las guías de evaluación, para poder medir el desarrollo psicomotriz de los niños en el proyecto a presentar.

Unapucha, en el año 2017, sustentó, en la Universidad Técnica de Cotopaxi en Ecuador, la tesis de licenciatura titulada *La danza folclórica y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de la escuela de educación básica “Unión Nacional de Periodistas”, en el periodo lectivo 2016-2017*. En su investigación, empleó el enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y tuvo como muestra a 29 estudiantes, 29 padres de familia y un profesor del centro educativo; además, el trabajo tuvo como objetivo fortalecer las actividades psicomotrices a través de las danzas folclóricas en los estudiantes. Se llegó a la conclusión que existe un bajo nivel de práctica de la danza folclórica dentro de la escuela aplicada; pero, gracias a los argumentos recogidos, se determinó que ayuda a promover el desarrollo creativo y es una gran estrategia para el desarrollo psicomotriz en los estudiantes. La investigación pudo rescatar material bibliográfico para poder complementar términos dentro del trabajo y tener una visión más amplia sobre aquellos realizados hacia la psicomotricidad.

Martínez y Martínez, en el año 2015, presentaron, en la Universidad Técnica de Cotopaxi de Ecuador, la tesis de licenciatura titulada *Elaboración de material didáctico de estimulación temprana para desarrollar la motricidad gruesa en niños y niñas menores de 2 años del centro de desarrollo del buen vivir “Casita de Chocolate” provincia de Cotopaxi, cantón Latacunga de la parroquia San Buenaventura en el período 2012-2013*. En esta investigación, el objetivo fue la elaboración y posterior aplicación de recursos didácticos para poder desarrollar la motricidad gruesa en niños menores de 2 años y así mejorar sus procesos de aprendizaje dentro de su centro educativo; de igual manera, se evaluó la importancia del material didáctico dentro del desarrollo motriz del niño. Como conclusiones, se dijo que la elaboración del material didáctico para la estimulación temprana del desarrollo de la motricidad gruesa en los niños del centro infantil resultó muy llamativa y fue de gran interés. Asimismo, se pudo rescatar material bibliográfico para complementar los términos dentro de la investigación y tener una visión más amplia sobre los trabajos realizados hacia la psicomotricidad.

Chacha, en el año 2013, presentó, en la Universidad Técnica de Cotopaxi de Ecuador, su tesis de licenciatura titulada *Talleres de danza infantil para desarrollar la motricidad gruesa en los niños y niñas del primer año de E.G.B de la Escuela Nueve de Octubre, cantón Pujilí, provincia de Cotopaxi período 2012-2013*. En su trabajo, usó el enfoque mixto y tuvo como muestra a 32 padres, 32 alumnos y un docente de la escuela seleccionada. En la investigación, se tuvo como objetivo el poder realizar talleres de danza infantil y, de esa manera, desarrollar la motricidad gruesa en los niños y niñas de primer grado. Al finalizar, se llegó a la conclusión que dentro de la escuela seleccionada los docentes no practican talleres de danza, lo que hace que los niños no se motiven al momento de realiza las coreografías. Esto afecta al desarrollo del área motriz del estudiante. La investigación rescató material bibliográfico para poder complementar términos dentro del trabajo y tener una visión más amplia sobre aquellos realizados hacia la psicomotricidad.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. La psicomotricidad

La palabra “psicomotricidad” hace referencia a la relación que existe entre el aparato psíquico y el sistema nervioso; o, dicho de mejor forma, la interdependencia entre los trabajos psíquicos y el funcionamiento motor (Instituto Pedagógico Nacional Monterrico, s. f., p. 10).

Cuando se habla de psicomotricidad, no solo se debe mencionar al trabajo anatómico-fisiológico, sino también el beneficio que trae al integrarlo con otro tipo de acciones y con otro tipo de objetos. Su significado en sí es algo aún cuestionado, ya que es un trabajo que se realiza con el pasar de los años y, mientras pasa el tiempo y se aplica, se descubre distintos y variados campos. Al principio, la psicomotricidad se usó en específico para corregir alguna dificultad o discapacidad, pero hoy en día ocupa un puesto muy importante en la educación infantil, sobre todo en la primera infancia.

La psicomotricidad es el trabajo que realiza el sistema nervioso central y hace al ser humano consciente de sus movimientos a través de sus patrones motores, los cuales podemos clasificar como velocidad, espacio, tiempo y habilidades (motrices, expresivas y creativas) que las personas desarrollan. Así, se demuestra que la psicomotricidad se centra en el uso total del movimiento del cuerpo (Instituto Pedagógico Nacional Monterrico, s. f., p. 10).

La psicomotricidad es un trabajo conjunto del cuerpo y la mente en donde el factor corporal modifica el estado psíquico de la persona. Esto quiere decir que todas las experiencias motoras que realice y trabaje un niño ayudarán a que fortalezca nuevas habilidades y, de esta manera, modifique las adquiridas y aprendidas antes (Instituto Pedagógico Nacional Monterrico, s. f., p. 11).

De Quirós sostiene que, al referirnos a la “psicomotricidad”, podemos desdoblarla en dos: psico-motricidad. Si hablamos de motricidad, podemos decir que se encarga de la ejecución de movimientos y que está ligada a mecanismos que se encuentran en el cerebro y en el sistema nervioso. Por otro lado, el término “psicomotricidad” no solo habla de la dimensión orgánica de la persona, sino que la comprende en su globalidad; es decir, se encuentra relacionado con aspectos motores y psíquicos en sus vertientes cognitivas y emocionales, así como los factores sociales (De Quirós, 2017, p. 20).

Llorca —citado en De Quirós (2017)— nos dice que se establece una compatibilidad entre las diferentes concepciones que se tiene de psicomotricidad a partir de como el hombre es un ser global y se expresa a través del cuerpo y el movimiento. Nos indica que existen otros tipos de definiciones, ya que algunos autores conceptualizan a la psicomotricidad como una ciencia del movimiento; otros, como una forma de metodología práctica (por ejemplo, Lapierre y Aucouturier, 1977; Sassano y Bottini, 1982); y, por último, quienes la ven como una disciplina en el medio educativo, la cual puede tomarse de un modo terapéutico (Arnaiz, 1994; Boscaini, 1994; García Núñez, 1993).

Ried (2012, p. 18; citado en Yahuana, 2017) dice que la psicomotricidad para los niños en sus primeros años implica adquirir habilidades que los preparen para actividades de mayor complejidad, como resistencia, fuerza y rapidez.

García (2012; citado en Yahuana, 2018) afirma que la psicomotricidad es un conjunto de técnicas que, al tener como mediadores a la expresión simbólica y la actividad física, influye en el acto intencional o significativo para su estímulo o modificación. Además, coloca como eje común a la importancia de la comunicación como valoración afectiva.

Fonseca (2010; citado en Yahuana, 2018) considera que la psicomotricidad comprende problemas de debilidad mental y motores, teniendo en cuenta que el movimiento es la manifestación vital del ser humano y que, gracias a esto, puede relacionarse con su entorno y demostrar su comportamiento, interés y necesidades: “Las experiencias vividas solo demuestran que es imposible encarar el movimiento de un modo parcial, en la medida en que el sentido global del comportamiento explica lo que sucede en cada una de las partes del cuerpo” (2010, p. 32).

Díaz (2008; citado en Yahuana, 2018) señala que cualquier actividad realizada por el ser humano es psicomotriz. Esto puede observarse en los niños, a partir de sus llantos, sus gritos, los pataleos o las posturas, al querer descubrir todo el mundo que los rodea. A esta acción se le conoce como “dimensión afectiva”. Asimismo, comenta que referirse a la psicomotricidad es hablar de la conexión que existe entre lo psíquico y lo somático.

De Quirós nos dice que, dentro de los contenidos psicomotores, podemos ver diferentes modelos. El modelo dirigido se centra en las áreas motoras y cognitivas, para que, a partir del esquema corporal, se desarrolle los esquemas espacial y temporal. Por otro lado, tenemos al modelo vivenciado, el cual se dirige al área socioafectiva, la cual pone en relación a la persona con su cuerpo, espacio, objetos y lenguaje. El autor señala también que, desde el manifiesto de la Federación de Asociaciones de Psicomotricistas del Estado Español (FAPEE), se trató de acercar ambos enfoques, al proponer el trabajo en paralelo de los contenidos psicomotores a través de la propuesta integradora, la cual resume data

de una propuesta de contenidos psicomotrices divididos en tres áreas: cognitiva, socioafectiva y motora (De Quirós, 2017, pp. 24-28).

2.2.1.1. Área cognitiva de la psicomotricidad

Según Rodríguez (2015), el área cognitiva permite fortalecer la capacidad de los niños para poder ver, escuchar y recordar ideas o cosas, lo que facilitará la comprensión que tengan de su entorno. En resumen, el área cognitiva implica habilidades que el niño desarrolla para poder entender lo que hay a su alrededor y poder adaptarse a nuevas situaciones mediante asociaciones, las cuales lo motivarán a explorar, comparar, elegir y clasificar todo lo que involucra su mundo.

2.2.1.1.1. Percepción del cuerpo

De Quirós afirma que se trata de la imagen mental que tenemos de nuestro cuerpo, primero estática y después en movimiento, con sus segmentos, sus límites y su relación con el espacio y los objetos (2017, p. 81; citando a Le Boulch, 1983).

2.2.1.1.2. El espacio y los objetivos

Berruezo confirma que la percepción del cuerpo se desarrolla en un espacio en específico, el cual puede encontrarse desorganizado al inicio y que, mediante el movimiento y la actuación, va a formar un espacio propio al ordenarlo según ocupa lugares que referencia y orienta respecto a los objetos (2000, p. 83; citado en De Quirós, 2017).

2.2.1.1.3. El tiempo

Se trata de poder organizar las actividades del niño con el tiempo que dispone. Así, durante la sesión de psicomotricidad, hará que adquiera la capacidad de espera, que sea capaz de esperar sentado a que comience el tiempo de juego; de igual manera, que distribuya el tiempo de forma adecuada y que termine las actividades que se propone (De Quirós, 2017, p. 85).

2.2.1.1.4. La capacidad de representación

Según De Quirós, consiste en poder utilizar significantes para referirse a significados. Al utilizar los primeros, es posible que tanto el pensamiento como la capacidad puedan actuar sobre la realidad. Se trata de que se vayan desarrollando y utilizando distintas formas de representación que sean adecuadas para la edad del niño (2017, p. 87).

2.2.1.2. Área socioafectiva de la psicomotricidad

Según Rodríguez (2015), el área socioafectiva es la habilidad de conocer y expresar emociones y sentimientos, lo que nos permitirá establecer vínculos afectivos con las personas que nos rodean. Este trabajo permitirá al niño aprender a diferenciar como debe comportarse, relacionarse y convivir con los demás, de modo que logre ser una persona sociable. Algo muy importante dentro de esta área son los juegos, ya que son la herramienta principal para poder lograr estos objetivos.

2.2.1.2.1. Relación entre apego y seguridad

De Quirós nos dice que el apego es la primera relación que realiza el niño, la cual hace posible el ingreso al mundo social. Un niño siempre necesita de otros adultos desde el inicio de sus días; por ello, desde la indefensión, el ser humano construye una autonomía, al mismo tiempo que madura tanto su sistema nervioso como sus contactos, los cuales le permiten el dominio de su cuerpo y el espacio circundante en el que se encuentra (De Quirós, 2017, p. 87).

2.2.1.2.2. La relación entre iguales

Según De Quirós (2017), la relación entre iguales tiene funciones diferentes a las de la relación entre apego y seguridad, ya que el vínculo con los adultos y con los compañeros se desarrolla en un menor grado (Díaz-Aguado, 1990). Con los adultos, se produce el primer tipo de relación social, en la cual se define la seguridad o inseguridad básicas. Poco después, los compañeros influyen y estimulan la adquisición de la

independencia y el desarrollo de habilidades sociales más sofisticadas (Díaz-Aguado, 1990, p. 89).

2.2.1.2.3. El autoconcepto y la autoestima

De Quirós, al citar a Gonzales-Penda, Núñez, Gonzales-Pumariega y García (1997), afirma que el autoconcepto es una de las variables más relevantes dentro del ámbito de la personalidad, desde una perspectiva tanto afectiva como motivacional. El autoconcepto se entiende como la imagen que cada persona tiene de sí mismo y que está caracterizada por la información, tanto externa como interna. La autoimagen que cada uno construye se conforma de las ideas o conceptos que cada uno tiene de sí mismo, así como por información derivada de la interacción social que cada uno desempeña día a día. La autoestima se vincula al autoconcepto ideal y no solo se trata de lo que le gustaría ser a cada uno (por tener una importancia para él), sino también lo que le gustaría que fuese para los demás (por el valor que tiene para aquellos) (De Quirós, 2017, p. 90).

2.2.1.2.4. Aceptación y respeto de normas

De Quirós, al referirse a Piaget, parte de la idea de que todo desarrollo moral consiste en un sistema de reglas y que la moralidad implica el respeto de estas por parte del individuo. Así, distingue cuatro etapas evolutivas:

1. Etapa motora e individual.
2. Etapa egocéntrica.
3. Etapa de la cooperación.
4. Etapa de la codificación (De Quirós, 2017, p. 93).

2.2.1.2.5. Lenguaje

Según De Quirós, el lenguaje es biológicamente una conducta tanto innata como privativa del ser humano y se utilizada, en un medio ambiente adecuado, como instrumento social para su desarrollo. Para desarrollar un lenguaje, se tiene que mantener una buena y adecuada postura, ya que debe haber un buen control del cuerpo. Tiene mejores

resultados el que se desarrolla en una sala de psicomotricidad, para poder luego pasar a la sala de lenguaje (De Quirós, 2017, p. 93).

2.2.1.3. Área motora de la psicomotricidad

Según Rodríguez (2015), el área motora es un conjunto de funciones cerebrales y corporales que permiten que los niños desarrollen evolutivamente sus movimientos. En esta área, se involucran las dimensiones del sentido y de los movimientos.

2.2.1.3.1. Equilibrio

De Quirós (2017, citando a Coste, 1979) nos habla del equilibrio y nos indica que es un estado en el que el sujeto puede utilizar su cuerpo en el espacio de diferentes maneras, tales como mantener una actividad, inmóvil o de gravedad. El equilibrio se relaciona con el control postural, el cual es la base de la coordinación dinámica del cuerpo. Entonces, si el equilibrio es defectuoso, el cuerpo tiene que generar más energía para ocuparse de coordinar el equilibrio y la caída (Berruezo, 2000, p. 76).

Dentro de la danza, el equilibrio es una de las habilidades más importantes, aunque muchos bailarines no lo vean así. El cuerpo puede mantenerse en equilibrio en diferentes posiciones a cada paso en el que vamos (Franklin, 2006, p. 31).

2.2.1.3.2. Lateralidad

Defontaine hace referencia a la lateralidad como la inclinación sistematizada de utilizar un lado del cuerpo (o una parte de este lado: ojo, pie, mano) con preferencia sobre el otro en las diferentes actividades que requieren una acción unilateralizada (1982, p. 80).

Unapucha (2017, citando a Roura, 2012) nos dice que la lateralidad puede ser medida a través de cuestionarios y pruebas de dominio manual. De igual manera, al citar a Ferrándiz y complementando a Roura, nos dice que tales pruebas de eficiencia manual abarcan actividades de fuerza, punteo, equilibrio y manipulación, las que se realizan con una mano y luego con la otra, esto para poder concluir la tendencia espontánea, la exactitud y la precisión de la preferencia lateral de mano, ojo, oído y pie.

Unapucha (2017, citando a Trujillo, 2013) nos dice también que la lateralidad se considera como la facultad de perdurar la estabilidad mientras se ejecutan otras actividades motoras. Esta área puede desarrollarse a partir de la relación entre el esquema corporal y el mundo exterior.

Por su parte, Martínez y Martínez (2015, p. 96; citando a Gesell y James, 1980) nos dicen que la lateralidad es la función donde domina el lado motor de nuestro cuerpo y que se integra con sus mitades derecha e izquierda. Se trata del control funcional que el cuerpo humano tiene sobre un lado del cuerpo y, a partir de ello, determinar la relación y supremacía que cada persona tiene sobre sus hemisferios cerebrales; es decir, uno por encima del otro. También nos mencionan que es el proceso de aprendizaje el que vamos desarrollando para el dominio de ambos.

2.2.1.3.3. Disociación de movimiento

Coste afirma que esta es una actividad voluntaria del individuo, cuyo propósito consiste en realizar movimientos con diferentes grupos musculares independientes unos de otros, lo cual llevará a realizar movimientos simultáneos con diferentes objetivos dentro de una conducta (1979, p. 81; citado en De Quirós, 2017).

2.2.1.3.4. Coordinación visomotriz

De Quirós afirma que la coordinación visomotriz se basa en ejecutar diferentes movimientos con el control de la visión. Fundamentalmente, se concreta la coordinación visomotriz en la relación que se establece entre la acción que realizan las manos y la vista; por eso, en ocasiones, se hace mención a la coordinación óculo-manual (2017, p. 77).

Según Chacha (2013, p. 46; citando a Coll, 1986), la maduración de la coordinación visomotriz lleva dentro una experiencia en la que son indispensables cuatro elementos: el sentido de la visión, el oído y el movimiento del cuerpo y del objeto. La coordinación visomotriz es uno de los componentes más completos de la coordinación general dinámica, ya que implica una maduración del sistema nervioso, lo que involucra un dominio motor

para coordinar y controlar las manos y los pies. Refiere también que es muy importante definir el trabajo que se irá realizando con la coordinación visomotriz bajo la utilización de ejercicios y movimientos con objetos, donde los niños tendrán que atender a la ordenanza del docente.

2.2.1.3.5. Tono muscular

De Quirós nos dice que el tono muscular es el punto inicial en cual se podrá desarrollar la estructuración psicomotriz de los niños. Así, muchas de las dificultades que aparecen dentro del desarrollo infantil se basan en una mala deficiencia tónica. La función tónica cumple un papel muy importante dentro del desarrollo motor, ya que es la encargada de organizar el tono corporal, el equilibrio, la posición y la postura (2017, p. 73; citando a Berruezo, 2000).

2.2.1.3.6. Coordinación dinámica general

De Quirós comenta que la coordinación dinámica general consiste en movimientos que hacen posible que la acción ajustada y recíproca de diferentes partes del cuerpo entren en acción, lo que en la mayoría de casos implica locomoción (2017, p. 73; citando a Berruezo, 2000).

Con respecto a la psicomotricidad y motricidad, Lora comenta que muchos especialistas toman sus significados como si fuesen iguales, cosa que no es así. Además —citando a Da Fonseca (1973) y Luria (1981)—, la autora (2008, p. 84) nos dice que la psicomotricidad es un sistema complejo, integrado de datos propioceptivos y exteroceptivos. También sostiene que la motricidad estaría dentro de la psicomotricidad, en la cual se integra múltiples datos, tanto internos como externos, para poder elaborarlos, organizarlos y ejecutarlos. De igual forma, señala que en el acto psicomotor se requiere la intervención de funciones psíquicas superiores, lo que permitirá llevar a cabo funciones más completas, tales como la lateralización o la somatognosia; mientras que la motricidad, donde solo intervienen el cerebelo y el tallo cerebral, tiende al establecimiento de estructuras motrices,

los cuales son automatizados. De esta forma, la psicomotricidad se coloca en la torna de la conciencia y el acto, lo cual implica la intervención de la inteligencia.

Lora aclara también que la terminología utilizada dentro del campo de la psicomotricidad en mucho de sus casos está mal empleada por docentes no especializados en el área. En muchas oportunidades, ha querido hacer reflexionar a los docentes sobre poder aplicar correctamente dichos términos; por ejemplo, el poder determinar de manera adecuada el significado de “motricidad gruesa” o “motricidad fina”.

Dentro de nuestra investigación, es importante recalcar que solo se utilizará cuatro de las seis dimensiones mencionadas dentro del área motora de la psicomotricidad. Se vio permitente y necesario investigar únicamente esas áreas; ya que, desde un punto de vista personal y basado en la experiencia del autor, son las que mejor se hacen notar dentro de la ejecución de la marinera.

2.2.2. La motricidad

Lujan (2017, citando a Cuadros de Valdivia, 2003) habla sobre la motricidad como el movimiento y madurez corporal, el primero realizado a partir de los miembros o del cuerpo y sujeto a requerimientos espaciales y temporales. Los niños, al nacer, se expresan mediante gestos y movimientos, lo cual se convierte en su manera de comunicarse con los demás. Esta comunicación motriz se realiza durante la primera infancia y, mientras el niño adquiere mayor control, se puede observar movimientos reflejados automáticos, los cuales no dependen de él, pero que poco a poco controlará. En el campo social, afectivo y emocional, es importante brindarle seguridad y confianza para que conozca la diferencia entre los objetos que puede manipular sin ningún daño y los que puedan significar algún peligro.

Lujan (2017, citando a Hurlock, 1982) refiere también que, desde el punto de vista neurológico, la motricidad es el grupo de funciones nerviosas y musculares que otorgan movimiento, coordinación y locomoción. Estas se pueden efectuar gracias a la contracción y relajación de diversos grupos de músculos. La motricidad permite al ser humano ponerse

en marcha y realizar movimientos que dejen realizar labores cotidianas, por más complejas que sean, tales como acrobacias o solo caminar.

Según los autores mencionados dentro de la investigación, en sus diversos trabajos, tesis o libros podemos encontrar que la motricidad se divide en dos campos: gruesa y fina. Cabe mencionar estas áreas de la psicomotricidad para obtener un mejor juicio teórico, aunque no se relacione de forma directa con el trabajo de investigación.

2.2.2.1. Motricidad gruesa

Según Martínez y Martínez (2015), en esta motricidad se gobierna el área corporal de todas las partes gruesas del cuerpo: extremidades superiores e inferiores, tronco y demás que las conforman. Estos movimientos se realizan a voluntad de cada persona, buscando un trabajo sincronizado, armónico y preciso para que pueda superar los obstáculos de los objetos, espacio y terreno donde se encuentra. Al citar a Collado (2009), nos dice que la motricidad gruesa hace mención a todos los llamados movimientos amplios, los cuales son: la coordinación general y vasomotora, el tono muscular, el equilibrio y todos los que lo conforman.

Unapucha (2017, citando a Zambrano, 2012) menciona que la motricidad gruesa tiene como propósito desarrollar los músculos de todo el cuerpo, en especial de los miembros inferiores. En esta motricidad se realiza movimientos más amplios, que integran la coordinación general, la visomotriz muscular y el equilibrio. Por último, dice que la motricidad gruesa tiene un orden de desarrollo que va desde la cabeza hasta los pies, en el cual los niños van a adquirir capacidades que harán que sus movimientos corporales y su desenvolvimiento en el ámbito educativo sea mucho más fácil.

Lujan (2017, citando a Cuadros, 2003) sostiene que la motricidad gruesa de desarrolla a partir del movimiento corporal de los niños, basándose en los segmentos gruesos del cuerpo (como la cabeza, el tronco, los brazos y las piernas). Resulta importante que el niño desarrolle su esquema corporal para poder lograr una buena coordinación de todo su cuerpo. Lo niños, al tener un buen dominio de su motricidad gruesa, podrán realizar

acciones como caminar, saltar y correr; aunque, para este tipo de movimientos, primero deberán pasar por diferentes etapas de acuerdo a su edad y desarrollo individual.

Ardanaz (2009) dice que la motricidad es el control que podemos tener en todo el cuerpo, sobre todo en los movimientos generales y más grandes que se dirigen a él. También manifiesta que todas las acciones realizadas utilizando la totalidad del cuerpo están dentro de la motricidad gruesa, como los trabajos que coordinan desplazamientos y movimientos con las diferentes extremidades, que trabajan el equilibrio y todos los sentidos. Caminar, rodar, correr, girar, saltar, hacer deporte o trabajar la expresión corporal se consideran dentro de este grupo. Ardanaz nos comenta que, dentro de la motricidad gruesa, existen dos grupos: el dominio corporal dinámico y el dominio corporal estático.

2.2.2.1.1. Dominio corporal dinámico

Ardanaz (2009) nos dice que el dominio corporal dinámico es la capacidad de poder controlar diferentes partes del cuerpo, tal como el poder moverlas a partir de una sincronización de movimientos y desplazamientos, ganándole a las dificultades de los objetos y así llevar a cabo un trabajo armónico, preciso y sin rigidez ni tosquedad. Este trabajo hará que el niño adquiera confianza y seguridad en sí mismo, para que así se dé cuenta de sus propias capacidades y el dominio que tiene sobre su cuerpo, dentro del cual existen diferentes elementos:

- a) Coordinación general.
- b) El equilibrio.
- c) El ritmo.
- d) La coordinación visomotriz.

2.2.2.1.2. Dominio corporal estático

Ardanaz (2009) manifiesta que el dominio corporal estático se basa en todas las actividades motrices que, al realizarse, llevan al niño a que interiorice de mejor manera su esquema corporal. Dichas actividades son:

- a) La tonicidad.
- b) El autocontrol.
- c) La respiración.
- d) La relajación.

2.2.2.2. Motricidad fina

Según Unapucha (2017, citando a Duque, 2010), la motricidad fina consiste en el fortalecimiento que se da en los músculos de las manos, la coordinación de sus movimientos y sobre todo la escritura. De igual manera, sobre la base de Cabezuelo y Frontera (2010), la motricidad fina es aquella que realiza movimientos con pequeños grupos musculares, como la coordinación entre los ojos y las manos, que también involucra a los músculos que rodean la cara, la palma de las manos, los dedos o los pies.

Ardanaz (2009), por su parte, dice que la motricidad fina implica todas aquellas actividades que requieren de más precisión y mayor coordinación al momento de realizarlas. Estos movimientos los realizan una o varias partes del cuerpo. Además, la motricidad fina se inicia en los niños alrededor del año y medio, ya que requiere un mayor nivel de maduración y aprendizaje previo.

2.2.2.2.1. Coordinación visomanual

La coordinación visomanual es la capacidad de poder realizar ejercicios con la mano de acuerdo a lo que vemos. En ellos intervienen el brazo, el antebrazo, la muñeca y la mano. Con un buen trabajo de la coordinación visomanual, el niño podrá dominar la escritura y trabajos de la escuela, como recorta, punzar, pintar y hacer bolitas, entre otros (Unapucha, 2017).

2.2.2.2.2. Fonética

Todo lenguaje oral se basa en aspectos funcionales, como el acto de fonación, la motricidad general de cada órgano que interviene dentro de él, la coordinación de los

movimientos precisos y la automatización progresiva del proceso fonético del habla (Unapucha, 2017).

2.2.2.2.3. Motricidad gestual

Implica hacer referencia directamente con la mano; además, habla de la importancia del dominio parcial de cada elemento que compone la mano (Unapucha, 2017).

2.2.2.2.4. Motricidad facial

Esta implica el dominio de la musculatura y la posibilidad de poder comunicarse y relacionarse con los demás. Requiere el dominio de los músculos solo de la cara, los que permiten acentuar movimientos que llevan a poder mostrar nuestros sentimientos y emociones, por lo que es un instrumento importante para comunicarnos con la gente de nuestro entorno (Unapucha, 2017).

Lora (2008) dice que todo trabajo motor se inicia con coordinaciones gruesas, que luego se convierten en finas y requieren un proceso de estimulación general mediante actividades globales, las cuales le darán una base a cualquier segmento específico del cuerpo. Una activación oportuna y sistematizada garantizará el éxito en todo tipo de aprendizaje.

2.2.3. La danza y la psicomotricidad

Lora sostiene que durante toda la existencia el cuerpo humano siempre estará presente, ya que es el eje donde vamos a construir nuestra comunicación con el mundo. Así, nuestro cuerpo, lleno de potencialidades, será capaz de desarrollarse de forma equilibrada para poder llegar a ser realmente humanos. Uno de los caminos para acercarnos al mundo exterior es el arte, el cual demanda un estado de sensibilidad personal que no establece con los demás y deja que fluya un bienestar y gozo armónico y enérgico (Lora, 2008, pp. 209-210).

Lora refiere también que la danza es una de las muchas manifestaciones del arte que el cuerpo puede realizar. Aquella nace de una necesidad interior, de naturaleza

emocional, y es el resultado de querer comunicar o expresar un sentimiento a través del cuerpo, mediante movimientos claros y precisos. La danza se relaciona de manera directa con todo nuestro cuerpo, con la sensibilidad, con todas las tensiones de los músculos, el tono muscular (que compromete directamente al equilibrio) y con los otros segmentos del cuerpo que siguen en movimiento (Lora, 2008, pp. 209-210).

El mismo autor manifiesta también que, durante la ejecución la danza, el cuerpo debe mantenerse firme para dar seguridad a sus movimientos y desplazamientos, para que guarde armonía y plasticidad. La danza al, ser una actividad corporal, exige una buena estructuración del esquema corporal, en el cual se toma conciencia del cuerpo, el espacio y el tiempo que recibe. Así, para que un niño se introduzca a la danza, primero debemos darle muchas oportunidades de explorar y descubrir su cuerpo para que, a partir de eso, organice y estructure frases sencillas y así no pierda ni limitemos sus movimientos (Lora, 2008, pp. 209-210).

Por su parte, Unapucha (2017, citando a Grace, 2013) dice que las danzas folclóricas permiten adquirir y desarrollar habilidades y tareas motrices. De igual manera, comenta que mejora la atención y desarrolla la socialización, lo que aumenta las posibilidades expresivas y comunicativas, beneficia la interacción con los individuos y ayuda a que se dé una convivencia plena (2017, p. 22, citando a Grace, 2013).

2.2.3.1. La práctica corporal en la educación

Lora dice que la práctica corporal que se desarrolla en las escuelas permite que los estudiantes tengan un mayor acercamiento a sus actividades físicas y aprendizajes de tipo cognitivo, afectivo y relacional. Estos tipos de trabajo se benefician en sus dimensiones anatómicas, fisiológicas y biomecánicas. El trabajo motor que realiza en las escuelas le da un nuevo sentido y camino a la pedagogía, ya que integra la motricidad y la emocionalidad, lo que hace más efectiva la activación de la inteligencia para la captación de saberes. Por su parte, dentro de la escuela, estas actividades obligan a los docentes a mejorar su didáctica y metodológica durante clases. Estos nuevos trabajos motores entre lo afectivo y

mental son importantes para todo tipo de actividad relacional —es decir, todo aprendizaje—, indispensable para la relación con el mundo exterior (Lora, 2008, p. 53).

Entre los 10 y 12 años, los niños completan su maduración en el área motora. Ahí las experiencias motoras vividas permiten que tenga un mejor conocimiento de su cuerpo, del espacio y del tiempo: en consecuencia, le facilitan una mejor relación consigo mismo (Lora, 2008, p. 54).

2.2.3.2. Tipos de danzas utilizadas

De Quirós señala que podemos calificar a la danza como una actividad polimórfica, la cual se encuentra bajo diversas formas utilizadas dentro de la psicomotricidad, tales como la danza clásica, la danza moderna y la danza folclórica (2017, p. 128).

2.2.3.2.1. La danza clásica

Considerada la base de todas las danzas, se realiza bajo rigurosos principios.

2.2.3.2.2. La danza moderna

Esta es una forma de bailar con mayor expresión de libertad en los movimientos y coordinaciones, estéticas y dinámicas, por eso se usa con frecuencia en terapias, ya que tiene un estilo más amoldable para el cuerpo. Cabe mencionar que la danza clásica y la danza moderna encontraron su punto de cambio gracias a la bailarina Isadora Duncan.

2.2.3.2.3. La danza folclórica

Tiene un carácter más social y el trabajo en grupo es más central que el individual. Usa movimientos realizados cogiéndose de la mano o en rondas, lo cual aumenta la participación de todos.

2.2.4. Marinera

Según Villasante de Yorges (s. f.), la marinera es un baile que posee alma propia —es decir, una originalidad específica, elegante y fina—, además de ser jaranera y contagiante. Lleva su nomenclatura y fondo desde el momento que se definió como criolla.

Bailar una marinera produce satisfacción, se subliman todos los pesares y se eleva el espíritu; por ello es el número central y consabido “broche de oro” de toda reunión social peruana. Tiene una exuberante personalidad y no necesita de otras danzas para mantenerse así.

Esta danza es de galanteo: la dama lo baila desafiante, sin dejar la coquetería de lado, pero insinuante a la vez. Para ser bien interpretada, es necesario tener ciertas características, que se verán reflejadas en la coquetería al bailarla, la cual consiste en no quitarle la vista a la pareja. El hombre siempre está enamorando y desafiándonos con seguridad de triunfo. El baile es de aire suave, ya que cuando la pareja gira o avanza, lo realiza con finura y majestuosidad, como si estuviera balanceándose en las nubes; por ello se optó por llamarla “la reina de los bailes criollos”.

Según Recuenco, la marinera se manifiesta como una hermosa tradición popular sujeta a una serie de influencias sociales y culturales. En este baile-canción, se observa cómo se realiza un galanteo simultáneo entre el hombre y mujer, en el que ambos desbordan elegancia y coquetería. Llevan con ellos un pañuelo como símbolo de elegancia, el cual levantan en el aire con mucha gracia y salero. Por otro lado, el autor manifiesta también que algunos comentan que dentro de la marinera los varones ejecutan el baile imitando al caballo de paso, mientras que las mujeres hacen movimientos similares a los de la gallina o la pava. La marinera es elegante y compleja, una danza en la cual la mujer lleva el ritmo y el varón se convierte en un acompañante al seguir las pautas de ella. Esta es una danza alegre, coqueta, garbosa, pícaro y enamoradora; el sentir del pueblo que lleva un pasado milenario y con profunda identidad (Recuenco, 2007, p. 69).

Según Recuenco, la marinera tiene como características principales la insinuación y el enamoramiento, que los bailarines llevan al ejecutarla. Así, la marinera norteña es jacarandosa por naturaleza, con donaire y astucia, donde un galante caballero pretende conquistar poco a poco a su pareja de baile, una dama coqueta y llena de elegancia (2007, p. 125).

El autor menciona también que la bailarina Milly Ahon de Iriarte explica perfectamente la esencia de la marinera. Ella comenta que la marinera norteña es un cortejo entre el varón y la dama que, con coquetería, picardía, astucia e inteligencia, sabe expresar su afecto. Todo culmina con la rendición de él a los pies de ella. Este mensaje propio de la marinera se ejecuta durante todo el baile y a esto podemos sumarle la expresividad del cuerpo, el pañuelo, el sombrero y el público espectador, el cual interviene de esta forma comunitariamente (Recuenco, 2007, p. 183).

Asimismo, Recuenco menciona que Abelardo Gamarra, El Tunante, mediante sus aportes realizados y bajo una orden al gobierno peruano de 1880, cambia el nombre de la zamacueca o chilena y la rebautiza debido la infausta Guerra del Pacífico de 1879. Esto se lleva a cabo gracias a que El Tunante y varios importantes amigos suyos decidieron rendir homenaje a las hazañas de Miguel Grau y su monitor Huáscar. Así, la palabra “chilena” es cambiada por “marinera”. Esta propuesta se refleja en la compañía de la marinera de guerra, la cual hace una especie de homenaje a sí misma (Recuenco, 2007, p. 75).

2.2.4.1. Antecedentes históricos de la marinera

Según Aguilar, la marinera norteña tiene un origen hispano-indígena, con aportes culturales traídos por los negros del África y de El Caribe. No existen datos fehacientes en su totalidad que indiquen y marquen cómo se dio este fenómeno de mestizaje y autoctonismo que es la marinera ni de cómo su diversificación actual se debe a la influencia, en primera lugar, de la “fuerza telúrica” de cada una de las diferentes regiones del país, en las que el clima y el medio ambiente determinan la psicología de las personas; y, en segundo lugar, a la mayor influencia de un grupo o de un estrato étnico o social predominante en el ambiente de las clases populares de los comienzos de nuestra formación nacional. Así, las diferentes músicas, canciones, bailes e instrumentos traídos de Europa, Asia o el subcontinente indio van a dar origen a nuestro acervo cultural autóctono que hoy denominamos “marinera” (Aguilar, 1989, p. 264).

Recuenco comenta que la zamba también se consideró un antecedente directo o la madre de la zamacueca, así como abuela de diferentes bailes que se realizaron en tierras peruanas, entre los cuales encontramos a la marinera. Sin embargo, afirma que sin duda el antecedente es la zamacueca, ya que se indica que este era el baile más popular que nació aproximadamente en la primera década del siglo XIX. La zamacueca se bailaba y cantaba solo en reuniones familiares, ya sea en casa de artesanos, de mujeres alegres y sobre todo en las festividades de Amancaes (pampa limeña que hoy en día se encuentra cerca de las riberas del río Rímac) en honor a San Juan (Recuenco, 2007, p. 71).

Recuenco comenta, además, que plantear teóricamente el origen de la marinera es un trabajo complicado, ya que requiere estudiar con detalle todas las influencias y manifestaciones artístico-culturales por las cuales atravesó durante las últimas décadas de la época de la colonia. Realizar un análisis literario, político y económico sobre aquel periodo de la historia ayudaría a revelar aquel misterio acerca de cómo empezó todo (Recuenco, 2007, p. 12).

2.2.4.1.1. Corriente peruanista

Según Recuenco, una de las versiones dentro del origen de la marinera es la corriente peruanista, la cual hace referencia a los primeros días de la conquista, por lo que se cree que los españoles llegaron a Perú y, dentro de las regiones de La Libertad y Lambayeque, encontraron bailes que los nativos llamaban “baile de tierra baja” o “marinera” y “baile de tierra alta” o “tondero”. Según el autor, dentro de esta corriente se puede hallar la versión del obispo de Trujillo, Jaime Martínez de Compañón, que refuerza esta teoría. Este describió los bailes nativos encontrados dentro de esta zona como “de tierra alta” y “de tierra baja”, respectivamente. Con el pasar del tiempo, la influencia que recibieron los pasos, la música y la vestimenta fue básicamente de los españoles, africanos y caribeños. Estos bailes sufrieron una serie de modificaciones y el baile de tierra baja se convirtió en una señorial, coqueta y elegante marinera, la cual se conoce hoy en día (Recuenco, 2007, pp. 78-79).

Para Recuenco, la corriente peruanista sostiene que la zamacueca, al ser abuela de la marinera, tiene su origen en el Perú y se remonta a la época de la expansión de las culturas Mochica e Inca. Esta teoría también afirma que la zamacueca se vincula con diferentes costumbres funerarias de los antiguos habitantes del Tahuantinsuyo, debido a su nombre, que proviene de la raíz quechua *zawani*, *sama* o *zama* (que significa “descansar”), o *zamaquiqui* (que significa “baile de descanso”). Estas afirmaciones están respaldadas por la existencia de huacos en los que se muestra a personas de la época danzando (Recuenco, 2007, pp. 78-79).

2.2.4.1.2. Corriente hispanista

Según Recuenco, otra de las versiones planteadas dentro del origen de la marinera es la corriente hispanista, la cual menciona que los españoles, a su llegada al Perú, fueron los que enseñaron a los nativos sus bailes de salón, como el minué, la cuadrilla, el rigodón y el fandango, que en el siglo XVII, dentro de España, tuvo mucho apogeo y, por lo tanto, fue un baile de moda. Lo cierto es que se practicó en muchos lugares y, dentro de su ejecución, denotaba un baile de pareja y enamoramiento. Asimismo, dentro de la corriente hispanista, se dice que la servidumbre y la gente de pueblo copió los movimientos elegantes de estas danzas, que se trasladaron y adaptaron a la zamacueca y luego a la marinera. A toda esta información se le adjunta también los movimientos del pie, lo cuales realizaban las mujeres al momento de danzar con el pañuelo, aquellos que hacen recordar los bailes hispanos más antiguos (Recuenco, 2007, p. 80).

2.2.4.1.3. Corriente africanista

Por último, Recuenco presenta una última versión dentro del origen de la marinera: la corriente africanista. Esta, dentro de todas las investigaciones realizadas, es la que más asidero tiene dentro del baile de la marinera. En ella se dice que esta danza siempre se relacionó con zambos y negros, quienes la cultivaron a raíz de sus manifestaciones culturales, como sus propios cantos y danzas del continente del que fueron traídos (Recuenco, 2007, p. 80).

Según el autor, Nicomedes Santa Cruz no estaba muy convencido de la versión africanista. Él pensaba que las palabras “zamba” y “cueca” no fueron parte del origen de la zamacueca, en cambio pensaba que la samba y la cuque sí lo fueron. Otra versión de 1800 menciona que hay referencia de un baile llamado “zamba”, el cual se conoció como zamacueca y luego se convirtió en el antecedente directo de la marinera. Este baile se llamó de diferentes maneras: mozamala, zamacueca y baile de pañuelito, las cuales son denominaciones de la misma época, lo que se dio por distinciones raciales, divisiones sociales, cuestiones morales o elementos formativos culturales. Estos factores tenían mucho que ver al momento de clasificar los bailes. Por ejemplo, el cajón sería indicador claro del espacio social y étnico de donde procede determinada danza o versión de la marinera (Recuenco, 2007, p. 81).

Recuenco refiere también una forma general de cómo ver los orígenes y corrientes de la marinera, ya sea hispanista, peruanista o africanista. Afirma que estas no explican por sí solas el origen de este baile. Este es propio del mestizaje hispano, claramente expresado en los movimientos de las mujeres (suaves y elegantes), acompañados del pañuelo, como si se tratase de una jota vivaz y aragonesa. En lo africano, se presenta de forma clara las melodías alegres e incitantes; mientras que, por la parte andina, está el espacio cultural donde se desarrolla. Todas estas características se sintetizan y forman lo que hoy en día es nuestro baile (Recuenco, 2007, p. 82).

2.2.4.2. Zonas de difusión

Según Recuenco, la marinera como baile es uno solo y no puede haber una distinción o división con respecto a ella; sin embargo, esto no quiere decir que no existen diferentes variantes e influencias, las cuales esta misma sufrió y recibió a lo largo de su historia. Los cambios que se mencionan son el claro proceso de cambio, que por factores sociales, culturales y geográficos hace posible que la marinera acoja el estilo de cada departamento o región en el que se desarrolla (Recuenco, 2007, p. 85).

2.2.4.2.1. Marinera en la costa

Recuenco señala que la marinera se baila en muchos departamentos de la zona norte, como La Libertad, Lambayeque y Piura, donde adquiere estilos muy propios que hacen posible que puedan diferenciarse entre sí. Todas tiene un peculiar modo de ejecutarse, sin perder la esencia que caracteriza a la marinera. Las que se realizan en el norte son las más difundidas y las que se conservan más, en sus diferentes estilos (Recuenco, 2007, pp. 111-112).

Recuenco señala también que la marinera liberteña posee muchas características propias, en sus pasos, vestuario y ejecución. En los pasos, alude a los campesinos que trabajan la tierra, o también dan vida a los chalanes, con su notable salero y picardía al bailarla. Su origen toma lugar en la campiña de Moche, cobijada por las huacas del Sol y la Luna, regada por el río Moche. Desde este punto se dirigió a Laredo, Huamán, Mansiche, Huanchaco, Ascope, Paiján, Chicama, Pacasmayo, San Pedro de Lloc, Chepén y muchos pueblos localizados en esta zona norteña (Recuenco, 2007, pp. 120-121).

El mismo autor, al hablar de marinera limeña, refiérela califica como un baile lleno de expresividad y hermosura, una de las variantes más prestigiosas de nuestra marinera. En su ejecución, la dama se suelta y adorna a paso lento, de manera peculiar entre punta y punta, siempre manteniendo el pañuelo en alto para ondearlo garboso; además, hace movimientos sutiles con la falda, que insinúan al caballero que la acompaña con vueltas rítmicas en su sitio. Por su parte, el varón zapatea entre punta y taco, con júbilo y elegancia. La marinera limeña se presenta como un baile de mucho garbo, pero sin llegar a la exageración. Esta variante es en la que mejor se aprecia un aire señorial. Algunos la llaman “marinera de la costa centro”, ya que tuvo gran desarrollo en Lima, sobre todo en la época colonial. Lleva consigo una elegancia innata que se aprecia en la vestimenta, en los bailarines y en sus cadenciosos movimientos (Recuenco, 2007, p. 93).

2.2.4.2.2. Marinera en la sierra

La marinera serrana, según Recuenco, tiene semejanzas y diferencias entre sí a raíz de la relación con su entorno social, cultural, geográfico y a su influencia con otras culturas, como la española, negra o andina, a las cuales fue sometida. Desarrolló diferentes estilos, entre los que podemos mencionar la cajamarquina, liberteña, puneña, ayacuchana, arequipeña, entre otras más de esta misma región. También se hace presente la marinera de la zona alta de Piura, la cual tiene una distinción en coreográfica y se le denomina “golpe tierra” (Recuenco, 2007, p. 105).

Según el autor, la marinera tiene dos maneras de interpretación: la norteña y la sureña, las cuales claramente se distinguen de aquella que se cultiva en la costa. Dentro de esta última, se puede apreciar la música con ritmo más alegre, al contrario de la serrana, que tiene un ritmo más lento y pausado. Esta música lleva consigo una sensibilidad y gracia más especial, que se vincula con la *cahua* incaica y el huayno, géneros provenientes del sentimentalismo andino (Recuenco, 2007, p. 105).

2.2.4.2.3. Marinera en la amazonia

Castro (2020), en uno de su *podcast*, nos habla de la marinera amazónica y dice que es una práctica cultura que tuvo influencia directa de la marinera norteña; además, la desarrollaron los habitantes de la zona durante las últimas décadas, sobre todo en las celebraciones realizadas por ellos. Esta variante de la marinera adoptó características propias de los habitantes de la selva peruana, en el vestuario, la coreografía y la interpretación musical. Por esta razón, sus vestimentas son coloridas y, claro está, es una danza muy alegre, interpretada por personalidades muy desenvueltas, como usualmente se identifican a las personas originarias de esta región del Perú.

2.2.4.3. Estructura coreográfica de la marinera

Según Recuenco, todas las marineras (limeña, serrana o norteña) tienen un determinado modelo básico para bailar, que empieza por el invite o llamado, el paseo, la espera, los saludos, los careos y las fugas. En todos los departamentos donde se baila y

cultiva, se puede apreciar todos estos momentos dentro del baile. Todas y cada una de estas partes están compuestas por estrofas y cada bailarín tiene que reconocer el momento preciso para ejecutarlas, dando las vueltas y pasos respectivos para marcar el baile (Recuenco, 2007, p. 90).

Aguilar refiere que, luego de esta etapa inicial, empiezan los saludos, que en su mayoría son muestras elegantes, finas, pícaras e insinuantes por parte del varón hacia la dama y a las que ella contesta coqueta y despectiva. Continúan los careos, acercamientos o entradas que realizan el varón y la mujer durante el baile, lo que hace que conozcan y midan sus fuerzas el uno al otro, por lo que el primer encuentro es más sumiso para que los demás sean más insinuantes y rumbosos. Por último, termina con la fuga, que es la parte donde los bailarines hacen muestra de sus habilidades y destrezas para los zapateos, tratando de superarse entre sí, hasta llegar al final, cuando el varón, si queda de pie, es porque aún no se rinde ante los encantos de su pareja. Luego viene la segunda, en donde sí se arrodilla al final y se da por triunfadora a la dama (Aguilar, 1989, p. 42).

Para Orbegozo, el pañuelo dentro de la marinera norteña ayuda a representar el desenvolvimiento dentro del baile: se lleva en la mano derecha, muy en alto, mientras se ejecutan movimientos sutiles, como giros a la derecha, izquierda o pequeños círculos u ochos horizontales con el trabajo de la muñeca. El pañuelo también puede bajar: en el caso del varón, adelanta el brazo en señal de querer abrazar a su pareja; mientras que la dama hace lo mismo, pero con la intención de atraer la mirada de él (Orbegozo, 2019, p. 13).

Isla, por su parte, manifiesta que la coreografía que se ejecuta dentro de la marinera norteña se ha vuelto más completa. Esto se debe a las diferentes variaciones y diversidad que existe dentro de las composiciones musicales; asimismo, gracias a la creatividad de los bailarines, que combinan, incrementan y modifican pasos, figuras, desplazamientos y zapateos, con lo que se obtiene esquemas coreográficos de mayor dificultad. Por eso, mientras mayor desarrollo coreográfico, nuestro conocimiento y capacidad de recursos se puede aplicar en el baile (Isla, 2012, p. 27).

Recuenco resalta el paseo del lateral y menciona que es el paso que distingue a las marineras norteñas de las demás. Este consiste en caminar de lado, ya sea a derecha o izquierda, y arrastrar de a poco el pie que avanza más rápido que el otro (2007, p. 113). El autor también señala que la estructura y ejecución de la marinera norteña nunca fue una sola, pero sí se debe respetar las características que la hacen única. Tiene una estructura simple, conformada por la espera, el invite o llamado, los paseos, los saludos, los careos, los coqueteos, las fugas, los zapateos y las vueltas finales. El periodista trujillano Antonio Fernández Arce realizó una entrevista a musicólogos, historiadores, folcloristas, instructores y hasta campeones de marinera, a quienes presentó una secuencia coreográfica y sobre la cual mencionaron estar de acuerdo (Recuenco, 2007, p. 113).

Asimismo, Recuenco habla de la espera dentro de la marinera norteña, que es la parte antecesora de este baile. Se realiza un saludo a manera de galantería del varón hacia la dama y es aquí que se puede decir que empieza la danza, por eso se ven los elegantes movimientos del cuerpo y del pañuelo, así como las gesticulaciones en el rostro, que juegan un papel importante dentro del baile (2007, p. 114). Además, menciona que el invite o llamado se desarrolla dentro de los primeros compases, ya sea de melodía o percusión, con los que se invita a bailar al acompañante. Luego, dice que el paseo es la caminata elegante que realiza el varón, mientras la dama coquetea insinuante. El objetivo de esta parte es que cada uno tome su lugar correspondiente para bailar, luciéndose y haciendo lo propio dentro de la marinera. A esto también se le puede llamar “cuadrarse” o “tomar manera”, dependiendo del lugar donde se lleve a cabo (Recuenco, 2007, p. 114).

El careo, por otro lado, es donde la pareja conoce las características de su acompañante. Cada careo suele ser más largo que el otro y es aquí donde ya los bailarines suelen ser más insinuantes y acercarse un poco más a su pareja. En estos vaivenes, se aprecia la coquetería y picardía de cada bailarín. Se puede ver cómo la dama esquivo de modo sugerente los galanteos persistentes del varón, quien no cesa su empeño en que ella lo acepte (Recuenco, 2007, p. 114).

Orbegozo habla de algunas figuras principales dentro de la marinera norteña y que se recrearon gracias a la interacción de ambos bailarines. En ellas resalta la espontaneidad y creatividad: en las figuras en forma de ocho, los coqueteos frente a frente, los coqueteos de espalda, los caracoleos, las argollas, el codo con codo, los zapateos uno frente al otro o al costado, así como figuras en forma de cuadrados (Orbegozo, 2019, p. 12).

Dentro de la técnica de baile, se encuentra la importancia y el correcto dominio de los zapateos, entre los desplazamientos y la ejecución, lo que nos lleva a obtener movimientos elegantes y distinguidos para desarrollar una buena coreografía. Entre los zapateos que se realizan dentro de la marinera —para ser más preciso, en la fuga—, están: punta-taco, punta-punta, taco-taco, taco-punta, cepillado, raspado, cortado y machete (Isla, 2012, p. 9). Isla menciona también las marcaciones lentas o también llamado “dulce”, las cuales se encuentran en la parte intermedia del paseo de la marinera norteña (2012, p. 48).

Recuenco, culminando de explicar la estructura coreográfica de la marinera, habla también de la fuga o el llamado “remate”, que es donde los bailarines, a través del cortejo y la competencia, tratan de superarse el uno al otro, lo que se supone es el enamoramiento. A partir de aquí, se aumenta los zapateos y cepillados.

Aguilar comenta que, en ciertas regiones del país, cualquiera de estas partes recibe nombres diferentes. De igual manera, muchas personas dedicadas a la enseñanza de la marinera utilizan una terminología propia para estas partes, así como para los diversos pasos, figuras y acciones del baile (1989, p. 34).

2.2.4.4. Estructura musical de la marinera

Isla dice que la marinera norteña tuvo cambios a través del tiempo en su estructura musical, ya que surgieron nuevos compases y marcaciones, tanto en el paseo como en la fuga. El conocimiento de la estructura de la marinera norteña nos proporciona la idea a tomar y realizar en cada baile; sin embargo, mediante el conocimiento de la estructura musical, podemos reconocer sus cambios y marcaciones (Isla, 2012, p. 34).

Según Recuenco (2007), la marinera norteña suele interpretarla un conjunto criollo o una banda de músicos. La más conocida en la actualidad es la 32 División de Infantería del Ejército del Perú, banda del concurso oficial de marinera que, en sus inicios, era la Banda de Infantería Pucara número 37 y la Banda de Santa Lucía de Moche. Al ser interpretada así, tiene la ventaja de poder bailarse al aire libre y sin una coreografía amarrada. No se puede decir con exactitud desde cuándo se empezó a bailar con banda; pero sí que antiguamente se cantaba y bailaba con piano, arpa, guitarra y cucharas. Estos intérpretes mantienen el sello distintivo de la marinera, musicalmente hablando, ya que en todos los estilos las estrofas compuestas son de seis y ocho (6/8) versos sostenidos, que forman una cuarteta original.

Isla, en su análisis musical de diferentes marineras norteñas, pudo concluir que cada una, en paseo y fuga, está formada por frases musicales (compases) que pueden diferenciarse por su duración. De igual manera, estas frases, al agruparse, se les puede llamar “frase completa o conformada”, para poder tener un mejor manejo cuando haya marcaciones o cambios musicales al momento de bailar (Isla, 2012, p. 11). Además, el autor señala que la marinera se divide en introducción, paseo y fuga, además de clasificarse según el número y duración de frases que lleve cada una. Para nuestra investigación, es relevante citar solo la clasificación básica.

La introducción está conformada por dos frases completas en el sonido de viento solitario y dos frases completas al momento de la inclusión instrumental (todos los instrumentos), lo que permite realizar con normalidad una marcación inicial con vuelta, contravuelta y marcaciones finales, la cual no incluye el tiempo de redoble y repique del tambor al inicio de la introducción (Isla, 2012, p. 11).

Dentro del paseo, se puede decir que la característica principal y básica es tener ocho frases completas para poder ejecutar todo el baile, sin incluir la marcación lenta o “dulce” (Isla, 2012, p. 13).

Por último, la triunfadora o fuga está conformada por dos frases completas. La marinera de fuga básica tiene dos marcaciones de cambio o fuga: una al inicio y otra después de la primera marcación. A aquellas dos frases completa, le sigue la primera marcación de cambio y otra segunda fuga con otras dos frases adicionales, las cuales hacen posible realizar el zapateo, desplazamiento y remate para la marcación final (Isla, 2012, p. 18).

Todas las marineras tienen una estructura musical que ayuda a los bailarines, al momento de ejecutarla, a reconocer sus diferentes partes, como la introducción, el paseo, la fuga o sus cambios y marcaciones musicales, que hacen que ellos mismos mantengan una secuencia e identifiquen y apliquen todas las técnicas de baile aprendidas para cada marinera norteña (Isla, 2012, p. 49).

2.2.4.5. Vestimenta de la marinera

Aguilar afirma que el Perú es uno de los países más ricos en folclore y, dentro de ello, en lo que a vestimenta respecta, cada región, departamento, provincia, distrito y caserío posee vestimentas características que los diferencian unos de otros. En la costa norte, si bien es cierto que la vestimenta típica está en vías de extinción por el alto costo de los materiales para confeccionarlos y por la influencia de la moda, subsiste aun en algunos distritos y caseríos como Moche, Huanchaco, Huanchaquito, Paiján, Eten, Monsefú, Mórrope, Íllimo, Morropón, Catacaos, Paita, entre otros, donde quienes la usan son por lo general personas de edad avanzada.

Las vestimentas típicas son de tres tipos:

- a) De diario.
- b) De tipo festivo popular.
- c) De tipo festivo religioso.

Esta última la usan solo algunas personas para determinados ritos de fiestas patronales y no para fiestas sociales ni mucho menos de diario (Aguilar, 1989, p. 75).

2.2.4.5.1. Vestimenta en las damas

Según Isla, dentro de nuestro país se puede observar diferentes vestidos de variados colores y diferentes diseños, cada uno representando sus tradiciones, lo que demuestra la diversidad geográfica y sociocultural del Perú. A estos distinguidos vestidos, típicos y costumbristas, se le acompaña con diferentes distintivos de elegancia, los cuales adornan la belleza de la mujer, tales como collares, aretes, peinetas, estiletes, trenzas, mantas, chales, fajas, pañuelos, sombreros, entre otros (Isla, 2012, p. 29).

Recuenco menciona que la marinera se ejecuta de manera pícaro y muy coqueta. Las mujeres de diferentes distritos y provincias de los departamentos del norte bailan con los pies descalzos desde un momento que no se puede precisar, ya que se menciona que siempre los zapatos se llevaban puestos para bailarla. En la libertad, los atuendos de diario o de fiesta se acompañan con el tradicional “pañó ‘e leche” (Recuenco, 2007, p. 120).

Isla (2012) menciona que los vestidos de baile de la marinera norteña, a través de los años, evolucionaron por la aparición de nuevos modelos de la moda. Los vestidos tomaron un perfil más estilizado de acuerdo a la creatividad, gusto y colores de cada bailarina. A comparación de los vestidos de marinera, la vestimenta de los caballeros se conservó un poco más, sin tantos cambios a través de los años (Isla, 2012, p. 29).

2.2.4.5.2. Vestimenta en los varones

Isla nos habla de los caballeros que usan una vestimenta denominada “dominguera” o también conocida en los pueblos como “vestimenta de fiesta”, conformada por lo general de un terno blanco (saco, chaleco, pantalón y camisa color blanca), que puede representar a Piura, Lambayeque, Trujillo, Lima, etc. Otras prendas pueden acompañar a este traje, como el sombrero de ala ancha, el poncho en algunas ocasiones, la faja de diversos colores y diseños, así como un pañuelo blanco (Isla, 2012, p. 45).

2.2.4.6. La marinera norteña y la psicomotricidad

Dentro del campo de la investigación entre marinera y psicomotricidad, no se puede encontrar mucho material e información. Si hablamos de la marinera y el área motora de la psicomotricidad, categoría que estamos usando en nuestra investigación, tampoco se encuentra evidencia alguna. Quizás sí sobre marinera, ya que es un tema muy estudiado; pero, como se mencionó antes, fue muy poco utilizado para relacionarlo con los aspectos de la psicomotricidad.

Sin embargo, existen investigaciones que se acercan mucho al campo del área motora de la psicomotricidad, los cuales se tomaron como referencia previamente. Un claro ejemplo es la investigación realizada por López (2018), quien mencionó que se pudo desarrollar la capacidad sensitiva, auditiva y rítmica para diferenciar los tiempos musicales en el desarrollo del lenguaje corporal, lo que ayuda a la expresividad al momento de bailar, así como a las técnicas corporales que benefician la creatividad de los movimientos motores o el desarrollo de las coordinaciones motoras. López comenta también que, al estimular la coordinación de los movimientos, se puede obtener seguridad y reconocimiento de los diferentes espacios.

También se habla del trabajo realizado por Cerna (2017), quien nos habla de la importancia de la enseñanza de la marinera para el fortalecimiento de la creatividad motriz. Dentro de su trabajo de investigación, afirma que la estrategia metodológica para la enseñanza de la marinera norteña influye en el fortalecimiento de la creatividad, flexibilidad, originalidad y fluidez motrices. Claramente, su trabajo confirma el fortalecimiento en gran escala gracias a la marinera norteña.

Por otro lado, Orbegozo señala que, para el buen desarrollo de los pasos de la marinera norteña, es importante tener una adecuada y oportuna distribución y cambio del centro de gravedad del cuerpo, así como un buen dominio del equilibrio. Esto hará que los trabajos de desplazamientos y dentro del baile puedan controlarse y ser espontáneos (2019, p. 14).

Vallejos dice que la marinea norteña tiene muchas ventajas en los niños y puede utilizarse como herramienta para estimular diversos aspectos. En el área motora, ayuda al fortalecimiento del buen desarrollo muscular, fortalece las destrezas y el equilibrio, mejora la postura y ayuda a la coordinación de movimientos. Dentro del aspecto corporal, puede ayudar al buen desarrollo pulmonar y cardiovascular, así como mejorar problemas de columna (1999, p. 66).

2.3. Definición de términos básicos

Arraigadas: hacerse una costumbre, un vicio o una virtud firme en una persona.

Circundante: que está situado alrededor de algún objeto en específico.

Cohesión: cualidad que demuestra relación entre personas o cosas.

Espontaneidad: circunstancia de una acción o fenómeno que se muestran o producen sin intervención de causas exteriores.

Lateralidad: inclinación que los seres humanos muestran por utilizar un lado de su propio cuerpo.

Lúdico: adjetivo que hace referencia al juego o actividad que se realiza con fines pedagógicos.

Motricidad gruesa: referido a todas las acciones que los niños realizan con la totalidad de su cuerpo, como correr, saltar, caminar, girar, entre otros.

Nomenclatura: conjunto de todas las palabras propias de una ciencia, arte o técnica.

Ornamento: algún objeto o implemento que adorna y embellece a una persona o cosa.

Paradigma: ejemplo o modelo que se toma como referencia o como punto de comparación.

Psicomotricidad: relación que se encuentra entre la interacción psíquica de la mente humana y la capacidad de movimiento o función motriz del cuerpo.

Ubicación visoespacial: capacidad de decir dónde están los objetos en el espacio.

Marinera: danza típica del Perú. Baile de pareja en donde el coqueteo y la picardía es lo principal.

Estructura coreográfica: arte de crear estructura en las que suceden movimientos artísticos.

