UNIVERSIDAD METROPOLITANA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
FACULTAD DE ARTES Y EDUCACIÓN FÍSICA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

MODELO DIDÁCTICO DE TÉCNICA AÉREA CIRCENSE TRAPECIO FIJO ORIENTADO HACIA EL DESARROLLO INTEGRAL DE ESTUDIANTES DE NM2

MEMORIA PARA OPTAR AL TÍTULO DE
PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

PROFESORA GUÍA: Dra. MARIELA FERREIRA URZÚA

AUTORAS: KARLA DANIELA ALARCÓN MÁRQUEZ
DENISS LORNA CARRASCO VARGAS
DANIELA ISABEL DÍAZ COLLAO

SANTIAGO - CHILE
2010

UNIVERSIDAD METROPOLITANA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
FACULTAD DE ARTES Y EDUCACIÓN FÍSICA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

MODELO DIDÁCTICO DE TÉCNICA AÉREA CIRCENSE TRAPECIO FIJO ORIENTADO HACIA EL DESARROLLO INTEGRAL DE ESTUDIANTES DE NM2

MEMORIA PARA OPTAR AL TÍTULO DE
PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

PROFESORA GUÍA: Dra. MARIELA FERREIRA URZÚA

AUTORAS: KARLA DANIELA ALARCÓN MÁRQUEZ
DENISS LORNA CARRASCO VARGAS
DANIELA ISABEL DÍAZ COLLAO

SANTIAGO - CHILE
2010

ÍNDICE

CONTENIDO	*PÁGINA*
SÍNTESIS	10
INTRODUCCIÓN	11
Fundamentación	11
Insuficiencias	13
Contradicción	16
Idea a defender	16
Problema Científico	16
Objeto de Estudio	16
Campo de Acción	17
Objetivo	17
Preguntas Científicas	17
Tareas Investigativas	17
Enfoque Filosófico y Metodológico	17
Metodología	18
Contribución a la Teoría	18
Aporte Práctico	19
Pertinencia Social	20
Actualidad	20
Novedad	20

CAPÍTULO I

Fundamentos para la inclusión de las actividades de circo en las clases de Educación Física. 21
1.- Motricidad Humana 21
1.1.- Capacidades Sociales 21
1.1.1.- Comunicar-Expresar 21
1.1.2.- Jugar 22
1.1.3.- Ergonomía 23
1.2.- Capacidades Objetuales 24
1.3.- Teoría de la Motricidad Humana y Educación Física 26
1.4.- Técnicas de Ludoergomotricidad 29
2.- Antecedentes históricos del circo 33
3.- Desarrollo Integral 36
3.1.- Desarrollo 37
3.2.- Desarrollo Humano 37
3.2.1.- Desarrollo Físico y Motriz 39
3.2.2.- Desarrollo Cognitivo 41
3.2.3.- Desarrollo Afectivo 47
3.2.4.- Desarrollo Social 48
3.2.5- Desarrollo Moral 52
3.2.6.- Desarrollo Psicológico y Sexual 54
3.3.- Desarrollo Integral 55
4.- El circo y su aporte al desarrollo integral 56
4.1.- ¿Cómo contribuyen las técnicas circenses al desarrollo de los diferentes ámbitos del ser humano? 56
4.1.1.- Físico y motriz 57
4.1.2.- Cognitivo 58
4.1.3.- Afectivo 58
4.1.4.- Moral 58
4.1.5.- Social 59
4.1.6.- Sexual y Psicológico 59

5.- Circo y Educación Física 60
6.- Programa de estudio de segundo año medio, Educación Física. MINEDUC 69
7.- Trapecio Fijo y Educación Física 76
7.1.- Historia y antecedentes del Trapecio Fijo 77
7.2.- Tipos de trapecio 79

CAPÍTULO II
Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo orientado hacia el desarrollo integral de estudiantes de NM2 84
1.- Antecedentes de la realidad entorno a la práctica del Trapecio Fijo 87
1.1.- Experiencias previas 87
1.2.- Entrevista a directora y estudiantes de la escuela de circo: Circo del Mundo 88
2.- Fundamentos del Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo 90
2.1.- Componentes de la didáctica 90
2.2.- Dimensiones o ejes transversales 91
2.3.- Objetivos 98
2.4.- Contenidos 99
2.5.- Métodos 99
2.6.- Recursos didácticos 100
2.6.1.- Instalaciones 101
2.6.2.- Materiales 101
2.6.3.- Aplicación 103
2.7.- Estrategia en la práctica 104
2.7.1.- Estrategia en la práctica global 105
2.7.2.- Estrategia en la práctica analítica 105
2.7.3.- Estrategia en la práctica mixta 106
2.7.4.- Aplicación 106

2.8.- Técnicas de enseñanza 107
2.8.1.- Instrucción directa 107
2.8.2.- Indagación 108
2.8.3.- Aplicación 109
2.9.- Estilos de enseñanza 109
2.9.1.- Mando Directo 110
2.9.2.- Enseñanza Recíproca 111
2.9.3.- Basado en la tarea o Asignación de Tareas 111
2.9.4.- Descubrimiento Guiado 112
2.9.5.- Resolución de Problemas o Estilo Divergente 113
2.9.6.- Inclusión 114
2.10.- Forma de organización de la clase 114
2.10.1.- Estructura de la clase 114
2.11.- Evaluación 117
3.- Planificaciones 120
3.1.- Consideraciones Generales 120
3.2.- Unidad de Aprendizaje 125
3.3.- Planificaciones sesión por sesión 127
3.3.1.- Sesión 1 127
3.3.2.- Sesión 2 132
3.3.3.- Sesión 3 138
3.3.4.- Sesión 4 144
3.3.5.- Sesión 5 150
3.3.6.- Sesión 6 156
3.3.7.- Sesión 7 163
3.3.8.- Sesión 8 169
3.3.9.- Sesión 9 175
3.3.10.- Sesión 10 181
3.3.11.- Sesión 11 186
3.3.12.- Sesión 12 190
3.4.- Evaluación 196

CONCLUSIONES 201

RECOMENDACIONES 203

BIBLIOGRAFÍA 205

ANEXOS 210

SÍNTESIS

La integralidad de un individuo comprende varias dimensiones del ser humano. Es por esto que las clases de Educación Física deben ser vistas y tratadas como una instancia que puede contribuir al desarrollo integral de un individuo. Para ello, el grupo memorista se propuso desarrollar una investigación sobre la base del paradigma interpretativo, la cual tiene por objetivo "*Diseñar un Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo orientado hacia el desarrollo integral de estudiantes de NM2",* generando con esto, un instrumento pedagógico que permite ahondar en la importancia de la expansión de posibilidades de movimiento oportunas para el desarrollo íntegro de los individuos, mediante la realización de nuevas técnicas de expresión motriz aplicables al sistema educativo actual.

Basándose en los planes y programas del ministerio de educación chileno (MINEDUC) y en autores como Manuel Sergio, Eugenia Trigo, Joseph Invernó, Alain Fouchet y Muska-Mosston, entre otros, las autoras construyen un fundamento teórico que sustenta la práctica de actividades circenses en las clases de Educación Física.

El Modelo Didáctico propuesto por las autoras contempla la planificación de una Unidad de aprendizaje que contiene doce sesiones, además de la creación de pautas de evaluación, tanto para la ejecución técnica como para la evaluación del proceso.

El modelo está diseñado para segundo año medio (NM2), ya que tras el análisis detenido y atento de los planes y programas para el sub-sector de Educación Física, se considera que en este nivel los estudiantes están capacitados para enfrentar situaciones motrices que requieren de un mayor control corporal y desarrollo de las capacidades condicionales de la motricidad. Por otra parte, se pensó incluir el modelo dentro de la unidad de "Deportes y actividades individuales de autosuperación y expresión rítmica", pues ésta posee consecución en los niveles posteriores.

Conjugar la atracción por la actividad física y las artes escénicas puede generar en los individuos un desarrollo armónico de su integralidad.

INTRODUCCIÓN

El objetivo general de la Educación Física es "promover y facilitar que los estudiantes adquieran una comprensión significativa de su cuerpo y de sus posibilidades…"[1] Es por medio del cuerpo y el movimiento que la Educación Física pretende desarrollar de manera integral a los estudiantes. Según Jorge Manzano (2006), el desarrollo integral de un individuo comprende los ámbitos: motor o físico, cognitivo o intelectual, afectivo, social y moral. La Educación Física, como área curricular utiliza la actividad motriz como medio pedagógico y educativo en pos del mejoramiento de la calidad de vida y la formación integral del estudiantado, es considerada como "una disciplina pedagógica que utiliza el movimiento con el objeto de producir cambios en el individuo en el campo afectivo, cognitivo, motor y social, y que busca en definitiva su formación integral."[2]

El Ministerio de Educación chileno (MINEDUC) mediante sus planes y programas de Educación Física genera una guía docente que explicita los contenidos y objetivos necesarios para la pedagogización del área en busca del anhelado desarrollo integral. La brecha se produce en el hecho que dichos planes muchas veces no encajan de manera recíproca con los tiempos y requerimientos de la puesta en práctica de la pedagogía, y con las competencias y enseñanzas de las escuelas formadoras de docentes.

La integralidad de un individuo comprende varias dimensiones del ser humano. Esta integralidad, muchas veces utópica y un tanto forzada por los lineamientos establecidos por el MINEDUC, no es comprendida cabalmente en las escuelas formadoras de docentes. Para que un estudiante se desarrolle integralmente por medio de la Educación Física, es necesario que el egresado tenga una preparación adecuada y a fin con los objetivos del Estado. Es decir, una educación en donde tengan igual importancia (por lo tanto igual porcentaje de desarrollo) actividades físicas tanto deportivas como expresivo-artísticas. Pero ¿Cuál es la realidad que se encuentra al analizar las mallas curriculares de las carreras de Educación Física a lo largo del país? Gran porcentaje de su actividad curricular centrada

[1] Manzano Lagunas, Jorge, Educación Física y desarrollo integral, ISLA DE ARRIARÁN, 2006, Pág. 276.
[2] Torres, J., citado en el temario de oposición al cuerpo de maestros de la academia Luis Vives.

en las praxias son del tipo deportivas, dejando un pequeño lugar para las actividades motrices expresivo-artísticas. Además de esto, es importante mencionar que de este minoritario porcentaje, la mayoría son relativos a la Danza (Danza contemporánea, clásica, folclórica, entre otras). Esto genera en la mayoría de los casos un distanciamiento por parte de los estudiantes de género masculino hacia estas actividades (tanto escolares como estudiantes universitarios de la carrera de Educación Física, creándose así un círculo vicioso), quienes muchas veces por razones culturales lo asocian con la femineidad y la homosexualidad, creando una brecha entre los varones y la propuesta expresiva-artística declarada por el MINEDUC o la universidad. "La extraordinaria variedad de las artes del circo (malabarismo, equilibrio, acrobacia, clown, magia) permite satisfacer a todos los públicos, encara clases de Educación Física Deportiva mixtas evitando el agrupamiento de los varones alrededor de un deporte de combate y de las chicas alrededor de las clases de Danza."[3]

Es que acaso ¿No es posible educar el cuerpo y la mente por medio de actividades artísticas? "…enseñar las artes del circo no es simplemente hacer adquirir a los alumnos habilidades específicas, es ante todo confrontarlos, en la práctica, a los valores de ciudadanía, de autonomía y de responsabilidad."[4]

Otro punto importante en el desarrollo integral de los seres humanos es el desarrollo de la corporeidad[5]. La corporeidad entendida como "…vivenciación del hacer, sentir, pensar y querer…" no se trabaja en el sistema educativo chileno, es más, el término ni siquiera aparece en los Objetivos Fundamentales Transversales (OFT), Contenidos Mínimos Obligatorios (CMO), unidades y sus respectivas subunidades.

La Ciencia de la Motricidad Humana propone que "el humano en su complejidad se moviliza (siente, emociona, percibe, desea, piensa) desde el aquí y el ahora a la trascendencia, y de ésta al aquí y el ahora, en la relación yo-otro-cosmos. Para ello debe

[3] Alain, Fouchet, Las artes del circo. Una aventura pedagógica, STADIUM, Buenos Aires, 2006, Pág. 22.
[4] Alain, Fouchet, Las artes del circo una aventura pedagógica, STADIUM, Buenos Aires, 2006, Pág. 24.
[5] Corporeidad según Eugenia Trigo y colaboradores: "Es la vivenciación del hacer, sentir, pensar y querer de manera que podemos identificar corporeidad con humanes ya que el ser humano es y se vive sólo a través de su corporeidad."

adentrarse en la subjetividad sensorial, perceptiva, emotiva, racional, mágica, desde todo tipo de situación provocativa y problemas reales de la vida y el mundo."[6]

Es por esto que las clases de Educación Física deben ser vistas y tratadas como una instancia que, más allá de trabajar el cuerpo y la resistencia de éste, puede llegar a desarrollar al individuo en su integralidad, potencializando el desenvolvimiento yo-otro-cosmos. Por su parte la inclusión de las actividades de circo se constituyen en un apoyo metodológico en el propósito de desarrollar al ser humano desde la corporeidad.

Es necesario mencionar que muchas de las actividades circenses utilizan técnicas propias de la Danza y la Gimnasia Artística y Rítmica, es decir, se nutren de estas disciplinas, las cuales, forman parte de los CMO de los planes y programas del MINEDUC. Estas actividades pueden combinarse fácilmente con otras áreas del curriculum como educación musical, artes, lenguaje y comunicación, lo que a su vez, desarrollaría los tres ejes fundamentales de la educación: cognitivo, motriz y afectivo. "El tema del circo da la ocasión de utilizar soportes educativos diversos: la actividad física, el dibujo, la pintura, el vocabulario. Es decir, la expresión en todas sus formas pudiendo dar lugar a verdaderos proyectos interdisciplinarios." (Gazanson, 1997).

Las problemáticas actuales del sistema educativo chileno y por ende de la sociedad, detectadas en esta investigación, se enmarcan en tres grandes **Insuficiencias**:

1.- *Pocas horas de Educación Física en el curriculum escolar y mal aprovechamiento de ellas.*

Mucho se ha hablado de aumentar las horas de Educación Física en el sistema escolar, pero la verdad es que aunque varios colegios ya han adoptado este incremento de horario, aún muchos otros siguen teniendo las mismas dos horas pedagógicas de siempre. A esto se suma el hecho de que estas pocas horas, frecuentemente se utilizan con otros propósitos. El

---

[6] ftp://ftp.usjt.br/pub/revint/247_46.pdf, Red Internacional de Investigadores en Motricidad Humana, La Ciencia de la Motricidad Humana como área autónoma de conocimiento, 2006, Pág. 253.

26 de agosto del año 2008, Sofía Vergara publicó en el diario La Tercera un reportaje que se titula “55% de las clases de Educación Física se dedica a otras actividades”. Esta cifra se obtuvo gracias a un estudio del programa "Nutrimóvil 2008"**,** realizado entre más de 1.900 escolares de establecimientos municipales del sector sur de la capital. En dicho estudio se afirma que sólo el 45% de las clases de Educación Física son efectivas, es decir, más de la mitad del tiempo que debería dedicarse a las actividades propias de la disciplina, se destina a otras actividades. Lo realmente alarmante es que del poco tiempo anual que en el curriculum educacional se otorga a la Educación Física, en el 39% de los colegios se reemplaza estas clases por actividades diversas, como paseos, retiros o atención de apoderados; en el 34% se cambia por otra asignatura, como matemáticas, lenguaje o incluso, para preparar la prueba SIMCE; en el 9% no tienen profesor; mientras que en el 8% existen problemas administrativos. Otro problema que aqueja a esta situación, según este estudio, es el hecho de que los profesores tienen serios problemas para optimizar el tiempo.

2.- *Utilización de deportes y metodologías tradicionales en las clases de Educación Física en forma reiterada, lo que provoca poca innovación.*

El mismo reportaje al que se hace referencia fue expuesto además en una página web, donde muchas personas, principalmente docentes de Educación Física, opinaron al respecto. Las conclusiones son variadas, pero la que más concuerda con las insuficiencias detectadas para efecto de este estudio es el hecho que los profesores comúnmente realizan clases que no logran incentivar a los estudiantes a seguir con la práctica de actividad física de manera regular, tanto fuera como dentro del establecimiento. Esta desmotivación por parte de los docentes puede deberse a múltiples factores, el poco tiempo destinado al área, la pretensión de las orientaciones dadas por el MINEDUC de conseguir desarrollar una amplia gama de contenidos en tan pocas horas, el mal comportamiento de los estudiantes, entre otros aspectos. Es esta desmotivación una de las principales causas del estancamiento de la Educación Física, causa que no permite al profesorado manifestar todo su potencial, ni demostrar interés por conocer y/o desarrollar nuevas metodologías ni actividades complementarias. Entonces ¿Qué se conseguiría si aumentaran las horas destinadas a la

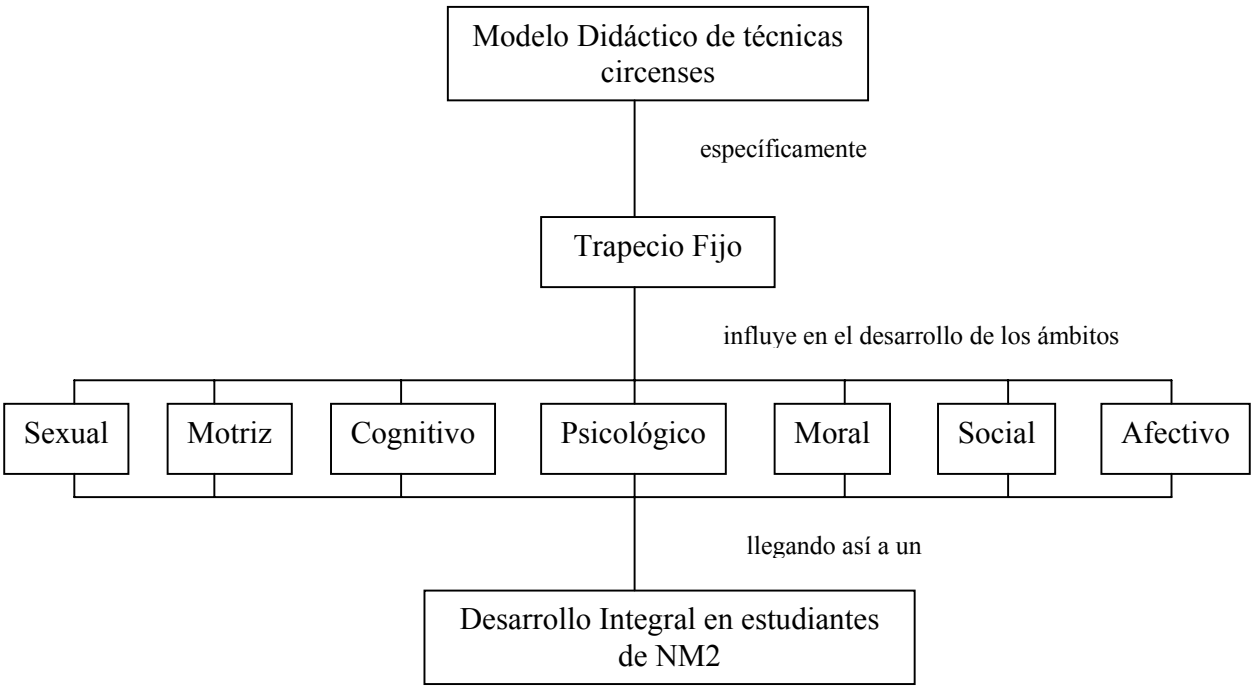
Educación Física escolar? ¿Más de lo mismo? Más tiempo muerto, más Atletismo, Gimnasia y deportes colectivos. Los estudiantes de hoy necesitan nuevas formas de ejercitarse, instancias que les permitan interactuar con los otros más allá de la competitividad, actividades que les otorguen la posibilidad de desarrollar su capacidad de manifestarse a sí mismos y con los demás, y de trabajar con nuevas estrategias o metodologías e implementos que le generen incertidumbre y nuevos desafíos. El gran problema radica en que a través de los años se ha asentado un sentimiento de desinterés y desidia frente a las actividades planteadas en las clases de Educación Física, debido a la reiterada utilización de los mismos medios educativos que no asombran al estudiantado. Lo que se requiere hoy es la implementación de actividades alternativas, que no reemplacen las tradicionales, sino que las complementen y enriquezcan, que conjuntamente logren incentivar y capturar la atención y entusiasmo de los estudiantes chilenos.

3.- *Falta de perfeccionamiento docente.*

La Educación Física actual requiere de la incorporación de prácticas motrices novedosas que incentiven a los estudiantes a desarrollar actividad física en el ámbito extraescolar y que a su vez propicien más instancias de perfeccionamiento y se amplíe el campo de acción docente. Las técnicas circenses han llegado a Chile para quedarse. Múltiples compañías con altos aranceles capturan día a día más adeptos. La inquietud es ¿Por qué si estas actividades atraen a tantas personas no pueden ser implementadas en el sistema escolar chileno? Muchos responderían lo costoso y amplio en el tiempo que sería el perfeccionamiento docente en este tipo de actividades. Pero ¿No invierte más el Estado en problemas asociados al sedentarismo y la obesidad? Ambos problemas sociales tienen una causa común, el que la población no guste de realizar actividad física de manera constante. Si se introdujera desde edades tempranas la mentalidad de que la actividad física es tan o más importante que aprender a leer, escribir y operacionalizar matemáticamente, la realidad social sería muy distinta.

La **Contradicción** que se produce entre el actual estado de la Educación Física chilena y la propuesta de esta memoria es la *"Inconcordancia entre la oferta de actividad curricular en el ámbito motor y el desarrollo integral"*.

Esta memoria defiende la **Idea** que *"La aplicación de un Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo en NM2 influye directamente en el desarrollo integral de los estudiantes"*.



El **Problema Científico** de esta investigación se define a través de la siguiente interrogante: *"¿Cuáles son los fundamentos que componen un Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo orientado hacia el desarrollo integral de los estudiantes de NM2?"*

Se define el **Objeto de Estudio** como: *"La técnica aérea circense Trapecio Fijo y su aplicación en NM2"*.

El **Campo de Acción** es el sistema educacional chileno y, en particular, los planes y programas del MINEDUC para NM2, en el subsector Educación Física.

El **Objetivo** de esta memoria es: *"Diseñar un Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo orientado hacia el desarrollo integral de estudiantes de NM2."*

Las **Preguntas Científicas** que orientan esta investigación son:

1.- ¿Cuáles son los fundamentos teóricos que hacen pertinente la inclusión de las actividades de circo en las clases de Educación Física?
2.- ¿Qué teoría sustenta la práctica coherente de los CMO y OFT dando respuesta a las necesidades de la sociedad contemporánea, según los lineamientos planteados en los planes y programas en base a las actividades de expresión motriz?
3.- ¿Cuáles son los fundamentos que componen un Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo, orientado hacia el desarrollo integral de los estudiantes de NM2?

Las **Tareas Investigativas** planteadas para el desarrollo de esta memoria corresponden a:

1.- Indagar sobre la pertinencia de la inclusión de las actividades de circo en las clases de Educación Física, fundamentando su puesta en práctica.
2.- Indagar sobre las actividades motrices expresivas en los planes y programas de Educación Física del sistema escolar chileno, aportando nuevas concepciones y teorías que sustenten una práctica coherente con las necesidades de la sociedad contemporánea.
3.- Describir los componentes de un Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo, orientado al desarrollo integral de los estudiantes de NM2 del sistema educativo chileno.

Esta investigación se desarrolla sobre la base del **paradigma interpretativo**, en donde se discute acerca de los fundamentos para la inclusión de las actividades de circo en las clases de Educación Física, especialmente de la técnica aérea Trapecio Fijo, y diseña un Modelo Didáctico de la misma para potenciar el desarrollo integral en estudiantes de NM2. El

análisis está basado en los planes y programas del subsector de Educación Física y los escritos presentados por los autores Josep Invernó, Eugenia Trigo, Manuel Sergio, Alain Fouchet, entre otros. Se trata de una investigación teórica fundamentada, de corte cualitativo.

La principal motivación para investigar otras novedosas y llamativas técnicas corporales, entre ellas y específicamente la técnica aérea circense Trapecio Fijo, tiene origen en la exclusiva y redundante atención que se le otorga a los deportes tradicionales en el sistema escolar chileno.

La **Metodología** utilizada para esta memoria se basa en los siguientes métodos teóricos:

- *Análisis Documental*: Se refiere a la recopilación de información y el debido análisis acerca de las potencialidades que posee la práctica de la técnica aérea circense Trapecio Fijo y el cómo éste podría beneficiar el desarrollo holístico de los estudiantes del sistema escolar chileno.

- *Histórico Lógico*: Considera el ordenamiento coherente de los antecedentes históricos del circo, su evolución y posible incorporación como recurso pedagógico.

- *Modelación*: Consiste en la elaboración de Modelo Didáctico forjador de nuevos conocimientos tanto teóricos como prácticos, que potencien la labor docente, y que a su vez fundamenten la investigación.

- *Sistematización:* Se refiere al ordenamiento lógico y a la selección pertinente de la información recogida para construir un cuerpo de conocimiento.

Con esta memoria se pretende **contribuir a la teoría**, ya que las técnicas circenses no tan sólo desarrollan las capacidades sociales y el ser, sino también las capacidades condicionales de la motricidad que son los lineamientos que pretende desarrollar el Ministerio de Educación en sus planes y programas para la Educación Física nacional.