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

3.1. Enfoque y diseño de la investigación

3.1.1. Enfoque de la investigación

El enfoque es cualitativo, ya que se dice que este tipo de investigación se orienta a la comprensión de los fenómenos desde una clara exploración hacia un determinado grupo de participantes que tenga relación con el contexto. En dicho enfoque, se busca comprender y profundiza en la perspectiva de los participantes, experiencias, opiniones y significados, que ellos describen dentro de su realidad (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). De esa manera, la investigación busca demostrar, a partir del análisis de los resultados sobre la enseñanza de la marinera norteña, que esta puede fortalecer el área motora de la psicomotricidad.

3.1.2. Diseño de la investigación

La investigación se trabaja mediante el diseño de la teoría fundamentada, la cual tiene como propósito desarrollar una teoría orientada a datos empíricos que se aplican en áreas específicas. Dicha teórica se denomina también sustantiva o de rango medio y se realiza en un contexto concreto (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

3.2. Participantes

En esta investigación, se trabajará con un grupo de expertos, lo que permitirá profundizar en el tema debido a que cuentan con conocimiento amplio sobre el fenómeno en estudio. Ello permitirá generar información más precisa y recoger la perspectiva de los especialistas. El muestreo será intencional, ya que la elección de los participantes se dio a partir de las características del trabajo de investigación (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Participaron 24 personas, entre profesores y campeones nacionales de marinera, instructores, bailarines profesionales del BFNP y egresados de la ENSFJMA (ver la tabla

1). La selección de los participantes fue intencional, ya que se trata de un grupo de profesores y bailarines que ejercen su labor como maestros de marinera norteña.

3.2.1. Criterios de inclusión

- Profesores y bailarines de marinera norteña con más de 5 años de experiencia en la enseñanza pedagógica y didáctica para niños.
- Estudiantes egresados de la ENSFJMA.
- Profesores de la ENSFJMA.
- Bailarines profesionales del BFNP.

3.2.2. Criterios de exclusión

- Profesores y bailarines de marinera norteña con menos de 5 años de experiencia en la enseñanza pedagógica y didáctica para niños.
- Profesores de marinera que no tengan experiencia laboral en algún centro educativo.

Tabla 1

Caracterización de los participantes

| SEUDÓNIMOS | SEXO | AÑOS DE ENSEÑANZA | PROFESIÓN | LUGAR DE RESIDENCIA |
|------------|------|-------------------|-------------------------------|---------------------|
| Fabiola | F | Más de 16 | Bailarina del BFNP | Lima |
| Angélica | F | Entre 5 y 10 | Bailarín del BFNP | Lima |
| Lucía | F | Más de 16 | Profesora de marinera norteña | Lima |
| Andrea | F | Entre 11 y 15 | Profesora de marinera norteña | Trujillo |
| Miguel | M | Entre 11 y 15 | Bailarín del BFNP | Lima |

| | | | | |
|-----------|---|---------------|----------------------------------|----------|
| Adamaris | F | Más de 16 | Profesora de la ENSFJMA | Lima |
| Juan | M | Más de 16 | Profesor de marinera norteña | Lima |
| Ángel | M | Más de 16 | Bailarín del BFNP | Lima |
| Erick | M | Más de 16 | Profesor de la ENSFJMA | Lima |
| Stefanno | M | Más de 16 | Profesor de marinera norteña | Lima |
| Verónica | F | Más de 16 | Profesora de marinera norteña | Lima |
| Ronaldo | M | Más de 16 | Profesor de marinera norteña | Lima |
| Alejandra | F | Más de 16 | Profesora de marinera norteña | Lima |
| Cristhian | M | Más de 16 | Profesor de la ENSFJMA | Lima |
| Paolo | M | Más de 16 | Profesor de marinera norteña | Lima |
| Claudio | M | Más de 16 | Profesor de marinera norteña | Lima |
| Xiomara | F | Entre 11 y 15 | Bailarina del BFNP | Lima |
| Mariano | M | Más de 16 | Profesor de marinera norteña | Lima |
| Luis | M | Más de 16 | Profesor de marinera norteña | Chiclayo |
| Victoria | F | Más de 16 | Profesora de marinera norteña | Lima |
| Daniel | M | Más de 16 | Profesor de marinera norteña | Trujillo |
| Milagros | F | Más de 16 | Profesora de la ENSFJMA | Lima |

| | | | | |
|--------|---|--------------|------------------------------|----------|
| Danilo | M | Entre 5 y 10 | Profesor de marinera norteña | Trujillo |
| Alex | M | Más de 16 | Profesor de marinera norteña | Lima |

3.3. Categorías: definición conceptual

La presente investigación tiene dos categorías, concebidas por Hernández, Fernández y Baptista, (2014) como aquello que se registra u observa al codificarse convenientemente. A partir de ello, planteamos la marinera norteña como primera categoría y el área motora de la psicomotricidad como la segunda.

3.3.1. Categoría 1: marinera norteña

Según la definición conceptual, la marinera norteña es una danza de pareja libre que se da a nivel nacional y muestra, durante toda su ejecución, un baile de enamoramiento en el que la mujer coquetea con picardía e insinuación y expresa su afectividad, mientras el varón coquetea y galantea ella.

Tabla 2

Matriz de la categoría 1

| Categorías | Subcategorías | Ítems |
|-----------------|-------------------|---|
| Marinera | Uso de vestimenta | <p>¿Cómo cree usted que el uso del vestuario utilizado para la marinera permite fortalecer la lateralidad de los estudiantes? (el pañuelo y el sombrero para los varones y la falda para las chicas).</p> <p>¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer la disociación de sus movimientos mediante el uso del vestuario y los accesorios utilizados para bailar la marinera? (el pañuelo y el sombrero para los varones y la falda para las chicas).</p> |

| | |
|---|---|
| | ¿Cómo cree usted que los zapateos de la marinera influyen en el fortalecimiento del equilibrio de los estudiantes que la practiquen? |
| Pasos y zapateos de la marinera norteña | ¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer su lateralidad al ejecutar los desplazamientos, zapateos y figuras de la marinera? ¿Qué tipo de trabajos didácticos puede fortalecer la disociación de movimiento en los estudiantes que incluyan la ejecución de zapateos, desplazamientos y figuras de la marinera? |
| Discriminación auditiva | ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz del estudiante para el adecuado uso del espacio al desarrollarse la marinera? ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento de la coordinación visomotriz dentro en la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario? |
| Dimensión coreográfica | ¿Cómo cree usted que los estudiantes puedan fortalecer el equilibrio mediante trabajos de desplazamientos y vueltas en la ejecución de la marinera? ¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer su lateralidad al ejecutar desplazamientos, zapateos y figuras de la marinera? ¿Cómo cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz y el uso o desplazamiento del espacio donde se practica la marinera? |

3.3.2. Categoría 2: área motora de la psicomotricidad

Según la definición conceptual, el área motora de la psicomotricidad es un conjunto de funciones cerebrales y corporales que permitirán que los niños desarrollen evolutivamente sus movimientos. En esta área se ven involucrados las dimensiones del sentido y de los movimientos.

Tabla 3

Matriz de la categoría 2

| Categorías | Subcategorías | Ítems |
|------------|---------------|-------|
|------------|---------------|-------|

| | | |
|--|----------------------------|---|
| Área motora de la psicomotricidad | Equilibrio | <p>¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento del equilibrio dentro de la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario?</p> <p>¿Cómo cree usted que los zapateos de la marinera influyen en el fortalecimiento del equilibrio de los estudiantes que la practiquen?</p> <p>¿Cómo cree usted que los estudiantes puedan fortalecer el equilibrio mediante trabajos de desplazamientos y vueltas en la ejecución de la marinera?</p> <p>¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted que los estudiantes puedan fortalecer el equilibrio al ejecutar la marinera?</p> |
| | Lateralidad | <p>¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento de la lateralidad en la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario?</p> <p>¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer su lateralidad al ejecutar desplazamientos, zapateos y figuras de la marinera?</p> <p>¿Cómo cree usted que el uso del vestuario utilizado para la marinera permite fortalecer la lateralidad de los estudiantes? (el pañuelo y el sombrero para los varones y la falda para las chicas).</p> <p>¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted los estudiantes puedan fortalecer la lateralidad al ejecutar la marinera?</p> |
| | Disociación de movimientos | <p>¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento de la disociación de movimientos dentro en la psicomotricidad de estudiantes del nivel primario?</p> <p>¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer la disociación de sus movimientos mediante el uso del vestuario y los accesorios utilizados para bailar la marinera? (el pañuelo y el sombrero para los varones y la falda para las chicas).</p> <p>¿Qué tipo de trabajos didácticos puede fortalecer la disociación de movimiento en los estudiantes que incluyan la ejecución de zapateos, desplazamientos y figuras de la marinera?</p> |
| | Coordinación visomotriz | <p>¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento de la coordinación visomotriz dentro en la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario?</p> <p>¿Cómo cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz y el uso o desplazamiento del espacio donde se practica la marinera?</p> <p>¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz del estudiante para el adecuado uso del espacio al desarrollarse la marinera?</p> |

3.4. Instrumento

3.4.1. Descripción del instrumento

En esta investigación, se utilizó como instrumento una entrevista semiestructurada, que consiste en un conjunto de preguntas respecto a una o más categorías. Las preguntas abiertas no delimitan de antemano las alternativas de respuestas (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Para su elaboración, se elaboró una matriz de categorización (ver anexo 2) tomando en cuenta el marco teórico utilizado para este el presente trabajo.

3.5.2. Validez y confiabilidad del instrumento

La guía de entrevista la revisó un grupo de expertos a quienes, mediante una carta formal, se les invito a integrar el grupo de jueces (ver anexo 3), como especialistas dentro del campo educativo, profesores y bailarines de marinera norteña con el grado requerido para la revisión y aprobación del instrumento. Luego de su corrección, se modificó teniendo en cuenta las preguntas más oportunas para su debida aplicación, lo que otorgaría una mejor fluidez al momento de la recolección de datos. De igual manera, previo a su aplicación, la guía de entrevista obtuvo una V de Aiken de 0.84 (ver anexo 4). Asimismo, una vez corregida, el grupo de expertos revisó de nuevo la guía para dar su aprobación y se pasó a la aplicación de las entrevistas del presente trabajo de investigación.

3.5.3. Procedimiento

Acerca del desarrollo de la investigación, se contactó con los participantes tomando en cuenta los criterios de inclusión, se escogió a quienes los cumplían y se estableció comunicación mediante una carta formal invitándolos a participar de este trabajo (ver anexo 5). Para iniciar la recolección de datos, se coordinó los días y las horas de las entrevistas. Por motivo de la pandemia (contexto en el que nos situó el Covid-19), casi todas las entrevistas fueron virtuales. Se les indicó a los participantes que la entrevista quedaría grabada y que los datos obtenidos se manejarían de manera profesional y solo para este

trabajo de investigación. Cada entrevista duro entre 1 y 2 horas aproximadamente y se transcribió de forma exacta como se escucha en todas ellas.

La primera entrevista se realizó el 25 de enero de 2021 y la última, el 1 de abril del mismo año. En este estudio hubo personas que se negaron, no asistieron ni cumplieron con lo pactado o por motivos de salud simplemente no se presentaron, lo que demuestra lo complicado que fue coordinar y reunir a todos los entrevistados por el contexto de pandemia en el cual se desarrolló este trabajo de investigación.

3.5.4. Análisis de datos

En el proceso de análisis de la información, se utilizó el enfoque cualitativo de contenido temático, el cual siguió los siguientes pasos: codificación, esquematización, descripción y teorización (Martínez, 2004; Mejía, 2011). Para dicho proceso se utilizó como complemento el *software* especializado ATLAS.ti 9.

Se empezó con el proceso de codificación a partir de las citas textuales recogidas en las entrevistas, dando paso a una codificación abierta, axial y selectiva (Strauss y Corbin, 2002). Luego, se continuó con la estructuración de la información a través de un mapa semántico (ver anexo 6) y una tabla de código de documentos (ver anexo 7), presentando las categorías de mayor rango y las subcategorías en sentido general. Después se pasó a la descripción, donde se estableció una narración sobre la base de las categorías previamente obtenidas. Por último, el proceso de teorización (sección de discusión), en el cual se consolidó el diálogo a partir de la teoría construida y la data empírica (Martínez, 2004).

Según Miles, Huberman y Saldaña (2013), los criterios de saturación para la elaboración de resultados fueron: a) representatividad: los códigos que aparecen al menos una vez en cada documento; b) frecuencia de categorías: a mayor repetición del código, este adquiere mayor importancia; y c) densidad teórica: aquellas categorías que se vinculan a otras. De esta manera, para el análisis se consideró la representatividad (≥ 1), frecuencia (≥ 110) y densidad (≥ 2) (números colocados entre paréntesis luego de cada

categoría), teniendo en cuenta las categorías que cuenten con al menos uno de los criterios indicados (ver anexo 8).

Como criterios de rigurosidad, para la presente investigación, se siguió el de confortabilidad, el cual implica que se minimizaron los sesgos y tendencias del investigador al realizar la triangulación de los datos, puesto que en la presente investigación se contó con maestros e instructores de marinera norteña, egresados de la ENSFJMA y bailarines del BFNP (Mertens, 2015).

CAPÍTULO IV. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. Presentación y análisis de los resultados

A continuación, se presentará y analizará los resultados obtenidos de la guía de entrevista, la cual estuvo conformada por 14 preguntas planteadas a diferentes grupos de entrevistados, formados por maestros e instructores de marinera (GE1), egresados de la ENSFJMA (GE2) y bailarines del BFNP (GE3). Por ello, los resultados se evidencian dentro de sus respectivas tablas de resultados (ver anexo 9).

4.2. Resultados

De acuerdo al análisis (ver anexo 6), se identificaron cinco categorías asociadas al fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad: estrategias didácticas del equilibrio (111-2), estrategias didácticas de la disociación de movimientos (63-3), estrategias didácticas de la lateralidad (108-3), estrategias didácticas de la coordinación visomotriz (83-3) y evolución de la marinera norteña en enseñanza y baile (54-4).

La primera categoría hace referencia a estrategias didácticas, juegos y trabajos enfocados en la mejora y el fortalecimiento del equilibrio al desarrollarse la marinera norteña. De igual manera, este se ve fortalecido a través de ejercicios lúdicos que crean conciencia corporal para el buen dominio y reconocimiento del cuerpo, al caminar, al pararse y tener una buena postura. A partir de esto, se desprende, por un lado, pasos y zapateos de la marinera norteña (277-1), referida a aquellos realizados dentro de la ejecución, los cuales exigen mucha destreza y equilibrio, puesto que en su mayoría se desarrollan en puntas, “y es más el zapateo si necesita un equilibrio, porque tienes un pie de base y el otro pie tiene que hacer una rotación, puede ser movimiento desplazado o un movimiento cortante dependiendo que zapateo estás haciendo tu” (Miguel, 5:8). Por otro lado, encontramos el equilibrio (182-1), que es una de las habilidades más importantes dentro de la danza y en la marinera norteña es importante para cada paso que realizamos, para crear conciencia y entender el trabajo de transportar o distribuir el peso al bailar: “a

ver, el equilibrio es uno de los puntos más importantes para que tu como bailarín, puedas desarrollar los movimientos, digamos ágiles, dinámicos, ordenados. Si tú no tienes equilibrio, es casi imposible que tú puedas bailar, te vas a tropezar, te vas a caer” (Stefanno, 10:1).

La segunda categoría, de las estrategias didácticas de la disociación de movimiento, se refiere a aquellas estrategias, juegos y trabajos enfocados en la mejora y fortalecimiento de la disociación de movimientos al desarrollarse la marinera norteña, crear un control y armonía al conjugar diferentes partes del cuerpo en diferentes velocidades y movimientos durante del baile. Está compuesta por la subcategoría disociación de movimientos (116-1), que se refiere a la actividad voluntaria y cuyo objetivo es realizar movimientos con diferentes grupos musculares, independientemente unos de otros: “en el caso de la marinera norteña, la disociación de movimientos es muy importante. Primero, para poder estimular correctamente el reconocimiento de las partes de tu cuerpo” (Daniel, 21:25). La segunda subcategoría es el uso de vestimenta y accesorios (158-2), que se relaciona con su uso dentro de la marinera norteña, tales como el pañuelo, la falda y el sombrero, básicos e importantes para poder ejecutarla y, sobre todo, relevantes para poder darle el mensaje y la interpretación al baile, lo que desarrolla una mejor expresividad en el estudiante: “es la más grande ayuda que tenemos los que enseñamos porque ayuda a ordenarlos, todos para este lado, todos para la falda, todos hacia el pañuelo, todos hacia el sombrero, es sumamente importante” (Angélica, 2:23).

La tercera categoría (las estrategias didácticas de la lateralidad) se relaciona con las estrategias didácticas, los juegos y los trabajos enfocados en la mejora y el fortalecimiento de la lateralidad al desarrollarse la marinera norteña, el reconocimiento corporal y el saber direccionar y trasladar nuestro peso a la derecha y a la izquierda. A partir de ella, se desprende, por un lado, la lateralidad (163-1): “la marinera de hecho, es una de las herramientas o una de las danzas, uno de los bailes más completos para poder enseñar una lateralidad o para poder practicar, o para poder poner en práctica los procesos

de lateralidad” (Erick, 9:27). De otro lado, tiene dimensión coreográfica (90-2), la que se relaciona con el correcto dominio de las secuencias coreográficas y figuras, a través del paso básico del lateral. Estos trabajos pueden ser grupales o individuales y resaltan figuras tales como el ocho, las vueltas y contravueltas y los círculos, las cuales se enfatizan dentro de la investigación y sobre todo en esta área: “entonces ese tipo de empalmes, de figuras, ayuda muchísimo creo yo para justamente el trabajo de la lateralidad” (Ángel, 8:31).

La cuarta categoría implica las estrategias didácticas de la coordinación visomotriz, referido a las estrategias didácticas, juegos y trabajos enfocados en la mejora y fortalecimiento de dicha coordinación, así como el adecuado uso del espacio, el crear conciencia de los trabajos de pareja, fortalecer la sensibilidad, los reflejos y el conocimiento espacial, siendo cuidadosos de mantener una distancia adecuada para bailar con su respectiva pareja o grupo de trabajo, además de respetar y seguir las pautas musicales. Esta se encuentra compuesta por la subcategoría discriminación auditiva (92-1), que hace referencia al conocimiento acerca de la estructura musical, el pulso y los juegos musicales, los cuales permiten desarrollar de manera ordenada los pasos y secuencias coreográficas de la marinera norteña: “el tema rítmico es importantísimo para que el niño sienta las velocidades, los cambios de pulso” (Claudio, 16:37). La segunda subcategoría es la coordinación visomotriz (131-1), que se relaciona con conocimiento espacial y auditivo dentro de un espacio en específico: “la coordinación visomotriz es la suma de todo” (Juan, 7:58).

La última categoría es la evolución de la marinera norteña en enseñanza y baile, la cual se define como la evolución del baile y de la metodología de enseñanza en la marinera norteña. A partir de esta, se desprende, por un lado, la virtualidad (30-1), referida al contexto en donde se desarrolló la investigación, las dificultades y experiencias compartidas entre los entrevistados y las metodologías utilizadas para la enseñanza y práctica de la marinera norteña: “pero ya hoy en día en la cuarentena nos tenemos que acomodar” (Alejandra, 13:19). De igual manera, el ambiente dentro del colegio (42-2), el

cual explica las diferentes didácticas propuestas y utilizadas por los entrevistados para compartir el conocimiento práctico y teórico a estudiantes de diferentes instituciones educativas: “hay mucha diferencia cuando tu llegas a un colegio a trabajar, y el chiquito que baila marinera ha desarrollado capacidades distintas” (Kike, 8:16), también tenemos el ambiente académico y competitivo (140-3). Esto explica la manera de enseñanza a través de las academias y la competencia, ligado a la perfección y estilización de nuestro baile nacional, enfocado a las concursos y centros únicamente especializados en marinera norteña: “las competencias de marinera te llevan a tu mejor nivel” (Miguel, 7:45). Y como última subcategoría, tenemos la técnica de ballet (35-2), que explica la influencia que tuvo el ballet dentro de la marinera norteña. Dicha estilización la adquirieron a través de los años los bailarines y profesores: “usualmente yo considero que los trabajos de la técnica de ballet son muy importantes, el hecho de reconocer este tipo de musculatura que muchas veces en el folclore no los utilizamos, pero en la técnica de ballet es muy importante” (Fabiola, 1:9).

Como se puede observar, los cambios dentro de la marinera norteña, aludidos a la enseñanza (en lo que se refiere a evolución de la marinera norteña en enseñanza y baile), influyen mucho dentro de las otras categorías de estrategias didácticas en las diferentes áreas (en cuanto a equilibrio, lateralidad, disociación de movimientos y coordinación visomotriz), ya que cada docente entrevistado se adecua a las disponibilidades de los estudiantes y a proponer distintas maneras y estrategias de llegar al alumno, ya sea de manera presencial o virtual y en el campo académico/competitivo o en una institución educativa.

4.3. Discusión de los resultados

La presente investigación se planteó analizar la enseñanza de la marinera norteña para el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad. Para ello, se analizaron 24 entrevistas semiestructuradas a 14 instructores de marinera, 5 egresados de la ENSFJMA y 5 bailarines profesionales del BFNP. Los resultados permitieron señalar cinco categorías

que intervienen dentro del fortalecimiento del área motora de psicomotricidad: estrategias didácticas del equilibrio, lateralidad, disociación de movimientos, coordinación visomotriz y evolución de la marinera norteña. Estas se pueden encontrar con distinta relevancia en los diferentes grupos de entrevistados.

Respecto a la primera categoría (estrategias didácticas del equilibrio), se observa cómo dentro de esta área resaltan los trabajos con pasos y zapateos de la marinera norteña, puesto que son los que más contribuyen al fortalecimiento del área del equilibrio. Esto coincide con lo que señala Vallejos (1999), quien dice que la marinera norteña, a través de sus movimientos, ayuda al desarrollo muscular, la agilidad y la mejora de la postura y el equilibrio. Por otro lado, lo hallado también se contrasta con lo mencionado por Schinca (2011), quien indica que es importante tener una buena postura para la relación correcta entre percepción y dominio muscular, al realizar los pasos y ejercicios y así manejar correctamente el equilibrio.

Respecto a las estrategias didácticas de la lateralidad, se evidenció un mayor apoyo en el uso de la vestimenta y accesorios de la marinera norteña, ya que el uso de los implementos de este baile facilita el reconocimiento de los lados y, por consiguiente, el fortalecimiento del área de la lateralidad, siendo una guía que ayuda y orienta al momento de bailar. Esta información se asemeja a lo que menciona Schinca (2011), quien señala que el trabajo con objetos ayuda a la percepción sensorial y kinestésica, a la coordinación visomotora y a la orientación espacial; además, indica cómo los estudiantes se guían de un punto de referencia exterior para poder reconocer cuál es su lado correcto, sobre todo al momento de hacer giros. De igual manera, De Quirós (2017) sostiene que los materiales permiten una mejor representación de los ejercicios o trabajos en clases, a través del cuerpo y el movimiento.

En cuanto a las estrategias didácticas de la disociación de movimientos, estuvo más presente el trabajo con la vestimenta y accesorios de la marinera norteña. Esto porque, dentro de la ejecución del baile, existe una técnica que hace posible una coordinación a

través de los implementos y los pasos usados de manera simultánea, lo que le da un grado mayor de dificultad e interpretación. De esta manera, se produce un fortalecimiento dentro del área de la disociación de movimientos. Esta información coincide con lo señalado por Schinca (2011), quien señala que moverse con los objetos es más que solo realizar movimientos arbitrarios; además, los objetos de clase pueden convertirse en una prolongación de nuestros movimientos dentro del espacio donde se desarrolle la actividad, lo que le da una interpretación diferente, tal y como se realiza en la marinera norteña.

En la cuarta categoría (estrategias didácticas de la coordinación visomotriz), se evidenció que la dimensión coreográfica y la discriminación auditiva son temas importantes que se deben desarrollar y fortalecer mediante las clases de marinera norteña; ya que, al realizarse las coreografías en un espacio adecuado, con los materiales correctos y un buen dominio del pulso y el tiempo musical, se estará fortaleciendo el área de la coordinación visomotriz. Esto último concuerda con lo mencionado por Defontaine (1987) y Sánchez y Llorca (2008) —en De Quirós (2017)—, quienes señalan que es necesario un espacio suficiente para que el estudiante pueda moverse adecuada y correctamente y no se sienta perdido, lo mismo en la utilización de materiales que puedan servir como guía al momento de hacer alguna actividad (en este caso, las figuras necesarias para la marinera norteña). Asimismo, estos resultados coinciden con lo mencionado por Schinca (2011), quien propone, mediante la didáctica, encontrar el tempo de cada estudiante, lo que hará que el docente reconozca y descubra la capacidad auditiva y rítmica natural de cada uno para utilizarlo, en este caso, dentro del baile. Por último, Vallejos (1999) menciona la importancia de la realización de coreografías dentro de la marinera norteña, puesto que estos ejercicios de memoria fortalecen la atención, la concentración y sobre todo la buena discriminación perceptiva auditiva.

Por último, en la última categoría (evolución de la marinera norteña), se evidenció cómo, a partir de la técnica de ballet y también la virtualidad que se vive por la pandemia, la enseñanza y ejecución de la marinera cambió. Por otro lado, se menciona a la enseñanza

dentro del colegio, la cual es muy diferente o se contradice a la realizada en una academia, que cambia la manera de enseñanza y ejecución. Esta información se apoya en lo que menciona Aguilar (1989), quien menciona que, por la existencia de las academias y los concursos, la ejecución de la marinera norteña pierde su intencionalidad y mensaje, por lo que se sostiene más de una coreografía. De igual manera, esta información se ve contrastada por Isla (2011), quien hace referencia a los diferentes tipos de marinera: la recreativa y la competitiva, la cual se muestra como el resultado de la evolución de la marinera y la búsqueda del perfeccionamiento y creatividad en la ejecución de este baile.

CONCLUSIONES

Primera conclusión: con respecto a los maestros e instructores de marinera norteña, pudimos concluir que cierto porcentaje de los entrevistados no conocen o dominan los términos utilizados en esta investigación, sobre todo aquellos ligados a la psicomotricidad. Por otro lado, todos estuvieron de acuerdo en decir que la marinera norteña ayuda al fortalecimiento del área motora gruesa de la psicomotricidad en sus diferentes áreas, por lo que propusieron estrategias didácticas y compartieron experiencias, las cuales reafirmaron la data encontrada en esta investigación. Podemos agregar que este grupo de entrevistados es el que más compartió metodologías para la enseñanza de la marinera norteña, en donde resalta el nivel académico y sobre todo competitivo.

Segunda conclusión: en cuanto al grupo de profesores egresados de la ENSFJMA, se mostró un buen dominio de la mayoría de términos utilizados en los temas de la investigación. No obstante, algunos evidenciaron una carencia de conocimiento o poco dominio en la terminología de la marinera y sus términos prácticos. En cuanto a la didáctica propuesta, se enfoca mucho en los trabajos con materiales, los trabajos grupales, los recursos didácticos y la virtualidad, lo que se debe a la amplia experiencia que tienen en instituciones educativas y universidades, a diferencia del primer grupo, que maneja una experiencia más académica y ligada a la competencia.

Tercera conclusión: acerca de los bailarines del BFNP, resalta el buen dominio de los términos académicos ligados a la psicomotricidad en todas sus áreas. Ellos propusieron trabajos más ligados a la evolución de la marinera norteña, a los trabajos de ballet, a su incorporación dentro de la danza, y resaltaron la manera en que se ve influenciada la marinera dentro del campo académico y competitivo, sin dejar de lado el buen dominio didáctico que propusieron para las clases, sobre la base de su experiencia como bailarines y maestros de danza.

Cuarta conclusión: cabe agregar que durante las entrevistas existieron contradicciones con respecto al uso del vestuario y accesorios, debido a que algunos están en desacuerdo con su uso tan precipitado, al inicio de clases o ya sea con alguna actividad de nivel básico, puesto que piensan que desorientaría a los trabajos focalizados. A diferencia de lo antes mencionado, los otros entrevistados estuvieron de acuerdo con su uso y comentaron lo importante de la práctica con estos materiales desde el inicio de las actividades, ya que buscan que los estudiantes tengan un correcto dominio y coordinación durante la ejecución de la marinera norteña.

Quinta conclusión: por otra parte, se habla bastante acerca de la evolución de la marinera norteña, cómo las competencias y concursos cambiaron la metodología de enseñanza en las instituciones educativas, academias y centros culturales en donde la practican y enseñan. Debemos agregar que también se habló de la virtualidad y la manera en la que muchos docentes tuvieron que adaptarse a la nueva forma de enseñanza, las dificultades que trajo consigo esta nueva forma y cómo algunas áreas de la psicomotricidad se vieron pausadas, puesto que es complicado trabajarlas mediante la virtual, incluso hasta casi imposibles.

Sexta conclusión: podemos concluir que no existe data suficiente acerca de los beneficios de la danza, en especial la marinera norteña, para la psicomotricidad y el área motora gruesa, siendo tan representativa y comercial en el mundo artístico. Al mismo tiempo, los textos de marinera en su totalidad hablan más de su historia, su origen, pero no de los beneficios de bailarla, y se enfocan en el fortalecimiento socioafectivo, cognitivo o motor, lo que se puede observar en muchos lugares donde se practica y difunde. Por último, no se habla mucho sobre la problemática que existe en su evolución, en el baile, en la enseñanza y en las estrategias didácticas.

RECOMENDACIONES

Al Ministerio de Cultura, promover la práctica y enseñanza de la marinera y sus diferentes estilos con la creación de concursos y festivales donde participen niños, jóvenes y adultos. Asimismo, apoyar investigaciones que beneficiarían al campo académico, teniendo data importante y suficiente para futuros estudios.

Al Ministerio de Educación, crear programas que hablen de la importancia de la danza y cómo a través de ella muchas áreas psicomotrices pueden fortalecerse. De esta manera, crear oportunidad de trabajo para muchos docentes especializados en la danza, llevar estos conocimientos y prácticas a las diferentes instituciones educativas públicas que se beneficiarían y fomentarían un buen ambiente escolar a través del arte, pero sobre todo de la danza, reforzando nuestra identidad cultural.

A la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas, fomentar el estudio de la marinera y sus diferentes variantes, su enseñanza y su práctica a través de cursos, talleres, concursos y festivales, que demuestren la importancia de nuestro baile nacional, ya que dicha escuela es una institución dedicada al estudio y cuidado de nuestro folclore.

A las academias, profesores y maestros dedicados a la enseñanza de la marinera norteña, mantener dentro de sus enseñanzas la tradición, no perder el mensaje de nuestro baile y, sobre todo, evitar cambios que hagan que la marinera se transforme en algo totalmente diferente a lo que hoy conocemos y su tradición señala.

A profesores y maestros dedicados a la enseñanza de la marinera, a investigar mucho más nuestro baile nacional y sus aportes psicomotrices o psicológicos, como el área cognitiva o social, para que, quienes se encuentran dentro del mundo de la marinera, puedan apreciar estos cambios y mejoras en cualquier bailarín o estudiante que lo practique, por lo cual es necesario tener escrita alguna información o registro que evidencie esta mejora personal.

A los profesores y estudiantes de la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas, el uso del *software* ATLAS.ti para la realización de investigaciones cualitativas, ya que se trata de un programa que aporta y ayuda a la segmentación de datos en unidades de significado, los codifica y construye teoría. Es importante tener en cuenta que este *software* no sustituye el análisis creativo y profundo del investigador, pero sí facilita su tarea.

REFERENCIAS

- Aguilar, L. V (1989). *La marinera: baile nacional del Perú*. Lima: Impacolor.
- Ardanaz, T. (2009). La psicomotricidad en educación infantil. *Revista Innovación y Experiencia Educativa*, 16, 2-4.
- Arnaiz, P. (1994). *Deficiencias visuales y psicomotricidad: Teoría y práctica*. Madrid: ONCE.
- Berruezo, P. P. (2000). El contenido de la psicomotricidad. Reflexiones para la delimitación de su ámbito teórico y práctico. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnica Corporales*, 1, 39-48.
- Boscaini, F. (1994). La educación psicomotriz en la relación pedagógica. *Psicomotricidad*, 29, 7-24.
- Cabezuelo, G. y Frontera, P. (2010). *El desarrollo psicomotor: desde la infancia y adolescencia* (segunda edición). Bogotá: Narcea.
- Castro, J. (2020). *Episodio 16: Acerca de la marinera amazónica*. <https://youtu.be/XH1b6CMEtis>
- Chacha, D. (2013). *Talleres de danza infantil para desarrollar la motricidad gruesa en los niños y niñas del primer año de E.G.B. de la Escuela Nueve de Octubre, cantón Pujilí, provincia de Cotopaxi período 2012-2013*. Tesis de licenciatura. Universidad Técnica de Cotopaxi.
- Cerna, V. (2017). *Importancia de la expresión corporal como medio para el aprendizaje de la marinera norteña según los docentes de danza jurisdicción DRELM 2017*. Tesis de pregrado. Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas.
- Coll, C. (1986). *Marc curricular per a l'ensenyament obligatori*. Barcelona: Generalitat de Catalunya.
- Compi, M. (2016). *Interpretación estética de la danza y la motivación en la psicomotricidad*. Cusco: Escuela Superior Autónoma de Bellas Artes del Cusco.
- Comellas, M. (2006). *Psicomotricidad en la Educación Infantil*. Barcelona: Ediciones CEAC.

- Coste, J. (1979). *Las 50 palabras clave en psicomotricidad*. Barcelona: Médica y Técnica.
- Cuadros de Valdivia, M. (2003). *Estrategias psicomotrices para el desarrollo integral del niño*. Lima: San Marcos.
- Defontaine, J. (1982). *Manual de reeducación psico-motriz* (tercer año, tomo IV). Barcelona: Médica y Técnica.
- Defontaine, J. (1987). *Manual de reeducación psicomotriz* (primer año). Barcelona: Médica y Técnica.
- De Quirós, M. B. (2017). *Psicomotricidad. Guía de evaluación e intervención*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Díaz-Aguado, M. J. (1990). Programa para el desarrollo de la competencia social en niños con inadaptación socioemocional. En J. M. Román y D. A. García Villamizar (eds.), *Intervención clínica y educativa en el ámbito escolar* (p. 89). Valencia: Promolibro.
- Díaz-Aguado, M. J.; Segura, P. y Royo, P. (1996). *El desarrollo socioemocional de los niños maltratados*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.
- Díaz, J. (2008). *Estrategias docentes para un aprendizaje. Una intervención constructivista*. México: McGraw Hill.
- Duque, H. (2010). *Desarrollo integral del niño 3-6 años* (primera edición). Lima: Editorial San Pablo.Ferrándiz.
- Franklin, E. (2006). *Danza acondicionamiento físico*. España: Paidotribo.
- Fonseca, V. (2010). *Estudio y génesis de la psicomotricidad*. Barcelona: INDE.
- Fuentes, A. L. (2006). *El valor pedagógico de la danza*. Tesis. Universidad de Valencia.
<https://roderic.uv.es/handle/10550/15416>
- García, J. (2012). *Juegos y psicomotricidad*. Madrid: Grao.
- García Núñez, J. A. (1993). Intervención psicomotriz en la lateralidad manual contrariada. *Psicomotricidad*, 44, 23-33.

- Gesell y James (1980). *El esquema corporal* (primera edición). Barcelona: Crítica.
- Grace, N. (2013). *Análisis de los beneficios de la danza folklórica*. Tesis de licenciatura. Universidad de Costa Rica.
- Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (sexta edición). México D.F.: McGraw Hill.
- Instituto Pedagógico Nacional Monterrico (s. f.). *Diplomado en psicomotricidad. Conceptos básicos de psicomotricidad*. Lima: COREFO.
https://www.academia.edu/27932115/CONCEPTOS_B%C3%81SICOS_DE_PSICOMOTRICIDAD
- Isla, J. (2012). *Alma y corazón de marinera*. Trujillo: Editorial Gráfica Real.
- Kokkonen, M. (2014). Danza. En *Artes y emociones que potencian la creatividad* (pp. 122-133). Santander: Fundación Botín.
- Lapierre, A. y Aucouturier, B. (1977). *Simbología del movimiento*. Barcelona: Científico-Médica.
- Le Boulch, J. (1983). *La educación por el movimiento*. Buenos Aires: Paidós.
- López, A. (2018). *Estrategias metodológicas de enseñanza de la marinera norteña para el fortalecimiento de la creatividad motriz en estudiantes del programa de extensión educativa de la Escuela Nacional Superior de Folklore José maría Arguedas*. Tesis de pregrado. Escuela Nacional Superior de Folklore José maría Arguedas.
- Lora, J. (2008). *Yo soy mi cuerpo* (primera edición). Lima: Lars Editorial.
- Llorca, M. (2002). La psicomotricidad como propuesta de intervención educativa. En M. Llorca, V. Ramos, J. Sánchez y A. Vega (eds.), *La práctica psicomotriz: Una propuesta educativa mediante el cuerpo y el movimiento* (pp. 143-160). Málaga: Aljibe.

- Lujan, I. (2017). *Influencia del huayno en la motricidad gruesa de los niños de cuatro años de la I.E. Nº 209 "Santa Ana" de la ciudad de Trujillo, 2016*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional de Trujillo.
- Martínez, M. (2004). *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. México: Trillas.
- Martínez, H. y Martínez, M. (2015). *Elaboración de material didáctico de estimulación temprano para desarrollar la motricidad gruesa en niños y niñas menores de 2 años del centro de desarrollo del buen vivir "Casita de Chocolate", provincia de Cotopaxi, cantón Latacunga de la parroquia San Buenaventura en el período 2012-2012*. Tesis de licenciatura. Universidad Técnica de Cotopaxi.
- McLean, D. D. y Hurd, A. R. (2011). *Kraus 'recreation and leisure in modern society* (novena edición). Sudbury, MA: Jones & Bartlett Learning.
- Mejía, J. (2011). Problemas centrales del análisis de datos cualitativos. *Revista Latinoamericana de Metodología de la Investigación Social*, 1(1), 47-60.
- Mertens, D. (2015). *Research and evaluation in education and psychology: integrating diversity with quantitative, qualitative, and mixed methods*. Nuevas York: Sage.
- Miles, M.; Huberman, A. y Saldaña, J. (2013). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. California: Sage Publications.
- Monrroy, K. y Peña, C. (2005) *Descripción del desarrollo psicomotor y procesamiento sensorial en niños con déficit atencional con hiperactividad perteneciente a comunas el área norte de la región metropolitana*. Tesis de pregrado. Universidad de Chile.
- Orbegozo, M. (2019). *Marinera e identidad*. Lima: publicación independiente.
- Pérez, D.; López, V. e Iglesias, P. (2004). *La atención a la diversidad en educación*. Sevilla: Wanceulen / Deportiva.

- Recuenco, C. (2007). *Nuestra Marinera... Una reina de la identidad nacional*. Trujillo: Editorial Gráfica Real.
- Ried, B. (2012). *Juegos y ejercicios para estimular la psicomotricidad*. Barcelona: Oniro.
- Robles, H. (2008). *La coordinación y motricidad asociada a la madurez mental en niños de 4 y 8 años*. Tesis de licenciatura. Universidad Femenina del Sagrado Corazón.
- Rodríguez, A. (2015). *La estimulación temprana y su incidencia dentro del desarrollo cognitivo de los niños y niñas de la sección de maternal del centro de desarrollo infantil Colibrí de la provincia de Cotopaxi, cantón Lataguna de la parroquia San Buenaventura en el periodo 2014-2015*. Tesis de licenciatura. Universidad Técnica de Cotopaxi.
- Roura, S. (2012). *El Ecuador en la historia* (primera edición). Quito: Archivo General.
- Salsavilca, J. (2001). *Propuesta metodológica de orientación holística para la enseñanza-aprendizaje de la marinera norteña de participantes adultos del programa de extensión educativa de la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas*. Tesis de grado. Escuela Nacional de Folklore José María Arguedas.
- Sánchez, J. y Llorca, M. (2008). *Recursos y estrategias en psicomotricidad*. Málaga: Aljibe.
- Sassano, M. y Bottini, P. (1982). Psicomotricidad, antecedentes y realidad actual. *Psicomotricidad*, 40, 51-64.
- Schinca, M. (2011). *Manual de psicomotricidad, ritmo y expresión corporal*. Madrid: Wolters Kluwer.
- Strauss, A. y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Colombia: Universidad de Antioquia.
- Trujillo, A. (2013). *La música como patrimonio cultural ecuatoriano en el Barrio Loma* (primera edición). Quito: Universidad Politécnica Salesiana.

- Unapucha, J. (2017). *La danza folklórica y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de la escuela de educación básica "Unión Nacional de Periodistas", en el periodo lectivo 2016-2017*. Tesis de licenciatura. Universidad Técnica de Cotopaxi.
- Vallejos, J. (1999). *Revista de la Marinera. Baile nacional del Perú*. Lima: Editorial San Marcos.
- Villasante de Yorges, C. (s. f.). *Primer método para el aprendizaje y enseñanza de la marinera y resbalosa*. Lima: Prosa.
- Yahuana, D. E. (2018). *Evaluación del desarrollo de la motricidad gruesa de los niños y niñas de 4 años de la I.E.P. "Mi Nidito", Piura, 2017*. Tesis de pregrado. Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas.
- Zambrano, B. (2012). *La inasistencia a clases de los estudiantes influye en el rendimiento académico* (primera edición). Manabí: Universidad Tecnológica Equinoccial.
- Zumarán, L. (1997) *La marinera norteña y la educación: Programa de desarrollo del esquema corporal de los niños de 5 años del Centro Educativo Inicial "1639 Zoila Hora de Robles" del Distrito de Chepén-Trujillo*. Tesis de pregrado. Escuela Nacional Superior de Folclore José María Arguedas.

ANEXOS

| | | | | | |
|---|--|--|-----------------------------------|---|--|
| <p>enseñanza de la marinera norteña que tienen los maestros e instructores sobre la posibilidad del fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad?</p> <p>2. ¿Cuál es el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los profesores egresados de la ENSFJMA sobre la</p> | <p>enseñanza de la marinera norteña que tienen los maestros e instructores para el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad.</p> <p>2. Demostrar el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los profesores egresados de la ENSFJMA para el fortalecimiento del</p> | | <p>4. Coordinación visomotriz</p> | <p>marinera norteña con más de 5 años de experiencia en la enseñanza pedagógica y didáctica para niños.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estudiantes egresados de la ENSFJMA. • Profesores de la ENSFJMA. • Bailarines profesionales del BFNP. <p>Criterios de exclusión:</p> | |
|---|--|--|-----------------------------------|---|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| <p>posibilidad del fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad?</p> <p>3. ¿Cuál es el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los bailarines del BFNP sobre la posibilidad del fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad?</p> | <p>área motora de la psicomotricidad.</p> <p>3. Demostrar el análisis de la enseñanza de la marinera norteña que tienen los bailarines del BFNP para el fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad.</p> | | | <ul style="list-style-type: none"> • Profesores y bailarines de marinear norteña con menos de 5 años de experiencia en la enseñanza pedagógica y didáctica para niños. • Profesores de marinera que no tengan experiencia laboral en algún centro educativo. | |
|--|--|--|--|--|--|

ANEXO 2. MATRÍZ DE CATEGORIZACIÓN DE LA GUÍA DE ENTREVISTA

| N.º | Subcategorías | Ítem |
|-----|--------------------------------------|---|
| 1 | 1. Equilibrio | ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento del equilibrio dentro de la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario? |
| 2 | | ¿Cómo cree usted que los zapateos de la marinera influyen en el fortalecimiento del equilibrio de los estudiantes que la practiquen? |
| 3 | | ¿Cómo cree usted que los estudiantes puedan fortalecer el equilibrio mediante trabajos de desplazamientos y vueltas en la ejecución de la marinera? |
| 4 | | ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted que los estudiantes puedan fortalecer el equilibrio al ejecutar la marinera? |
| 5 | 2. Lateralidad | ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento de la lateralidad en la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario? |
| 6 | | ¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer su lateralidad al ejecutar desplazamientos, zapateos y figuras de la marinera? |
| 7 | | ¿Cómo cree usted que el uso del vestuario utilizado para la marinera permite fortalecer la lateralidad de los estudiantes? (el pañuelo, el sombrero para los varones y la falda para las chicas). |
| 8 | | ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted los estudiantes puedan fortalecer la lateralidad al ejecutar la marinera? |
| 9 | 3. Disociación de movimientos | ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento de la disociación de movimientos dentro en la psicomotricidad de estudiantes del nivel primario? |
| 10 | | ¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer la disociación de sus movimientos mediante el uso del vestuario y los accesorios utilizados para bailar la marinera? (el pañuelo, el sombrero para los varones y la falda para las chicas). |
| 11 | | ¿Qué tipo de trabajos didácticos puede fortalecer la disociación de movimiento en los estudiantes que incluyan la ejecución de zapateos, desplazamientos y figuras de la marinera? |
| 12 | 4- Coordinación visomotriz | ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento de la coordinación visomotriz dentro en la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario? |
| 13 | | ¿Cómo cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz y el uso o desplazamiento del espacio donde se practica la marinera? |
| 14 | | ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz del estudiante para el adecuado uso del espacio al desarrollarse la marinera? |

ANEXO 3. CARTA DE INVITACIÓN A JURADO PARA EL INSTRUMENTO



Señor (a):

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Me es grato comunicarme con usted para expresarle mis saludos y, asimismo, hacer de su conocimiento que, siendo estudiante del Programa Académico de Educación Artística en la especialidad de folklore con mención en danza de la ENSFJMA, requiero validar el presente instrumento con el que recabaré la información necesaria para poder desarrollar la presente investigación.

El título de la tesis es el siguiente:

Análisis de la enseñanza de la marinera para desarrollar un método dirigido al fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad

Y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted ante su connotada experiencia en temas educativos.

El expediente de validación contiene los siguientes documentos:

- Carta de presentation.
- Definición conceptual de las categorías y sub-categorías
- Matriz con las indicaciones para la calificación de ítem
- Definiciones conceptuales para la validación de contenido del instrumento de recojo de datos
- Certificado de validez de contenido del instrumento para entrevista

Expresándole mis sentimientos de respeto y consideración me despido de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

Gonzalo Velásquez Borja
D.N.I. 73119032

ANEXO 4. V DE AIKEN

| N.º | Subcategorías | Ítem | Experto 1 | Experto 2 | Experto 3 | Porcentaje de validez |
|-----|--------------------------------------|---|--|-----------|-----------|-----------------------|
| 1 | 1. Equilibrio | ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento del equilibrio dentro de la psicomotricidad en estudiantes del 5 ciclo de la EBR? | 1 | 0.66 | 1 | 88.87% |
| 2 | | ¿Cómo cree usted que los zapateos de la marinera influyen en el fortalecimiento del equilibrio de los estudiantes que la practiquen? | 1 | 0.66 | 1 | 88.87% |
| 3 | | ¿Cómo cree usted que los estudiantes puedan fortalecer el equilibrio mediante trabajos de desplazamientos y vueltas en la ejecución de la marinera? | 0.66 | 0% | 1 | 55.5% |
| 4 | | ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted que los estudiantes puedan fortalecer el equilibrio al ejecutar la marinera? | 1% | 1% | 1 | 100% |
| 5 | 2. Lateralidad | ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento de la lateralidad en la psicomotricidad en estudiantes del 5 ciclo de EBR? | 1% | 0.66 | 1 | 88.87% |
| 6 | | ¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer su lateralidad ejecutando desplazamientos, zapateos y figuras de la marinera? | 0.66 | 0.66 | 1 | 77.7% |
| 7 | | ¿Cómo cree usted que el uso del vestuario utilizado para la marinera permite fortalecer la lateralidad de los estudiantes? (el pañuelo, el sombrero para los varones y la falda para las chicas). | 0.66 | 0 | 0.33 | 33.3% |
| 8 | | ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted los estudiantes puedan fortalecer la lateralidad al ejecutar la marinera? | 1% | 1% | 1 | 100% |
| 9 | 3. Disociación de movimientos | ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera para el fortalecimiento de la disociación de movimientos dentro en la psicomotricidad de estudiantes del 5 ciclo de EBR? | 1% | 0.66 | 1 | 88.87% |
| 10 | | ¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer la disociación de sus movimientos mediante el uso del vestuario y los accesorios utilizados para bailar la marinera? (el pañuelo, el sombrero para los varones y la falda para las chicas). | 0.66 | 1% | 1 | 88.87% |
| 11 | | ¿Qué tipo de trabajos didácticos puede fortalecer la disociación de movimiento en los estudiantes que incluyan la ejecución de zapateos, desplazamientos y figuras de la marinera? | 0.66 | 1% | 1 | 88.87% |
| 12 | 4. Coordinación visomotriz | ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera para el fortalecimiento de la coordinación visomotriz dentro en la psicomotricidad en estudiantes del 5 ciclo de EBR? | 1% | 0.66 | 1 | 88.87% |
| 13 | | ¿Cómo cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz y el uso o desplazamiento del espacio donde se practica la marinera? | 1% | 1% | 0.66 | 88.87% |
| 14 | | ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz del estudiante para el adecuado uso del espacio al desarrollarse la marinera? | 1% | 1% | 1 | 100% |
| | | | Porcentaje de validación del instrumento | | | 84.00% |

ANEXO 5. CARTA DE INVITACIÓN PARA LA ENTREVISTA



Estimado (a):

Ante todo, un saludo cordial para usted y su familia, me es grato comunicarme con usted para expresarle mis saludos y, asimismo, hacer de su conocimiento que, siendo egresado del Programa Académico de Educación Artística en la especialidad de folklore con mención en danza de la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas, requiero aplicar la presente entrevista con el que recabaré la información necesaria para poder desarrollar mi trabajo de tesis.

El título de la tesis es el siguiente:

Análisis de la enseñanza de la marinera para desarrollar un método dirigido al fortalecimiento del área motora de la psicomotricidad

Este proyecto ha sido aprobado por la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas y las entrevistas que se realizarán servirán para desarrollar una guía la cual permita el fortalecimiento del área motora gruesa de la psicomotricidad a través de la marinera norteña. Me gustaría que usted participara en este proyecto.

La entrevista dura entre una y dos horas, y podríamos reunirnos en la casa de usted o en algún punto cercano para ambos. Me complacería conversar con usted acerca de los detalles de este proyecto. Si está dispuesto a participar, tenga a bien comunicarse conmigo al teléfono 958962280, o por correo electrónico a gonzalo2201999@gmail.com

El expediente contiene los siguientes documentos:

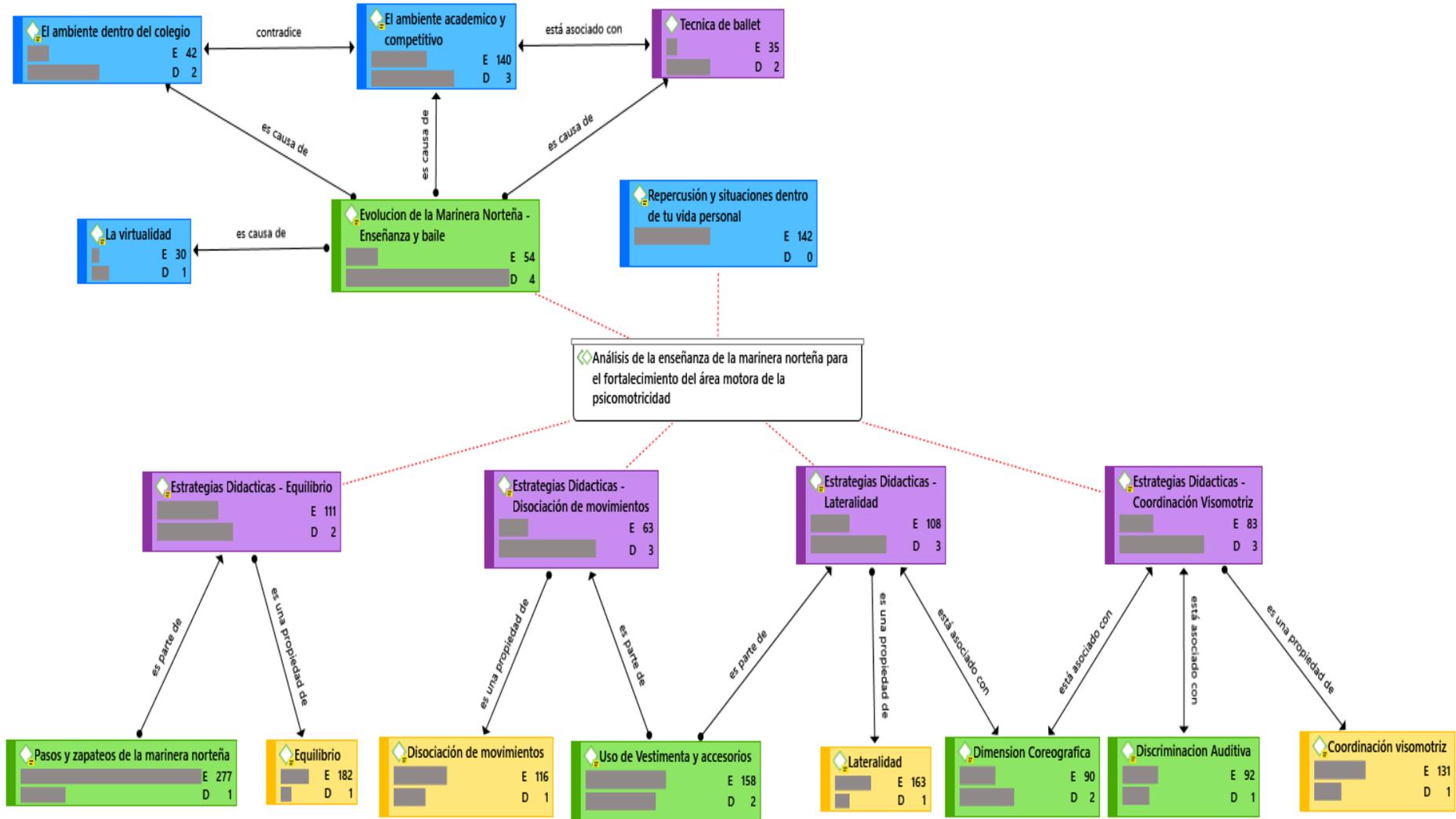
- Carta de invitación.
- Definición conceptual de las categorías y sub-categorías

Expresándole mis sentimientos de respeto y consideración me despido de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

Gonzalo Velásquez Borja
D.N.I. 73119032

ANEXO 6. MAPA SEMÁNTICO



ANEXO 7. TABLA DE CÓDIGOS DE DOCUMENTOS

| CÓDIGOS | Maestros e instructores de marinera norteña | | | | | | | | | | | | | | Profesores egresados de la ENSFJMA | | | | | Bailarines del BFNP | | | | | Total |
|--|---|-----|-----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------------------------------------|-----|------|------|------|---------------------|-----|-----|-----|------|-------|
| | E 4 | E 7 | E 9 | E 10 | E 11 | E 12 | E 15 | E 16 | E 18 | E 19 | E 20 | E 21 | E 23 | E 24 | E 3 | E 6 | E 13 | E 14 | E 22 | E 1 | E 2 | E 5 | E 8 | E 17 | |
| ●Coordinación visomotriz | 2 | 7 | 10 | 2 | 5 | 8 | 5 | 3 | 10 | 2 | 1 | 5 | 2 | 7 | 5 | 3 | 4 | 4 | 11 | 8 | 3 | 11 | 9 | 4 | 131 |
| ● Dimensión coreográfica | 1 | 5 | 1 | 1 | 6 | 4 | 3 | 1 | 9 | 8 | 1 | 3 | 2 | 3 | 7 | 4 | 2 | 3 | 3 | 9 | 2 | 3 | 3 | 6 | 90 |
| ●Discriminación auditiva | 1 | 9 | 2 | 5 | 4 | 3 | 8 | 2 | 2 | 5 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 1 | 15 | 1 | 7 | 2 | 4 | 92 |
| ● Disociación de movimientos | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 7 | 6 | 3 | 3 | 9 | 2 | 10 | 2 | 1 | 8 | 5 | 4 | 4 | 4 | 7 | 5 | 6 | 6 | 4 | 116 |
| ● Ambiente académico y competitivo | 10 | 30 | 8 | 5 | 1 | 3 | 5 | 3 | 2 | 9 | 2 | 1 | 2 | 1 | 11 | 7 | 1 | 1 | 1 | 9 | 2 | 22 | 3 | 1 | 140 |
| ● Ambiente dentro del colegio | 1 | 0 | 8 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | 1 | 2 | 0 | 2 | 0 | 7 | 6 | 3 | 1 | 1 | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 | 1 | 42 |
| ● Mensaje de la marinera | 1 | 6 | 1 | 6 | 4 | 1 | 1 | 0 | 2 | 4 | 0 | 1 | 3 | 2 | 0 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 7 | 1 | 3 | 49 |
| ● Equilibrio | 3 | 13 | 8 | 12 | 11 | 11 | 13 | 3 | 7 | 5 | 3 | 8 | 4 | 4 | 15 | 5 | 8 | 8 | 6 | 5 | 4 | 10 | 9 | 7 | 182 |
| ● Estrategias didácticas - Coordinación visomotriz | 6 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 8 | 3 | 1 | 3 | 5 | 19 | 6 | 1 | 1 | 3 | 83 |
| ● Estrategias didácticas - Disociación de movimientos | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 4 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 8 | 5 | 1 | 3 | 1 | 8 | 3 | 5 | 2 | 4 | 63 |
| ● Estrategias didácticas - Equilibrio | 8 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 12 | 3 | 1 | 7 | 1 | 1 | 3 | 1 | 13 | 7 | 1 | 3 | 2 | 11 | 4 | 8 | 7 | 3 | 111 |
| ● Estrategias didácticas - Lateralidad | 3 | 2 | 9 | 1 | 4 | 2 | 3 | 4 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 13 | 4 | 4 | 3 | 6 | 19 | 6 | 5 | 5 | 4 | 108 |
| ● Evolución de la marinera norteña - Enseñanza y baile | 1 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 6 | 5 | 4 | 0 | 3 | 1 | 3 | 4 | 0 | 0 | 1 | 4 | 1 | 0 | 4 | 0 | 6 | 54 |
| ● La virtualidad | 1 | 0 | 1 | 1 | 3 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 4 | 6 | 1 | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 2 | 30 |
| ● Lateralidad | 5 | 4 | 15 | 3 | 7 | 4 | 8 | 2 | 11 | 9 | 3 | 9 | 3 | 7 | 12 | 5 | 4 | 7 | 8 | 5 | 4 | 6 | 10 | 12 | 163 |
| ● Pasos y zapateos de la marinera norteña | 8 | 15 | 10 | 8 | 11 | 16 | 25 | 6 | 12 | 13 | 2 | 11 | 9 | 3 | 23 | 15 | 6 | 4 | 6 | 19 | 9 | 23 | 15 | 8 | 277 |
| ● Repercusión y situaciones dentro de tu | 11 | 12 | 2 | 3 | 12 | 14 | 2 | 5 | 5 | 8 | 1 | 1 | 3 | 10 | 8 | 1 | 3 | 1 | 4 | 9 | 1 | 3 | 10 | 13 | 142 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|----|-----|----|----|----|----|-----|----|----|-----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|-----|----|-----|----|----|------|
| vida personal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| • Técnica de ballet | 0 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12 | 0 | 0 | 2 | 1 | 35 |
| • Uso de vestimenta y accesorios | 4 | 6 | 10 | 4 | 8 | 5 | 9 | 4 | 6 | 5 | 3 | 6 | 4 | 2 | 9 | 9 | 4 | 11 | 7 | 15 | 8 | 6 | 8 | 5 | 158 |
| Totales | 72 | 124 | 97 | 66 | 91 | 91 | 113 | 52 | 80 | 100 | 23 | 71 | 49 | 59 | 159 | 85 | 53 | 60 | 75 | 175 | 58 | 127 | 95 | 91 | 2066 |

ANEXO 8. CRITERIOS DE SATURACIÓN

| CÓDIGOS | Representatividad ≥ 1 | | | Frecuencia ≥ 110 | Densidad ≥ 2 | Saturación (cumple con al menos un criterio) |
|---------------------------------------|--|--|------------------------|---------------------|-----------------|---|
| | Maestros e instructores de marinera norteña | Profesores egresados de la ENSFJMA | Bailarines del BFNP | | | |
| • Coordinación visomotriz | SI | SI | SI | SI | NO | SI |
| • Dimensión coreográfica | SI | SI | SI | NO | SI | SI |
| • Discriminación auditiva | SI | SI | SI | NO | NO | SI |
| • Disociación de movimientos | SI | SI | SI | SI | NO | SI |
| • El ambiente académico y competitivo | SI | SI | SI | SI | SI | SI |
| • El ambiente dentro del colegio | NO | SI | NO | NO | SI | SI |
| • El mensaje de la marinera | NO | NO | NO | NO | NO | NO |
| • Equilibrio | SI | SI | SI | SI | NO | SI |

| | | | | | | |
|---|----|----|----|----|----|----|
| • Estrategias didácticas - Coordinación visomotriz | SI | SI | SI | NO | SI | SI |
| • Estrategias didácticas - Disociación de movimientos | SI | SI | SI | NO | SI | SI |
| • Estrategias didácticas - Equilibrio | SI | SI | SI | SI | SI | SI |
| • Estrategias didácticas - Lateralidad | SI | SI | SI | NO | SI | SI |
| • Evolución de la marinera norteña - Enseñanza y baile | NO | NO | NO | NO | SI | SI |
| • La virtualidad | NO | SI | NO | NO | NO | SI |
| • Lateralidad | SI | SI | SI | SI | NO | SI |
| • Pasos y zapateos de la marinera norteña | SI | SI | SI | SI | NO | SI |
| • Repercusión y situaciones dentro de tu vida personal | SI | SI | SI | SI | NO | SI |
| • Técnica de ballet | NO | NO | NO | NO | SI | SI |
| • Uso de vestimenta y accesorios | SI | SI | SI | SI | SI | SI |

ANEXO 9. TABLAS DE RESULTADOS

Pregunta 1: ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera en el fortalecimiento del equilibrio dentro de la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario?

| Subcategoría | Citas codificadas | | |
|-------------------|--|---|---|
| | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| Equilibrio | <p>E4: "Bueno definitivamente, contribuye en gran medida porque de alguna u otra forma trabajas ambos hemisferios cerebrales, estamos trabajando el área, hemisferio derecho, ¿no?, que es la parte sensitiva y estamos desarrollando también el hemisferio izquierdo que es la parte racional, claro".</p> <p>E7: "Actualmente ya cuando los niños de esa edad comienzan a prender, o llevan ya bastantes meses aprendiendo a bailar marinera, si uno ve la técnica con un adulto se hace muy similar, llega a ser muy similar, la marinera ha evolucionado tanto que las técnicas tanto para los niños como para los adultos llega a ser muy similar, entonces, en el tema del equilibrio se desarrolla bastante la técnica, entonces, se corrige mucho la postura, el movimiento de los brazos, entonces eso hace que, de manera incluso física, los niños se desarrolle muy bien, ¿no?, tanto en temas de concentración, y yéndonos por otro lado ¿no?, pero en el tema del equilibrio, si".</p> <p>E9: "Entonces ese equilibrio, tanto o sea estamos esperando que sea corporal, también debe ser mental. O sea, el enfoque para que haya una coherencia de inicio del aprendizaje. Entonces el equilibrio en la marinera va ayudar muchísimo al equilibrio de cualquier persona. Tanto mental como corporal, o corporal y mentalmente. Ese equilibrio nos lleva a pensar que tenemos que tener en claro dos puntos. Y el equilibrio corporal lo logramos para que sea satisfactorio, para el chico lo logramos a través de los movimientos que les enseñemos, de los juegos lúdicos que utilicemos, etcétera. De hecho, la marinera es una de las mejores herramientas para poderles darles ese equilibrio a temprana edad como es la lateralidad, la coordinación motora fina y gruesa".</p> <p>E10: "A ver, el equilibrio es uno de los puntos más importantes para que tu como bailarín, puedes desarrollar los movimientos, digamos... ágiles, dinámicos, ordenados. Si tú no tienes equilibrio, es casi imposible que tú puedas bailar, te vas a tropezar, te vas a caer, la competencia es chévere, es fuerte, ahorita; imagínate si desde el principio, desde la edad que tú me estas comentando se fortalece el equilibrio, como llegaría el equilibrio a más adelante sin distorsionar la</p> | <p>E3: "bueno la marinera por ser un baile en donde tienes que trabajar con ambas partes del cuerpo ya que tú te trasladas siempre a la derecha y a la izquierda, el equilibrio es tu centro, no tú tienes que de una manera obligarte al que el niño tiene que conocer su centro, y al conocer su centro, de alguna u otro manera puede trabajar justo el tema que tú me estás diciendo".</p> <p>E6: "Bueno de todas maneras la marinera en la enseñanza fortalece el equilibrio y bastante sobre todo cuando tu estas dictando la clase, cuando tu estas impartiendo las primeras clases, al menos cuando yo comienzo siempre hago ejercicios para que mantenga el equilibrio ya que este la mayoría de niños todavía no tiene experiencia en danza y menos, no tienen mucho equilibrio y les hago un paquete</p> | <p>E1: "Bueno, ellos ya reconocen cada parte de su cuerpo, cada movimiento, pero el hecho de saber colocarse, reconocer cada parte de su cuerpo de distinta forma como enseñarles su centro, este es tu barriguita no, comentándole siempre a partir de acá, hago una fuerza que va a ayudarme a poder mejorar derechito y empezar a reconocer de donde parte cada movimiento desde el estar quieto estirado sobre un pie y tratar primero en base a los dos pies, y luego levantar una pierna y con distintos ejercicios que hagan y creen conciencia que cada parte del cuerpo y donde encuentran ese equilibrio porque para la marinera se necesita muchísimo equilibrio, desde un movimiento una vuelta y la fuerza que tienes y controlar, e todo un trabajo de técnica".</p> |

marinera obviamente, que sería buenazo. Uff es importantísimo".

E11: "Yo considero que ayuda mucho, por un tema de que muchos chicos en realidad al nacer, el tema de la hipotonía muscular, yo pienso mucho en que el tema de la hipotonía muscular de los niños. Unos son un poco más flácidos, que otros. Entonces creo que la marinera es un buen aliado para trabajar el tema de la hipotonía muscular. Entonces volviendo al tema, me preguntas sobre el equilibrio y el control que tú debes tener para poder mantenerte en puntas, por ejemplo. O sea que en muchos momentos yo he trabajado esto. Quedarte minutos en puntas, pero no solamente levantar en puntas, sino es controlar tu centro que es el ajuste el abdomen, y el ajuste de tus glúteos. Entonces siempre le digo, no te vas a caer si es que tu mantienes firme, súper ajustado tanto tu abdomen como los glúteos. Entonces este control de tu cuerpo, te va a ayudar muchísimo para el equilibrio".

E12: "Entonces la marinera norteña te ayuda en el sentido de que te da conciencia corporal, sabes de que tienes que dominar tu cuerpo y a partir de dónde lo dominas, y te ayuda también porque quieres que los pasos se vean bien, y para que se van bien te esfuerzas para colocar bien los pies, el cuerpo, todo eso".

E15: "Para mi es súper importante. En las categorías menores tu ayudas a hacer ejercicios para reconocer su centro, donde viene el apoyo, la parte del equilibrio, al momento de trabajar ambos lados de los bailarines, tanto al trabajar el zapateo, la parte de donde fortalecer, colocar su centro, para que tenga un buen apoyo, y como mantener ese apoyo, por ejemplo al hacerlos mantener la pierna, reconocer de estirar las piernas sin mover las caderas de un lado a otro, llevando el tronco hacia arriba, y poco a poco ir trabajando esa, hacerlas reconocer que vayan reconociendo su cuerpo, que vayan reconociendo la diferencia entre doblar la columna, si dobla la columna no va a tener el mismo apoyo que su cuerpo recto en una sola línea, si su cabeza está centrada con el talón de sus pies, si es que está un poco más atrás o un poco más adelante, entonces es un poco más como de reconocimiento".

E16: "Bueno, de hecho, el equilibrio es la raíz de toda la capacidad motora que tiene todo ser humano, o sea, tu sabes que sin eso no puedes caminar, no puedes tener coordinación, creería que es una de las raíces, de las potencialidades principales que tiene que tener todo individuo que pueda aprender a caminar bien, que pueda coordinar, que pueda hacer movimientos, que pueda reconocer sobre todo sus movimientos, sus desplazamientos, así que esa es pieza clave.

Para mí, de hecho, ya un poco redondeando el tema, creo que este baile, que es la

de ejercicios para que fortalezcan ese equilibrio ¿no? y se rían porque son ejercicios lúdicos, que les hago cómo pararse en un pie, una carrera, quién dura más y ellos se concentran porque no solamente el equilibrio es corporal es parte de concentrarse y se concentran y llegan a tener un equilibrio".

E13: "La marinera norteña influye bastante en el equilibrio, ya que el equilibrio es el dominio del cuerpo, es el dominio del movimiento. En la marinera trabajan mucho el movimiento de los brazos, por ejemplo, pero en relación con los pies. Entonces desde ahí hay un equilibrio armónico de movimientos. Y eso hace que la psicomotricidad sea buena, vaya progresando, ya que el equilibrio es parte de la psicomotricidad".

E14: "Bueno, en principio los pasos de marinera demandan que el cuerpo trabajé con elongación y posiciones poco caprichosas, y esas posiciones se exigen pues del cuerpo, y más a esta edad, competencias que normalmente no se dan, que no se han revisado

E2: "Pienso que es una excusa perfecta para poder afinar esa capacidad de los pequeños, porque dadas las características de la técnica de la marinera, se usa en todo momento importante, no solamente para el baile sino para su vida diaria".

E5: "Entonces como la marinera norteña nos ayuda a esto primero tenemos que hacer, los maestros conscientes, tenemos que ser conscientes de que vamos a trabajar primero, y donde vamos a comenzar. Luego de eso, obviamente como te iba repitiendo mediante las repeticiones, de lo que vamos a ir haciendo pues obviamente va a ir evolucionando el alumno ¿no?".

E8: "Bueno, yo creo que es un punto muy importante. Influye mucho porque hoy en día podemos ver a los niños dentro de la práctica de la marinera, que van desarrollando distintas habilidades. Y entre ellas precisamente la del equilibrio. La de poder conocer su cuerpo desde ese punto de vista, ya que los pasos en la marinera norteña, propiamente

marinera, que es el estudio principal, enfoca muchísimo el equilibrio, desde los pequeños".

E18: "Sí hablamos de estudiantes de nivel primario, definitivamente estamos hablando de personas que además de estar desarrollando su personalidad, valga la redundancia, también están desarrollando la parte física y la parte física no tanto por el tema del ejercicio, sino también por el tema de educación, al momento por ejemplo, de la pisada, la forma de correcta de colocar los codos, los brazos, por ejemplo, cuando uno está en la mesa, porque eso definitivamente uno no lo adquiere, no es necesario solamente decirle al niño o al estudiante, siéntate bien, sino tendrías que decirle siéntate de esta manera, pones la espalda recta, la barbilla paralela al piso, a la mesa los pies juntos, no muevas los pies, no tiembles las rodillas, entonces todo eso envuelve una necesidad de que sea complementada con otras disciplinas, como por ejemplo la educación física, o en este caso el baile".

E19: "Bueno, la marinera norteña es amplia con respecto al tema del manejo del cuerpo, y el equilibrio es un tema principal para todo bailarín. Puesto que ya sea con los ejercicios previos al baile o con los mismos pasos de baile, se puede lograr un mejor desempeño a nivel personal. Sobre todo, corrigiendo ciertas posturas que de diario no se pueden lograr en casa por decirlo así, o en el colegio. Es un buen complemento para el trabajo corporal".

E20: "definitivamente la marinera contribuye bastante el tema del equilibrio porque se fortalece diferentes partes del cuerpo que ayuda a la estabilidad y el equilibrio del bailarín para que pueda ejecutar sus movimientos en un espacio mediante el desplazamiento y no se pueda caer ni balancear hacia uno ni otro lugar".

E21: "El manejo corporal en el caso del aprendizaje de la marinera norteña es muy importante sobre todo si desde el principio le transmitimos a quien está aprendiendo; en este caso hablamos de una población infantil, si desde el principio le transmitimos que lo que va a hacer a través de lo que nosotros le vamos a transmitir, es, no la repetición de un conjunto de movimientos, sino que va a producir, va a construir, y sobre todo va a expresarse a través de lo que va a hacer. Porque existe el concepto equivocadísimo de que hacerle repetir al niño, subestimando la madurez mental y física de los niños, se los conmina a repetir un movimiento, vuelvo a repetir, subestimando su madurez".

E23: "Claro que sí. Bueno, influye bastante, sobre todo en el manejo corporal. Tú sabes que a partir de los 6, a los 12 años, la persona, el ser humano, en este caso el niño, aparte de desarrollar sus habilidades psico sociales, también va perfeccionando lo

o que se están empezando a explorar o entender o conocer, ¿no?, entonces e pararse en un solo pie, realizar zapateos, elongación es hacia arriba, hacia los lados. Demandan que el cuerpo exija del oído medio este sentido del equilibrio y el trabajo debe ser este potenciado y como sabemos, pues la danza lo hace de una manera inconsciente ¿no? Y jugando prácticamente al niño por procurar alcanzar esta estética o este nivel de precisión".

E22: "Bueno, de hecho, en esa edad los niños se están desarrollando. Y, de hecho, el equilibrio esta netamente vinculado en el desarrollo del cerebro, porque el equilibrio se encuentra justo en el área del cerebelo.

Entonces, hay cambios que se van dando, a nivel de las neuronas, y los niños a los 5 años, tienen ciertas características que van a diferir de los de 8, y de los 11, que son las etapas un poco que tú vas a encontrar en primaria y si, si tu estimulas a la persona en el área motora, vas a estimular también no solo

dicho, requieren de mucha destreza. Un niño de 6, 7, 8 años esta como quien dice para absorber todo eso, y su cuerpo se va formando desde ya y se va desarrollando precisamente a medida que uno le va planteando los distintos pasos y secuencias que conlleva pues, aprender la marinera norteña".

E17: "En la marinera norteña sobre todo para trabajar ciertos pasos desde los laterales que es lo más básico se necesita Mucho equilibrio, de trabajar vienes pisadas incluso tengo alumnos ya jovencitos, que de repente tenían pie plano o dificultades para caminar y les

recomendaron que me parece muy importante porque un doctor le recomendó, de tener clases de marinera norteña y de hecho eso le ayudó muchísimo y después ya pues no, cómo pasaron los años el incluso concurso porque le gustó, entonces bueno la marinera norteña Yo creo que no sólo para muchos que le gusta concursar y bailar, pero también para trabajar ciertas dificultades que tiene uno en el cuerpo y es

que ya desde su infancia viene desarrollando, lo que son sus habilidades psicomotrices propiamente dicho. Y ahí, la marinera, al igual que otras danzas y otros ejercicios corporales, también nos ayuda al niño, en este caso a poder manejar el movimiento de sus músculos de desde sus brazos hasta sus piernas. ¿Verdad?".

E24: "Yo creo, bueno, como siempre, de acuerdo a mi experiencia influye mucho porque a veces no tienen una buena o una buena formación antes, se le hace de repente dificultoso aprender en esa edad, no, porque si tienen un buen trabajo desde el inicial de la buena psicomotricidad sería mejor, pero le ayuda bastante al fortalecimiento, tanto el físico como psicológico. Para mí esto es muy relevante en la enseñanza de marinera. en esa edad. Diríamos una edad intermedia de la vida del ser humano".

el área de movimiento, sino estás haciendo que todas las redes neuronales trabajen y en si también estas englobando el área que tiene que ver con el equilibrio".

súper importante".

Pregunta 2: ¿Cómo cree usted que los zapateos de la marinera influyen en el fortalecimiento del equilibrio de los estudiantes que la practiquen?

| Subcategoría | Citas codificadas | | |
|-------------------|--|--|---|
| | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| EQUILIBRIO | <p>E4: "Claro, bueno, considero que por ejemplo cuando tu enseñas no puedes lanzarte de frente a un nivel competitivo con un bailarín o un niño que por ejemplo todavía está desarrollando su crecimiento, todavía no ha crecido sus articulaciones de forma natural o no se han fortalecido de manera natural o de repente no está bien alimentado no te puedes lanzar de frente a decirle "oye levanta la pierna", cuando de repente su parte emocional no es muy fuerte".</p> <p>E7: "Entonces, en el tema de los zapateos hay algo que es muy importante que, por ejemplo, como clocar las piernas, estirar las rodillas, ¿no?, uno estira las rodillas para levantar el zapateo, ¿no?, Entonces hay algunos niños, o sea yo te lo digo en experiencia, hay algunos niños que saltan o no conectan, por ejemplo, en el movimiento de sus piernas con la postura, o sea hacen el zapateo, pero todo el cuerpo se les mueve, entonces, pero con forme van ensayando realmente se van desarrollando. Entonces van mejorando postura, van mejorando la técnica de su zapateo, van agarrando agilidad, también, van sacando más físico, porque eso es otra cosa que es muy importante mencionar".</p> <p>E9: "Ya. Perfecto. En este momento estamos hablando del proceso de aprendizaje directamente que se va</p> | <p>E3: " No al menos que ya sea una bailarina experta y te obligan a levantar cada vez más la pierna y eso si requiere de un trabajo técnico corporal que previo a hacer ese zapateo necesitas hacer un trabajo técnico, donde tengas el abdomen sujeto donde tengas piernas preparadas, entonces no es que el zapateo te ayuda a lograr eso, no tu para lograr hacer zapateo tienes que tener el cuerpo preparado...entiende. Un buen zapateo no te ayuda a que tu tengas un equilibrio lo que te ayuda es que tengas el cuerpo preparado para que puedas ejecutar un buen zapateo."</p> <p>E6: "El zapateo, bueno pues, por ser zapateos por ser los movimientos de por ejemplo taco taco,</p> | <p>E1: "El hecho de poder tener agilidad en las piernas y controlar la postura durante la ejecución de estos, definitivamente van a lograr que uno conozca y digamos trabaje el cuerpo y el movimiento mucho más rápido que en cualquier otra danza creo yo, entonces en la marinera te exige tanto y te demanda tanto la agilidad, fortalece las piernas, rapidez en las piernas, en un zapateo y a la vez controlar tu postura y con el clásico "Mantente aplomado" que siempre nos han enseñado desde</p> |

dando dentro de la marinera. Entonces, hablábamos del equilibrio, y este equilibrio va a ayudar a reconocer el cuerpo. O sea, el lado derecho con el lateral cruzado, y luego el otro tiempo va a reconocer la utilización del lado izquierdo, para poder hacer el cruce izquierdo, el lateral izquierdo. El zapateo, el cepilleo o en este caso, los contrapuntos de cepilleos o de zapateos, para poder comenzar con ellos tenemos que estar seguros de que él ya tiene un avance en esta lateralidad para que pueda entender, o pueda afirmar un solo pie muy fijo en el piso, y el otro para que pueda tener la facilidad de acomodar el taco o la punta de acuerdo al paso señalado. Pero tiene que tener la seguridad de que un pie está muy fijo al piso".

E10: "El zapateo, el fortalecimiento, está en la pierna de apoyo. La pierna de apoyo es importantísima porque la otra ejecuta, el tiempo del zapateo es "tácata tácata tácata..." no es cualquier sonido que hace tu zapateo. Entonces cuando... yo te lo digo personalmente, cuando yo zapateo, quien no pierde el equilibrio muchas veces, hemos perdido el equilibrio bailando, porque me resbale, me pare mal, somos humanos, pero a la hora que yo estoy zapateando, yo me enfoco mucho en mi pierna de apoyo para pisar, porque con eso empieza el pulso. "tá cata tá cata" así lo mentalizo, rítmicamente. Y eso, me hace a mi tener el equilibrio. Una vez más porque, porque el mantenerme con la rítmica del zapateo "tácata tácata tácata tácata..." en cada cepillado, punta y taco, machete que hago, para mí es como jugar a la percusión con los pies. Más o menos así me lo imagino. ¿me entiendes? Eso me da bastante equilibrio. En equilibrio, porque me mantengo encarrilado. Eso es lo que me da el equilibrio a mí".

E11: "Bueno, si te refieres al zapateo, Gonzalo tu zapateas con un pie y el otro está pegado al piso. Entonces realmente trabajas con un pie, por segundo, estás trabajando con un solo pie, teniendo dos, porque uno esta levantado, trabajando doble, me refiero trabajando dos repiques, como un machete, y esta el otro sosteniendo y que es lo que te sostiene realmente, que es lo que te mantiene fuerte y firme, no es el pie, no es la pierna, no. Es el abdomen. Tu centro. Es el glúteo, y el abdominal lo que esa postura, esa fuerza que tú necesitas para no caerte. Entonces en el zapateo, si, el trabajo olvídate, o sea yo creo que la marinera ayuda muchísimo".

E12: "Bueno lo zapateos, tú sabes que al comienzo uno les enseña a zapatear fuerte, pero de ahí sabemos de qué el zapateo no necesariamente tiene que ser

punta y taco, cruzado, ellos están ya haciendo los pasos en un pie, como están haciendo el equilibrio de un pie por ejemplo así, de costado, ellos ya cada vez que van desarrollando más el equilibrio lo pueden hacer más rápido, porqué sino tienen el equilibrio incluso hasta se balancean, abren y cruzan abren y cruzan, por ejemplo te estoy hablando en el cruzado, y ya cuando ya estén más equilibrados tú ya tienes que exigir, no abras las piernas júntalas y crúzalas. Por ejemplo, la mayoría de niños lo hacen para arriba porque es más fácil y lo hacen abierto porque es más fácil. Pero ahora diles cruza y cruza bien tu pie hasta el otro talón y manteniéndolo en punta ahí es ya cuando te comienzan a tambalear, y cuando tú le exiges en realizar el paso como es, en la realidad, la realidad del paso, se van dando cuenta que tienen más equilibrio incluso también en los laterales, si tú ves más rápido más equilibrio tienes. Esto es en el cruzado, punta y taco igual no, cuando estas levantando el talón y levantando la rodilla, al levantar la rodilla ya estas como tambaleando, por eso siempre, por eso les digo es muy importante comenzar con un buen aprestamiento, con una buena preparación".

E13: "Si, también por supuesto, porque cuando uno zapatea, si te has dado cuenta, tú haces el zapateo

chiquitos, el aplomo".

E2: "Por qué los ayuda a ser conscientes, bueno, hablando técnicamente. El cuerpo va entendiendo de que tiene que transportar el peso, de que tiene que distribuir y ahí ya está trabajando el asunto del equilibrio; si bien el niño no te lo va a explicar con palabras, pero su cuerpo va comprendiendo, lo está entendiendo poco a poco y se va guiando de la música, y en ese dominio es que esta práctica de los zapateos es bastante óptima para poder trabajar ese aspecto. Cuando yo enseño antes de explicarles de que vamos a hacer el zapateo taco-taco, hago algún tipo de ejercicio más libre que los ayude a "oye me caigo" entonces empiezan a "ay sí que me pierna, paso a la otra pierna" y juego y juego y de a poquito el cuerpo va comprendiendo y el resultado va a ser que al momento de hacer el zapateo ya está como predispuesto a llevarlo mejor".

E5: "Pero también el equilibrio se toma, como una, no un movimiento, porque sabemos que no es un

fuerte; sino colocado y rápido. Pero como que al comienzo tú le dices fuerte porque es lo que a los niños les llama la atención, uno dice ah qué potencia, o qué fuerza y a los niños les llama la atención. Al empezar a zapatear fuerte, obviamente vas desarrollando los músculos, la fuerza de las piernas y al desarrollar pues esa tonicidad muscular obviamente ayuda a un mejor equilibrio. Pero el hecho de zapatear primero fuerte hace que te fortalezca y después cuando les enseñas a zapatear rápido, fortalece aún más todavía la pierna y le da mejor equilibrio, y obviamente la psicomotricidad es mucho mayor yo creo que sí, los zapateos en la marinera te ayudan en todo, porque te da mucha mejor pisada, y no sólo pisada al bailar; sino pisada al caminar, pisada al jugar, pisada al desarrollar algún deporte o algo".

E15: "Lo que pasa es que eso viene bastante de la pisada. El zapateo influye un montón para mí en el equilibrio, pero siempre y cuando la colocación, cuando baja las piernas también está bien. Porque el equilibrio depende como tu pises, tienes un rebote y puedes ir a un costado. Depende de tu pie también, eso tiene que ir trabajando. En la marinera hay un montón de problemas, que hay un montón gente que tiene el pie chueco, que tiene el pie para o que no pisan uno del otro lado. El otro problema es que pisan de un salto, de golpe, y pierden equilibrio, cuando es todo colocación. Esa pegada al suelo es lo que te ayuda a tener más equilibrio. A controlar el equilibrio. El primer trabajo que yo hago para los niños es aprender a hacer eso, la pisada. Como que el suelo te succiona, y pisan al suelo, ajustando ajustando piernas, entonces el zapateo es lo que te obliga, los laterales es otro ejercicio, pero para desarrollar el centro en el zapateo, el movimiento del cambio de piernas, el cambio de peso, de un lado a otro, también te ayuda, para mí también te ayuda un montón al equilibrio, reconocer el peso en ambos lados. Peso apoyo derecho, apoyo izquierdo. Entonces aprendes a tener equilibrio en ambos lados, porque no te puedes ir hacia un lado, si no es ambos. Entonces, en esa transición bien colocado de punta talón como que te succiona, te da mucha más fortaleza estar pegado al suelo, y eso es lo que te da más seguridad, que es la seguridad, al fin y al cabo. Si sientes el peso de la pierna segura, vas a mantener equilibrio. Si tú tienes la pierna chueca y eso no está trabajado, hasta te puedes caer. El zapateo también te obliga a que para sacar la pierna más hacia adelante y con más fuerza, tienes que tratar de empujar la pelvis, para que las piernas salgan. si tu dejas todo doblado, como hablamos hace un rato,

con un pie, inmediatamente está guardando ese pie y está saliendo el otro. Entonces en esa transición del cambio hacia el otro pie, ahí están trabajando el equilibrio los niños. Si te das cuenta al inicio cuando ellos aprenden, ellos hacen, por ejemplo, taco taco, guardan el pie. Y se demoran un tiempo para hacer con el otro pie. Entonces el que lo hagan fluido, esa transición de cambio de pie, requiere de un equilibrio. Hay algunos niños que lo van a lograr más rápido, porque nosotros no sabemos que estímulos han podido tener los niños más pequeños. De repente han hecho otras actividades parecidas, que les ha dado un mejor equilibrio, porque hay otras actividades también deportivas. Entonces hay niños que lo van a lograr un poquito más rápido, pero no es que lo logren a la primera. Y si me parece que el zapateo influye bastante en el equilibrio. Sobre todo, en la transición, en los cambios de pie. Yo te estoy hablando de los zapateos básicos, porque hoy en día tu sabes que hay ya otras cosas. Pero si, los zapateos básicos, sobre todo".

E14: "Yo creo que, para zapatear, lo primero que hay que tener es la idea de que es un zapateo aéreo, es decir, no, la pretensión no es producir sonido, sino estilo, si no mostrar que estoy zapateando, entonces lo que a lo que ha generado esta

movimiento, pero sí como una posición del cuerpo dependiendo a qué posición, o la transición de una posición a otra, es la que va a parar el equilibrio, no es una posición en sí, sino es la transición de una posición a otra posición corporal obviamente ¿no?, ¿porque?, porque necesitas un equilibrio para pararte acá, hasta para pararte en una posición y para trasladarte hacia la otra posición también necesitas ese control de equilibrio. Y es más el zapateo si necesita un equilibrio, porque tienes un pie de base y el otro pie tiene que hacer una rotación, puede ser movimiento desplazado o un movimiento cortante dependiendo que zapateo estás haciendo tú. Entonces, bueno, tú sabes en este caso, necesito que para, tú sabes que en la marinera siempre te estás trasladando tu peso, siempre estás trasladando tu peso, en el zapateo también tienes que trasladar tu peso en un menor espacio y ese momento tiene obviamente que tener un equilibrio y un

es más complicado que saques las piernas y es más probable que pierdas el equilibrio. Mientras que más enseñes en el zapateo a trabajar la colocación de tu cuerpo, en tu centro, y empujes, va a permitir que tú puedas mover de forma más fácil tu pierna, a que tu este doblado y no estés controlando tu centro. Entonces al trabajar zapateo también trabajas tu centro y también trabajas tu equilibrio, por ende, al mismo tiempo. Ese, que yo le digo el "Y", que es la pisada, ese "Y" también tiene que estar para que tenga esa cadencia musical "TACUTU – TACUTU", porque si no es, si no tienes la pisada como que robas tiempo y no se ve tan musical, y esa pisada es la cadencia, esa pisada es lo que te mantiene de un lado a otro".

E16: "De por sí, yo creo que los zapateos de marinera, hay que saberlos enseñar para empezar. Tú no puedes enseñar por ejemplo un taco taco, sin antes haber hecho un trabajo previo de cómo debe caer el pie, como se debe flexionar la rodilla, que músculos estás trabajando, como debe estar tu espalda, como debe estar tu cintura, como debe estar posicionado tu cuerpo, tus hombros, tus brazos; tú no puedes trabajar así de simple nada más cualquier zapateo. Cualquier zapateo primero debe enseñarse desde la postura misma, obviamente hay un trabajo de equilibrio, un trabajo de fortalecimiento de piernas también, y luego de eso ya haces el trabajo de zapateo, pero yo creo que el zapateo en sí, por supuesto que fortalece mucho todo el equilibrio corporal, muchísimo, sabiéndolo enseñar, sabiéndolo hacer, sabiéndolo desarrollar. Eso es importante".

E18: "Bueno primero, hay dos puntos. Primero la base, para hacer un buen zapateo, para ejecutar el zapateo de forma correcta, hay que ser conscientes de que lo primero que tenemos que brindar como profesores, es la función de cada parte del cuerpo, para que ese zapateo sea de manera exitosa, sin dañar tu cuerpo, porque el zapateo en realidad, por ser la parte más fuerte del baile, muchas veces pues, nos provoca lesiones y no solo hablo de las personas adultas, hay muchos bailarines que también sufren de lesiones a pesar de su corta edad, porque precisamente no le dan esa educación previa al cuerpo, para que los ejercicios no lesionen el cuerpo. Pero si uno realmente tiene un buen entrenamiento, no solamente "sacándose la mugre" como dicen, si no preparando el cuerpo para el zapateo, entonces defensivamente va a ser un éxito y un ejercicio óptimo. Ejemplo, muchas personas tienen el pie plano, pie cóncavo, y todos esos diagnósticos de

intencionalidad es mostrarle al otro que lo que haya aumentado en el zapateo es el volumen de hacerlo, hay que dimensionar. No es el doble taco con el que golpeo el piso y cuanto más claro rítmicamente esté o cuanto más fuerte suene va a estar mejor, sino que, por retar a mi compañero, a mi partner, lo hago más voluminoso, levanto más la rodilla, no incremento con metiéndole un movimiento de cadera, una atracción. El cepillado no es este únicamente para sonar, sino que lo que quiero es alargar mi pie, usar toda la mayor cantidad de espacio posible. Entonces, esas intenciones, esos machetes que pueden ser arriba, esa punta punta atrás y ese procurar que mis pies estén muy arriba, han hecho que el control del peso para pasar, el peso de un pie al otro, deban entrenarse con mucha mayor precisión y limpieza ¿No?, para subir la pierna, hay que anclar la otra con una fuerza, con una consistencia tal que permitan ese sostenimiento de todo el peso del cuerpo a la vez con esa energía que se le da por la reducción del paso. Entonces, los zapateos convencionales, lo que no son los rapiditos, los batidos, los este sincopado, no sé cómo quieras llamarle, requieren demanda de la pista del bailarín, un alto trabajo del equilibrio

equilibrio y no solamente un equilibrio, sino, control del equilibrio y tu cuerpo para poder realizar un zapateo. Ahora si tú me dices dentro de todo de esto que nos ha hablado, si el zapateo cómo te ayuda para el equilibrio, hasta parándote bien y solamente levantando un solo pie necesitas un equilibrio, para realizarlo de una forma lenta con una forma rápida también necesito un equilibrio. Ahora dependiendo de la repetición y dependiendo no sólo la repetición, sino, "Cómo se realiza el paso", puedes tú realmente mejora ese equilibrio".

E8: "Influye mucho ya que, para empezar, cada zapateo no es que tú lo hagas solo con un pie, sino que sabemos que tenemos que trabajarlo con ambos pies, tanto lo que haces con el pie derecho, lo tienes que repetir con el izquierdo. Ya después con el proceso y con la cancha, la experiencia, pues uno logra combinar los zapateos, en el proceso. Pero al momento de aplicártelo y enseñártelo, te lo enseñan a pie firme y con ambos pies.

fisioterapia, justamente recomiendan este tipo de actividad como la marinera, para que haya una correcta colocación de los pies, y ahí uno es consciente. Por ejemplo, si yo pongo mi pie chueco, o no coloco bien mi pierna, entonces voy a dar doble trabajo a la rodilla o le voy a dar doble trabajo a la espalda, y eso sumado a una preparación muscular. Todo eso envuelve el éxito del zapateo. No solamente tener la energía, sino también poder acondicionar el cuerpo para que se prepare, para que esa energía sea desarrollada en tu zapateo. Definitivamente un pie depende del otro. Siempre la dependencia para el otro zapateo, es simultánea porque, sucede que no solamente es levantar los pies, levantar el pie hasta la rodilla o hasta la altura de la cintura como algunos exigen, no solamente levantar el pie, sino que ese pie este respaldado por el pie que se queda colocado en el sitio. Y esa pierna bien colocada, es el que le brinda estabilidad a la otra pierna, para que el zapateo se vea estéticamente bien y no dañe definitivamente el cuerpo, no dañe las piernas, en este caso a través de una lesión".

E19: "Bueno, para lograr un zapateo norteño, donde la característica principal de nuestro baile es que los ejecutantes no salten sea cual sea el estilo que practiquen, pues hacen que las piernas tienen que fortalecer para lograr un equilibrio perfecto en tu desenvolvimiento como bailarín. Entonces hay ejercicios como pararse en punta de pies, como subir y bajar escaleras, que hacen que tu logres un dominio diferente. Ahora, el zapateo tiene por cualidad ejercer mucha fuerza en las piernas. Pero mucha fuerza que no va a ser totalmente desbocada al piso, sino una fuerza que vas a tener que lograr en tu cuerpo. Entonces cuando erróneamente se descarga la fuerza del zapateo en el piso, yo creo que tal vez no es el equilibrio. Y el tema de un buen bailarín es ganarlo. Ganar equilibrio y tener la fuerza en ti. Hasta parece un tema filosófico, pero en realidad todas esas fortalezas si las tienes para ti, yo creo que te ayudan más. El zapateo es una buena herramienta para demostrarlo".

E20: "Los zapateos influyen en el equilibrio porque el cuerpo tiene que alzar la pierna una pierna o la otra sacándola de su punto de origen qué es el contacto con el suelo y mediante ejercicios tiene que ir fortaleciendo, no sólo las piernas, sino también su centro, para que se puede ejecutar dichos zapateos, porque no es fácil para nada alzar una pierna y quedar sólo en una pierna de soporte, el cuerpo no está acostumbrado, así que de todas maneras

para lograr que el pie que no está como apoyo sosteniendo el peso llegue arriba".

E22: "Bueno, como te vuelvo a repetir, hay una serie de trabajos. Por ejemplo, en cuanto a ¿Qué se mueve en los zapateos? O sea, que segmentos del cuerpo están trabajando en los zapateos. Nosotros hablamos de que solamente de repente trabajan la articulación del tobillo, ok, pero están funcionando una serie de articulaciones que no solamente se manejan a nivel del tobillo, estas con rodillas, estas con cadera, y a su vez, este es un movimiento que no parte del pie. Empieza en la cabeza, o sea, hay todo un manejo que de hecho el área motora que la tienes tu acá, es la que va desarrollando esos aspectos. Entonces, cuando tu mandas e indicas que hagan el movimiento que puede ser imitativo y luego ya, cuando se aprendió el movimiento, lo ejecutan, ¿Qué está trabajando? El pie, no porque está trabajando el cerebro. Y el cerebro que regula, el equilibrio. Entonces de por si el cuerpo, se va amoldando y va permitiendo de que si en un inicio, ese movimiento de punta taco, salía de una manera torpe, después con la ejecución o la repetición, eso va entrando en un tiempo, en una velocidad, hasta que ya la persona asume

Tanto lo que haces con la derecha, con la izquierda y eso conlleva que tú puedas conocer en donde debes colocar el peso de tu cuerpo, para liberar el otro y pueda ejecutar el zapateo. Porque no es que tú con el peso en el medio puedes zapatear, no. El niño va encontrando que tiene que ir pasando el peso de un lado a otro para poder trabajar el pie que corresponde. Y en la marinera norteña el zapateo es así, tanto en pie firme como en desplazamiento, porque durante el desplazamiento también hay zapateos que ejecutamos durante el desplazamiento. Entonces es muy importante para el niño reconocer a través de los zapateos, en donde está el peso de su cuerpo, para equilibrarlo y para que haya una armonía entre el zapateo, porque sabemos que el zapateo lo ejecutamos de la cintura para abajo. Ya después la postura arriba, es otro cantar. Y la marinera te va desarrollando todo eso. Pero yo creo que si es importantísimo que el niño a esta edad

es un proceso en el cual mediante los zapateos se fortalece, no solo los músculos sino también se mejora el equilibrio".

E21: "Sin duda alguna, que ejerce una muy positiva influencia. ¿Sabes cuál es el principio de un zapateo? -El cambio de peso- Exactamente, esa es una de las cosas que se deben tomar en cuenta en el zapateo. Lo que engloba completamente el cambio de peso, es el hecho de asumir que quien baila entiende de que, para zapatear, una de sus piernas va a ser de apoyo, y la otra va a zapatear y que luego se va a ir alternando ese uso. Pero que tome en cuenta de que, para poder zapatear con energía con el pie derecho, el pie izquierdo debe estar correctamente apoyado y viceversa. Lo que me dices es el resultado, yo manejo mi peso de un lado al otro. Pero para que eso ocurra, yo tengo que explicarle que una pierna va a ser el apoyo, y que la otra va a zapatear. Desgraciadamente no se hace de esa forma, por desconocimiento, las personas ni siquiera toman en cuenta eso. Por eso te preguntaba si sabías tu cual era el principio del zapateo. Si le preguntamos a cualquier otra persona que enseñe, cual es el principio del zapateo, no lo sabe. Y no lo hace. Como lo desconoce, obviamente, no lo usa, no lo practica, no lo estimula. Sin duda alguna, el zapateo es una de las cosas que más va a potenciar el equilibrio, si sabe pararse, si sabe apoyarse a la hora que zapatea".

E23: "Claro, en la fuerza, la fuerza influye bastante al momento de hacerlo zapateo, y creo que ese es un trabajo que también tiene que ver mucho con la alimentación que tenga la persona, en este caso el niño. Por ejemplo, un niño que no duerme sus obras completas, que no tiene una buena alimentación, que no tiene una disciplina correcta de vida. Si yo le pongo a zapatear es obvio que no va a rendir. No, yo creo que no es solamente cuestión del trabajo físico de los ejercicios, sino va complementado también con la alimentación, que tenga".

E24: "Claro que sí, ayuda bastante. Es su trabajo físico como técnico también, y como dije hace un rato, que es completo. Es un físico, ayuda a fortalecer bastante la fuerza. Ya es su trabajo, donde el chico tiene que no solamente mover los pies, fortalece el equilibrio, fortalece tu seguridad también a la hora de hacer un todo, hasta te fortalece para para caminar, porque crea una seguridad de caminar con firmeza, te da firmeza a la hora que te paras, a la hora que te plantas, a la hora que vas a querer impresionar a la pareja, a la hora de bailar. No, eso sí es importante".

lo que es movimiento y tiempo".

comience a reconocer en donde está colocando el peso de su cuerpo, para que lo ayude a desarrollar el zapateo que corresponde y con el pie que corresponde".

E17: "El zapateo pues, definitivamente ayuda muchísimo porque como te comenté hace un momento siempre se trabaja sobre un solo pie, al tener un solo pie estable y el otro trabajando. En conjunto se trabaja muchísimo el equilibrio aparte, mantenerte en un solo espacio también porque no puedes estar balanceándote, entonces te ayuda a comprometer todas las partes de tu cuerpo, sobre todo a tu cabecita y concentrarte para poder estar estable, esa estabilidad, encontrar esa estabilidad, no es fácil y se requiere de mucha práctica, de mucho ensayo, mucha dedicación, para algunos es más fácil, para otros no".

Pregunta 3: ¿Cómo cree usted que los estudiantes puedan fortalecer el equilibrio mediante trabajos de desplazamientos y vueltas en la ejecución de la marinera?

| Subcategoría | Citas codificadas | | |
|-------------------|---|--|---|
| | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| EQUILIBRIO | <p>E4: "En el caso de los niños es que, si inicias en ese tema, jugando, trampolines, este no se pues, llevándolos al parque correr, a la playa, eso hago con mis alumnos y creo que a través de eso se mantienen conectados su sensibilidad, como te digo y al mismo tiempo, desarrollas a través del juego su psicomotricidad".</p> <p>E7: "Sobre el desplazamiento se parte del lateral, como te había comentado, la base de la marinera es tener un buen lateral, entonces, pero no solamente es hacer lateral y hacerlo bien, si no es que, es hacerlo al ritmo de la música y hacerlo a una buena velocidad. Tu que también has enseñado, a veces tenemos alumnos, físicamente como que son más rápidos, pero hay otros que son más lentos, entonces hay que nosotros tenemos que llevarlos un poco al ritmo y a la velocidad".</p> <p>E9: "Estábamos hablando hace un momento de la kinesfera. La kinesfera es el momento en el que tu reconoces tus movimientos espaciales propios, en un espacio parcial. O sea, que es tu espacio solo. El que tú puedes dominar, donde tenemos direcciones derecha izquierda, izquierda atrás diagonal, izquierda atrás derecha diagonal, etcétera. Arriba y abajo. Y no nos olvidemos de que tenemos tres niveles: alto, medio, bajo. Entonces, estos tres niveles tenemos que ir haciéndolo conocer a nuestros chicos, para que en este trabajo que estas mencionando, que es el equilibrio que le va a dar a los chicos, la forma o la secuencia del trabajo del desplazamiento, nosotros les hagamos conocer que cuando salen de ese espacio parcial, están entrando a un espacio total. En este espacio total, comenzamos a enseñarles los movimientos grupales. Es la mejor manera de poder lograr la mejor experiencia dentro de los chicos, en el trabajo de desplazamiento, porque uno va a jalar al otro."</p> <p>E10: "Trabajo abdominal físico, sin duda, el tener firme el abdomen, pero ojo, ya te he dicho que hay excepciones, personas de alto peso que tienen, no todo es lo mismo, hay una diferencia. Hay ejercicios, con pasos de marinera, a ritmo de marinera, pero enfocados en ese ejercicio, porque ciertos pasos te hacen hacer más presión al abdomen que otros, por ejemplo, suspensiones, las voladas.</p> | <p>E3: "El equilibrio o sea, para mi manera de ver las cosas, tu para bailar marinera tienes la marinera de hoy, al que ven hoy día, que es totalmente acrobática y totalmente balletizada, tiene que hacer un trabajo previo, tienes que hacer piso tiene que trabajar tu abdomen, tienes que conocer tu cuerpo, como trabaja un bailarín de ballet, lamentablemente, ya no es la marinera que era un poco más sencilla, más de sitio, que era un poco más de careo, no acá tu abres el hombre salta se sube y se baja para poder tener un control de su cuerpo, sin dañarse los meniscos sin dañarse todo su cuerpo, lo que necesita es tener ese control, y bajar sin golpearse la rodilla".</p> <p>E6: "Bueno en los desplazamientos yo creo que vuelvo a repetir, más preparación para lo que es en una forma lúdica, por ejemplo, ellos van a comenzar lento primero, los laterales no van hacer lentos, y siempre</p> | <p>E1: "Usualmente yo considero que los trabajos de la técnica de ballet son muy importantes, el hecho de reconocer este tipo de musculatura que muchas veces en el folclore no los utilizamos, pero en la técnica de ballet es muy importante, entonces con mi conocimiento de técnica que es básico y bueno, en constante aprendizaje me ayuda mucho a reconocer que tipo de músculos y que sensaciones puedo yo lograr, sentir, cuando hago este tipo de trabajos".</p> <p>E2: "Yo pienso que es la combinación de todo porque es vital el que tú puedas controlar tu cuerpo porque muchas veces nosotros cuando vamos perfeccionado, puliendo la técnica, hasta desafiamos el centro de gravedad. Tú mismo con el poncho al hacer el quiebre, o sea si yo te tomo una foto, tu centro no está en tu base, que sería el área en que tus pies o la posición, hablando de física. Tú te saliste del centro de gravedad, igual tu cuerpo está resolviendo la situación".</p> <p>E5: "Ahora justo dentro de este contexto, si</p> |

Las suspensiones y voladas te hacen perder equilibrio. Entonces si tú haces trabajar eso, "fuerte el abdomen" eso va metiéndose. Si solamente te hago hacer abdominales, que también es importante, te vas a convertir en un atleta. Yo los convierto en bailarines, no en atletas. El resto va enfocado en trabajos de pasos de marinera, pero señalando el punto de acción para no perder el equilibrio".

E11: "Bueno, definitivamente los apoyas tu estando presente ahí también, el tema del ula ula ayuda un montón. Tu haz trabajado con ula ula. Entonces, el tema del ula ula creo que ayuda muchísimo al control del equilibrio y de la postura también, el quedarte de puntas y jugamos por la que se caía terminaba haciendo ranas, o callejón oscuro en las presenciales, entonces quedarse en puntas el mayor tiempo posible, era un juego que utilizaba mucho con mis alumnas, el trabajo de ula ula también, el cargar peso en las manos y quedarte digamos que, sin moverte, es un trabajo también importante. El trabajo de lateral es constante, el trabajo lateral de ida y vuelta es equilibrio puro, pasas atrás de tus alumnas mientras estas trabajando, sostenerle los hombros porque tienden a saltar, entonces ese tipo de cosas, es un trabajo que normalmente hemos hecho o hago en mis clases".

E12: "Primero incluso a los niños les hago ejercicios entre juegos, ejercicios de piernas y de abdomen, no con intensidad de adulto sino entre juegos, por ejemplo; los hago correr y les digo a mi palmada una sentadilla, entonces por ahí espaciadas, y le voy cortando, y conforme le voy cortando, ellos van jugando, pero están haciendo sus sentadillas ahí. Entonces obviamente ya de ahí los paso a los zapateos; ya vamos a zapatear en el sitio y a mi palmada una sentadilla, entonces por ahí como que les voy fuera de los zapateos o del desplazamiento les voy haciendo ejercicios mediante juegos para fortalecer tanto piernas como abdomen y de ahí ya con los pasos propios de la marinera, ya fortalecemos ya definitivamente lo que es la tonicidad muscular a todo eso, fuera de la enseñanza de los pasos como debería ya de ser. Sí obviamente la marinera te ayuda; a mi parecer es uno de los bailes más completos que hay, porque te trabaja la parte tanto de piernas como la del abdomen y como los brazos".

E15: "Ya, el equilibrio por ejemplo para desplazamientos yo los trabajo siempre, que para mí es importante trabajarla con la colocación de la media punta, si tu media punta no está fortalecida, estas perdido. Entonces ejercicios para fortalecer dentro de la marinera que yo utilizo, que es que vamos a usar la media

comienzo el lateral lineal, lineal porque, porque primero, es en un primer plano, que comienza hacer el lateral cruzando bien el pie, entonces él se va a dar cuenta que el lateral es el cruce, no es un lateral paralelo. Entonces yo tengo que cruzar bien el pie y levantar el talón, así comienzan, entonces una vez que ya lo domine el lateral del costado, comienzo con un lateral, cuatro laterales de lado a lado. Lo voy, va acelerándose, primero lento y de ahí hago como pequeñas competencias entre ellos, a ver quién sale quien lo hace más, comienzan a desarrollar el equilibrio".

E13: "Lo que pasa que el desplazamiento en la marinera y las vueltas, es con el famoso lateral, son con los laterales. Entonces habrá algunos niños y algunas madres de familia que dirán ¿pero por qué tanto a mi hijo se le enseñan puro lateral? Todo el día lateral, lateral. Porque es así, porque justamente una buena base es que ellos trabajen un buen lateral. Y un buen lateral es con un buen equilibrio. Es con un buen dominio corporal. Porque

hablamos de desplazamiento, mucho de los bailarines le sirve como un respiro, como un equilibrio, el usar el desplazamiento ¿no?, porque normalmente donde pierden el equilibrio es en el zapateo, donde de alguna u otra forma pierde en ese control corporal ese aplomo qué se necesita para poder tener esa tranquilidad total dentro del cuerpo ¿no? Un bailarín si se tiene que dejar que llevar por la música, se tiene que dejar llevar por la emoción que le va a causar, pero tiene que estar pensando con el equilibrio mental, para que tú puedas controlar tu cuerpo, no es solamente botar energía y ya y no sé cómo regresar, muchos bailarines de marinera hacen eso ¿no?, botan la energía y no saben cómo regresar como controlar esa parte del estado que se necesita corporalmente eso es una cosa muy importante".

E8: "Eso lo van logrando y lo van desarrollando precisamente creo yo cuando trabajamos con los laterales. Si tú te das cuenta y haz podido observar también, hay chicos que les cuesta mucho poder reconocer, para empezar, que cuando uno va trabajando el lateral en la marinera norteña, sabemos que el pie va en media punta, o sea,

punta que usamos para el ballet, pero el movimiento del lateral, o sea, que es levantar pierna y estirar. Este tema de transición, de aguantar al otro lado, esto es un buen trabajo para desplazamiento. Y que te mantienen el control del centro y te fortalece el tobillo. Porque al fin y al cabo la marinera para que sea un lateral bien colocado, tu media punta tiene que estar bien colocado y no moverse. Porque esto de acá, hace que pierdas totalmente toda la elegancia, el control, hay un pequeño bajón y pierdes. Entonces para el trabajo lateral, para mí también ayuda un montón el equilibrio siempre y cuando lo hagas con ejercicio. Si voy de frente al movimiento, como que no vas a ayudar a reconocer tanto. Yo siempre he dicho, es más fácil que aprendas pensando que es un ejercicio, a pensando que es un paso. Porque como ejercicio, tú estás acostumbrado siempre a hacer ejercicio, el ejercicio te da, te desarrolla, te lleva te lleva. Y cuando ya lo tienes como ejercicios ya dices "Laterales" y ya tienes el movimiento, ¿entiendes? Entonces para mí este ejercicio es básico. Media punta, primero para que saquen fuerza en los tobillos, porque los tobillos te van a sostener en el lateral realmente es el tobillo, al alzar, al momento de la transición, es el tobillo que está en el suelo que te va a sostener. Y es el que también te va a ayudar a desarrollar fortaleza en las piernas, y es el que te va a ayudar a tener más tiempo control del equilibrio, porque tú puedes tener equilibrio, pero si no tienes fortaleza de talones-tobillo te vas a ir, te vas a caer. Y en el lateral tu utilizas el tobillo siempre. Entonces el trabajo de tobillos arriba, tobillos abajo, tobillos sin bajar, también es importante. Para mí es importante, y es lo que te va a dar un buen lateral, un buen desplazamiento, una buena suspensión en el movimiento, igual si tú vas a girar, si tú ya tienes el control de la pierna al tobillo y ya hemos trabajado a través del zapateo la pisada, ya sabes que tu pisada al monte de, tu apoyo, entonces al momento del giro esta tu apoyo por este lado".

E16: "Mira, hay un trabajo interesante que yo me he preocupado mucho por hacerlo y por investigarlo también, que es el trabajo de que para que tu tengas una habilidad, o sea, desarrolles una habilidad en las piernas, de destreza, de velocidad, y de equilibrio, siempre debes trabajar primero tu tronco. Siempre debes trabajar tu parte superior, siempre. Entonces que pasa, por ejemplo, un trabajo, si tú quieres lateralizar, por ejemplo, un poquito más ágil y tu trabajas tu cuerpo llevándolo hacia ambos lados, dependiendo hacia donde te desplaces, con un peso más; en vez de pañuelo tienes una toalla, o

qué pasa si hay un profesor que pasa así nomás los laterales, no los refuerza, más adelante va a ir avanzando pasos y el niño va a bailar moviendo el cuerpo, no va a tener ni buen equilibrio ni una buena postura. Y eso se ha visto, hay niños que ya han avanzado y que carecen de equilibrio y una buena postura. Es la base de todo. Y si, es importante el equilibrio en los laterales. Es que siempre el lateral es como el coquito, tú tienes que estar dándole y dándole, al famoso lateral, sobre todo en la media punta. Ahí está el equilibrio. Apoyarte en la media punta, porque ahí ves como que bajan la media punta y es como si estuvieran cojeando. Entonces es sostenerse sobre esa media punta en el lateral, ahí está el mayor equilibrio".

E14: "Definitivamente tiene que ver con la dinámica. Es decir, Esta idea de que el danzante está comiéndose el espacio a una velocidad determinada, a la hora de dar la zancada en el lateral, cuando se le exige recorrer más espacio, cuando se le exige abrir. A veces inclusive algunos maestros

no colocas toda la planta del pie. Sino, el pie que va llevando el pulso, se va colocando en media punta. entonces eso te va a dar otra sensación. Y la gente común y corriente que no practico la marinera desde niño, si tú los pones a esto, les cuesta muchísimo hacer los laterales porque normalmente de manera cotidiana, en la calle pues no caminan con la punta de los pies. Siempre con toda la planta de los pies. Entonces tú les dices "ya, comienza a caminar, ya, ahora quiero que coloques la media punta" y lo primero que hacen es comenzar a cojear porque les cuesta identificar. En cambio, un niño que está en proceso recién está desarrollándose, coloca la media punta rapidísimo porque a través del juego van reconociendo las partes de su cuerpo recién, ellos están en todo ese proceso. Entonces en el lateral él va desarrollando y va identificando que cual es la media punta de su pie y sobre la cual tiene que desarrollar los laterales, y con cual se tiene que desplazar, para que luego sobre ese lateral, le puedas proponer precisamente el que ya no solo coloque o se pare sobre su media punta del pie derecho, sino que ahora se pare por la media punta de los

digamos, no sé, el apoyo de unas ligas, o el apoyo de algo que tú te puedas, que pueda ejercer una carga no tan pesada, pero por lo menos que te genere una desestabilización y ahí es donde tu trabajes mucho esa parte del equilibrio. Ahí es donde tu trabajas bastante, te exiges, pero siempre con cuidado; esto siempre yo lo resalto mucho, siempre con cuidado, siempre hay que ir de menos a más, porque yo le puedo decir "carga una silla" y de pronto lo matas al pobre chico. La idea es que vayas primero con una toalla de repente, y luego las botellas, y luego ya va cargando algo un poco más pesadito, que sea acorde a su peso también del niño o del bailarín, y eso es un trabajo que yo por ejemplo hago, me ha funcionado mucho, me ha dado resultado, y sobre todo se desarrolla mucho el equilibrio, o sea, las personas por ejemplo que trabajan con un peso más que el de sus extremidades, le genera más destreza en el equilibrio, o también el trabajo por ejemplo de ligas en la parte de la cintura, el que tú puedas soltarte y desplazar con eso, también te ayuda mucho".

E18: "Tiene que haber una buena colocación del cuerpo, en el caso ya más hablando de los desplazamientos. Siempre uno debe tener presente que, para bailar marinera, para ejecutar los pasos de la marinera, uno debe tener las dos funciones en claro de los pies. El pie que coloca, y el pie que le da movimiento al baile. Los dos pies trabajan en simultaneo, uno tiene que colocar los pies y las piernas de una manera firme, de manera que vaya alineada con la columna, los talones alineados a la columna, en este caso, porque si yo coloco los talones detrás de la columna o viceversa, ahí es donde hay partes del cuerpo como en este caso sería la columna, definitivamente se van a dañar. Entonces siempre los alumnos, siempre son incitados a que tengan en cuenta esas cosas, la correcta alineación del cuerpo para que los desplazamientos además de verse aplomados, controlados, y estéticamente se vean bien, también evite lesiones o movimientos involuntarios que provoquen una lesión, ya sea pequeña o grande".

E19: "El reto más grande para conseguir el equilibrio creo que es el pasar, el distribuir un peso del pie al otro. Evitar el trote, evitar el salto, es el primer reto al que se enfrenta un profesor. Un profesor que quiere hacer que la lateralidad funcione el orden correcto. La distribución del peso. Yo creo que en mi caso yo comienzo con el trabajo de punta de pies. Siempre procuro fortalecer la lateralidad, empezando desde la frontalidad. Si el cabe el termino ser frontal, si el chico

empujan a sus alumnos. Abre, abre, abre, entra, ¿no? Entonces ahí es interesantísimo el tema de frenar, de agarrar velocidad, frenar, parar en seco. Eso es maravilloso. Hay una confabulación del centro con el sentido del equilibrio para parar en el microsegundo a la hora del empalme, en el microsegundo a la hora de encontrar el encontrarse en el hombro o la ayudita o la medialuna al no golpear. Imagínate si no tuviera bien el centro del sentido, el equilibrio para abrir y parar de golpe. Entonces. Creo que esos aspectos son los que me llaman más la atención ahora de primera, cuando tengo que pensar en ese sentido del desplazamiento en el equilibrio, siempre en confabulación con el centro y en el giro. Cuando hay que trabajar la fuerza centrípeta y potenciar con la inclinación el sentido del equilibrio a través de esta dinámica".

E22: "Bueno, de hecho, con esas capacidades con juegos grafo-musicales, porque cuando tú tienes conciencia del movimiento,

dos pies. "a ver elévate y quédate sobre la media punta de tus dos pies". Y se sostiene porque ya identifico cual es la media punta de su pie, y se puede sostener sobre eso, y ahí está desarrollando su equilibrio. Y si "a ver haz un lateral por la derecha, te quedas ahí" "lateral para la izquierda y te quedas ahí y comienzas a sostener". Entonces ellos ya van identificando cuales son las partes de su cuerpo que ellos tienen que de repente en algún momento hacer un movimiento de presión o de poder ajustar para sostener o ya cuando son más grandes "tienes que ajustar, ajusta abdomen, ajusta glúteo, sostén, y ahí te quedas, y te vas a quedar ahí". Entonces pero ya desde niño, ya eso de manera lúdica, manera de juego lo vas desarrollando con ellos. "a ver párate, párate, párate en media punta". Entonces el desplazamiento, al menos yo cuando he trabajado la marinera, con niños pequeños, es aprovechar ese andar en el círculo, y que van identificando su media punta, "a ver elévate, arriba, arriba quédate". Entonces ahí va desarrollándose esas capacidades ya de equilibrio ... ya con la marinera van entendiendo para que les sirve el pararse en puntas,

aprende a ser frontal, luego va a aprender a manejarse en sus laterales. Entonces, ese trabajo yo lo realizo en puntas de pies, luego acentuando el peso mayormente a la pierna de adelante, y equilibrándolo con la pierna de atrás. Siento que las distribuciones del peso del cuerpo, no sean ni tanto para adelante ni para atrás. O sea, que haya una correcta distribución de la proporcionalidad del peso del cuerpo. Ahora, eso dicho en palabras es una cosa y eso en la práctica es otra porque el bailarín si no tienes una preparación previa para inducirlo a distribuir su peso, no te va a resultar de un momento a otro".

E20: "Todo el ejercicio de la marinera Influye bastante en el tema del equilibrio puesto que el bailarín al desplazarse no sólo se tiene que desplazarse erguido, erguida mente, si no se tiene que desplazar con quiebre, sacando su cuerpo para un lado y para el otro para adelante y para atrás, entonces ese movimiento hace que el mismo cuerpo se genere el equilibrio para que no se pueda caer, así que de todas maneras la marinera contribuye bastante a su equilibrio dentro del desplazamiento".

E21: "Para poder lograr específicamente, desarrollar correctamente el equilibrio, hay muchos principios que el niño, adolescente, adulto, etcétera. debe identificar. Si esto se hace a temprana edad, va a ser más provechoso porque el cerebro del niño está en plena efervescencia, en crecimiento, entonces un conocimiento correctamente aprendido, en esa edad le va a servir para el resto de su vida. A diferencia del caso en el adulto mayor en donde el cerebro supuestamente está en una etapa de declive. Entonces, volviendo a lo que tú me estas preguntando, es importante poder tomar en cuenta correctamente, por ejemplo, en primer lugar, ¿Qué cosa es la línea corporal? Para que el niño sepa que cosa es lo que tiene, para poder manejar el equilibrio yo tengo que saber cuál es mi línea corporal y como debo mantenerla, punto número uno. Si yo no sé qué cosa es la línea corporal, si no se en que consiste mantenerme correctamente posicionado para bailar la marinera, o lo que quiera bailar, entonces difícilmente voy a poder pasar a otro concepto de equilibrio, por ejemplo. Segunda acción, reconocer que el cuerpo está dividido en dos partes. El área del lado derecho del cuerpo y el área del lado izquierdo. Y que ambas partes funcionan por igual. Deben funcionar en el caso de la acción motora, hablo del movimiento, y en este caso específicamente del movimiento dancístico. Los dos lados del cuerpo tienen la oportunidad o pueden ser usados exactamente de la misma

tú lo puedes dibujar. O sea, si yo te digo "haz un ocho", y tienes un niño que tiene 4 años, y todavía no tiene muy definido lo que es un ocho, te va a mirar. Tú le vas a decir "haz el ocho", el concepto ocho no existe en su cabeza. "hazme un círculo", ya, eso sí. Ya "haber hazme esto", o sea, de repente por imitación lo podrá hacer, pero no lo va a captar como ocho, va a depender mucho de la edad que tenga. Pero uno, si ya tiene el concepto y conoce la figura, la pueden hacer tanto en el espacio, como en el papel. Entonces, yo uno de los ejercicios que he jugado es que también lo he visto en otro tipo de actividades, y yo lo tome, y si bacán, funciona, es, por ejemplo, la introducción de una marinera, okey a jugar, que empiecen a visualizar los sonidos en gráficos, y entonces, así, de hecho, pues sí. Entonces, ok. Ahora lo hacemos en el piso, imaginen, dibujen".

poder levantar una sola rodilla y quedarse en un solo pie, entonces van encontrando esas herramientas y yo te digo a diferencia de un niño que practica marinera de uno que no, hay mucho. Hay mucha diferencia cuando tu llegas a un colegio a trabajar, y el chiquito que baila marinera ha desarrollado capacidades distintas. Entonces como te digo, la marinera es un baile muy completo, a través del cual se pueden lograr muchísimas cosas. Incluso como terapias mismas han servido de mucho. Hay muchos niños que tienen pie plano y han podido lograrlo. Justamente por la posición del pie, les comienza a formar el arco, y normal van con su proceso y lo logran".

E17: "Yo creo que con un simple lateral y suspensión constante y teniendo consciencia de poner el peso en el lugar adecuado, en el metatarso en los dedos, estar practicando sobre todo un ratito tus medias puntas, y colocarte y bajar y subir sin estar temblando encima sino pum, precisión centro, yo creo que el equilibrio depende mucho del centro, haría mucho trabajo del centro fortalecimiento del centro, el centro es del abdomen, los glúteos, las piernas, toda esa parte mientras más fuertes los

manera. De allí la importancia de hacer las dos cosas al mismo tiempo, estimular los dos hemisferios cerebrales, para poder lograr, ese es el segundo principio, para poder manejar el concepto del equilibrio. Porque sin esto es imposible llegar al equilibrio, porque tu cerebro no lo haz preparado para identificar que es el equilibrio y como lo vamos a manejar".