Con el título *"Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo orientado hacia el desarrollo integral de los estudiantes de NM2*" se persigue ahondar en la importancia de la expansión de posibilidades de movimiento oportunas para el desarrollo íntegro de los individuos, mediante la realización de nuevas técnicas de expresión motriz aplicables al sistema educativo actual. Las técnicas circenses, potencial medio pedagógico, favorecen el progreso motricio y la conciencia corporal, y su aplicación a nivel educacional permitiría disminuir en los estudiantes del sistema educativo la sensación de que éste no responde a sus intereses de conocer y practicar nuevas disciplinas y deportes más allá de los tradicionales.

En el mundo académico este estudio será beneficioso para contribuir con la construcción de nuevos conocimientos por parte de sus realizadoras y de cualquier docente o futuro docente de Educación Física que requiera informarse sobre el tema. La investigación busca también presentar a los docentes de Educación Física una novedosa forma de educar, a modo de generar atracción hacia el perfeccionamiento en técnicas y didácticas complementarias que potencien el desarrollo integral de los estudiantes, tal como menciona Silvestre Madrigal (2006), "Los malabares, los monociclos y las acrobacias, reúnen toda una serie de características pedagógicas que le dan coherencia y justifican su presencia en el currículum educativo. El circo, planteado de una forma global, no ciñéndose tan sólo al aprendizaje de unas técnicas, incide directamente en la tan anhelada educación integral del alumnado, puesto que las diferentes situaciones motrices que se plantean suponen un desarrollo personal para el alumno en todos los ámbitos (afectivo, social, motor y cognitivo)". Esta investigación ayudará a los maestros de Educación Física a tomar conciencia que con las técnicas circenses los alumnos consiguen una mejora en diferentes aspectos personales, como lo son la sensibilidad por la expresión corpórea, el trabajo de la cooperación, el desarrollo de la creatividad, la mejora de la autosuperación, la constancia, la confianza en el compañero y el conocimiento del propio cuerpo.

El **aporte práctico** de esta memoria se enmarca en la pretensión de dar a conocer, por un lado, el hecho de que la adquisición de nuevos insumos pedagógicos relacionados con la Educación Física y el desarrollo del cuerpo aumentan la versatilidad docente y pueden ser

de gran utilidad como mecanismos de desarrollo escolar y humano, por otro lado dar a conocer un Modelo Didáctico que facilite el aprendizaje del Trapecio Fijo en la escuela, especialmente en la unidad de "Deportes y actividades individuales de autosuperación y expresión rítmica" de NM2. Se ha elegido esta unidad y este nivel debido a que en éste último los estudiantes ya poseen, o deberían poseer, un bagaje motriz más amplio que les permita mediante un entrenamiento dirigido realizar técnicas más específicas y de mayor complejidad que potencien su desarrollo físico y socio-afectivo, además de tomar en consideración que dicha unidad posee consecución en los niveles siguientes, por lo cual, pese a que se planificará sólo para el nivel en cuestión, se deja la posibilidad de que en los años posteriores se pueda ampliar en cantidad y/o calidad las técnicas aéreas circenses. Para validar este aporte práctico se desarrolló, paralelamente a la investigación, la experimentación de metodologías, por parte del grupo memorista, a través de la aplicación de una asignatura de carácter optativo de Técnicas Aéreas Circenses (Tela y Trapecio Fijo) correspondiente al quinto semestre de la carrera de Pedagogía en Educación Física de la Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación.

Se considera **pertinente** la realización de este estudio, ya que a nivel **social**, este tema puede despertar mayor interés en cualquier persona que desee conocer un poco más acerca de los posibles contenidos que pueden desarrollarse en una clase de Educación Física, contenidos que potenciarán el entusiasmo para participar en las mismas y ayudará a generar una correcta valoración de esta área por parte de la población chilena, debido a los beneficios que podría traer la puesta en práctica del Modelo Didáctico elaborado. Por ende se constituye en una **necesidad** actual para el campo de la Educación Física.

Las prácticas circenses, son generalmente áreas recurrentes en la educación no formal (talleres, cursos, clínicas, centros culturales, intervenciones sociales, etc.), por lo que esta propuesta de Modelo Didáctico, además de profesionalizar estas actividades y llevarlas al ámbito escolar, actualiza sus prácticas educativas.

Por esta razón el Modelo Didáctico es un **aporte creativo**, ya que a nivel escolar aún no se encuentran propuestas de éste tipo, por lo que se considera una novedad.

CAPÍTULO I

FUNDAMENTOS PARA LA INCLUSIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE CIRCO EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA.

1.- MOTRICIDAD HUMANA.

La motricidad humana se compone de formas expresivas, las cuales persiguen el desarrollo motriz del ser humano en pos del mejoramiento de la calidad de vida. El movimiento es el medio a través del cual el individuo comunica y transforma el mundo que lo rodea. El ser humano se hace humano gracias a la interacción con otros y es por ello que vive en sociedad.

1.1- Capacidades Sociales: La Dimensión Proyectiva del Ser.

1.1.1.- Comunicar – Expresar.

"La socialización requiere de las capacidades innatas del ser humano de expresar y comunicar, ya que éstas sirven de nexo entre el mundo interior y el exterior. Comunicar y expresar forman parte activa dentro de la dimensión proyectiva del ser humano."[7]

Expresión es la exteriorización de una realidad sentida, lo cual permite al ser humano comunicarse y relacionarse con los demás, es decir socializar. Para que exista expresión debe haber una exteriorización real de la vivencia de la persona. Mediante la expresión se establecen continuos procesos comunicativos.

"La comunicación es el fenómeno de interacción que funda la sociedad." (Marina, 1998), es un proceso y para que se logre es necesaria la existencia de un código (lenguaje) común

[7] Trigo, Eugenia y colaboradores. Fundamentos de la Motricidad, GYMNOS, Madrid, 2000, Pág. 278.

entre emisor y receptor. La comunicación busca que la interpretación de ésta realidad manifiesta, genere un cambio de actitud o conducta en la forma de respuesta del receptor.

El mensaje implicado en el proceso comunicativo puede ser verbal o no verbal. El lenguaje no verbal es aquella información que el individuo es capaz de transmitir por medio de gestos, acciones y expresión.

Kesselman (1990), dijo: "el cuerpo es el lugar donde se expresa la conducta; es el lugar donde todas las conductas son posibles". El sentirse libre para expresar es una necesidad humana, ya que cada individuo es una persona social y se genera de tal forma gracias a la interacción con los demás y con el entorno.

La comunicación es la manera mediante la cual los individuos se integran en la vida social, se forman y crecen como seres humanos. La expresión es el instrumento para dejar de ser "yo conmigo mismo" y pasar a ser "yo con los demás".

1.1.2.- Jugar.

"El niño viene al mundo jugando y gracias al juego se descubre a sí mismo, conoce el entorno y conoce a quienes lo rodean." (Delgado y del Campo, 1993). El juego y la creatividad son capacidades propias de la dimensión introyectiva del ser humano. El juego en los primeros años puede manifestarse mediante la interacción del individuo con objetos (dimensión extensiva del ser), pero mientras más avanza en edad un ser humano éste se transforma en un elemento de socialización, ya que permite comunicarse e interactuar con otros sujetos (dimensión proyectiva).

El juego es una actitud ante la vida, es decir, es la disposición que tiene una persona hacia sí misma (dimensión introyectiva), hacia los objetos (dimensión extensiva) y frente a los demás (dimensión proyectiva). Al hablar de motricidad, el juego se sitúa en la dimensión proyectiva del ser. "En educación el juego es un elemento socializador que permite a los

profesores incidir en el desarrollo de esta actitud ante la vida, aprender a disfrutar el presente, el aquí y el ahora."[8]

Existe una gran variedad de definiciones respecto al término juego, lo que se ha concluido respecto a todas ellas (según Eugenia Trigo y colaboradores) es que éste es el fin en sí mismo. El juego se identifica con lo lúdico y para el grupo Kon-traste lo lúdico es la "capacidad humana de gozar la vida en el aquí y el ahora de una manera autónoma y constructiva para la persona."[9]

1.1.3.- Ergonomía.

La ergonomía es la ciencia que estudia la economía del rendimiento humano, esta economía responde a patrones fisiológicos, biomecánicos y psicológicos de la personalidad del sujeto. La ergonomía busca facilitar el desarrollo del cuidado de la salud corporal, postura, prevención y corrección de disfunciones de ésta.

Las tres leyes que permiten interpretar el lenguaje del cuerpo y otorgarle un significado son la Ley del equilibrio (físico, biológico y mental), la de la economía (gasto energético mínimo) y la del confort (búsqueda del bienestar).

Según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, postura es: "Situación o modo en que está puesta (físicamente) una persona, animal o cosa". La postura es el resultado de la coordinación de los reflejos sensomotores, el correcto procesamiento de la información, la elaboración de la respuesta y la eficacia motriz. Para Llanos Alcázar (1996), es la "relación recíproca de las distintas partes del cuerpo y es la que, bajo unas mismas condiciones físicas, confiere a la posición de cada hombre sus rasgos característicos, ya que la postura no varía únicamente con la posición, sino también con la actitud."

[8] Trigo, Eugenia y colaboradores. Fundamentos de la Motricidad, GYMNOS, Madrid, 2000, Pág. 293.
[9] Trigo, Eugenia y colaboradores. Fundamentos de la Motricidad, GYMNOS, Madrid, 2000, Pág. 293.

Dentro de la Biomecánica, la postura ideal es aquella en la que se tiene la mínima tensión y rigidez y permite la máxima eficacia, es decir, requiere un gasto energético mínimo y permite una función articular eficaz. Para conseguir una buena alineación se necesita de una suficiente flexibilidad en las articulaciones de carga. De ello se infiere que cada persona tiene su propia postura óptima.

Para Cantó y Jiménez (1998), la actitud corporal no es más que el resultado de un largo proceso por el que se equilibra bípedamente el ser humano. Según Keller (1992), este mismo concepto responde a la disposición física externa, la disposición interna que traduce a la anterior como forma de relacionarse con el entorno y abarca tres dimensiones: orientación, sostén y expresión.

Es el sistema nervioso central el encargado de regular los movimientos mediante la neurofisiología. Cantó y Jiménez (1998), hablan de la "educación de la actitud" y mencionan que es responsabilidad del docente de Educación Física educar el proceso de la equilibración bípeda, y para que ésta se logre mediante un gasto de energía mínimo se deben generar instancias de desarrollo de la conciencia propioceptiva. Se debe educar para prevenir alteraciones posturales, ya que éstas se originan por malas actitudes, falta de información y posturas inadecuadas.

1.2.- Capacidades Objetuales: La Dimensión Extensiva del Ser.

Las capacidades objetuales dentro de los contenidos de la motricidad están compuestas por las habilidades básicas y las habilidades específicas del ser humano. Todos los seres humanos traen incorporada una dotación genética homínida[10] que le permite ejecutar movimientos reflejos o instintivos, los cuales por medio de un proceso evolutivo (distinto para todos los seres humanos) llegan a convertirse en habilidades específicas.

[10] Familia de primates homonoideos que incluye al hombre y a sus parientes cercanos chimpancés, orangutanes, gorilas y bonobús. Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española.

Las capacidades objetuales están compuestas por las habilidades básicas y las específicas, pero ¿Qué son las habilidades básicas? Se consideran habilidades básicas a todas aquellas habilidades comunes a todos los seres humanos, por lo tanto, vienen incorporadas genéticamente. Una clasificación de las habilidades básicas de la motricidad propuesta por Castañer y Camerino en 1993 considera tres subdivisiones:

- Habilidades básicas locomotrices: Estas habilidades tienen su fundamento en el instinto biológico de los seres humanos de desplazarse por el medio que los rodea. Éstas están condicionadas por el medio natural en el que se desenvuelve cada sujeto y de esto depende que se manifieste en toda su totalidad, como por ejemplo caminar o correr.
- Habilidades básicas manipulativas: Derivan de la necesidad del ser humano de conocer, de acercar las cosas a su vista, de tocar, de manipular objetos y seres vivos. Ejemplo de esto son: lanzar, atrapar y golpear.
- Habilidades básicas de estabilidad: Son aquellas que permiten al cuerpo mantenerse en un constante estado de equilibrio tanto estático como dinámico y también gracias a esta habilidad es que se pueden realizar movimientos de equilibrio sin desplazar la base de sustentación (movimientos muy utilizados en deportes y otras prácticas corporales como girar, esquivar, balancearse, etc.).

Las habilidades básicas no se expresan por separado en el ser humano, se desarrollan en forma conjunta y muchas veces combinada. Esta combinación y adaptación es la que permite que las habilidades evolucionen de básicas a específicas. Según Gallahue (1982), el ser humano evoluciona motrizmente pasando en un primer nivel por los movimientos reflejos, después por movimientos rudimentarios, en un tercer nivel las habilidades básicas para alcanzar finalmente las habilidades específicas. La carga genética más la culturización que sufre cada ser humano en el recorrido de su vida es la que permite que cada uno de nosotros tenga su propio acerbo motriz.

Se consideran habilidades específicas a todas aquellas acciones motricias que derivan de las habilidades básicas, a través de las cuales la motricidad se expresa de diversas formas y en distintos contextos. Según Eugenia Trigo y colaboradores (1999), dentro de esta

clasificación entran las actividades: deportivas, del mundo del circo, del teatro, de los ejercicios, del diálogo corpóreo, de la danza, del juego, de las actividades ergonómicas y aquellas acciones que implican aventura y riesgo. Para lograr alcanzar este tipo de habilidades se recurre a dos fuentes de adquisición: la repetición y la adaptación. La repetición está más ligada a aquellas actividades o deportes en donde se utilicen habilidades cerradas ya que la forma de entrenar es por medio de repeticiones de secuencias de ejercicios. Para que estas actividades sean motrices es necesario que el individuo ponga en esta práctica su conciencia y también un pensamiento crítico hacia lo que está haciendo y no sean sólo automatismos, de otra forma constituirían sólo movimientos. De otra forma y, por el contrario, la adaptación está ligada a aquellas actividades en donde se ponen en práctica habilidades del tipo abiertas. La adaptación al igual que las actividades o deportes de tipo abierto generan un enriquecimiento mucho mayor del área motriz de los sujetos, ya que al estar adaptando, incorporando y reinventando acciones motrices se generan muchas más conexiones neuronales que al estar repitiendo una secuencia una y otra vez.

Para resumir se puede decir que en una primera instancia todos los seres humanos poseen conductas instintivas básicas de disposición genética denominada "instinto motriz homínida", éstas a través de influencias socioculturales y aferencias externas evolucionan a las llamadas habilidades básicas, las cuales por medio ya sea de la repetición o la acomodación se transforman en habilidades específicas, logrando así una equilibración de la conducta motricia.

1.3.- Teoría de la Motricidad Humana y Educación Física.

El ser humano se comunica y transforma el medio que lo rodea mediante el movimiento. Para la Real Academia de la Lengua Española la palabra motricidad posee los siguientes significados: 1.- Capacidad para moverse. 2.- Acción del sistema nervioso central o de algunos centros nerviosos que determina la contracción muscular ante ciertos estímulos. Según Eugenia Trigo y colaboradores "la motricidad es la herramienta básica, fundamental e insustituible sobre la cual se construye todo el edificio de la persona. Una motricidad mal organizada va a impedir al sujeto, a lo largo de toda su vida, disfrutar a pleno rendimiento

de lo que el mundo le ofrece", además concluye diciendo que "la motricidad no es más que el conjunto de acciones significativas para el individuo".

Manuel Sergio definió la motricidad humana como "el movimiento centrífugo de la personalización de cara a la trascendencia" y también como "praxis creadora". El equipo Kon-traste habla de motricidad en términos de "ex-presión de la corporeidad" (Trigo y colaboradores, 1999, 2000, 2001).

La motricidad es la base fundamental del Deporte, la Danza, la Ergonomía, la Rehabilitación, el Circo, la Paidomotricidad y la Gerontomotricidad.

La ciencia de la Motricidad es una ciencia del hombre, un hombre que es cuerpo. Entonces, para que exista el movimiento debe existir un cuerpo que se mueva. La definición de cuerpo de la Real Academia de la Lengua Española para el ser humano es: "conjunto de las partes materiales que componen su organismo". En el libro Manifestaciones de la Motricidad, cuerpo se entiende como "… todo aquel objeto, animal o cosa que ocupa un espacio y por ende se puede percibir por los sentidos (…) y en segundo lugar el hombre y los animales, materia orgánica que constituye sus diferentes partes". El cuerpo es parte del ser humano desde el momento de la concepción, pero es desde el nacimiento que éste aprende a sentir y pensar mediante la percepción y la acción, este hecho es lo que conforma la corporeidad. Víctor Pérez-Samaniego y Roberto Sánchez, en el libro "Las concepciones del cuerpo y su influencia en el currículum de Educación Física" mencionan: "El individuo conoce el mundo a través de su entidad corporal (…) El hombre seguirá viviendo toda su existencia no sólo en el cuerpo, sino con el cuerpo y, de alguna manera, desde el cuerpo y a través del cuerpo. (…) El hombre tiene un cuerpo, el cual está capacitado para moverse, hecho para moverse. Gracias al movimiento, el hombre aprende a estar en el espacio (…). Sobre estos dos elementos, sobre la inherencia e implacable instancia del cuerpo en la vida del hombre, no ya como parte del hombre, sino como hombre mismo, por un lado y, por otro, sobre la realidad antropodinámica del movimiento físico, debe ser estructurada una Educación Física, base de una generalizada cultura física".

La Real Academia de la Lengua Española también intenta darle un significado al término Corporeidad y lo hace diciendo que ésta es la "característica de lo que tiene cuerpo o consistencia", frente a esta pobre definición muchos autores han intentado definir de manera más integral el concepto. En el capítulo IV del libro "*El desarrollo del ser humano desde la corporeidad"* se dice que confundir el cuerpo con corporeidad es limitar el ser humano a un animal. La persona se manifiesta con su cuerpo y a través de su cuerpo. Esas manifestaciones (pensamientos, emociones y sentimientos) son parte de ese cuerpo que vive. Para Zubiri (1986), corporeidad es la vivenciación del hacer, sentir, pensar y querer. A manera de conclusión el grupo Kon-traste dice que "los seres humanos somos corporeidad y poseemos motricidad"[11].

Al intentar descifrar la relación existente entre la Teoría de la Motricidad Humana y la Educación Física cabe destacar que ésta última nace en el siglo XVII y XVIII. En sus inicios su objetivo hacía referencia netamente a la salud, para luego dar paso a la gimnástica. A partir del siglo XIX, gracias a la "pedagogización de los sistemas y métodos europeos" de dicha disciplina es que, la Educación Física adquiere un significado más amplio y por consiguiente logra una mayor expansión. Este hecho es el que marcó la inclusión a nivel escolar de la Educación Física propiamente tal. Es en el siglo XX cuando se logra desentender el cuerpo como un objeto en sí mismo, se valora como un cuerpo-sujeto, y se comprende que "el cuerpo fue, es y será un producto sociocultural". Se pretende no desvincular el cuerpo y los movimientos de la integralidad, es la unión de estos factores los que garantizan la educación del ser.

Es por este pensamiento que Manuel Sergio, en su tesis del año 1987, se introduce a una nueva ciencia, la Ciencia de la Motricidad Humana. Define ésta como "ciencia de comprensión y de la explicación de las conductas motoras, visando el estudio y constantes tendencias de la motricidad humana, en orden al desenvolvimiento global del individuo y de la sociedad y teniendo como fundamento simultáneo lo físico, lo biológico y

[11] Trigo, Eugenia y colaboradores. Fundamentos de la Motricidad, GYMNOS, Madrid, 2000, Pág. 278.

antroposociológico". Esta ciencia es entonces la que ha impulsado a ampliar la Educación Física más allá de la gimnástica, la aleja de la visión biologista y mecanicista.

Manuel Sergio, en el libro *"Un corte epistemológico. De la Educación Física a la Motricidad Humana"*, indica una concepción de la relación entre la Educación Física y la motricidad humana. Menciona que la Educación Física no abarca todo el campo de acción de la motricidad humana, puesto que debería responder al juego, el deporte, la Gimnasia, la Danza, el circo, la ergonomía y la rehabilitación. También dice que la "educación motora" es la rama pedagógica de la Ciencia de la Motricidad Humana y que podría llegar a reemplazar al término Educación Física. Según Sergio, la educación motora debe indispensablemente estar presente en las manifestaciones concretas de la ludomotricidad, ergomotricidad y ludoergomotricidad.

Sergio menciona que la Educación Física se limita en la mayoría de los casos al modelo positivista de la ciencia, fundamentada en las ciencias biológicas y que por ello existen ciertas manifestaciones de la capacidad humana de moverse que no han sido abarcadas por la Educación Física, como lo son las actividades del trabajo, las técnicas circenses, las actividades cotidianas, los rituales, etc.

1.4.- Técnicas de Ludoergomotricidad.

Para comprender a cabalidad el significado y la importancia del término ludoergomotricidad, es necesario adentrarse en el significado de sus componentes. Esta palabra está compuesta por los términos lúdico, ergonómico y motricidad.

<u>Lúdico</u>: Palabra proveniente del término latín *ludus, ludere* adjetivo relativo al juego. Por otra parte también está relacionada al vocablo latín *iocus*: acción y efecto de jugar, jugar *(iocare* en latín) sería, por lo tanto, hacer algo con alegría y sólo con el fin de entretenerse. Según Eugenia Trigo y colaboradores, lo lúdico es la "capacidad humana de gozar el ocio en el aquí y el ahora, de una manera autónoma y constructiva para la persona que lo vive".

Por lo tanto, la ludomotricidad vendría a ser toda aquella acción que se realiza sólo por placer, que no tiene más fin que la entretención.

Ergonómico: Palabra compuesta por los vocablos griegos *ergos* el que significa actividad y *nomos*: leyes naturales o normas, por lo tanto, una traducción literal del término sería "normas que regulan la actividad humana"[12]. Ergonomía es la ciencia que estudia la economía y el rendimiento humano. Esta ciencia principalmente está encargada de facilitar y mejorar el desarrollo del ser humano en temas como por ejemplo: postura, cuidado de la salud, disfunciones posturales y genéticas, prevención, etc. También está relacionada a la eficiencia y eficacia de los movimientos en el mundo laboral y el rendimiento.

Motricidad: Sobre la definición de este término aún no hay consenso, pese a que se sabe que los términos motricidad y movimiento están íntimamente relacionados. En esta ocasión se asumirá el término acuñado por Eugenia Trigo y colaboradores (1999), "motricidad es la vivencia de la corporeidad para expresar acciones que implican desarrollo del ser humano". Según Da Fonseca (1996), este término al hacer referencia a la corporeidad sería exclusivamente atribuible a los seres humanos, para cualquier otro animal o cuerpo se denomina sólo movimiento.

Después de estas definiciones entonces ¿Qué es *Ludoergomotricidad*?

Ludoergomotricidad se refiere a todas aquellas acciones motrices que tienen componentes tanto lúdicos como ergonómicos, es decir, son acciones realizadas por el ser humano que producen placer, pero que al mismo tiempo implican eficacia y rendimiento. Se consideran actividades ludoergomotrices aquellas que son divertidas, de espectáculo o de competición. Cabe señalar que la realización de este tipo de actividades de forma mecanizada no constituyen prácticas motrices, sino movimientos, por ende no caben dentro de la denominación de ludoergomotricidad. Para que constituyan acciones motrices es necesario que se produzca dentro del ser humano un pensamiento criti-creativo hacia lo que está

[12] Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española.

realizando, que intervenga la afectividad y por supuesto se ponga en juego la voluntad del sujeto. Dentro de ellas se encuentran la Danza, los deportes y el circo.

Danza.

Se dice que esta actividad es la más antigua forma de expresión. Eugenia Trigo la define como: "movimientos corporales rítmicos que siguen un patrón, acompañados generalmente de música, que sirven como medio de comunicación y expresión." La Danza al igual que la mayoría de las disciplinas ha evolucionado al pasar del tiempo. Primero utilizándose exclusivamente con un fin religioso y de forma colectiva, hasta lo que hoy conocemos como Danza espectáculo. El orden cronológico de esta evolución, a grandes rasgos y considerando las tendencias más conocidas, va desde la Danza primitiva, la Danza clásica, la Danza moderna, la Danza jazz y la Danza contemporánea; por otra parte también existe la Danza popular y la Danza social, además de la relacionada con la cultura tradicional (bailes emergentes de la cultura juvenil, bailes de salón y bailes folclóricos).

Según Eugenia Trigo, actualmente se dividen en dos grandes ramas: las Danzas de espectáculo y las Danzas de participación (en donde no se necesita espectadores).

Deportes.

Se define como: "actividad física ejercida como juego o competición cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas"[13]. Aún no existe un consenso acerca del origen del deporte. Según algunos el deporte comenzó con el inicio de las civilizaciones, ya que toda competición ritual en las sociedades primitivas era considerada deporte. Algunos autores señalan que el deporte nace a fines del siglo XVIII con el surgimiento del progreso industrial. Cualquiera que sea su origen, los deportes han sido dentro de la actividad física los más cotizados y valorados por la sociedad, tanto así que en el curriculum escolar chileno, en el sector Educación Física, más del 40% de los contenidos corresponden a deportes. Los deportes han ido cambiando y adaptándose a las nuevas necesidades de la

[13] Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española.

sociedad, esto se ve reflejado por ejemplo en la masificación y democratización de sus prácticas, la incorporación de deportes nuevos (como los extremos) y adaptación de algunos existentes para hacerlos recreativos, desinstitucionalización de las prácticas deportivas, entre otros. Tradicionalmente, los deportes se clasifican en: individuales, colectivos, de oposición, colaboración, con móvil o sin éste, de habilidades abiertas o cerradas.

Circo.

Las actividades circenses son unas de las entretenciones masivas más antiguas del mundo. Antiguamente en los circos se realizaban actividades tan diversas como carreras de caballos y carros, llegando incluso algunos de éstos a alojar a más de 385.000 espectadores, esta actividad era una gran fuente de entretención para las antiguas civilizaciones. Con el pasar del tiempo el circo y los espectáculos brindados en él fueron evolucionando, hasta llegar a convertirse en lo que se conoce hoy en día. Grandes carpas de forma circular, con los más llamativos colores, los personajes que nunca pensaron ver y las formas más diversas de hacer arte, como: clown, Trapecio Fijo y volante, cable, equilibrismo, acrobacias, entre muchos otros. Según estudios de Eugenia Trigo y colaboradores, en la actualidad las escuelas de circo se dividen en dos grandes ámbitos:

- Escuelas de circo dentro del circo: Se definen como aquellas escuelas en las que los estudiantes asisten a una escuela circense (dentro del circo, viviendo la vida de estas personas), en donde la gran mayoría de sus ramos son de este tipo, pero también estudian algunas de las asignaturas del curriculum estatal. Llevado a la realidad chilena estas escuelas serían los circos, en donde en el seno de la familia, los niños y jóvenes aprenden de sus padres y abuelos, la cultura y construyen su conocimiento, desarrollando habilidades y actitudes para seguir con la tradición, generación tras generación.
- Escuelas de circo al margen de los circos: Estas escuelas son las que han proliferado últimamente en Chile y el mundo. Se ven en forma de talleres, cursos, clínicas, congresos, etc. En Chile principalmente se adoptaron este tipo de actividades para niños en riesgo social, y ya existen algunos colegios que han incorporado técnicas

> del tipo circense en sus actividades extraprogramáticas. El circo es un mágico mundo, lleno de fantasías y de sonrisas, de colores, que aleja a las personas de la monotonía del diario vivir, de la cotidianeidad, de la fuerza de gravedad.

Estas tres actividades mencionadas tienen distintos ámbitos de intervención: ámbito recreativo, pedagógico y de rendimiento. Por supuesto, el que interesa para efectos de esta investigación es el pedagógico, y principalmente se quiere resaltar la importancia de las prácticas circenses. El nuevo circo, que circula entre lo tradicional y lo moderno, es la perfecta mezcla de fantasía, socialización, creatividad, cultura y actividad física. Este nuevo circo, digno de ser incorporado en los planes educacionales "destaca por la potenciación de la creatividad en la relación del cuerpo con otros cuerpos y del cuerpo con los objetos, buscando la singularidad y el despertar a nuevas sensaciones, un circo mucho más corporal, mucho más humano"[14], en donde la relación del cuerpo con otros cuerpos sería dimensión proyectiva del ser y la relación del cuerpo con los objetos la dimensión extensiva del ser.

2.- ANTECEDENTES HISTÓRICOS DEL CIRCO.

"El circo representa una importante parte de la cultura humana, una noble empresa construida a lo largo de muchos siglos, prácticamente desde que el hombre empezó a registrar sus hazañas, sus descubrimientos, sus ideas, sus creencias, resumiendo, su cultura." (Eduardo Murillo, 1994).

Según Viveiro de Castro, "…las raíces del Circo se remontan al legado cultural dejado por algunas de las civilizaciones antiguas, desde el oriente lejano (China, Mongolia, India, etc.), hasta el occidente próximo (Grecia, Roma, Egipto, etc.)".

"Los primeros registros de la práctica de este arte se pueden apreciar en las paredes de la cultura egipcia, donde se representaban los ejercicios de tres pelotas, 3.500 años A. de C." (Seibel, 1993).

[14] Invernó, Josep, Circo y Educación Física. Otra forma de aprender, INDE, Barcelona, 2003, Pág.16.

Aproximadamente 3000 años A. de C., en las civilizaciones antiguas del lejano oriente, utilizaban las acrobacias y las contorsiones tanto en rituales religiosos y festividades tradicionales, como en carnavales. También realizaban una especie de malabarismo con las armas que se utilizaban en las artes marciales, para su entrenamiento y preparación para la guerra.

En las culturas occidentales también existieron manifestaciones que dieron pie al surgimiento de técnicas circenses "como es el caso de Grecia en donde se recogen crónicas de guerreros que con la finalidad de demostrar sus habilidades y su fuerza realizaban, en público, juegos de destreza con elementos pesados." (Juan Manuel de Faramiñán, 2009).

No obstante, es en Roma donde se acuña el término *circo* para denominar las actividades de entrenamiento, las cuales se realizaban en un recinto redondeado con gradas alrededor para los espectadores. Estas actividades consistían en realizar carreras de carros y caballos, también se llevaban a cabo duelos de vida o muerte entre hombres y animales feroces. Con la caída de las civilizaciones antiguas, estas manifestaciones públicas fueron perdiendo interés entre la población.

"En la Edad Media comienzan a reaparecer ciertos grupos de nómadas que sustentan sus necesidades básicas representando números bufonescos en los distintos pueblos que visitan y en muchos casos sus actividades paralelas no son particularmente apreciadas, pues agregan a sus representaciones las engañifas y el hurto." (Juan Manuel de Faramiñán, 2009).

Sin embargo, en el Renacimiento estos grupos ambulantes formalizan sus actividades. Eran esperados con verdadera pasión por los lugareños, y cuando se instalaban en sus plazas y calles con sus artes corporales pasaban a ser el gran atractivo del momento. Tal como lo indica Soares[15], el circo en el Renacimiento "consigue alejar, por unos momentos, a los habitantes de los pueblos y las villas de las rutinas binarias del trabajo y del descanso por medio de unos juegos y unas prácticas que rompían el orden institucional sustrayendo a los

[15] Soares, Carmem Lúcia, Imagens da Educação no Corpo, AUTORES ASSOCIADOS, Campinas, 1998.

espectadores de los conceptos utilitarios y proyectándolos en un universo de diversión y de risa en el que se rompían las limitaciones habituales."

En ésta época comienzan a aparecer otras manifestaciones artísticas relacionadas con el circo, como son los saltimbanquis, acróbatas que realizaban volteretas y saltos sobre los bancos de las plazas públicas, "también comienzan a surgir los espectáculos de títeres y cobran especial importancia los cuenta cuentos que se ocupan de reflejar en narraciones sencillas recuerdos épicos o cuentos o fábulas populares, perfiles psicológicos y moralejas." (Juan Manuel de Faramiñán, 2009).

"El siglo XVIII se reconoce como una época de transición entre el antiguo circo y la nueva historia del circo moderno, con la incorporación de nuevas técnicas y una infraestructura mucho más elaborada.

En el año 1770 el inglés Philip Astley tuvo la idea de incorporar a sus rutinas ecuestres la participación de malabaristas, payasos y otros números, marcando un nuevo momento dentro de la historia del circo."[16]

Así fue como nace el circo tradicional, aquel que se conoce hoy en día. El de las grandes carpas en donde se presentan espectáculos de variados números.

Según Juan Manuel de Faramiñán, el circo tradicional "se encuentra sumamente codificado, con una docena de números que se desarrollan, cada uno, durante unos diez minutos. El orden de presentación depende de la estructura física del circo en el que la intervención de los payasos con su número cómico sirve para cambiar los decorados, adaptar las diferentes instalaciones y relajar al espectador entre emoción y emoción, siempre, teniendo en cuenta el sorprender al espectador con números inesperados o arriesgados (la doma de fieras o los equilibristas) y generalmente, terminar con un número ecuestre o con elefantes de tono apoteósico en donde la música tiene un papel fundamental."

[16] http://artesescenicas.byethost15.com/circo/historia-del-circo.htm.

Sin embargo, este documento se basa en otro concepto del circo, aquel que nace a partir del siglo XX, en donde se comienza a hablar del *nuevo circo* o *circo contemporáneo*.

"El circo contemporáneo se caracteriza por ser una mezcla de prácticas, de las cuales podemos destacar la música, el teatro, la pantomima, la acrobacia, la gimnasia, etc. Se trata de un modelo artístico de circo, en el que la técnica está al servicio del arte, de la expresión." (Coasne, 2004).

"Es así que el circo se ha mantenido como un arte vivo que sigue presente en el umbral del siglo XXI gracias al esfuerzo de un numeroso grupo y colectivos que iniciaron hace unos años su renovación con espíritu de cambio y nuevas aportaciones técnicas, donde la investigación e integración de nuevas ramas que refuercen el espectáculo como el teatro y la danza, generando la transformación de la frase del circo de tradición familiar, *pasen y vean*, por la magia del nuevo circo que se traduce en un *pasen y sientan*." (Mateu y de Blas, 2007).

"Con la práctica del circo no sólo crecen aquellos que lo practican si no que también su entorno y por lo tanto este arte tiene una incidencia importante en la comunidad de los niños, niñas y jóvenes que aprenden y se sienten atraídos por este arte." (Vergara, 2004).

3.- DESARROLLO INTEGRAL.

"La enseñanza tiene como meta principal la formación integral de la persona del estudiante. Para lograr esta formación cabal, se debe enseñar a niños y jóvenes a pensar, razonar, convivir, tomar decisiones, ser persona, comportarse."[17]

López Quintás (1996), propone que los profesores pueden contribuir a la formación integral de los estudiantes con sólo explicar bien algunos temas de su área que tienen gran incidencia en la formación de la personalidad humana y dando énfasis en el logro de los

[17] López Quintás, Alfonso, Cómo lograr una formación integral. El modo óptimo de realizar la función tutorial, SAN PABLO, Madrid, 1996, Pág. 7.

OFT. Menciona también que la tolerancia es el ingrediente básico de la formación humana y que, así como los profesores, los estudiantes deben comprender de manera cabal lo que significa este concepto. Dentro de la formación integral se debe hacer hincapié en el "saber convivir", con el fin de garantizar una vida de auténtica convivencia.

3.1.- Desarrollo.

Una de las definiciones que entrega la Real Academia de la Lengua Española respecto al término desarrollo es: "crecimiento o mejora de un aspecto físico, intelectual o moral". En el libro *"Los niños: Princesitas y Principitos"* (2003), el desarrollo es definido como: "Serie de sucesivas transformaciones que le permiten al hombre satisfacer progresivamente sus diferentes, múltiples y renovadas necesidades en un proceso de adaptación activa al medio; es el camino de la resolución progresiva de sus necesidades, que va de la dependencia absoluta a la construcción de su autonomía relativa. Dependencia absoluta porque, desde el origen mismo de la vida, el niño necesita de otros cuerpos adultos que lo generen, lo alberguen, lo nutran. Más tarde requiere de un conjunto de adultos que con sus cuidados, creen y regulen las condiciones externas, el medio en que va a vivir, crecer, aprender, ser." En esta investigación se aborda el desarrollo del ser humano y de qué manera la Educación Física, y en especial la aplicación de un Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo, puede contribuir a la obtención de éste.

3.2.- Desarrollo Humano.

"… el aprender acerca del desarrollo humano brinda la posibilidad de entender y ayudar a los niños y los adultos."[18]

El desarrollo humano es la "consecución de capacidades que permitan a las instituciones y personas ser protagonistas de su bienestar. La adquisición de parte de los individuos,

[18] Papalia, Diane y Wendkos Olds, Sally, Desarrollo Humano. Con aportaciones para Iberoamérica, MC GRAW HILL, Bogotá, 1998, Pág. 3.

comunidades e instituciones, de la capacidad de participar efectivamente en la construcción de una civilización mundial que es próspera tanto material como espiritualmente."[19]

"El desarrollo humano es el estudio e interpretación de todos los procesos de cambios por los que se pasa desde el nacimiento hasta el fin de la vida. Estos procesos están relacionados con los cambios ocurridos en el orden biológico, psicológico y social."[20]

Desde la fecundación, el ser humano cambia a través del tiempo; a partir del nacimiento debe adaptarse tanto a los cambios propios de su especie como a los cambios del medio. Los cambios intrínsecos del ser humano suceden durante toda la vida y pueden ser de carácter cuantitativo o cualitativo. Los cambios cuantitativos son aquellos eminentemente físicos, como los cambios del cuerpo (talla y peso), los cambios en el cerebro, en las capacidades sensoriales y en las destrezas motrices; todos estos cambios forman parte del desarrollo físico. Sin embargo, y aunque estén circunscritos al ámbito físico, estos cambios ejercen una importante influencia en el intelecto y en la personalidad. En este punto se destaca la adquisición del conocimiento, por parte del infante, a través de sus sentidos y actividad motriz, ya que la estimulación de los sentidos permite que éstos se desarrollen y "adquieran" el mundo. Con respecto a los cambios cualitativos, éstos se refieren a los que ocurren en el terreno de las habilidades mentales o cognoscitivas (aprendizaje, memoria, razonamiento, pensamiento y lenguaje) y que dan cuenta del desarrollo intelectual. Este desarrollo está íntimamente ligado con las capacidades condicionales de la motricidad, ya que son éstas las que entregan la noción de espacio - tiempo, dos dimensiones importantes donde se estructura el intelecto.

También existe una relación muy estrecha de la evolución del intelecto con los aspectos emocionales, ya que en un primer momento las emociones del lactante son de carácter primitivo, con esto se quiere demostrar que las emociones primarias son las fuentes precoces desde donde se desarrollarán con posterioridad y por medio de la socialización las emociones avanzadas.

---

[19] http://es.wikipedia.org/wiki/Desarrollo_humano
[20] Muraro Povea, Juan, Los niños: Princesitas y Principitos. UMCE, Santiago, 2003, Pág. 15.

Según Jorge Manzano (2006), el desarrollo integral de un individuo comprende los ámbitos: motor o físico, cognitivo o intelectual, afectivo, social y moral. Para la Dra. Julia Añorga Morales, el desarrollo integral se consigue mediante una formación integral, la cual debe comprender la formación física, intelectual, técnica, político-ideológica, estético-artística. Sea cual sea la clasificación y/o definición que variados autores puedan entregar respecto al desarrollo integral, es importante mencionar que ninguno de los ámbitos del desarrollo puede educarse de manera aislada, el ser humano es una complejidad en sí mismo y por ende todos los aspectos de su ser se encuentran interrelacionados. "El comportamiento humano al igual que el desarrollo, no puede ser fragmentado o entendido como la sumatoria de cada una de sus partes. Así, en una situación deportiva el comportamiento más evidente de un niño será el "motor", pero cada uno de los movimientos ejecutados tiene una intención y una carga emocional (lo cognitivo y lo afectivo), además de un significado cultural (lo social), este comportamiento es "totalmente global", el niño se entrega totalmente, íntegramente a la acción."[21]

Para efectos de esta memoria se tratará cada dimensión por separado, con el propósito de posteriormente generar una definición de desarrollo integral que guíe la investigación.

3.2.1.- Desarrollo Físico y Motriz.

- Desarrollo Físico.

El desarrollo físico del ser humano se evidencia mediante el crecimiento y perfeccionamiento de las estructuras orgánicas del individuo (composición corporal), así generalmente, los médicos evalúan el desarrollo físico de un niño a través de la ganancia en centímetros de su estatura (talla) o el aumento en gramos de su masa corporal (peso). Estas ganancias son comparadas con estándares creados en relación a la edad, y de ahí se infiere si el desarrollo de un niño es o no "normal" para su edad.

[21] Muraro Povea, Juan, Los niños: Princesitas y Principitos, UMCE, Santiago, 2003, Pág. 19.

Desarrollo físico y motriz se encuentran íntimamente ligados, pues el desarrollo motriz tiene lugar en un cuerpo físico, la ausencia de éste impediría dicho desarrollo; y a su vez, muchos parámetros del desarrollo físico son medidos en relación al incremento de las capacidades condicionales de la motricidad.

- Desarrollo Motriz.

Barbizet (1964): "El movimiento es una significación expresiva e intencional, es una manifestación vital del ser humano."

Vitor Da Fonseca propone que la motricidad comienza con la *inteligencia neuromotora*, que es la primera dimensión madurativa y se encuentra dominada por las conductas innatas y la organización tónico-emocional. Esta dimensión comprende desde el nacimiento hasta los dos años, los movimientos son de carácter rudimentario y se caracteriza por las sensaciones de agrado y desagrado, comodidad e incomodidad, frío y calor, entre otras. La siguiente etapa, que abarca de los dos a los seis años, es la *inteligencia sensomotriz*, a esta etapa corresponden los movimientos fundamentales de locomoción, prehensión y suspensión (gatear, caminar, correr, saltar, rodar, trepar, balancearse, suspenderse…). Entre los seis y los doce años tiene lugar la *inteligencia perceptivo motriz*, que se relaciona con la noción del cuerpo, el sentido kinestésico, la orientación espacio-tiempo, la discriminación perceptiva, la lateralidad, la autoimagen, la imitación de gestos. La última etapa según Da Fonseca es la *inteligencia psicomotriz*, la cual integra todas las que le anteceden, las supera y permite la convivencia en el mundo.

"La explicación del movimiento no se puede satisfacer con una visión anatómica o mecaniscista, pues se encubre el problema cuando se estudian huesos, articulaciones y músculos y no se aborda el significado del movimiento como comportamiento, o sea, como relación consciente e inteligible entre la acción del individuo y la situación circunstancial."[22]

[22] Barbizet J., La notion de conduite verbale. Son aplication à la pathologie du langage, 1964, Pág.5.

3.2.2.- Desarrollo Cognitivo.

"El desarrollo cognitivo es el proceso de cambio, a través del tiempo y la experiencia, en la forma en que trabaja la mente de una persona y los pensamientos y soluciones que produce."[23]

Jean Piaget, en su Teoría del Desarrollo Cognitivo, afirma que intelecto se compone de estructuras o habilidades físicas y mentales llamadas *esquemas*, los cuales son utilizados por la persona para manejar las nuevas experiencias o ideas a medida que se van suscitando. Estos esquemas varían en función de la edad, las diferencias individuales y la experiencia. Además, Piaget, identificó dos *funciones o procesos* intelectuales, compartidos por todas las personas, independientemente de la edad, las diferencias individuales o el contenido que deba procesarse. Estas funciones son la adaptación y la organización. La *organización* es el proceso de categorización, sistematización y coordinación de estructuras cognitivas, mientras que la *adaptación* es el proceso de ajuste al medio ambiente, es un proceso doble, que consiste en la adquisición o incorporación de nueva información (*asimilación*) y en el proceso de ajuste, cambio en las estructuras cognitivas ya establecidas hasta adaptarlas a la nueva información que se percibe (*acomodación*).

Según Piaget, el niño atraviesa cuatro estadios en su desarrollo cognitivo:

1. Estadio Senso-motor.

Comprende aproximadamente los dos primeros años de vida; el aprendizaje depende, en su mayoría, de las experiencias sensoriales inmediatas y de actividades físicas del niño. La estimulación sensorial que el niño recibe y el tipo de interacciones niño-adulto influyen de manera importante en el desarrollo cognitivo durante este estadio. Ross (1974), mencionó la influencia que pueden tener los objetos o juguetes presentes en el medio ambiente del niño. Según su estudio los niños de doce meses privilegian el acercamiento y manipulación

[23] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 63.

de juguetes nuevos en relación a los ya conocidos, lo que comprobó que se producía un aumento de la actividad senso-motriz en función de la novedad y la variedad del medio ambiente.

En este estadio los niños aprenden mucho acerca de la realidad, adquieren la noción elemental de la permanencia del objeto, es decir, comprenden que los objetos siguen existiendo aunque ellos no los vean. También, gracias a sus exploraciones sensoriales y motrices, adquieren las nociones de espacio (pueden esconderse debajo, atrás, dentro de), tiempo (deben esperar hasta después de comer para) y causalidad (pueden guardar sus juguetes, pueden botar los pinos con una pelota).

Las actividades motrices o movimientos corporales del niño en este estadio se caracterizan por el egocentrismo, la circularidad, la experimentación y la imitación. El *egocentrismo* es la "incapacidad para pensar en acontecimientos u objetos desde el punto de vista de otra persona"[24] y está presente durante todo este estadio, vive convencido que sus pensamientos, impresiones y deseos son la ley suprema que gobierna su mundo. La *circularidad* es la repetición de actos. Algunas manifestaciones de esto pueden tener lugar, entre otras cosas, en el llanto, en apretar, succionar o arrojar cosas. La circularidad puede ser de tres tipos: la circulación primaria se aprecia durante los primeros tres o cuatro meses de vida e implican la repetición de actos corporales simples; la circularidad secundaria implica la repetición de acciones que incluyen el uso de objetos y se manifiesta entre los cuatro a doce meses; la circulación terciaria son acciones repetidas con cierto grado de variación. La circulación para los niños provoca sensación de dominio o competencia, y es un medio para descubrir la realidad. La *experimentación* es la manipulación intencionada de objetos, eventos o ideas, aparece en las reacciones circulares terciarias, y según Piaget su fomento o disuasión son determinantes en el aprendizaje de la primera infancia. La *imitación* corresponde a la acción de copiar a otra persona o reproducir un acontecimiento, Piaget menciona que no es otra cosa que la expresión de los esfuerzos del niño por entender y llegar a integrarse a la realidad. Los niños comienzan imitando los movimientos de manos y boca de quienes los

[24] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 70.

cuidan e intentan copiar el sonido de su voz; a los doce meses la imitación de movimientos físicos es bastante precisa y se expande también a las demás cosas (juguetes, animales, objetos). A los dos años pueden imitar actos o cosas que no están presentes (por ejemplo, la rabieta de otro niño, vista el día anterior), esto indica que el niño ya es capaz de formar imágenes mentales y recordar algo que ha sucedido en el pasado.

2. Estadio Preoperatorio.

Se desarrolla durante los dos y siete años. El niño, principalmente, se guía por su intuición. El pensamiento utilizado en este estadio se denomina *pensamiento simbólico conceptual*, ya que pese a que el niño utiliza muy escasamente la lógica, utiliza un nivel superior de pensamiento del que utilizaba en el estadio anterior. El pensamiento simbólico conceptual consta de dos componentes: simbolismo verbal y simbolismo no verbal, ya que en este estadio los niños utilizan objetos como símbolos de otros objetos. El *simbolismo no verbal* tiene lugar cuando el niño utiliza objetos con fines diferentes para los que fueron creados (ejemplo: un palo es una pistola), lo cual permite que el niño utilice el mismo objeto con diversos fines en diferentes juegos; la imaginación cobra un rol protagonista gracias a este componente. El *simbolismo verbal* es la utilización del lenguaje por parte del niño, o también de signos verbales que representen objetos, situaciones o acontecimientos. Es por medio del lenguaje que ponen a prueba una idea u obtienen información, preguntas y comentarios que permiten al niño desarrollar y perfilar sus capacidades intelectuales.

El desarrollo cognitivo se caracteriza por la adquisición y el uso del lenguaje. Las conductas lingüísticas de este estadio destacan, la mayoría de las veces, por su egocentrismo, repetitividad y uso de la experimentación e imitación. En cuanto al *egoísmo*, Piaget menciona que el niño habla "a la gente" en su propio beneficio, habla sólo de sí mismo, ya que no le interesa situarse en el lugar de oyente. De manera progresiva comienza a hablar "con la gente", esto gracias a que se da cuenta que el lenguaje puede utilizarse para expresar ideas; también es capaz de escuchar y seguir las indicaciones verbales que se le dan. La *repetitividad* se centra en el goce que le produce al niño repetir palabras, frases y acertijos que va adquiriendo, les complace extraordinariamente que sus padres le relean partes de su libro favorito. A los cinco años señalan una y otra vez en sus libros de cuentos

las palabras que conocen. Es la repetición lingüística la que les da en este estadio la seguridad, la sensación de dominio o competencia. La *experimentación* en este estadio se debe a que les fascina jugar con las palabras, experimentar con el lenguaje. Vocalizan en diversos tonos, ensayan palabras, hablan rápida y lentamente, vuelven a balbucear como los bebés, mezclan palabras y signos, les apasiona oír palabras extrañas, una y otra vez hasta que sienten que pueden reproducirlas. La riqueza de la experimentación lingüística depende, en gran medida, de su medio ambiente y la estimulación que reciba. La cuarta característica de la conducta del niño durante este estadio es la *imitación verbal*, es mediante ésta que el niño puede participar de un mundo mucho más amplio que el suyo. Mediante el lenguaje imitativo representa roles (juega a la escuela, al mercado, habla por teléfono con sus juguetes). Comienza a entender que las personas poseen ideas diferentes y que las pueden expresar de diversas formas; es aquí donde el lenguaje imitativo ayuda a ampliar la visión del mundo.

3. Estadio de las Operaciones Concretas.

Entre los siete y once años. Según Piaget, el niño se vuelve más lógico a medida que logra efectuar las operaciones. Las *operaciones* son las actividades mentales basadas en las reglas de la lógica. Pero para la realización de estas operaciones los niños requieren de apoyos concretos, debido a que los problemas abstractos están aún fuera del alcance de su capacidad. Gibson (1969), menciona que en este estadio el niño procesa la información más rápidamente que en el estadio anterior, analiza percepciones, advierte diferencias entre los elementos de un objeto o de un acontecimiento y entre la información relevante e irrelevante en la resolución de problemas, también estudia componentes específicos de una situación.

En este estadio, además de cambiar las conductas egocéntricas, imitativas y repetitivas, los niños a partir de las habilidades de descentrar, seguir transformaciones e invertir operaciones son capaces de *conservar de un modo constante* en tareas de progresiva complejidad. La conservación del número se adquiere entre los cinco y seis años, la de longitud entre los seis y siete, la de sustancia o masa entre los siete y ocho, la de superficie

entre los ocho y nueve, la de peso entre los nueve y diez, y la de volumen entre los diez y once años. Otra conducta característica de este estadio es la capacidad de clasificar y ordenar cosas rápida y fácilmente, la cual se modifica con la experiencia y la edad. La *clasificación* es el proceso de agrupamiento de objetos o acontecimientos conforme a las reglas que recalcan relaciones entre acontecimientos. Comienzan a categorizar objetos y esto implica un nivel superior de desarrollo cognitivo. La tercera característica de este estadio corresponde a la capacidad *de experimentar de un modo cuasi-sistemático*, esto es, la comprensión por parte del niño que ciertos problemas tienen soluciones específicas, precisas y posibles de ser cuantificadas, y que puede alcanzarlas mediante el uso del razonamiento lógico, es decir, ya no puede adivinar o realizar estimaciones perceptivas simples. Muestra mayor conciencia de los aspectos que debe considerar en la resolución de un problema y es más lógico en la exploración de relaciones.