E23: "Desde ya, como ya te había dicho desde el calentamiento, no solamente es estirar, trabajar empinaciones o bajo estiramiento de piernas. Sino también empezar trotando, trotando, después trabajo va aumentando, la gradualidad, la intensidad. Doblando, doblar los dedos también. Y ahí algo importante de Gonzalo, que, por ejemplo, cuando trabajamos el zapateo de punta a punta, los profesores solamente le dicen ustedes tienen que doblar los dedos y el alumnilo dobla los dedos, hace lo que le indican, dobla todos los dedos. Y en el caso de las mujercitas, sobre todo a ellas, se forman solamente con esa costumbre de doblar los dedos y para ello ya están haciendo puntas. Pero sus puntas, como lo hacen como los dedos, son graduales, son más grandes o más pequeños. Al doblar los dedos, sus piernitas se le abren y quedan medio chiquitas, ¿verdad? Y ellas y hasta la actualidad vemos que a pesar damas que son campeonas hacen las puntas, así doblando todo, todos los dedos. Pero no, las puntas solamente deben ser con los tres primeros, el pulgar, el índice y el medio, de los pies, para que puedan tener un zapateo fino, tranquilo y sobretodo se vea pues un trabajo firme, elegante, como en este caso es la marinera".

E24: "Bueno. Yo creo, como te dije, también es un trabajo físico, Entonces, el hecho de que estén haciendo sus vueltas con los laterales, que son los básicos de la marinera, están desplazando en laterales ya estás fortaleciendo. Porque no te olvides que es un pie plano delante y otro atrás en punta. Entonces ahí estás, aprendiendo a tener equilibrio. Eso te va a ayudar a tener porque es fácil caminar con dos pies planos. Entonces ahí puedes manejar, puedes manejar el equilibrio en cierto modo, pero tener un pie plano adelante y una atrás en punta y avanzar con ritmo y avanzar con seguridad y avanzar pensando en que tiene que hacer una figura. Que te enseñen a fortalecer el movimiento. O sea, no es que es una vuelta por dar la vuelta. Es manejar un buen equilibrio, manejar, fortalecer. También te ayuda a fortalecer, porque tienes que hacer un trabajo también mental".

tengamos será más fácil dominar ese equilibrio, entonces creo que se podría trabajar el centro, también en el caso de utilizar pasos de marinera como las suspensiones y quedarte un momento ahí y saber colocar en el lugar indicado el peso y también con los zapateos, uf con los zapateos como tú bien comentas el cambio de peso rápido, constante, e incluso con un pie colocado y el otro zapateando y manteniéndote firme, eso ya te hace colocar cierta musculatura, que de repente uno va descubriendo solamente con la práctica, a veces ya es de repente difícil explicar porque todos tenemos distintas musculatura, entonces yo si me coloco de tal manera me funciona pero de repente a ti no, entonces con la práctica tú vas ajustando ciertas partes ciertos músculos, y vas encontrándole la forma en tu propio cuerpo, entonces con la práctica ya va saliendo, yo creo que es full práctica, fortalecimiento y consciencia".

Pregunta 4: ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted que los estudiantes puedan fortalecer el equilibrio ejecutando la marinera?

| Citas codificadas | | | |
|--------------------------|---|--|--|
| Subcategoría | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| EQUILIBRIO | <p>E4: "Didácticos. Bueno como te lo había comentado a través de ejercicios en la arena, a través de también dibujos ¿no?, los niños aprenden mucho viendo dibujos, más que contando 1 2 3, o de repente escribiendo planos en el suelo como la rayuela (no sé si todavía sabes, o tu generación sabe que es una rayuela) pero la rayuela, la liga, los saltos en trampolines todo eso".</p> <p>E7: "O sea, tienen que tener muy claro en qué momento, por ejemplo, me debo apoyar en mi pie derecho o en mi pie izquierdo, o en los dos pies juntos, mejor dicho, los dos juntos, ¿no?, en que momento debo pararme o incluso parame en un pie, "Pum" me paro en mi pie derecho, en mi pie izquierdo, en que momento. Entonces eso me ayuda a desarrollar mucho el equilibrio, desarrollan, técnicamente desarrollan su centro los chicos a pesar de la edad, lo llegan a desarrollar muy bien".</p> <p>E9: "Entonces en esta metodología de enseñanza podemos ver para en el caso del equilibrio, yo creo que lo principal es el uso de los hombros, por ejemplo, una de las técnicas que más uso es el uso de la pared, o sea, te agarras de la pared, te separas, te sigues agarrando de la pared, te separas hasta donde llegue, ahí, y levantas el pie derecho, y luego el pie izquierdo. Pie derecho, y luego el pie izquierdo. Entonces te estas sosteniendo de algo. Ahora, el segundo momento haz generado confianza en el que el entienda. A algunos niños les va a parecer muy pero recontra fácil, pero hay otros niños que no, porque tienen ese problema del reconocimiento corporal, o sea, no han trabajado ese momento del lateral, tanto derecha como izquierda. Entonces para un segundo momento nos vamos a sostener del mismo equilibrio, pero con un palo hacia adelante sin la pared, para que se haga lo mismo. Ahí estamos logrando ya una primera independencia, que es lo que necesitamos para que el chico pueda lograr el equilibrio".</p> <p>E10: "Puedo hasta trabajar con otra música a veces, con tal que los chicos se sientan en ritmo y se metan al tema. Pero siempre utilizo los pasos que te digo, de suspensión, voladas, ligas cuadrados, todo lo que sea suspensiones. A veces los hago correr a los chicos "chicos corran, suspensión" y los dejo hacia arriba, "el</p> | <p>E3: " Ahhh lo que te dije al inicio, haciendo trabajo de punta, los niños de primaria, sobre todo, por los chiquititos los bebitos, todos te caminan en punta, ellos no caminan en planta, mira un niño caminar recién cuando comienzan a caminar, te van a caminar en punta y mira el equilibrio que tienen, porque y porque dejan de tener ese equilibrio, cuando comienzan a caminar normal y cuando corren, míralos ah mira sus puntas, entonces es regresar a sus raíces, hazlo caminar en punta".</p> <p>E6: "Trabajo didáctico practico. ¿Qué trabajo didáctico para ejecutar el equilibrio?, bueno, por ejemplo, cómo te comenté, el equilibrio de estar en un pie, levantar la rodilla quien dura más, también carreras, corre por allá, corre corre, que es interesante, giros en un pie, también, a ver quién gira y cae, gira y cae en un pie, eso también, algunos no pueden girar, no pueden giras les cuesta el giro en un pie, entonces esos son algunos trabajos que yo hago. También es muy chistoso que yo hago a ver vamos a bailar con el techo, vamos a bailar con el techo, entonces agarran su pañuelo y se lo ponen en el techo, miren al techo y hagan laterales,</p> | <p>E1: "Si, suelo usar muchas historias que creo que es lo que los profesores normalmente ponen situaciones, suelo usar mucho las situaciones, mucho mucho la imaginación, por ejemplo, cuento historias, me pongo en situaciones, estábamos en la playa y de pronto empezó a quemar la arena y de pronto tengo que pararme en puntas y correr lo más rápido, pero eso sí, no vale apoyarme en la punta de los dedos chiquitos por que los dedos chiquitos se queman más rápido, en los dedos gorditos, a ver dedos gorditos o cantando o en juegos rítmicos, en percusión corporal que empiezo con las manos, empiezo con los brazos y cantándoles dándoles una rítmica empiezo a trabajar las , siempre trabajo mucho las media puntas y el control, y ahora aguanta, aprieta la cola, no? Aprieta la cola como si tuvieras o como si pasara una agujita o una hojita, entonces siempre las pongo o los pongo en situaciones"</p> <p>E2: "Yo por ejemplo hago mucho, como ya te lo mencioné, no un juego específico, a mí me gusta</p> |

que se cae muere" voy, los empujo, por el abdomen, claro, cuando era presencial. Ahora no se puede, pero les empujaba del abdomen y era un vacilón porque no los empujaba con intención de que se caigan; les empujaba con la intención de que sientan esto, y se vayan para atrás. Y ellos tiene que sentir la fuerza y tener... tu esperas el movimiento cuando estás haciendo, él tiene que esperar mi toque, entonces ¿Tu qué haces? "mmm" y ese juego es bien chévere porque corres, te cansas, y el cansancio te hace perder oxígeno. ¿Qué pasa cuando pierdes oxígeno y estas bailando? ¿Qué pasa? ¿ya zapateas igual? No zapateas igual, tus movimientos no son limpios, te vuelves torpe, quieres hacer una cosa, pero ya no sale como cuando estas fresh. Más en la segunda, en la final de la segunda sientes que la boca está seca".

E11: "Manteniéndolos en puntas que es lo que te decía hace un rato, manteniéndonos en puntas por varios minutos, el tema también de la falda, mantener la falda abierta todo el tiempo, dejarlo por varios minutos con la falda abierta, es algo que hemos trabajado mucho también, luego el trabajo de las tijeras, ayuda un montón porque te quedas son punta, entonces eso, las tijeras de ida y vuelta, el tema del picado, ayuda un montón porque estas en punta con los talones arriba, el tema del lateral, que si bien es cierto no es tan exigente como lo que te acabo de mencionar, el tema del lateral, hacer que hagan el lateral ida y vuelta, ida y vuelta, que no se sienta en el lateral que bajan el talón, porque esto es un tema importante de mencionar".

E12: "Definitivamente para mí lo que te da mayor potencia, fuerza, velocidad, resistencia y todo son los laterales, incluso un poco más que los zapateos, yo creo que manteniendo un buen lateral y trabajándolo como se debe en círculos, en ochos, en espacios grandes, en laterales largos, cortos, todo eso. Eso te ayuda un montón al equilibrio; el zapateo es como que el complemento no puede haber uno sin el otro, no puedes trabajar sólo zapateo y descuidar el desplazamiento, no puedes trabajar sólo el desplazamiento y descuidar el zapateo. El lateral limpio, puro te ayuda al fortalecimiento y obviamente te genera un mayor equilibrio, y el zapateo lo que para mí como el que te lo pone a prueba, ¿por qué? Porque ya te desplazas haciendo movimientos más fuertes y complicados, pero para que los hagas ya has tenido que tener una muy buena base de desplazamiento. Entonces yo creo que mira, si tú me dices cómo

hay se mueren (ahhhhgg y comienzan a gritar) y no vale que se toquen porque si no pierden, o si no le pongo conos y que hagan círculo y el que toca el cono ya. Entonces están así, cuando miras al techo y haces el lateral, te sientes diferente, son varias cosas que uno se inventa en el proceso que uno va enseñando, tengo que aprender más".

E13: "Trabajos didácticos para el equilibrio, podría ser, bueno, lo que yo he utilizado, yo he usado materiales como conos, círculos, y lo que les podría ayudar de repente que también lo he hecho en ocasiones es que ellos como todavía no tienen un control de pie con el tronco, que se pongan un palito atrás los ayuda, poco tiempo porque después le duele los brazos, es un ratito es un instante, porque también no vas a sostener al niño todo el tiempo con el palo, lo incomodas. Ahora también hay también unos correctores de postura que lo van a ayudar un instante nada más, y los materiales como te comenté, conos y círculos, eso es importante, el ula ula, y ese tipo de cosas. Ahora hay como unos, bueno, ahora hay de todo, hay como unos ladrillitos de plástico que se usa para que el niño suba o baje, para que zapatee, como unos steps chiquitos, esos podrían ser los

trabajar un aspecto más libre, con premisas; lanzando premisas. "vamos a ir al cuadrado, cada uno busca un cuadrado y se para en un pie", "y nos paramos solamente en el talón", "y nos paramos solamente en la punta", o quizás un salto, que se yo, sobre todo los niños más pequeños y yo lo he ido notando, viendo desde inicial hasta los más grandecitos, es como que les cuesta más a los chiquititos, pero conforme ya van creciendo se va notando que su cuerpo está más fuerte. Lo asocio a estos momentos de las suspensiones, si llevamos a la técnica de la marinera al momento de hacer "los barquitos", eso que "1,2,3 1,2,3 y ya todos", entonces así "y una vez más, nos paramos en la puntita y nos quedamos ahí", "quien se queda, quien se queda", "y quien sostiene más", "y quien se cayó". Ese tipo, ahí es donde yo más encuentro donde se notaría más el uso o el trabajo del equilibrio. En esa parte de la técnica; en las suspensiones. Claro, y ahorita me he puesto a pensar, por ejemplo, cuando hacemos el cuadrado o el rombo, en que tu

podrías trabajarlo con un grupo de niños que nunca han bailado, pues entonces les enseño solamente laterales y zapateos básicos y eso les va a ayudar un montón en su psicomotricidad".

E15: "Si a los niños como jugando les pones pequeños steps, y le haces la saltadita de y abajo y juntas, puedes jugar "a mar y tierra". Si son más chiquitos. Entonces esa subida y bajada, al momento de estar apoyando y subiendo, los niños están fortaleciendo. Los pequeños saltitos, tu les dices "saltitos, saltitos" al momento de trabajar los saltitos, todo tu centro está trabajando. Cuando haces con los niños las suspensiones arriba, ya estás trabajando el centro. Tienes que trabajar con tobillos juntos para que no se vaya, "aguanta una puntita". Yo hago ahora con "punta, taco, piso" – CANTANDO-. Todo lo que hago en plano, lo hago en puntas (refiriéndose a la planta de los pies). Entonces trabajas tu centro, trabajas tu zapateo, y estas haciendo una fusión de ejercicios de ballet con marinera".

E16: "Ya, yo creo por ejemplo que todo va de la mano con un trabajo rítmico, mucho, por ejemplo, lo que se trabaja mucho en Linaje Peruano son los circuitos en donde el niño "lateraliza" pero tiene diferentes objetivos, diferentes obstáculos. Entonces el niño aparte de reconocer sus movimientos o sus desplazamientos, derecha, izquierda, atrás, adelante, se dan cuenta también de las facultades que puede tener el, o a veces no reconocía lo que podía hacer, y se da cuenta que hay movimientos que no los tiene dentro de su chip, y se da cuenta, que, por ejemplo, el retroceso, el retroceso normalmente hasta una persona adulta no lo tiene así nomás cuadrulado. Entonces, es un trabajo bastante de circuito en el caso mío, aquí habilitamos mucho el tema de los circuitos, habilitamos también el tema de que los niños puedan tener obstáculos y el tema rítmico. El tema rítmico es importantísimo para que el niño sienta las velocidades, los cambios de pulso, se le acostumbra mucho a que trabaje con otros géneros musicales, también para que se vaya familiarizando con sus movimientos y lo vaya incorporando también, y es una forma diferente de poder asimilar el paso".

E18: "Ya, en el caso de los niños, definitivamente usar objetos los cuales, el menor, el niño pueda identificar el espacio de baile, el espacio donde va a ejecutar el baile, y para que reconozca las distintas figuras y formas

materiales para ayudar y hoy en día hay un montón, ahora hay más, hay infinidad de, hay un montón".

E14: "Yo los llevaría al mar a trabajar dentro del agua dos veces, claro en una piscina la arena, la arena es maravillosa. Es maravillosa, por cuanto te da, le da al pie de una, como puedo decirlo, un espacio, una textura inestable, una textura inestable que obliga a todas las articulaciones del tobillo enlazan la pierna con el pie a utilizar todas las posibilidades biomecánicas, no circuiducción, abducción, flexión, rotación para adecuar el pie a cada paso y no caerse. Por un lado, el agua lo que hace es este hacerme entender esta lógica del de la densidad porque hay que enfatizar las calidades de movimiento, hay que poner más tono muscular a cada acción. Y definitivamente

cuando estoy en el mar, más aún cuando la corriente te dirige hacia otro lado, tú debes disponer siempre en complicidad con tu centro. Y en el caso de la arena, el pie básicamente que es como la parte del cuerpo más, vamos a decir, es como la vedette, ¿no?, de mi cuerpo jajá. Claro, el pie es como el del alma, ¿no? Es más, muchas tomas son interesante. Muchas tomas de marinera que se hacen con el pie, que se hacen

utilizas esto para desplazarte y en una determinada esquina tienes que girar, entonces ahí es como que es un siguiente nivel y ya lo vas como que clasificando.

Como un nivel desbloqueado".

E5: "Es más, los niños, la didáctica corporal es uno de los métodos que yo uso realmente es el juego, dentro de todo tú sabes que los niños usan mucho el método o todos los maestros espero, usen mucho el método del juego para poder incentivar motivar y ganar esos movimientos, o la necesidad en este caso de poder ejercitar el equilibrio con algún juego corporal, por ejemplo, es más pues asemejar muchas veces a los animales. Entonces mediante el juego vas a ir incorporando dentro de todo este contexto la dificultad que se necesita el bailarín porque obviamente que un niño de 6 con un niño de 11 no es igual corporalmente no es igual motrizmente no es igual psicológicamente entonces obviamente ya vas ejecutando diferentes cosas".

E8: "Bueno, trabajos didácticos infinidad, los que yo he planteado en algún momento para enseñar la marinera, ha sido

geográficas digamos, en que tiene que desarrollar su baile. Luego también, reconocer definitivamente el centro y los extremos, los puntos centrales y los puntos extremos del espacio donde va a bailar, para que él pueda guiarse, costado derecho, costado izquierdo, en círculo, círculo a la derecha, círculo a la izquierda, pero en función siempre a esas ubicaciones, por ejemplo, en función siempre al centro. Pienso yo que para que primero dominen su propia área de trabajo, tienen que trabajar el equilibrio y el equilibrio va con lo dicho anteriormente, en que hay que reforzar siempre la pisada de los niños, hacerles ver que cada piecito tiene una función, para que pueda ejecutar bien sus pasos básicos del baile".

E19: "Mira, por ejemplo, el trabajo de levantar un palito, una varita. Cuando tu levantas un palito, vas a procurar que tu cuerpo este arriba lo mas del tiempo posible. En esa posición ejecutar los pasos de la marinera, te va a lograr un equilibrio. Al comienzo va a parecer forzado. Al comienzo el bailarín no puede porque, porque la distribución de su peso está en juego. Pero si se logra. No solamente el equilibrio, sino también logras fuerza en las piernas. Logras también trabajar la verticalidad de tu cuerpo y eso te da equilibrio. Tanto con el palito arriba, como el palito en horizontal. El palito en horizontal tal como caminar en la cuerda floja, te da el conseguir el equilibrio. Creo que son los métodos más didácticos para los niños esa edad. Yo también he visto otros que ponen peso en los brazos, pero no lo considero prudente. Sobre todo, porque el equilibrio es algo para aprender, no lo puedes exigir. Más bien a alguien con equilibrio, ya le podrías subir la baya en el entrenamiento".

E20: "Hay ejercicios que se pueden hacer no necesariamente con paso y figuras de marinera, sino también ocasionando que el cuerpo del bailarín salga de un lado para el otro, puede ser agarrando un palo un instrumento o el mismo pañuelo. Y haciendo que el bailarín vaya quebrando en diferentes posiciones manteniendo siempre la cadera erguida para que le dé estabilidad y el cuerpo se vaya acostumbrado poco a poco a encontrar su propio equilibrio".

E21: "Una de las primeras cosas que aprendí en la escuela, una de las que se me quedo grabado porque era algo muy sencillo, interesante y divertido, fue descubrir el uso, el manejo del pulso musical, del acento musical y del ritmo musical. Mira, algo que absolutamente todo el mundo puede

con lo que hacen los pies de los bailarines terminan siendo tan interesantes como estar viendo todo el cuerpo o toda la marinera".

E22: "Bueno, de hecho, puedes usar elementos como pañuelo, sombrero; en algunos momentos no sé, dependiendo. En el caso de las mujeres, es la falda. Si te pones a pensar, porque cuando no tienen dominio de peso, en manejo, pues, tú vas a ver vueltas raras, porque todavía no hay un dominio de equilibrio. Es como cuando ustedes bailaban en sus talleres de danza, y les daban prendas con las que nunca han bailado, y que se tenían que acondicionar tres minutos o cuatro y se sentían raros al comienzo, hasta que salen al escenario y bueno, ya lo que salga. Pero ahí la práctica los lleva a que a algunos se les vea muy bien, y a otros se les vea una marmota bailando, pero tiene que ver con equilibrio. Sorry por los adjetivos. Pero de cierta manera, la indumentaria también es un elemento que ayuda con el equilibrio. En el caso de los varones, el poncho. Luego, como lo llevas, sino hay un manejo porque tu pones los brazos, de cierta manera porque hay un peso, para contrarrestar lo otro. Y por eso es que tu jalas acá, te estiras acá, levantas, te inclinas, porque quieres que

siempre el trabajo en parejas o de manera en conjunto también, por ejemplo, primero el método de poder encontrar el pulso en el baile, simplemente desplazándose en el espacio, porque desarrollar el ritmo de la marinera en los chicos, es muy importante porque sobre eso se baila. Nosotros sabemos que durante el baile proponemos algunas figuras de acompañamiento, propones algunas figuras en las cuales es muy importante conocer también el peso del cuerpo del compañero, para que no sea un choque, para que no sea un golpe, sino entonces para equilibrar precisamente. Entonces, eso también me ha funcionado para que ellos puedan de alguna manera involucrarse con, sabemos que este es un baile de pareja, entonces es muy importante el conocer, tener la predisposición para involucrarse con otro cuerpo, porque no eres solamente tú. Sino baila solo ¿no? Entonces, yo creo que ese tipo de estrategias me han funcionado, me han servido para lograr la comunicación y también ellos puedan conocer un poquito más del equilibrio, porque no solamente es el equilibrio propio, sino el equilibrio

hacer, vuelvo a repetir, si es que quien está al frente, tiene la capacidad de poder capturar y desarrollar una estrategia metodológica que permita lograr, que todo el mundo pueda en primer lugar identificar. Seguir el pulso musical es algo que es bastante sencillo, excepto que tengas el problema de ser un poquito desorejado, pero el tema del reconocimiento del pulso musical es muy sencillo. Si reconoces el pulso musical, entonces y lo practicas un poco, y reconoces el pulso musical, acá viene otra vez el tema de que yo puedo usar el pulso con el lado derecho del cuerpo, y puedo usar el pulso con el lado izquierdo del cuerpo, entonces, ahí estoy potenciando la lateralidad, estoy potenciando el equilibrio, pero comienzo trabajando como una estrategia metodológica, el pulso musical. Yo puedo llevar el pulso musical con mi cabeza, puedo llevar el pulso musical con mi hombro derecho, con mi hombro izquierdo, con mi cadera derecha, con mi cadera izquierda, con mi rodilla; es decir, el pulso musical yo lo puedo percibir con muchas partes de mi cuerpo".

E23: "Insisto, insisto, desde calentamiento es el calentamiento, lo marca todo estimado. Bueno, empezar con empinaciones con todo y los brazos, los dedos de las manos también totalmente estirada, ¿no? Les propongo un reto a ver quién llega al techo, como son niñitos. A ver quién llega al techo. Nos estiramos bastante, después para para no cansar el tendón o no forzar mucho más, bajo los brazos y trabajo ahora con talones retrocediendo, talones, retrocediendo después otra vez. Los brazos están relajados, mientras los talones. Después otra vez en empinaciones hacia arriba. Ya de una vez que están acostumbrados ahora a trabajar niveles, nivel 1 abajo flexionado, flexionando rodillas. En este caso a ver bajaríamos abajo nivel 1, nivel 2 y nivel 3. Y así vamos caminando en empinación nivel 1, nivel 2, Nivel 3. ¿Se cansaron? otra vez a retroceder con talones. Y esto y eso a ritmo, a ritmo de la música que estoy haciendo. Si es música clásica, Tranquilo, estoy trabajando Pausiñas a ritmo de Pausiño ¿verdad?".

E24: "Bueno, de acuerdo a mi experiencia, primeramente, estar parado en el sitio y levantar las dos puntas y bajarlas porque mira, párate en punta con los dos pies, todavía es difícil que vaya manteniendo el equilibrio, entonces el trabajo de puntas y bajas, subes a lado puntas y bajas.

el poncho vaya de cierta manera, por eso no todos pueden usar un poncho suelto, porque no saben llevarlo. Y algunos se lo engrapan, ¿sí o no? Ese es equilibrio, manejo de equilibrio. Pero para mejorar el equilibrio, yo te diría pues, prendas de la vestimenta, básicamente, porque tanto el hombre como la mujer, pueden bailarte muy bien sin vestimenta. Ponles la ropa, fueron. Ahora, por ejemplo, uno de los cambios de indumentaria, por decir, una chica que está acostumbrada a bailar con falda huanchaquera, le pones el anaco, se aplasto. Ídem, al revés, porque la huanchaquera tiene un estilo, un desplazamiento más lento para que la falda pueda abrirse, y lograr el objetivo que se plantea con esa ropa. En cambio, el anaco que busca, velocidad, y movimiento de pies, porque es lo que más se luce. Entonces, las dos estrellas si no saben manejar, por eso tienen que ver con que, con equilibrio. O sea, la destreza que logran, está asociada al manejo corporal. Ya, eso lo dice el pueblo, ya, si quieres, pero no, o sea, si lo analizamos nosotros, tiene que ver con que hay un manejo motor, y ese manejo motor está vinculado con el equilibrio. En el caso de los varones, es igual. El ejemplo que habíamos tomado, uno que baile

de ambos, como pareja".

E17: "Bueno yo he trabajado de repente con los chicos, para trabajar por ejemplo en los laterales, a veces no sale no, pero como te comentaba la práctica y el repetirlo una y otra vez es la clave, para que cada uno vaya acomodando el cuerpo y la musculatura que tiene y les pueda salir naturalmente, entonces para que no se aburran y solamente hagan laterales y solo estén dando vueltas y vueltas, hacemos carreras o chapadas pero con los laterales, vamos a jugar a las chapadas pero todo no vas a correr no vas a caminar, todo con el lateral derecho y paaaaa pones música, eh hecho ese tipo de trabajos y los niños se divierten, trabajan lo que se necesita en ese momento y lo hacen constantemente y pueden hacerlo, no se cansan ah, pueden hacerlo mucho rato cambiando de pie, cambiando ya con el pie izquierdo, y seguimos jugando a las chapadas. También he trabajado en carreras, de cono a cono como una especie de competencia, también he trabajado en equipos, a ver quién lo hace más rápido el equipo fresita o el equipo

Ahí vas fortaleciendo los pies. Vas preparando los pies para que vayan trabajando en lateral y el ir avanzando en lateralidad ir avanzando en círculos con los dos pies en punta. Ahí vas ya agarrando equilibrio. Después pararte en un solo pie y levantar el otro hacia arriba. Hay también vas fortaleciendo ya el equilibrio. Porque eso sí, pararte en un solo pie no es fácil, para muchas personas y más aún para los que están comenzando. Para los que en ese momento ese movimiento va a ser nuevo. Porque todo lo nuevo que le podamos dar al cuerpo en sí no es fácil. Entonces yo creo que es la mejor forma de ir preparando a la persona que va a ir aprendiendo, para que puedas tener equilibrio, primero prepararla para el equilibrio".

mochero, tiene un equilibrio dinámico porque se va de un lado a otro en los varones, inclusive juega mucho. En cambio, un trujillano... y de ahí no lo saca. Pero tiende a bailar hacia arriba, o sea como que lo jala. Entonces, utiliza muchos equilibrios estáticos. En cambio, el huanchaquero, utiliza equilibrios dinámicos. Y los dos utilizan prendas, pero son equilibrios diferentes".

naranjita, bueno con los niños hay que inventar mil formas de enseñar sobre todo dinámicas, lúdicas para que sientan que es un juego y puedan encontrarle lo bonito a la marinera norteña".

Pregunta 5: ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera para el fortalecimiento de la lateralidad en la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario?

| Citas codificadas | | | |
|-------------------|---|--|--|
| Subcategoría | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| LATERALIDAD | <p>E4: "Ya bueno, algo te había comentado de los hemisferios cerebrales, cuando tu desarrollas movimientos, de la mano izquierda pues estas fortaleciendo este hemisferio y cuando desarrollas movimientos con la mano derecha fortaleces el otro hemisferio".</p> <p>E7: "Ya, mira, vamos a partir del concepto, si bien es cierto, justo antes de la entrevista te mencionaba, como la marinera nos ayuda a desarrollar los hemisferios en el cerebro, mientras el izquierdo es la parte creativa y el derecho es la parte una poco más cuadrículada o te enseñan a hacer las cosas así, se desarrollan las cosas, es algo que también es maravilloso de la marinera".</p> <p>E9: "La marinera utiliza muchas partes del cuerpo que creo que lo más quieto que podría ser, vendría a ser en el caso del varón, al momento de utilizar la mano izquierda apoyada en la cintura, o dentro del bolsillo, si es que se está trabajando. Vendría a ser el momento más quieto, pero en el caso de la mujer, es absolutamente completo, porque utiliza apertura de falda izquierda, pañuelo, entonces va utilizando falda, pañuelo, entonces, es muy completo. Entonces la marinera influye mucho en la lateralidad en los niños, el proceso de</p> | <p>E3: "Como te venía diciendo yo creo que el niño cuando recién comienza a descubrir el ambiente donde lo rodea ese niño si, va descubriendo y va conociendo que hay una delante hay un atrás, que hay una derecha, que hay una izquierda, pero que no lo conoce, tan formalmente no, sabe que si él va hacia adelante va a poder alcanzar algo que está allá, pero él no podría retroceder, porque si no se aleja entonces ese tipo de motivaciones va ayudar a que el niño, vaya a , los bebidos estoy hablando de los bebidos, ese tipo de motivaciones</p> | <p>E1: "Uf, un montón. EL hecho de que reconozcan, su lado derecho, su lado izquierdo, para dónde van. Muchos bailarines que de repente no han tenido este tipo de aprendizaje donde el profesor estaba "a tu derecha, a tu derecha, a tu izquierda, muévete para tal costado", y tienen ese problema, le dicen "dislexia", me parece si no, creo que estoy bien. "Soy disléxico" siempre bailarines que he escuchado, es que tengo problemas, y ahora con la virtualidad, peor. O sea, ven la pantalla y se están yendo para el otro lado y ha sido muy difícil poder adaptarse a esto. Para los niños el hecho de poder</p> |

aprendizaje de la marinera...Entonces, La marinera de hecho, es una de las herramientas o una de las danzas, uno de los bailes más completos para poder enseñar una lateralidad o para poder practicar, o para poder poner en práctica los procesos de lateralidad".

E10: "De la misma forma que la primera, los niños nacen con habilidades algunos más que otros, a mí me pones a dibujar y mejor dibuja mi hijo. Yo nací para bailar, y mira, es que la verdad, mi facilidad con el baile es notable y de chibolo, de chibolito me hacían bailar bailes peruanos como polka y cosas así, iba adelante, parchís jajajajajaj. Bueno la cosa es que yo creo que vas descubriendo habilidades, en algunos, y en otros vas a estimular o a fortalecer esa psicomotricidad definitivamente, es importantísimo. Es muy importante".

E11: "Un montón, la lateralidad es algo que, creo que no sé si existe otra danza que desarrolle tanto porque nosotros en realidad vamos hacia la izquierda y hacia la derecha. Y encima con el lateral, el pie izquierdo con el pie derecho, o sea te vas a la derecha y pones el izquierdo adelante y el derecho atrás; cuando retornas, inviertes el pie. Pero sin embargo en las vueltas, pones el derecho adelante y el izquierdo atrás; entonces en realidad, es un pan con mango, y entonces el niño se guía mirando".

E12: "La verdad que es básico, no solamente para los que bailan sino para cualquier otro niño que en verdad desee por ahí, no sé pues jugar fútbol, jugar básquet, de repente hacer danzas o simplemente hasta pintar. El hecho de mantener un buen dominio de cuerpo hace de que en verdad tus movimientos sean mucho más limpios y definidos; si tú me dices cómo influye la lateralidad en un niño, yo creo que, desde el juego, desde el juego tú ves qué niños tiene un buen dominio del cuerpo y, es más, cuando un niño no tiene un buen dominio de cuerpo, los niños son crueles se burlan de los otros niños, entonces porque no tú no puedes, tú no sabes, tú no haces. Entonces qué pasa que la marinera norteña pues quieras o no hace que los chicos pues tengan un dominio de cuerpo muy bueno y hasta muchas veces superior a los que hacen algún deporte, obviamente el niño no hace un deporte de manera profesional, pero si tú comparas los ensayos de un chico de marinera, como en la escuela de fútbol que recién le están enseñando, son totalmente distintos, al de marinera le exigen más cuando tiene 5 años que un niño que recién está jugando fútbol a

va ayudar al que el niño vaya describiendo que si yo quiero ir donde mi mama que está al frente voy a ir hacia adelante, pero si me retrocedo me estoy alejando de mi mamá, entonces muy poco desarrollamos las lateralidades cuando somos niñitos porque, porque no tenemos la necesidad de ir hacia los costados, entonces nos quedamos con eso de solo ir adelante y atrás, entonces la lateralidad es muy importante, porque desarrollamos , para mí es muy importante que desarrollemos esto, ambos no solamente uno, la parte emocional no sé cuál de las dos es y la parte racional , ambos tienen que estar unidos, para que puedan podamos no solo seres humanos resolutos, para que podamos ser unos seres humanos bien".

E6: "¡Uff!, No sabes cuánto ayuda, no solamente en la marinera sino todas las danzas, cuando ya llegas a primer grado, y te dices ya "vas a trabajar con primer grado (dices hay dios mío)" ni la profesora ni va a lograr lo que tu lograras con la danza, ni la profesora de primero, la tutora no. Ellos ya terminan la danza

usar, y sí creo que a todos los profesores nos funciona en el tema de los lados, el ponerse cintas en las manos, colores en las manos, utilizar los conos, creo que la marinera nos ayuda un montón. Yo al menos siento que he logrado todo, siento que he logrado la primera gran parte en los niños cuando les enseñé a hacer una vuelta y una contra vuelta. Cuando reconocen qué pie tienen que poner para hacer una vuelta, y una contra vuelta –que tienen que cambiar de pie– yo siento que ya, ya estamos. El ocho me va a salir mucho mejor y los cambios de pies para el lado que te vas, vas a entenderme mejor. Entonces, empiezas con tu vuelta y si tu pañuelo te jala para acá, entonces el niño ya reconoce que tiene que poner el pie izquierdo y cambia de pie, la transición entre los pies, que bueno, se enseña más adelante, pero considero que desde que ya reconocen los cambios de pies, en vueltas y contra vueltas, se me hace más fácil o a ellos se les hace mucho más fácil tener la consciencia de que tienen que cambiar solos el pie y sentirse cómodos cada vez que se van a la derecha y es lo que siempre repito "cuando me voy a la derecha, pongo el pie derecho; cuando me voy a la izquierda, pongo el pie izquierdo". Lo repito 50 veces y lo

los 5 años porque dicen no recién está entrando. Los niños que bailan marinera pues veo que su psicomotricidad es mucho mejor muchas veces, y te dominan tanto la parte derecha como izquierda porque los pasos se hacen por derecha y por izquierda; al que juega fútbol le dicen, tú que eres diestro ya juega todo por derecha, pero muy poco les enseñan que también tiene que utilizar la parte izquierda. Entonces yo creo que los chicos que bailan si tienen un mejor dominio no solamente de su mano diestra si son diestros sino de ambos lados".

E15: "Es que eso también viene del problema que estamos hablando de que no se trabaja realmente de una forma, porque si vemos una tendencia en los últimos años, si vemos un bailarín vas a ver que siempre va para la derecha, derecha, derecha. Tú le pides un paso al 80% de bailarines, o te dicen zapateo cruzado a la derecha y luego te dicen para la izquierda, y no tiene control para nada para la izquierda, entonces tienen un problema. Porque realmente los ejercicios deberían ser tanto para la derecha como la izquierda. Los hombres manejan el pañuelo perfecto, el sombrero, la mano izquierda parece como que les estuvieran poniendo un yeso, se quedan pegados ahí o la mano ahí. No tienen la misma musicalidad o cuando el sombrero también puedes usarlo usando la muñeca lo mismo el mismo movimiento. Entonces todos los movimientos que haces para un lado, tienes que hacerlo para el otro lado. Entonces yo creo que si es importante si está bien, si puede ayudar, si puede aportar si es que realmente planteas la clase para ambos lados".

E16: "Entonces, la marinera en cuanto al fortalecimiento de la lateralidad, para los niños, es un baile preciso para el fortalecimiento de este aspecto, porque en la marinera tu trabajas mucho lateral, trabajas mucho movimiento hacia los lados, trabajas mucho la simetría también, trabajas mucho ya sabemos que la parte psicológica y todo el tema emotivo, pero yo siento que tu mente siempre está conectado a los movimientos, y tienes que ir pensando básicamente hacia donde lateralizas, hacia donde te diriges, hacia donde retrocedes, hacia donde subes, bajas. Entonces, desde temprana edad el niño cuando empieza a bailar marinera, ya se familiariza con la lateralización. Este baile es muy lateralizado, es un baile de desplazamiento, es un baile que trabajas mucho espacio, los giros,

ellos ya saben derecha a izquierda, vuelta a la derecha vuelta a la izquierda, porque con la música ellos han aprendido, entiendes, eso fortalece y creo que les ahorra trabajo a las profesoras de primaria, una profesora de danza te ahorra un trabajo enorme (sisisis llévatelos, que aprendan contigo). Porque ya uno dice ya, en el pañuelo, el pañuelo lo vas agarrar con la derecha y la falda con la izquierda o el sombrero con la izquierda.

Entonces ya saben ya, vas a la derecha tu pañuelo vas a la izquierda tu falda o tu sombrero, o simplemente tu codo, y con eso se maneja bastante no. Entonces cual es la derecha, ponen su pañuelo y se van, donde está la izquierda, se fijan y se van, se van yendo, y ya, vuelta a la derecha a tu pañuelo y vuelta a la izquierda al lado de tu sombrero o tu codo, tu falda. Ahora a veces si es importante porque a los niños por más de que les digas, no se ubican, a veces tú tienes que moverlos, mira esta es izquierda, incluso en la marinera hay varios pasos que se comienza con la derecha o se comienza por la izquierda, girando a la izquierda para

sigo repitiendo hasta que ellos mismos se sientan cómodos y los jale el pie".

E2: "Totalmente porque se trabaja mucho esa distinción de ir hacia la derecha y de ahí hacia la izquierda no es algo de un solo avance nada más. Tiene esa diferencia; el mismo hecho de que en una mano llevas un elemento y en la otra mano otro elemento, es como que esta es la mano del pañuelo y esta es la mano de la falda. Esta es la mano del pañuelo y esta es la mano del sombrero, pero el sombrero puede ir en ambas manos, entonces es el pretexto para poder trabajarlo. Sí, porque sirve de ayuda; tú puedes estas sin elementos y es como que "derecha" y no sabe cuál es la derecha. Si estas con el pañuelo, "ah ya, vamos a ir por el lado del pañuelo, que es el lado derecho", y se van por el lado del pañuelo. Los ayuda a ubicarse".

E5: "Ahora este proceso de aprendizaje se va desarrollando de alguna u otra forma. Por ese dominio primero corporal porque hasta para hacer un lateral tienes que saber cómo definirlo, cómo poner el pie como pararte bien y dentro de todo ese contexto te vas hasta la derecha y ahora lo mismo lo haces a la izquierda, pero los chicos que ya saben, "no profe no derecha nomás" y derecha nomás" y

etcétera. Entonces, creería que la marinera es un baile no puedo decir único, pero es uno de los principales con los que el niño podría fortalecer esas habilidades".

E18: "La lateralidad es un concepto un poquito más específico, bueno, digamos, por ejemplo, el que es diestro a veces no puede escribir con la izquierda, bueno, no todos, algunos si pueden, por ejemplo, el diestro no puedo escribir con la izquierda y el zurdo no puede escribir con la derecha ¿no? y viceversa. Entonces eso podría ser un buen ejemplo de lateralidad en el baile, porque de hecho hace que trabajen nuestros dos hemisferios del cerebro. Para que no solamente nos basemos en lo que estamos acostumbrados a hacer, me paro de la mesa y me retiro hacia la derecha o, por ejemplo, en el caso del baile siempre estoy acostumbrado a salir por derecha, en esta figura tal, pero nunca he salido por la izquierda. Entonces también es recomendable que trabajen ambos lados, para que no solamente dominen la coreografía, en el caso de la marinera, o en las figuras, para no solamente dominen las figuras, sino también trabajen ambos hemisferios del cerebro para que pueda dominar su lateralidad".

E19: "Mira, si influye. Cuando recibimos a chicos en la academia, la gran mayoría no conoce su lado derecho e izquierdo. O sea, si saben que tienen una mano derecha e izquierda, pero ir hacia esos lados, no todos tienen esa facilidad. Algunos entrenadas, algunos de manera natural, entonces yo sí creo que el trabajo del baile de la marinera si refuerza la lateralidad porque de manera inconsciente en la práctica del baile, pues lo refuerza, y te ayuda rápido a ir a los lados, te ayuda rápido. En esta pandemia por ejemplo que tenemos de dar las clases, vía online. El tema de que tu estas con la mano derecha y aparece con la mano izquierda, la lateralidad ha sido el primer problema en esta situación de las clases. Porque escogías a bailarinas que ya estaban en la academia, que no lo tenían claro. Incluso los profesores. Yo he conversado con varios profesores, no se puede dar clases por zoom porque yo levanto la derecha y el levanta la izquierda, imagínate, entonces si es un tema que se puede lograr a nivel virtual y a nivel presencial. Si refuerza la lateralidad de la marinera, es importante. Si te enseña y tú puedes resolver tus cosas".

E20: "La marinera influye la lateralidad del cuerpo porque es un baile en el cual

irte a tu derecha, por ejemplo en la vuelta final no, en la vuelta final tú tienes que girar para la izquierda para ir a tu derecha y dar la vuelta, entonces se les hace varios métodos siempre con mucha imaginación para que los niños lo hagan rápido y lo puedan entender, si de todas maneras fortalece. De todas maneras, a la derecha – izquierda".

E13: "Si, influye bastante porque ya todos sabemos que la lateralidad es el dominio de ambos lados, derecha e izquierda y en la marinera se usa los dos lados. Entonces, si influye, influye bastante, porque el pañuelo, por ejemplo, se lleva en la mano derecha. Y no sé si te ha pasado, a mí se me ha pasado cuando tenía niños, "ahora me voy a ir a la izquierda" y ellos cambian el pañuelo a la otra mano. Entonces, como que ahí al comienzo no asocian, dicen "Que. Como..." ellos dicen, ¿Porque solo voy a cambiar el pie y no voy a cambiar la mano?, entonces ahí un poquito, que se bloquean un poco. Pero si definitivamente influye bastante trabaja ambos lados, derecha e izquierda".

E14: "Que es básico. Los elementos aquí

siempre, discúlpame que te diga siempre es el mismo error, siempre es el mismo error, la fuga es por la derecha y ¿por qué no lo haces para la izquierda? "No porque no puedo levantar el sombrero, pero el pañuelo sí", entonces me entiendes, hay muchos contextos. Ahora como te digo la lateralidad se va a desarrollando en este contexto, Como creo yo que el factor más importante del desarrollo es la repetición entonces dentro de todo este contexto, la repetición de la lateralidad para todos los maestros tiene que ser muy simétrico tanto para la derecha o para la izquierda. ahora, tiene que ser muy simétrico, tanto a la derecha como ala izquierda, ahora discúlpame como era tu pregunta en concreto por favor".

E8: "Influye muchísimo. Para empezar, su mismo nombre lo dice, la lateralidad. Nosotros en la marinera pues tenemos este paso, es uno de los pasos básicos, y lo primero que te enseñan es a hacer los laterales, que es tanto ahí como para tu derecha, y para tu izquierda y tenemos como herramienta, nosotros como maestros, tenemos la herramienta del pañuelo que es primordial y nos ayuda mucho para que el niño pueda identificar cuál es su derecha y cuál es su izquierda, porque tú le dices. "El pañuelo tú te lo vas a llevar

se tiene que ejecutar en algunos pasos más con la derecha y en otros pasos con la izquierda, por ejemplo, el pañuelo todos los bailarines lo llevan a la derecha y va hacia arriba, entonces va inclinando el cuerpo tirando sobre la derecha, en el caso de los varones por ejemplo, el sombrero se va a la derecha pero también se va a la izquierda entonces trabajan ambos lados, en el caso de la falda de la mujer se agarra con el brazo izquierdo, es lo que prima, pero, también se puede agarrar, también con ambos brazos, pero más apuntando hacia la izquierda, entonces de alguna manera se está trabajando ambas partes de diferente manera".

E21: "Inobjetablemente es muy importante y es muy valioso el estímulo correcto de la lateralidad. Te lo vuelvo a repetir, porque ya te lo mencioné, anteriormente, de que el principio de la lateralidad es algo que yo aplico, y lo repito muchas veces a quien enseño a bailar marinera; el principio de la lateralidad ¿para qué estamos usando los dos hemisferios cerebrales?, como es que se refleja en el trabajo corporal, el uso de los dos hemisferios cerebrales, siempre se los estoy recordando a la persona que está aprendiendo marinera, siempre le estoy recordando que cosa es la lateralidad. Algo que, vuelvo a repetirte, El 90% de los que enseñan marinera no hace, porque solo usan el desplazamiento que el lado derecho, con el pie derecho. El lado izquierdo es prácticamente nulo, o inexistente. Entonces, en el caso de la educación primaria, sin duda alguna que la estimulación correcta de los dos hemisferios cerebrales, a través, hay una serie de estrategias metodológicas que uno puede hacer para desarrollar y que sean divertidas. O sea, no necesariamente puedo comenzar con la marinera; puedo comenzar con un ritmo de moda, etcétera. y luego derivar a la marinera. Pero el asunto es que el educando, sepa que cosa estamos buscando, incentivar, motivar, desarrollar, y algo muy importante, que el educador sepa que instrumentos está utilizando para poder estimular correctamente esto, sin duda alguna. Por eso te digo, cuando hablamos del tema de lateralidad, hablamos del principio de la marinera porque los laterales se hacen tanto a la derecha como a la izquierda, y no solo eso; a los laterales tu puedes darle diversos sentidos, diversas intenciones, diversos significados, puedes crear diversas situaciones, mira todo lo que puedes hacer con los laterales".

E23: "Aquí lo que va a influir bastante es la música del baile en que estamos

son fundamentales.

Pañuelo, falda, sombrero, poncho, si se quiere. Ahora también se está viendo niños tan pequeños con su poncho y todos los pasos. Cualquier cosa que haga con la danza. Cualquier cosa que tenga que ver con danza, potencia la lateralidad. Como te decía no la falda ¿no? Brazo, Otro brazo para arriba uno, para abajo el otro, adelante, atrás, no para un giro este con derecha, aquí con izquierda, acá, ¿no?, el pañuelo ¿no?, arriba el pañuelo, el brazo izquierdo adelante, el brazo derecho adelante, el pañuelo va, el brazo del sombrero, adelante ta ta ta ta ta. Todo, todo es lateralidad. Los focos no. Cuando le dices a avanza, pero mira hacia tu pareja, no está a un lado a este lado. Voy con mi foco del cuerpo, con mi rectángulo de proyección. Voy hacia un destino, pero con mi foco del gesto voy hacia el otro. Entonces aquí estoy trabajando también.

Lateralidad. No el sentido del foco. ¿Hacia dónde? Dirección y dirección. No solamente son las extremidades, ¿no? Claro, que lo mires está muy fácil de comprobarlo, no creo que los

siempre en la mano derecha. El pañuelo se coloca en la mano derecha". Entonces, desde ya lo estas instruyendo, lo estas predisponiendo al niño a que identifique cuál es su mano derecha, porque en su mano derecha siempre va a llevar el pañuelo. Entonces, es una herramienta para que te facilita un poquito el que ellos puedan identificar "ya, mano derecha arriba". Ya es donde está el pañuelo. Entonces nos vamos a mover hacia nuestra mano derecha y vamos a hacer tres laterales para la derecha, y luego vamos a volver a la izquierda, que sabemos que nuestra mano la colocamos en la cintura. Entonces en el caso de las niñas, tienen la falda abierta o tiene la mano en la cadera, pero nos ayuda a identificar porque hay una, ya de por si hay una postura en la marinera, que se debe mantener. Entonces "chicos ya, mano derecha pañuelo, y la mano izquierda hacemos una pistolita y lo ponemos a la altura de la cadera" entonces "chicos ya saben dónde está la pistolita, mano izquierda, eso muy bien" entonces ese tipo de estrategias ya te sirven para que ellos puedan reconocer cuál es su derecha y cuál es su izquierda. Pero si llega a la comprensión, de cuál es su vuelta derecha y cuál es su vuelta izquierda. En

enfocados, que es la marinera. Debemos enfocarnos a que el alumno sepa escuchar el tema, que sepa escuchar no solamente la línea melódica o la melodía que conocemos, sino también escuchar la armonía. O criollamente hablando los instrumentos que acompaña la línea melódica. Ahí yo prefiero trabajar con audífonos. Siempre los pongo a los niños trabajar con audífonos y trabajar a la vez patrón rítmico, patrón rítmico, es decir, primero con sus manitos vamos reconociendo la pulsación, las pulsaciones con manitos, luego con la voz tararear "ta ta, ta, ta", palmas, palmas. Después ese tarareo lo traslado a mis pies, ya pisando, pisando. Vamos marchando y voy poniendo música. Insisto con música tranquila, inicial. Después que él siga marchando, él sigue marchando. Voy a cambiar de ritmo un poco más movido, ya él se va adecuando ritmo, un ritmo más movido va adecuando el alumno, otra vez retrocedo a un ritmo más tranquilo, lo dejo que él mismo se adecúe, de una vez que ya se adecue con un trabajo básico como es marchar. Ahora les propongo un reto que me trabajen con un solo pie, con el pie en punta atrás. Empiezo otra vez lo mismo, con trabajo con música tranquila. "Ta ta ta". Ahora con palmas. Ahora quiero que ese tarareo lo traslades a tu pie derecho. "Ta, ta, ta". Le cambio el ritmo. "Ta ta, ta" amento. Velocidad. "Ta ta, ta". Ahora trabajamos con el otro pie. Y así sucesivamente. Y después ya comienza a trabajar desplazamiento, desplazamiento. No me gusta trabajar tanto el decir "hagamos cinco a la derecha, cinco a la izquierda" porque desde ya lo estoy mecanizado al alumno a que haga conteos, ¿no? Y eso lo va mal acostumbrar, porque cuando ya este niño se maneje más marinera, cuando sea un adolescente y más aún un adulto, va a bailar mecanizado, se va a acostumbrar a contar seis a la derecha, siete de la izquierda. Prefiero entonces trabajar ya los laterales en desplazamiento, en círculo, en círculo. Y cuando yo le digo cambio. Y obviamente que el profesor no le va a decir "cambien en cualquier momento", si no trabajar con el oído en las marcaciones para que el alumno sepa prevenir, sepa reconocer desde ya cuando viene una marcación, cuando hay un cambio de melodía, ¿verdad? Ese es mi metodología con respecto a lateralidad, no sé".

E24: "La verdad es que está esta parte es importante porque le va dando al niño coordinación, coordinación que muchas veces no las tenemos. A veces

elementos son ahí el detonante".

E22: "Depende, yo te diría que es relativo ¿por qué? porque la lateralidad se desarrolla en un niño de inicial, o sea, desde que ya el niño comienza a coger elementos, ya está tomando consideración, o sea ya hay una predisposición a un nivel de lateralidad. Por ejemplo, si un niño de un año ya está cogiendo cucharitas eso, si tú lo ves que está cogiendo siempre con la mano derecha, pues, hay una predisposición a que va a ser diestro. Pero si ves a un enano que coge con la mano izquierda, hay una predisposición a que pueda ser siniestro. Pero si ves que, en este plan esta, es que todavía hay duda. Puede ser una posibilidad; y la otra que puede ser ambidiestro. Pero cuál es el problema, si tiene padres que desconocen eso, hay cierta inflexión por cual mano, por la derecha. Entonces ahí a veces hay un problema con los profesores, porque el profesor trabaja con su propia lateralidad, le importa un pepino la lateralidad de los estudiantes. Y a veces te vas a encontrar con chicos que no manejan el pañuelo con la derecha. Y sufren porque no la pueden manejar.

el proceso si lo logran. Y la marinera es muy importante para que como te digo, hace la diferencia con respecto a otros niños definitivamente".

E17: "Uf yo creo que demasiado es lo mejor, ¿Por qué?, incluso desde una vuelta y contra vuelta ¿no?, nosotras trabajamos desde un inicio con conos, colores, pulseras, la mano derecha tiene el pañuelo, la mano derecha con tu cinta, para que seas consciente, hay muchos niños que se les hace muy fácil entender para el lado derecho o vuelta hacia la derecha o empieza con el pie derecho. Hay niños que lo dominan facilito, pero también hay niños que tienen mucha dificultad, incluso hay niños que olvidan, niños no tan chiquitos niños grandes 10 - 11 años, se olvidan cual es la derecha izquierda o simplemente me imagino por los nervios a la hora que te toca, te bloqueas y no responde tu derecha ni tu izquierda y eso pasa hasta adultos. Entonces yo creo que si uno trabajo desde niño la marinera norteña, que prácticamente todo se hace para los dos lados, y la mayoría lo empieza aprendiendo solo para uno y sobre todo para la derecha y cuando le enseñas para el otro lado es súper fuerte pero creo que eso ayuda mucho aquí a la

a los adultos les cuesta y le cuesta a la coordinación. Trabajar en lateralidad, trabajar en vueltas también. Es importante coordinar movimientos. Desde esa edad, creo que debería ser de mucho más antes. Yo, que he trabajado en inicial. Si un niño no tiene una buena base en el iniciar de hacer trabajos psicomotrices, de lateralidad, de hacer figuras, entonces que en un nivel primario se hace un poco difícil. Yo no sé, por ejemplo, cuando enseñaba en primaria, había chicos que vienen y se iban. No hay trabajo. Su forma de trabajar su Lateralidad lo hacían bien, pero había niños que yo les decía "tú has eso, no lo has hecho de inicial". El inicial es importante, es importante el inmensamente importante para que cuando el niño pase a primaria tenga una buena coordinación de movimientos, una buena lateralidad, eso es importantísimo, ¿no? A se les hace difícil porque no han hecho un buen trabajo psicomotriz".

Entonces por presión de los padres, por presión de todo el mundo, llegan de repente a dominar, porque si, o sea, uno puede dominar, y un profesor de danza tiene que dominar las dos manos y los dos pies. Porque tiene que enseñar ya sea en forma de espejo, o forma de modelo. Que puede reforzar, sí. En los primeros grados diría yo. Primero y segundo es un buen refuerzo. Tercero cuarto y quinto ya lo tienen. Ya deben tenerlo, y si no lo tienen, ahí ya tú te estas encontrando con alumnos que tienen problemas de lateralidad".

cabeza, o sea en primer lugar te hace de todas maneras pensar y no solamente guiarte, o seguir, o utilizar una información que ya tienes, es totalmente distinto, es totalmente distinto, es un trabajo totalmente diferente e importante que te va ayudar por siempre, entonces creo que por ese lado la marinera norteña es asu, riquísima que te ayuda".

Pregunta 6: ¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer su lateralidad ejecutando desplazamientos, zapateos y figuras de la marinera?

| Citas codificadas | | | |
|--------------------|---|---|--|
| Subcategoría | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| LATERALIDAD | <p>E4: "Bueno, tiene que ver mucho de lo mismo, el tema de si vas haces laterales para el lado izquierda, pues estas desarrollando el lado derecho y si haces laterales del otro lado igual. Y cuando zapateas también porque para cada pierna estas ejecutando otras, haciendo otro tipo de sinapsis en el cerebro para que tu atención también este mucho más puesta ... las repeticiones nos sirven para que se queden en nuestro cerebro con mucha más, es como una plantita lo dejas ahí bien cuidadito hasta que crece no. Y las repeticiones son importantes para esto".</p> <p>E7: "Ya, mira ahí también, ya viene ya otro método de enseñanza también con los chicos ¿no?, si ya un niño sabe hacer laterales se le enseña a desplazarse ¿no?, vamos a partir de que es el desplazamiento en la marinera, el desplazamiento es el dominio del espacio. En el tema de</p> | <p>E3: "El zapateo, el desplazamiento si, lo que te he venido diciendo el zapateo no porque mayormente el zapateo si trabajas la lateralidad muy poco no al menos que hagas como un zapateo con desplazamiento que ya vendría a ser muy poco pero si y con las figuras que hagas, este puedes ponerle conitos, entonces los haces corretear ahora corremos en media punto este yendo por estos conitos no, entonces siempre tienes que ponerles,</p> | <p>E1: "Considero que los trabajos laterales, suena repetitivo, laterales, trabajos de derecha a izquierda, son bastante importantes. Cuando enseñé un paso con el lado derecho, y eso me pasa, me gusta enseñarlo por el lado izquierdo también. Si te enseñé con el pie derecho, ahora trabaja con el pie izquierdo. ¿Por qué? Porque a veces uno se acostumbra y cuando le dices, por el lado izquierdo,</p> |

los zapateos, como te había mencionado al inicio, son 6 los zapateos clásicos y luego los demás son combinaciones. Entonces en las combinaciones lo que es importante marcarles es que interpreten la música con los zapateos ¿no?".

E9: "Cuando hablamos de la fortaleza, de lo que está fortaleciendo, nosotros tenemos que hablar primero de la orientación espacial. O sea, en este caso cuando nosotros vamos a hablar de fortalecer la lateralidad, nosotros tenemos que decirle al chico, o sea hacerle saber muchísimo, o hacerle saber de una manera muy puntual con juegos, obviamente eso va a depender de nosotros, de los profesores, que la orientación espacial es muy importante. La orientación es muy importante en este trabajo que tú me estas mencionando, que es como utilizamos la lateralidad para poder desplazarnos. De cómo utilizamos, que tipo de trabajos. Yo creo que definitivamente una de las cosas que nos va a ayudar, va a ser la lateralidad alterna, donde nosotros trabajemos con grupos. Bueno siempre voy a decir que cuando hacemos trabajos de lateralidad va a ayudar muchísimo que trabajemos en grupo".

E10: "A ver, es tan completa como te acabo de decir la marinera norteña, los movimientos de la marinera son tan variados, tan dinámicos, tan precisos, en caso de los bailarines musicales, que creo que al final vamos a terminar diciendo lo mismo con todas las opciones. De la primera hasta la última. La marinera te ayuda al equilibrio, a la lateralidad, por la calidad de sus movimientos. Por el tipo de sus movimientos y por el nivel de concentración que también requiere. Porque es un tema rítmico, no solo es simplemente de movimiento libre".

E11: "Si, bueno, casi todo el tiempo, por ejemplo, para trabajar este dominio de coordinación los pones de un extremo a otro y van haciendo lateral; yo los tengo haciendo lateral de un lado a otro, va y viene. Luego vuelta a la derecha, vuelta a la izquierda. Luego comienzas a incluir el tema del cuadrado, enseñar cuadrado no es fácil. Entonces, el tema es que vas a un lado, te vas a la derecha y el primer pie que vas a poner para irte para allá, por ejemplo, un cepillado lateral, por ejemplo, el cuadrado en el zapateo, es cepillas con el derecho, te vas a la izquierda. Luego volteas tu cuerpo. Luego sigue

porque tu estas trabajando bloque, entonces lo que tú tienes que hacer es ponerle las condiciones, la primera condición es no toparse con nadie, entonces si va a correr él tiene que ser consciente que para para él tiene que correr hasta cierto nivel y no puede chocar con el de adelante, entonces le estas poniendo la dificultad de ir en media punta y le estas poniendo la dificultad de que tiene que frenar antes de que llegue a su compañero entonces está desarrollando dos cosas la lateralidad y el equilibrio. Ese tiempo, porque tú no puedes trabajar eso por separado. Entonces, este claro los desplazamientos ayudan mucho al desarrollo de la lateralidad y en especial con el lateral no, que es el paso más importante dentro del desarrollo ,y que es el paso que te traslada de lado es el paso que te ayuda a trabajar sus dos lateralidades , entonces yo ayudaría más incluso para todos los diestros se van a la izquierda y para todos los zurdos se van a la derecha, entonces aquellos que dominan más la derecha comienzan a la izquierda hagan todo vuelta a la izquierda vuelta a la izquierda y todos los que dominan la derecha la izquierda que se vayan a la derecha, entonces los obligas a pensar al revés porque ellos

jaaah! El cráneo y cerebro se rompió y se te quebró. Ellos tienen que estar acostumbrados a desarrollar ambos lados. Poder trabajar, así como lo haces para la derecha, repítelo para la izquierda, o vete para la derecha. "Cuando me voy" y siempre utilizo las mismas palabras "cuando me voy hacia la derecha, el derecho es el que te manda". Ahora, cuando enseñé un punteo por atrás y son al revés, digo "estos son al revés" y lo recalco, para que sepan y reconozcan que es fuera de lo común. Siempre trato de asociar el trabajo repitiendo el lado, ¡Derecho! Repito mucho el lado, repito mucho los trabajos de costados. Trabajo mucho ubicando un frente, este es ahora mi frente, derecha, izquierda, okey ya. Ahora volteo. Ahora este es mi frente, ¿cuál sería mi derecha? Y empiezo a consultar, a hacer preguntas, ¿cuál es tu pie derecho?, ¡este!, ya. Entonces, no solamente es baila, ejecuta, sino también razona, ¿no? Piénsalo, date tu tiempo y ubícate en el espacio. Eso sí me parece bastante importante porque finalmente no siempre vas a bailar en el mismo salón, no vas a bailar siempre para el mismo lado. Entonces, ahora hacemos el cuadrado. El cuadrado, qué es lo que más les cuesta, Aprender siempre

girando. O sea, ahí te das cuenta que cuando hace un momento hablábamos de lateralidad, que importante es tenerlo claro".