4. Estadio de las Operaciones Formales.

Aproximadamente entre los once y quince años. Los niños que han superado de manera exitosa los estadios anteriores del desarrollo cognitivo, comienzan a realizar *operaciones formales*. Dichas operaciones se deben a un pensamiento altamente lógico sobre conceptos abstractos e hipotéticos, así como también concretos. Según Piaget, éste es el estadio final del desarrollo cognitivo, ya que el desarrollo cualitativo alcanza su punto más alto, luego de esto los cambios que se registran son sólo en cuantía no en calidad, es decir, una vez aprendidas estas operaciones se pueden aplicar a nuevos problemas, pero no llegar a un nivel superior de operacionalización.

Este estadio se caracteriza por la existencia de cinco habilidades fundamentales que caracterizan al niño que realiza operaciones formales, éstas son: lógica combinatoria, razonamiento hipotético, uso de supuestos, razonamiento proporcional y experimentación científica. La *lógica combinatoria* "es un razonamiento necesario para resolver problemas de combinaciones o problemas relacionados con las diferentes formas en que se puede

realizar una operación con un conjunto de cosas."[25] Los individuos realizan, por lo tanto, un procedimiento sistemático, que les permite en cualquier parte del proceso entender lo que ya han hecho y lo que aún les queda por hacer; utilizan razonamiento combinatorio. El *razonamiento hipotético* permite abstraer los elementos esenciales de una situación no real y llegar a una respuesta lógica. Además de esto, los niños en este estadio pueden manejar supuestos. Los *supuestos* son enunciados que se supone representan la realidad, pero sobre los cuales no se representa evidencia alguna; lo que los niños que se encuentran en las operaciones formales pueden hacer, es centrarse en la falta de evidencias que respalden el supuesto, en vez de pensar en cómo resolver el problema, lo que sucede es que este niño logra discriminar entre acontecimientos probables e improbables y trabajar con ambos con la misma facilidad. La tercera habilidad fundamental de este estadio es el *razonamiento proporcional*, el cual es la capacidad para manejar proporciones, la capacidad para usar una relación matemática al objeto de determinar una segunda relación matemática. La *experimentación científica* es la última característica de este estadio. Ésta permite a un individuo "formular y comprobar hipótesis de una manera muy sistemática, que indica que se han considerado todas las soluciones posibles".[26] Una persona que realiza operaciones formales puede efectuar experimentos verdaderamente científicos, ya que puede elaborar una lista de factores relevantes en un problema dado, así como de los niveles de cada factor. Pueden dar a conocer y detallar su razonamiento y sus respuestas de forma clara y precisa, pueden probar que sus respuestas son correctas.

[25] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 101.
[26] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 113.

3.2.3.- Desarrollo Afectivo.

"Aprender a amar y aprender a confiar en el amor son los grandes logros que hacen posible el desarrollo humano."[27]

En pedagogía se dice que el término *afectivo* es "relativo o perteneciente al afecto". La Psicología menciona que el *afecto* es el aspecto más elemental de la afectividad, cuyo conjunto comprende del sentimiento más positivo al más negativo, y que se manifiesta mediante una descarga emocional externa o interna. Es un estado emocional que generalmente es de corta duración. Siguiendo la línea de la Psicología, la *afectividad* es el conjunto de los fenómenos emotivos o afectivos que dan al individuo una sensación de alegría o tristeza, de agrado o desagrado, de pasividad o angustia. "La privación emocional de afecto en la infancia puede tener efectos devastadores en el desarrollo mental y motor del niño, tanto como en su personalidad." [28]

El psicoanálisis menciona que los seres humanos nacen con la capacidad potencial de amar, pero como aún no es capaz de diferenciar el "yo" del "tú" no logra vincularse afectivamente. Freud denomina este hecho como "amor narcisista", ya que el niño no es capaz de proyectar su amor en otro. Alrededor de los ocho meses de vida, los seres humanos descubren la realidad de su propia existencia y la de los demás, y es ahí cuando es capaz de establecer lazos afectivos. El amor narcisista se transforma en amor hacia otra persona, la que generalmente es su madre o aquella persona que lo ha amado y atendido de manera íntima, cálida y continua. Nace en el ser humano el "yo", el "tú" y el "yo te amo", lo cual hace posible el comienzo en el desarrollo de la afectividad. El problema radica en que este enamoramiento lo lleva a depender de esa persona, y el estar lejos de ella le provoca una tremenda angustia.

[27] Gadea de Nicolás, Luis, El desarrollo afectivo, http://presencias.net/indpdm.html?http://presencias.net/educar/ht1025.html, México.
[28] Muraro Povea, Juan, Los niños: Princesitas y Principitos, UMCE, Santiago, 2003, Pág. 22.

"El desarrollo afectivo del niño debe tender hacia una autonomía progresiva con respecto a su madre, o persona que ocupa su lugar, y a la ampliación y flexibilidad de sus relaciones con los demás."[29]

3.2.4.- Desarrollo Social.

En Psicología el desarrollo social es "el proceso que consiste en la adquisición por parte del niño de las capacidades y los conocimientos que le permiten convertirse en un miembro de la sociedad."[30]

La personalidad es un proceso de constante construcción de modos y formas de enfrentar el mundo, sus situaciones conflictivas, amenazantes, reconfortantes, entre otras. Estas construcciones toman su material de las experiencias significativas de los seres humanos, estas experiencias son tales porque dejan su huella en la vida del sujeto, cobrando su respectivo valor por la interpretación que el individuo hace de esa experiencia. La interpretación de una situación permite que la experiencia quede ligada en imágenes, representaciones o recuerdos que tienen un significado para el sujeto.

El desarrollo también está delimitado por las experiencias del individuo, las cuales pueden ser externas o internas. Las influencias externas son aquellas proporcionadas por las fuerzas socioambientales y son atribuidas a la experiencia (relaciones sociales, interpersonales, familiares, etc.), constituyendo un motor de cambios bastante importante. Se dice que en la infancia las influencias están un poco más ligadas a las fuentes internas, pero que con los años, cobran más fuerza los cambios ejercidos por experiencias de vida, ya que cada quién sufre distintas, particulares e irrepetibles experiencias, lo cual genera un ser social único e irrepetible.

El desarrollo social es el proceso de adaptación e influencia sobre individuos y grupos. Incluye múltiples capacidades que permiten al ser humano desenvolverse en diferentes

[29] Martí Castro, Diccionario Enciclopédico de Educación, CEAC, Barcelona 2003, Pág. 16.
[30] Martí Castro, Diccionario Enciclopédico de Educación, CEAC, Barcelona 2003, Pág. 122.

ambientes; hace hincapié en cómo se utiliza el conocimiento en las interacciones con los demás, en situaciones formales e informales, durante el trabajo y el juego y en grupos reducidos o numerosos.[31]

Para la Psicología los dos factores más determinantes en la conducta social y por ende en el desarrollo social de un individuo son los "métodos de influencia social" y los "agentes de influencia social". Los primeros corresponden a la imitación, identificación, persuasión y el juego, mientras que entre los agentes se sitúan la familia, los iguales (pares) y la escuela.

- Métodos de Influencia Social.

La *imitación* es el "acto de reproducir conductas previamente observadas"[32]. Bandura y Walters (1963), mencionan que sea cual sea la cultura de un individuo, la imitación es uno de los medios más generalizados de aprender conductas sociales.

Algunos psicólogos conciben la *identificación* como la imitación de un modelo que es envidiado, es decir, como el intento de representar el papel de, o de imitar a, una persona que se envidia o, más bien, admira. Tiene lugar debido a la generación en el individuo de querer ser como el otro para gozar de ciertos beneficios; los niños pequeños tienden a identificarse con su cuidador más cercano.

La *persuasión* tiene lugar cuando un niño no se siente atraído a imitar o identificarse con otro individuo, ésta persigue que el niño se comporte de una determinada manera. Padres y profesores utilizan una amplia gama de medios para que un niño se comporte de manera socialmente aceptable, según sea su contexto, y no adopte conductas asociales.

[31] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 180.
[32] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 182.

Se debe identificar la técnica de persuasión que resulta eficaz con un niño, ya que no siempre la misma obtendrá los mismos resultados. Algunas técnicas o estilos de persuasión son:

1. Modelado: El padre o profesor moldea lo que se quiere como conducta mediante un modelo a seguir.
2. Conducta Autoritaria: Influencia por medio de órdenes.
3. Conducta no Autoritaria: Obtención de influencia mediante la discusión razonada y centrada en el problema.
4. Castigo: Se utiliza generalmente para aumentar la conducta prosocial y disminuir la asocial. En el caso de conductas altamente peligrosas se utiliza el castigo asociado a recompensas sociales (sonrisas, abrazos, demostraciones de cariño).

El *Juego*. Los psicólogos modernos reconocen la importancia del juego en el desarrollo infantil.[33] Friederich Froebel (1895), concibe el juego como: "la más alta expresión del alma infantil", lo identifica como el instrumento auxiliar y oportuno de la educación. Los psicólogos y educadores manifiestan que el juego es un "importante determinante de la personalidad, de la estabilidad emocional, del desarrollo social, de la creatividad y de la formación intelectual." (Caplan y Caplan, 1973).

- Agentes de Influencia Social.

El primer agente de socialización con que se enfrenta un ser humano es la *familia*. Pese a que sigue siendo el factor principal y más influyente en el desarrollo social en la infancia, actualmente esta influencia familiar se ha reducido de manera considerable. El cómo influye la familia sobre el individuo depende de la clase social a la que pertenezca, la estructura de dicha familia y las pautas de interacción que ésta tenga. La clase social es una categoría que indica la situación social y económica de una persona en relación con otras personas[34], se determina en base a múltiples factores (ingresos, ocupación de los padres,

[33] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 199.
[34] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 208.

tipo de vivienda, ubicación, etc.); dentro de la clase social se habla del nivel socioeconómico de la familia, el cual depende en parte de la educación, las oportunidades educativas y las experiencias sociales frecuentes de los integrantes. La estructura y tamaño de la familia condicionan muchas veces los roles que cada integrante debe cumplir, el cómo se estructura una familia pequeña (madre, padre y uno o dos hijos) es muy diferente del cómo lo hace una familia numerosa, donde muchas veces las experiencias sociales de los hijos mayores se ven condicionadas por los deberes impropios que deben cumplir (por ejemplo, cuidar de sus hermanos pequeños). El número de integrantes de una familia, en relación a su nivel socioeconómico, puede colocar en ventaja o desventaja en cuanto a las oportunidades educativas a las que puedan acceder sus miembros, lo cual se traduce a su vez en una ventaja o desventaja social. Las pautas de interacción, marcan las interacciones físicas y verbales existentes entre los integrantes de una familia, lo cual incide en el desarrollo infantil; la comunicación familiar tiene una gran importancia en el autoestima del niño y del adolescente, lo cual a su vez influye en la perseverancia que un individuo dedica a sus esfuerzos para conseguir resultados en una tarea difícil.

Los *iguales o pares* son otro agente de influencia social. Los niños y adolescentes, y muchas veces los adultos también, se castigan o recompensan unos a otros, son estas presiones, recompensas y castigos las que a nivel de pares conforman y modelan por consecuencia la conducta social. “La aprobación o desaprobación de los pares se torna muy importante en algunas etapas del desarrollo humano, principalmente entre los ocho y dieciséis años, en estos años el individuo tiende con mayor frecuencia a imitar de manera progresiva a sus iguales…” (Utech y Hoving, 1969), ya que es en esa época que los roces con los padres comienzan a aparecer y la comunicación entre ambos tiende a debilitarse. Brittain (1963), menciona que es posible que los adolescentes escojan a sus iguales como modelos en situaciones sociales de importancia inmediata, pero que se dejen influir por los padres en cuestiones de importancia general o futura.

La *escuela* es, por definición, una actividad altamente social, un proceso de aprendizaje en virtud del intercambio personal de información y actividades.[35] Pero no para todos los individuos el asistir a la escuela resulta en una experiencia social agradable, por lo que se cree que no siempre la escuela garantiza un desarrollo social constructivo. El medio ambiente escolar y los profesores son el eje central en la influencia que la escuela tiene sobre el desarrollo social de un individuo. Un ambiente escolar hostil, cargado de competitividad y burlas por parte de los compañeros, puede influir incluso en el desempeño intelectual de un individuo y marcar sus relaciones sociales para siempre. La competitividad es una actividad de comparación social, y su existencia o ausencia en los estudiantes debe ser respetada siempre y cuando sea de común acuerdo. Cuando los estudiantes gozan con este tipo de interacción no les debe ser negada, mientras que a aquellos que no les acomode no se les debe imponer. Los profesores muchas veces son modelos a seguir para los estudiantes, el cómo un profesor se comunica, establece normas, hace cumplir éstas, entre otras características, manifiestan sus concepciones y valores sociales, los cuales influyen de manera directa en las conductas sociales de sus estudiantes.

3.2.5.- Desarrollo Moral.

La palabra moral procede del vocablo latino *mores*, que significa "costumbres" o "tradiciones". El desarrollo moral para Psicología Evolutiva es el "proceso que determina la adquisición, por parte del individuo, de las normas y los principios que gobiernan el comportamiento moral."[36] Para la Ética, la moral no es otra cosa que el "conjunto de reglas, principios o costumbres que regulan la conducta de un individuo o de una colectividad". Entonces estos principios morales, que rigen la forma de pensar o el comportamiento de una persona, son cada uno de los valores conocidos por los seres humanos según sea el contexto en el que se desenvuelve.

[35] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 226.
[36] Martí Castro, Diccionario Enciclopédico de Educación, CEAC, Barcelona 2003, Pág. 122.

El desarrollo moral es una parte esencial de la educación.[37] El "*Diccionario de Ciencias de la Educación"* (1984), destaca que la educación es siempre portadora de valores. El hecho de considerar la infancia y su evolución como el centro de la educación, significa valorizarlos, convertirlos en valores.[38]

Según Kohlberg, el desarrollo moral tiene lugar gracias al conocimiento moral, y clasificó éste en tres niveles, donde cada nivel contiene dos estadios. El primer nivel corresponde al *nivel preconvencional del conocimiento moral*, donde el individuo responde a figuras de autoridad y a las reglas establecidas, generalmente juzga el aspecto moral de su conducta en términos de la magnitud de sus consecuencias o del poder físico que puede mostrarse en cuanto al castigo o recompensa que recibirá, y responde en sumo grado a las figuras de autoridad y a las reglas establecidas. En el estadio uno de este nivel los individuos se centran en sí mismos y en las consecuencias físicas, mientras que en el estadio dos ya demuestran tener conciencia de los iguales, y cuando le es posible utiliza esto para su provecho personal.

En el nivel *convencional del conocimiento moral* el sujeto responde principalmente a los grupos sociales (familia, iguales, comunidad, etc.) a los que pertenece con conformidad y lealtad, respetando las reglas que orientan la conducta moral de dichos grupos. A este nivel le corresponden los estadios tres y cuatro. En el estadio tres los individuos observan las normas de los grupos con los que se identifican y requieren apoyo y reconocimiento. Ya en el estadio cuatro se demuestran preocupados por proteger el orden social y a la sociedad en su conjunto.

La característica del tercer nivel, *posconvencional del conocimiento moral*, es que los juicios morales se basan en los principios universales, ya que éstos cobran mayor importancia y dirigen su conducta moral más allá de la influencia de las figuras de autoridad o el grupo social al que pertenece. En el estadio cinco el sujeto define lo correcto y lo incorrecto en función de las leyes humanas, la sociedad es considerada como la autora

[37] Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, 2005, Pág. 122.
[38] Mialaret, Gastón, Diccionario de Ciencias de la Educación, OIKOS-TAN, Barcelona, 1984, Pág. 492.

y modificadora de las leyes que definen lo que es o no moralmente aceptable. En el estadio seis la gobernabilidad la adquieren los principios universales, aquí cobran vital importancia los derechos humanos, y todo lo que vaya en contra de éstos es considerado como moralmente inaceptable.

Los valores no son absolutos, son relativos a una época, cultura, creencia, grupo social, entre otros; lo que el docente debe hacer es favorecer la interacción entre los estudiantes, a modo que éstos analicen, cuestionen, critiquen y saquen sus propias conclusiones, para así adaptar sus experiencias y significaciones al contexto educativo, social, familiar y religioso en el que se desenvuelven.

3.2.6.- Desarrollo Psicológico y Sexual.

Todos los ámbitos del desarrollo humano se desenvuelven de manera continua e interrelacionada, pero para las autoras los ámbitos psicológico y sexual, pese a su importancia, son en general olvidados en las instancias de planificación y ejecución de actividades en educación. Tanto el desarrollo sexual como el psicológico, abarcan en gran medida el desarrollo de los demás ámbitos, pues ya en la primera infancia el niño configura su desarrollo motriz, por ejemplo, en base a como va evolucionando psicológica y sexualmente. En cuanto a la educación respecto de estos ámbitos, entre menos se abarcan o intervienen mayor es la búsqueda de éstos por parte de los estudiantes. En la actualidad los docentes se encuentran con individuos híperestimulados en el ámbito sexual, debido entre otras cosas a los medios de comunicación y a la falta de un tratamiento responsable del tema. Las familias pretenden delegar en la escuela el rol educador de la sexualidad y en muchos establecimientos deciden no abordar estos temas por temor a las reacciones de los estudiantes o por provocar en estos últimos una sobreexposición al tema. En resumen, existe un vacío en lo que a educación sexual se refiere. Definiciones de sexualidad existen muchas, es más, cada persona le otorga una connotación diferente a este concepto. Las autoras hacen hincapié en que pese a los diversos significados que este ámbito del ser humano posea, según la cultura, la familia o el género de los individuos, lo importante es que la educación, tanto familiar como escolar, debe orientar su quehacer a fortalecer este

ámbito tan relegado por años, recalcando la existencia de la sexualidad, la importancia y la trascendencia de ser seres concientes de su sexualidad, esto para generar individuos más seguros de sí mismos, con mejor autoestima y mejores relaciones interpersonales.

El desarrollo psicológico, al igual que los demás ámbitos, es inherente al ser humano, y requiere de una orientación base para los individuos. Algo importante que se puede trabajar en educación, y en específico por medio de la técnica aérea circense Trapecio Fijo, es la resiliencia y los componentes estructurales: volitivo-conductual y afectivo-motivacional. La resiliencia, en psicología, hace referencia a la capacidad de los seres humanos de sobreponerse a los períodos de dolor emocional. La resiliencia permite superponerse al dolor y fortalecerse del mismo. El *componente estructural volitivo-conductual* comprende el espíritu crítico y autocrítico, las actitudes, el respeto, la disciplina, la perseverancia, el compañerismo, la cooperación, la responsabilidad, entre otras características. El *componente estructural afectivo-motivacional* abarca el interés generado, el gusto por la actividad, la solidaridad, el otorgue y recibimiento de ayuda, el colectivismo.

3.3.- Desarrollo Integral.

Gracias al análisis detenido y atento de variados autores y diferentes disciplinas, las memoristas definen el desarrollo integral como: *"Progresión individual óptima, dentro de los parámetros propios de cada individuo, de las dimensiones potenciales del ser humano tales como física y motriz, afectiva, social, moral, cognitiva, psicológica y sexual, de manera paralela e interrelacionada, que garanticen la obtención de los cuatro campos propuestos por la UNESCO (saber, saber ser, saber hacer y saber convivir) y la estabilidad, autovalencia y autonomía de cada ser humano. Siendo las dimensiones psicológica y sexual, transversales a todo el proceso evolutivo de cada una de las demás dimensiones."*

Esta definición se construye sobre la base de una característica impresa en la especie humana, la individualidad, lo cual sugiere que pese a que existen aspectos comunes para todo individuo, no todos poseen el mismo potencial para cada uno de éstos y a su vez no

todos pueden alcanzar su propio máximo. Por esta razón, es que las autoras deciden generar una definición propia de desarrollo integral que oriente la investigación, puesto que las acepciones analizadas se consideran utópicas y excluyentes. Un ejemplo de esto es el caso de una persona parapléjica, la cual no podrá desarrollar su motricidad al igual que otro individuo que no posee dicha discapacidad, pero dentro de sus parámetros puede llegar a su plenitud motricia, y no por ello ser menos integral que el otro.

4.- EL CIRCO Y SU APORTE AL DESARROLLO INTEGRAL.

Para poder definir cuales son los aportes que la práctica de las técnicas circenses entregan al desarrollo integral del ser humano, se debe comenzar por describir qué es el circo.

Según Josep Invernó y V. Vergara (2004), el circo es una aproximación al arte y la cultura mediante recursos lúdico - recreativos, que incentiva la creatividad, el juego y el desarrollo de nuevas habilidades físicas y artísticas, donde el desafío y la perseverancia culminan con logros y resultados que el niño y su entorno son capaces de vivenciar. Es una instancia en la cual los niños construyen un espacio libre y mágico que les permite soñar, sentir y disfrutar, haciéndolos participantes activos e importantes de un proceso grupal.

El circo es un recurso técnico de alto nivel artístico que permite desarrollar las capacidades humanas más allá de las artes por las artes. Además estimula el desarrollo de los niños y jóvenes en situación de riesgo social y valoriza las capacidades personales, a través del desafío de las distintas técnicas que conlleva con una gran carga de disciplina y rigor.

4.1.- ¿Cómo contribuyen las técnicas circenses al desarrollo de los diferentes ámbitos del ser humano?

Según Silvestre Madrigal (2006), los malabares, monociclos y acrobacias, reúnen toda una serie de características pedagógicas que le dan coherencia y justifican su presencia en el currículum educativo. "El circo, planteado de una forma global, no ciñéndose tan sólo al aprendizaje de unas técnicas, incide directamente en la tan anhelada educación integral del

alumnado, puesto que las diferentes situaciones motrices que se plantean suponen un desarrollo personal para el alumno en todos los ámbitos (afectivo, social, motor y cognitivo)". Con las técnicas circenses los alumnos consiguen una mejora en diferentes aspectos personales como la sensibilidad por la expresión corpórea, el trabajo de la cooperación, el desarrollo de la creatividad, la mejora de la autosuperación, la constancia y el conocimiento del propio cuerpo.

"Enseñar las artes del circo no es simplemente hacer adquirir a los alumnos habilidades específicas, es ante todo confrontarlos, en la práctica, a los valores de ciudadanía, de autonomía y de responsabilidad."[39]

Por otra parte Juan Carlos Hernández (2004), menciona: "Las técnicas circenses nos permiten conocer habilidades de las que somos capaces y no habíamos descubierto; se trata de habilidades que se fortalecen por medio de valores como la disciplina, el trabajo en equipo, la colaboración, la solidaridad, el autocuidado, la comunicación asertiva, la perseverancia y desarrollo de la resiliencia; por ejemplo: cambiar el no puedo por el puedo intentarlo".

La práctica de las artes circenses permite el desarrollo de varios ámbitos del ser humano, no tan sólo de los relacionados con el circo específicamente. Estos ámbitos son:

4.1.1.- Físico y motriz.

El circo al ser una actividad que brinda diferentes escenarios motrices y en donde el cuerpo se mantiene en constante movimiento, permite que la persona que lo practica aumente y mejore sus capacidades condicionales de la motricidad. Favoreciendo el adecuado crecimiento y desarrollo corpóreo.

"Los juegos circenses contribuyen para el desarrollo de habilidades y capacidades como la coordinación, concentración, percepción kinestésica, percepción espaciotemporal,

[39] Fouchet, Alain, Las Artes del Circo. Una aventura pedagógica, STADIUM, 2006, Pág. 22.

equilibrio, fuerza, velocidad de reacción, ritmo, etc." (Babache, 1996; Pitarch, 2001; Invernó, 2003; Bortoleto, 2004).

4.1.2.- Cognitivo.

El hecho de aprender una nueva disciplina hace que la persona construya nuevos conocimientos. Específicamente, las actividades circenses estimulan el desarrollo de la inteligencia debido a que se "ofrecen situaciones motrices novedosas para el alumno, como por ejemplo la manipulación de diferentes materiales; estimulando la capacidad de modificar sus conductas o adaptarse dada la poca o inexistente experiencia anterior." (Babache, 1996; De Blas y Mateu, 2000; Comes et al., 2000; Invernó, 2003; Trigo, 1992).

4.1.3.- Afectivo.

Los vínculos que se crean en el circo se basan en la *confianza, el compañerismo, la capacidad de empatizar* con los logros, limitaciones y frustraciones del otro. Esto es relevante de mencionar debido a que a través de la práctica de esta técnica se va generando un proceso sucesivo de frustraciones, el hecho de agacharse una y otra vez a recoger una pelota que se cae al momento de estar realizando ejercicios de malabarismo, o el realizar ejercicios acrobáticos en forma reiterativa que ayuden a generar la confianza necesaria para el dominio del aparato, generan desmotivación y frustración donde el apoyo y la capacidad de empatizar, ocupan un lugar importante, que llevan a conectarse con el otro, como activo, compartiendo sus logros y sus fracasos, es un proceso que se da continuamente. (Circo del mundo, 2007, Circo Ambulante, 2007).