E12: "Bueno como te dije hace un ratito por ejemplo yo procuro que todo lo que enseñe por ejemplo un paso o una determinada secuencia por derecha la cumplan también por izquierda. Eso sí para mí es básico, no solamente de que hagan cuadrado por derecha, ya ¿y el cuadrado por izquierda cuando lo trabajas? No, se trabaja, media marinera con cuadrado por derecha y media marinera con cuadrado por izquierda. Incluso muchas veces les hago la dinámica de pañuelo por izquierda, ahora desarrollan todo lo que haces por derecha desarrollalo por izquierda, medio que se atrofian, incluso hasta los que concursan, los campeones se atrofian cuando tienen el pañuelo en la izquierda en vez de darse cuenta que sólo es pausar y respirar para ver cómo desarrollarlo, mi manera sí es de todo lo que enseñe por derecha lo hacen por izquierda, siempre, para que sus dos hemisferios por así decirlo trabajen al mismo tiempo. Porque si no desarrollamos más o potenciamos más un lado y el otro no lo descuidamos, pero no lo fortalecemos y la idea es tener ambos lados fortalecidos, no solamente fuerte un lado y el otro como que entendido por así decirlo. No, ambos lados tienen que ser entendidos y fuertes, yo sí lo desarrollo de esa manera".

E15: "Ya, es que se puede, se desarrollan los 3, como te digo, todas las figuras se pueden hacer para derecha o para la izquierda. Si tú tienes desarrollado tu brazo derecho como tu lado izquierdo, si la figura la quieres hacer un cuadrado para la izquierda, vas a poder un cuadrado para izquierda y comenzar de la misma forma que vas del otro lado. Si tú vas a comenzar con tu cuadrado derecha y ya sabes controlar el otro lado, vas a hacer tus giros y vas a hacer los mismos movimientos que haces para un lado, lo pasas para el otro, si vas a hacer los pasos de los laterales lo haces tanto para la derecha como para la izquierda, eso es lo más simple. Y en verdad que no nos ayuda tanto porque si nos damos cuenta, manejamos ambos laterales, pero no tenemos el mismo dominio de izquierda y derecha. En cambio, el nivel de dificultad que tenemos al desarrollar los zapateos, eso sí nos exige en concentrar más en nuestro

piensan voy a escribir, voy a comer voy a alcanzar ahora tenemos tengo que escribir tengo que comer tengo que pensar pero a través de la lateralidad".

E6: "Ya, a ver la lateralidad, bueno, por ejemplo cuando tú vas hacer el 8, cuando tu tengas que enseñar el 8, obviamente vas a comenzar por la derecha, entonces particularmente no me gusta escribir el ocho en el piso, no me gusta, yo ya trato de hacerlo que ellos imaginen el 8, a veces niños de primer grado todavía no reconocen el 8, pero incluso ahí lo aprenden, como te dije no, dos conitos o dos sillas, primero rodeo una silla y después a la otra, y siempre a la derecha por donde está tu mano vas a comenzar acá vas a comenzar a salir, algunos le dicen casita otros le dicen tu espacio, otros le dicen tu círculo, cada uno tiene su forma de enseñar, por tu derecha sales de tu silla y vas ahora a la silla de al frente y te vas por tu izquierda. Entonces siempre está el lateral que se supone que ya está dominado para hacer el ocho, ya saben su derecha y su izquierda. Ahí fortalece todavía más en hacer el 8. Después en el desplazamiento cuando haces tú hombro con hombro con el brazo derecho, en la espalda, no solo lateralidad sino también de reconocer el cuerpo

por los lados. Una vez que lo tienes, ya, ahora para allá, ¿qué?, ¡ahora para allá! Entonces lo vuelvo a enseñar, ¿Te acuerdas? Igualito. Y trabajo mucho con referentes. Cuando miro al frente primero miro a la pared, luego miro al árbol, ahora miro a la ventana y luego miro los papitos. Siempre utilizando "pared, árbol, ventana, papitos". Creé mi canción y ya todos saben que es "pared, árbol, ventana, papitos". Entonces maso menos es, puntos de referencia, cambios de dirección, para ubicarse, para que desarrollen la inteligencia espacial también".

E2: "Con la repetición constante y sobre todo el docente debe hacer hincapié de que estamos yendo con la premisa, "vamos a hacer lateral hacia el lado derecho" y solo trabajan el lado derecho y lo están practicando. "y ahora cambiamos a lado izquierdo" y cambia el cuerpo y se está trasladando su peso hacia el otro lado en desplazamiento. Y esto al ser una rutina, es como que derecho, me voy para allá; izquierdo me voy para acá y esto va quedando grabado. Los zapateos son un poco más complejos porque muchas veces me ha pasado que vamos a zapatear y empezamos con el derecho y entonces tenemos los pies acá, y sería vamos a

movimiento y en tener que desarrollar más la psicomotricidad que no funciona tanto, si somos diestros la otra se nos va a complicar y así viceversa. Entonces creo que más completo para poder ayudar a desarrollar la agilidad de que funcione al mismo tiempo, a la velocidad que tú quieres, definitivamente va a , para las piernas va a ir los zapateos, y para ayudar para la psicomotricidad que más difícil va a ser son las figuras, porque las figuras para el lado izquierdo, ahí si te va a costar más los brazos, porque estas utilizando tu parte diagonal arriba, el lateral si es mucho más sencillo, porque es un movimiento continuo nada más, 1 – 2 – 3 "TATATA". En cambio, en los otros puedes hacer la variedad y en la variedad está la complejidad. Si es complejo, es ahí donde te exige más a que pienses mucho más rápido, tu otra parte que no, porque por naturaleza no está desarrollada".

E16: "Es que lo que ahí están haciendo, es simplemente es cumplir un patrón. Yo creo que, si uno quiere mejorar su lateralidad, como alumno, para empezar lo que se tiene que hacer es un trabajo de fortalecimiento de piernas principalmente, un trabajo de coordinación, y un trabajo de simetría también con los pies, porque el lateral es un paso que a algunos no les parece tan fácil, a otros quizás sí, algunos lo hacen mal, llevan por mucho tiempo haciendo el lateral mal, entonces hay un tema ahí que es importante reconocer. Darte cuenta, sobre todo la segmentación rítmica de como coordinas los pies, como va de acuerdo a la música, como deben cruzarse, como debes de moverte, hay muchos elementos, y yo creo mucho en la parte del trabajo de grada, si tu dominas bajar las escaleras subiéndolo de costado, yo creo que es un gran ejercicio para que te des cuenta que tu tronco se tiene que mantener recto, mientras tú vas bajando las escaleras de costado con lateral y la subes de costado. Si tu dominas eso bien, sin caerte, sin tambalearte yo creo que estas logrando ahí ya bastante la estabilidad en los laterales".

E18: "Bueno, lo que decía hace un ratito, por ejemplo, en las figuras clásicas nos hemos acostumbrado siempre a empezar por la derecha, comenzando, por ejemplo, el ocho que es una figura básica. Empiezas ocho por la derecha y también se ejecuta ocho por la izquierda. El cuadrado iniciando por el lado

del otro niño, vamos a ver la espaldita, si es una espaldita ancha o chiquita, flaquita, gordita, el brazo tiene que ir a la espalda del compañero y ellos se matan de la risa, y se colocan. Y tu mano tiene que mirar volteada, tiene que mirar hacia el otro lado y nariz con nariz, no dejando que topen porque son niños. Sino también solamente que se acostumbren a ese a esa pose, entonces ahí cuando vas girando ya estas girando, ellos como que se sienten en otra dimensión, cuando primera vez enseñas hombro con hombro, entonces es como otra dimensión, estas girando, pero con otra persona a la vez, comienzan a fortalecer su lateralidad. Al comienzo es un poco difícil te contare, porque a mí en ocasiones me ha resultado más fácil el que yo diga "Vuelta al lado del pañuelo", en algunas ocasiones se me ha hecho más fácil, "vuelta al lado de la falda", e inmediatamente lo hacen falda pañuelo, pero ya después comienzo, y ya luego derecha e izquierda, y luego vuelvo de nuevo, "Vuelta al lado del pañuelo, vuelta al lado de la falda", es mucho más fácil, pero, bueno, mejor es derecha izquierda, es mi estrategia".

E13: "Si, definitivamente sí, porque si ellos solo zapatean en el sitio

zapatear haciendo talón con el derecho. Unos pueden entender que hagan el talón con el derecho y otros pueden entender que pisan para tomar impulso y sacar el otro pie. Entonces siempre dar la premisa clara. Vamos a sacar el pie derecho primero o sino pisamos para sacar el otro pie. Entonces siempre la premisa del docente es vital".

E5: "Ya, a ver, yo enfoco mucha la lateralidad a la simetría ¿Por qué?, porque un bailarín. Lamentablemente ahora sí me estoy dando cuenta mucho que todo es derecha, todo es derecha todo es derecha y nunca saben hacer izquierda o cuando hacen izquierda o cuando vienen a mí muchos alumnos o no lo saben hacer o lo hacen mal entonces ahí estamos hablando de algún aspecto psicomotriz. perdón motriz, que esta defectuoso que lamentablemente el profesor no ha sabido cómo enfocar muy bien Acuérdate que todo lo que haces con derecha tienes que hacerlo con izquierda ¿porque?, porque eso te da mayor amplitud de recursos obviamente y muy aparte de amplitud de recursos te da de alguna u otra forma una mejor corporalidad ¿Por qué?, porque te puedes ir la derecha como te puedes ir a la izquierda pero no se te va a haber

derecho, pues también ejecuta también el cuadrado iniciando por el lado izquierdo. Igual tienes que llegar siempre al mismo punto. El paso del sincopado por la derecha, hay muchos bailarines que incluso profesionales, que dominan el sincopado con la punta derecha pero no con la punta izquierda. Las tijeras también, los laterales cruzados, hablando así específicamente de los nombres de los pasos, el redondito más conocido como el paso del borrachito, también, muchas personas tampoco les sale, cañón les sale por la derecha, pero para el lado izquierdo se traban, si hacen el movimiento, pero se traban, entonces eso es un buen ejercicio como para poder comprobar la buena lateralidad".

E19: "Entonces la lateralidad va a influir porque el bailarín está ubicado en el plano, del que hablaba al comienzo, si no sabes dónde comienzas, no sabes dónde terminas. Este tipo de figuras que se van creando año tras año y que luego forma parte del entorno clásico de la metodología para enseñar para bailar marinera para concurso, hace que la lateralidad se refuerce porque para hacer un cuadrado, un rombo, tienes que saber cómo perfilar tu cuerpo y hacia qué lado enfrentarlo. Aun sin explicárselo con esos términos a un niño, el niño empieza ubicarse en ese plano. Para dar una vuelta, para acompañar a la pareja. Para saber de qué lado estar. Seas hombre o mujer, entonces, todas las figuras de marinera que se practican para concurso, yo creo que refuerza mucho esa lateralidad de la que estamos hablando. Por qué indirectamente, nos está diciendo donde y como pararte para ejecutar la figura. Porque si te das cuenta, pocos, yo creo nadie habla de lateralidad cuando enseña, si te das cuenta del tema que estamos hablando, en realidad no es un término que se aplique en la academia. El termino común es párate derecho, ve hacia la izquierda, colócate en este lado, en mi caso yo utilizo mucho diagonales, verticales, horizontales, yo los tengo alerta con eso, con que el cuerpo vaya en posición vertical, con que generes una horizontal en tal desplazamiento, o que tengas que ir en vertical, yo no le digo ándate a la esquinita, "esquinita esquinita", "espaldita espaldita", yo no, porque el chico tiene saber hacia dónde va y como va. Incluso tenemos la paciencia de

no trabajan lateralidad, no se va a apreciarse, definitivamente tienen que trabajar desplazamientos, con figuras, figuras en forma individual y en pareja, bueno hoy en día con esta cuarentena es un poquito difícil que hagan sus figuras con la pareja, pero sí. Tiene que ser con desplazamientos, con figuras y secuencias coreográficas. Claro porque cuando marcas una figura no la marcas, solo de un solo lado, sino la marcas, le pone una liga, le pones otra ola, y ahí ya estás trabajando de derecha e izquierda, de ahí te das una vuelta a la izquierda y ya estas cogiendo al otro lado, y así sucesivamente, así que definitivamente sí".

E14: "Creo que cuando se trabaja en esto, a lo que se le llama coordinados cuando se trabaja la sincronía cuando hay que organizar un diseño coreográfico de a dos. Y estoy en relación con esta persona. Me pongo a su lado, creo que ese es el lugar en el que se potencian estas estas nociones espaciales, porque mi locomoción negocia con la locomoción de ella y en la medida en que ambos nos desplazamos y ese desplazamiento guarda una relación. Estoy definitivamente trabajando desde mi sitio de la actualidad o ir hacia la derecha, mientras que ella

como que si se te va a bien a la derecha no se te va ver bien al izquierda sino lo tienes bien ejecutado o bien ejercitado o bien definido, entonces de alguna u otra forma "Merma", si hablamos de competitividad, obviamente a un alumno no en este caso entonces dentro de todo este contexto, tiene que ver mucho con la simetría, entonces todo lo que va con la derecha siempre se va a la izquierda".

E8: "Aquí en este proceso de las vueltas y contra vueltas si yo voy a ir a mi derecha, y voy a hacer mi vuelta derecha, tengo que colocar el pie izquierdo atrás. Y si voy a dar vuelta izquierda, al contrario, pongo mi pie derecho atrás porque voy a dibujar una circunferencia. Entonces ahí como que les complicas un poquito el panorama, pero igual ya van comprendiendo lo importante del pie que lleva el pulso. Hacia donde me voy moviendo. Por ejemplo, eso sucede también cuando trabajamos el ocho. Que es para hacer el cambio de lugar con la pareja, tú dices "ya, chicos vamos a hacer un ocho, dibujamos un ocho, un círculo acá, otro círculo acá, y tienes que volver a tu lugar, por eso se le llama un ocho, vas y regresas. Ahí mismo donde iniciaste, ahí tienes que llegar". Pero en el proceso cuando tu cruza por el medio con tu

dibujar el ocho en papelitos, y de dibujar la orientación del cuerpo con respecto al círculo. Entonces si tu dibujas esa orientación al centro, enseñas y refuerzas que la lateralidad tiene que estar orientada hacia la figura. Entonces todas las figuras de marinera, van a repercutir en lo mismo que esa persona que está aprendiendo marinera sobre todo a esa edad, tiene una mejor visión de su espacio".

E20: "Los estudiantes pueden Fortalecer su lateralidad con las mismas figuras, por ejemplo los laterales, literal el desplazamiento de la marinera son con laterales, pero los laterales más son hacia la derecha, los bailarines de marinera más tienen a desplazarse a la derecha, más figuras hacia la derecha, entonces la mujer tienden a quebrada más derecha, izquierda, pero más tirando para un cierto lado dependiendo del adorno o figura que haga y ¿Cómo pueden fortalecerlo?, mediante los mismos movimientos pero siempre por más que hallan pasos que se hagan más hacia un lado, siempre se debe enseñar a hacer lo del otro lado, por más que quizás no se usen mucho, el cuerpo tiene que acostumbrarse a saber hacerlo por derecha y también por izquierda eso va a beneficiar porque le va a dar mucho más rangos de movimiento al bailarín".

E21: "Pues te comento algo, y lo comparto contigo, a mí me ayuda mucho el trabajo de pulso por pie. Sabes que la frase universal tiene 8 tiempos, donde yo trabajo tres pisadas; bueno yo he creado varios principios y reglas dentro de la ejecución. Si yo piso tres veces con el pie derecho, tres veces pulso derecho, el cuarto tiempo indefectiblemente me va a llevar sacar el pie izquierdo y viceversa; si yo piso tres veces el pie izquierdo, indefectiblemente me va a votar el cuarto tiempo a votar el pie derecho. Y con eso yo hago muchísimos ejercicios, con ese tema. De la identificación primero del pulso, No puede haber un buen lateral si no sabes en qué lado del cuerpo tienes el pulso".

E23: "Bueno, en este caso, insisto en el trabajo de calentamiento, empezar poco a poco introduciendo al alumno a lo que vamos a trabajar más adelante, o zapateo. Al momento de trotar podemos ir haciendo ya las tijeritas de manera inconsciente, para que el alumno después se dé con la sorpresa que el ya maneja este

hacia la izquierda para ir juntos. Estamos con diferente frente, pero si estamos con el mismo frente, vamos al alocado, O retrocedemos yendo hacia una curva, O de repente ella en el centro. Yo giro. Pero ¿por qué la giro por derecha? Por izquierda, Y ella por qué lado gira por derecha, por izquierda y ¿por dónde la voy a encontrar? Todos estos negocios locos motores se arreglan si se visualizan. Acá tienen que ver también lo viso motor, se comprenden desde hacia dónde, desde donde parto para el diseño Obviamente que cuando hay que componer, por ejemplo, el 8, el 8 es la figura más resuelta de la del diseño de la marinera, del diseño espacial. No. Yo tengo una elipse en mi marinera, yo estoy en un extremo de elipse y el otro extremo esta mi compañera antes de empezar. entonces a la hora de dibujar es esos trazos elípticos y esos ochos sobre los cuales discurre todo mi dibujo. Así siempre voy sobre ochos. ¿no?, si alguna vez hago alguna cosa rara ¿no? Y Luego vuelvo otra vez a la elipse o al 8. Casi siempre es lo mismo. Entonces no hay como entender las elipsis y los hechos y no estoy yendo de lado y no estoy definiendo si voy hacia la derecha o hacia la izquierda.

pareja, había un cambio de pie para qué. Sales con tu pie derecho y cuando llegas al medio cambias el izquierdo para dibujar el círculo hacia el otro lado. Y del mismo modo cuando vuelves antes de llegar al sitio, cambias otra vez. Entonces ese proceso también es muy complicado para ellos. Vas trabajando la lateralidad allí, pero le vas enseñando de que hay un cambio de pie en el medio".

E17: "Bueno como te decía lo ideal para mi es, de lo básico no, "La O de oso", como lo decimos a los chiquitos, vamos hacer "La O de oso" con los laterales, para la derecha ya, y lo mismo para la izquierda, así de todas maneras hacerlo, de hecho es un poco difícil porque a veces uno llega a confundirse al fina uno le dice "La O de oso", ¿para qué lado? dios mío, vamos a tener vamos a terminar de confundir al alumno, y tampoco se trata de eso, pero solamente o de repente, o hacerlo todo primeramente para la derecha y después terminando toda la secuencia, nuestra coreografía, ya ahora vamos hacer todo el trabajo como una especie de juego, una especie de competencia, entre todos o en equipos, todo lo que hemos hecho para la derecha lo van a hacer para la izquierda, entonces darles 2 minutos para que pensarlo,

zapateo, que son las tijeras, no sólo las tijeras, sino tal vez usa un cepillado de frente, al niño. En este caso, ¿cómo puedo trabajarle eso? A ver chicos, nos acordamos del Chavo del 8 A ver, todos haciendo el chavo del 8, ¿cómo hacía su garrotera, ¿verdad? Y lo hacemos y lo hacemos que vaya trabajando hacia adelante, hacia atrás. Muy bien, ahora tratamos de hacerlo sin saltar nuestro cuerpo. Solamente movemos los pies. ¡y zas! Ya conociste lo que es el cepillado de frente. ¿Verdad? Y esa es la manera didáctica que más me gusta trabajar los zapatos, ¿no? Después también el machete ¿Cómo lo puedo hacer? Aparte de ir trotando topando nuestras rodillas. A ver, ahora vamos a cruzar nuestros pies, topando de costado, la punta de nuestros pies topando nuestra palma, ¿verdad? Puedo trabajar, por ejemplo, una pandilla selvática. Vamos trabajando una pandilla selvática. Ahora sólo trotando, trotando, trotando. Ahora. Doble, doble derecha, doble izquierda, doble derecha y doble izquierda. Y ya lo introduje a lo que es el machete. Y cuando me dices desplazamiento también, un paso trabajarlas, las olas. Que también lo puedo trabajar marchando, ¿verdad? Marchamos hacia la derecha, marchamos hacia la izquierda, marchamos y después a ahora recién voy poniéndole algunos conteos, porque tú sabes que la ola es básica al punto dos, tres - un, dos, tres - un, dos, tres No se ha visto Ola en 8 a la izquierda, 8 a la derecha. Y bueno en esos pasos ahí sí le puedo poner algunos conteos".

E24: "Es importante este, yo creo que, como decíamos, la marinera es un todo. A la hora que el niño desde primaria ejecutas figuras en la marinera. Y bien. Yo creo que el cerebro es el que se siente feliz. ¿Por qué?, Porque ya estás creando. Estás sintiendo, estás trabajando la psicología. Estás trabajando, fortaleciendo tu cuerpo, tu seguridad. Hacer figuras. Ya estás trabajando la lateralidad. Está trabajando el avanzar. Te estás adaptando. Estás aprendiendo también a imitar a tener Comunicación con tu cuerpo. Tienes comunicación con tu cuerpo. Al momento que se está haciendo esa figura y hay comunicación entre tu mente y tu cuerpo y esas cosas. Dan seguridad y da seguridad para ese momento. Y que da seguridad a la hora que terminas. Muy bien, te da seguridad, al entrar a tu casa te da seguridad hasta saludar a tu mamá.

Así la marinera se llama lateral. Ya está. O sea, es la danza del lado, la danza del lado propiamente dicha, su paso. Está hablando de un lado".

E22: "Ya, eso depende de la estrategia del profe, porque si tú tienes a un alumno zapateando en un solo centro, en un solo sitio, en una sola mayólica, su manejo espacial va a ser nulo. Pero va a depender mucho de los ejercicios que tú le plantees. "Ok, con ese zapateo avanza, ya, ahora retrocede; ya, ahora a la derecha, a la izquierda". ¿Qué está generando? que empiece a utilizar el zapateo no solo como un incentivo inicial, que de hecho todos empezamos en un espacio, "ahora gira, porque lo puedes hacer a la derecha; date una vuelta a la derecha zapateando, imagínate que tu pareja este girando. Ya, muy bien, ahora al revés; porque tu pareja está yendo al sentido contrario, o quieres darle el encuentro". Y lo mismo con los desplazamientos, entonces, por eso, no es tanto el alumno, sino lo que el profesor le plantee, para que lo realice. Y la parte interesante es cuando uno hace desplazamientos con movimientos, con pasos específicos, y a eso le asocias la música, y como que va encontrándole más sentido al baile".

digamos una O de eso, un 8 y una media luna, todo para la izquierda ahora -"ah ya"- dos minutos, tres minutos máximo su cinco minutos, pero para que no jueguen mucho, estarlos supervisando y que vayan trabajando esa parte del cerebro que están importante de voltear la figura y trabajar el otro lado y repasarlo, me parece que es la mejor manera de poder trabajar la lateralidad haciendo así como para un lado, así trabajarlo para el otro, como tú dices en secuencias, en coreografías, en zapateos también que la mayoría lo hacemos con la derecha. En el zapateo creo que es definitivamente siempre vas a trabajar un lado y el otro, porque un cepillado no lo haces con un solo pie también lo haces con el otro, una punta taco - lateral - machete se hace para la derecha como también se hace para la izquierda, entonces en el zapateo creo que es, digamos más fácil, obligarlos a trabajar ese lado, pero en las figuras en las figuras me parece también importante que se debería hacer de esa manera".

Entonces ya por lo que levantas el pecho, tienes que esperar".

Pregunta 7: ¿Cómo cree usted que el uso del vestuario utilizado para la marinera permite fortalecer la lateralidad de los estudiantes?, el pañuelo, el sombrero para los varones y la falda para las chicas.

| Subcategoría | Citas codificadas | | |
|--------------|---|---|--|
| | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| LATERALIDAD | <p>E4: "Ya, bueno en el caso de la falda me parece que es un poco más complejo que trabajar creo yo con el sombrero y el pañuelo ¿no?, porque tienes que estar pañuelo y tu brazo izquierdo al aire y brazo derecho de la falda, aparte coordinas los pies, en el caso de los hombres pues cuando estas con el sombrero puesto, como que te olvidas un poco ¿no?, solo usas el pañuelo y esto, y creo que gracias a eso es que el hombre puede desarrollar más pasos en las piernas que la mujer..."</p> <p>E7: "Ya, esa es una pregunta muy interesante, porque la vestimenta es parte fundamental porque nos identifica. Los chicos desarrollan el manejo, por ejemplo, el manejo del pañuelo, hay una técnica para eso, el pañuelo siempre, a parte que es parte fundamental de la marinera, en el tema de las chicas, por ejemplo, la falda, el manejo de la falda, hay una técnica hermosísima para el faldeo, y eso también sea el estilo que sea. Si bien es cierto la marinera se identifica más con las faldas con vuelo, también hay otros estilos como los anacos, prácticamente que no son faldas con vuelo, pero creo que son parte igual de la marinera".</p> <p>E9: "La marinera nos permite tener una conjunción o un momento donde utilizamos todas las partes no solamente de tu cuerpo, sino que además el uso de nuestras prendas del vestido tradicional, por llamarlo de alguna manera. Es una manera coloquial. Nos va a permitir tener más afianzamiento, nos va a permitir tener más confianza, la marinera en la lateralidad, utilizando por ejemplo en el caso de las chicas, la falda, está utilizando una parte importante que es natural en las chicas, que es la gracia, o es en este caso los quiebres. Entonces, esta lateralidad que te genera el uso de la falda es muy importante".</p> <p>E10: "Mira, te soy honesto, no había tomado en cuenta eso, porque, para empezar, las chicas ensayan con falda, y los chicos con sombrero. Pero no necesariamente, por ejemplo, en mi caso, mi enseñanza esta inclinada hacia la competencia porque, para empezar, no</p> | <p>E3: "Yo creo que ya esos implementos pueden incluso ocasionar no tanto ,en algunos puede ocasionar alguna motivación y en otro podría ocasionar a lo mejor una frustración porque si tú no logras dominar tu cuerpo, no logras tener equilibrio y no logras concentrarte en lo que estás haciendo con tu cuerpo, en ponerle un implemento va a cargar más su observación, entonces ahora tengo un pañuelo, entonces ahora me debo preocupar del pañuelo, de las puntas, ya tengo muchas cosas, entonces yo creo que las cosas tienen que ir paulatinamente, lo que si puede ayudar partiendo para que desarrollen la lateralidad es ponerles puntos, muy bien este salón tenemos el televisor y la ventana, todos ahora corremos en media punta hacia el televisor, no estas mandando ni derecha ni izquierda. Nadie voltea a mirar el televisor, todo el mundo me mira ya yo estoy al frente, hacer y ahora siempre manteniendo la distancia con tu compañero, ahora todo el mundo corre</p> | <p>E1: "Se les hace más fácil porque lo ven. Como te digo, porque lo ven. Y el hecho de coordinar también, "cuando pones tu pie derecho adelante, tu pañuelo va adelante; cuando pones tu pie izquierdo adelante, va el otro brazo", entonces ya se les hace más fácil coordinar, este con este, y entonces coordinan y la coordinación empieza desde ahí, de qué brazo pones adelante. Cuando no tienen nada, cuando no reconocen bien el qué tienen, o solamente te quedas en pañuelo, pueden pensarlo. Pero una vez que tienen, y ha pasado, pañuelo y sombrero o falda, la parte de acá, fácil, cuando solamente trabajan con pañuelo. Pero cuando les das el elemento de la mano</p> |

hay traje de marinera. El traje de marinera no existe, lo que existen son los trajes típicos de las regiones donde se baila la marinera y yo vivo allá y me visto así, obviamente voy a bailar con este traje. Entonces no hay un traje. Entonces las chicas suelen ensayar con falda porque es bonito pues, las chicas sentirse con su falda, se sienten "cool". El peso de la falda es considerable. El cansancio en los brazos en el transcurso del tiempo, de la marinera me refiero, se van cansando, ya no requieren la misma movilidad, el mismo cuerpo, es como cuando te comienzas a cansar y tus piernas ya no dan y tu oxígeno ya no es el mismo, ya no te mueves igual. Entonces, el sombrero también es, a la hora que el hombre utiliza el sombrero, lo utiliza de acá para acá, eso hace que los brazos funcionen más, y lo trabajas esto".

E11: "Influye un montón porque justamente es un elemento que nos ayuda a que estas chicas tomen conciencia a donde se tienen que ir. O sea, finalmente la derecha o cual es la derecha el que tienes el pañuelo en la mano, la falda, la izquierda es donde tienes la falda o el sombrero. Contra vuelta, lado de la falda. Vuelta, lado del pañuelo. Yo creo que sí, el vestuario influye un montón, en líneas generales influye muchísimo. Porque además acuérdate que no solamente es un tema de ver hacia dónde va, sino que también el mismo vestuario tiene movimientos que tú tienes que hacer. El hombre tiene que abrir el brazo, cerrar el brazo, bajarlo, subirlo. Todo esto son movimientos que te van a ayudar en líneas generales a manejar toda la lateralidad que necesitas".

E12: "Por ejemplo en el caso de los varones, pañuelo y sombrero, si tienen que aprender a dominarlo para que les dé cierto equilibrio porque muchas veces aprenden a solamente poner el pañuelo arriba y el sombrero acá, y no hacen mayor cambio; entonces tú haces tú tijera hacia la derecha con el brazo derecho arriba, te va a salir bien porque vas teniendo un punto de equilibrio, todo está alineado pero si tú haces por izquierda con tu brazo izquierdo igual arriba, con tu brazo derecho arriba y tu brazo izquierdo en la misma posición, no vas a tener un buen equilibrio. Entonces tienes que aprender a dominarlos. Puedo levantar el pañuelo, bajar el sombrero; puedo levantar el sombrero bajar el pañuelo o levantar ambos; para que eso también me ayude. En las chicas es lo mismo, al dominar el peso de la falda incluso las chicas tienen un trabajo más fuerte que el de nosotros porque las chicas cuando giran y caen, todavía cuando ellas paran y la falda todavía está en movimiento y ellas tienen que poner su centro mucho

para allá, ahora y siempre variándolo, ahora todo el mundo inicia adelante ahora te vas hacia atrás y ahora todo el mundo pase a la derecha, entonces eso ayuda a trabajar justo lo que tu estas buscando, ponerle direcciones. Los accesorios, no les va a facilitar el tema de la lateralidad, porque ellos si ellos no dominan, que cosa es una derecha o una izquierda no van a poder darse cuenta a donde tienen que ir, pero si tú le pones puntos que te acabo de decir y te estoy hablando de chicos que no saben nada de nada porque tú de alguna manera tu tesis es para gente que no sabe bailar, pero tú quieres desarrollar estas condiciones con la marinera. Entonces si lo puedes hacer con este paso del lateral, pero estos puntos de referencia, y si tú de alguna manera te puedes ayudar con el pañuelo y el sombrero, no que ellos lo usen, sino porque ahí está el pañuelo y ahí está el sombrero, entonces, allá se van, todos los que se van al sombrero todo el mundo se va al sombrero. Eso sí podrías para que de alguna de vayan acondicionando a estos elementos que son parte del baile de la marinera, pero si tu comienzas a trabajar los brazos sin haber desarrollado bien los pies, no lo vas a lograr".

E6: "El tema de materiales si hay, si se puede hacer y ayuda bastante, tú te

izquierda ya les dice "ahora ponlo adelante", entonces "ah, ya", entonces ya tiene sentido quebrarse para un lado o quebrarse para el otro, lo van entendiendo. Es bastante importante el tema visual para ellos y sí. Particularmente me encanta enseñar toda la parte de pies primero, que la tengan clara, luego obviamente con el pañuelo siempre, le añado un poco del brazo. Cuando ya veo que la tienen clara, y no solamente adivinan con los pies qué pie le toca, que pie no le toca, particularmente cuando ya siento que con la lateralidad vamos bien, añado los elementos. Porque cuando veo que no reconocen todavía sus lados o no pueden colocar bien los pasos básicos todavía, que es un buen lateral, un buen cepillado, buen lateral en realidad que es la base, digo "okey, todavía no, vamos a limpiar esto para que, de ahí, poco a poco, vayamos aumentándole elementos" ¿no?".

más duro para que ese movimiento de la falda no las lleve; sino que si van a hacer una suspensión y quedarse acá por más que la falda se enrolle su centro debería ser de que ellas se queden ahí, de que no haya una pérdida de equilibrio. Obviamente tienen que fortalecer un poco más su abdomen por así decirlo, fuera de que en el zapateo pues el manejo de falda también te va a ayudar al equilibrio, y el fortalecimiento sus brazos y todo lo demás".

E15: "Ya, va maso menos a lo mismo que he hablado de los ejercicios tanto para el pañuelo como para el sombrero, que funciona. Es que esto también depende de cómo plantees. Es que también estos, son unos pocos movimientos a mi gusto un poco más evolutivos del tema de expresión corporal. Las mujeres siempre van a tener ambos lados porque la falda siempre todo el mundo te va a enseñar lo que hagas acá, brazos acá, te va a ayudar a desarrollar, a las mujeres de todas maneras te va a ayudar a desarrollar ambos lados, todo lo que es brazos, lo que es piernas ya no tiene nada que ver con el vestuario, pero lo que es con la falda si te ayuda a desarrollar porque tienes que trabajar ambos lados. Los hombres lo que es pañuelo y sombrero, depende de cómo te lo plantees, porque si te lo vana ensañar a solo tener el sombrero puesto y sacarte el sombrero para meter la cara, obviamente este brazo (-izquierdo-) nunca vas a utilizarlo y nunca lo vas a trabajar, para nada. Y este movimiento del sombrero no tiene la misma versatilidad que el otro".

E16: "No, lo que pasa es que la lateralidad es un tema aparte. Yo no trabajaría, por ejemplo, yo no podría trabajar laterales a las niñas, ya con la falda, con el vestido, o sea no, que incómodo. Tampoco podría trabajar al niño "ya, vamos a hacer laterales" con tu sombrero, tu pañuelo, o sea no hay forma. El trabajo lateral es únicamente el trabajo lateral y por ahí si tú necesitas el apoyo de repente de la velocidad, que avancen un poquito más rápido, eso ya es un tema de intensidad en el ejercicio. Tú le pones por ejemplo unas mancuernas, unas botellas con agua, que abra la postura, que avanzar, que tú los jales con la liga; o sea, esos son apoyos ya de herramientas, pero yo creo que el vestuario o los elementos de la marinera, no ayudan para nada en tu lateral, salga o no salga".

E18: "Tomemos como ejemplo el pañuelo, el pañuelo siempre va a ir en el brazo derecho, porque eso es lo que todos los bailarines hacemos y bueno siempre ha sido como una constante, siempre el pañuelo en la mano derecha. No necesariamente la posición del pañuelo va a suponer, el pañuelo no nos va a

vas a basar en esas cosas, del pañuelo o de la falda, anaco o grande, para poder realizar la lateralidad. Ahora en la parte de lateralidad, a veces yo lo dejo, para una segunda o tercera clase porque primero tienen que reconocer su cuerpo, y después ya le digo pónganse la falda, ya en la segunda o tercera clase, ya ahora si ya pueden tener una falda. Porque incluso en la primera clase me van siguiendo, primero que se involucren con sus pies, con el espacio. Ya ahora si vamos agarrar el pañuelo y la falda".

E13: "Justo lo que te comenté, eso podría influenciar a la hora de decir, en vez de decir vuelta ala derecha puedes decir vuelta al lado del pañuelo, vuelta al lado de la falda y ese es el lado izquierdo. Es más, a la hora que haces el barquito, el mismo barquito, a mí me ha pasado "pañuelo, falda, en vez de decir izquierda derecha" ahí puede influenciar, de repente con los varones puede ser "pañuelo, sombrero", podría ser. Me parece que esa es la influencia del vestuario, porque después, tipos de estuarios, lugares, no. Eso para mí es la influencia. Claro, Ahí te puedes guiar de los elementos, como son el pañuelo, el sombrero, y en el caso de la vestimenta en todo caso, lo que influye es la vestimenta de la dama, me refiero a la falda. Porque con la falda si puedes trabajar la

E2: "Es la más grande ayuda que tenemos los que enseñamos porque ayuda a ordenarlos, todos para este lado, todos para la falda, todos hacia el pañuelo, todos hacia el sombrero, es sumamente importante, no existe desde su principio para eso, pero con el devenir del tiempo nos hemos dado cuenta de que si es vital. De que nos ayuda muchísimo. Y como el pensamiento abstracto está desarrollándose y todavía están dejándolo concreto, se ayudan porque estás viendo que tienes un elemento. Esta acá el pañuelo, de aquí no se va a mover y acá esta mi falda y es mucho más fácil poder ubicarse".

E5: "A veces algunos quieren aprender a correr antes de caminar y yo sé que se ve bonita o se ve bonito tener una falda, un pañuelo, un sombrero, pero a veces tenemos que tener en cuenta que eso algunos alumnos al menos en básicos les ejerce o les causa una dificultad extra para poder

orientar para hacer determinados movimientos que ponen en práctica la lateralidad, sino que, el pañuelo va a ser un complemento en el caso de la lateralidad. Por ejemplo, si yo me voy al lado derecho, yo me voy al lado del pañuelo "1-2-3-4". Para irme hacia el lado izquierdo, ya no voy a decir lado del pañuelo hacia la izquierda, si no voy a utilizar el lado izquierdo, en el caso de las chicas el lado de la falda. Entonces la lateralidad ahí se convierte en un trabajo independiente totalmente de lo que está haciendo el pañuelo, que es un elemento tan importante para el baile. Luego, en el caso de la falda, no necesariamente el faldeo de costado, los distintos movimientos que despiertan la coquetería en las mujeres, para que se vean más bonitos y variados tiene que haber una fórmula ideal. Por ejemplo, pones, machete lateral, lateral hacia la derecha, machete izquierdo y brazo derecho adelante, o sea como que se mezclan los elementos y las direcciones, pero si uno tiene una buena lateralidad, si uno aplica bien sus pasos, si uno tiene una buena colocación de pasos, y cuando hablamos de colocación, acudimos a la primera parte (equilibrio), si tiene una buena colocación de sus pies, si tiene una buena lateralidad del movimiento correcto, hacia el lado, entonces el cuerpo va a responder solito arriba y se va originar una coordinación general. Definitivamente los elementos del baile nos van a ayudar no solamente a entrenar nuestra coordinación, porque tiene que haber una disociación en el movimiento, no necesariamente si yo hago mi pie derecha a la derecha, todos mis brazos se van a ir a la derecha, si no tiene que haber ahí una coordinación en simultaneo con mis pies, mi cabeza, mi cuello, todo, entonces ahí definitivamente los elementos que tengo me van ayudar bastante para que eso se pueda apreciar mejor".

E19: "Bueno, el concurso ha puesto ciertas ¿no?, ciertas reglas para la ejecución. Entonces nosotros en la medida de lo posible tratamos de cumplir esas reglas, y eso hace que el bailarín al comienzo, pues empiece a pensar, como dices tú, el pañuelo solo se lleva en la derecha y el sombrero solo en la izquierda, cosa que no ocurre en una marinera tradicional ¿no?, Yo soy de Chiclayo y si salgo a diez minutos en auto ya puedo ver una marinera tradicional, donde no se sabe de lo que estamos hablando en ese momento. Sin embargo, el hombre ejecuta esos movimientos, de una manera natural, conservando su lateralidad. Entonces el tema es que, con el traje de baile, nosotros estamos logrando una costumbre sana en los bailarines. La costumbre sana sería que

lateralidad, falda pañuelo y los hombres con sus elementos que sí, el sombrero y el pañuelo".

E14: "Pues yo creo que ya te respondí eso, ¿no?, creo que es determinante por cuanto cada elemento te exige. Una intencionalidad diferente, ¿no? Y ese juego de intencionalidades exigen y demandan de cada extremidad y de cada recurso que le das a cada extremidad, cada recurso locomotor, es decir, cada tono muscular que debo aplicar a cada brazo, cada nivel de extensión que le doy, cada Colocación específica a la que accedo por llegar a esas intencionalidades, con cada objeto o con cada material, me permite potenciar mi sentido del lado de una manera exquisita. Ahora sí sería genial que los docentes y los profesores trabajen estos juegos de elementos en las dos extremidades. no porque la marinera sea así, sino que estamos viendo la marinera como una posibilidad de trabajo de otras, de otras habilidades, de otras, de otras competencias del trabajo educativo. En este caso estamos hablando de competencias motoras. Entonces, si es cierto, la marinera se baila con el pañuelo en la mano derecha, pero y qué pasa si comienzo a trabajar con el pañuelo en la mano izquierda y hago mi toda mi

realizar algunas cosas por eso y estoy diciendo a partir de esto cuando más veces lo haga el cuerpo tiene memoria, el músculo tiene memoria. Entonces el alumno va a creer que siempre es así y cuando tú quieres corregirle va a ser mucho más difícil poder corregir este movimiento y siempre va guiar a este. Entonces, justamente como yo digo por eso primero hay que aprender a pararlos bien, chicos desde repente desde pararse bien es donde tú vas a encontrar, a ver "párense bonito pum", "vamos hacer manos a la cintura las mujeres, y manos atrás los varones" como siempre se empieza, su zapateo despacito, tus laterales".

E8: "Claro. En el caso del varón como te digo es un poco más sencillo porque llevan el pañuelo a la derecha, y el sombrero a la izquierda, por ejemplo. Entonces, tú dices "bien chicos, pañuelo en la derecha, sombrero en la izquierda". Entonces es una manera

me puedo sacar el sombrero con la mano derecha, pero no puedo abusar de ese movimiento. Porque volvemos a caer en el mismo tema de la mala distribución. El anular el pañuelo por solamente usar la mano derecha. Quiere decir que la lateralidad está incompleta. Entonces la idea sería reforzar en el alumno que también se utiliza la mano izquierda para sacarse el sombrero, para ponerlo en el pecho, para ceder el paso, para generar una vuelta, para acompañar a la chica. Lo mismo pasa con las chicas. Las chicas al momento de trabajar el faldeo, pues también se asume que todo se hace con la izquierda ¿no?, todas las vueltas para la izquierda y las salidas por ese lado, cuando por el lado derecho también se puede hacer. Entonces yo creo que lo que tiene que influir es la distribución de los tiempos, lo que tiene que influir es concientizar. Yo voy a enseñar los movimientos que debo hacer el baile, pero con una distribución correcta que además tenga una significación en el baile, porque si me voy a sacar el sombrero porque me dijeron que me lo saque, pues yo voy a poder con ese formato yo podría abrir la puerta de mi cuarto a las 4 am porque tengo que abrir la puerta. Entonces la idea es eso, distribución de la lateralidad, en el tiempo y en el significado, en lo que quiero dar a entender con ese movimiento. O sea, hay toda una conexión, yo creo que el bailarín se vuelve más hábil de muchas formas. Pero claro, eso tiene que ser desde la base, muchos esperan ser campeones noveles para recién aprender a bailar, entonces eso ya genera una problemática a futuro".

E20: "Los implementos y los vestuarios que se utilizan para la marinera si influye, justo lo comenté antes, por ejemplo, en el caso de las chicas la falda hace que desarrolle más su lado izquierdo, es más, algunos músculos del brazo izquierdo en caso de las chicas que bailan con falda, está más desarrollado, tiende a tener más fuerza que el lado el lado derecho, pero también el lado derecho en el caso del pañuelo algunas veces tiene mucho más rango de movimiento porque el pañuelo se mueve de diferentes en diferentes posiciones a diferencia del brazo izquierdo que más permanece estático, así que si de todas maneras influye, en el caso de los varones también el sombrero qué para qué lado es donde va donde desarrollarlo más, el lado donde va a tender más a irse".

E21: "Bueno, una pregunta muy interesante, y que vale la pena ir a analizar por partes. Punto número uno. Bailar marinera norteña significa que quien lo hace, tiene la capacidad de manejar, controlar al mismo tiempo, muchas coordinaciones; porque cuando

propuesta a la inversa, Qué pasa si el sombrero este pasa para la derecha a la vez o para la izquierda a la vez con el pañuelo la mano derecha Qué hago, ¿La llevo? O sea, este tipo de exploraciones eco de juegos o los con los brazos a la hora del manejo de pañuelo y sombrero en el hombre. Creo que deben hacerse para para fortalecer este tipo de habilidades en los niños y Estoy seguro que además va a potenciar la danza misma, cuando un bailarín diestro puede bailar marinera con la mano izquierda, el pañuelo con la mano izquierda. Estoy seguro que luego entenderá de otra manera su marinera poco convencional. En el caso de la falda. sí creo que no. No hay como que tanta diferenciación, salvo que el pañuelo pase para la otra mano también. O sea, qué pasa con una mujer, con una niña que está bailando con su pañuelo en la mano derecha y su falda toma de la mano izquierda como normalmente es, Pero qué pasa cuando agarra la falda con las manos, ¿no? Aun teniendo la falda con la mano derecha, no he dejado mi pañuelo y eso cambia la lógica del baile. Es decir, mis dos brazos tienen el mismo poder, pero siempre va a haber una predominancia del lado dominante de la persona. Y yo estoy seguro de que, si tú le cambias el panel

muy práctica para que ellos puedan identificar, sabemos que el sombrero de manera indistinta podemos agarrar con la derecha, pero en el proceso en un principio, de que ellos tengan el pañuelo en la derecha y el sombrero en la izquierda, ya es una gran herramienta para que ellos puedan identificar cual es derecha y cual es izquierda. En el caso de la dama con la falda pues, a veces trabajamos de manera homogénea, faldas abiertas, ya ahora vas a soltar la falda derecha y subes tu pañuelo. Sabes que tu pañuelo está en la derecha, entonces trabajamos solamente ahora pañuelo a la derecha, y falda a la izquierda. Entonces eso es una gran ayuda también para que ellos puedan identificar, ya sabemos que la falda derecha la puedes recoger en cualquier momento del baile, pero vamos a iniciar solamente con una sola falda, y tu pañuelo. Entonces yo

tu bailas marinera correctamente, o si estas enseñando correctamente, tienes que hacer que quien aprende, perciba que son muchas coordinaciones, que funcionan al mismo tiempo; varias de ellas, obviamente funcionan de manera independiente pero que el cerebro del que baila, las junta y las complementa en el momento que baila; uno. Son muchas coordinaciones al mismo tiempo. Dos. Yo considero un grave error pretender que, desde la primera clase de marinera norteña, se utiliza falda de ensayo. Si la persona que va a aprender a bailar no tiene la menor idea de cómo va a manejar su propio cuerpo, como vas a cargar en su cerebro el trabajo de manejar una falda, de manejar un sombrero, si todavía no ha aprendido a manejar su propio cuerpo; cómo vas a hacer de que utilice otro elemento si todavía no ha aprendido a controlar su propio cuerpo. Entonces uno; yo considero equivocado totalmente el hecho de que a quien recién va a aprender a bailar marinera le coloques una falda. Porque lo primero que la persona tiene que aprender a hacer, es a usar su cuerpo; porque, acá viene el tercer punto. La falda de ensayo, el sombrero, no me estoy refiriendo al pañuelo, ojo, no he tocado el pañuelo; solo estoy hablándote del sombrero y la falda de ensayo. los elementos en la danza, se convierten en una proyección, en una prolongación del cuerpo de la persona que está bailando. Entonces, eso que significa, punto número uno. Si se convierte en una proyección del cuerpo, en este caso de las extremidades de la persona que está bailando, no se tiene que mover como la gente la mueve. La falda se supone que tiene que acompañar de manera natural la acción fluida y natural de tu cuerpo. Entonces, cuando has aprendido a manejar tu cuerpo, recién tu cerebro está listo para poder utilizar adicionalmente un elemento para reforzar lo que estás haciendo con tu cuerpo; ten mucho cuidado con eso. Po eso te digo, eso es un gravisisimo error. Si no han aprendido todavía a reconocer su cuerpo, si no has aprendido a expresarte con tu cuerpo, si no tienes noción de lo que es el pulso derecho, el pulso izquierdo, y le pones una falda encima, imagínate, mira el suplicio, mira el tremendo error de pretender si todavía no ha logrado desarrollar las coordinaciones primarias, de reconocer su pie derecho, su pie izquierdo; usar correctamente el lado derecho, etcétera., y le pones una falda, eso es una aberración, pero un error terrible".

E23: "Yo creo que ya el vestuario en lo que va a ayudarme es en la expresión corporal, más allá de la literalidad, lo que lo que me va a fortalecer en el niño es su

de la mano izquierda, la niña y la haces trabajar, primero pañuelo, falda y luego a agarrar falda con pañuelo izquierda. Otras cosas van a pasar. Creo que ahí tienen que estar el para hacer juegos. Se tienen que jugar con eso. Me parece fundamental y yo le pondría más problemas. Yo pondría este trabajo con chal o paño e Leche".

E22: "Claro, hasta alforja usan, si, de hecho, porque, o sea, el dominio de la indumentaria, de hecho, refuerza el manejo, por ejemplo, si tu estas yéndote a la derecha en un giro, y tienes que llevar la falda con la mano izquierda y el pañuelo con la mano derecha, de hecho, tiene que haber un dominio, conciencia, de lado. O sea, a qué lado voy. Para esto también, al trabajar en pareja, sobre todo en la marinera, y estamos hablando de figuras coreográficas, ya no solamente te quedas en lateralidad, sino armas lo que se llama coordinación global. La coordinación global es una coordinación no solo tuya, sino con el otro. A esa coordinación me refiero. Porque sobre todo en el baile, se utiliza la coordinación global, que al final es el resultado de haber hecho ese trabajo de lateralidad, haciendo uso de materiales, llámese vestimenta y accesorios, pero a la vez también el manejo espacial de lateralidad, también con el otro, es decir

creo que eso es una gran forma de poder identificar ese aspecto. De esa manera creo que nos ayuda mucho los implementos del vestuario en este baile".

E17: "Bueno, de hecho es un complemento importante una vez cuando uno inicia, al menos, mi

recomendación o lo que me parece mejor, más adecuado cuando uno empieza a pesar de que a veces yo estoy en mi primera clase de marinera norteña y todas las niñas ya llegan con falda, es como "hay que lindas que preciosas pero vamos a dejar la falda un ratito al costado", nos aguantamos un ratito, al final si quieren todas nos ponemos un ratito nos ponemos una foto y ya está, pero primero los pies, los brazos con el pañuelo, el pañuelo y tú, en primer lugar, ya sea hombre o mujer, porque primero trabajamos el cuerpo, solamente. El pañuelo importantísimo, porque mientras tú estás haciendo, o sea el pañuelo no es te vas a la derecha y el pañuelo se va a

expresión corporal. Yo no puedo en su primera clase del niño yo no puedo decirle obligatoriamente traigan de su falda, obligatoriamente tráigame su sombrero. Cuando aún no he trabajado el movimiento de los brazos. ¿Verdad? Así como yo no puedo. Por ejemplo, lanzarme directo a ser un lateral. Cuando el niño tiene un pie plano. Ese es un trabajo que debemos ser muy pacientes. ¿Verdad? Y de igual en los brazos hay personas que no tienen. Aún necesitan que nosotros les ayudemos a que haya coherencia en el movimiento de sus pies con sus bracitos. Entonces yo no puedo lanzarme a decirle para la primera clase quiero que todos me traigan su falda y su pañuelo y su sombrero. No, primero empecemos con el trabajo de muñecas. Trabajar con sus deditos, no, para empezar recién con el elemento principal que es el pañuelo. Y una vez que ya manejé bien el pañuelo, empezar ya con los bracitos. En el caso de las mujeres va a ayudarme bastante en lo que es en la falda y en varones, el manejo del sombrero y el pañuelo".

E24: "Bueno, en las mujeres les ayuda mucho el trabajo de falda, de una forma básica, a la hora que estas aprendiendo a bailar. Entonces, ¿por qué? Porque tiene que trabajar los brazos, tiene que trabajar el quiebre para el lado derecho o izquierdo que le sirve para avanzar. Entonces ahí va fortaleciendo su cuerpo, desplazamiento, su expresión. Porque no solamente es avanzar y avanzar, es que cada movimiento tenga un sentimiento, cada momento exprese algo. En el sombrero los nombres están igual. Saber en qué momento se lo va a sacar. ¿En qué momento vas a girar? ¿En qué momento vas a avanzar? ¿En qué momento vas a entrar con el pañuelo? que debe ser la mejor prenda que estamos a la hora de bailar. Eso fortalece mucho, físicamente, motoramente. Psicológicamente te ayuda a fortalecer esa parte importante que es la lateralidad".

con la pareja. Entonces, ahí ya hay un trabajo de coordinación global. En ese sentido, si ya trabajas en un centro educativo, tiene que haber elementos o materiales básicos para que el alumno pueda trabajar en este caso, que tengan falda de marinera, complicado. Porque por el precio, porque lo tienen que llevar o donde guardar, etcétera. Pero se puede plantear de repente algún elemento, una falda antigua abierta, o un delantal, que les permita ejecutar el trabajo de brazo, y que no se vuelva abstracto, es decir que no permita hacer solo esto. Estoy cogiendo la tela y la estoy llevando a donde debe ir, entonces sobre todo en los niños pequeños. Y ahí estala forma creativa. ¿Qué le pongo? Plomo o algo así para que pese. A menos que las haga bailar a todos con anaco, que es una posibilidad".

la derecha te vas a la izquierda y el pañuelo se va a la izquierda no, es otra parte de tu cuerpo que tiene que hacer, otro tipo de movimiento al mismo tiempo no, y también trabajar los lados o abajo arriba como llegar, el pañuelo es toda una ciencia, es toda una ciencia de cómo llevar, a parte del mensaje que tienes que dar de como el pañuelo me parece tan importante de que los chicos entiendan".

Pregunta 8: ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted los estudiantes puedan fortalecer la lateralidad ejecutando la marinera?

| Citas codificadas | | | |
|--------------------|---|---|--|
| Subcategoría | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| LATERALIDAD | E4: "Ya por ejemplo, a través de movimientos de muñeca cuando hacemos esto estamos activando este lado y cuando hacemos esto activamos esto, entonces, si tú quieres enseñarle a mover el pañuelo, en realidad el pañuelo le estamos | E3: "Cuando yo entro a una clase de niños, soy una niña más siempre haciendo la diferencia que yo soy la reina y ellos son mis súbditos y ellos me | E1: "Como te digo, por ejemplo, este tema visual ¿no? Hago reconocer lados, en vez de decir "derecha, izquierda", digo, |

ayudando en la parte del hemisferio izquierdo de la parte racional, igual cuando elevas por ejemplo la pierna izquierda y elevas la mano derecha y tratas de hacer equilibrio esa forma y uniendo esos lados, en un solo pie y viceversa, también estás haciendo conexiones sinópticas en el cerebro muy fuertes, por cierto".

E7: "Para mí el resumen de la enseñanza para los niños es eso, es llegar a una competencia, porque eso les da una excelencia, de verdad a los chicos, y como te digo, desarrollan todo, no solamente, y te digo las dos cosas que desarrollan, la parte de hacer una coreográfica y una secuencia de figuras que se pueden adaptar a cualquier marinera, pero a la vez desarrollan la parte espontánea y creativo a la vez, son las dos cosas que van de la mano para realmente sea un gran baile, así, completo completo y de competencia".

E9: "Bueno, definitivamente todos los trabajos didácticos van a tener que ver con la lúdica, todos los trabajos didácticos van a tener que ver con el intercambio de esa necesidad de saber o de experimentar mejor dicho esa acción reacción, entonces nosotros vamos a generarlo. Los trabajos didácticos van a ser en base a esa necesidad que tiene el grupo o en este caso la persona que está bailando. Si la persona necesita afianzar el trabajo del lado derecho, vamos a hacerle repeticiones obviamente para que no sean las mismas, juegos que tienen que ver con el número 8, que es el que tú sabes y que manejamos mucho en la marinera, y algo que yo había trabajado mucho en el sistema del ocho en la marinera, es para poder hacer los juegos didácticos para afianzar la lateralidad con este tema".

E10: "Laterales, ochos, quiebres, con sillas, quiebres con sillas. He visto que, con una especie de sogas o cintas, los jalan y les dan cierta inclinación, pero yo personalmente como te dije, voy más por el lado que el bailarín se encuentre consigo mismo en el cuerpo, es un tema que yo observo mucho en ballet, el ballet es muy precioso técnicamente, pero yo siento que los bailarines de ballet se concentran tanto en su técnica, que su expresión es limitada. La marinera te da la libertad de expresar más y yo soy expresivo, por eso me gusta más la marinera. Entonces el movimiento del cuerpo en la marinera, es importante y yo creo que los quiebres, los ochos, los movimientos ya adicionales que puedes utilizar, con

tienen que hacer caso, sino me vuelvo una bruja mala, dependiendo de las edades también, dependiendo de las edades no, entonces la bruja mala se convierte ya no en bruja sino en la villana del dependiendo de los juegos y en sexto grado soy su miss ya, yo no puedo ser ni la bruja ni la villana porque ya no están en la condición de jugar de esa manera, entonces ahí ya juegas de otra manera no de otra manera, ya les pones condiciones más fuertes no o sea es ya no puedes juntar a los hombres tienes que separar los hombres de las mujeres, dependiendo con las edades que trabajas no, tienes que ver en qué condición se encuentran esos niños y como tú puedes abordar lo que tú quieres desarrollar con esos niños no, entonces para mí la parte es la forma más bonita de poder conquistarlos es a través de la aparte del juego no, y poniéndoles a ellos condiciones para que ellos desarrollen porque si tú le pones problemas a los chicos, los chicos con sus problemas van a poder desarrollar su poder desarrollar el problema porque al niño le gusta que lo retes, al niño si tú le das pan comido se aburre y se va, pero si tú lo retas poniéndole, a ver hagan tal cosa vas a ver como ellos se conectan y pumpum te sale, no van a ser expertos tú no estás buscando bailarines, tu estas buscando que

ponte en mi salón: tengo una ventana y tengo una mampara al costado o un ventilador.

Entonces digo, "ventilador" – prum–, "mampara" –prum–, ya saben para donde girar, "ventilador, tuntun, mampara, tuntun"" Siempre los hago repetir. De repente digo "mampara" y están mirando al ventilador. "¿Qué cosa?"

¡ay, Mampara!" y recién voltean. Entonces, que reconozcan, que lo digan, eh... qué se den cuenta.

Entonces, "derecha", de "ventilador a mampara", voy cambiando por melodía, "derecha, izquierda", reemplacé ese "ventilador" por derecha y así ellos reconocen, inconscientemente, primero visual y luego por tono que "ventilador" fue reemplazado por "derecha", y por sonido ya lo reconocen.

Entonces sí, usualmente trabajo eso, puntos de referencia con lo que tenga. Para los movimientos, para los zapateos, para desplazarnos, canto mucho. Acompaño la marinera, en vez de tararearla, voy cantando y corrigiendo (cantando)

"levanta tus pies, levanta tus pies, para la derecha muévete, derecha, tu pie izquierdo ponlo en punta"" (cantando) Y de pronto hacemos una canción, una

palos o con sogas, yo creo que lo utilizan, pero yo no suelo utilizar".

E11: "Te lo mencione, que es el tema de la ida y vuelta. Hacer lateral en espacios largos, que se vayan de un extremo a otro, puedes acompañarte de elementos como por ejemplo las pesas, que tengan cierto peso, y que se vayan moviendo por todo el espacio para meterle más fuerza, por ejemplo, que hagan el ocho, es otra opción también, porque van cambiando en el medio del pie. No solamente es un ida y vuelta, sino también el tema del ocho funciona muy bien, la vuelta a la derecha y vuelta a la izquierda, trabajas mucho la lateralidad y el tema del cuadrado. Yo creería que esos son como que unos pasos importantes".

E12: "Bueno parecido como en la primera fase, aquí sí por ejemplo juego un poco más con los giros, fuera de los laterales limpio ya empiezo a jugar con giros y suspensiones, porque de todas maneras tú sabes de que, si jugamos lateral afuera, lateral adentro entonces ya ahí hay un mayor dominio de cuerpo, debes de tener un mejor dominio de cuerpo y si por ahí digo ¡Giro!, giran y digo quédense en el aire y se tiene que quedar ahí. Entonces lo que hago es eso, por ejemplo, en niños juego tipo encantados, esa es la didáctica que yo utilizo con los niños, porque con los niños mientras más juegos más te prestan atención. Entonces qué hacía, ya hacían laterales, zapateos y pausaba la música y se tenían que quedar en el movimiento que estaban haciendo así sea con un pie arriba, así estén con el cuerpo arriba lo tenían que intentar quedarse ahí. Entonces como no querían perder pues hacían su mayor esfuerzo por mantener ese equilibrio y todo lo demás, entonces eso sí lo hacía y con los más grandes si agarro y les digo, por ejemplo, secuencias con suspensiones claras, quédate un segundo, plan uno, dos sales; uno, dos sales o yo mismo los hago girar o los hago suspender para que se queden ahí, los suelto y se tienen que quedar ahí. Entonces eso sí por ahí puede ser los métodos didácticos que puedo utilizar yo".

E15: "Lateralidad en los niños, bueno, los niños siempre son como jugando. Todo lo mismo como en todas las áreas es como jugando, y eso es lo mismo que te digo, si vas a hacer las piernas yo creo que este ejercicio es todo. Como jugando, correr, saltar, inmóvil, todo lo que se te ocurra. Por ejemplo, les digo salta y quédate en un pie. Eso forma la lateralidad, y

desarrollen la lateralidad, el equilibrio la parte psico motor, entonces todas esas cosas la vas a lograr pero siempre y cuanto tus objetivos estén bien planteado".

E6: "Es un poco redundar a lo que estoy explicando, repetimos lo mismo, en el tema de hacer el 8, que salgan por tu derecha, con tu pañuelo, con el sombrero o con la falda, son unos códigos que uno utiliza, que no está generalizado, no está estipulado con todos los profesores como debe ser, ya que cada profesor tiene un mundo diferente y cada uno lo va acoplado a su grupo, pero generalmente la mayoría lo realiza de esa manera, con pañuelo, con el sombrero, y falda, te vas a la derecha con el pañuelo, te vas a la izquierda, con el sombrero, con la falda, son unos de los trabajos más conocidos, que hay, todos lo utilizan. Ahora yo he visto también, que le ponen hasta muñequeras, derecha roja, izquierda azul, o simplemente vamos a la puerta todos, o vamos hacia la ventana todos, ya saben puerta derecha, ventana izquierda. Con objetos con materiales con espacio, hasta con un cuento que puedes inventarte, "ahí vamos a la derecha está el mar y a la izquierda está la arena, y todos vamos hacia el mar, todos vamos hacia la arena", y así te puedes inventar cosas, el tema es que ellos comiencen a

melodía, una pequeña oración "¡repítela", "derecha, mi pie tatatan...", entonces todo para que puedan reconocer".