4.1.4.- Moral.

En el espacio del circo se realizan ejercicios acrobáticos, que pueden ser riesgosos, como la utilización del trapecio, la acrobacia mano a mano y otros ejercicios que necesitan de compromiso, confianza, responsabilidad y respeto por parte de quienes los realizan. Presentar un número en público lleva a los estudiantes a la toma de decisiones, un manejo

personal de los riesgos y una responsabilización de sus actos. Los riesgos son dos: el alumno puede, bajo la influencia del público (miedo, emoción mal manejada) fracasar en su presentación; puede también sobreestimar sus capacidades e intentar figuras mal asimiladas y destinadas al fracaso. “La toma de conciencia del rol de espectador crítico y avezado pasa por el respeto del artista, el respeto de las opiniones de los otros y una aceptación de las reglas de vida.” (Marcelo Pérez ,2008; Fouchet, 2006).

4.1.5.- Social.

Se ve manifestado en las relaciones que se crean durante la práctica de las actividades, ya que si bien muchos de los aprendizajes son individuales, hay situaciones en que es necesaria la ayuda de un compañero, por ejemplo los pases en malabarismo o las acrobacias grupales. Estas actividades “buscan trabajar la cooperación, la participación y, por consiguiente, la inclusión.” (Fodella, 2000; Trigo, 1994).

La amplia gama de actividades que se pueden elegir al momento de practicar circo son muchas; entre ellas están: malabarismo, clown, equilibrio, zancos, tela, trapecio, acrosport, entre otras. Estas actividades en conjunto, pueden ser exageradamente favorables para un niño, además permiten crear un ambiente especial, donde todo se ilumina de magia y resplandor, donde los niños pueden echar a andar su imaginación, pueden sentirse libres de expresión. También prima el ambiente de colaboración y cooperación, lo cual permite aprender del compañero, desarrollando así aspectos de la personalidad, como el autoestima, confianza, compañerismo, perseverancia, resolución de problemas, entre otras. Siendo estos aspectos, factores fundamentales para un desarrollo integral del ser humano.

4.1.6.- Sexual y Psicológico.

El desarrollo sexual que la práctica de las actividades circenses potencia, no es una clase formal sobre la sexualidad, ni de los aspectos que ésta contempla. Es una ayuda para una mejor comprensión del cuerpo y por ende a la expresión natural de la sexualidad. En cuanto a los componentes estructurales, las técnicas circenses propician el desarrollo tanto

volitivo-conductual como afectivo-motivacional, generando instancias que requieren de autosuperación, tolerancia a la frustración, perseverancia, entre otras, lo cual fomenta la seguridad de los individuos en sí mismos.

"La educación integral debe estimular y desarrollar al individuo desde el cuerpo, la mente y el espíritu." (Alfonso Espinal Gadea, 2005).

5.- CIRCO Y EDUCACIÓN FÍSICA.

"¿Por qué se plantea la necesidad de incluir las actividades circenses en los contenidos de Educación Física? ¿No responde más a una moda pasajera que a unos criterios pedagógicos claramente establecidos? ¿Hasta qué punto se trabajan los diferentes contenidos de Educación Física o tan sólo se trata de un centro de interés, muy atractivo para los alumnos, pero que carece de fundamento alguno?" [40]

Éstas y otras muchas preguntas surgen a partir de múltiples reflexiones sobre la incorporación de las actividades circenses en el ámbito escolar, interrogantes que ya dejan ver en sus escritos autores como Alain Fouchet o el citado anteriormente Josep Invernó, en quienes se basan principalmente las investigaciones de esta memoria.

La Educación Física y el circo han sido dos mundos muy lejanos en el continente americano (en Europa han sido mayores los acercamientos entre la escuela y el circo), lejanía creada y avalada por una parte, por la ignorancia de las autoridades educacionales acerca de los beneficios de las prácticas circenses en el contexto escolar, y por otra parte por la reticencia de los artistas circenses de compartir sus conocimientos familiares a la población en general. Pero esta lejanía poco a poco ha ido cambiando, gracias a los esfuerzos de algunos pedagogos obstinados en demostrar el gran potencial educativo de estas prácticas. Para comprender mejor las ideas planteadas por los autores se realizará un parangón entre sus ideas, la realidad chilena y las ideas de las investigadoras.

[40] Invernó, Josep, Circo y Educación Física. Otra forma de aprender, INDE, Barcelona, 2003, Pág.23.

Las investigaciones de Alain Fouchet están basadas en el estudio de los sistemas educacionales de Francia y principalmente de Argentina. Fouchet fundamenta la inclusión de cuatro bloques temáticos de las artes circenses en el ámbito escolar, realizando un análisis de los objetivos y contenidos del sistema argentino. Los cuatro bloques temáticos propuestos son: malabarismo, equilibrio, acrobacia (aérea y de suelo) y el clown. Aquí radica una de las grandes diferencias entre las ideas de Invernó y las de Fouchet. Éste, incluye dentro de sus bloques temáticos el clown, como un potente medio educativo por todo el trabajo expresivo que con él se realiza, mientras que Invernó desliga el clown (contenido propio del circo) a las actividades de expresión corpórea, aduciendo por otra parte la importancia de una asignatura distinta a Educación Física, en donde se trabajen temas específicos de expresión corpórea como la Danza, las máscaras, la pantomima, el clown, entre otros. Por otra parte Fouchet da poca importancia en sus escritos al ítem de acrobacia, argumentando que los profesores de Educación Física (a quienes está dirigido su libro) tienen un conocimiento básico acerca de Gimnasia Artística, que sirve como base a las acrobacias circenses empleadas tanto en implementos aéreos como en el suelo.

El análisis se basó en las competencias a desarrollar por la Educación Física argentina (competencias generales; competencias propias de las actividades físicas, deportivas y artísticas; competencias específicas). Como resultado de estas investigaciones concluyó que sí es factible la aplicación de estas unidades en los distintos niveles educativos, y por otra parte, que existen dos maneras de aplicar las artes circenses en la escuela. Una de éstas hace referencia a la incorporación de unidades propias de circo como por ejemplo malabares o técnicas aéreas, mientras que la otra trata de introducir los contenidos en unidades ya establecidas como la Gimnasia Artística o Rítmica, la Danza e incluso disciplinas tan diversas como el Fútbol. El Fútbol es un deporte competitivo de colaboración-oposición que utiliza principalmente los pies para el dominio del balón. En esta unidad se podrían trabajar circuitos progresivos de dominio del balón tanto con pies como con manos, lo que implicaría una forma rudimentaria de malabarear. Ya las culturas indígenas de América utilizaron el antipodismo (malabares con los pies) como medio de entretención para realizar un sin número de malabares, entre ellas los Aztecas especializados en el dominio de objetos y los Shoshoni del sur de California quienes lo utilizaban en los juegos de sus niños.

Por su parte Invernó, para fundamentar la inclusión de las actividades circenses en la escuela, acude al marco teórico de la *praxiología motriz* creada por Pierre Parlebas (1981), definiendo a ésta como "la ciencia de la acción motriz, es decir, el registro sistemático, el análisis y el estudio de los distintos modos de funcionamiento y el resultado de llevar a cabo las acciones motrices". La praxiología motriz analiza las *situaciones motrices*[41] desde su unidad más fundamental, la *acción motriz*[42], siendo ésta el objeto de estudio de dicha praxiología (por ejemplo correr, golpear, lanzar, oponerse, realizar fintas, entre otros). El conocimiento a cabalidad de las acciones motrices permite analizar cuáles situaciones motrices son aptas para los objetivos planteados y cuáles no. Las situaciones motrices poseen implícitamente un conjunto de leyes denominado *lógica interna,* definida por Parlebas (2001), como "El sistema de rasgos pertinentes de una situación motriz y de las consecuencias que entraña para la realización de la acción motriz correspondiente". Esto quiere decir que cada actividad física, deporte o situación motriz al ser planteada por un profesor, ya viene con características que los participantes van a realizar como consecuencia al desarrollo de la actividad. Por ejemplo si se plantea hacer acrobacias en grupo (acrosport), ya se conoce que esa situación motriz desencadenará en los participantes actitudes de compañerismo, colaboración y solidaridad, así como por otra parte también aflorarán en ellos características de autosuperación, tolerancia a la frustración y perseverancia. "Desvelar la lógica interna de cada situación motriz hace posible el análisis previo de las consecuencias práxicas que tiene todo sistema praxiológico, de este modo antes de que se active, el estudioso (profesor, entrenador, guía, monitor, etc.) puede elegir y programar aquellas situaciones que generen las acciones motrices que converjan con sus intereses y propósitos." (Lagardera, F; Lavega, P, 2003).

---

[41] Según Parlebas en 1981 una situación motriz es "el conjunto de elementos objetivos y subjetivos que caracterizan la acción motriz de una o varias personas que en un medio físico llevan a cabo una tarea motriz." Por otra parte en el texto "*Hacia la construcción de un paradigma en Praxiología Motriz: objeto, campo, clasificaciones e ideología"* una situación motriz es una "Estructura de datos que surge de la realización de una tarea motriz."

[42] Según Parlebas en 1981 una acción motriz es un "proceso de adaptación de las conductas motrices de uno o varios sujetos activos en una situación motriz determinada." También en el texto *"Hacia la construcción de un paradigma en Praxiología Motriz: objeto, campo, clasificaciones e ideología"* se da una definición de ésta "Manifestación de la persona que toma sentido en un contexto a partir de un conjunto organizado de condiciones que definen objetivos motores." Definida en el libro de Juan José Muraro *"Princesitas y Principitos"* como "un movimiento que tiene una intención y un fin determinado, que provoca un cambio en el interior de la persona y el exterior o entorno, por lo tanto tiene un significado, sólo podrá realizarse con la plena participación de la inteligencia; acción motora e inteligencia se complementan solidamente."

Por otra parte Parlebas creó una clasificación para las situaciones motrices, que Invernó utiliza para explicar sus ideas, basándose principalmente en la interacción del participante con los compañeros y con el medio (estable/inestable).

Clasificación de Situaciones Motrices.

- Situación psicomotriz: Situación motriz que no requiere interacciones motrices esenciales, por lo tanto, representa aquellas actividades que se realizan en solitario, por ejemplo practicar malabares o trapecio en solitario.

- Situación comotriz (subgrupo de las situaciones psicomotrices): Situación motriz que requiere de la interacción de varios individuos que pueden actuar, como rivales o no, pero sin que estas interacciones formen parte de la acción a realizar. Un ejemplo de esto es andar en bicicleta con amigos o entrenar tela en compañía.

- Situación sociomotriz: Como su nombre así lo deja entrever, la socialización entre los participantes es esencial para la realización de las acciones motrices. Pueden ser de cooperación, de cooperación-oposición o de oposición. Ejemplo: Escalada, mano a mano o Vóleibol. Esta categorización sirve para clasificar a cada una de las acciones motrices dentro de una de estas categorías y así posteriormente utilizarlas al momento de establecer los objetivos educacionales. "Una clasificación basada en los dominios de acción puede convertirse en un instrumento precioso para el educador, quien podrá así elegir cada ejercicio y cada actividad con tal conocimiento de causa, en función de su proyecto educativo."[43] Con la base teórica de la praxiología motriz, Invernó explica la incorporación de cada uno de los cuatro bloques temáticos, fundamentando a qué objetivos educativos corresponde cada uno de ellos en el contexto escolar: los malabares, las acrobacias, el equilibrio y las actividades aéreas-trapecio (clasificación realizada en base a la Escuela Nacional de Circo de Francia). A continuación un cuadro resumen de las ideas de Invernó.

[43] Invernó, Josep, Circo y Educación Física. Otra forma de aprender, INDE, Barcelona, 2003, Pág.27.

Dominios de acción de actividades circenses y características.

Situación Psicomotriz	**Situación Comotriz**	**Situación Sociomotriz**		
		De Cooperación	**Cooperación-oposición**	**De Oposición**
Malabares Acrobacias Trapecio Equilibrio * Cada una de estas actividades desarrolladas en solitario.	Malabares Acrobacias Trapecio Equilibrio * Cada una de estas actividades desarrolladas en presencia de más personas.	Acrobacia Trapecio en Parejas Malabares en Parejas Malabares en grupo Coreografías de equilibrio, acrobacias, etc.		
Conductas a desarrollar	**Conductas a desarrollar**	**Conductas a desarrollar**	**Conductas a desarrollar**	**Conductas a desarrollar**
Constancia Esfuerzo Dosificación de energía Concentración Autosuperación	Aceptación de ideas Cooperación Retroalimentación positiva Colaboración	Respeto Tolerancia Empatía Solidaridad Cooperación Sacrificio por el grupo	Competitividad Respeto Comunicación grupal Toma de decisiones Anticipación Estrategias grupales	Competitividad Estrategias Anticipación Toma de decisiones

También clasifica los aspectos motricios que desarrolla cada bloque temático, y los expone en un cuadro resumen.

Malabares	**Equilibrio**
- Coordinación óculo-manual -Lanzamientos y recepciones -Percepción espacio-temporal de los objetos en movimiento - Percepción espacial - Control postural	- Equilibrio dinámico - Equilibrio estático -Percepción espacio-temporal del material utilizado - Percepción espacial - Control postural
Acrobacia	**Actividades aéreas**
-Coordinación general - Percepción espacio- temporal - Agilidad - Equilibrio dinámico - Equilibrio estático - Flexibilidad - Fuerza - Control postural	-Coordinación general - Flexibilidad - Fuerza -Agilidad - Percepción espacio-temporal - Control postural

Respecto a las unidades curriculares analizadas por Invernó (educación española), éste creó un cuadro resumen para mostrar en qué unidad se podrían desarrollar cada uno de los bloques temáticos propuestos, en educación primaria y secundaria.

Educación Primaria / **Unidades**	**Malabares**	**Equilibrio**	**Acrobacia**	**Trapecio**
1. Control y conciencia corporal	X	X	X	X
2. Ejecución de las cualidades coordinativas	X	X	X	X
3. Utilización de las capacidades condicionales de la motricidad			X	X
4. Expresión corporal	X	X	X	X
5. Realización de juegos	X	X		
Educación secundaria / **Unidades**	**Malabares**	**Equilibrio**	**Acrobacia**	**Trapecio**
1.Habilidades motrices	X	X	X	X
2.Ejercitación de cualidades físicas			X	X
3. Expresión corporal	X	X	X	X
4. Prácticas de actividades físico-deportivas	X	X	X	X

Realizando una comparación con el sistema escolar chileno, se pueden apreciar las siguientes relaciones entre unidades educativas y bloques temáticos propuestos.

Educación básica 1º a 4º básico	**Malabares**	**Equilibrio**	**Acrobacia**	**Trapecio**
1.Habilidades motrices básicas	X	X	X	X
2. Juegos (competitivos simples)	X			
3. Potencial motriz y salud			X	X
4. Actividades lúdicas, rítmicas y recreativas	X	X	X	X
Educación básica 5º a 8º básico	**Malabares**	**Equilibrio**	**Acrobacia**	**Trapecio**
1. Actividades de expresión rítmica y corporal; expresión motriz; actividades gimnásticas.	X	X	X	X
2. Juegos deportivos; deportes individuales de autosuperación; actividades atléticas.	X	X	X	X
3. Juegos deportivos; deportes de colaboración-oposición.				
4. Vida y ejercicio al aire libre; actividades de campamento; natación.		X		
Educación media 1º a 4º medio	**Malabares**	**Equilibrio**	**Acrobacia**	**Trapecio**
1. Ejercicio físico y salud.		X	X	X
2. Deportes de colaboración y colaboración-oposición.				
3. Deportes individuales de autosuperación y de expresión motriz.	X	X	X	X
4. Actividad física y motriz al aire libre; Actividades de campamento.		X		

Esta investigación no pretende, al contrario de los autores citados, que todo el currículum escolar de Educación Física chileno, esté basado en actividades circenses, no porque no sea factible ni pertinente, sino porque es necesario comenzar con pequeñas propuestas que generen significativos cambios. De esta forma el circo es presentado como una opción novedosa y contingente para desarrollar los objetivos planteados por el MINEDUC, dotando a las artes del circo de rigurosidad y profesionalismo, valorándolas así como una potencial fuente de aprendizajes dentro del currículum escolar.

Además de lo mencionado por los autores, el circo tiene un gran potencial interdisciplinario, ya que en sus propuestas de creación de un espectáculo, incluyen actividades tan diversas como la historia, el diseño, el lenguaje, la pintura, el dibujo, entre otras muchas aplicaciones. "El tema del circo da la ocasión de utilizar soportes educativos diversos: la actividad física, el dibujo, la pintura, el vocabulario. Es decir, la expresión en todas sus formas (Gazanson, 1997) pudiendo dar lugar a verdaderos proyectos interdisciplinarios."[44] Podría satisfacer las necesidades de toda la población escolar, cada uno con su área. Una Educación Física para todos, en donde los varones no se sientan excluidos de las clases en las unidades de expresión corpórea, por hacer éstas referencia por lo general a la Danza. Fácilmente en los bloques de expresión motriz se podrían realizar unidades de aprendizaje tanto de clown, improvisación corpórea o pantomima, como clases de expresión corpórea o Danza. Esto permitiría clases mixtas con contenidos diversos, en donde cada quien trabaje en su área.

Planteado de esta forma contribuye a la tan anhelada educación integral, más allá del aprendizaje de simples técnicas, ya que intervienen en todos los ámbitos del ser humano: afectivo, social, motriz y físico, cognitivo, moral, psicológico y sexual. Así ya lo han entendido algunas escuelas de países de todo el mundo, que dentro de sus unidades de aprendizaje desarrollan explícitamente actividades de circo, entre las más emblemáticas se pueden mencionar el proyecto "El circo de las estrellas" realizado en la escuela Nº 216 de General Pico, La Pampa en Argentina, propuesta que centrada en la Educación Física permite una integración de áreas y contenidos. Y también se encuentran las unidades de

[44] Trigo, Eugenia y de la Piñera, Sofía, Manifestaciones de la Motricidad, INDE, Barcelona, 2000, Pág. 49.

circo realizadas en el colegio Público San Pedro de España, para los niveles 5º y 6º de primaria, quienes mencionan como objetivos principales en su página web "trasladar las actividades gimnásticas, acrobáticas y de malabares al ámbito educativo, cuyos objetivos estarían todos desvinculados del rendimiento deportivo", destacando como principales características la creatividad y la cooperación. En Chile ya existen algunos colegios en donde los docentes están incluyendo dentro de las unidades de aprendizajes, actividades referentes al circo.

6.- PROGRAMA DE ESTUDIO SEGUNDO AÑO MEDIO EDUCACIÓN FÍSICA MINEDUC.

El Programa de Estudio de Segundo año Medio (NM2) fue elaborado por la Unidad de Currículum y Evaluación del Ministerio de Educación y aprobado por el Consejo Superior de Educación...[45]

Para este nivel, el Programa de Educación Física delimita los Objetivos Fundamentales (OF) y los Contenidos Mínimos Obligatorios (CMO) mediante la disposición de tres ámbitos temáticos:

1. Aptitud física y motriz asociada a salud y calidad de vida.
2. Juegos deportivos, deportes y actividades de expresión motriz.
3. Actividades motrices de contacto con la naturaleza y aventura.

Dentro de las actividades de expresión motriz, ¿Es posible desarrollar habilidades motrices básicas y expresión corpórea por medio de las técnicas aéreas circenses, específicamente mediante el Trapecio Fijo?

El propósito general de dichos ámbitos temáticos es "ampliar y profundizar las habilidades motoras fundamentales (ya adquiridas en 1° Medio)"[46], además de incrementar la conciencia de los estudiantes respecto de la importancia del cuidado del cuerpo,

[45] Programa de Estudio Segundo Año Medio, Educación Física, MINISTERIO DE EDUCACIÓN, Pág. 5.
[46] Programa de Estudio Segundo Año Medio, Educación Física, MINISTERIO DE EDUCACIÓN, Pág. 9.

pretendiendo así asentar en los mismos los hábitos de vida saludable y activa. La declaración de desarrollo progresivo de habilidades motrices por parte del ministerio en los planes y programas se aprecia de manera clara y concreta, pero la realidad es muy diferente. Se supone que, mediante un "espectro amplio y atractivo de desempeños"[47] planteados, este programa promueve el desarrollo de habilidades y actitudes sociales. La cuestión es que, generalmente, ese espectro amplio y atractivo de desempeños no va más allá de pruebas de campo o pista en Atletismo, del aprendizaje de técnicas básicas en Gimnasia o de la ejecución de un diseño coreográfico en Danza.

Por otro lado, dentro de las actividades sugeridas por el documento se da vital importancia a aquellas que exigen la cooperación como medio fundamental para su realización, ya que así se genera una "instancia privilegiada para el desarrollo de los valores y actitudes que promueven los OFT"[48]. La técnica aérea circense Trapecio Fijo necesita de un aprendizaje cooperativo[49], donde la confianza en el compañero y el trabajo en equipo cumplen un rol muy importante en la consecución de logros.

El programa de NM2 propone cuatro *Unidades de aprendizaje*, en cada cual se especifican los contenidos que se deben abordar y los aprendizajes esperados, pero la puesta en práctica de éstas es responsabilidad de cada establecimiento y docente de la asignatura. Estas unidades de aprendizaje corresponden a:

1. Ejercicio Físico y Salud.
2. Deportes de Colaboración y Oposición.
3. Deportes y actividades individuales de autosuperación y expresión rítmica.
4. Actividad física y motora al aire libre.

[47] Programa de Estudio Segundo Año Medio, Educación Física, MINISTERIO DE EDUCACIÓN, Pág. 9.
[48] Programa de Estudio Segundo Año Medio, Educación Física, MINISTERIO DE EDUCACIÓN, Pág. 9.
[49] "Método de enseñanza que consiste en la distribución de los alumnos en pequeños equipos compuestos por individuos de niveles y características diferentes o iguales en función del objetivo que se persiga." Martí Castro, Diccionario Enciclopédico de Educación, CEAC, Barcelona 2003, Pág. 37.

Las unidades de aprendizaje deben:

- Ser valoradas de manera autónoma.
- Ser adecuadas al contexto específico donde tendrán lugar.
- Considerar las características específicas de los estudiantes.
- Procurar cumplir con las características generales.

Características de tipo general:

Actividades significativas: Que sean valiosas y comprometan el esfuerzo de los estudiantes.

Conceder suficiente práctica: Que el número de sesiones garantice el cumplimiento de los aprendizajes esperados.

Respetar la dinámica propia de la Educación Física: No ocupar tiempo excesivo en actividades que no comprometan la actividad física.

Aprender a jugar jugando: Realidad de juego.

Cada unidad de aprendizaje debe desarrollar las siguientes etapas:

Presentación y diagnóstico: Se debe presentar a los estudiantes las principales actividades y logros que deberán desarrollar durante la unidad de aprendizaje y además diagnosticar las conductas de entrada de los mismos. Esta etapa no debe superar los treinta minutos de la primera sesión.

Ejecución o desarrollo: Práctica recurrente, lo cual permita: asimilación de las conductas motrices, consolidación de logros, control de avance y retroalimentación. Ésta, es la etapa más extensa de la unidad de aprendizaje.

Finalización de la unidad de aprendizaje: Etapa de cierre, generar experiencias significativas que permitan a los estudiantes tomar conciencia de sus logros y avances. Se pueden realizar torneos, eventos y/o presentaciones artísticas propios de la disciplina tratada.

El programa hace hincapié en que la evaluación debe dar prioridad a la superación personal, es decir, se deben considerar las características y habilidades individuales de los estudiantes y no el rendimiento en comparación con el promedio del curso. Es por esto que el Modelo Didáctico de Trapecio Fijo puede adaptarse a la unidad de Deportes y

actividades individuales de autosuperación y expresión rítmica, planteada por el MINEDUC, ya que cumple con los requerimientos de dicha unidad de aprendizaje ("articula dos ámbitos de la Educación Física en que la expresión personal mediante el cuerpo y el movimiento reviste especial importancia: gimnasia y actividad rítmica..."[50]) y su evaluación se basa en la evolución individual de los estudiantes y no en el rendimiento de éstos.

Los *Objetivos Fundamentales Transversales (OFT)* aportados por el programa de estudio "definen finalidades generales de la educación referidas al desarrollo personal y la formación ética e intelectual de alumnos y alumnas[51]", y su mayor propósito es la contribución en la formación para la vida. La consecución de éstos es de responsabilidad conjunta para toda la institución escolar, pero se debe dar mayor énfasis en los contextos y actividades de aprendizaje que organiza cada sector y subsector, en función del logro de los aprendizajes esperados de cada una de sus unidades de aprendizaje.

En Educación Media, los OFT se basan en cuatro ámbitos:

1. Crecimiento y Autoafirmación Personal.
2. Desarrollo del Pensamiento.
3. Formación Ética.
4. Persona y Entorno.

El desarrollo del Modelo Didáctico de Trapecio Fijo en la escuela responde a estos cuatro ámbitos, debido a que el hecho de superar las dificultades del implemento y el progresar en cuanto a la técnica provoca en el estudiante la sensación de autosuperación, con lo cual aumenta su autoestima y se plantea frente al mundo con mayor seguridad. Además, la ejecución de las figuras en el Trapecio Fijo no es mera encadenación de movimientos, ya que requiere también la elaboración de pensamiento criti-creativo en relación a las normas de seguridad y autocuidado, y a la estética propia de la técnica. Cada estudiante debe ser partícipe de manera responsable de su propio aprendizaje y del de sus compañeros, puesto

[50] Programa de Estudio Segundo Año Medio, Educación Física, MINISTERIO DE EDUCACIÓN, Pág. 10.
[51] Programa de Estudio Segundo Año Medio, Educación Física, MINISTERIO DE EDUCACIÓN, Pág. 13.

que se necesita del compromiso de todos los implicados en el proceso de enseñanza-aprendizaje para que el mismo se lleve a cabo respetando la individualidad de cada uno y garantizando el cuidado del cuerpo, la persona y el contexto educativo.