E2: "El ejercicio de ubicarse con los implementos, "ya vamos a hacer el ejercicio del 1,2,3" si no, "Vamos y todos nos juntamos los pañuelos hacia allá", yo soy así, el juego de pintar, el juego de la falda, yo soy de inventarme juegos y ya están. Que vayan comprendiendo que tienen un elemento, que tienen direcciones diferentes mediante el juego desde un principio".

E5: "Mira como tú lo has hablado, hay dos formas de moverse. Si tú no empiezas desde la caminata con el alumno o sea no vas a poder mejorar, ahora, necesitas saber que todo pasa por la repetición nada más, todo pasa por la repetición y cómo poder posicionar bien el pie, de una forma didáctica. Y yo creo que primero tienes que empezar por la parte física sin dejar también la parte expresiva no, porque van a la par, pero siempre al principio tenemos que empezar por la parte física para que ellos mismos puedan ir incentivándose".

E8: "A ver yo, para el desarrollo de la lateralidad, en algún momento trabaje con

ahora el otro pie. Para mí el ejercicio básico para que aprendan lateralidad, es el zapateo, así sea niñitos. Por qué el sincopado, es fácil para los niños también. Tú le haces un "ta tan ta tan" (-realiza un sincopado de zapateo en taco-), y te entienden. Lo que primero debes enseñarles es a reconocer sonidos. Porque si le explicas por pasos se van a complican. En cambio, tú le dices "TA" es un piso, ahora es "Piso paso" "TA TAN", piso paso, "Y - TA - TA" "Y - TA - TA". Yo lo trabajo del "Y - TA - TA " porque trato de diferenciar de los golpes del zapateo con la pisada, por eso es " Y - TA - TA " por eso cuando estamos en academia ¿Cuál era el y? y la pisada, ah, y ya saben que tiene que pisar, porque si les enseñas "TATA - TATA", todo suena para mi parecido ¿no?, " Y - TA - TA" y también le enseñas a acentuar el " Y - ta - ta" que es "PISO - GOLPE - GOLPE" que es " " Y - TA - TA " y por ejemplo el sincopado no tiene pisada, por eso es "tatá tatá". El sincopado sale golpe de frente. No pisas para sacar el sincopado, sino como es sincopado estas robando un tiempo, es como 1 - 2, te robas, entonces es "tatá- tatá" no hay pisada para empezarlo, entonces también la diferencia "Y - TA - TA, Y - TA - TA, tatá - tatá" no pisas, no te acomodas, es golpe de frente".

E16: "Ya, bueno, ahí hay muchísimos trabajos didácticos. Bueno, yo ya te adelanté uno que es el trabajo de las escaleras, otro podría ser el trabajo en la arena, el trabajo en arena, el trabajo en la playa; ese es un trabajo de escuela antigua, pero es un trabajo que, o sea, increíblemente la arena por ser una superficie desnivelada, y que ejerce levantar las piernas, es el mejor espacio para poder ensayar tu lateral porque te va a obligar a que tú al momento de cruzar el pie, lo levantes. Entonces, claro, vas a terminar molido, pero te vas a dar cuenta que vas a hacer un lateral mejor, vas a perfeccionar tu lateral. Yo creo más en el trabajo de escaleras, hay un tema interesante también que se puede hacer con steps para los adultos, y bueno, yo creo que para el niño lo más importante es su alineamiento. Su alineamiento desde la postura, hasta los pies, que se mantenga alineado, derecho, firme, y de esa manera va a lograr que su lateral vaya bien trabajado".

E18: "Primero con una correcta posición de los pies, cuando hablamos de lateralidad, hablamos de los lados, lado derecho y lado izquierdo. Entonces en el caso de la marinera

involucrar con el espacio y con su lateralidad".

E13: "Bueno podrías utilizar, mira los conos, los círculos, todos los materiales que tengan te van a servir para la lateralidad, definitivamente. Hoy en día en esta educación virtual hay niños que no tienen los conos ni los círculos, pero que usan, muñequitos, vasitos, peluche, usan lo que tienen en casa, bueno si no estuviéramos en cuarentena o en esta situación ¿no? Otro material que podría ser, como se hacía antes, dibujar con la tiza marcado en el piso, y te ibas por el camino. Bueno a mí me funciona el 8 con dos materiales. Antes me dibujaban el 8 con lápiz, entonces lo recorría, pero ahora no, caminando y ya yo creo que todo eso, pero ya hoy en día en la cuarentena nos tenemos que acomodar. Hasta los conitos de papel higiénico ponen - jajajajaja-, o sea ya es lo que tengas en casa. Y también lo que podrías trabajar en el tema de la lateralidad, es de repente unos dibujos. Te digo porque lo hemos hecho el año pasado en el Liceo, hemos trabajado con lateralidad, y teníamos que dejar una evidencia, para que el niño tenga también su nota de tareas, entonces nosotras, porque somos dos profesoras de danza en primaria, hicimos un niño, con una línea así dividida (señalo en vertical) entonces "Pintas el

bastones. O sea, el uso de los bastones, justamente usando primero con mano derecha, o pintaba un bastón de un color, y el otro de otro color. Entonces, rojo a la derecha, blanco a la izquierda, por ejemplo. Muy bien chicos vamos a levantar el brazo derecho, brazo izquierdo. Ahora nos movemos hacia el rojo, blanco, muy bien, ahora subimos el rojo, bajamos el blanco, a mí me funciona un poco ese aspecto, ese material didáctico. También en algún momento, por ejemplo, hacia que, en un primer instante, "ya chicos, colóquense solo una media, colóquense la media solo en el pie derecho, vamos a trabajar lateral hoy solo con la media del pie derecho y ya saben, cuando les diga derecha, ya saben que pie es el que tienen que, el que tiene la media. Cuando le diga izquierda, el que está sin media". También es una manera didáctica que también me funciona. O si no quieres trabajar el tema de las medias, igual, en algún momento con pulseras o algún otro material que ellos puedan tener a la mano. Que los ayude a identificar precisamente cual es derecha y cual es izquierda. Eso es algunos trabajos didácticos que a mí

norteña y entrado nuevamente al tema de los laterales, los laterales como dice su nombre es un paso tan básico y tan necesario en el baile de sin laterales yo creo que no hay marinera, entonces, como dice su nombre "LATERALES", la palabra implica costado, entonces nuestro desplazamiento tiene que ser orientado hacia el costado. Entonces ahí como que muchos se confunden, muchos nos confundimos con el tema de avanzar, o sea avanzar, está bien, estas avanzando en términos de desplazamientos, pero en realidad no estas yendo de frente, uno no está avanzando vertical hacia adelante si no está avanzando en forma lateral, o sea n estamos avanzando de costado".

E19: "Como te dije, yo básicamente hago el trabajo de la ubicación en el plano. Ir adelante, hacia atrás, creo que mi primera clase de básico a esa edad, yo empiezo siempre a trabajar con zapateos, no empiezo con laterales, si no con zapateos por un tema de ubicación. Me interesa mucho que mi futuro bailarín aprenda que cosa es adelante, que cosa es atrás, que cosa es la derecha y que cosa es la izquierda. Para mí una buena inducción es el zapateo. Por ejemplo, voy con cepillado hacia adelante y atrás y ¿podrás dar una vuelta derecha con cepillado? Si, ¿y puedes dar una vuelta izquierda? Si, entonces cuantos planos de desplazamiento tengo allí. Con un solo zapateo ya trabaje cuatro posiciones para bailar. Entonces para mí es importante trasladarlo eso a todos los zapateos. Ya cuando hago el paso lateral propiamente dicho, también lo más básico y elemental es trabajar en círculos, porque la mayoría de figuras las trabajas de manera circular. Las figuras geométricas son pocas, son bonitas más son los círculos, los Círculo, medialuna, ochos, curvas, retroceso, todo eso aplica a elementos circulares en el desplazamiento. Entonces allí tenemos que insistir, más que como ejercicio, en el paso mismo de saber dónde vas. Y eso tiene que ser desde las primeras clases, no me espero yo a recién querer trabajar una coreografía básica para eso. Ahora, el ocho lo podemos hacer por la derecha, pero también lo podemos hacer por la izquierda, porque no, ¿qué te limita hacer un ocho por la izquierda? Entonces desde la primera clase si vamos a hacer el ocho ese día, pues ese día, si no tengo los famosos conos, unos obstáculos de práctica, pues nos

lado derecho" – Bueno eso cuando son más pequeñitos de repente "Pegas fideos", por ejemplo en el lado derecho, y en el lado izquierdo vas a pegar lana o vas a pegar, vas a embolillar papel, y vas a pegar al lado derecho, y al lado izquierdo podemos hacer otra cosa, pegar papel picado. Eso también es una forma de que puedas trabajar, a través del dibujo, o pinta el lado derecho del color rojo, pinta el lado izquierdo de azul. Hoy en día puede ser el dibujo de una bailarina de marinera también, o un bailarín. Y pintas el lado derecho para que ellos reconozcan, eso es en el caso de los más pequeñitos, podrías trabajarlos".

E14: "Bueno, el primero, ya te lo dije, el de los elementos. Creo que allí está uno. El otro, que podría ser yo creo que lo que haría es trabajar con el ritmo. Con el ritmo. Siento que hay que ralentar la música o utilizar diferentes ritmos que no sean solamente de la marinera. Pueden permitir que el que el bailarín esté entra un vértigo del trabajo de lado. sea ejecutar una marinera en la que se rompa lo rítmico. Definitivamente va a convocar del artista, al niño una revisión de cómo está trabajando su lateralidad, ¿no? y el equilibrio también. Porque de pronto para. De pronto acelera la música. De repente pide palmas. No, no lo sé. El trabajo rítmico creo que puede potenciar en cierto aspecto en

me han funcionado a través de la marinera también, con los pasos y todo eso".

E17: "Eh didácticos como te mencione hace rato, de repente trabajamos, yo inicio con "La O de oso", el 8 o "La S" y la media luna por ejemplo, estas 3 figuras que ya las tengan aprendidas comenzando por el lado derecho que lo tengan entendidas y comprendidas, después ya se podría hacer una dinámica de, ya ahora todo por el otro lado y un concurso de equipos y en equipos que de repente es más fácil porque hay algunos niños que tienen más dificultad y hay otros que son un poco más rápidos, pero en equipos que todos logren hacer de estas tres figuras que no son un tanto complicadas, más aun si es que ya las tienen claras y las han repetido tantas veces, lo trabaje también para el otro lado, y que vayan descubriendo ellos solos el camino que deberían hacer para poder lograr esa figura para el otro lado. Entonces ahí ya van a trabajar muchísimo por el lado contrario que de repente no lo habíamos tocado por el proceso que un lleva de enseñanza, que en la marinera norteña el inicio en lo básico. En el caso de zapateos como

sacamos los zapatos ¿no?, para poner dos puntos de apoyo en el piso, de manera visual, y caminar por la derecha y caminar por la izquierda te van a dar como resultado trabajar un ocho con lateralidad. Y después aplicar el paso de baile. Entonces yo creo que con estas herramientas desde las primeras clases tenemos que trabajar. No podemos trabajarlo luego porque va a aparecer algo, como hasta ahora aparece, algo extra, no es extra, es un asunto importante, es un asunto importante, no es algo de adorno, así es".

E20: "Hay ejercicios que se puede hacer para mejorar la lateralidad de los bailarines, puedo utilizar como objetos, objetos que le ayude al bailarín a tener un peso de cierta zona, llevando el cuerpo hacia un lado pero de la manera no sólo trabajando uno sino también dándole ese mismo peso al otro, en el otro lado, o sea la pierna en caso de pesas que se puede trabajar, o, sea en el caso de la parte de arriba mediante un palo que puede agarrar los bailarines en el cuál aprendan a trabajar de un lado y el otro lado no. Por más que no vayan a utilizar los movimientos a la hora de bailar".

E21: "Vuelvo a repetirte porque a mí me ha servido muchísimo, en la correcta estimulación y reconocimiento del pulso musical. Cuando hablamos de pulso musical, hay muchas posibilidades para trabajar solo con el cuerpo y también con elementos. Hay N posibilidades, N formas, N melodías, N ritmos, N situaciones que se pueden crear utilizando o fortaleciendo el reconocimiento del pulso musical; ese es el principio de todo. Si tú no reconoces, si no eres capaz de reconocer en tu cuerpo cuando estas usando el pulso derecho y cuando estas usando el pulso izquierdo, y las usas de manera equilibrada, o sea, no más uno que otro, sino de manera equilibrada, ya estamos al otro lado".

E23: "Mira, tú sabes que el tondero. Tiene casi los mismos instrumentos, tiene los mismos instrumentos, tiene distinta velocidad para la ejecución, entonces en el trabajo de lateral. Prefiero empezar con el tondero. En el caso de los niños, que me haga los laterales a ritmo de Tondero, que es lento, pausado, ¿verdad? Y ya después voy metiéndolo a un tondero criollo, a un tondero con guitarra y con cajón, que es un poquito más veloz. Y después ya ingresé a la marinera, que la marinera sí, es pues jacarandosa rápida, un poco más veloz, ¿verdad?

cierta medida esto. Luego. ¿Qué otra cosa podemos se podría hacer? Creo que los niveles también utilizar diferentes niveles bajar, subir, empinar. Creo que podría potenciar desde el equilibrio el sentido de ir hacia un lado, hacia el otro, no gustar usando una parte del cuerpo o la otra. sube con la derecha, baja con la izquierda o inclínate hacia un lado, hacia el otro. Juego de los niveles del cuerpo también la aceleración, Definitivamente lo dinámico, dinámica es la mezcla del espacio con el tiempo. Creo que ahí entraría no lo dinámico para potenciar la lateralidad y los elementos que ya te mencioné previamente".

E22: "De hecho, puedes jugar poniéndoles elementos en el piso, indicadores de desplazamiento, en algunos casos se puede utilizar conos, botellitas, para que se desplacen en un inicio, hasta que tengan fijo el desplazamiento, y los pintas, vuelvo a los gráficos, los gráficos me parecen increíbles para que puedan hacerlo, sobre todo cuando son pequeños y tú dices como profe, tú dices, por ejemplo, "a ver, vamos a hacer nuestra coreografía, ¿Qué debemos hacer? "Un ocho profe, un ocho". Entonces por donde empezamos, vamos a dibujar" Y yo los pongo, supongamos, en el patio con tizas. Ya okey "entonces, empecemos a hacer en parejas el ocho,

también como ya te menciones es mucho más fácil digámoslo así, es más fácil para trabajar ambos lados siempre se va derecha y después se va a la izquierda, bueno en la mayoría de veces".

Y obviamente con desplazamiento, si lo trabajo de manera así, solamente, en su mismo lugar. Pues no voy a poder llegar a ningún lado. Tengo que también ir trabajándole desplazamiento e ir aumentando la velocidad de la música. Que voy, que voy a trabajar. En ese caso, la marinera".

E24: "Ya, bueno, desde mi experiencia siempre hago - Derecho, derecho, izquierda, izquierda- Hasta caminando. Camino para la derecha, Camino para la izquierda. Levanta la rodilla para el lado derecho, levanta la rodilla izquierda. Darles desplazamientos. Al principio solamente nos vamos para el lado derecho. Porque algunas personas, no todas van a aprender del grupo que tienes. No todos van a aprender, pero al mismo tiempo a todos se le va a ser fácil. Entonces, cuando uno trabaja derecho, derecho, derecho, después izquierda, izquierda, izquierda, entonces es ahí donde se le va pegando un poco más a la hora, entonces todos vamos a estar solamente vuelta derecha, vuelta derecha, vuelta a la derecha, vuelta derecha o de izquierda o a la izquierda. Entonces trabajando esas figuras seguidas porque el en la marinera no solamente es que un día aprendiste y ya ahí acabó. Es un trabajo más seguido, más fluido, hasta que la persona vaya aprendiendo, hasta que el grupo que tengas, sea ya más seguro de lo que está haciendo. Eso de, por ejemplo, cuando ya aprendí a realizar círculo con el brazo derecho, círculo con el brazo izquierdo, primeramente, a conocer el principio, cuál es el derecho y hacer figuras en tu círculo. Una vez que ya tenemos esa seguridad. Entonces comenzamos a jalar derecho, derecha, izquierda, izquierda, vuelta derecha, vuelta izquierda. Avanzas con el brazo derecho arriba, avanza con el izquierdo arriba. O sea, esas cosas que van ayudando a que aparte de esto, a tener coordinación".

pero dibujado, caminen para ver cómo hacen su encuentro". "ya, tu primero, ya, tu segundo, se formó el ocho". Si, por eso le llamamos ocho, por decir si son chiquitos. Pero el vacilón es que si, si son más grandes "Ok, chicos, a ver en una hoja, terminando la clase como que, descansando, yo voy a poner la música y ustedes van a hacer la figura que viene con la música que hemos hecho hoy día. Pero si, se puede usar elementos, tú hablas en un salón de clase normal, es fácil porque ahí un alumno con la pareja, puede trabajar en pareja. Pero lo que muchas veces no pasa, no sé, en algunos casos de los colegios, los profesores a todos los niños los hacen trabajar solos. Y cuando te dicen la marinera es en pareja, "ah sisisi" como que se colapsan, y yo creo que una manera bastante práctica es trabajar en pareja. Si tienes a la pareja es mucho más fácil trabajar en pareja. Ahora si no hay la posibilidad y estamos en una situación virtual, utilizar algún mueble, alguna botella, o sino también el uso de estos pisos de colores, ayuda bastante para que puedan ellos ubicarse".

Pregunta 9: ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera para el fortalecimiento de la disociación de movimientos dentro en la psicomotricidad de estudiantes del nivel primario?

Subcategoría

Citas codificadas

| | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
|-----------------------------------|--|---|---|
| Disociación de movimientos | <p>E4: "Eh cómo influye. Bueno, hay distintos movimientos donde se disocia el cuerpo ¿no?, por ejemplo, en el caso de la mujer al momento de utilizar los brazos, mientras los pies están veloces o suavidad arriba y fuerza abajo, en el caso del hombre galantería arriba y agilidad abajo, aplomo".</p> <p>E7: "Ya, mira y eso es algo que había mencionado antes, el tema del desarrollo físico, el saber que realmente es increíble porque, como te decía, no tienen que hacer un ejercicio extra para tener un buen rendimiento físico y una buena técnica, que es lo que se logra para tener un buen nivel en la marinera, en el caso de los niños. Entonces si bien es cierto, los músculos se desarrollan, por supuesto que sí. Obviamente toma tiempo, porque ejemplo, al inicio vamos, voy a ponerme a pensar en niños de 6 años que recién se están poniendo a bailar, cuando aprenden obviamente aprenden jugando o si son más pequeños aprenden así".</p> <p>E9: "Como ayuda en el reforzamiento de la marinera, a la disociación, muchísimo, porque es una danza que te propone cierta complejidad para este tipo de movimientos. Si nosotros vamos a la disociación del movimiento, en cuanto a un estándar de paso, vamos a notar, por ejemplo, que cuando hablamos de "vamos a hacer el machete", el machete hay dos posturas claras, para el varón y para la dama. En el caso del varón pues, puede estar agarrado de la cintura, de la correa, del bolsillo, dependiendo del personaje que este interpretando, o del estilo que tenga. Y el otro movimiento está trabajando brazo, codo, y mano. Entonces hay una disociación de tres articulaciones, brazo, codo, mano o muñeca, para poder mover finalmente el pañuelo. En el caso de la dama, la disociación la arma en el machete, que puede estar con las faldas extendidas hacia atrás, o puede ser recogida o doblada la falda, o puede utilizar un lado de la falda extendida, y la otra con el pañuelo arriba, y estamos utilizando la misma cantidad de articulaciones".</p> <p>E10: "Puff, bastante e importante. Disociar no es fácil, necesitas de trabajos técnicos. A mí nunca me costó, nunca tuve que pasar por un taller de esto, pero si les inculco el hecho de trabajar brazo derecho, brazo izquierdo, pierna derecha, pierna izquierda, acuérdate que estas en constante cambio en la marinera ¿no? Tu bailas con todo el cuerpo, ya te dije, no bailas con el pelo porque no se puede moverlo, pero bailas con todo el</p> | <p>E3: "Ah bastante bastante, porque, por ejemplo, ya cuando y esto ya es algo más avanzado no, porque tú no puedes obligar a un niño que trabaje la disociación, que disocie su cuerpo sin haber aprendido hacer bien el lateral me entiendes, entonces, ya cuando los niños logren no, hacer bien el lateral ya ahí tu puedes hacer que el niño juegue con su cuerpo".</p> <p>E6: "¡Uff!, si también ayuda, por ejemplo, tú sabes que la marinera, por ejemplo, con el tema del brazo es diferente de la cintura para abajo. En cuanto a la disociación podemos explicarlo en el tema del paseo, cuanto nosotros estamos haciendo los laterales, la verdad es que los laterales van a un ritmo rápido, pero tú brazo va en una forma calmada y lenta, entonces hacer eso, conjugar eso, es toda una chamba, entonces a veces pasa mucho tiempo. A veces como les dije, no solamente niños sino también en grandes. Yo hago la disociación, como que digo "vamos a hacer 4 laterales a la izquierda y 4 laterales a la derecha", pero en</p> | <p>E1: "Bueno, definitivamente el hecho del trabajo de los zapateos, de los laterales. Particularmente en zapateos, porque en toda la parte del paseo, el cuerpo, todo es armonía. Los laterales se desplazan a una velocidad y tu tronco hace, bueno desde ahí ya hay un pequeño trabajo de, va a un tiempo rápido y el tronco va en el tiempo suave, que tiene que darle esa cadencia o sutileza dentro de un paseo. Pero cuando viene la fuga es la chamba más fuerte entonces, enseñarles a mover las caderas, enseñarles a levantar las piernas, a quebrar, durante el movimiento rápido de tus piernas, considero que es un trabajo que los va a ayudar a ellos mucho a saber controlar dos partes que estén totalmente opuestas la una de la otra ¿no?, de la cintura para arriba y de la cintura para abajo. Desde ahí ya están completamente distintos. Entonces reconocer el quiebre, reconocer la tranquilidad de tu torso con la agilidad de tus piernas, es el primer trabajo que les cuesta pero que una vez que logran esa agilidad viene la chamba de ya: "ahora plántate, ¿no?", "muéveme las piernas, pero suavemente tu tronco, tu cadera". Y de pronto, a eso, aumentale el pañuelo, utiliza el pañuelo, suavemente, llámalo, entonces, ya viene la parte del mensaje y que el pañuelo empiece a decir algo, pero una vez que ya</p> |

cuerpo constantemente. Entonces los niños son una esponja men. Algunos asimilaban más que otros, pero al final absorben y eso es importante porque hace que te vuelvas más hábil con tus extremidades y todo ¿no? A pesar de que tus pies juegan rítmicamente derecha, izquierda, machete, todo es un juego, potencia con suavidad, elegancia, intensidad, suspensiones, tu cuerpo tiene que transmitir justificadamente una vez más te lo digo, esa palabra es importante para mí, el movimiento musical, y también expresivo".

E11: "Exacto. Ese es un control total. O sea, como al final tu arriba mantienes una postura como si no pasara nada y abajo estas literalmente destrozando el piso y ese control y esa separación es rica de ver. O sea, ver estas bailarinas que en realidad tienen un manejo súper estable de la parte de abajo, que abajo está zapateando tan fuerte que arriba no rebota. Que eso se ve hermoso y difícil de lograr también. Además, no solamente a veces te debe haber pasado, que a veces estas rebotando abajo, de una manera increíble, tus pies, pero ya mantienes el control del cuerpo, pero tu cara es una cara que a veces se refleja la fuerza de que "ya, a qué hora suena el tan tan, que esto me está matando". Entonces yo creo que no hay que olvidar la expresión en este baile de la marinera. Yo creo que cuando hablas de disociación del cuerpo, no solamente es un tema de... bueno, es un tema muscular, la sonrisa y el control del rostro es muscular, entonces eso es algo que no se puede olvidar. Porque yo siempre les digo "todo lo que ocurra del cuello para abajo, con tu cuerpo, tú lo expresas con tu rostro. Si tú no logras transmitir con tu rostro, no te sirve de nada, ni las horas ni el dinero invertido en clases".

E12: "En verdad para bailar marinera si tienes que tener conciencia de la separación de la parte inferior de la parte superior, lo que siempre les digo lo que hacen tus piernas no tiene por qué enterarse tus brazos, ni tu tronco, ni tu rostro. Son movimientos muy apartes, fuera incluso; lo puedo partir hasta en partir inferior, superior y muy aparte el pañuelo, porque no sé si tú te has dado cuenta que cuando hacen batiditos, ¿Qué hacen con el pañuelo? Parecían helicópteros que se van a elevar, ya, la clásica sí, o sea eso, cuando yo veo eso y por ejemplo mis chicos que recién van a seriado o algo y ven en un concurso eso lo del pañuelo, les digo – eso refleja cansancio o eso refleja falta de dominio del cuerpo; porque lo que tu pie está haciendo lo está reflejando tu pañuelo, entonces medio como que ellos van entrando en conciencia, pero un bailarín

cada lateral hay movimientos de brazo. En 1 abajo, 2 al costado, 3 en diagonal y 4 totalmente arriba. De ahí obviamente van así: 1 - 2 - 3 - 4 como reloj primero, pero después se van a dar cuenta que es seguido, que es fluido, no van de frente 1 sino que hay una, es prolongado, es un proceso de sube y baja, donde tus pies van rápido y tus brazos va en otra dimensión. Así como los voy, y los hago pensar no, es que también los niños son, "si 1 va acá 2 3, a veces de frente al 3, al medio", pero no, es 1 - 2 - 3 diagonal, 4 arriba. Entonces así, van disociando pies con brazos. Si en todo, te hablo en el tema de laterales, en realidad es en todo, en todo".

E13: "¿Cómo influye la marinera en la disociación me dijiste cierto? Si influye porque, por ejemplo, cuando trabajas, anteriormente te había dicho que los movimientos de los pies van conectado con los brazos, todo es una armonía de movimientos, pero para que haya esa armonía hay una disociación de movimientos. Por ejemplo, en el tema de la falda, si yo muevo el pie derecho, yo tengo que mover el brazo izquierdo, y así, lado contrario, lado contrario, si no hubiera una disociación de

controlas todo el cuerpo. En el caso de las niñas también el trabajo de la falda es bastante importante, el hecho de que puedan trabajar una falda y la lleven con sutileza a pesar de que las piernas están reventando el suelo, es un trabajo bastante intenso que hace que ellas definitivamente puedan controlar esto de separar los movimientos de todo el cuerpo. La marinera creo que es una de las danzas que te pide más, ahí es donde creo que existe mucha técnica para poder así, segmentar todos tus movimientos desde extremidades hasta el torso y aparte las caderas, si es bastante trabajado ¿no? por eso creo que es muy importante la técnica en la marinera. Todos tienen su técnica, pero en la técnica la marinera es bastante fuerte y es ahí donde voy nuevamente a la técnica del ballet.

¡Sostén!, quédate ahí y ahora suave, y aparte la cara, tienes que trabajar la cara, tienes que trabajar los brazos, las piernas, las caderas en el caso de las mujeres. Y en el caso del hombre, el torso. Entonces, creo que sí influye muchísimo en esta parte de disociación corporal, totalmente. Ayuda mucho".

E2: "Creo que la marinera es de todas las disciplinas nativas peruanas, una de las que tiene más uso de la disociación. Sobre todo, porque ya nosotros en el concurso, de la cintura para abajo nuestros pies están haciendo movimientos y de la cintura para arriba está en paz. Ese dominio

de marinera a la larga o la corta, aprende a separar esos movimientos, por eso es que muchos o la mayoría no rebotan en sus tijeras, no rebotan en sus zapateos y por el contrario parecieran, como cuando dicen – Uy pareciera que flotara en el aire, es porque tienes un buen cuerpo un buen centro".

E15: "Ya, eso también es como lo plantes, es que todo es depende de cómo lo plantees. Depende del baile, porque hay personas que, si saben lo que bailan, y utilizan el cuerpo para musicalizar. Entonces cuando tu empiezas a utilizar tu cuerpo para musicalizar, usas la disociación. Porque para musicalizar, normalmente la gente baila con el tronco plano, entonces para mí, lo más difícil para hacer la disociación es conocer esto de acá. Cuando dicen quiebra "PUM" se van para abajo. Y eso no tiene nada de quiebre esto. Uno te dice "Quiebra", "pum" se tiran para abajo. Lo primero que yo digo, cuando vas a musicalizar, lo que tú vas haciendo es llevar tu cuerpo. Dejas tu cadera acá, dejas tus hombros en la misma línea, y lo elevas hacia la parte de arriba. Comienzas a reconocer que es, porque los niños, les cuesta al principio, tu les dices lleva la parte de arriba y te cambian de peso, "no, no he te he dicho que cambies el peso de tu cuerpo", el peso está en el mismo sitio, Pum" se agacha. Ya, ahora pon codos y hombros a la misma altura, tus codos tienen que mantenerse igual y tu peso en el mismo lugar, porque para esta parte ya conocen su peso. Entonces lo que tienes que hacer es como "Si te jalara, pero tú no quieres ir" entonces ahí ya empiezan a reconocer parte de su cuerpo".

E16: "Muchísimo, porque la marinera yo creo que tú lo primero que haces es reconocer que movimientos, o sea, como se articulan los movimientos, como se van engranando; por ejemplo, de repente así, si yo no bailara marinera, yo diría "oye, que difícil es mover mi pañuelo, pero a la vez también hacer un zapateo, y a la vez también mover la cabeza, y a la vez también ir de un lado a otro, entonces te estás dando cuenta que ahí, o sea, estás haciendo 4 cosas a la vez, y tú dices "oye, como lo estoy articulando". Entonces, el tema de la disociación, ir parte por parte, para que ahí lo articules y de ahí funcione todo en sociedad, creo que es la forma en cómo se debe desarrollar. Tú no puedes enseñar a la vez 3 o 4 cosas más. Tienes que enseñar parte por parte. Entonces, si es importante la disociación".

E18: "Ahora cuando hablamos de marinera, en la disociación del movimiento, sobre todo en la marinera de ahora, en la marinera academia, en la marinera de competencia, donde los

movimientos, ¿te puedes imaginar?, y no solamente el niño que no, bueno, el niño que practica marinera tiene todo ese beneficio ¿no? Pero el que no practica imagínate ¿no? Hemos visto muchos casos de niños que, a la hora de marchar, marchan con el mismo lado, mismo pie, y ahí es donde se ve, que no hay una buena disociación de movimientos, yo creo que sí que la marinera norteña influye enormemente en ese tema de la disociación porque con la marinera puedes trabajar toda esa armonía de movimientos. Yo la relación mucho con la armonía de movimiento, es también lo que me pasa a veces, yo hago el movimiento de caderas y de repente yo veo, yo veo ya que esta, se desarmaron, está moviendo solo la cadera, ahí no hay, es una armonía, por eso es que la marinera es elegante pues es garbosa, entonces todo eso influye ¿no? Pero es un proceso definitivamente".

E14: "Bueno, aquí hay varios aspectos, creo que lo primero es calidad de movimiento, la calidad. Abajo voy. Denso. Voy aplomado, pisando con seguridad, con firmeza. Y arriba voy volando. Voy aplomado. Voy

del movimiento, de fuerza y energía es clarísimo en el trabajo de la marinera".

E5: "Ahora la disociación del movimiento también no quiere decir solamente por la diferenciación del movimiento, sino también por la velocidad del movimiento, por ejemplo, tú puedes estar zapateando, pero arriba "¡despacito!, entonces ahí en la velocidad está disociando y estás haciendo casi el mismo movimiento corporal. Entonces dentro de todo el contexto creo que la marinera te ayuda muchísimo a disociar el movimiento, pero ahora, no olvidemos también que la disociación del movimiento pasa de alguna u otra forma también por saber excluir. Dentro de todo el contexto no todo es fuerte, como le digo a mis alumnos "no todo es fuerte" y "no todo es suave", entonces también hay en algún momento la parte de tu cuerpo, de tus extremidades superiores, van a necesitar una fuerza o sea una potencia corporal muy fuerte pero tú movimiento de arriba como siempre decimos tiene que ser aplomado, tiene que ser tranquilo, tiene que ser de repente dándole esa tranquilidad corporal es equilibrio corporal que necesita ¿no?, entonces ahí vas viendo la disociación del cuerpo que se necesita en la marinera norteña ¿no?".

E8: "Oh, muchísimo. Como te comentaba al inicio, sabemos que prácticamente en la

pasos son más pulidos, son más profesionales, son más exigentes, simétricamente más perfectos, cosa que no había antes, la marinera digamos, la marinera de antes era un poco más, no había muchos pasos, no había mucho ejecución, no había mucho desplazamiento, sin embargo, eso es lo que ha aportado bastante la marinera de ahora, a eso, porque le ha dado más belleza, le ha dado más técnica, más variedad, pero siempre es bueno resaltar de que toda esa variedad se tiene que quedar siempre respetando la estructura y la esencia del baile. Entonces ¿Qué tiene que ver esto con la disociación? Que la misma variedad de movimientos exige a los bailarines, nos exige a que nosotros tengamos que practicar esos movimientos de tal manera que ya la mayoría ya salga de manera natural, como decir en automático. Por ejemplo, si yo me voy hacia la derecha, mi brazo solito sube. Si me voy a la izquierda, mi brazo solito baja. Y el otro lado no está haciendo lo mismo, el otro lado está complementando ese movimiento que estoy haciendo con un lado. Entonces cuando ya uno llega a un nivel de baile, el nivel es dado por el tiempo y por la constancia, ya como que la técnica hace que sus movimientos sean en simultáneo, se vea tan perfectos y tan coordinados que hace que se vea bonito, estéticamente se vea bien y le dé un plus a la marinera gracias a esos movimientos, que no son iguales, pero si coordinan".

E19: "Mira, la marinera nos da tantas figuras nos, da elementos al momento de bailar que prácticamente es un rompecabezas. Entonces el jugar con estas figuras pues, hace que el bailarín conozca cómo moverse, desde los brazos, abrir y cerrar brazos, juntar brazos, juntar palmas, ejecutar un movimiento de pañuelo, ¿Por qué mi pañuelo va a la derecha?, podrá ir también hacia la izquierda, entonces yo creo que aprendes esto con el baile porque le enseñas al bailarín desde la primera clase que sus piernas van rápidas, pero sus brazos tienen que ir despacio. Y mi pañuelo más despacio todavía. Porque le enseñas a la bailarina que tiene que mover las caderas, pero no debe saltar. Tiene que zapatear fuerte, pero solo se tiene que notar en tus piernas y no se debe notar arriba. Entonces yo creo que la disociación está presente en la marinera más que en otros bailes del Perú. A mí me ha pasado por experiencia, los hago hacer el cepillado avanzando y retrocediendo, y ya te voy diciendo que para mí eso es un ejercicio elemental, y empezamos a mover el pañuelo despacio, el pañuelo empieza a

atravesando y cortando el viento. Esto es calidad del movimiento, las calidades del movimiento exigen una disociación. Abajo tengo que estar aquí así y arriba tengo que estar así. Entonces no puedo estar duro arriba y abajo. No puedo. No se puede. Tengo que disociar. Luego pies rápido. Brazos lento, brazos alargados hacia arriba. Pies proyectados agarrados de la tierra, nunca están pies y brazos haciendo lo mismo muy rara vez, muy rara vez hay un dibujo al pie y brazo. Se enlazan para ir, pero después cada uno tiene su mundo, el mundo de los brazos, del mundo de las piernas. Pero ahora hay una supremacía de la parte de la cintura para abajo que es más o menos demanda de la marinera. Una exigencia mayor, no tanto la condición física y en la parte psicomotora, pero eso no quiere decir que arriba haya un descuido de arriba. Hay que estar atento a lo que pasa arriba, aun cuando la marinera demanda siempre un mayor entrenamiento de la parte de las piernas, de la pisada. La colocación de los pies, el piso, después todo lo que tiene que ver con quiebres exige una disociación.

marinera norteña dividimos el cuerpo como que en cuatro. Tanto así (corte vertical con la mano), como así (corte horizontal con la mano). Porque sabemos que, de la cintura para abajo, los pies van a hacer otra cosa, y de la cintura para arriba los brazos van haciendo otra cosa, los brazos con el movimiento del pañuelo o el sombrero. Y así mismo de esta forma un pie puede ir zapateando una cosa, y el otro pie hace otro zapateo. Cuando logramos la combinación de los zapateos o simplemente que, si se arrodillo con una sola rodilla, y luego giro con la otra, entonces un pie puede ir haciendo una cosa, y el otro, con el otro pie, está haciendo otra cosa. Igual arriba. Mi pañuelo va en una cosa y mi sombrero esta otra cosa. Entonces imagínate pues la como el cerebro del niño absorbe como una esponja, toda esa información y es capaz de lograrlo. Como te digo, es capaz de lograrlo porque está fresquito, fresco y esta recepcionando todo. Y al mismo tiempo que va encontrando su coordinación, vas haciendo con esto una, y súmale a eso incluso la expresividad en el rostro, los golpes que dan con la cabeza, como logran marcar con la cabeza, ¡Wow! es increíble lo que los niños pueden lograr a través de la marinera norteña porque desarrollan el equilibrio y la lateralidad y encuentran la manera de justamente esa versatilidad de la

avanzar como si estuviera zapateando, no, al comienzo el cuerpo no se adapta, pero es un trabajo de práctica, no. Yo coincido con que eso, justo es la característica principal de la marinera norteña ahora. Esa calma de los brazos en contraste a la velocidad y fuerza que debe tener nuestras piernas. No se parece a ningún baile que conozca yo aquí en Perú".

E20: "La marinera influye bastante la disociación del movimiento Por qué es un baile en el cual al mismo tiempo se tienen que mover diferentes músculos a un diferente ritmo y eso hace que el bailarín tenga que aprender a dividir su cuerpo en distintas zonas para poder darle a cada grupo de músculos el ritmo y la fortaleza que necesite".

E21: "En el caso de la marinera norteña, la disociación de movimientos es muy importante. Primero, para poder estimular correctamente el reconocimiento de las partes de tu cuerpo. Te decía hace un momento que los grandes bailarines, entre comillas, se mueven, pero no saben qué cosa quieren decir, para que lo están haciendo, cual es la intención, etcétera., pero ellos juran de que esto es algo magnifico, espectacular; entonces, la disociación de movimientos es muy importante porque permite que quien está en el proceso de enseñanza aprendizaje, reconozca que su cuerpo está hecho, bueno, hay varias formas de disociarlo; verticalmente, horizontalmente; bueno, verticalmente, en derecho izquierdo. Horizontalmente, segmento superior, segmento medio, segmento inferior. Entonces, muy importante para trabajar, yo lo hago, inclusive con las personas que ya entre comillas saben bailar, porque, por ejemplo; la gente asume que sabe bailar, cuando sabe desplazarse. Pero su cabeza permanece absolutamente tesa, no dice absolutamente nada, o sea, esta como colocada encima, y yo no sé de donde salió ese concepto de que belleza en el baile, perfección en el baile, es entesar absolutamente tu cuerpo, eso es belleza. La otra palabra que la gente utiliza alegremente y que no tiene la menor idea de que cosa es, aplómate, aplómate, aplómate, repiten una y otra vez, ¿sabes qué cosa es el aplomo? Por eso te digo, la gente se llena la boca diciendo cosas y no tiene la menor idea. El aplomo es yo sé lo que estoy haciendo, yo sé porque lo estoy haciendo y yo sé para que lo estoy haciendo y yo sé que cosa voy a lograr con esto que estoy haciendo. Por eso cuando les digan aplómate, aplómate, creen que diciéndole aplómate quien está bailando, si tú no le has enseñado, a hacer correctamente lo que está haciendo,

Ya te lo conté, ¿no? Todo lo que es quebrar, inclinar, torsionar, alongar este, no hay aducción, pero sí hay una rotación extraña que hacen nuestros torsos, ¿no? Entonces ahí también.

Definitivamente. Y a nivel de lateralidad, del lado, un lado está para arriba, el otro abajo, un lado alongado, el otro hacia el piso, este un brazo delante, el otro atrás. Entonces hay una disociación también partida, esto tiene su nombre, No estoy bien, seguro que qué nombre tiene ese tipo de expresión, pero esto me llama mucho. La idea de la biomecánica, el movimiento y unos análisis de biomecánico que son muy interesantes. no sé si has entrado hasta eso, sería bien paja también hacer un estudio de Cuáles son las posiciones naturales, lógicas o más formales de las combinaciones de la coreografía de la marinera y desde eso analizar y estructurar estas estos parámetros de la lateralidad y de la disociación para más o menos entender y potenciar, si se quiere, cuando hay que entrenar una marinera y hacerla llegar a un nivel competitivo. Pero cuando hay que trabajar con niños en colegios es la marinera sola, solita está yendo a

disociación en los movimientos, tanto de una mano como con la otra. Están al mismo tiempo bailando en un mismo instante, y van con la coordinación, van de manera coordinada. No son movimientos sencillos. O sea, para un niño de 6 años, 7 años, tú dices ¡Wow! o sea con que prestancia baila este niño, imagínate. Imagínate para mí, yo a veces digo, estos son chicos que los hacen madurar de manera prematura, porque tú los ves en la pista y parecen unos viejitos, porque hacen con su cuerpo cosas que un niño normalmente de su edad no haría. O le costaría muchísimo lograr esa coordinación, esa disociación de los movimientos. De poder estar haciendo con el pie una cosa, y con el otro, otra cosa. A un niño común y corriente, que no practica la marinera, le cuesta muchísimo".

E17: "La disociación yo lo trabajo mucho en general, a mí me gusta trabajar mucho este tema, soy amante de la disociación, me encanta ponerme retos en este tema, yo soy amante de los ritmos afroperuanos, entonces esto tiene mucho trabajo de la disociación pero en el caso de la marinera norteña es un tema que para mí es más complejo, en el caso de las danzas afroperuanas es un poco, siento yo, que es un poco más lógico y que nos entramos quizá en determinado momento a ese trabajo en especial, pero en el caso de la marinera norteña son otro tipo de músculos en

porque lo está haciendo, para que lo está haciendo, crees que diciéndole aplómate, aplómate, aplómate va a suceder un milagro, con la persona que está bailando. Ahí viene el tema de la disociación de movimientos".

E23: "Claro. Aquí es un trabajo, no más avanzado, sino un trabajo que también es compartido. Aparte de lo que ya venimos desarrollando, fortaleciendo los psicomotriz, la fuerza, la energía en el zapateo. Ahora ya estamos centrándonos en el campo expresivo, en el campo expresivo, ya no le estoy diciendo al alumno que me haga ochos, saludos, contra vuelta, fuga, zapateo, ya no, si no ahora le propongo el reto del alumno, quien me exprese lo que dice la marinera, lo que dice "La Huanchaquera", lo que dice "Mateo el Huanchaquero", lo que dice "Moche cuna de campeones", lo que dice "Palo Blanco", ¿verdad? Aquí ya estamos entrando al campo expresivo, a trabajar lo que es la aptitud cinética, la actitud expresiva y creativa. No solamente hacer que me exprese lo que dice la letra, sino tal vez, por ejemplo, ponerle una música clásica a cualquiera".

E24: "Bueno, yo creo que les ayuda mucho a fortalecer porque ya aprenden a asociar movimientos con ritmo que les ayuda a aprender. Yo creo que en todo momento que vas a ir aprendiendo la marinera, siempre vas a encontrar ese fortalecimiento que se necesita para seguir avanzando. Siempre va a existir el buen desenvolvimiento físico y psicológico. O sea, siempre vamos a encontrar en todos los aspectos, vamos a encontrar eso. Entonces vas a llegar al niño a trabajar, también vas a encontrar a esa palabra seguridad en todo momento, va a ayudar al niño a coordinar mente, cuerpo, sentimiento. Eso es importante porque el niño va a saber a dónde va. Te va a enseñar a dónde vas cuando aprendes a bailar, si te vas a ir para la derecha, o para la izquierda. Si antes no sabías, ahora lo sabes. Te va a enseñar a cómo caminar, siempre caminabas un poco chueco, la marinera te ayudo a caminar de frente. ¿Por qué? Porque es importante en un lateral, volvemos al lateral un poco, tener que poner bien el bien para poder hacer un buen lateral. Entonces esta etapa importantísima de asociar todas las cosas. Es donde el niño va a ir ordenando sus movimientos y también su salud mental".

trabajar estos aspectos sin que tengas que detenerte, hacer que baile, baile, hagan así y ya están haciendo su, trabajando su disociación y su lateralidad, claro".

E22: "Bueno, eso va a depender también del uso de, o sea, en que disocias, porque normalmente disociar es como un ejercicio de práctica. Pero que normalmente una persona en una condición real, no lo hace, "disociar un cuadrado un rectángulo, ya yeehh" aunque eso es bacán para algunas actividades.

Permite que el cerebro empiece a separarse, y que active los dos hemisferios. Pero ¿ayuda?, si ayuda, el niño lo va a hacer solo, no. ¿Quién se tiene que meter dentro de las estrategias de enseñanzas? es el teacher. Ahora, por ejemplo, si se puede hacer con algunos juegos de pañuelo, con algunos juegos de pañuelo y falda, pero de hecho igual en el varón, que le va a ayudar, sí.

Pero básicamente al trabajo neuromotor. Y sirve para desarrollar el área cognitiva".

general que se trabajan al mismo tiempo, como tú mismo decías, en diferentes lados, si tu ahí trabajas el brazo derecho, estás trabajando el pie derecho pero tú quiebre es a la derecha también pero a la vez también cuando vas llegando tienes que ir hacia la izquierda para que se vea bonito, ya un efecto y en el caso de los hombres el poncho en el caso de las mujeres la falda con la cadera y el quiebre y la cabeza asu, es para mí alaaa, es complicado porque no solo se trata de yo creo que no solo se trata de sentirte cómodo. Yo te digo no es que las danzas afroperuanas sean fáciles, pero siento que es diferente porque la marinera norteña tiene otro parámetros tienes otras cosas en que pensar tienes otras prioridades quizás, pero la disociación está siempre todo el tiempo también, entonces, asu es un chambón, en la marinera norteña disociar correctamente, bonito dentro de los parámetros etcétera, me parece un trabajo bien difícil pero que como te digo, definitivamente te abre la mente todo y te prepara para poder hacer para más adelante puedas hacer lo que te dé la gana, en la pista en el escenario es muy completo".

Pregunta 10: ¿De qué manera cree usted que los estudiantes puedan fortalecer la disociación de sus movimientos mediante el uso del vestuario y los accesorios utilizados

para bailar la marinera?, el pañuelo, el sombrero para los varones y la falda para las chicas.

| Citas codificadas | | | |
|-----------------------------------|---|---|--|
| Subcategoría | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| Disociación de movimientos | <p>E4: "Eh para mí el vestuario solo es un complemento de, no considero que poniéndote un sombrero o poniéndote una falda va hacer diferente o sea para mí el vestuario es como un disfraz, si lo quieres llamar así, es un disfraz que a cierta cultura pues le gusta ponerse para días festivos, o religiosos o lo que quieras. El baile es lo que tu ejecutas con tu cuerpo ¿no?, para expresar tu sentir, entonces, no considero que el vestuario tenga que ver o afecte algo. Al menos es mi forma de ver las cosas".</p> <p>E7: "Ya, sí, eso es algo que también es muy importante ¿no?, en el tema por ejemplo del pañuelo o del sombrero, la falda. O sea vamos a poner en el caso que podría estar muy relacionado a la disociación de movimiento, la falda, la falda tiene un cierto peso, entonces las niñas tienen que tener un físico para poder lograr una buena técnica con la falda, entonces ahí es donde se desarrollan ¿no?, levantar los brazos a la altura del hombro, o sea se desarrolla la técnica de la falda pero para eso también se desarrollan los músculos, los niños desarrollan muy bien los músculos para poder tener esa técnica y como te decía y lo he mencionado ya varias veces".</p> <p>E9: "Utilizándolo. Si yo creo que la mejor respuesta es utilizar los elementos. Mientras más utilización de los elementos haya, es mucho mejor. Hay algunas técnicas que he visto de maestros, que me parece muy bien, donde no utilizas todavía el pañuelo, todavía la falda no, todavía el sombrero no, vamos a ver lo de los pasos, vamos a hacer el trabajo, no está mal, pero particularmente yo no estoy muy de acuerdo con eso. Porque para poder afianzar el movimiento del sombrero, tienes que tener el sombrero. Cuando tenemos la falda, sabes cómo utilizar la falda. Pero va a depender, siempre voy a decir que va a depender de la respuesta del alumno porque si al alumno se le complica mucho, todavía no tiene una buena lateralidad, una buena coordinación en la cuestión de lateralidad, esta coordinación va a ir en contra en el momento que utiliza un determinado accesorio. Puede ser que el profesor lo haga en ese sentido".</p> <p>E10: "Claro, o sea, simplemente, la marinera es un baile enérgico pero elegante. Entonces tú dices "enérgico</p> | <p>E3: "La falda si también puede ser, la falda también puede ser, pero yo creo lo que más te va ayudar más ahorita es el pañuelo, o sea ya la falda es un elemento, que incluso tienen que ser para un nivel mucho más avanzado y tienen que ser para, porque si tú lo pones un una falda a una niña lo que va hacer es, automáticamente poner el brazo rígido, eso no le ayuda a la disociación, porque la niña no va a estar jugando con su brazo, mientras que está haciendo el lateral, al menos que tu objetivo sea eso, que mientras que el varón, también puedes trabajar falda pañuelo, falda sombrero no, entonces vamos descubriendo que podemos hacer con la falda, vamos descubriendo que podemos hacer con el sombrero, entonces mientras estoy haciendo el lateral que quiero hacer con mi falda no, entonces vas</p> | <p>E1: "Darles, o particularmente les doy un mensaje. Siempre hablo del pañuelo como el elemento más delicado que puedas tener. Es como el cofre que te da tu mamita, que apenas se te cae, se rompe. Entonces ¿Cómo llevarías el pañuelo de esta forma? O ¿Cómo llevarías esa hojita que se te cae, se te moja y no sé? Cualquier situación. Entonces, es como que, ya, y se hacen distintos trabajos de caminar, mueve tu pañuelo, llévalo, reconocer el pañuelo, les pongo una canción. Ahora imagínate que es aire, imagina que empieza a volar ya, ¿Cómo lo llevarías? Ya, ahora imagínate que es una piedra pesada, pero no se te puede romper. Entonces, vamos trabajando un poco los estados y sensaciones también, y en base a eso, ahora bailo una marinera, pero con ese mismo trabajo, pensando que es ese elemento, porque también se les puede dar la opción de pensar cuál es el elemento, qué cosa quieres que sea, y bailas. Y, se lo estás entregando a la persona más importante en tu vida ¿Cómo se lo demostrarías? Y empiezan con su pañuelito. Esto es en base al pañuelo que me parece ¡muy</p> |

pero elegante, asu mare, que tranca me la pones", es frío, pero caliente pe, ¿si me entiendes no? Entonces, ¿Cómo construyo? Y ahí viene otra vez el punto artístico, ¿Cómo construyes a un personaje que es elegante, pero a la vez tiene energía? Necesitas de una técnica, sin duda. ¿Por qué? Porque voy a tener que tener esa energía en el movimiento, que se vea que no me costara. O sea, que la energía del movimiento, se vea fina y elegante. Necesitas técnica, necesitas concepto artístico, porque tu dibujas con el cuerpo, y obviamente necesitas música para la estimulación, la motivación. Entonces imagínate con falda, con sombrero y con pañuelo. Me encanta transmitir a mis alumnos, que vivan la marinera como un baile de enamoramiento, de seducción, de coquetería, de picardía, por eso enseño por concepto".

E11: "Yo creería que un poco con lo que yo hago, pues, trabajo sin falda primero, o sea, mucho trabajo sin falda, trabajamos mucho la parte inferior del cuerpo, fuerza, poniendo pesos en los brazos, o poniendo tu como maestro tus propios hombros sobre el alumno, el tema de usar palo también, el tema de usar diferentes elementos que no necesariamente tienen que ser peso, podría ser también el ula ula, recuerda como hemos trabajado mucho la parte aérea con el ula ula. Entonces, una vez que tienes este trabajo por separado, ya unificas al final con el vestuario, y vas a ver una realidad. Lo que buscas es, que todo lo que trabajaste con elementos externos al vestuario, tienen que haberte servido una vez que usas el vestuario".

E12: "Por ejemplo, en las chicas de todas maneras definitivamente ellas tienen que tener una buena separación, ¿Por qué? Porque si quieres tener un faldeo limpio y bonito, tus brazos deben ser totalmente delicados, pero abajo tienes que seguir matando y eso es lo que yo les digo, abajo mata, abajo mata y arriba eres un ángel, eres una reina, todo lo que quieras, pero abajo, abajo es otra cosa. Entonces ellas tienen que mantener ese movimiento como ¡ya! El ejercicio básico que les hago, háganme un buen cepillado cruzado, haciéndome 4 tiempos acá. Generalmente qué hacen, cepillo, abro; cepillo, abro; no, no, no. Un, dos, tres, cuatro. Un, dos, tres, cuatro. O con una mano adelante, con la otra adelante y se desesperan porque quieren hacerlo rápido pero no, hay que aprender a separar eso, y en los varones es prácticamente igual solamente que con menos peso, el sombrero y el pañuelo no pesa tanto como una falda. Pero si tienes que saber pues, sacarte el sombrero de manera bonita y no esto, y no esto. O

dándole esa libertad que ellas experimenten, y el hombre también, me pongo mí, eso también pero sin dejar de hacer el lateral porque que es lo que alguna manera te ayudar hacer justo la disociación, que mientras tú estás haciendo algo con tus pies, la parte de arriba están acabando de hacer otra cosa, entonces ahí ya dividiste".

E6: "Ya igual ¿no?, yo siempre les digo a los niños y a los adultos también de que el pañuelo es el mejor amigo de la marinera. Es más, hay una clase especial para bailar con el pañuelo. Hoy día no vamos a bailar vamos a bailar con el pañuelo. El pañuelo es el principal, acá el mejor de la marinera es el pañuelo, y también la falda y también el sombrero.

Porque no solamente me va ayudar a bailar bonito sino me va ayudar a expresar mi, lo que quiero decir ¿no?, con respecto al enamoramiento si son adultos, o simplemente con un juego cuando son niños. Entonces yo les digo el pañuelo se tiene que llevar calmado, y los brazos también, la falda, y si es de una

importante! porque a veces lo dejamos de lado, pero no, es el elemento. Puedes bailar sin nada, pero sin pañuelo, una marinera tienes que bailar con pañuelo, como sea. En el caso de la falda, tiene que ver el peso de la falda, entonces, mantén la fuerza en tus brazos, la falda, la consciencia de los brazos, la consciencia de tus brazos si me pesa mucho esta falda, tengo que llevarla suavemente, y si no te pesa, imagínate que te pesa y "Prum". Hay muchas niñas que empiezan con falditas bastante livianitas entonces se les da esa sensación de suavidad, como una mariposa, representando a un animalito, vuela ¿Cómo vuelan las mariposas? Okey. Siempre suelo compararlo con las mariposas, suelo compararlo con las hadas, con una princesa, con personajes que ellas puedan tener como referente de delicadas, delicadeza, entonces siempre los llevo para ese lado para que puedan marcar la falda, para que puedan moverla y empezar a reconocer los movimientos. Y los hombres siempre con el sombrero pues, también ¿no?, ¿A quién se lo entregas?, que te adorne ¿Qué le estás entregando? Eso, ya, imagínate que tienes algo acá en el sombrero y quieres que llegue a ella, ¿Cómo se lo darías? Ya así, pero con todo el tronco. Entonces, vamos dándole significado a cada, sombrero, pañuelo, que le puede parecer

manejarlo como tú dices en el balanceo, manejar el pañuelo de manera suave junto con el tronco, mientras que abajo está tu pierna está pegada totalmente al piso. Es lo mismo, y es más a algunos les cuesta manejar el pañuelo y después regresar con el sombrero; porque de todas maneras obviamente con el pañuelo tiene más manejo porque es derecha, pero con la izquierda no tienes el mismo manejo. Ahí también pañuelo y sombrero te ayuda a separar el cuerpo en dos, o en tres como lo quieras llamar; para mí es prácticamente en tres, para mí de repente mi concepto es cerrado, pero sí es piernas 1, tronco es 2, y brazos es 3. Obviamente los brazos pertenecen a la parte del tronco, pero a veces hacemos otros movimientos; tú puedes girar y el pañuelo está haciendo otra cosa, tú puedes quebrar y el pañuelo no puede estar haciendo un simple movimiento como en Limeña, en Limeña ¿Qué haces? No mueves todo el tronco, pero tu pañuelo es totalmente distinto, tu pañuelo está bailando totalmente distinto, hace totalmente otro movimiento; tú puedes hacer una kimba y en tu kimba el pañuelo no lo vas a hacer acá, puedes hacer la kimba todo todo, pero el pañuelo va muy aparte, vive aparte".

E15: "Ah ya, eso es lo mismo que te acabo de decir, por ejemplos el tema de, las mujeres y hombres igualito, si están con las dos faldas o estas con el sombrero y el pañuelo, y esto para mí es básico, porque lo que tiene que aprender es, no tienes que llevar todo tu peso, si no mantener tu peso en el centro, si vas con el pañuelo, alarga el pañuelo lo más posible hasta donde puedas, si no puedes, como si te jalaran el pañuelo, pero bota tu pañuelo, entonces eso te ayuda a reconocer que tu pañuelo tiene música, y luego para el otro lado. Entonces tú a través del trabajo del sombrero, pañuelo, falda izquierda, falda derecha, comienzas a trabajar ese tipo de movimientos. El movimiento de la muñeca, porque tienes que disociar los brazos, como te había dicho "1 - 2 - 3 - 4 - 5" o sea todos los movimientos de los dedos, es también codo, pañuelo, pañuelo y hasta el dedo final, pañuelo, regreso igual. Sombrero también, colocación. Entonces ahora lo haces al mismo tiempo, pañuelo y sombrero "1 - 2 - 3". Igual cuando utilizas la falda, como también cuando usas el sombrero. Ahora lo mismo movimiento con el tronco "1 - 2 - 3", ahora recógete. Ahora al movimiento de suspensión. Y con eso también estas trabajando tu centro, estas fortaleciendo, en una sola pierna estas trabajando la disociación y como estas yendo para el otro lado también estas trabajando la parte psicomotriz. Y con eso puedes

forma rápida no brusca, sino más elegante, eso en las niñas cuando mueven la falda, y mueven la falda así, pobrecita así maltratas a tu mejor amiga ¿así la maltratas?, pobre mejor amiga, entonces ya comienzan a tratarlo bien, al menos se esfuerzan. Hay un trabajo de disociación porque arriba, porque toda la parte de arriba es suave y abajo tenemos que ser rápidos, tenemos que ser veloces de todas maneras, les muestro otra vez las caritas de todo lo que me han dicho y arriba a veces ellos ni se mueven. Una vez les pase el tema del coyote, y veían abajo los piecitos y arriba como si nada no o a veces el pájaro ¿no?, que ni se movía, arriba su cabeza de perfil, pero abajo era rapidísimo, en la parte virtual. Igualito a la marinera aquí se tienen que mover con todo, pero arriba como si nada pasara, entonces hay bastante trabajo de disociación en todos los pasos ¿no?, porque siempre se tiene que mantener una calma arriba, una soltura una naturalidad, y abajo tienes que ser rápido y a todos nos cuesta, a mí me costó un

pañuelo común y corriente, de pronto ya no lo ve como un pañuelo común y corriente. Es mi cofrecito adorado que lo tengo que dar, o se lo estoy mostrando. Creo que eso ha ayudado a que puedan reconocer cuál es la intención con la que tienen que tocar cada elemento, a pesar de que tus piernas están en fuego total, tus piernas están, pero... arriba. Entonces sí, creo que por ahí se ha trabajado y si resulta".

E2: "Pienso ubicar y darles premisas de diferentes tipos de calidad de movimientos. Porque en un primer momento ellos no saben cómo dividir. Que fuerte abajo, que suave arriba. Todo nuestro cuerpo se va a mover suavemente. Antes de entrar a técnica, antes de entrar a zapateo, ahora todo su cuerpo se va a mover fuerte, ahora solo nuestros pies, y ahora las manos, mis pies pueden estar quietos y mis manos se pueden mover rápido. Mi cuerpo puede estar tranquilo y mis pies pueden hacer eso. Entonces de esa manera ir como que vayan comprendiendo poco a poco, irse familiarizando con la posibilidad de mover su cuerpo, de diferenciar el movimiento".

E5: "Si le agregamos un elemento te va ayudar de alguna u otra forma, porque te va ayudar a dificultar un poco el movimiento en la cual tú vas a tener que tener un control corporal mucho mejor para poder ya sea, "pañuelo sombrero",

trabajar todo. Y eso también con musicalización al mismo tiempo. Y como vas para dos lados. El movimiento del sombrero y el pañuelo lo haces de un lado y luego para el otro".

E16: "Ya, ahí por ejemplo si entra a tallar los elementos, porque la falda en las mujeres si es un elemento súper útil para la disociación, ahí las chicas se empiezan a dar cuenta que el brazo está en un ritmo, tu cuerpo está en otro, tus pies están en otro, tu cara en otro. Entonces te das cuenta que ahí hay un trabajo de engranaje bien complicado, y eso lo logras con muchísimo entrenamiento. Entonces claro, la falda, ayuda tremendamente. Igual en el varón el sombrero o el pañuelo, ya los elementos cumplen un rol, sumamente importante para el trabajo de disociación porque ya te vas dando cuenta "oye yo puedo hacer esto, yo puedo hacer lo otro, yo puedo hacer aquello", y después cuando ya lo dominas, tú dices "pucha, que fácil". Pero el que te ve y lo quiere hacer, olvídale. Entonces ahí hay un trabajo bien interesante. Yo sí creo que los elementos son parte importante y ayudan muchísimo en este trabajo de la disociación".

E18: "En el caso de la marinera yo lo separaría en dos aspectos. El primero el de coordinación, estrictamente hablando y el otro es también como para darle a la marinera un contenido, un contenido real, un mensaje, a través de esos movimientos de disociación. En el caso del primero definitivamente, la coordinación motora, la disociación de los movimientos, la relación de movimientos, pero no necesariamente que sean iguales, o sea, por ejemplo, mi mano derecha, mi mano izquierda esta al costado, no están haciendo lo mismo, pero armónicamente, están correctos, porque estoy diciendo mi pañuelo arriba, que es mi pañuelo lo principal, que es mi pañuelo como esperándote, para abrirte el camino. Cuando bajo el pañuelo, por ejemplo, cuando me arrodillo y bajo el pañuelo como que mi cara va mirando un poquito hacia abajo para hacer como una reverencia, y todo tenemos que buscar en que todos esos movimientos tenga un contenido, un sentido y ahí me voy al segundo aspecto del mensaje, toda esa disociación de movimientos, no es que ya, yo lo tenga que hacer así porque bueno, me toca hacer punta A lado derecho, punto B, lado derecho y mis pies tienen que estar en punto X y mi punto Y, no, todo eso tiene que tener un contenido, y ahí nuevamente llegamos a la belleza del baile, a la belleza basada precisamente en esos aspectos que le dan una complejidad bonita".

E19: "Yo creo cuando ya nosotros trabajamos con los elementos propios del vestir de los pobladores del comienzo

montón, todavía me sigue costando más".

E13: "Si, definitivamente si porque la utilización de los recursos, como es el sombrero el pañuelo como es la vestimenta, el movimiento de eso va en relación con los pasos y ahí podemos observar, pues, ya entramos a trabajar con la parte del faldeo, donde el faldeo va en armonía con los pasos, y ahí hay una disociación. Por que hay muchos que están con el pie como te lo explique, con el brazo contrario. Y me imagino también para el manejo del poncho, será yo me imagino. Yo siempre he admirado a los que usan poncho, porque los veo que es toda una ceremonia".

E14: "El peso y las características de los objetos, el peso, las características, los colores, las texturas de los elementos. Tiene que haber una investigación de eso. Y en relación a ese peso, qué es significado va a tener la intención que le voy a dar, en ese sentido. La cualidad que le voy a imprimir desde mi extremidad.

Tiene que ser peculiar y suele ser diferente de

ya sea "falda", si tú no tienes experiencia va a ser más complicado. Pero de alguna otra forma corporalmente le vas a ayudar ¿Por qué?, porque hacer simplemente esto ya estas disociando el cuerpo, haciendo de repente un zapateo o cepillado con la falda ¿Por qué?, porque la falda está haciendo movimiento y abajo estoy haciendo otro movimiento, que puede ser otro paso diferente, cepillado lo que quieras. El bailarín de marinera, lamentablemente yo te voy hacer sincero ahorita no hay un bailarín, o creo que no hay maestros que enseñan a disociar su cuerpo o creen que simplemente el bailarín tiene que ser recto, tiene que tener una buena postura, todo el mundo cree que la manera te da una buena postura. Y tienes que bailar así, ¡pero no!, eso es mentira, tienes que disociar tu cuerpo, tienes que trasladar tu cuerpo con la sensación hacia dónde vas a ir obviamente también la misma sensación del mensaje que le quieres dar te va ayudar a disociar, por más de que quieres hacer un caballito de atrás, pero estás mirando a tu pareja para acá. Entonces estás diciendo porque hay dos formas contrarias y tu movimiento corporal acá es una cosa y tu movimiento corporal abajo es otra cosa".

E8: "Igual, como lo comentábamos. Por ejemplo, las chicas con el faldeo, y el pañuelo, o sea hay infinitudes de recursos en el

siglo XX, yo creo que ya deberíamos enlazar el tema del mensaje del baile, de lo que significa. Porque como ejercicio, pues, podríamos recurrir a los ejercicios de gimnasia para aprender a mover los brazos, y darles calma, eso es válido, pero no van a conectar con el baile hasta que el bailarín sepa por qué mi pañuelo no puede hacer el mismo trabajo que el zapateo. Por qué mi sombrero me lo tengo que poner despacio y no rápido. Por qué la falda no es un artículo para ventilarme las piernas. Porque de todo eso va a depender, entonces ya aparece un elemento importantísimo que es la interpretación. Ya ahí no podrías quedarte en la parte física "desde mi punto de vista" porque estaría incompleto. Yo estoy moviendo mis brazos, pero no sé por qué, okey, yo los muevo, pero no van a encajar, pero porque, porque no tiene la sensación de tener la certeza que estoy mirando un pañuelo, de que estoy trabajando la parte delicada de mi cuerpo, y que voy a acompañar con ese pañuelo a mi chica. Tengo la certeza que me voy a sacar el sombrero para darle el pase a la señorita, que vaya usted por aquí, mire usted aquí hay sombra, por aquí no te va a dar el sol. Un mensaje protector. Entonces si le dices sácate solamente, "sácate el sombrero y ponlo arriba", pues lo voy a sacar y lo voy a hacer. Pero cuando sepa por qué el movimiento se va a fortalecer porque tiene una significación, tiene un mensaje, y la ejecución cambia con el mensaje. No es solo un movimiento de cuerpo. Empieza a tener vida el baile".

E20: "Los bailarines mediante el vestuario si puede fortalecer la disociación de movimiento de su cuerpo, porque cada elemento vestuario que utiliza, en el caso la mujeres la falda, involucra que se tengan que fortalecer ciertos tipos de movimiento, en caso de la falda y a partir de los hombros, los brazos, antebrazos, muñecas, dedos, entonces el cuerpo aprende a controlar todos esos rangos de movimiento independientemente, pero también, buscando que todo esté en armonía, de la misma manera el pañuelo en ambos casos, en el sombrero en el caso del varón, siempre buscando de que ese conjunto de músculos, estén en armonía pero que se trabajen de manera individual".

E21: "Discúlpame, pero yo creo que, si hablamos de una estrategia metodológica para fortalecer la disociación, el uso del sombrero y la falda tendría que estar en un periodo muy avanzado del aprendizaje para que, si ya tienes tú, el estudiante, el educando demuestra dominio de la disociación corporal, entonces está en condiciones de poder recién incluir un elemento adicional. Sin disociación corporal primero, es imposible usar un

un brazo al otro. Entonces hay que estar muy atento a como cabeza, brazos, se acomodan a las intenciones que voy a dar desde las calidades que tienes. Si es un pañuelo grande, chico blanco, rojo, con blonda, sin blondas, si cuando hago así sube o no. Si es un paño, una falda grande que pesa 12 kilos o solo pesa 1, o es un anaco o es un ¿qué es? ¿Cuánta pesa? ¿Qué me significa a mí? ¿Cuánta energía requiero para? y si quiero decir ven con mi pañuelo o mi falda. ¿Cómo lo hago? De qué manera llego a eso. Y cuánto Le imprime energía a cada una de las partes de mi cuerpo este para que alcance esa intencionalidad. Es definitivo que aquí el cuerpo se ordena y conscientemente las intenciones y se buscan de manera orgánica, solitas van a aparecer. Y lo que sí me parece loco es cómo abajo se siente la idea. Cada vez que hay que manipular más o dar más intencionalidades de mis extremidades, en mis brazos, abajo se vuelve más anclado todo. Hay que agarrarse del piso como si fueras un gato

movimiento de falda, las niñas con el proceso van desarrollando, que tú dices ¡Wow! o sea como logran pasar la falda por aquí, agarrar las dos, girar, incluso llevar el pañuelo, en un momento esconderlo, y ya saco la falda otra vez, o sea toda esa disociación de movimientos porque los pies en todo momento se están moviendo. O sea, en todo momento, en la marinera los pies están en movimiento. En el lateral sostienes o haces un giro, y al mismo tiempo está jugando con el faldeo. Y su falda va pasando de aquí para allá, su pañuelo lo vuelve a jalar, y tú dices ¿y los pies?, y la cabeza que la va acompañando porque golpea y ¡asu! O sea, está haciendo en menos de 3, 4 segundos hace más de 6 movimientos con el cuerpo. Porque la cabeza está aquí, la cabeza acá, la falda la volvió a coger por acá y el pie dibujo otra cosa en el piso, ¿entiendes?, o sea igual con los varoncitos con el sombrero, el pañuelo, pasan el sombrero de una mano a otra, y luego adornan a la pareja con el pañuelo, y que por ahí se arrodillo, o que hizo un giro, entonces en todo momento el cuerpo está presente. El cuerpo está presente en todo momento. Haciendo distintos movimientos con esa división que hicimos, El peso del cuerpo va pasando de un estado a otro. Y los pies al momento de la fuga del zapateo pues, ya imagínate. Los pies van a otro ritmo, y

elemento porque yo te digo, vas a confundir más a la persona que está haciendo modos para poder encontrarse, encontrar su propio cuerpo, y le colocas algo adicional, peor. O sea, si ya tiene bastante con su propio cuerpo, imagínate con algo adicional. Un el nivel superior de disociación corporal. Si ya ha logrado disociar su cuerpo, está listo para poder trabajar un elemento, quizás para reforzar, mejorar la disociación corporal".

E23: "Ya ahora, el uso de implementos va a favorecer al a que el artista puede expresar con mayor seguridad lo que dice la letra de la marinera, en este caso yo, por ejemplo, si yo lo hago solamente con mis brazos, solamente yo veo círculos. Pero ahora me imagino, me pongo una falda. No, ya estoy simulando el movimiento de unas olas, ¿no? O sea, vas a favorecer a la expresión corporal del bailarín, ¿no? En este caso ya lo estoy favoreciendo, a la bailarina. En este caso ya le puse una falda, le digo a ver, quiero que me hagas olas, quiero que me hagas barquitos, ya no son solamente brazos, sino también es su falda. De igual manera el varón, su pañuelo y su sombrero. ¿Verdad? Quiero que me escenifiques que le estás cubriendo del sol a ella, ¿no? Igual él va a ponerle su sombrero sobre ella. ¿Verdad? Y también va a ir dándole lógica al baile. Porque tú sabes que hay bailarines. Tú sabes que el sombrero es totalmente para el sol. Y a veces también se olvidan de ponérselo, ¿no? Y peor aun cuando solamente ponen el sombrero al costado de ella. ¿Pero qué es lo que quiero realmente con el sombrero? Quiero tapparla a ella del sol. Entonces también yo puedo ponerla sobre ella, no ponerle eje sobre su cabecita, no, sino tappar. Entonces ya estoy dando un bello mensaje ahí ¿no? Entonces ahí. El alumno está favoreciéndose de estos instrumentos que es su falda, su pañuelo, su sombrero. Para, para la marinera".

E24: "Como decíamos hace un rato, nosotros los maestros, de guía, ¿no? Entonces, si un niño o una niña desde el momento que se pone en el vestuario que usé en ese momento para marinera, entonces todos esos movimientos que va a ejecutar le va a ayudar a tener un mejor desenvolvimiento, físico y coordinado, una buena coordinación, va a asociar mejor el trabajo físico y mental, y psicológico. Desde el momento en el que se ponen el vestuario, pues el niño ya está, ya se siente seguro porque va bailar marinera con su vestuario, entonces va a lucir, va a tratar de decir su sombrero, va a lucir su pañuelo cuando su mano derecha, y los dos tienen que ir coordinando, la chica al momento que se va a poner su falda, va a influir hartito, porque al momento que ella levanta, la

con dedos de los pies, no como si fueran una mano. Tienes que agarrar del piso, para buscar que tu brazo comunique una intención. Tu sombrero, y por supuesto, las chicas. Los aretes, los accesorios, el peinado, todo eso pesa. Todo eso pesa. Entonces tiene que haber un análisis de esos elementos en el cuerpo. Y es cierto, estamos hablando de niños pequeños y que no van a bailar marinera en un concurso. Pero qué pasa si comienzas a trabajar con esos elementos como parte del entrenamiento. Si empiezas a construir aretes de juegos, no, de repente se maquillan, no, de repente se peinan con trenzas, se arreglan con flores, se ponen y bailan con eso. Esos elementos les van a dar como recursos de la cabeza y al cuello, nuevas invenciones, nuevas sensaciones para entrar a ese lenguaje de disociados de una marinera que se puede enriquecer desde los elementos definitivamente. Así que ahí sí creo que es fundamental una investigación".

E22: "Por eso vuelvo a

arriba pues la postura te muestra dos energías distintas en un mismo cuerpo. Eso es increíble".

E17: "Uff me parece que es súper importante, como tu mencionabas también en la marinera norteña al igual o parecido a la marinera limeña, pero en la marinera limeña te lo enseñan desde un inicio, creo yo que es súper importante el trabajo del pañuelo en el caso de la marine norteña tenemos tanto que aprender y tanta información que a veces el pañuelo a veces queda para después para el final hasta uno se olvida, entonces me parece al momento cuanto tu encuentras ese mensaje que debes dar con el pañuelo o la sensación que debes tener con el pañuelo mientras haces el movimiento, cuando lo encuentras vas descubriendo que este trabajo de disociación es realmente indispensable porque tú te puedes ir a la derecha pero tu pañuelo puede estar, normalmente uno piensa me voy a la derecha pañuelo arriba me voy a la izquierda pañuelo atrás o adelante, abajo, digámoslo así, no necesariamente ahora puedes ir a la derecha llevar tu pañuelo adelante, llevarlo abajo atrás, es como difícil al inicio es como bastante complicado, pero es todo una ciencia porque de verdad es otra cosa, tu puedes estar así tu pañuelo por acá adelante, después al costado o puedes darle vueltitas, puedes llevarlo arriba y son movimientos

chica su falda y su pañuelo, ya sabe ella que va a lucir el pañuelo, va a lucir su falda. Entonces eso de ahí crear en el niño, crea mentalmente, ya lo preparas antes de salir a bailar. Ya el niño va a saber que va a tener un buen desenvolvimiento. Y de repente se puede equivocar, pero que se va a equivocar de hecho. Entonces puedes decir que para la para el próximo baile va a ser mejor porque ya va a tener mejor coordinación, mejor asociación de movimientos".

repetirte, depende de lo que planteo el profesor, porque muchas veces el alumno de por si no es un creativo de disociar. Entonces, el profesor es el que plantea las características de movimiento que tú quieres, porque disociar, por ejemplo, está asociado a que tu cerebro planteo en este hemisferio una cosa, y en este otra. Y en la marinera, normalmente los movimientos están asociados. Me refiero a que, si tu levantas el pañuelo con la mano derecha, la izquierda de por sí, se va o hacia atrás, o esta acá. No hace esto, o sea, no disocia en realidad. Por eso los ejercicios como ejercicios, se pueden hacer. Pero el alumno no lo hace solo. Me imagino que es parte de las estrategias que plantea el profe".

que vas haciendo con tu cuerpo y a la par tu mano, tu brazo hace otra cosa entonces tu cabeza ¿Dónde está? es un trabajo que no solo debe ser más que consciente creo que tienes que trabajar con el otro lado, con el inconsciente porque solamente creo que tienes que de tratar de dejarte llevar y eso es lo más difícil porque uno trata de trabajar siempre conscientemente entonces cuando dices -ya deja de pensar y solo muévete-, bloqueado, es un trabajo difícil donde se necesita mucha practica recordarlo todo el tiempo y aplicarlo en lo posible ya sea el pañuelo o la falda que también tiene su cosita sus adornos colocarla diferente porque si no, no la luces o sea para que tienes falda si no la vas a lucir sino la vas a mover sino vas hacer otras cositas es practica totalmente".

Pregunta 11: ¿Qué tipo de trabajos didácticos puede fortalecer la disociación de movimiento en los estudiantes que incluyan la ejecución de zapateos, desplazamientos y figuras de la marinera?

| Subcategoría | Citas codificadas | | |
|-----------------------------------|--|---|---|
| | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| Disociación de movimientos | E4: "Que pasos, que movimientos, ya. Por ejemplo, cuando tú haces, pones los dos pies al suelo, los dos pies al suelo y juegas hacer chócatela de espaldas, colocas a otro niño atrás y entre los dos juegan mientras que tú también le pongas el control, porque si no olvídate. Con los niños es como una especie de coger la cuerda ¿ya?, aflójala, pero cuando ya veas que está muy | E3: "La disociación en figuras cuando no, ya cuando tu bailas marinera ya figuras no es cierto, la | E1: "Poner distintos ritmos de música. Me funciona mucho poner distintos ritmos, ya sean muy |

floja "clip" la vuelves a jalar. Y la vuelves a soltar, aja. Entonces, en el caso de por ejemplo en estos juegos de las manitos normalmente empiezan como que, si qué bonito no, pero puedes llegar a un punto donde si el profesor no ajusta pues se le va el juego de las manos y te sobrepasan ¿no?, entonces ajusta y juega".

E7: "Entonces en el tema de zapateo, del desplazamiento, de la coreografía, realmente, todo va conectado y realmente cuando los niños ya llegan a un nivel, en el tema físico o en el tema de los músculos, la coordinación es de pies a cabeza, o sea todo, es una suma de todo. Obviamente hay técnicas también para eso, por ejemplo, no sé, si queremos que, como ya lo había mencionado ¿no?, en el tema del zapateo, yo quiero que el niño levante más su zapateo, le hacemos hacer el tema de la escalera, o si queremos por ejemplo que, tenga un mejor desplazamiento, le hacemos avanzar por toda la pista de baile, no sé, le ponemos un palo, y estamos ahí, y el chico, los niños se van desarrollando, o sea, ya lo niños que llegan a un muy bien nivel".

E9: "Perdón, yo creo que las rutinas que pueden ser armadas por el profesor, rutinas de dos tiempos de tres, de cuatro tiempos, pueden ser técnicas metodológicas para poder ejecutar esta secuencia de pasos. A la secuencia armada de pasos. Yo creo que los profesores como haces tú Gonzalo porque te he visto y también por ejemplo he visto a Martin que enseña muy pero muy bien ese tipo de cosas. Arma primero paso por paso, y luego vas juntando los pasos para una rutina final, o un movimiento final. Entonces eso es muy importante. Yo cuando tomo clases, yo miro la, como le decía a mi esposa, que siempre es el punto más, cuando estas con tu pareja bailando, la pareja siempre está detrás de la coreografía, en cambio yo no puedo mirar, con el ojo, y por los estudios y por la experiencia, yo miro el paso separando cada parte del paso, porque para mí es una disociación y va unida después a una rutina completa".

E10: "Trabajo bastante, yo personalmente y es muy importante la disociación para mí, el tema de zapateos rítmicos, por ahí preguntan ¿existen zapateos arrítmicos? Claro que, si existen zapateos arrítmicos webon, estúpida su pregunta, pero bueno, el rítmico me refiero a que le saques provecho a la rítmica de la marinera, que no sea un simple punta y taco, un taco taco, sino que sientan el "tacatá tacatá tacatá...", son golpes de percusión que tú los puedes expresar con los pies y te ayudan bastante, y trabajo bastante en sitio, y en desplazamiento, pero sin dejar de mover el pañuelo, y la cabeza en constante tiempo. Empiezo con cepillado, comienzo a hacer los cepillados "tataca tataca tataca, ¿sientes el ritmo? ok, "comenzamos a mover el pañuelo en cuatro" (tarareos), -sigue pisando el ritmo-, y tu brazo también, y los hago pensar en piernas, en brazo, y una vez que la cogen dices ¿ya la cogieron no? Ya, ahora diviértete webon. Diviértete que estas bailando".

E11: "Okey, lo que te he mencionado, el trabajo que hacemos es el trabajo en el sitio, de full zapateos, reconocimiento de la colocación del pie,

disociación de figuras nono, pero si zapateo, o sea los básicos, pero que ya lo dominen porque tú tienes que hacer que, esto ya es un nivel intermedio – avanzado, para que puedan disociar ya han debido de dominar primero el equilibrio, el tiempo musical o sea ya saben hacer un lateral, un escobillado un punta talón, si, y han dominado el anterior que me dijiste equilibrio y lateralidad, o sea ya dominan. Lo primerito es lo introductorio y esto ya es un nivel intermedio, o sea tú no puedes trabajar eso ni bien entres a trabajar, porque no te lo van hacer".

E6: "Bueno, una de las cosas que les digo, también es hacer los rapiditos, que la mayoría también lo hace, hacer rapiditos arriba y con el pañuelo arriba sin mover el cuerpo ¿no?, eso siempre se hace, todos los hemos hecho, Algunos les ponen hasta libros y comienzan a hacer laterales, sin que se mueva el libro eso yo todavía no lo hago. A algunos le ponen para corregir la

lentos o muy rápidos y en base a eso trabajar el movimiento.

Por ejemplo, cuando pongo una canción tipo salsa

¿Cómo moveríamos las caderas? O ¿Cómo una quimba?

Clásico, para hacer una quimba en la marinera, ya "taquitata", escucha la canción, "taquitata", suelta la

cadera, "taquita", mueve el tronco, ahora llévate más allá, déjate llevar por la música. Ya, "Prum".

Marinera, sigo con la misma sensación,

¿Por qué empiezas a ponerte duro? ¿Por qué te tensas? Otra vez la salsa, "suelta ta ta", claro".

E2: "Tomando lo anterior, todo tipo de premisas que hagan que ellos poco a poco vayan encontrando ese dominio que no es fácil, de inicio, hay que tener hartísima paciencia Creo que esta área toma su tiempo en fortalecerse, en consolidarse; por decir, pasamos de movimiento libre y ya

por ejemplo, el tema de las patadas que caigan con mucha precisión, ajuste del abdomen, ajuste de los glúteos, que la pierna caiga correctamente bien, con estos elementos como te mencione, de las pesas, luego haces un trabajo aéreo, en el salón de clase haciendo laterales, por ejemplo, para mantener la postura los tienes bailando la base del lateral en la parte de abajo, para que ellos vayan reconociendo la postura adecuada que tienen que hacer, vuelta a la derecha vuelta a la izquierda, el tema del uso del palo, que funciona súper bien para los cuadrados, las ligas, las vueltas. Uso mucho también el tema del caballo, la potencia del caballo, de ir de un lado a otro, con los caballos trabajas la potencia también. Esa es la forma más o menos con la que yo trabajo. De alguna manera segmento a nivel de tiempos mi clase".

E12: "A ver, juegos didácticos. Bueno, justo lo que te expliqué hace un ratito, yo busco que por ejemplo con los zapateos hagan movimientos de brazos, como que de contraparte, si los pies los hace rápido los brazos tienen que ir lento, incluso no siempre les pongo marinera, les pongo otros ritmos que son muchos más tacatá tacatá tacatá, que tienen que zapatear tacatá tacatá tacatá, ya ¿y arriba?, sí o sea tacatá tacatá tacatá los mareo, claro después a la larga se dan cuenta de que si sirve porque igual en esa rítmica que es más rápida tipo yo trabajo a veces con Nova Lima o con otras músicas de fusión que es mucho más rápido, que el pie lo haces rápido y el pañuelo a veces también tacatá tacatá tacatá tacatá, juégalo, juégalo ahí es donde muchas veces al comienzo hasta se matan de risa porque no les sale pero luego lo van logrando, eso es en los grandes ya que tienen un baile, en los niños sabes cómo hago a veces, juego con conos, eso es algo que yo también cuando los veo, incluso lo he hecho hasta con los que ya concursan, y en un momento como que ya vamos a relajarnos vamos a hacer esta dinámica; les doy conos y tienen que formar torres, tienen que formar una pirámide perdón, entonces al comienzo es corriendo y tienes que pararte y armar tu pirámide, ya genial ¿Quién ganó? Ya este grupo. Ahora lo tienen que hacer haciendo batiditos entonces se tienen que parar y hacer batiditos y con los batiditos le van pasando y tienen que ir formando la torre con los conos. Si me bajas el ritmo de las piernas no vale y si por ejemplo tu cuerpo en la parte de arriba se acelera por tus pies se te caen los conos. Entonces ya les hago como que esas dinámicas; primero lo hice con los niños y como vi que funcionó, obviamente con los niños era solamente en un pie, con los dos pies, con una mano atrás, entonces ya van separando como que sus movimientos corporales, pero ya los que concursaban si los hacía con batiditos, con caballito, por ejemplo les hacía hacer incluso a algunos con repiques que era mucho más complicado pero por ahí, querían hacerlo, obviamente es muy difícil pero lo intentaban y trataban de separar la parte de abajo con la parte de arriba. Entonces ese si eran mis dinámicas por así decirlo".

E15: "El zapateo es lo que acabamos de hacer ahorita, y los desplazamientos es simple, con el movimiento del tronco. Cuando hacen laterales,

postura, algunos les ponen palos y se quedan quietecitos para hacer los laterales. Pero lo que yo generalmente hago es tener el pañuelo arriba y mantener la espalda sin nada, como si no se moviera. Ese tipo de trabajo, tanto los laterales y como los zapateos, se realiza de fortalecer la disociación de pies rápidos y cuerpo natural. Ahora a veces hay personas que no lo aprenden natural, se ponen duro pero no se le ve natural. Pero es todo un proceso también, en la primera etapa pones el cuerpo duro hasta el cuello se te pone tenso, pero una vez que ya estás un poco más relajado, ya logras tener la postura, ya bailé más natural".

E13: "¿Qué tipo de trabajos didácticos?, Bueno para la disociación ya no intervienen los que te había mencionado anteriormente, los conos esas cosas no. Yo creo que para la disociación más que todo un trabajo práctico, pero ya en si con los pasos, secuencias figuras, secuencias, figuras, secuencias,

vamos a la secuencia. Hacemos taco-taco, pasamos al pañuelo, pero nuestro pañuelo tiene que estar suavemente, como un pincel que vas a pintar en el aire. Y que paso con las piernas, se bajaron, ¿Qué paso con las piernas?, estar presto el docente siempre ahí a dar el feedback, las indicaciones. Siempre es vital la presencia del docente que no esté sentado, que ya "ahora muévanse". Sobre todo, en esa edad, sobre todo si recién están empezando a formarse".

E5: "A ver, como yo te iba explicando, pegarle los elementos de una forma didáctica es muy bueno, ahora otra forma didáctica muchas veces yo los ayudó, yo uso pañoletas grandes con mis alumnos para poder tratar de soltarse y ellos mismos se den cuenta que no solamente es bracito bracito, sino el que trabaja es el torso, por ejemplo a

llevar el movimiento del pañuelo a un lado, mientras que vas haciendo laterales, al otro lado. Que vayan reconociendo esto. La parte de los cambios en las olas, lo que también te decía, cuando hagas los cambios los laterales se mantengan, que no se estén cayendo nada más, entonces todo lo que es de pasar de un lado a otro, están reconociendo el control. La parte que, si es de los brazos, la mano, como cuando estas avanzado laterales, todo lo que haces, por un lado, lo haces para el otro lado. Y para el otro lado es lo mismo, todo lo que haces con un sombrero para un lado, lo haces para el otro lado, eso son más que nada los ejercicios. El ocho es un ejercicio básico para trabajar todo eso. Ahí agarras el cambio musical, agarras el trabajo del pañuelo, agarras el trabajo de brazo, haces trabajo de quiebre y entonces todo ese movimiento, estás trabajando al mismo tiempo en sincronizado. El ocho para mí es todo, yo me puedo pasar 80 días en el ocho hasta que le salga lo musical, lo corporal, que lleve el pañuelo a un lado y que 1 - 2 - 3 y cambio 4 -5 - 6 y cambio. El movimiento es abriendo, los ambos lados, el movimiento es acompañando, y eso es parte de la disociación porque tienes que llevar todo, reconocer mientras que mantienes el omoplato junto, llevar, y de costado. Con el ocho se trabaja todo perfecto".

E16: "A ver, de hecho, hay un trabajo muy interesante que siempre, bueno, hoy en día lo veo más constante en algunos docentes, que es el trabajo de botellas con agua, que hace que también los brazos tengan un trabajo diferenciado, que las piernas, por ejemplo, usen estas pesas, y que también a veces trabaje con... en mi caso yo trabajo mucho con... fusiono mucho, y trabajo mucho con la parte de la manta, por ejemplo, un elemento que sea grande, con un mantel, con una manta, que ayuda mucho a que el movimiento corporal sea más flexible, que acompañe, sea más ondulado y que sea más rítmico también el movimiento, entonces por ejemplo, en mi caso, yo trabajo mucho con esa herramienta del chal, del manto, porque ayuda mucho en el trabajo corporal. Hay otras personas que usan mucho las botellas con agua, las mancuernas, hay otras personas que trabajan mucho el tema de vara, lo trabajan arriba, al costado, atrás, y van como que, desmembrando un poco los movimientos. Luego, otro trabajo que he estado desarrollando mucho es el tema del uso de una pelota de pilates, yo trabajo mucho el tema de la pelota, para también el movimiento ondeado, y también la velocidad con el lanzamiento de la bola, al momento de bailarla. Entonces, ahí tú vas creando un tipo de dinámicas, en donde tú vas haciendo que el alumno, desde los niños, vas haciendo que ya despierten no solamente su creatividad, sino también este tema de aflorar movimientos que de repente así nomás no lo encontraba, y se dan cuenta que son capaces de generar otro movimiento más rápido, más dinámico, entonces ahí hay bastantes herramientas".

E18: "Por ejemplo, que movimientos, para hacer los laterales, el pie de apoyo automáticamente va a implicar que el otro pie, el que no va a apoyar se ponga en punta, o en el caso del zapateo, yo

figuras. El tema de la disociación, como te lo comenté hace un rato es más complicado.

Estas yendo así ¿no?, en orden, porque has empezado con equilibrio, lateralidad, disociación, no quiero saber cuál es el último -jajajajaja- pero sí, yo creo que va en ese orden, trabajar secuencias, trabajar pasos, secuencias, figuras, en ese orden, - Pasos, figuras, secuencias-. Y las secuencias ayudan mucho. A mí me, yo por ejemplo marco una secuencia de pasos, y luego le aumento un poco más, y luego le aumento otro poco más, y al final hago una figura gigante, me gusta trabajar así en mis clases ya para niños intermedio, mis niñas intermedio, y ahí es donde les puedo corregir bastante el tema de la disociación, lateralidad, equilibrio y todo lo que interviene en la marinera".

E14: "Yo no pondría pesas ah, soy enemigo de poner pesas o de poner elementos deportivos. Vamos a decirlo, no, palos, no lose, Yo, pero si

veces agarra una pañoleta grande y lo pongo detrás, y les digo chicos "vamos a movernos de esta forma" y "ahora quiero que cepillé" y "buscó por acá baja para acá" entonces su cuerpo se va a ir soltando va a ir agarrar un movimiento natural y cuando tú sueltas ya solito va a ir yendo de un lado a otro. Por ejemplo, tú quieres darle velocidad o agilidad en la pierna a los chicos con rapidito, por ejemplo, yo trabajo a los chicos también trabajo "ya chicos lo más rápido posible pero lo más tranquilo arriba no se mueve nada", "estatua arriba, rápido estatua", "suelto, estatua arriba", entiendes. Es mismo, quedarse ahí es una sensación diferente a lo que estás haciendo arriba, entonces también la disociación corporal pasa por esa sensación también, de poder ver velocidad arriba y abajo no pasa nada".

coloco un pie y automáticamente ya me voy a dar cuenta que el otro pie tiene que zapatear en el caso del zapateo. Cuando yo quiero hacer vueltas, si apoyo mi pie derecho, implica que yo me voy a inclinar hacia la derecha, y mi brazo va a pasar adelante porque no podría tener el brazo atrás, se vería un poco raro. Entonces, y para darle sentido al movimiento, porque todos los movimientos más allá de su propósito técnico, tienen que tener un contenido para que se cumpla el mensaje del baile. Si hago el zapateo, apoyo el pie derecho, automáticamente el pie izquierdo sale a zapatear, apoyo el pie izquierdo, automáticamente el pie derecho sale a zapatear. Hago el caballito, apoyo el talón, automáticamente el otro pie esta que amortigua, apoyo el otro pie, amortigua. Entonces es como una coordinación exacta y eso definitivamente a los estudiantes les va a favorecer en muchas cosas que van más allá del baile, van a tener mayor capacidad de reacción, mayor capacidad de alerta, ante algún movimiento. Inconscientemente nosotros recibimos habilidades a través de los ejercicios de disociación, dentro del baile, estamos hablando".

E19: "Mira, con los zapateos es diferente a los trabajos con los brazos, ¿no?, muy diferente porque los zapateos en realidad lo que me va a generar desplazamientos, yo no le encuentro mucha disociación en el zapateo, ¿Por qué?, porque puede haber zapateos fuertes y suaves. En cambio, en desplazarme con zapateos, si me genera, mas no disociación, yo creo que la variedad de los zapateos hace que trabaje fuerza, por un lado, velocidad y calma por otro lado, dependiendo el zapateo que ejecute. Yo creo que más la disociación yo la encuentro en el tema, más en los quiebres para la cintura, para que el tronco ejecute vueltas, suspendidos, se encuentra en los brazos, en la cara, en la mano misma por el pañuelo, mas no lo encuentro en el pie, en la pierna, por ejemplo. Yo creo que más que nada trabajo el tema de los brazos y del tronco. Entonces yendo a tu pregunta, yo trabajo ejercicios más de brazos, de cuello, de tronco, para ejecutar la disociación, para ejecutar la disociación al momento de mezclarla con la velocidad y fuerza de los zapateos".

E20: "Los ejercicios didácticos que se puede trabajar para mejorar la disociación del movimiento de los bailarines, es haciendo que los movimientos se ejecuten de menos a más. O sea, dividirlos de tal manera que el estudiante o el alumno pueda comprender desde donde parte desde donde se genera el movimiento.Cuál es el origen del movimiento, para ejecutar algún adorno, figura, etcétera, entonces del alumno tiene que comprender y una vez comprenda, hacerlo de menos a más, o sea, lentamente y luego más rápidamente hasta que sea algo involuntario que simplemente el cuerpo lo ejecute".

E21: "A ver, si tocamos el tema del zapateo, eso también es, ahí se comete un gravísimo error, porque no se a quien se le ocurrió que para zapatear había que endurecer la espalda, y de la cintura para abajo mover las piernas y de la cintura para arriba endurecer la espalda. Eso no es un movimiento natural. Cuando tu zapateas de

me si me atrae la idea de elementos. Pero estos elementos de los que te conté antes, Elementos que le den al cuerpo otras posibilidades de cualidad, pero, pero que estén enlazadas al contenido mismo de la marinera, sea jugar con estas cosas de las que hablamos hace un momento con s esto, con lampas, con un cubito, con jarrones, con botellas, con ponchos diferentes, con paño de leche, mantas, tantas cosas, faldas diferentes. Por ejemplo, también el préstamo de los elementos, pasarse el elemento uno con el otro. El sombrero en la dama, por ejemplo, es algo que se veía mucho en la marinera mochera y que ahora por convención, hombre mujer se ve mal, Que una mujer use sombrero ¿no? Pero digo yo, yo los haría jugar con faldas, con lapas, con jarrones, con paños, mujeres con sombreros, con ponchos para que un poco investiguen y no sólo sobre su cuerpo, sino también en el cuerpo del otro,

E8: "A mí por ejemplo en algún momento me ha funcionado de manera didáctica poder trabajar, que ellos tengan algo en algún momento sosteniendo aquí adelante, un bastón, o un recipiente, y que ellos vayan trabajando subirlo y bajarlo en cuatro tiempos a un ritmo, mientras que van ejecutando el zapateo, yo digo "1 2 3 4 y 1 2 3 4" y van zapateando y van moviendo el objeto. Entonces "Chicos se dan cuenta que los pies van haciendo una cosa y arriba el cuerpo tranquilo, sereno". Entonces eso ha sido una manera que yo he encontrado para que ellos puedan entender de qué arriba el cuerpo puede ir haciendo una cosa, y abajo otra. Igual cuando he tenido que trabajar, por ejemplo, solo los pies, por ejemplo, plantearles un zapateo solo con un pie, y plantearles otro zapateo con el otro pie, que lo vayan combinando.

manera irreprimible, la parte superior del cuerpo debe mantener una coordinación con lo que estás haciendo con los pies. No es que zapateas de la cintura para abajo y la parte de arriba se queda tiesa; eso no es cierto. Eso es una aberración para el movimiento. Claro que se puede hacer, hay muchas formas y todo, vuelvo a repetirte, comienza con el pulso. Ese es el punto de partida de todo; reconocimiento del pulso musical. Si tú no sabes qué cosa es el pulso, y si no sabes en que parte del cuerpo estas llevando el pulso de los que estas escuchando, estas en nada".

E23: "Desde que el alumno empieza a formarse, nosotros debemos psicológicamente ayudar al niño a que la energía está de la cintura para abajo, de la cintura para abajo está toda nuestra energía, pero no de la cintura para arriba. Debemos mantenernos sobrios, tranquilos. ¿Verdad? yo no lo hago al alumno, por ejemplo, que me haga un movimiento brusco O que me haga marcaciones con el cuerpo de una manera exabrupto. La marcación fuerte que lo haga con sus pies, con las piernas de la cintura para abajo y de la cintura para arriba, es full elegancia. ¿Cómo puede trabajar esto? Por ejemplo, cuando me haga cuando hago trabajos de zapateo, le cojo la cintura. ¿Para qué? Para evitar que salte. Le cojo fuerte la cintura y le cuesta porque va a comenzar a sentir más pesado sus piernas. Levántame "tópame las manos" mientras yo le cojo la cintura fuerte. Y, es más, un poquito. Trato de bajarlo un poquito para que él mismo sienta que la fuerza está abajo. La fuerza es de la cintura para abajo. Ya después para trabajar arriba puedo poner un palito, que es lo clásico, Lo interesante, y en el más evitar que salte".

E24: "Bueno, primero yo pienso que el trabajo que se tiene que hacer para esto, antes de, es un trabajo físico, no matarlo tampoco como que se utiliza ahora, que masacran antes al alumno y a la hora de bailar ya no hay donde respirar. Pero bueno, es parte del momento y del concurso ahora, porque el concurso es una cosa y enseñarle a bailar al niño es otra cosa. Entonces yo pienso que hay que preparar, uno físicamente, al momento del trabajo físico, ir haciendo movimientos de coordinación con brazos como decía antes, derecha, izquierda, levantar el pie derecho, levantar el izquierdo, ve y desplázate con el pie derecho desplázate con el pie izquierdo. De repente es sentado un poco, juntar la rodilla derecha, juntar la rodilla izquierda ir levantándolo echada en el piso, el pie derecho, el izquierdo, ir haciendo movimientos con el tronco, ir trabajando el cuello derecha, izquierda arriba abajo. Ir haciendo quiebres, quiebres de espaldas porque hay que buscarle un poco antes de que el niño vaya sabiendo, vaya conociendo sus movimientos con su cuerpo, lo importante que es y que tiene que tener para poder bailar".

es decir, la falda de la chica. Usada no sólo por la chica, por ejemplo, bailando en dúo el niño trabajando con la falda de ella, o sea sosteniéndola, pasándosela, quitándosela, jalando, igual en el poncho con el hombre no".

E22: "Bueno, en un inicio trabajar con las básicas, las marineras básicas, los predispones a que reconozcan las partes de una marinera, y luego ingresar con algunas variantes a esas marineras, que son las que empezaron con esos silencios, hasta que ya llegas al concurso 2028, que tienen silencios, que duran 5 minutos, donde ahí la parte creativa ya desborda, pero en cuanto a disociar, bueno si, básicamente yo lo que sugeriría es que se lleve de una manera rítmica, mas no desagregar movimientos. O sea, plantearlo de la manera global. Pero no darle el tiempo a cada uno, sino que fluya, y que el alumno interiorice el sonido de la música, mas no necesariamente solo el ritmo, porque el ritmo lo tiene que llevar en los

Un zapateo con un pie, y otro zapateo con otro pie. Eso también ha ayudado que ellos puedan entender de que pueden ir combinando los zapateos, pero siempre teniendo en cuenta de hay que equilibrar el peso del cuerpo, tanto para uno como para el otro. Eso también me ha servido, me ha funcionado".

E17: "Yo creo que es por ese lado trabajo de sensaciones o de ir colocando poquito a poquito ciertos movimientos en pasos que ya conocen para que no se sientan de cero sino a un paso que ya conozco le meto una caderita o el dedito para un lado para el otro y soltando el cuerpo y botar esa rigidez de repente que uno que al inicio es importante al inicio es importante, pero después ya tienes que ir soltando, entonces -pero me no tenía que estar así- sí pero ahora vamos a quebrar un poquito a veces ellos mismos los se

pies, que es el patrón rítmico". confunden entonces la idea no es esa, la información por eso hay que darle poquito a poquito y que el cuerpo vaya fluyendo naturalmente".

Pregunta 12: ¿Cómo cree que influye la práctica de la marinera para el fortalecimiento de la coordinación visomotriz dentro en la psicomotricidad en estudiantes del nivel primario?

| Citas codificadas | | | |
|-------------------------|---|---|---|
| Subcategoría | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| Coordinación visomotriz | <p>E4: "Definitivamente te desarrolla mucho los reflejos, tanto como cualquier deporte ¿no?, el hecho de a veces cuando haces un giro y de pronto te encuentras con tu pareja de que la tienes acá, entonces no solo es la visión en, digámosle direccional sino, es una visión de 360° ¿no? en la que no solo desarrollas tu campo a esta altura y en ti, sino al nivel de un espacio, ¿maso menos cuanto utilizamos?, dependiendo de la casa, desde tu casa hacia el coliseo gran chimú, entonces tu campo energético, hablando del foco de energía, se amplifica ¿no?, y te vuelves más sensitivo incluso a veces con los ojos cerrados puedes lograr saber si es que alguien esta atrás. No sé si te ha pasado. A los bailarines les pasa mucho, solo que a veces no lo experimentan. Pero cierra tus ojos y vas a saber cuándo algo esta atrás, y eso es porque ya vamos desarrollando otro tipo de sensibilidad, que tienen que ver ahí con un tema energético".</p> <p>E7: "La coordinación visomotriz es la suma de todo. Entonces, esto también, esto creo que ya lo hemos mencionado, los niños realmente lo logran a un 100%, o sea, por ejemplo no sé, vamos a como me decías hacia un rato, vamos a un concurso cualquiera, y vamos a ver disputar una final de una categoría de niños, o sea las tres, yo estoy segurísimo que las 3 parejas, o sea bailan muy bien ¿no?, entonces, ¿Por qué?, porque tienen desarrollado todos los sentidos, sentido de ubicación, su ubicación en el espacio, el odio, el ritmo, enfocado al ritmo de la música, de la marinera, la coordinación, no solamente individual sino la coordinación con la pareja, que es algo</p> | <p>E3: "La coordinación no es cierta. Mira yo he visto bailar muy chicos y bien todo, marinera norteña, pero hazlo bailar otra danza y bailan mal y es tema de coordinación. Pueden, desarrollar muy bien la lateralidad, puede desarrollar muy bien todo, pero hazlo bailar destejo y bailan así, ¿porque crees que pasa eso? Sí tú lo has vivido porque crees que te paso eso. Porque comienzas a aprender de memoria a la paporreta y no eres consciente de sus movimientos. La marinera no desarrolla la coordinación frontal, la marinera desarrolla todo lo que es lateral, la marinera desarrolla los movimientos de lado, no</p> | <p>E1: "Es importante definitivamente. Poder reconocer, poder, ya acá es el todo ¿no? Que logren todo. Escuchar, ver, visualizar, poder sentir, poder entender este lenguaje y lograr, es el producto final cuando ves a los chicos cuando ya han logrado poder conectarse con la marinera y entender hasta, considero que es lo más difícil para ellos, las marcaciones ¿no? Conocer las marineras, el hecho de que escuchen marineras, el hecho de que reconozcan qué marinera es, las marcaciones, enseñarles la estructura de la marinera. Cuando ya tienen todos estos recursos, o por lo menos cuando ya ellos pueden desarrollar esto y controlar su cuerpo, la lateralidad, poder controlar su cuerpo en oído, poder ver y captar rápidamente una secuencia,</p> |

que se desarrolla bastante en la marinera".

E9: "Entonces yo creo que en este caso la marinera es una de las danzas que te permite trabajar mucho esta coordinación viso motriz desde el acompañamiento en el caso de los varones, y desde la propuesta en el caso de las damas, porque con la mirada tú también puedes producir cierta reacción, en la pareja que tú tienes. Esa coordinación viso motriz, obviamente los ojos se mueven las direcciones arriba, abajo, izquierda, derecha, y a cualquier lado. Entonces hacia dónde vamos va la mirada, porque es una manera de poder direccionar nuestro cuerpo. Entonces, los ojos van a ser la extensión de nuestro cuerpo, porque va a proyectar hacia donde queremos llegar, hacia donde queremos ir, y el mensaje que queremos dar también a nuestra pareja. Y de hecho la expresión que podemos dar para poder interpretar en este caso la marinera".

E10: "Eso ya estamos en el postgrado. Imagínate, viso motricidad, viene de captar toditito el cuerpo en general, visualizar el movimiento general de tu cuerpo, y si no me equivoco, por ahí compartí desde que empezamos la reunión o la entrevista creo, en que bailar no es hacer pasos mientras la música suena; bailar, es moverte con la música".

E11: "Mira, en esta parte de acá, si me parece importante un tema de oído. El tema del contacto visual y el oído que me parece que es algo súper importante. Si la niña no me escucha, o tú no tienes oído, el oído adecuado para escuchar los compases de la música, estamos jodidos. O sea, eso es algo que es vital. O sea, en la danza si no tenemos el control del tiempo musical, la cuenta musical, si estamos bien complicados. El tema del contacto visual, eso es algo que es fundamental en la marinera porque al ser un baile de pareja, definitivamente tiene que haber contacto. Entonces, la marinera es un baile que nos permite mucho el contacto visual, y créeme que el contacto visual es lo más importante en general para todo niño, para todos nosotros también. Solo de mirarnos, llegamos al nivel de ya saber a dónde te vas a ir. O sea, yo te estoy mirando ya con los ojos te estoy diciendo "me voy a ir a tal sitio". Entonces, la danza de la marinera nos permite definitivamente el desarrollo del contacto visual importantísimo. El trabajo en pareja es importante porque ahí lo vas desarrollando. Pones a los niños frente a frente y en pareja, y siempre van haciendo un baile en pareja. Entonces el tema de que, mientras van jugando, de alguna manera los vas llevando también, la media luna, el hombro con hombro, el cuadrado, todo y aparte también, los ayudas con el

desarrolla los movimientos frontales, entonces cuando tú te pones a bailar otra danza, festejo que es muy notorio si tienes la coordinación lo que va a suceder es justo eso que vas a bailar así, entiendes entonces, una de las cosas más sensible para desarrollándose la coordinación, es que caminen, de manera exagerada, justo los elementos que tienes, pañuelo y el sombrero, pañuelo y la falda. Entonces puedes encontrar elementos dentro de la marinera que puedan ayudar la coordinación, claro que sí, puedes obligarte o hacer ejercicios con el zapateo para que puedas encontrar, claro que si no por ejemplo si voy a la derecha levanto el brazo izquierdo, y si voy a la izquierda levanto la derecha. Pero no es tan marcado como cuando desarrollas otras danzas".

E6: "Bueno podría decirte que, como te dije el tema del ritmo tiene que estar bien ajetreado (unido) cuando tu estas bailando o cuando tu estas enseñando, entonces a partir de eso, cuando tú ya estas con el ritmo, los chicos ya saben la letra, los chicos ya

definitivamente la marinera te agiliza la mente. De tanta práctica que tienes, el hecho de poder ver y captar los pasos y tener que ver un zapateo rápido y darte cuenta de cuál es, porque tiene infinidad de pasos, y cada uno es un recurso y simplemente "oye qué bonito" y uno trata de hacerlo. Poder tener esa capacidad de poder seguir una secuencia, te da mucho la marinera, o sea tener esa facilidad, agilidad en las piernas y a veces lo marcamos cuando lo marcamos y los pequeñitos también te ven y "tan tan tan", marcadito, ahora ¡báilalo!, y le meten al 100%, considero que la marinera si nos ayuda un montón a coordinar".

E2: "Ahí es fijo fijo al ser una, un baile de a dos, en la mayoría de ejecuciones, en un primer momento tienes que estar consciente de a dónde vas, de que vas con alguien, y tu cuerpo tiene que calcular en que no te vas a chocar, o el que no se van a golpear con el brazo del pañuelo, ese dominio de tu cuerpo y tus implementos, y ahí volvemos al implemento, nuestro implemento es neutro auxiliar en la marinera. Pues ahí vez que es una categoría sumamente importante, vital vital. Algo más tenía que decir al respecto, y cuando ya el bailarín ya empieza a tener una calidad de baile,

tema de los coordinados, porque se tienen que mirar y hacerlo igual. Entonces todos estos elementos ayudan un montón, porque la marinera nos permite. O sea, el coordinado te ayuda hasta para la rapidez del pie. Que la niña se exija con el compañero del costado porque es un coordinado. Entonces tienen que calzar los dos perfecto. Marcar al mismo tiempo. Todo esto de aquí, lo trabajas muchísimo con la marinera. Entonces eso es algo que si te diría que tanto el contacto visual y el oído en esta área son importantísimas".

E12: "Bueno definitivamente pues las figuras te ayudan en ese aspecto creo yo, por ejemplo, si les das una secuencia entre olas, suspensiones y voladas; pues definitivamente el niño tiene que estar atento, coordinar su espacio, ver dónde va a hacer la volada, ver dónde va a hacer las olas mientras tiene un dominio pues de cuerpo. Ahí si sirven por ejemplo secuencias, obviamente que las secuencias para mí ya serían pues, en un nivel básico, intermedio o avanzado y las secuencias que son como que mucho más complicadas, pero igual los niños que ya tienen un nivel avanzado pues son incluso mucho más hábiles al momento de planear, crear estrategias por así decirlo en sus juegos, ellos agarran y como que saben que más o menos calculan cuánto demoran en llegar de aquí hasta allá y todo lo demás. Es como que en la marinera dicen: ya, con un cuadrado – o con dos olas y un lateral hacia afuera llegas al otro lado, entonces todos los niños tienen esa visión como que, de que con cuatro pasos estoy allá, mientras que los otros corren chiquito y no saben que si amplían sus pasos es más probable que lleguen antes; entonces indirectamente como que aplican, por así decirlo lo que es la visión de campo, los movimientos y todo lo demás".

E15: "Lo que pasa que esto lo veo ligado a lo que son reflejos ¿manyas? Porque lo que te permite el baile, la marinera, sobre todo, porque tienes una estructura alineada, pero no sigues una estructura realmente, hay gente que cuando compite que lo tiene todo paramentado, pero lo que tú realmente haces es aprender a reconocer los espacios de la pareja, para saber cuándo entrar cuando no entrar. O corporalmente en ese momento cómo entrar, como no entrar. Las reacciones de los cambios musicales. Todo va de la mano. La marinera trabaja la parte del espacio, trabajas la parte corporal y trabajas la parte auditiva porque todo está sincronizado. La parte de los cambios musicales con la parte donde va la pareja, la parte corporal, todo está unido y yo creo que la marinera si te ayuda un montón a reconocer sonidos por la misma música que tiene escondida. Tú vas desarrollando

saben la canción, ya cantan, ya saben hasta "pum-pam" decir ¿no?, tanto en la banda como en cantadas, ya saben que todo, ya de a partir de ahí ya empiezan a trabajar ello. Ahora, se les recomienda a los niños. Por ejemplo, yo empiezo con una sola marinera para que ellos lo aprendan hasta que poco a poco se le van poniendo 2 marineras más y así 3, hasta que cada uno escoja su marinera y ya comienzan entre ellos a interactuar, "a la marinera de tal de tal" y conocen entre ellos, entonces eso va un baraje de marineras, y lo van haciendo lo van interiorizando, y lo van bailando, y el tema del ritmo es bien importante en el tema para desarrollar esta parte".

E13: "Bastante, porque en la marinera tu trabajas mucho la mirada, porque la marinera es un baile de pareja e interviene, para empezar, la marinera es un baile de pareja, interviene muchísimo la Visio, la mirada, entonces desde ahí ya estas partiendo y motriz, visomotriz, porque el movimiento va en coordinación con tu pareja. Desde que empiezas en la introducción, ya

o sea su cuerpo está más presto a la técnica, está más fortalecido a la técnica, entonces esa coordinación de usar el implemento y de que se vea armonioso, que se perciba armonioso, ya no está tosco, que se enredó con la falda, porque esas cosas pasan, pues cuando ya hay un dominio del cuerpo, y ya está coordinado, zapateo, falda, pañuelo, está ahí presente".

E5: "Por ejemplo, tú quieres darle velocidad o agilidad en la pierna a los chicos con rapidito, por ejemplo, yo trabajo a los chicos también trabajo "ya chicos lo más rápido posible pero lo más tranquilo arriba no se mueve nada", "estatua arriba, rápido rápido estatua", "suelto, estatua arriba", entiendes. Es mismo, quedarse ahí es una sensación diferente a lo que estás haciendo arriba, entonces también la disociación corporal pasa por esa sensación también, de poder ver velocidad arriba y abajo no pasa nada. Una coordinación es justamente eso, es coordinar con la música, con tu pareja, en este caso, porque la marinera es justamente eso, visomotriz es eso coordinar con tu pareja, es coordinar con la música, y es justamente coordinar corporalmente lo que vas hacer, con lo que escuchas y con lo que miras, o sea de alguna u otra forma tu cuerpo tiene que

más el sentido de "pumptucutura turrumpurupam" y comienzas a desarrollar la parte de los espacios. Porque tienes momentos en los que puedes desplazar un montón, momento donde tienes que desplazar chiquito, entonces también aprendes a controlar tus espacios, comienzas a desarrollar tu capacidad dentro del espacio. A los chiquitos les ayuda un montón porque lo vas centrando a través de líneas, en el piso, conitos, y van desarrollando y también la visión porque tiene que ir observando y su panorama se va adaptando al baile. Yo creo que eso es súper bueno, eso para los niños es súper bueno y en general, es súper bueno, para todos los puntos que hemos tocado".

E16: "A ver, mis respuestas son tan similares porque yo si soy consciente de que la marinera es un baile que fortalece mucho cualquier capacidad o cualquier habilidad psicomotriz, cualquier habilidad motora, cualquier desarrollo psicossomático, o cualquiera de estos aspectos, la marinera te trabaja mucho eso, cualquier trabajo, cualquier ejercicio, con la marinera, te va a hacer que tu desarrolles esas capacidades, esas habilidades, desde temprana edad. Entonces, creo que lo que, si falta y es bueno documentarlo, es un trabajo, más de investigación hacia los beneficios, o sea, cuales son los beneficios de tal o tal ejercicio, ¿Para qué lo estoy haciendo, para que lo estoy logrando, para qué? O sea ¿En qué le va a servir al niño? ¿Cuál es al final el resultado? y cómo voy encontrando diferentes alternativas de solución, para los problemas que se van viendo, en los niños. Porque hay niños que presentan diferentes problemáticas. Hay niños que tienen problemas de pie plano, o de introversión, o problemas de creatividad, o problemas de lo que sea. Pero que, cual es el foco de cada uno y que ejercicios debo plasmar con ellos para su trabajo técnico, corporal. Entonces, para mí la marinera es un baile que sirve como herramienta para desarrollar todo ello".

E18: "La marinera por ser un baile de pareja, tiene que haber mucho contacto visual. Pero ese contacto visual, no solamente se trata de mirar a la pareja, sino de hacer un trabajo en simultaneo para que, a través de ese contacto visual, los movimientos en pareja salgan coordinados. Entonces, además de favorecer, el desarrollo sociable de los alumnos, que sean más sociables, a través de esos ejercicios de miradas y que también pierdan un poco la timidez, porque eso también es uno de los grandes aspectos que tiene la marinera y que favorece a que los que lo practican sean más sociables, también se concentren

de ahí haces el ocho, vas haciendo la media luna, trabajas mucho la coordinación Visio motriz, desde que es un baile de pareja interviene mucho la mirada. Si, si influye bastante".

E14: "La marinera a veces, aunque no lo creas, lo que hace más bien es seguir en el territorio de la inconciencia del movimiento.

Porque en realidad lo que parece que veo en realidad no veo. En realidad, solamente estoy comprobando que mi cuerpo llegó ahí, pero estoy calculando en no chocarme con esa pareja que está pasando a mi lado. Estoy calculando de

que, si voy a bajar, si estoy, veo si tengo la fuerza suficiente para arrodillarme. Y hasta donde debo llegar para no golpearme, no golpear mis rodillas. Tengo que estar atento a ver si mi falda se extendió lo suficiente y a la hora de bajar, mirar para ver si la voy a pisar o no. Entonces ese tipo de mirada es una mirada. Tan superficial, está tan afuera. Está tan dentro de ese territorio del que tú estás mencionando, es muy válido. es muy psicomotor. veo para no caerme, veo para no chocarme. Veo para llegar donde

llegar a esa maduración de dominio motor, vamos hablar así, de un dominio motriz, ¿de qué?, de esos factores que tú estás viendo y de que estas escuchando, es más complicado ¿no?. Entonces ahora como esto te ayuda en la marinera norteña obviamente la marinera norteña para mi es uno de los bailes más complicados, que existe por eso, porque Visio motrizmente es uno de los más difíciles, porque a veces tu escuchas una marinera que te dice una cosa, pero miras tu pareja que hace otra. Entonces tú no sabes que hacer, tienes que decidir muy rápido. Tienes que decidir, o sea se baila, siempre digo se baila con la música, pero también se baila con la pareja. Entonces y ahí va justamente el grado de maduración que tú vas teniendo para poder crear esa coordinación esa coordinación visomotriz, que lo causa la experiencia. Para mi creo que esta categoría es una de la más difíciles como te digo, ¿Por qué?, porque la marinera engloba eso, sinceramente, engloba corporalidad, visualización hacia tu pareja porque cuando bailas, no bailas solo, y obviamente un oído totalmente adiestrado con la marinera ¿no?".

E8: "Para empezar, influye desde el aspecto de que es un

más a través de la marinera y bueno, definitivamente favorecería en eso, sobre todo en esa edad que es un poquito complicado trabajar eso en otras disciplinas. Que mejor que la marinera que es un baile de pareja, que es un baile contacto visual, para que se fortalezca el asunto viso motriz".

E19: "Ya, de todas maneras, la influencia siempre es positiva puesto que el practicante del baile, en su afán de mejorar sus posiciones de cuerpo, en su afán de mejorar exactitud musical, en su afán de que lo que escucha lo pueda interpretar con su cuerpo, eso va a mejorar mucho, no solamente en la postura, en como él se sienta, en como él se vea, entonces de todas maneras cualquier tipo de enseñanza que trabaje posiciones de cuerpo, desplazamiento va a lograr mejorar el cómo te sientes y el cómo te vez. Yo creo mucho que mejora la calidad personal de interpretación, en tu cuerpo, y como te ven los demás ¿no?, más que como te ves tú mismo, es como te ven los demás".

E20: "La marinera ayuda contribuye bastante al tema de la coordinación del cuerpo, porque el bailarín tiene que estar atento a los diferentes estímulos que se presentan en su entorno, primero la música, luego también la pareja que tiene que mantener bastante contacto visual que en lo que lo que está realizando aparte de lo que sucede con su propio cuerpo entonces es una coordinación constante con todos los elementos que interactúan a su alrededor, aparte también en su vestimenta".

E21: "Uno de los elementos de la danza es el plano sobre el cual se baila y el dominio del mismo. No hay danza sin un plano sobre el cual el bailarín realiza su lenguaje corporal. El dominio del plano sobre el cual baila significa, volvemos al punto, tener un dominio absoluto de su cuerpo, y una conciencia absoluta de por dónde quiere desplazarlo, y que tipo de figura, acción desea elaborar en el plano donde se está moviendo. Imagínate, como no va a ser estimulante el aprender, tomar conciencia, que figura estoy escribiendo sobre el plano en el cual estoy bailando. Que cosa estoy haciendo, o sea, que forma le estoy dando a mi acción en el plano en el cual estoy bailando. Para eso tengo que tener primero conciencia de mi cuerpo, dos, del plano sobre el cual estoy moviéndome, la adaptación al espacio que tengo, porque para bailar marinera necesito un estadio, sino no bailo, cuando se puede bailar marinera hoy en día en un espacio reducido, porque mientras tu sepas reconocer, sepas leer la música a través del oído, mientras sepas usar tu cuerpo, y mientras sepas que dispones de muy poco espacio, digo, no

el profesor me pidió para comprobar que lo estoy haciendo bien. Pero la pregunta es. ¿Eso es verdaderamente observar? Ahí es donde mando la pregunta, yo siento que la danza va más allá. La danza te permite abrir los sentidos mucho más, mucho más allá de lo que aparentemente han conseguido".

E22: "Bueno, de hecho, el manejo de elementos en la mano, permite que el alumno coordine ojo-mano, pero aparte hay un manejo espacial. O sea, ahí no hay pierde, por eso es importante que los estudiantes tengan un elemento en la mano desde el primer día de clases. Porque básicamente la coordinación viso motora no solamente es con el elemento en la mano, ya sea si tienes el elemento en la mano, ya sea los otros aditamentos que utilizas en el baile, pero también la coordinación viso motora también está asociada con el otro. Y ya pasamos a una coordinación global. Cuando bailas con la pareja. Acuérdate, coordinación global es un término que utilizan para que ya no es solo tu coordinación, sino, yo estoy

baile de pareja y sabemos que el contacto visual en este baile pues, es importantísimo.