Los *Objetivos Fundamentales* sugieren que los estudiantes deben desarrollar diversas capacidades. De los OF planteados por el MINEDUC los que se ajustan al Modelo Didáctico de Trapecio Fijo son los siguientes[52]:

- Ejecutar ejercicios tendientes a incrementar su aptitud física general, conforme a las posibilidades de avance personal; atender la superación de cualidades físicas deficitarias y valorar el ejercicio como factor preventivo y educativo que genera hábitos de vida saludables.

La ejecución de la técnica Trapecio Fijo fomenta el desarrollo de la corporeidad, potenciando la ejercitación de las capacidades condicionales de la motricidad, principalmente fuerza, resistencia muscular y flexibilidad. Haciendo hincapié en el tren superior que está muy en desventaja en cuanto al desarrollo del tren inferior potenciado por la Educación Física actual.

- Demostrar control en la combinación de acciones motrices diversas; adaptabilidad perceptiva y decisional al espacio físico, al tiempo e interacciones humanas generadas durante la ejecución de tareas motrices específicas.

La técnica propia del Trapecio Fijo requiere de control corporal en cada uno de los movimientos tendientes a la formación de figuras, sean éstas básicas o avanzadas, y en la mantención de las mismas, por lo cual el ejecutante debe poseer una percepción clara de su cuerpo en el espacio, además debe adaptarse a las dificultades de ejecución propias del

[52] Sólo un OF no se ajusta en su totalidad a la realización del Modelo Didáctico de Trapecio Fijo, por un tema de infraestructura, al contarse con ella igualmente podría incluirse: Apreciar el valor compensatorio y socio-afectivo que genera la realización de actividades al aire libre de carácter recreativo, según las posibilidades de equipamiento y ubicación geográfica de la unidad educativa.

aparato, lo cual requiere de decisiones rápidas y efectivas, aumentando así la conciencia corporal en los estudiantes.

- Cooperar y esforzarse para el logro de metas buscadas; respetar normas y reglas en juegos y en actividades deportivo-recreativas diversas.

No existe un reglamento ni normas establecidas para la técnica aérea circense Trapecio Fijo, pero el autocuidado es primordial, la cooperación, la confianza en el compañero, la seguridad que deben darse entre ellos es fundamental para la práctica, estas características no son denominadas normas, pero sí son cánones implícitos que todo aquel que practique la técnica debe comprometerse a cumplir.

- Participar regularmente en actividades educativo-físicas, deportivas y recreativas sin exclusión de ninguna especie y con independencia del nivel de habilidad motriz o física disponible.

El Trapecio Fijo da la posibilidad de incluir a todos los estudiantes, respeta la individualidad de éstos a través de una enseñanza progresiva a nivel escolar, puesto que se carece de experiencias previas en el aparato, además se pueden realizar distintas adaptaciones de altura y dificultad según sean las características de los implicados en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los *Contenidos* a trabajar en NM2 dependen de la unidad de aprendizaje a tratar, para efectos de esta investigación se ahondará en la unidad de aprendizaje número tres: “Deportes y actividades individuales de autosuperación y expresión rítmica”, pues el Modelo Didáctico será diseñado en función de dichas competencias.

Los *Contenidos* planteados por el programa para esta unidad de aprendizaje y que concuerdan con la propuesta de Trapecio Fijo para NM2 son:

- Práctica de al menos un deporte de autosuperación (sin oposición ni colaboración), tales como Atletismo, Gimnasia Artística, Gimnasia Rítmica, Natación.

Pese a que no se encuentra dentro de los deportes de autosuperación que declara como opciones el programa, el Trapecio Fijo igualmente es una actividad donde la autosuperación tiene un rol preponderante, pues el ejecutante debe superarse en pos del logro y dominio de la técnica.

- Práctica de al menos una actividad rítmica de expresión, tales como, danzas, bailes, acrobacias.

El Trapecio Fijo tiene mucho de expresión, el ejecutante no sólo se limita a la formación de figuras, sino también debe expresar con su cuerpo y sus movimientos una historia, sentimientos, emociones y belleza artística.

- Reglamentos y normas básicas de los deportes y/o actividad de autosuperación seleccionados.

Pese a que no existe un reglamento o manual ético respecto a la práctica del Trapecio Fijo, sí existe un consenso entre quienes lo practican, en cuanto a las normas de autocuidado y seguridad en el implemento.

- Conceptos básicos de la creación e interpretación físico-artística de emociones e ideas a través de danzas, mimos, acrobacias o coreografías.

La creación e interpretación son aspectos fundamentales en el aprendizaje de esta técnica, pues el Trapecio Fijo utiliza componentes de la Danza, las acrobacias, las coreografías y la estética propia del arte.

- Torneos y/o eventos de los deportes y/o actividades seleccionadas.

Así como se generan torneos deportivos para finalizar una unidad de aprendizaje, se puede dar lugar a un evento de muestra que deje de manifiesto los logros alcanzados por los estudiantes en el Modelo Didáctico de Trapecio Fijo, demostrando así la viabilidad de implementar esta técnica como contenido del subsector de Educación Física.

Considerando la propuesta del programa y aplicándola al Modelo Didáctico de Trapecio Fijo para NM2, los *Aprendizajes Esperados* serían:

Los estudiantes:

- Aplican las habilidades motrices y las capacidades condicionales de la motricidad a los requerimientos de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.
- Utilizan los fundamentos básicos de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.
- Conocen y respetan las normas de autocuidado, cooperación y seguridad propias de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.
- Demuestran capacidad para superar sus propias ejecuciones, esforzándose por mejorar su desempeño técnico en cada uno de los ejercicios y figuras propias de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.
- Demuestran sensibilidad y respeto por la actividad practicada, por sus compañeros y compañeras y por su propia persona, y también por el contexto en que el proceso de enseñanza-aprendizaje tiene lugar.

7.- TRAPECIO FIJO Y EDUCACIÓN FÍSICA.

El trapecio es una de las técnicas circenses más maravillosas de ver y practicar. Este capítulo en especial está centrado en la valoración del Trapecio Fijo, como medio pedagógico de enseñanza tanto física como valórica, justificando de cierta manera su incorporación, así como la necesidad de comunicación entre los medios educativos, recreativos y artísticos. Las prácticas acrobáticas y gimnásticas tienen una gran valoración y tradición dentro del sistema escolar chileno, prácticas muchas veces obsoletas y derivadas

por lo general de experiencia tanto deportiva como militar. Esta memoria pretende dar a conocer cómo con aportes históricos y de tipo circense, estas prácticas acrobáticas pueden renovarse y empaparse de un legado desconocido para algunos y muchas veces olvidado y relegado sólo a las carpas.

7.1.- Historia y antecedentes del Trapecio Fijo.

Las prácticas circenses existen desde que el hombre tiene la necesidad de entretenerse, pero el trapecio o sus antecesores vienen a hacer su aparición en el siglo XVII. Como primer antecesor del Trapecio Fijo se encuentra la cuerda volante[53], cuerda amarrada en sus dos extremos a una viga o estructura, en donde se realizaron las primeras piruetas de equilibrio y balanceo que más tarde se incorporaron al trapecio. Luego de la cuerda, y a partir de ésta se populariza la creación del llamado triángulo móvil[54], triángulo que consistía en dos cuerdas unidas a una barra, las cuales se unían en su extremo superior con una anilla que permitía la realización de giros en todos los sentidos. Este triángulo fue utilizado en sus inicios principalmente por funambulistas[55] italianos y popularizado más tarde por Phokio Clias, mediante la publicación de un tratado denominado *"Gymnastique élémentaire ou cours analytique et gradué d'exercices propes à développer et à fortifier l'organisme humain"*. Como una diversificación de este triángulo móvil es que nace el Trapecio Fijo, cuya invención se le atribuye al general Francisco Amorós. Barra de hierro con dos cuerdas a los lados, ancladas en los extremos de éstas a una viga o estructura resistente. En este tiempo el Trapecio Fijo estaba dentro de la denominación de los "aparatos de pórtico", es decir, aparatos que se pueden colgar en un lugar con vigas resistentes o con una estructura adecuada, en donde también se encontraban las anillas, las cuerdas, las escaleras horizontales y verticales, entre otros.

Francisco Amorós, pedagogo y militar español, cumplía con la labor pedagógica de su época, labor que dista mucho de la visión de pedagogía instaurada hoy en día. La

[53] Apéndice Anexos, Foto 1.
[54] Apéndice Anexos Foto 2.
[55] Equilibrista que hace ejercicios de acrobacia sobre una cuerda o alambre suspendido a cierta altura del suelo. Según Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española.

orientación de sus enseñanzas, en especial las acrobáticas y gimnásticas, eran del tipo utilitaria, ya sea civil (para formar atletas o gimnastas) o militar, y por otra parte tenía un gran componente profiláctico. En ninguno de los casos tenía una intención artística, muy por el contrario, Amorós rechazaba toda práctica artística, aunque era un gran seguidor de los espectáculos gimnásticos. Aún así, Amorós ya tenía un concepto evolucionado del desarrollo integral de los estudiantes, el cual expone en 1807 en un discurso que dejaba entrever sus convicciones y planteamientos educativos "Si no se desarrollan las facultades intelectuales al mismo tiempo que las físicas, la educación es imperfecta y no se saca todo el partido que se puede de unas y de otras." La propuesta gimnástica de Amorós caló hondo en la sociedad europea de dicha época, tanto así, que logró imponer un sistema gimnástico en las escuelas normales de Francia. Desde ese momento se comienza a difundir el trapecio como aparato gimnástico y pedagógico. Pero ¿Qué fue lo que delegó al trapecio exclusivamente al ámbito circense? ¿Por qué otros aparatos como las cuerdas, anillas, bancas suecas y espalderas siguen aún vigentes, tanto en el ámbito escolar como en el militar? ¿Podría el trapecio ser parte de los aparatos de Gimnasia Artística?

Aunque suene paradójico la exclusión del trapecio del ambiente escolar y gimnástico se debió principalmente al auge que éste tuvo de mano de Henri Maître Jean (incorporó el Trapecio Fijo al circo) y de Jules Léotard (creador y precursor del trapecio volante). Debido a la popularidad alcanzada por esta técnica a mediados del siglo XIX, no tardaron en surgir grupos de detractores, quienes argumentando razones de seguridad, fueron excluyendo esta técnica de los ámbitos escolares y relegándola exclusivamente al circo. Ahí carente de reglas, de límites de variedad y de originalidad es donde el trapecio evoluciona y se diversifica. Es entonces la experiencia de Amorós la que hace pensar que sí es posible la expansión de esta técnica en el sistema escolar, si fue factible en las escuelas francesas de hace más de cien años (aunque con objetivos absolutamente distintos), podría ser factible en Chile y con fines mucho más holísticos.

7.2.- Tipos de Trapecio.

El trapecio en sus más de ciento cincuenta años de historia ha ido evolucionando y diversificando sus técnicas y materiales de construcción. En un principio el trapecio fue utilizado como elemento de ayuda, entretenimiento, instalación de otros implementos e incluso como compañía de elementos más grandes. Es así como podemos distinguir cuatro grandes grupos de trapecios.

Trapecio Fijo: Este tipo de trapecio al igual que algunos otros posee una gran variedad de nombres debido a sus diversas funciones, entre los que se encuentran:

- Trapecio Fijo o estático: Se denomina así porque se utiliza el aparato estático, la idea es que el trapecio se mueva lo menos posible en el trascurso de la realización de la rutina.
- Trapecio sólo: Denominado de esta forma por la utilización de un ejecutante.
- Trapecio de fuerza: En contraposición con el trapecio de equilibrio, la fuerza es fundamental para mantener la estaticidad del implemento y realizar las piruetas.
- Trapecio sencillo: Denominado de esta manera ya que es el más sencillo de construir de todos los trapecios, por eso también la factibilidad de incorporación en el ámbito escolar.

El Trapecio Fijo consiste en una barra de hierro que puede ser hueca o maciza, de un largo que varía dependiendo de la estatura del trapecista o de la utilidad que se le pretende dar a éste, siendo por lo general de unos setenta centímetros. Las cuerdas pueden ser de algodón con piolas de acero por dentro o no, de perlón[56] o incluso de yute[57], cuerda que mide entre dos y tres metros de longitud. Cada extremo de la cuerda lleva guardacabos que permiten su instalación y su unión con la barra. Para la instalación y posterior utilización del Trapecio Fijo se requiere de elementos auxiliares que permitan colgar el implemento con seguridad.

[56] El Perlón es una fibra sintética desarrollada en Alemania con tres tipos diferentes de microfibras: nylon filamento textil, nylon fibra corta y nylon filamento industrial. El perlón es un algodón sintético formado por microfibras entrelazadas constituyendo un buen aislante térmico y acústico.

[57] Yute: noble cuerda utilizada desde los inicios de la civilización. 100% fibra natural, biodegradable y ecológica

Como mínimo dos mosquetones[58] y dos cintas o eslingas[59], un lugar con un mínimo de cinco metros de altura y con vigas resistentes o un lugar adecuado para colgar. El costo de un trapecio simple varía entre los treinta y los ciento cincuenta mil pesos, esto dependiendo de la calidad de los materiales y de la utilización amateur o profesional que le pretende dar a éste.

Trapecio de Washington, de equilibrio o balante: Llamado trapecio de Washington en honor a Keyes Washington quien incorporó esta modalidad en Europa hacia 1870. Denominado balante ya que está constantemente en balanceo, ya sea por el balanceo que se ha dado el propio trapecista o por factores externos como una cuerda (por razones de seguridad o metodología). Finalmente denominado de equilibrio ya que mantener figuras en movimiento requiere de esta capacidad condicional de la motricidad por parte de los ejecutantes. Los equilibrios se pueden realizar con diversas partes del cuerpo como pies, corvas, empeines, manos, abdomen, entre otros. En la experimentación de esta técnica se ha evolucionado en balanceos ya no tan sólo naturales (adelante y atrás) sino que se ha incorporado el balanceo lateral y la utilización de más de un trapecista.

Trapecio volante: Se denomina trapecio volante al conjunto formado por una red, una banquilla al extremo, un trapecio de portor[60] en el extremo opuesto y un trapecio de ágiles[61] en el medio. Es una de las modalidades más fascinantes y de más difícil ejecución. Por esta razón no se considera adecuada para un ambiente escolar común.

Trapecio doble: Esta denominación se utiliza tanto para la utilización de dos trapecios unidos, como para dos trapecistas en un trapecio simple. La unión de dos trapecios puede

[58] "Mosquetón: Un mosquetón es un utensilio en forma de anilla, de acero o aleaciones ligeras de aluminio, de formas diversas, que se utiliza en maniobras de seguridad dentro de actividades tales como rescate, escalada, espeleología, barranquismo, montañismo, etc. Constituye un equipo delicado en el cual el usuario deposita su integridad física o el de otra persona…" Enciclopedia Wikipedia. Apéndice Anexo, Foto 3.

[59] Eslinga: es una herramienta de elevación. Es el elemento intermedio que permite enganchar una carga a un gancho de izado o de tracción. Consiste en una cinta con un ancho o largo especifico (varían según su resistencia, los modelos y los fabricantes) cuyos extremos terminan en un lazo (ojo). El material del que está hecho la eslinga puede ser material sintético o acero. Enciclopedia Wikipedia. Apéndice Anexo, Foto 4.

[60] Trapecio de portor es aquel trapecio perteneciente al trapecio volante, el cual es utilizado por el trapecista portor, quien es aquel que sostiene al trapecista ágil.

[61] Trapecio ágil es aquel trapecio perteneciente al trapecio volante, el cual es utilizado por el trapecista ágil, quien es el que realiza los vuelos en la ejecución.

ser la fabricación de un trapecio al lado del otro o de un trapecio encima del otro. En esta modalidad los dos trapecistas realizan ejercicios de simetría, pases e intercambios entre trapecios. La otra modalidad consiste en las piruetas de dos trapecistas sobre un trapecio simple. En ambas variaciones se desarrollan figuras de sincronización y de colaboración en donde el portor[62] o fuerte ayuda al ágil[63] a cambiar de niveles.

En la larga trayectoria del trapecio como implemento de entrenamiento gimnástico y luego circense, muchos han sido los trapecistas y aficionados, pero muy pocos los que han luchado por hacer que esta técnica trascienda más allá de los espectáculos de circo, que sea valorado como medio educativo. El principal exponente de esta lucha fue Francisco Amorós, entonces, si él fue capaz de instaurar trapecios en escuelas de hace más de cien años ¿Por qué en Chile no se podría hacer lo mismo? ¿Es igual de pertinente la aplicación de una unidad de aprendizaje de Trapecio Fijo en la escuela que una unidad de aprendizaje de Gimnasia Artística?

"La sensibilidad por la expresión corporal, el fomento de la cooperación, el aumento de la autoestima, el conocimiento y el control del propio cuerpo, el avance en la tolerancia y respeto hacia los demás, el desarrollo de la creatividad, la autosuperación y la tenacidad son algunas de las características de las actividades circenses, que ponen de manifiesto su enorme potencial educativo para que sean contempladas como un contenido apropiado en el currículo escolar de la educación física..."[64]

Primero que todo es necesario definir el concepto de pertinencia, según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española pertinencia es relativo a pertinente, definiendo éste como "perteneciente o correspondiente a algo". Por lo tanto, se desprende que para que un CMO esté dentro de los planes y programas del MINEDUC, debe corresponder con los objetivos que éste se ha planteado respecto a los aprendizajes esperados de los estudiantes. El subsector de Educación Física en sus planes y programas para NM2 propone cuatro

[62] En el mundo del circo, acróbata que sostiene o recibe a sus compañeros, ya sea en los equilibrios de tierra, ya en los ejercicios aéreos.
[63] En el mundo del circo es aquel acróbata que es recibido y trasportado por su compañero, ya sea en acrobacias de suelo como en acrobacias aéreas.
[64] Invernó, Josep; El circo en la escuela, TÁNDEM, Girona, 2204, Pág.71.

unidades didácticas, de las cuales una está íntimamente relacionada con la práctica del Trapecio Fijo: práctica de al menos un deporte de autosuperación (sin oposición ni colaboración), tales como Atletismo, Gimnasia Artística, Gimnasia Rítmica, Natación. La técnica aérea circense Trapecio Fijo no es un deporte, pero sí en algún momento estuvo íntimamente ligada con la Gimnasia Artística y el entrenamiento físico, por lo que la denominación de *"práctica de al menos un deporte de autosuperación"* sería un tanto excluyente por parte del MINEDUC y no dejaría cabida para otro tipo de prácticas motrices alternativas a los deportes. Por otra parte propone actividades de expresión rítmica y motriz (sin especificar qué prácticas) que podrían dar cabida a unidades de aprendizaje por ejemplo de pantomima. Uno de los objetivos de esta investigación es proponer al Trapecio Fijo como una alternativa no deportiva a la unidad mencionada, argumentando su pertinencia y factibilidad en esta unidad de aprendizaje y en este nivel (NM2). Se plantea para NM2 por razones de condición física y maduración de los estudiantes para enfrentar conocimientos nuevos. En este nivel los estudiantes deberían venir con un acerbo motriz amplio, ya que han pasado por nueve años de Educación Física con el correspondiente desarrollo de cada unidad de aprendizaje, por otra parte, en NM1 se da énfasis al acondicionamiento físico que es imprescindible para comenzar a practicar esta técnica con seguridad.

Al plantear esta unidad de aprendizaje para NM2 se está pensando a largo plazo y en la consecución que esta unidad de aprendizaje podría tener en los años próximos, es decir, en NM3 y NM4, ya que en ambos niveles se repite la unidad de deportes individuales de autosuperación. Respecto a la edad de los estudiantes, según Josep Invernó la enseñanza básica es apta para realizar trabajos de experimentación, ambientación e iniciación, siendo la enseñanza media, el ciclo idóneo para la práctica más especializada de esta técnica. El Trapecio Fijo, propuesto como un deporte más no es ninguna novedad, la novedad de éste es que no sólo pretende desarrollar en los estudiantes capacidades condicionales de la motricidad o que por ejemplo sean capaces de ejecutar una secuencia de manera perfecta, sin importar que pase por su mente cada vez que realiza dicha ejecución. Tampoco se pretende invalidar a los demás contenidos ya existentes, sino más bien que el Trapecio Fijo sea un aporte a lo ya establecido, pero dándole un sentido más holístico, en donde cada

ejecución tenga un valor propio, un significado distinto para cada estudiante, una emoción diferente. Así también lo expresa María Paz Brozas en su documento *La recuperación del trapecio en la Educación Física: de la historia a la didáctica* "…más que una actividad aislada, entiendo la práctica en el trapecio como un recurso más, en relación íntima con las actividades gimnásticas en otros aparatos, con la acrobacia grupal y con la danza."[65]

Claro está que cada contenido propuesto en esta investigación está sujeto al criterio de cada docente, quien posee las competencias necesarias para discernir si la propuesta es adecuada para su grupo escolar o si existe necesidad de realizar modificaciones. De todas formas según María Paz Brozas la enseñanza del Trapecio Fijo en la escuela sería un aporte por sí mismo y también para los demás contenidos, ya que agrupa capacidades condicionales de la motricidad y características perceptivas, rítmicas y expresivas que van acorde con las demás unidades didácticas. Abordando entre otros aspectos "…coordinación entre ritmo de vuelo y movimientos fuera y dentro del trapecio; experimentación en cuanto a velocidades e intensidades en los movimientos; movimientos corporales, trapecio y música; encadenamiento de las figuras; juegos de sincronismo; ayuda y acciones en grupo; combinaciones con otros aparatos y medios, creación de historias en el trapecio, etc."[66]

[65] Brozas Polo, María Paz, La recuperación del trapecio en la educación física: de la historia a la didáctica, España, INCAFD de Castilla y León.
[66] Brozas Polo, María Paz, La recuperación del trapecio en la educación física: de la historia a la didáctica, España, INCAFD de Castilla y León.

CAPÍTULO II

MODELO DIDÁCTICO DE TÉCNICA AÉREA CIRCENSE TRAPECIO FIJO ORIENTADO HACIA EL DESARROLLO INTEGRAL DE ESTUDIANTES DE NM2.

Para las autoras, un Modelo Didáctico es un esquema que da ordenamiento a los componentes de la didáctica con el fin de articular y orientar el quehacer pedagógico. Joyce y Weil (1985), mencionan: "Los modelos didácticos son unos planes estructurados que pueden usarse para configurar un currículo, pasa diseñar materiales de enseñanza y para orientar la enseñanza en las aulas."

El Modelo Didáctico propuesto por las autoras está basado en teorías analizadas en la revisión bibliográfica de diversos autores, los cuales tratan temas como la Ciencia de la Motricidad Humana, la didáctica de la Educación Física, las técnicas aéreas circenses y, en particular, el Trapecio Fijo; además en las experiencias personales adquiridas en el proceso de escolarización y de instrucción mediante las prácticas contempladas en el desarrollo de la carrera.

El modelo está ideado para estudiantes del sistema escolar chileno de NM2, dentro de la unidad de aprendizaje de "Deportes y actividades individuales de autosuperación y expresión rítmica", puesto que dicho modelo "articula dos ámbitos de la Educación Física en que la expresión personal mediante el cuerpo y el movimiento reviste especial importancia: gimnasia y actividad rítmica...",[67] es decir, cumple con lo que se menciona en los planes y programas del MINEDUC como requerimientos de dicha unidad de aprendizaje, y además su evaluación no se basa en el rendimiento de los estudiantes, sino en la evolución individual de los mismos. Este modelo se plantea como un nexo entre los medios educativos, recreativos y artísticos, siendo los dos primeros lineamientos importantes del MINEDUC. Una de las principales razones por las que se plantea para este

[67] Programa de Estudio Segundo Año Medio, Educación Física, MINISTERIO DE EDUCACIÓN, Pág. 10.

nivel se relaciona con la maduración física, psicológica y emocional que poseen los estudiantes para enfrentar nuevas situaciones motrices de mayor complejidad que las aprendidas con anterioridad. Alrededor de los quince años de edad los estudiantes chilenos ya han superado nueve años académicos de aprendizaje en Educación Física, por lo cual deberían estar capacitados para enfrentarse a esta actividad de forma óptima. Respecto a las unidades de enseñanza media, el modelo se plantea para NM2 porque en el nivel anterior (NM1) se da énfasis al acondicionamiento físico, lo cual genera una base en el desarrollo de las capacidades condicionales de la motricidad en el estudiante, que permite practicar esta técnica con mayor resistencia, confianza y dominio corporal. Además este modelo podría tener consecución en los niveles NM3 y NM4, ya que en éstos existen las unidades de aprendizaje de "Deportes y actividades individuales de autosuperación y de expresión motriz" y "Deportes y actividades de expresión motriz", respectivamente.

Se optó por el Trapecio Fijo, ya que éste es un implemento que en sus inicios formaba parte de la Gimnasia; además en su implementación a nivel escolar a modo de iniciación se pueden utilizar elementos alternativos, tales como barras fijas, columpios, cuerdas, anillas de Gimnasia Artística, arcos de Fútbol, entre otros. Y posteriormente, al verse en la necesidad de comprar uno, es uno de los de menor costo dentro de los implementos de las técnicas aéreas circenses. Es un implemento de larga vida, no sufre tanto desgaste como otros materiales propios de la Educación Física, como son los balones de los deportes colectivos o las cintas de Gimnasia Rítmica, lo cual no generaría un gasto adicional en los establecimientos, ya que se compra una vez y si se cuida bien dura por mucho tiempo.