Entonces, el hecho de que ellos tengan a alguien frente a ellos, bailando a la par, los va a ser conscientes de que hay un espacio en el cual ellos tienen que estar siempre con la mirada presente a lo que está haciendo el otro cuerpo también, justamente para guardar este respeto de espacios y no suceda lo que a veces ocurre, que introspectivamente te chocas, o perdiste de vista a tu pareja. Entonces el hecho de que estén también durante las sesiones de aprendizaje, que estén siempre conscientes de lo importante que es bailar siempre con la mirada arriba, y muy pendientes hacia donde se están moviendo. Yo creo que la marinera desarrolla eso, por que como te digo, ya el simple hecho de que el niño tenga presente que hay un cuerpo más, al lado de él, es consciente de cuál es su espacio, cuál es su kinesfera que él tiene que respetar, con respecto a sus compañeros también. Incluso cuando estamos en filas de trabajo, entonces muy presentes, muy atentos a eso para no chocarse con el compañero, para saber por dónde tiene que ir y por donde tiene que pasar. Ya sea si se plantea una coreografía, un empalme, una figura,

estás en un estadio, y tienes que bailar ¿Qué cosa es lo que haces? Te adaptas, pero no haciendo cualquier cosa, sino elaborando una versión absoluta, fantástica, en donde demuestras tu conocimiento. Conoces perfectamente el espacio que tienes".

E23: "Mira para empezar, debería haber un auto control de sí mismo. Debe haber un auto control. No puedo hacer que el alumno exprese, explote todas sus emociones así en primera, porque va a olvidarse de que está bailando con alguien, ¿verdad? Y así este bailando solo una danza. Por ejemplo, los enmascarados de Moche, que es una danza. Es una danza que es en conjunto, pero que los pasos son de manera individual. No puede, en este caso el enmascarado expresar bajo emoción así por qué. Lo que se estaría dando es un baile grotesco y a la vez en la danza no estaría cumpliendo su fin último, que es que la persona canalice sus emociones, ¿no? Y en el caso de la marinera, va a ayudar a que el alumno, la persona sea. Aparte de Empático también pueda observar, a la persona que está bailando, entenderla, que en este caso qué figuras quiere dar, que en qué entradas es la que quiere dar. Recordemos que la marinera es un baile de pareja, ¿no? Y este caso es importantísimo que el bailarín tenga primero un auto control de las emociones, para qué pueda dar un baile tranquilo y acorde con la pareja. Y no solamente va a ayudarme a poder controlar con quién estoy bailando, sino también a manejar mi espacio. Sea cual sea el lugar. Por ejemplo, en el concurso mundial nos dan un pequeño espacio para poder bailar. Entonces el bailarín tiene que adecuar, se debe manejar, debes manejar el espacio que le están dando, manejar sus desplazamientos. Él no puede, porque quiere, porque su emoción le dice que habrá, pasarse a la pista del otro. No, tiene que haber también un auto control también para que pueda favorecer, en este caso, en el desplazamiento".

E24: "Bueno, es muy importante porque eso te ayuda a controlar espacio. Te ayuda a controlar, bueno hablamos de pareja ¿no? el espacio de trabajar, el espacio que tienes, te ayuda también a poder mantener viva la visión para poder ejecutar las figuras y poder trabajar con tu pareja, para que sepas, te ayuda a controlar también la fuerza que puedas emplear en ese momento. Porque si bien es cierto que tienes que entrar con fuerza y salir con fuerza, y tienes que ver para dónde vas ahí, para dónde vas a salir, ¿no? Y hasta donde tienes que ir. Yo siempre digo que uno tiene que trabajar en el espacio que tienes, si tienes un espacio grande, que bueno. Si tienes un

trabajando con el otro o la otra. Porque ahí compartimos espacios y tiempos. Por ejemplo, cuando estas bailando con tu pareja, y tu pareja empalma contigo y están bailando juntos, ahí hay una coordinación viso motora tuya y de tu pareja porque juegan con pañuelos, por ejemplo, ese tipo de adornos de pañuelo cuando bajan, y suben; o sea de hecho tu no vas a ser loco de que el pañuelo está arriba y fuaaa lo bajas, no. Ni siquiera conversan, ya es un juego pero que lo manejan. Inclusive había figuras en que el pañuelo subía, bajaban en círculo, todas son coordinaciones viso motoras. Inclusive el zapateo, que tiene mucha coordinación, sobre todo cuando bailas en pareja hace una coordinación óculo-podal, pies. Ojo- pie. Sobre todo, cuando bailan en pareja los zapateos. O cuando empezaron a hacer ese tipo de, cambios, que volteaban, que giraban, y que se encontraban, y que se iban a un lado y que se iban a otro lado, volteabas y pum seguían zapateando, son coordinaciones óculo-podales y globales al cien

saber por dónde tiene que ir. Entonces eso lo predispone a estar siempre atento también a que sucede a su alrededor. Si lo llevamos a lo cotidiano, hace que el niño este siempre despierto a que es lo que está sucediendo en su entorno. Entonces desde allí ya va desarrollando ese aspecto psicomotor, de la psicomotricidad precisamente, de poder estar muy pendientes así haga un giro, ya volvió la mirada a su pareja, ya le está buscando otra vez. Entonces eso lo mantiene despierto en cualquier momento sucede algo a su alrededor y él está atento a lo que está sucediendo o lo que va a suceder, entonces ya corporalmente lo predispone"".

E17: "Totalmente, bueno como leí aquí es visión, oído movimiento del cuerpo ¿no? en general es como mencioné desde un inicio la marinera norteña es muy completa e inicia ejecutando pasos, después le agregan las figuras, Entonces ya también estás trabajando todo el cuerpo, la mente, la memoria, obviamente la visión todo el tiempo, porque tienes un centro, tiene su mundo, tienes una figura y el oído que es algo que de repente no le hemos mencionado anteriormente es básico entonces, entender la música también es otro

espacio chico, que bueno también. ¿Por qué? Porque los dos campos tienen que realizarlo, en los dos campos tiene que hacer buen trabajo. Claro, el bailarín o la bailarina, necesita espacio, pero la experiencia tiene que hacerte que manejes (los) espacios que te dan ¿no? Y mantener viva la reacción. La visión para saber a dónde vas y hacia dónde vas".

por ciento, porque trabajo también es otra parte del proceso y qué a algunos les cueste pero qué otro lo tiene naturalmente no, cuando lo tienen naturalmente ni necesitas tocarlo porque se entiende sin necesidad de explicarlo pero cuando no he ahí el problema".

Yo ya no bailo sola. Porque, por ejemplo, cuando yo estoy bailando en el centro y la pareja circula, yo tengo mi libertad y mi espacio es en el centro, igual el varón, al girar, es libre, porque puede hacer una serie de giros, cambios, pero otra cosa es cuando está a tu costado. Y han practicado un desplazamiento hacia la derecha e izquierda, y voltear y seguir zapateado, o sea si se confunden le rompes los pies a tu compañera bailando, una cosa así".

trabajo también es otra parte del proceso y qué a algunos les cueste pero qué otro lo tiene naturalmente no, cuando lo tienen naturalmente ni necesitas tocarlo porque se entiende sin necesidad de explicarlo pero cuando no he ahí el problema".

Pregunta 13: ¿Cómo cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz y el uso o desplazamiento del espacio donde se practica la marinera?

| Subcategoría | Citas codificadas | | |
|-------------------------|--|--|--|
| | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| Coordinación visomotriz | <p>E4: "Ya, eh con mis alumnos lo que hacía es vendarlos y dirigirlos a través de estas vendas, bueno la sesión completa no te lo puedo decir acá porque es un poco extensa, pero tiene que ver mucho con el vendaje, el hecho de tu cerrar los ojos, puede amplificar tu visión estando con los ojos cerrados".</p> <p>E7: "No solamente, la marinera no se limita a ser solamente a los concursos sino también a estar en un escenario, a estar en un escenario, a desarrollarse como artistas, los niños son unos artistas, entonces, en el tema del desplazamiento del espacio, como dominar el espacio, los espacios donde van a bailar, ya sea donde ensayan o ya sea donde se van a presentar, si va a ser en un concurso o si va a ser en una presentación, entonces, normalmente los escenarios son similares, son similares, siempre es como un espacio amplio, que tiene forma de rectángulo, donde. La pareja se va a poder posicionar, para poder bailar".</p> <p>E9: "Entonces es muy importante que esta coordinación viso motora, se presente</p> | <p>E3: "Yo creo que ahí sí tendrías que utilizar elementos de las otras marineras para poderlas introducir dentro de la marinera norteña para que puedan entender un poco este trabajo de coordinación, ahí yo ya te diría que los cambios son muy rápido, ya que tú de tiempo a tiempo estas ejecutando un paso, entonces es bastante complejo en el zapateo poder jugar, brazo brazo brazo brazo, porque no es así, y en el</p> | <p>E1: "Sí, sí, yo tengo un montón de conos en la academia, igual acá, y trabajos con los conos, entonces tengo conos de dos colores, trabajo también con los conitos y pongo, ya el color verde, el que pisa el color verde ¿no?, o el que pasa entre dos conos verdes, o simplemente están bailando y de pronto ¡baila!, y ahora ¡marca!, recojo un cono naranja ¿no?, entonces hay un trabajo que se</p> |

desde un principio. Yo creo que no es necesario dejarla de lado o manejarla después, sino que sabemos muy bien que esto es un conjunto integral de técnicas o de importantes conceptos que ya un profesor debe conocer para poder desarrollar a los chicos desde el principio. Si tu estas trabajando en un inicio y estas explorando, entonces el niño tiene que, para poder explorar y conocer su cuerpo, tiene que mirar esas partes y reconocerlas. Estoy mirando mi tobillo, estoy mirando mi rodilla, estoy reconociendo y así. Entonces la coordinación viso motora le va a hacer conocer cuál es la fina y cuál es la gruesa. Conforme va en el proceso de aprendizaje. Eso sería Gonzalo".

E10: "A ver, para mí, tu puedes bailar marinera norteña o sea al estilo norteño, porque existe la marinera limeña, estoy contando los cuadrados de mi casa..., en 6 cerámicas, porque no es cantidad, es calidad. No tiene nada que ver el espacio en sí, para mí ah, de repente otros tengan otra forma de pensar porque lamentablemente cuando tú hablas de marinera norteña hoy en día, a los que bailan marinera norteña, solamente piensan en competencia, o ¿no? El 95% de los que bailan marinera, piensan "quiero concursar", entonces su mente no está inclinada para el lado de disfrutar, estoy aprendiendo un baile para bailar, para vacilarme, para saberlo bailar, sino para ganar. Acá hay una mentalidad deportiva, y acá no. Entonces, si a mí me das 6 cuadrados, la paso de puta madre, discúlpame la palabra, y no me importa, y todo el tema de conectarme con todo el cuerpo y tener esa visión de movimiento corporal no afecta en nada. El espacio no me es irrelevante".

E11: "Bueno, trabajas el tema de la misma coreografía en sí, con la estructura de la marinera que es el saludo, media luna, el hombro con hombro, el cuadrado. Todos esos elementos los vas a trabajar con toda la estructura. La estructura de la marinera que ya es conocida. Siempre les cuento la historia que "Ay, la niña se va a la tienda, se encontró con un chico guapo, se dio la vuelta, regreso por el otro lado, le dio vergüenza, le volvió a ver, luego fue a su casa, le dijo a su mama que tenía que volver a salir, luego hicieron la medialuna", entonces les cuento toda esta historia y claro, van digiriendo un poco más también el sentido de lo que están haciendo. Que es un baile de pareja, que es un baile de enamoramiento, y además van trabajando un tema definitivamente de ilusión visual, cuando hacemos por internet, pero cuando lo hacemos presencial, evidentemente "ah, ya se, este es el chico que va por este lado, luego me doy la vuelta, lo vuelvo a mirar", va generando todo este desarrollo de esta área".

desplazamiento en la norteña son tan amplios y tan constantes que no te ayudan a manejar estos, te estas yendo a la derecha y estas con el brazo arriba, o puedes ir jugando de arriba para abajo o si estas para la izquierda del mismo modo no, pero el tema de estar trabajando pie brazo pie, solamente lo podrías trabajar con la marinera de lima como te dije y eso lo puedes incorporar en la marinera norteña. Solamente lateral, lateral brazo, lateral brazo, lateral brazo, que yo lo he hecho bailando marinera norteña, incluso con zapateo, lateral brazo escobillado, lateral brazo escobillado, lo que pasa que siempre estamos o así, con los brazos, y las chicas así, entonces ahí si no disociamos, pero si trabajas eso, lateral brazo, lateral brazo, ahí estas trabajando a la coordinación, te estas ayudando a trabajar la coordinación. Eso podría ser, ya es un paso, ya es un nivel mucho más avanzado".

E6: "Cuando se comienza a bailar, primeramente, ellos están mirando a la mamá, al papá o simplemente no miran a nadie, no quieren mirar a nadie porque es su primera clase y la mayoría vienen porque no les gusta a ellos, sino que los meten a la clase,

dice "Cae", quiébrate y en el quiebre agarra el cono y no pasó nada, jokey, ya, sigue, vamos!, vuelve a caer, ya agarra, pero no vale repetir cono, pero no vale repetir color, entonces por ejemplo a esos conos de dos colores también, o sea, todo lo que pueda tener, he trabajado con, "steps" también, "sube, baja, sube, baja" ¿no?, todo este tema funcional que te digo y de pronto, ahora ¡zapatea, zapatea, zapatea!, y ahora vuelve a pasar por el circuito, y hacemos un circuito, aman los circuitos, para ellos están en "Esto es Guerra", "Combate" y sus circuitos marinerístico los aman y sí, siempre presento como un programa de televisión y les encanta también, poner ese tema, un teatro, estamos en un escenario fuera el país, en otro país, y "Yaaaaa la gente grita ahhhhh" ¡Y ustedes no se muevan", y no se mueven, "ustedes espérense a que yo les diga porque la gente está esperando", y me creen todo, entonces uff, y ahí cuando ya me creen todo aprovecho en lo posible por que están en su cuento".

E12: "Ahí por ejemplo cuando tú a un niño le das una pista corta, le tienes que enseñar a utilizar o maximizar ese pedacito que tiene, como nos pasa ahorita en las clases virtuales. No sé si a ti te pasa, yo por ejemplo tengo alumnos que tienen una cocheraza grandota y el otro que su pantalla que está al costado es su pasadizo de su casa y es entre su cama y su ropero, que están así apretados y están en la misma clase en grupal. Entonces ahí por ejemplo a los niños hay que enseñarles a maximizar el espacio ya sea pequeño o grande ¿Por qué? Por ejemplo, en la marinera tú ves si te dan un espacio pequeño mediano le dices utiliza todo, pero si te dan por ejemplo en una entrega, no sé si te ha pasado a ti, en una entrega te dan todo el coliseo, tú no vas a utilizar todo el coliseo. Calculas de dónde a dónde vas a utilizar sin necesidad de que te pongan parámetros, igual a los niños, a los niños tú les vas a decir, de todo el coliseo me vas a utilizar esto no más. Los niños ya saben hasta donde llegar, qué hacer y todo eso. Como que también en un concurso ven como es la pista y ellos mismos, buscan qué aprovechar todo al máximo; entonces sí, llegan a calcular primero por vista, o sea ya tengo todo este espacio, mis piernas, obviamente no lo piensan así, pero mis piernas son de este tamaño ¿Cómo hago para llegar allá? ¿cómo hago para rodear antes de que termine la frase? Ellos no lo piensan, pero si lo bailan inconscientemente, agarran y muchos hacen su, por ejemplo, no sé si has visto que hacen su lateral con pique, para no hacer una tijera, pero sin embargo con el lateral con pique tienen mejor alcance y llegan más rápido. Entonces ahí a mi parecer les ayuda un montón eso de la marinera les da una visión de espacio y de tiempo con la música, porque tienen que llegar en la marcación, no pueden llegar antes, no pueden llegar después".

E15: "Ya, por ejemplo, para los espacios lo que yo uso los conitos o las estos, y a mí me encanta para que me sigan utilizo mi palito. Para que donde "PUM" donde yo mueva, tiene que reaccionar, llegar. Si jalo "TACATACATA" ellos tienen que llegar, si están haciendo lateral machete "PUM" y están acá, están acá, ese trabajo de perseguir el palo o algunos movimientos, la pelota, desarrolla su cuerpo, su movimiento, o por ejemplo este de aquí, este juego de la pelota entre los chibolos son lo máximo. La parte para reaccionar buscar es como, los niños cogen la pelota. En el quitame la pelota el niño tiene que seguir a la niña. Con la pelota tú lo vas jalando. Y vas trabajando derecha, izquierda, vuelta por los conitos, círculos por los conos verdes y azul. Ese trabajo me parece bravazo, para sus quiebres por que

entonces que pasa. Yo hago que primero se sientan entre ellos en círculo y se conozcan se miren conversen y si es una forma virtual igual, que conversen, que digan quienes son y si hacen como que no quieren mirar a alguien, si no quieren a la persona, "no quiero mirarla" entonces le digo "bueno sino quiere mirarla o te da mucha vergüenza" entonces de repente puedes mirarle fijamos un punto, por ejemplo, mírale la frente, mírale el cabello. Y eso que ya, algunos lo quieren hacer y algunos no, no hay que obligar a nadie, poco a poco se va a dar cuenta, hay que hacerlos entrar en confianza, por eso cuando hay recreo ya se ponen a jugar, no hay problema, y después cuando uno está haciendo laterales, y ya cuando tienen bastante tiempo, bastantes clases, como ya tienen más confianza. Ya todos siguiendo a tal, todos miren a tal. Deben perder el miedo a las otras personas, esa confianza de perder el miedo a las otras personas".

E13: "Definitivamente practicando en pareja, ya con una práctica en pareja a través de figuras, secuencias, si estamos hablando de niños que recién se están iniciando, el hecho de que ellos bailen en

E2: "Siempre con ejercicios previos, siempre con ejercicios previos, sobre todo de Interacción con sus compañeros, con sus compañeros, sobre todo si es una clase grupal, que es mucho más chévere, el uso de su brazo, el uso de su kinesfera, de la posibilidad de que entienda la amplitud de su movimiento, que sepa que está compartiendo y que tenga que respetar las kinesferas de los otros, el espacio de los otros, incluso también puede ser trabajos de juego, de yo te guio o yo voy a guiar al grupo. "Y entonces yo con mi mano, voy a empezar y no te voy a tocar, pero si yo hago esto, tú te acercas, y si yo hago esto tú te vas". Ah ya, entonces yo que estoy del otro lado, yo acá dirijo, y la persona que está del otro lado, por ejemplo, yo te voy a dirigir, entonces empiezo, yo coordinado, yo estoy dirigiendo, entonces yo te sigo, si vas por acá tengo que ir por ala, entonces si hago la llevadita mi pañuelo y mi pareja me va a acompañar, entonces eso se va relacionando, partiendo desde lo primitivo, lo más básico que son los juegos

los mantienes atentos y los jalas, "pam – pam", entonces, buenazos".

E16: "A ver, si yo te voy a enseñar marinera en un espacio no optimo, ya puede ser ponte, la sala de mi casa que es pequeña, o un espacio que al iniciar este baile no me genere una facilidad de visión o una facilidad de entendimiento, porque los movimientos son, tampoco no es que sea tan fáciles. Entonces, al inicio tú tienes que darle señales, tienes que darle una información muy lúdica, para que cualquier niño, adulto, cualquiera, pueda entender tu enseñanza. Entonces si tú no le pones señaléticas, no usas elementos, no haces trabajo dinámico, te centras solamente en lo que vas a enseñar, no importa sin elementos, sin señaléticas, sin útiles, en un espacio que de verdad yo no visualizo hacia donde debo ir, como debo ir, olvídale. Va a ser un fracaso rotundo y ese niño no va a querer bailar, no va a querer saber nada nunca, pero si es en un espacio optimo, que importante es el espacio optimo que haya los elementos, que tengas tus conos, tus platos, tus herramientas de trabajo lúdico. Que importante es que haya un espacio con espejo también, y si no tienes espejo no importa. Lo importante es que tengas un espacio donde tú le hagas esta señalización explicita, entonces, porque claro, estamos hablando de la Visio-motricidad que son movimientos controlados, son movimientos que requieren de mucha precisión, también. Entonces, tiene que estar todo ahí, bien señalizado, bien cuadrulado, "esto va pa' allá, esto va pa' acá" y creo que una metodología que viene de años ya, pero aún sigue funcionando increíblemente, y creo que ya se debería también intentar, es el intentar de dibujar el ocho para el lateral, por ejemplo. Pero se puede crear otro tipo de metodologías que no solamente se sitúen en este".

E18: "Bueno, primero cuando hablamos de viso motricidad, yo pienso que uno primero tiene que identificar el espacio donde va a ejecutar el baile. Luego identificar los puntos claves, el fondo vertical, el ancho del espacio donde va a bailar, el ancho de la pista de baile en este caso, el centro de la pista también, identificar de inmediato el centro de la pista, el punto norte, el punto sur, el punto este y el punto oeste, y en función a eso ya uno poder ejecutar todos los distintos movimientos que la marinera tiene. Ahora, yendo un poquito más allá definitivamente, todos esos movimientos tienen que ser adecuadamente ejecutados, con la pareja, y también tienen que verse equidistantes. Por ejemplo, si yo estoy haciendo un círculo a la derecha con la pareja definitivamente ese tamaño de círculo tiene que hacer, el mismo tamaño de círculo que está haciendo mi pareja, para hacer digamos, a igual distancia y poder,

pareja no solamente, vas a mejorar la coordinación visomotriz sino ahí también interviene psicológicos también ahí, desde las habilidades sociales y un montón de temas. Pero si definitivamente es con el trabajo de pareja, del baile en pareja, que en sí. Y hoy en día en esta cuarentena que pena ¿no?, porque de repente ahora en la cuarentena ese punto no lo puedes lograr mucho, está un poco complicada a no ser que tengas tu hermano que bailes, está bien difícil, pero si, definitivamente que es con la pareja. Claro, y a eso también se suma creo yo que el mensaje de la marinera también, no solo es a través del pañuelo, sino también es a través de la mirada, el galanteo y todo este detalle es a través de la mirada. Por eso es que vemos mucho ¿no?, yo veo muchos bailarines, bailarinas que mueven los ojos, mueven las cejas, y ese tipo de expresiones que fluyen a la hora que bailan. Pero si, definitivamente a partir del trabajo en pareja, la coordinación visomotriz".

E14: "Explotando lo propio-ceptivo, haciéndolos que va bailen con los ojos cerrados. Explorando el sentido del oído, explorando el

generales de ubicarse, y de ubicar sus extremidades".

E5: "A veces sinceramente, si te ayuda mucho a desenvolverte, como a veces también te perjudica para desenvolverte, o sea tienes que ir adaptándote, acuérdate que nosotros somos seres adaptativos, acuérdate siempre, siempre nuestro cuerpo y nuestra mente se va adaptando a diferentes situaciones y vamos de alguna u otra forma resolviéndolo ya sea positiva o negativa. Porque a veces es normal, es normal, porque equivocar está dentro del contexto, es normal es un ser humano, pero no hay que olvidarnos que somos unas personas o unos seres humanos adaptativos.

Entonces dentro de esta parte adaptativa va justamente a adaptarnos al espacio, al dominio que vas a tener con el espacio, muchas veces nos dificulta un espacio grande o nos dificulta a algunos un espacio pequeño. O a veces nos ayuda mucho un espacio grande como nos ayuda mucho un espacio pequeño, entonces dentro de todo ese

cuando hagamos figuras de acercamiento, por ejemplo "empalmes, media lunas, hombros", esas figuras, esos movimientos, esos movimientos pueden llegar de manera más ordenada, sin choques incluso, uno ayudando al otro, en el caso de la gente que se pierde. Pero es muy importante identificar, visualizar el espacio donde uno va a bailar, reconocer los puntos y lógicamente ejecutar el baile, delineando esos puntos, y bueno, de ahí definitivamente con un buen paso, con un buen trabajo de los pies, y con un buen ritmo, ya el baile se va a ver completo, va a cumplir con su propósito".

E19: "Fortalecer.... yo creo que todo va a depender mucho de lo que quieras lograr con el bailarín. Tu sabes que se puede dictar una clase a muchos niños de la misma edad, y el recipiente no es el mismo para la misma ocasión, entonces el hecho de que los chicos se miren en un espejo, por ejemplo, para observarse como ejecutan los pasos, ya va generando una idea de cómo se ven o como los ven los demás. El hecho de que ellos vayan percibiendo que van mejorando su postura, porque tú te ves el primer día, y luego tú te ves al mes, y hasta los padres que están viendo la clase refuerzan las ideas que se imparten en la clase, el pararse derecho, ese pararse derecho ya te da una seguridad, que no te la da nadie, la seguridad no solamente en la ejecución, si no, con tu tranquilidad, con tu calma para hacer las cosas y eso lo van a poder ver ellos".

E20: "Cómo se puede fortalecer la coordinación del bailarín, buscándole diferentes estímulos, por ejemplo en el tema de la música, no sólo haciéndole escuchar marinera, quizás otro tipo de música, para que pueda experimentar nuevos sonidos y el mismo vaya interpretando como agrupar los tiempos de cada uno según su ritmo, además de bailaré en el caso de bailar en pareja, porque eso es algo que también el bailarín tiene que estar presente de que sus movimientos afectan directamente en los movimientos de su pareja y tiene que tomar esa responsabilidad para poder decidir qué es lo que va a ejecutar".

E21: "En principio el reconocimiento inequívoco de las direcciones en el baile. Tú sabes que hay 8 direcciones en el baile que tú puedes emplear. Bailar en el sitio, bailar hacia adelante, bailar hacia atrás, bailar hacia la derecha, bailar hacia la izquierda, girar utilizando el pie derecho, y girar utilizando el pie izquierdo. Son 8 direcciones que tú puedes imprimir a la hora de bailar, bailar en el sitio, bailar hacia adelante, bailar hacia atrás, bailar hacia la derecha, bailar hacia la izquierda, girar utilizando el pie derecho, y girar utilizando el pie izquierdo; 7, perdón. Entonces, para

sentido del tacto para percibir el viento, a tu compañero.

Cuando pasa, cuando está cerca, cuando está lejos, el sentido intuitivo o ya se está empezando a escribir mucho sobre la intuición y está defendiéndose ya estos conceptos a partir de la física cuántica. La intuición existe, es real, no es algo inventado o que pertenece a la metafísica, no, La intuición ya es un sentido que inclusive la danza conoce más que cualquier otra disciplina. Entonces yo trabajaría potenciaría precisamente de la otra manera, haciendo que se cierren los ojos y que trabajen así en dándole los ojos y enfatizando el oído, enfatizando el sentido del tacto con el viento y la intuición. Y los niños son lo máximo para jugar con este tipo de cosas. De los niños les fascina, les eliminan el sentido de la vista y. Luego, ahora bailen con los ojos abiertos y van a empezar a ver otras cosas, van a empezar a ver otras cosas, a ver lo que la danza les lleva a ver. Entonces, pues nada, a estar mi invitación y mi sugerencia".

E22: "Bueno, de hecho, lo tienes que trabajar con los elementos, ahora, para esto, hay patrón de movimientos, en la marinera. Ahí hay un detallito. O sea,

espacio vamos a tener en cuenta el bailarín o en este caso mi alumno, debe centrarse mucho en que no importa el espacio que te den, si no de que tu como vas a ir adaptándote y adaptando tus oídos, el odio musical o la música, y la visualización de tu pareja para no perjudicarla. Al menos a mí, a mi parecer".

E8: "Creo que a muchos nos ha sucedido. Ponte, en los concursos a veces te toca bailar en distintos lugares, tanto en un espacio amplio como en espacios pequeños, incluso en las salas de ensayo, tú tienes tu sala de ensayo y pues los dispone en el espacio de tal forma, ya chico esta es tu pista, esta es pista de ustedes, aquí van a bailar de esta manera.

Entonces, respetando el espacio, cuidado con chocarse. Entonces, ha sucedido. Los chicos están atentos no solo a su pareja, sino están atentos a la pareja que está bailando al lado de ellos. O sea, a todo su entorno. Como te digo ya esta práctica de lo que está ocurriendo en el proceso de baile. Precisamente, esta práctica de que él pueda tomar conciencia de que no es solo el en el espacio,

que puedas tener un domino pleno del manejo del espacio, tienes que dominar las direcciones. O sea ¿Qué cosa quieres imprimir a través de lo que estás haciendo? Si es hacia adelante, hacia atrás, etcétera., Qué cosa quieres imprimir, cual es y lo más importante es que antes de moverte a no ser que estés improvisando, y te dejes llevar, que se yo, por la impronta de la música, quien baila ya sabe que es lo que quiere hacer; voy a ir hacia adelante, voy a ir hacia atrás, voy a abrir por la derecha, voy a abrir por la izquierda. Antes de bailar yo ya tengo, no es que en este momento me sale, no. En el caso de la marinera no, yo antes de ejecutar la acción, yo tengo en mente que cosa es lo que quiero hacer, porque si hago lo primero que se viene a la mente, estoy seguro que será una tontería que es lo que hace la mayor parte de gente. Porque no has pensado, no has razonado previamente que cosa es lo que quieres hacer. Y lo que es muy importante también las figuras geométricas porque sobre ellas comenzamos a trabajar las coreografías, que efecto quiero hacer, paralelas, redondos, oblicuos, etcétera., pero con conocimiento pleno, conciencia plena de cuál es tu intención, por eso, ahí entra a tallar la intención del bailarín y algo que yo trabajo muchísimo para promover la creatividad, porque yo no les pauto figuras a la gente, una vez que alimente su cerebro con suficiente cantidad de conocimiento de técnica, entonces, los obligo a crear sus propios movimientos y les planteo por ejemplo, simetrías opuestas. Los dos hacen los mismos movimientos, pero en oposición, por ejemplo, una de mis estrategias; los dos hacen el mismo movimiento, pero en oposición. Y aparte de eso, dominando absolutamente todo el plano sobre el cual se están moviendo. Imagínate la tareíta".

E23: "Desde ya en los ensayos es necesario, si en este caso nos estamos centrando en la marinera. Para empezar, todo lo que hemos venido hablando, que desarrolle su aptitud creativa, expresiva, su oído rítmico, reconociendo patrones rítmicos, inclusive el metrónomo, que inconscientemente el alumno lo usa, no solamente el músico. El bailarín también usa el metrónomo de manera inconsciente. Ya una vez que está este alumno, maneja todas esas capacidades. Entonces ya debo ponerlo a bailar con alguien, sea niño, sea adulto, o de distinto tamaño. El objetivo es que esta persona. En todo caso el varón sepa acompañar a la mujer. Y bueno, la mujer también. Ambos, recordemos que es un baile de pareja. Yo escucho algunos profesores que dicen "La que manda en la marinera es la mujer", pero no, es la marinera. Yo creo que eso suena un poco feminista o machista, es ambos. La marinera es un baile de pareja en el que

tú no puedes trabajar una coordinación viso motora, supongamos que yo tengo un pañuelo, entonces, si estoy en un espacio cerrado, yo no voy a poder bailar acá. Porque el patrón de movimientos me plantea que yo tengo que estirar el brazo. Entonces, hay patrones de movimiento que plantean respetar ciertos parámetros de movimiento. Y mi coordinación en todo caso, está asociada también al manejo espacial. O sea, un lugar pequeño, no me ayuda. A menos que cambie de cierta manera, ese trabajo y lo vuelva mucho mas de altura, que de lado. Pero eso, si, el nivel cerebral funciona, y se acomoda en el espacio. Pero para que eso se logre, ¿Quién lo tiene que desarrollar? el profesor con estrategias y explicarles "si tienes espacio, juega con el espacio, arriba, abajo, pero si estamos en un espacio pequeño, aprovechemos la altura". O sea, el niño, sobre todo en primaria, no te va a entender "Ya, usen el espacio" no, o sea le tengo que poner la situación. "Okay, miren tenemos este espacio pequeño, donde ponemos el pañuelo, arriba, al frente", pero si tenemos espacio grande, ahí si podemos inclusive estirar no solo el

sino que hay otros cuerpos presentes, que lo mantienen con la predisposición de que está ocurriendo a su lado, que está ocurriendo en el espacio, para precisamente evitar chocar, o evitar por ahí, incluso dices "no se pueden pasar de esta línea". No pasarse y al mismo tiempo estar con su pareja. O sea, eso no es algo sencillo. Para que los niños logren esta capacidad, no es sencillo porque están con su pareja y al mismo tiempo desarrollan la capacidad de poder saber que está ocurriendo a su costado. Y como te digo llevándolo esto al cotidiano, hace que los niños estén más despiertos ya sea durante el momento jugando en el recreo, o si están por ahí yendo a la calle, con la familia, los mantiene más activo, más despiertos, a lo que está sucediendo en su entorno.

Entonces, la marinera precisamente les da ese plus. Como te digo a veces, incluso uno se pondría a pensar que maduran prematuramente los niños a través de la marinera porque la marinera hace eso. Que el niño

ambos deben bailar coordinados, mirándose, observándose, comprendiendo qué es lo que la otra persona quiere hacer. Si quieres hacer un cuadrado o una media luna, ingresar para hacer un coordinado".

E24: "Claro, como te decía hace un rato. En las mujeres, por ejemplo, yo creo que el vestuario, les ayuda mucho. ¿Por qué? Porque ahora vas a trabajar. Si tienes el espacio grande, vas a abrirte, vas a realizarte bien. Ahora, si tienes el espacio chico, también tienes que realizarte tal cual lo has aprendido y tal cual lo estás haciendo. El espacio no te tiene que dificultar para tener una buena ejecución en la máquina. ¿No es cierto? Entonces en el colegio los espacios que le das a los chicos son un cuadrado. Bueno, yo creo que en el colegio es donde más espacio nos dan porque es un patio, pero al mismo tiempo al alumno le da menos espacio. ¿Por qué? Porque son 15/20 y tienen que trabajar en un espacio chico, no porque le dieron un canchón el alumno se va a recorrer toda la cancha, se tiene que ir poniendo a cada niño en su espacio. Cuando yo trabajaba en el Iniciar le tenía que poner cintas de colores en el piso. Entonces el niño ya sabía hasta dónde tenía que ir. ¿Entiendes? Entonces de ahí va manejando su espacio, entonces ya el niño sabe que trabajar en un espacio grande o en un espacio chico tiene que ser la misma ejecución que la marinera, ¿no? Y eso te ayuda bastante porque ya el niño aprende a medir sus tiempos, en el futuro que aprende a medir los tiempos. Acá (cabeza) que aprenda a medir los tiempos mentalmente. Entonces fortalece. Te va a fortalecer para el futuro en tu vida ¿Por qué? Porque vas poniéndole parámetros musicales y en tu vida, parámetros de vida, parámetros de enfocarse en tu vida personal, hasta dónde quieres llegar. Entonces te impulsa de repente a llegar más allá. Entonces es un buen trabajo psicológico excelente".

pañuelo, sino la falda, en el caso de las mujeres, que son las que necesitan por lo menos mínimo dos metros para poder trabajar con falda extendida. En el caso de los varones, ídem. Entonces, si estamos hablando de eso, necesitamos un área de mínimo 4x4, para que puedan bailar entre comillas. Pero como eso no se da, ahí es donde empiezan los juegos diferentes de falda, de pañuelo, ya no usas falda larga, usas anaco. Pero eso, si, te ayuda a trabajar la coordinación viso motora manejándolo con el espacio, la coreografía y la música, sí. Pero eso no lo va hacer el alumno, lo tiene que hacerlo el profesor con las estrategias que plantee del manejo espacial, el trabajo de coordinación visomotor".

pueda actuar prácticamente".

E17: "Ya bueno a ver en primer lugar la Marinera norteña es una danza que necesita o es un baile que necesita espacio porque no el desplazamiento tiene que ser amplio grande no es como una Marinera limeña que lo haces chiquito y todo bien, no, la marinera norteña necesita desplazarse, necesitas agrandar la figura, entonces bueno el espacio en la Marinera Norteña tiene que ser grande para que puedas realizar las figuras que uno ya conoce y me comentabas este tema del espacio".

Pregunta 14: ¿Mediante qué trabajos didácticos cree usted que se pueda fortalecer la coordinación visomotriz del estudiante para el adecuado uso del espacio al desarrollarse la marinera?

| Subcategoría | Citas codificadas | | |
|--------------------------------|---|--|---|
| | Maestros e instructores de marinera | Profesores egresados ENSFJMA | Bailarines del BFN |
| Coordinación visomotriz | E4: "Yo creo que es importante en el caso de los niños, primero, limitar espacios ¿no?, si bien no ponerles el límite en la cabeza, limitar el espacio para cuando van estar en su casa y más o menos tengan la noción, de que esto es un cuadrado, dentro del espacio es cuadrado, vas a desarrollar ochos y toda la matemática | E3: "Coordinación con el espacio, ¿qué tiene que ver?, la coordinación es una, el espacio | E1: "Sí, bueno, el tema de los trabajos de frente me funciona bastante, cambiar los frentes, cambiar las |

posible, triángulos, rectángulos, círculos en el caso de las medias lunas".

E7: "Entonces, se les enseña a los niños que no solamente se baila en un solo lado, no se baila de una esquina, no se baila en el centro, se baila en todo, se llega a ocupar el espacio, Entonces lo que hace muy atractivo, eso hace que la marinera sea muy atractiva, tenga mucha vista, mucha presencia, lo hace realmente el desplazamiento ¿no? Entonces ¿Cómo desarrollamos una técnica para que los niños entiendan esto? Primero esto va en el tema coreográfico, en el tema de enseñarles figuras que te ocupen todo el espacio, va por ese lado, eso va por la parte de enseñanza, le enseñamos a hacer figuras que "pa pa pa pum" llenan todo el espacio ¿no?, eso es por el tema de la enseñanza".

E9: "Sí, es justamente lo que me imaginaba en cuanto al movimiento espacial. Gonzalo, te voy a contestar con una pequeña pregunta para ver que pensamos los dos. ¿Tú te has dado cuenta que mucha gente cuando está haciendo el zapateo se miran los pies?, ¿Cuándo está bailando, no mira a la pareja y mira a ver cómo está haciendo su lateral?, o sea, mira su lateral, o de repente hasta mira al jurado, o de repente mira como se ve o se mira a la muñeca, mira a la derecha o se mira a la izquierda. ¿sabes por qué es eso? Por eso te preguntaba, te estaba haciendo esta respuesta con una pregunta, porque el ojo en la coordinación viso motora, el ojo tiene el componente de ser el verificador. O sea, el ojo lo que hace es verificar si estás haciendo, lo que has aprendido, lo que has practicado. Entonces, es algo integral. O sea, no es que tú quieras quitártelo de un momento a otro. Con práctica, llegas a levantar la mirada y estas mirando a tu pareja. El ojo, es la concordancia que es una cosa de coherencia también, que el ojo verifique el movimiento que tú estás haciendo. Entonces, desde ese punto de vista, yo creo que la coordinación, estos juegos prácticos o la metodología de la coordinación, o sea del trabajo que realizan los ojos, o esta coordinación viso motora, va a ser durante todo el proceso".

E10: "Bailar, bailar, bailar eso es todo. Como yo te lo vengo diciendo en toda la entrevista. YA te dije lo que es bailar, ya sabes todo lo que te tenía que decir en este momento, pero es bailar con el TAM, apuntalo".

E11: "Dándoles las herramientas necesarias como para que sepan cómo tienen que ir y como regresar. O sea, marcándoles una estructura que es lo que te explique. Si les marcas una estructura. "De aquí te vas al otro lado, pero vas a hacer tal paso hasta el otro lado, tienes que mirar a tu pareja y tratar de hacerlo al mismo momento". Entonces cuando comienzas a darle esas pautas de que lo tiene que hacer en el mismo momento y girar en el mismo momento, estás trabajando el tema visual. Luego el tema del oído también. Cuando le vas explicando que la marinera se compone por estrofas y coros, y luego viene toda la parte de la fuga y el zapateo. Identificar las partes

es, al menos que tú quieras trabajar con frentes, al menos que tú quieras ir hacia adelante, para mí la coordinación es el trabajo de una solo, no orientado al espacio si no orientado a todos los movimientos corporales, la parte de abajo y la parte de arriba, y que todo esté debidamente trabajado y no tengas problemas cada vez que tengas que ejecutar y tengas que estar pensando, si hago este paso hacia donde tiene que ir, el pañuelo el brazo, no , o sea ese ejercicio es más personal y más sitial, no, para el uso del espacio, ¿coordinación?, ya me perdí, ya me sinceramente, no quiero mentirte por que a la larga no podría decirte que trabajo harías, lo único que se me ocurre es caminar, pero para el debido uso del espacio, el espacio".

E6: "Bueno, a veces hago un poco de expresión corporal, dinámicas de teatro también. Entonces hay un juego que dice mira a alguien y si parpadea primero es el que pierde, si se matan de la risa,

posiciones, usualmente bailan así en el salón y de pronto, ahora bailo así, ¿Qué?, y ahora bailo así, entonces eso funciona bastante. Este tema del canto, de las melodías, ¿Qué otras?, también trabajamos mucho con, a ver esto es en caso de frentes, miramos a los lados, cambiamos las posiciones, la parte visual, bueno esa es la parte visual, la parte auditiva, bueno también trabajamos mucho con las canciones que te digo, pongo distintos ritmos, géneros. Voy mucho por el lado de la imaginación, mucho por la parte creativa, de la parte de jugar, de imaginar, utilizando elementos, los steps, siempre con líneas, pongo cinta masking tape, a veces "no puedes pasar acá porque este es el espacio del otro", entonces "imagínense que estamos en un reino, y de pronto" ya, o acá hay abismo te caes totalmente, imagínate que te caes al abismo, ¡Te caes, te caes! Estas bailando y ¡Te caes, te caes!, ya, entonces empiezan a reconocer el espacio donde ver, donde bailar, hasta donde llegar".

E2: "Toco lo anterior de los Juegos libres, lo adaptas esto con laterales y empezamos a

musicales de la marinera, la atención que tienen que tener cuando tienen que marcar, en que momento es fuga, en que momento es coordinado. En qué momento es una marinera larga, una marinera corta, que eso también es otro tema que no lo hemos mencionado, el recordar las marineras, cuales son cortadas, cuales no son cortadas, cual tengo que hacer coordinado en esta parte y no en el anterior. Todas esas cosas de atención que va desarrollando el niño con la marinera, es enriquecedor. De hecho, volvemos a lo mismo, a los niños todo les resulta más fácil. Pero mira todo lo que aprende y desarrolla un niño, sin dejar de lado la disciplina, que yo creo que al final, muchos de nosotros le debemos a la marinera eso. La disciplina, el empuje, nosotros que estamos metidos en el mundo de la marinera hemos logrado muchas cosas también a nivel personal, de formación".

E12: "A ver, yo por ejemplo si lo que les hago es, les pongo conos, tienen que bailar por fuera de los conos. Por ejemplo, si les doy una pista les pongo 2 conos acá y 2 conos acá, entonces tienen que ir, bailar por fuera y eso les ayuda a bailar por el borde de su pista, ahora lo que bailamos, ojo en la música tienes que llegar aquí en el golpe, no puedes quedarte atrás; entonces tienen que calcular que tanto acelerar o abrir el paso, o algo para llegar exacto, pero sin embargo tienen que ocupar ese espacio. O también qué hago, les pongo un montón de conos y les digo bailen, atraviesen los conos, pero también pueden ir por fuera; entonces les enseño a ir por fuera, a cortar, a rodear en chiquito, a abrir e ir de nuevo en grande, bordear, volver a entrar en una diagonal al centro, entonces todo por los conos en los pequeños".

E15: "Para un adecuado espacio, para los espacios los conitos es lo más importantísimo. Si vas a una competencia y sabes que os espacios son muchos más angostos, vas a reducir sus espacios, entonces pones los conos más angostos, entonces vas acostumbrados a ellos a acomodarse a cualquier situación, si le pones –"ahora quiero que me bailes en este espacio chiquito, acá"- entonces los acomodas a que puedan desarrollarse ante cualquier circunstancia. Porque a cualquier le ha pasado, se va a bailar y le ha tocado un lugar enano, entonces dices -"no, no puedo bailar porque es muy chiquito"-, mentira puedes bailar así sea un metro cuadrado. Entonces también los ayudas a desarrollarse en cualquier tipo de espacio. Tienes que ir acostumbrándolos a lo que podía pasarles, y lo vas desarrollando con ese tipo de ejercicios, con los conos, con los espacios. Si le vas a enseñar los ochos, también utilizas los conos, colocas dos conos para que haga su vuelta y contra vuelta, para que siga su circuito del ocho, y ya saben que tienen que llegar al medio para hacer tu media luna, si haces las olas las pones en zigzag, para que vayas acomodándose las olas, y trabajen su sentido porque le vas cerrando el camino ¿no?,

están como ya el parpadeo ya perdió, de ahí como que pierden ¿no?, ya de ahí se acostumbran es como una dinámica, lo miras tomas aire y si parpadea ya perdió, eso lo hago en los niños. En los adultos también, se miran y es difícil en los adultos, ellos se cohíben bastante, se miran pero a veces no pueden, los ojos se van, en cambio el niño como es un poco, un alma un poco más sana un alma más pura, entonces ellos normal se miran y lo toman como juego en cambio los adultos no, están así y se ponen así no pueden, ese juego también lo he hecho con gente de la escuela con gente de extensión pero no pueden hacerlo, pero hago que lo hagan para que se den cuenta que la marinera es totalmente visual, porque se supone que estás haciendo un tema de enamoramiento, estas metiéndote como un guion, eres la chica enamorada y te gusta esa persona y él otro esta igual que quiere galantearte, quiere enamorarte

explorar puros laterales, y ahora esto empezamos a explorar con las suspensiones, 1-2-3, 1-2-3, y ahora ese 1-2-3 todos con falta y todos con pañuelo, todos el sombrero, que más podría ser, ah ya, con los zapateos, ¿Cómo va a acompañar el pañuelo a tu zapateos, que se yo, el trabajo en pareja, que la llevadita, tú con tu pañuelo vas a guiar a tu pareja, en un primer momento algo libre y de ahí, ¿Y ahora la llevadita como lo haríamos?, tú tienes que estar atento, ese tipo de premisas, de indicaciones, para ejercitar".

E5: "Ahora este dentro de todo hay que ver mucho el sentido de la vista, el sentido de como miras a tu pareja, o sea de la visión en si porque muchas veces uno miras a tu pareja, pero no miras no sabes que está haciendo, simplemente estas mirando a ella, pero estas pensando en los huevos del gallo. El mejor chalan en el mejor acompañante. Y el que mejor tiene esa visualización en pareja, a tu pareja lo puedes dejar bailar, solamente tú tienes que mirarla y justo entrar en esos momentos precisos, eso siempre les enseño a mis alumnos. Igual las chicas, las chicas tienen que bailar

entonces "-si te pasas este cono te caíste al limbo"-, si son muy chiquitos, entonces ya no pasan por eso o hacen que no, entonces comienzas a jugar con ese tipo de cosas y los limitas con el espacio".

E16: "Bueno, por ejemplo, en los pequeños, creo que se debe trabajar mucho el tema de los colores, reconocimiento de colores, por ejemplo, o para hacer un movimiento u otro movimiento, por ejemplo, si vas a hacer un movimiento lateralizado hacia la derecha, usas el color rojo, para ser un movimiento hacia la izquierda usas un color naranja, si vas a hacer un cruzado. O sea, tiene que haber un tema también de cómo te dije, no solamente lúdico, sino también que el niño sienta de que está pensando, y está despertando mucho su trabajo no solamente espacial, sino muchas veces también puede ser manual. O sea, que el niño sepa hacia donde tiene, claro, que es lo que tiene que coger, a donde tiene que ir, todas esas sensaciones porque también funciona mucho, por ejemplo, el trabajo de tareas, que se puede mandar de manera manual, por ejemplo, hacer recortes de figuras y tratar de tener también un acompañamiento, un trabajo de estimulación manual, un trabajo de visualización también, hacia ejemplos sencillos en donde el docente pueda así como jugando, de manera lúdica como te repito, enseñarle los movimientos. Entonces hay una serie de actividades que se pueden trabajar, que vayan en concordancia tanto con la parte visual, con la parte manual, con la parte corporal, etcétera. Porque todo eso es la visomotricidad. O sea, empleas todo".

E18: "Bueno, primero para poder mejorar la coordinación viso motriz, definitivamente el reconocimiento del espacio, como dije en el punto anterior, luego también podemos practicar con distintos ritmos, no necesariamente la marinera, con movimientos de marinera podría ser, hacer movimientos de marinera con distintos ritmos, no necesariamente propio del baile, identificar el espacio, mucho contacto visual, mucha coordinación a través del contacto visual, coordinaciones movimientos, porque desde que la marinera es un baile de pareja, los movimientos deben ser similares, si bien es cierto, el hombro no baila igual a la mujer pero los movimientos, los elementos, el recorrido del pañuelo, el recorrido de las figuras, deben ir guiados por esos ejercicios viso motrices, en el calentamiento también rige la parte visual, y cuando hablo de visual no solamente es mirarse con la pareja, si no visual es, el espacio donde uno va a bailar, uno tiene que apoderarse del espacio, pero también respetando la simetría, respetando la coordinación, respetando lo que dije hace un ratito, la equidistancia, por ejemplo, si yo estoy bailando y me estoy dirigiendo hacia una esquina, esa esquina tiene que ser, esa esquina de verdad tiene que ser la esquina, no puede ser la media esquina, no pueden ser una salida, pegada al centro, tiene que verse una

quiere seducirte, quiere llamarle la atención, y no solo con la postura y su cuerpo sino también con sus ojos, con su expresión, movimientos de cara también. Ya que tu cuerpo habla. En los niños, como te dije, son almas más puras, su personalidad es limpia, entonces se le hacen más fácil de, primero no quizás porque tienen vergüenza, pero luego de que hagan esa dinámica bailan bien a la mayoría les gusta y se ríen todavía y se ríen y se divierten. Hay que darles confianza y sobre todo no obligarlos".

E13: "Si es para el adecuado uso del espacio, definitivamente es el trabajo de figuras y secuencias en pareja. De repente primero se marca de forma independiente la secuencias, como es lo que se hace ¿no? En algunas academias, trabajan de forma individual y ya luego lo hacen en pareja. Y también tendría que ser una secuencia que tenga mucha, que tenga movimientos, que cambie de lados, que regrese, y ahí vas a trabajar

no para ellas, tienen que bailar para el varón, pero bailar para el varón no significa que solo tenga que mirarlo, puedo emocionalmente en este caos puedo expresar diferentes cosas, puedo pensar para los mayores lujuria, o alegría o que lo quiero llamar, de repente o puedo expresar de repente no se tristeza o timidez o no sé, entonces con deferentes situaciones mirando vas buscándolo a él, siempre, vas buscando esa mirada penetrante en los ojos, para ver que te hace que te mira".

E8: "Aquí hay un trabajo de confianza, ya que hablamos de un trabajo de pareja hay un trabajo de confianza, de poder confiar en lo que te da el compañero, o la persona que trabaja contigo en ese momento. Ya luego también como te decía el trabajo de la confianza, ya en algún momento trabajar con unas ligas, y es como amarrado en una muñeca y amarrado en otra muñeca.

Entonces, decía "ya, vas a jugar, pero en todo momento no tienen que soltar la liga. Tienen que pasar la liga de un lado a otro, pero lo que yo necesito es que en todo momento busquen contacto visual, no importa lo que esté

esquina para darle un sentido diagonal a la figura, completa la diagonal o no, me vaya a la diagonal opuesta o no, pero bueno, en este caso vamos a poner de ejemplo eso. Y es muy importante reconocerse como pareja a nivel visual, pero también reconocer el espacio, sobre todo cuando uno está haciendo desplazamientos, si bien es cierto están los desplazamientos ordenados, no necesariamente puedo estar haciendo lo mismo que la pareja, de repente yo estoy haciendo un lateral hacia la derecha y mi pareja está haciendo un lateral hacia la izquierda, entonces al combinar esas dos cosas, si no tenemos una buena preparación visomotriz, de repente puede ser de que la línea, mi círculo que yo estuve haciéndolo más grande que el de ella, de ella más chico, y peor aún nos choquemos, entonces tiene que haber, mucho cuenta esa parte. La parte visomotriz es la parte por excelencia donde tengo que estar realmente concentrado, tengo que desarrollar bastante mi percepción sobre el baile de mi pareja, y también mi baile".

E19: "Bueno, como te digo yo utilizo mucho el tema de definir el espacio donde vamos a bailar. El reconocimiento de una pista de baile, no solo para concurso, si no para cualquier tipo de evento. Siempre en la cabeza del bailarín debe figurar un espacio rectangular para bailar a pesar de que las figuras sean circulares en su mayoría. Teniendo esa perspectiva, el dibujar las figuras, puede ser más fácil. También cambios mucho de posiciones para bailar. O sea que podrías empezar el baile en diagonal, o podrías empezar en el sitio de tu pareja, y las figuras van a funcionar igual, lo que me interesa a mi es que el bailarín reconozca las figuras de baile a ojos cerrados, que no tenga falla, ni en mis lados, en los lados, ni al reconocer la figura, y sobre todo me gusta jugar sobretodo, mucho con los cambios, más que una herramienta yo lo aplico directo al baile. Hacer que cambien en cualquier momento en cualquier momento y luego reconocer donde la música me manda el cambio".

E20: "Qué ejercicios didácticos pueden ayudar, puede ayudarle bastante cuando te mencioné el tema de que escuché otros tipos variedades de música y que lo traté de aplicar a su baile, para que ellos vayan conociendo los tiempos de cada de cada de cada música y puedan ellos tomar sus propias, tener su propio criterio de cómo lo va a aplicar al baile".

E21: "El uso de las figuras geométricas. Una de las estrategias sería reconocer las figuras geométricas, y trabajando sobre los conocimientos que tú ya has dado, por ponerte un ejemplo, yo les pongo la siguiente pauta: cuando te decía que yo les daba ejemplo a mis alumnos, sobre simetrías opuestas. Yo les decía, voy a hacer un círculo, y en este círculo siguiendo, porque la frase musical me permite, es una frase larga, entonces, yo voy a hacer un círculo y como la frase musical todavía no ha terminado, voy a hacer un círculo y al mismo tiempo voy a cambiar de lugar. Porque la frase

mucho la parte de visomotriz. Si, ahí también interviene el equilibrio, ahí volvemos al primer punto ¿no?, al punto del equilibrio, porque a veces no miden, no calculan, se chocan. Y eso también es parte del equilibrio, sí. Ahí regresábamos otra vez al equilibrio. Claro, otra vez, y como los 4 puntos son importante ¿no?".

E14: " Ensayaría en diferentes tipos de espacios para empezar ensayaría en diferentes tipos de espacios, que el niño tenga la capacidad de encontrar la relación con el otro y de cerrar y abrir el espacio según el negocio de los cuerpos y que sepa reconocer la energía que está en este espacio para adecuar su desplazamiento a esas dimensiones. Eso también es merecedor de un estudio, porque hay niños que tienen mucha habilidad para adecuar un baile de un espacio al otro y otros que, por el contrario, ensayaron toda su vida en un tres por cuatro. Saco un mueble. Ya no sé cómo bailar. Para algunos es así. También pinté la casa de otro color. ¡Uy! ¿Qué

sucediendo aquí con la liga, la liga es simplemente el punto de referencia de conexión, para que ustedes no se alejen demasiado, pero si necesito que busquen en todo momento, así sea de los movimientos que estén haciendo, que haya conexión visual, ustedes verán por donde se tratan de mirar".

E17: "En el tema del espacio yo he tenido muchas también he tenido que explicarlo de esta manera y me ha resultado, porque a veces que pasa, que están bailando frente a frente y yo les digo vayan al centro y no van al centro, van un poquito más acá, un poquito más allá o no se la media luna, -entra por el centro giras para tal lado y después tienes que ir hasta acá- y no van hacia dónde tienen que ir o no llega, entonces yo cuando le esté dibujado como una canchita de fútbol como si fuera su espacio me ha funcionado mucho. Les dibujo con cinta masking tape, en el piso en el centro, sobre todo el centro porque lo demás ya lo van entendiendo, al inicio sí, full masking tape, por todos lados y poco a poco va sacando, vas despegando poco a poco y ya te quedas con el señor centro con la

musical me permite hacer eso. Entonces, he hecho un círculo primero, y luego he efectuado un cambio de lugar. Le digo voy a hacer un avance, cruzando frente a frente con la persona que tengo en frente, una línea recta frente a mí, voy a girar utilizando el giro hacia la derecha, y quedo en oposición a mi pareja. Entonces, yo le doy unos ejemplos, usando las figuras geométricas, los círculos, las líneas rectas, las oblicuas, y comenzando con ese dominio de cosas sencillas, poco a poco, el educando va tomando conciencia yo utilizo las líneas, los cambios de terreno, que es muy importante también, cuando hablamos de cambio de terreno, que ese también es otro elemento muy importante que es algo que les cuesta mucho trabajo a las personas, reconocer donde estoy y hacia dónde voy".

E23: "Ya. En el caso de los niños. Por ejemplo, si quiero trabajar, Media Luna, cogerse de las manitos, haciendo laterales de costado cada uno. A ver "laterales con pie derecho, cambio de laterales con pie izquierdo" ¿no? "Ahora vamos a vamos a girar ambos en pareja en nuestro propio sitio, vamos a rotar el movimiento de rotación sobre sitio a cambio". Ya ambos están entendiéndose, están preñándose y ambos van coordinando ¿no? Con respecto a al ritmo del profesor, yo le digo "cambio". Ambos juntos van a cambiar "Otra vez, laterales por el lado izquierdo cambio" ambos. No solamente se están sintiendo con los pies, sino también se están sintiendo con los brazos. Eso con respecto a movimiento de rotación. A ver, ahora vámonos al movimiento de traslación. Nos abrazamos, todos. Ahí puedo trabajar en pareja o puedo trabajar con grupos de cuatro. ¿Verdad? Por ejemplo, le digo a ver, vamos a bailar, vamos bailando cada uno libremente. Les pongo a ver un carapacho. Todo bailando sobre sitio. O bueno, mayormente será. No, identifican que es carapacho que es Cholones de Rupa Rupa, le pongo movimiento selvático ya todos bailando o un Huaynito, bailando libremente. Ahora quiero que me formen grupos de cuatro grupos, de seis grupos, de cinco, abrazado y vamos trabajando en bloques, trabajando en bloques. La danza que estamos y si estamos haciendo marinera, laterales entonces en bloque, ahora solos en pareja ya va a ser más fácil no trabajar en dos. Ahora voy a trabajar solamente con dos. Ya vamos los dos, coordinados, trabajando en laterales, en desplazamiento por derecha, cambio ahora por izquierda. Abrazaditos ¿no? De una vez que veo que ya ambos están, ambos se coordinan en los cambios. Ahora si lo que es la marinera, en la marinera no podemos cogernos de las manos, en la marinera no podemos estar muy pegados. Entonces ahora vamos trabajándolo, sueltos, manteniendo cierta distancia, pero ambos abriendo de manera coordinada, ya así vamos aumentando la complejidad. Pero no va a ser tan difícil porque empezamos con grupal, después con pareja y ambos no. Ya después sueltos, ya sueltos ambos y después vamos

es esto? ¿Pero cómo es, que por acá? O sea. Uy, no cambiaría los lugares, cambiaría las ubicaciones de las cosas, lo sacaría de ese espacio, los llevo a un espacio abierto, lo llevo ahora bailen en este cuartito. El mismo diseño, claro. Entonces, ¿cómo lo hago? Entonces ahí lo visual fundamental, pero ayudaría dentro de ese negocio holístico completo, no de una psicomotricidad un poco más amplia".

E22: "Si quieres ver, si tiene coordinación y son pequeños, los clásicos juegos de pelota con enfoque, como hacen en inicial, que es como empiezan. Una cajita y tiran las pelotitas. Y ahí tú te das cuenta si de repente manejan la derecha o la izquierda, porque te fregaste si usa la izquierda, porque la derecha siempre va a tener complicaciones. Ahora, que es lo que pasa cuando tú le cambias la lateralidad a un niño, le generas inestabilidad espacial, ese es el problema. Por ejemplo, si un niño es zurdo, y tiene muy buen manejo de la siniestra, y te maneja el pañuelo de una

x y listo y al centro no lo pisan al menos que hagan esto aquí en el otro. Entonces ya están ubicando poco a poco e inconscientemente van trabajando todos estos sentidos y después ya les quitas todos le quitas incluso la cancha de fútbol y lo pueden hacer como si nada".

perfeccionando cositas como en el empalme, por ejemplo, que ya no sea simple, si no ambos estirados para que puedan darse a notar espirando sus bracitos, ella apoyándose también su bracito hacia atrás y darle mayor pues prestancia al baile".

E24: "Cuando decía antes, trabajar en espacio grande, en espacio chico, desplazamientos, quiebres, figuras en espacios grandes primero. Y en espacios chicos, para que el trabajo sea rico y de buen fruto, tiene que tener esas características. Por ejemplo, a veces a nosotros mismos nos pasa que vamos embalados a un lugar a bailar y nos damos cuenta que es un sitio chiquito, entonces nosotros. ¿Oh ahora qué hago? pero ya estamos preparados para eso, porque hemos trabajado en espacios grandes y en espacios chicos ¿no? Y no solamente individual, sino en pareja. ¿No? Ese trabajo tiene que ser hecho para poder preparar al alumno para ese momento".

manera primorosa, le pones el pañuelo en la derecha, es como que le pongas a un diestro el pañuelo en la zurda y dices que lo haga bonito. Con ejercicios lo va a hacer, pero a nivel cerebral está ordenando todo a la derecha, y bacán, de repente llega a tener destrezas, va mejorando porque el profesor me gusta, me cae muy bien, y además nos ha dicho que nos va a llevar a Trujillo, si lo hacemos bonito. Entonces el enano, la enana empieza a trabajar duro, mañana, tarde y noche hasta que llega a tener una destreza. Y ya lo maneja. Pero a veces puede suceder que también estos cambios alteren su derecha y su izquierda, porque él tenía dominancia con la izquierda, y tú se la alteraste, y lo logró, y llegó un momento – "Ya a donde, vamos, ya, por aquí, no...acá" en que su dominancia quiere responder, ya no hay ni derecha ni izquierda, sino es acá, que son los resultados de muchos bailarines que han tenido ese problemita de lateralidad".