El Trapecio Fijo, conjuga en su ejecución: técnica, expresión artística, desarrollo de las capacidades condicionales de la motricidad. Por otra parte, no excluye género, ya que tiene elementos que comúnmente son de más fácil realización por parte del género masculino (como son las figuras que requieren mayoritariamente de fuerza y mantención) y otros más propios, en general, del género femenino (como figuras de flexibilidad y definición postural); además desarrolla valores sociales, fomenta el incremento de la perseverancia, la autosuperación y la resiliencia.

Este modelo no ha sido aplicado en la práctica en un establecimiento educacional secundario. Su principal causa es el hecho que se considera que es necesaria la elaboración previa de un material que integre elementos para un sólido fundamento teórico, que avale la realización de este tipo de actividades a nivel escolar. Por ello las autoras enfocaron su trabajo en la elaboración de un marco teórico que sustente esta práctica, intentando generar una definición amplia de lo que es el desarrollo integral y cómo mediante la puesta en práctica del modelo elaborado, se pretende potenciar la formación de los jóvenes escolares. Otro de los motivos que influyó en la decisión de no aplicar el modelo, es el hecho que la mayoría de las autoridades de los colegios no están dispuestos a ceder una unidad de aprendizaje completa para la realización de actividades de un proyecto piloto dentro de una investigación para optar al título de profesor. Las excusas por parte de los directivos de los establecimientos se originan a partir del tiempo que comprende la unidad de aprendizaje de "Deportes y actividades individuales de autosuperación y expresión rítmica", la cual abarca el 30% del tiempo total anual, que se traduce en doce semanas, es decir, doce sesiones, dando por hecho que en la mayoría de los establecimientos aún no se implementan las cuatro horas de Educación Física semanal. Otro motivo expresado por los directivos de los establecimientos es la falta de infraestructura necesaria para la instalación del implemento en cuestión, ya que por razones de seguridad es necesario poseer colchonetones y/o colchonetas, vigas resistentes y una escalera que llegue a la viga. Por estas razones se decidió abordar el modelo de forma teórica, para una mayor concentración y elaboración acabada del tema. No obstante, se realizó una comparación en la práctica, por medio de la aplicación de métodos de enseñanza de Trapecio Fijo en un curso optativo de Técnicas Aéreas Circenses (Tela y Trapecio Fijo) correspondiente al quinto semestre de la carrera de Pedagogía en Educación Física del año 2010, de la Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación, por parte del grupo memorista. Esta experiencia aportó elementos que sirvieron de fundamento para la validación del modelo propuesto, al ser estudiantes sin conocimientos en el área circense.

1.- Antecedentes de la Realidad en torno a la práctica de Trapecio Fijo.

1.1.- Experiencias previas.

En el proceso de escolarización de las memoristas, las clases de Educación Física siempre estuvieron restringidas a los deportes y actividades propuestos por el MINEDUC en sus planes y programas tales como Básquetbol, Vóleibol o Acondicionamiento físico. Esto desencadenó un cierto rechazo y lejanía a las prácticas tradicionales de Educación Física, debido a la escasa oportunidad de realizar en las clases actividad física, no necesariamente deportiva, lo cual es un sentimiento compartido por un buen porcentaje del estudiantado. A nivel extraescolar sí existió un acercamiento a las actividades físicas no tradicionales, las cuales se encontraban relacionadas con algunas de las técnicas circenses, tales como los malabares, la acrobacia y el mano a mano.

Como en la mayoría de los casos, el aprendizaje de las técnicas circenses se adquirió a través de la educación no formal y por iniciativa propia, por medio de talleres impartidos por instituciones particulares, por investigación personal y generalmente por el intercambio de conocimientos y experiencias con pares.

Las actividades del circo contemporáneo en Chile han ido surgiendo y ganando adeptos lentamente, debido al desconocimiento de la gran variedad de técnicas a practicar que ofrece el circo. A lo largo de los estudios en la carrera de Pedagogía en Educación Física, Deportes y Recreación (UMCE) y haciendo un parangón con las técnicas circenses vistas y aprendidas, se constató la gran cantidad de contenidos propios de la Educación Física como Danza, Expresión corpórea, Acondicionamiento físico, Gimnasia Rítmica y Artística, que son utilizados por los artistas circenses para complementar su técnica y creación artística, lo que confirma la estrecha relación que existe entre las disciplinas analizadas.

1.2.- Entrevista a directora y estudiantes de la escuela de circo: Circo del Mundo.

Se realizó una entrevista a la directora de la Escuela de Circo "Circo del Mundo", Alejandra Jiménez, quien es actriz de la escuela Gustavo Meza y Pedagoga Teatral de la Universidad Católica, actualmente realiza un Magíster en Gestión Cultural en la Universidad de Chile. Ella menciona que el objetivo de la escuela es formar artistas y monitores en circo, y aunque no se atreve a utilizar el término "profesores", dice que los egresados sí están capacitados para hacer clases, ya que durante la formación abordan temas de sicología, pedagogía, riesgo social, gestión cultural, evaluación y planificación. Hace hincapié en que los egresados saben planificar (programas y clases) y evaluar. En el segundo y tercer año de la carrera los estudiantes realizan prácticas a modo de taller en diferentes municipalidades y centros culturales. La directora comenta que pese a que todos reciben una base en todas las técnicas circenses, los estudiantes se especializan en dos técnicas, una que es la principal, en la cual se hace énfasis en metodologías para que al egresar se sea experto en ella, y otra secundaria; ambas técnicas son libres, el estudiante sólo debe elegir aquellas dos para las cuales posee mayor facilidad y atracción.

La señora Jiménez considera que cualquier arte escénico es digno de ser incluido en el currículum educativo escolar, y es más, recalca que: "Debiera ser incluido. En Canadá el circo es parte de la educación escolar, lo cual puede ser un buen modelo a seguir."

Otro aspecto mencionado durante la entrevista es la disposición del profesor de Educación Física en torno a la intervención de monitores circenses en los establecimientos. El Circo del Mundo, bajo un programa de los Colegios Montegrande, intervino con circo dentro de la malla curricular de un colegio de Lebu. Dice la directora que el profesor de Educación Física de dicho establecimiento se mostró reticente a la intervención, quizás por desconocimiento o por temor a la invasión en su campo. Poco a poco el profesor comenzó a involucrarse en las clases, incluso aprendió algo de técnicas circenses. Algunos de los estudiantes del colegio de Lebu que participaron de este programa, son hoy estudiantes del Circo del Mundo.

El circo contemporáneo comenzó a vislumbrarse en Europa a partir de la década de los ochenta. En Chile recién en la década de los noventa aparecen los primeros exponentes de este nuevo circo. El Circo del Mundo, como escuela profesional, partió el año 2005. Hasta el momento han egresado tres generaciones, y están en proceso de acreditación para constituirse como un Centro de Formación Técnica. Luego de esto, pretenden realizar una carrera más corta, de uno o dos años, una posible especialización o curso de perfeccionamiento para personas que ya poseen una base artística y/o deportiva tales como actores, bailarines, profesores de Educación Física y gimnastas.

Según la entrevistada, las técnicas circenses más posibles de implementar a nivel escolar, dentro de las clases de Educación Física, son las acrobacias y las técnicas aéreas. Las acrobacias, puesto que la mayoría de los establecimientos poseen colchonetas, colchonetones y un mini-tramp, y también porque son la base para otras técnicas circenses. Las técnicas aéreas porque son llamativas y de fácil implementación, además la compra de implementos se hace en una ocasión, y en el caso de no contar con una estructura para colgar los implementos, mandar a hacerla no supera los ciento cincuenta mil pesos.

En cuanto al Trapecio Fijo, según la señora Jiménez, favorece el desarrollo integral, “Es un ejercicio físico que “pasa por la cabeza”; la concentración, la conciencia corporal y la segmentación; son actividades que generan un trabajo cognitivo. Con respecto al ámbito psicológico se desarrolla la autoestima mediante el desafío, la superación, el reconocimiento de logros, el reconocimiento de los pares. Además favorece muchísimo la creatividad.” Y hablando de la implementación del Trapecio Fijo en la escuela, la entrevistada menciona que “En los colegios, los Objetivos Fundamentales Transversales no han funcionado bien, no han sido logrados cabalmente. La forma de hacerlo es incluir el arte, incorporando arte se cruza la educación y el desarrollo de valores sociales y morales.”

Al hablar con los estudiantes del Circo del Mundo, la mayoría de ellos manifiesta su vocación por el arte más que por la pedagogía, ellos prefieren dedicarse a eventos o a perfeccionarse en el extranjero, y las clases que realizan es por el simple hecho de conseguir un soporte económico que les permita sustentar más cursos técnicos.

2.- Fundamentos del Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo.

2.1- Componentes de la Didáctica.

"La didáctica se ocupa del estudio de las actividades humanas de enseñar y aprender."[68]

Según Hipólito Camacho Coy (2003), la didáctica:

a. Establece pautas de enseñanza y formas de acceder al conocimiento.
b. Selecciona, organiza y define, objetivos, contenidos, estrategias metodológicas y de evaluación de conformidad con las definiciones de educación, hombre y sociedad establecidas en la pedagogía.
c. Formula criterios para la organización y planificación a nivel macro y micro.

Para efectos de este modelo, se desarrollarán los siguientes componentes:

a. Objetivos.
b. Contenidos.
c. Métodos.
d. Recurso Didáctico.
e. Estrategia en la Práctica.
f. Técnica de Enseñanza.
g. Estilo de Enseñanza.
h. Forma de Organización de la Clase.
i. Evaluación.

[68] Sánchez Bañuelos, Fernando, Didáctica de la Educación Física, PRENTICE HALL, Madrid, 2002, Pág. 5

2.2.- Dimensiones o ejes transversales del Trapecio Fijo.

Para el diseño de este Modelo Didáctico las autoras crearon cinco ejes temáticos, que se deben trabajar de forma simultánea para el logro de los objetivos.

a) Fortalecimiento de las capacidades condicionales de la motricidad, habilidades motrices y control postural.

Capacidades Condicionales de la Motricidad.

Las capacidades condicionales de la motricidad: velocidad, resistencia (muscular y cardiorrespiratoria), fuerza y flexibilidad, experimentan cambios a lo largo de toda la vida del individuo. La técnica aérea circense Trapecio Fijo requiere para su ejecución una combinación de las cuatro capacidades, lo que a su vez, fortalece cada una de ellas. En el caso de la flexibilidad, la más olvidada dentro de la Educación Física escolar chilena y vital para la autovalencia de los seres humanos, es una capacidad que involuciona con los años y que según los planes y programas del MINEDUC debe ser ejercitada en los niveles básico uno y dos, pero luego de eso, la deportivización de las clases del área juega en contra de la ejercitación necesaria para el desarrollo saludable de esta capacidad, lo que resiente el desarrollo armónico de todas las capacidades. Esta dimensión del Trapecio Fijo hace hincapié en el entrenamiento de esta capacidad, puesto que muchas de las figuras propias de la técnica requieren de mucha flexibilidad para una ejecución limpia, estética y preventiva de lesiones. Otra capacidad preponderante en esta técnica es la fuerza, la cual permite realizar las figuras con mayor seguridad y control corporal; existen dos grupos de figuras llamadas planchas y pulsiones en las cuales la fuerza es la capacidad condicional principal. En la totalidad de las figuras que se realizan en el Trapecio Fijo se trabaja con autocarga, sosteniendo el propio peso con diferentes partes del cuerpo tales como manos, empeines, tobillos, corvas, cuello, espalda, entre otras. La velocidad utilizada en esta técnica es la velocidad de acción, la cual sugiere realizar movimientos acíclicos en un mínimo de tiempo, en el Trapecio Fijo se refiere a la rapidez con que se realizan las transiciones entre figuras y los escapes; existe una variada gama de figuras en las que se

requiere de transiciones y armados lentos y otras en las que esto se debe hacer con mayor rapidez para garantizar la seguridad del ejecutante. La resistencia involucrada en el Trapecio Fijo no es resistencia cardiorrespiratoria, sino resistencia muscular o fuerza resistencia, puesto que se debe generar fuerzas durante periodos de tiempo más prolongados, se requiere de la capacidad del sistema muscular y de los aparatos respiratorio y circulatorio de sostener un trabajo de fuerza relativa que se alarga en el tiempo.

Habilidades Motrices.

Según Juan José Muraro (2003), la agilidad "Es una característica que permite la ejecución de movimientos rápidos, cambios de dirección, cambios de niveles y detenciones. Comprende la coordinación, la flexibilidad y la velocidad (acción, reacción y de desplazamiento)." Este eje temático del Trapecio Fijo aspira a que los estudiantes, gracias al aprendizaje técnico y dentro de una rutina, logren ejecuciones que involucren cambios de velocidad en los diferentes niveles del aparato (bajo la barra, sobre la barra, en las cuerdas) y que realicen pausas intencionadas, ya sea para recuperarse o para dar a entender algo.

La coordinación dinámica general es aquella que agrupa los movimientos que requieren una acción conjunta de todas las partes del cuerpo. Intervienen gran cantidad de segmentos y músculos y por tanto gran cantidad de unidades neuromotoras. La coordinación implicada en el Trapecio Fijo tiene que ver con la acción conjunta que deben realizar los distintos segmentos corporales. Lo que se persigue en esta dimensión es que los estudiantes logren sincronizar las fuerzas internas en pos de un objetivo previamente establecido (entrada, equilibrios, figuras, salida) de la manera más económica posible.

Lo que el Trapecio Fijo persigue en cuanto al equilibrio dinámico es que el ejecutante realice contracciones musculares coordinadas, es decir, que efectúe las fuerzas necesarias en todos los segmentos involucrados para la consecución del objetivo, un ejemplo de esto son los impulsos[69]. El impulso bajo la barra, donde sostenido por las manos, el cuerpo debe

[69] Impulso según el Diccionario de la Real Academia de la lengua Española es: empuje con el que se produce un movimiento.

balancearse para adquirir velocidad, se requiere principalmente en la primera fase de extensión abdominal, extensión de cadera y contracción glútea, mientras que en la segunda, contracción abdominal, flexión de cadera y extensión glútea. El equilibrio estático tiene que ver con la seguridad y la mantención de figuras; inclusive existe un grupo determinado de figuras propias de la técnica llamadas "equilibrios".

Control Corporal.

En el Trapecio Fijo es primordial la conciencia corporal, un ejemplo de esto es el saber dónde está la mano derecha y la mano izquierda, cuál es la pierna derecha y cuál es la izquierda. Muchas de las figuras propias de esta técnica implican un trabajo conciente de lateralidad, puesto que no tan sólo se habla del lado dominante o fuerte, sino también de la sensopercepción de los diferentes segmentos corporales, además muchos de los elementos realizados en el implemento deben trabajarse para ambos lados.

La percepción espacial en el Trapecio Fijo comprende la capacidad del individuo de separar su "yo" y el mundo exterior, estableciendo así relaciones de proximidad y lejanía con el aparato y con las personas que lo rodean. Es a partir del análisis de la situación en la que se está desenvolviendo que el estudiante genera una noción de distancia y orientación respecto del aparato.

En cuanto al control postural, este eje pretende desarrollar la definición postural tanto en las figuras como en la transición entre éstas, dando énfasis a la postura intencionada de extremidades, manos y pies, detalles que afianzan el dominio técnico y la línea depurada de gestos y posturas.

b) Expresividad.

La expresividad está relacionada con las respuestas cognitivas, afectivas y conductuales que expresa el ser humano, es decir, con su pensar, su hacer y su sentir. La expresión corpórea es la más innata de las comunicaciones humanas, se nace comunicando de esta forma, y se

viven los primeros años en función de este lenguaje. Pero la comunicación no verbal enunciada por medio de la expresividad natural del ser humano, se va perdiendo a medida que la socialización impone sus códigos de comunicación, truncando el desarrollo de dicha expresión y relegándola a un pequeño ítem dentro de las unidades didácticas escolares.

Dentro de este eje uno de los aspectos más relevantes a trabajar es el de la interpretación, referida ésta a la representación y expresión de algún papel, texto, emoción, sentimiento, situación, idea o pensamiento.

Esta dimensión de la unidad de aprendizaje Trapecio Fijo pretende que los estudiantes pongan su corporeidad al servicio de la expresión y comunicación de algún concepto, proyectando y evocando imágenes visuales a quienes están siendo espectadores de dicha creación, no sólo con la correcta ejecución de una figura o la expresividad del rostro, sino que con el conjunto de ejecuciones e interpretación de la corporeidad en su totalidad.

En este eje se trabajan las tres dimensiones del ser: dimensión introyectiva, dimensión extensiva y dimensión proyectiva.

Por último este ítem está enfocado a que lo estudiantes se enfrenten a experiencias de aprendizaje en las cuales, dentro de un clima de confianza, puedan expresarse libremente, sin miedo al ridículo, a la espontaneidad, la improvisación, las diferencias corporales, sexuales, sociales, entre otras.

c) Práctica introyectiva.

La Teoría General de Sistemas (TGS) valora la introyección como un proceso superior que "considera a los procesos de la vida como sistemas, implica concebirlos como totalidades, como unidades globales, y en referencia a la toma de conciencia sobre los propios procesos vitales." (Lagardera Otero, Francisco, 2002).

Según la TGS, el ser humano puede concebirse como un sistema abierto, codificativo, adaptativo, proyectivo e introyectivo. La capacidad introyectiva del ser humano, es propia de su especie y, hace referencia a la aptitud que éste posee para reflexionar respecto de su propio proceso evolutivo.

A diferencia de los demás seres vivos, los seres humanos más allá de sentir (reaccionar a un estímulo), son capaces de conocer, analizar, comprender y asociar ese sentir.

Lo que ésta dimensión del Trapecio Fijo pretende es que el estudiante logre comunicarse y relacionarse consigo mismo, que toda su energía psíquica se utilice para observar lo que acontece en cada segmento de su cuerpo y en todo su cuerpo como totalidad, que adopte una actitud contemplativa de todo el proceso y que aprenda a tomar conciencia de sí mismo.

Mediante los diferentes ejercicios introductorios y figuras corporales propios de la técnica se pretende potenciar en el estudiante el desarrollo de las dimensiones extensiva, proyectiva y, principalmente, introyectiva del ser.

Otro punto importante en el proceso de enseñanza-aprendizaje de esta técnica es el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades de movimiento, fortaleciendo la concentración en el "yo", logrando así la observación interna de los pensamientos, sentimientos y/o actos.

Las diferentes situaciones motrices persiguen generar un gran número de sensaciones corpóreas y cognitivas que permitan a los estudiantes escuchar y sentir el propio cuerpo y la vida, percibir e interpretar, hacer concientes, los estímulos externos e internos.

Lo que se pretende mediante la estimulación de la dimensión introyectiva es que los estudiantes disfruten de las actividades, se ejerciten de manera dirigida y espontánea, siempre en búsqueda del crecimiento personal, de un mejor y más amplio autoconocimiento, para con ello tomar conciencia plena del aquí y el ahora y del transcurrir

de la vida. “La atención es la base del Ser, a través de la auto-atención somos conscientes de nosotros mismos y de la vida.” (Barros, J.F., 1999).

d) Aprendizaje y ejecución técnica.

La técnica está relacionada con los estándares de ejecución que han sido impuestos por los practicantes y estudiosos de cada disciplina. Al trabajar este eje, se pretende que los estudiantes alcancen un nivel óptimo de dominio técnico, que les permite desenvolverse en el aparato circense Trapecio Fijo con seguridad y fluidez. Una sólida base técnica da lugar a creaciones artísticas en donde los estudiantes puedan interpretar rutinas o secuencias de movimientos creadas por ellos mismos o establecidas por el profesor, con la mayor confianza posible. Si este mínimo dominio técnico no existe, se ve dificultado el avance de las destrezas a trabajar.

El desarrollo y dominio técnico está relacionado con la constancia del entrenamiento y la autosuperación. El entrenamiento constante no sólo lleva a conseguir un dominio básico o avanzado de la técnica, sino que también y lo más importante es que ayuda a evitar lesiones músculo esqueléticas.

Aunque la técnica aérea circense Trapecio Fijo no es un deporte, requiere de las mismas condiciones para desarrollarse y evolucionar, puesto que para conseguir un rendimiento óptimo en cualquier disciplina no basta sólo con conseguir un dominio técnico, sino combinar éste con la ejercitación constante de las capacidades físicas que se requieran.

e) Creatividad.

Al momento de comenzar a practicar Trapecio Fijo la creatividad se vuelve un eje muy importante para su realización, ya que éste, al ser una técnica artística, requiere del ejecutante toda su capacidad creadora y expresiva para transmitir al público lo que él está sintiendo.

La creatividad está presente en todas las personas, en un menor o mayor grado, permitiendo volcar la interioridad de un modo personal, de manera tal que el proceso y el producto, es siempre único, original e irrepetible. El placer de haber creado algo nuevo y original hace sentir a la persona más segura de sí misma aumentando su autoestima, lo cual repercute en los demás motivándolos a crear y buscar ideas distintas, esto permite que la persona y el grupo tengan un desarrollo social positivo.

Estimular el desarrollo de la creatividad a través del movimiento hace a la persona actuar como una totalidad provocando un desarrollo integral y no parcial.

Como se menciona en el Seminario de Título Modelo Didáctico para la enseñanza de la expresión corpórea en NB1 y NB2 de la educación básica del sistema escolar chileno, del año 2007 de la UMCE: "La creatividad es una función cognitiva, que consiste en la presentación de un problema a la mente, con claridad, ya sea imaginándolo, visualizándolo, suponiéndolo, meditando, contemplando; y luego originar o inventar una idea, concepto, noción o esquema según líneas nuevas o no convencionales. Supone estudio y reflexión más que acción, ayuda a la actitud indagadora y contribuye a la autonomía, y a despertar la capacidad de asombro."

"Gran parte de los investigadores identifican las siguientes fases en el proceso creador:

- Preparación: situación del sujeto en el clima favorable y con los medios adecuados para crear.
- Incubación: elaboración interna de la obra; información y tanteo, análisis de la situación y búsqueda de soluciones múltiples.
- Iluminación: plasmación de la nueva idea o fijación de la mejor solución encontrada.
- Revisión: evaluación de los resultados; experimentación, corrección y puesta en práctica."

El docente cumple un rol muy importante a la hora de desarrollar e incentivar la creatividad en los estudiantes, debido a que es el maestro el que debe desafiar a sus estudiantes,

presentándoles problemas que deban desarrollar a través de movimientos en el Trapecio Fijo, incentivándolos a *crear* diferentes tipos de soluciones sobre éste implemento.

2.3.- Objetivos.

Para un proceso educativo que utiliza como medio la técnica aérea circense Trapecio Fijo en el marco del Modelo Didáctico elaborado para NM2 se definen los siguientes objetivos generales:

a) Vivenciar y adquirir la técnica de Trapecio Fijo.
b) Desarrollar mediante movimientos y figuras corporales propias del Trapecio Fijo, en el medio aéreo, las capacidades condicionales de la motricidad, principalmente fuerza, resistencia muscular y flexibilidad.
c) Potenciar la expresividad, la comunicación no verbal, gestual y kinestésica-corporal mediante la expresión de sentimientos y emociones, con una intencionalidad en particular.
d) Estimular la creatividad.
e) Favorecer cualidades sociales como la cooperación, el trabajo en equipo, la solidaridad, el respeto propio y hacia los demás.
f) Desarrollar, entre otras, la inteligencia intrapersonal por medio de actividades de autosuperación, autocuidado y refuerzo de la imagen de sí mismo, que permitan elevar la autoestima y la confianza en sí mismo.

2.4.- Contenidos.

	Ejes o dimensiones de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.				
	Capacidades condicionales de la motricidad, Habilidades Básicas y Control Corporal	**Expresividad**	**Práctica Introyectiva**	**Aprendizaje y ejecución técnica**	**Creatividad**
Contenidos	Resistencia muscular. Fuerza. Velocidad. Flexibilidad. Coordinación dinámica general. Agilidad. Equilibrio dinámico. Equilibrio estático. Percepción espacial. Lateralidad. Control postural. Control respiratorio.	Creatividad corpórea. Representación y dramatización. Gestualidad. Improvisación. Interpretación. Dimensiones del ser.	Concentración. Propiocepción. Introspección. Conciencia corporal. Actitud contemplativa. Conciencia de sí mismo. Autoconocimiento.	Posturas básicas. Subidas. Pulsiones. Figuras bajo la barra. Figuras sobre la barra. Figuras en las cuerdas. Ergonomía. Equilibrios.	Creación de rutinas. Imaginación. Experimentación y exploración en el aparato. Resolución de problemas.

2.5.- Métodos.

Según Ignacio Ostos Torres (2010), "No existe un método universal válido para cualquier momento y contexto, sino una serie de recursos que adecuadamente combinados definen un método de enseñanza válido para una situación determinada. En este sentido el método de enseñanza que utilizaremos debe estar íntimamente relacionado con las características del alumnado y su entorno, los objetivos a alcanzar y la materia."

Delgado (1994), menciona "Los métodos de enseñanza o didácticos son caminos que nos llevan a conseguir, alcanzar el aprendizaje en los alumnos, es decir, a alcanzar los objetivos de enseñanza."

Mena (1997), concibe el método de enseñanza como "un conjunto de momentos y técnicas, lógicamente coordinados, para dirigir el aprendizaje del alumno hacia determinados objetivos. En definitiva, el método media entre el profesor, el alumno y lo que se quiere enseñar."

Pedro Sáenz-López en su libro "*La Educación Física y su Didáctica"*, cita a Delgado y menciona que éste trata de ordenar las diferentes acepciones de método con la siguiente clasificación:

- Recurso didáctico.
- Estrategia en la práctica.
- Técnica de enseñanza.
- Estilo de enseñanza.

Dentro de este capítulo, además de los componentes propuestos por Delgado para clasificar el concepto Método, se incluye lo siguiente:

2.6.- Recursos Didácticos.

Para muchos autores el concepto recurso didáctico es sinónimo de la palabra medio. Según Miguel Ángel Delgado (2002), "es el modo particular de abordar un momento determinado de la enseñanza que puede afectar a la forma de comunicar (recurso tecnológico: video), el uso del material (empleo del minitramp), la forma de comunicar (hoja de tareas escrita, uso de la pizarra). Este recurso didáctico facilita la comunicación de lo que se pretende enseñar, adaptándola al repertorio y edad de los alumnos."

Dentro de la Educación Física se utilizan dos tipos de medios, los cuales son: las instalaciones y materiales, y los contenidos. Pero en el caso de los Recursos Didácticos los medios utilizados para facilitar la enseñanza son, las *instalaciones* y los *materiales*.

2.6.1.- Instalaciones.

En Educación Física se requiere de la utilización de un aula diferente a las utilizadas por las demás asignaturas escolares. Las instalaciones utilizadas para efectos de la Educación Física, según Pedro Sáenz –López (1997), debería cumplir con los siguientes objetivos:

- "Motivar al alumno/a para provocar en él actitudes favorables respecto a la práctica y disfrute de los contenidos de Educación Física.
- Facilitar los aprendizajes que se planteen en esta área de conocimiento.
- Familiarizar al alumno/a con las características físicas, el uso, la conservación y el mantenimiento de las instalaciones deportivas."

No obstante, en muchos casos los colegios no cuentan con las instalaciones apropiadas para el desarrollo óptimo de la clase de Educación Física. Algunas de las instalaciones con las que deberían contar los recintos escolares son: gimnasio techado, multicanchas y camarines.

2.6.2.- Materiales.

En muchas asignaturas los recursos materiales forman parte importante en el proceso de enseñanza – aprendizaje, haciendo más fácil la labor docente del profesor y facilitando la capacidad de aprendizaje de los estudiantes.

La Educación Física, contando el sinnúmero de especialidades, requiere de materiales más específicos y variados que en las demás asignaturas, para poder realizar las actividades correspondientes a los contenidos.

Muchas veces los profesores deben ingeniárselas para poder llevar a cabo las actividades, debido a que los establecimientos no cuentan con los materiales necesarios. Dada la variedad de materiales que se pueden utilizar algunos autores como Zapico (1994) o Velázquez (1996), han clasificado los materiales separándolos en:

a) Tradicional.

   Ligero: balones, conos, aros o cuerdas.

   Pesado: bancos suecos, colchonetas, espalderas, cajones.

b) Nuevo.

   Psicomotricidad: cubos, pelotas de goma, globos, elásticos, puzzles, juegos de construcción, etc.

   Juegos alternativos: discos voladores, palos de hockey, raquetas, malabares o cometas.

c) Desuso.

   Productos artificiales: palos de escoba, neumáticos, botellas, periódicos, cuerdas, etc.

   Productos naturales: hojas, ramas, piedras, troncos. Para la utilización de este material hay que tener precaución de utilizar sólo el de desecho, y resguardar la seguridad de los estudiantes.

La utilización de los materiales de desecho, permiten construir y crear materiales por los mismos estudiantes, lo que permite realizar la clase de una manera original, desarrollando otras áreas no necesariamente las correspondientes con la Educación Física. Además no requiere de mayor inversión para el establecimiento, aún así debe existir un equilibrio entre los tipos de materiales, ya que todos son necesarios para el cumplimiento de los objetivos.

Según Delgado (1991), estos recursos didácticos se pueden utilizar para:

a) "Presentar actividades. A la hora de presentar la sesión o cada actividad, podemos utilizar recursos materiales como fotos, póster, vídeos o pizarra u otros como la forma de comunicar, contando anécdotas o utilizando comunicación no verbal.

b) Organización. Se trata del modo peculiar de plantear un determinado paso en una progresión de enseñanza. Por ejemplo, cómo colocar el material, cómo distribuir al grupo o cómo evolucionar a lo largo de la sesión.
c) Control. Recurso comunicativo u organizativo para prevenir o solucionar problemas. Por ejemplo, sentar a los niños al darles la información inicial, colocarse en lugares estratégicos o formar algunas parejas evitando conflictos.
d) Motivación. Ofrecer incentivos (verbales o materiales), preparar actividades significativas o crear un clima positivo en clase."

2.6.3.- Aplicación.

Instalaciones.

En cuanto a las instalaciones, lo que se requiere para la implementación de este modelo es un gimnasio o estructura que posea vigas resistentes, a una altura de cuatro metros como mínimo, además de una escalera apropiada que permita llegar a la viga de manera segura para instalar el Trapecio Fijo.

Materiales.

El material por excelencia es el aparato: Trapecio Fijo, un colchonetón y colchonetas (Material Tradicional Pesado), siendo estas últimas imprescindibles. Pensando en la realidad nacional, en la iniciación a esta técnica y en la capacidad de adaptación que todo docente de Educación Física debe poseer, otros materiales que facilitan y sirven de apoyo a este modelo son:

- Tradicional, Ligeros: cuerdas, aro.
- Tradicional, Pesado: espalderas, barras, bancos suecos, trepa, arcos (Rugby, Fútbol, Handbol).
- Desuso, Productos artificiales: palos de escoba, neumáticos.
- Desuso, Productos Naturales: árbol, palos de coligue.
- Otros: escalera, andamio, columpio, juegos infantiles.

Música.

El Trapecio Fijo, más allá de ser una técnica física es un arte escénico. Todo arte escénico debe ir acompañado de música o de la ausencia intencional de ésta. Es por esta razón que la música es un recurso necesario e importante para motivar a los estudiantes, generando un ambiente más distendido, lo cual disminuye la tensión y potencia la autoconfianza, además facilita el desarrollo progresivo del sentido del ritmo, ayuda a marcar tiempos e intensidades en la ejecución, permite orientar la interpretación y desarrolla la coordinación audio-kinética.

2.7.- Estrategia en la Práctica.

Delgado (1991 y 1993), define estrategia en la práctica como "la forma de presentar la actividad". Es decir, la forma que tiene el profesor de organizar una actividad o tarea motriz, para que los estudiantes la aprendan de la manera más efectiva.

Se describen dos grandes maneras de presentar la actividad al estudiantado, una de ellas es la *global* la cual procura que se ejecute la tarea motriz presentada en su totalidad; por otra parte, se encuentra la *analítica* que pretende parcelar los contenidos o partes de la tarea para que cada una de éstas se enseñe por separado. Según Singer (1986), para poder elegir cual de estas dos estrategias es la más adecuada para el contenido a tratar es necesario clasificarlas en dos grupos:

- Tareas motrices de alta organización: Tareas motrices que poseen una secuencia de movimientos inalterable y en donde el objetivo es la reproducción exacta del gesto. Por ejemplo, los elementos de la Gimnasia Artística o el salto con garrocha en Atletismo.
- Tareas motrices de baja organización: Son aquellas tareas en las cuales la secuencia movimientos es desconocida, imprevisible. Por ejemplo, deportes colectivos de colaboración/oposición como el Básquetbol o el Handbol.

2.7.1.- Estrategia en la práctica global.

Es aquella en donde la actividad o tarea motriz es propuesta en su totalidad. Ésta a su vez se clasifica en:

- Global pura: Es la aplicación de la actividad tal y como se aplica en la realidad.
- Global polarizando la atención: Es la ejecución de la tarea propuesta en su totalidad, pero haciendo hincapié en algún aspecto especial de la ejecución "centrando la atención desde lo sencillo y fundamental a lo complejo y secundario."[70]
- Global modificando la situación real: Es la realización de la tarea de forma completa, pero con modificaciones en las condiciones de la ejecución, se puede utilizar para facilitar o para dificultar la situación real.

2.7.2.- Estrategia en la práctica analítica.

Estrategia que descompone la tarea en sus partes para ser enseñadas por separado. Según Sánchez Bañuelos (1986), existen tres tipos de estrategias analíticas:

- Analítica pura: La tarea es descompuesta y su práctica comienza por la parte que el profesor estime es la más importante. Se practica cada parte por separado y finalmente se unen todas. Por ejemplo A/C/D/B=A+C+D+B.
- Analítica secuencial: Se descompone la tarea en sus partes, pero la práctica comienza por la primera de éstas y así secuencialmente. Finalmente se practica la totalidad del ejercicio. Por ejemplo A/B/C/D=A+B+C+D.
- Analítico progresivo: Luego de descomponer la tarea se comienza a ejecutar un sólo elemento, el cual una vez dominado se unirá a la práctica de la siguiente. Ejemplo A/A+B/A+B+C/A+B+C+D.

[70] Sáenz- López Pedro, La Educación Física y su Didáctica. Manual para el profesor, WANCEULEN, Cádiz, 1997, Pág.127.

2.7.3.- Estrategia en la práctica mixta.

Es la combinación de las estrategias anteriores tratando de utilizar cada una en el mejor momento. Toda estrategia termina con una aplicación global, por lo que se diferencian las diferentes opciones para la práctica mixta:

- Global- analítico- global.
- Global- analítico- analítico- global.
- Global- analítico-global- analítico-global.

En esta estrategia, el docente puede realizar la combinación que desee, el requisito es que siempre se termine realizando una práctica global.

2.7.4.- Aplicación.

Las autoras consideran que la aplicación de la estrategia es un componente didáctico que se evalúa en la práctica, durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que en ocasiones el profesor debe realizar adaptaciones didácticas según se sucedan diferentes acontecimientos, es decir, cuando se detecta que existen errores comunes o que a un estudiante en particular se le dificulta alguna parte del ejercicio, el profesor debe cambiar su estrategia previamente planificada o adaptarla en el momento en función del aprendizaje. Se propone para este modelo, utilizar la estrategia "*global polarizando la atención*" debido a que no se pretende alcanzar una alta especificidad técnica, lo que se persigue es otorgarle al estudiante una base motriz y motivacional que le permita proyectar un mayor aprendizaje a modo individual y extraescolar en el Trapecio Fijo, potenciando con este modelo el gusto por la actividad física y el arte, y un mejoramiento de sus capacidades condicionales de la motricidad, debido a que al utilizar esta estrategia se da la posibilidad al estudiante de optimizar el tiempo de la clase, logrando repetir en un mayor número de veces el ejercicio en su totalidad. En el momento de detectar algún error y necesidad de reforzar algún gesto en particular se sugiere utilizar la estrategia "*global-analítico-global*". Esto debido a que en muchas ocasiones los estudiantes al no conocer o no haber vivenciado nunca antes este tipo de movimientos, no tienen incorporado dentro de su memoria motriz ciertos gestos, acciones y movimientos que se requieren para la realización de la figura, pequeños

movimientos como, por ejemplo, la exageración de la punta de pie o la contracción abdominal. En la mayoría de los casos la retroalimentación por parte del profesor y el trabajo un poco más analítico de estos detalles hace que se logre realizar la figura con éxito.

2.8.- Técnica de Enseñanza.

La técnica de enseñanza, según Ignacio Ostos Torres (2010), "hace referencia a la forma como el profesor transmite lo que quiere enseñar, consiste en una interacción del tipo comunicativo. Su objetivo fundamental es seleccionar la forma más correcta de lo que pretendemos que realicen nuestros alumnos."

Delgado (1991), menciona que la técnica de enseñanza que aplique el profesor durante la clase depende tanto de los objetivos de ésta, como de las características de los estudiantes y el contenido que se quiere enseñar.

Según Vannier y Fait (citados por Delgado en 1993), la habilidad para utilizar el conjunto de recursos que posee la didáctica de la Educación Física definen dos modalidades de técnica de enseñanza, éstas son la Instrucción Directa y la Indagación.

2.8.1.- Instrucción Directa.

Se persigue el aprendizaje a través de imitación o modelado, de ahí que sea aplicable en aquellos contenidos en los que se requiere enseñar mediante modelos, y también en la enseñanza de movimientos complejos y de mayor especificidad.

Es el docente quien propicia una instancia de aprendizaje para que el estudiante construya y desarrolle conocimientos, habilidades y actitudes.

Tanto los objetivos como los contenidos, actividades y la evaluación son decisiones tomadas por el profesor, de aquí que éste sea el protagonista en el proceso de enseñanza-

aprendizaje; el rol del estudiante es más bien pasivo, ya que no existen muchas oportunidades para que éstos tomen decisiones.

La organización en este tipo de técnica es más formal y representa un mayor grado de dificultad al momento de individualizar.

Las ventajas de esta técnica son que el aprendizaje es más rápido, la organización y el control son más fáciles y los aprendizajes técnicos se adquieren con mayor perfección. El inconveniente radica en la dificultad para individualizar.

2.8.2.- Indagación.

Se busca el aprendizaje mediante la solución a través de la búsqueda. Se otorga al estudiante la oportunidad de resolver problemas y descubrir por sí mismo los aprendizajes y sus capacidades.

Según Pedro Sáenz-López (1997), "esta técnica de enseñanza es más educativa. A pesar de que los aprendizajes son más lentos, el carácter global que implica al ámbito cognitivo y afectivo, el nivel de retención que se obtiene y la mayor motivación para los alumnos/as, parecen suficientes argumentos para utilizar la indagación."

Esta técnica ofrece mayor libertad a los estudiantes, ya que su organización es menos formal. Comúnmente se utiliza para trabajar contenidos como la expresión corpórea, el juego, actividades motrices en contacto con la naturaleza, entre otras.

Lo ventajoso de esta técnica es que comprende oportunidades de potenciar la creatividad y la espontaneidad, mayor implicación cognitiva, mayor retención y mayor individualización. Los inconvenientes parten desde el requerimiento de una mayor preparación por parte del profesor, además del hecho de que los aprendizajes sean más lentos y técnicamente menos perfectos en un comienzo. El camino para llegar al logro de la técnica es más largo.

2.8.3.- Aplicación.

Como este modelo se basa en la enseñanza de una técnica específica, en las actividades propias de aprendizaje técnico en el aparato, se utiliza mayoritariamente, en el nivel de iniciación, la Instrucción Directa. Esto, para una mayor seguridad del estudiante y para garantizar la base motriz necesaria para la disciplina. En niveles más avanzados, donde el estudiante debe crear y descubrir por sí mismo movimientos y resolver problemas, tanto en actividades en el aparato como en los ejercicios de expresividad propuestos en este modelo, se utiliza la técnica de Indagación, esto para otorgar al estudiante mayor libertad y autonomía.

2.9.- Estilos de Enseñanza.

La relación existente entre el profesor, el modo de poner en práctica los componentes de la didáctica y la forma de proponer instancias para la construcción personal de conocimientos por parte de los estudiantes, es lo que se denomina Estilo de Enseñanza. Según Delgado (1996), "el estilo de enseñanza es una forma peculiar de interacción con los alumnos que se manifiesta en las decisiones preactivas, durante las decisiones interactivas y también en las decisiones postactivas." Según Pedro Sáenz- López, cada profesor posee una manera particular de enseñar, y está constituida por los siguientes elementos:

- "A nivel técnico, por la técnica de enseñanza, la estrategia en la práctica y los recursos didácticos.
- A nivel socio-afectivo por su personalidad, el tipo de relaciones que fomenta con y entre los alumnos/as o el clima que crea en la clase.
- A nivel de organización y control por los tipos de organización, el sistema de señales o las soluciones que muestra hacia las conductas desviadas."

El proceso de enseñanza-aprendizaje posee tres fases: pre-impacto, impacto y post-impacto, y es en función a éstas que se definen los diferentes tipos de estilos de enseñanza. Según Muska Mosston – Sara Ashworth (2001), el *pre-impacto* se relaciona con toda la preparación de la unidad a trabajar, el *impacto* se refiere a la ejecución misma de las tareas,

y el *pos-impacto* es la etapa final del proceso, en donde la evaluación es lo primordial. Los mismos autores clasifican los estilos de enseñanza de la siguiente manera:

- Estilos Directivos: Mando Directo, Enseñanza basada en la tarea, Enseñanza Recíproca e Inclusión.
- Estilos de Descubrimiento: Descubrimiento Guiado, Resolución de Problemas, El Diseño del alumno, Alumnos Iniciados y Autoenseñanza.

Este Modelo Didáctico se basa en los aportes de estos autores y los estilos propuestos son los siguientes:

2.9.1.- Mando Directo.

En este estilo, es el docente quien toma las decisiones de las tres fases. "El aspecto esencial de este estilo de enseñanza es la directa e inmediata relación entre el estímulo del profesor y la respuesta del alumno. El primero –la señal de mando- precede a cada movimiento del alumno, que ejecutará según el modelo presentado. Así, toda decisión acerca del lugar, postura, momento inicial, ritmo, momento final, duración e intervalos, es tomada por el profesor."[71]

Por las características del mando directo, es que se propone incorporarlo en la fase inicial de la clase, es decir, el calentamiento general, para garantizar de esta manera que todos los estudiantes reciban las mismas indicaciones acerca de la ejecución y se logre el objetivo de éste que es activar a los estudiantes tanto física como emocionalmente. Por otra parte también se propone este estilo para la enseñanza de las figuras propias del aparato, ya que de esta forma los estudiantes pueden formar ideas visuales de la correcta ejecución.

[71] Mosston, Muska y Ashworth, Sara, La enseñanza de la educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza, HISPANO EUROPEA, Barcelona, 2001, Pág. 29.

2.9.2.- Enseñanza Recíproca.

Este estilo hace hincapié en la relación social entre compañeros y la retroalimentación inmediata que se produce mediante este tipo de enseñanza. El pre-impacto está guiado por el profesor, quien prepara y planifica los criterios que se utilizarán en el impacto. En éste el profesor delega roles específicos a los estudiantes, roles que los situarán alternadamente en el lugar de estudiante y/o observador-evaluador. La fase de post-impacto es compartida por el profesor y los estudiantes, ya que el hecho de situarse en algún momento como observador-evaluador permite que el estudiante participe corrigiendo y evaluando a sus compañeros.

Este estilo se propone para la ejecución del calentamiento específico, ya que por sus características permite a los estudiantes cuidarse y corregirse mutuamente, lo que lleva a una retroalimentación inmediata entre pares y potenciando el desarrollo emocional y la socialización.

2.9.3.- Basado en la Tarea o Asignación de Tareas.

"El procedimiento por el que se materializa el estilo es el siguiente: los alumnos se reúnen en torno al profesor para que éste explique o demuestre la tarea a realizar; a continuación cada alumno se ubica en un lugar de la sala que prefiera y comienza a ejecutar la tarea encomendada. Una vez finalizada la tarea para todos los alumnos o una gran mayoría, se vuelve de nuevo al sistema de dispersión reunión."[72] En este estilo el pre-impacto está a cargo del docente quien toma las decisiones acerca del contenido y las tareas a desarrollar. El impacto está a cargo del estudiante quien decide de qué manera controlar aspectos como: el ritmo a desarrollar las actividades, los momentos de inicio o finalización de éstas, orden de realizar las tareas, cantidad de trabajo a realizar, pausas entre éstos, entre otros. El post-impacto es dirigido por el docente, quien por medio de una retroalimentación correctiva

[72] Contreras, Jordan, Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista, INDE, Barcelona, 1998, Pág. 283.

informa a los estudiantes acerca de sus ejecuciones observadas en clases y las posibles soluciones para mejorar.

Debido a la cantidad de estudiantes a los que un profesor puede focalizarse mediante la técnica de Trapecio Fijo, es que se propone este estilo para la realización del acondicionamiento físico necesario para el desarrollo de la clase. Se propone la creación de cartillas, las cuales contengan un set de ejercicios que los estudiantes deben desarrollar, la realización y evaluación de éstos se trabajará en grupos, donde cada equipo es responsable de la ejecución de los ejercicios dados por todos sus integrantes; esto fomenta en los estudiantes la responsabilidad y el compromiso para con ellos y la tarea, potenciando también las relaciones intra e interpersonales. Otra oportunidad donde es importante insertar este estilo es en la realización de las figuras en el aparato, si bien la demostración de éstas y las indicaciones de cómo lograrlas son por parte del profesor, su ejecución está en manos de los estudiantes, ya que son ellos quienes deben regular sus habilidades motrices y control corporal para la realización de la tarea.

2.9.4.- Descubrimiento Guiado.

Es un estilo que implica al estudiante en el proceso de descubrimiento. "La esencia de este estilo consiste en una relación particular entre el profesor y el alumno, donde la secuencia de preguntas del primero conlleva una serie de respuestas del segundo. Cada pregunta del profesor provoca una sola respuesta correcta descubierta por el alumno."[73] El pre-impacto está a cargo del profesor y se refiere a delimitar los contenidos y la secuencia de pasos a seguir, esta secuencia debe ser progresiva, ya que "Cada paso se basa en la respuesta previa dada en el paso anterior."[74], por lo tanto, el profesor debe planificar anticipándose a las posibles respuestas del estudiante frente a los estímulos otorgados. En el impacto el protagonista es el estudiante, quien por medio de los estímulos otorgados por el docente descubre el contenido.

[73] Mosston, Muska y Ashworth, Sara, La enseñanza de la educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza, HISPANO EUROPEA, Barcelona, 2001, Pág. 199.
[74] Mosston, Muska y Ashworth, Sara, La enseñanza de la educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza, HISPANO EUROPEA, Barcelona, 2001, Pág. 201.

Este estilo se presenta como una propuesta para la familiarización con el aparato, en las fases iniciales de la unidad de aprendizaje, permitiendo al estudiante descubrir movimientos y figuras antes de las propuestas a enseñar por el profesor. Este estilo también se propone para aquellos estudiantes que hayan logrado cierto grado de experticia y puedan experimentar con la confianza necesaria para que su integridad no corra peligro.

2.9.5.- Resolución de Problemas o Estilo Divergente.

Este estilo principalmente pretende "estimular las capacidades cognitivas del alumno para el descubrimiento de múltiples soluciones para cualquier problema dentro de la educación física"[75]. El pre-impacto está a cargo del profesor, quien es el encargado de escoger los contenidos a tratar, diseñando problemas específicos para los estudiantes, que provocarán soluciones múltiples y divergentes (de ahí sus nombres). En el impacto son los estudiantes los protagonistas, quienes deciden cual de todas las soluciones son aplicables al problema. En el post-impacto los estudiantes evalúan las soluciones descubiertas en el paso anterior para saber si responden o no a sus necesidades. Si es que sienten que su solución responde al problema y lo comprueban prácticamente no necesitan verificación externa, en algunas ocasiones cuando no existe certeza de la respuesta encontrada por los estudiantes, el profesor puede intervenir para encausar la solución. La idea es que el profesor intervenga lo menos posible en esta última etapa para que el estudiantado encuentre el objetivo por sí mismo.

Este estilo no se propone en ningún momento específico. Las autoras consideran que es transversal a todo el modelo, ya que en cualquier circunstancia imprevista en el aparato el estudiante debe tomar decisiones para solucionar el inconveniente, además se potencia mediante las actividades de expresividad, tanto en el aparato como en el suelo con actividades específicas de improvisación, creatividad e interpretación.

[75] Mosston, Muska y Ashworth, Sara, La enseñanza de la educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza, HISPANO EUROPEA, Barcelona, 2001, Pág. 223

2.9.6.- Inclusión.

Es un estilo que pretende que ninguno de los estudiantes quede fuera del proceso de enseñanza-aprendizaje. Lo primordial es entregar diferentes opciones para que sean ellos los que tomen las decisiones en la fase de impacto. En el post-impacto es el estudiante quien se auto-evalúa según sus logros y decide en que nivel seguir. Este estilo de enseñanza representa un desafío para el profesor, quien debe planificar en un amplio espectro para no dejar fuera de sus clases a ningún estudiante.

Este estilo se propone al docente en la fase de pre-impacto, es decir, al momento de planificar sus clases. Por lo que su aplicación es transversal a toda la unidad de aprendizaje. Para este estilo es necesario valorar la realidad nacional, tener en cuenta los altos niveles de sobrepeso y sedentarismo imperantes en la sociedad chilena, lo cual muchas veces coarta la motivación y la expresión del estudiantado por miedo al ridículo, a las burlas y a la frustración. Este estilo es de especial importancia, ya que se considera necesario planificar para todos y no sólo para los más hábiles o aptos, teniendo en cuenta el bagaje motriz que traen los estudiantes, las personalidades y experiencias de cada uno. En resumen las características particulares del grupo con el que se trabajará.

2.10.- Forma de Organización de la Clase.

2.10.1.- Estructura de la Clase.

a) Apertura.

Esta parte de la clase debe procurar abarcar al ser en su totalidad, se debe incentivar al estudiante para que se relacione, con la mejor disposición y actitud, consigo mismo, sus compañeros, el profesor y los nuevos aprendizajes que vivenciará cada sesión. Aquí también se incluye una explicación de lo que se realizará en la sesión y una introducción al tema de la clase, esto con el fin de incentivar a los estudiantes a ejecutar las actividades planificadas para la sesión. Para efectos de este modelo, no

se detallará sesión por sesión el cómo se debe realizar este rito de apertura, pues dependerá de las características y necesidades propias del grupo curso y del profesor a cargo.

b) Calentamiento.

Calentamiento general: El objetivo de éste es activar el cuerpo, corresponde a un trabajo de tipo aeróbico que permite predisponer al organismo para un trabajo más específico de fuerza y flexibilidad, dando énfasis al movimiento articular general.

Calentamiento específico: Este momento de la sesión está enfocado al trabajo postural. Se realizan ejercicios en suelo, correspondientes al fortalecimiento muscular equilibrado, para la mantención postural correcta en ejercicios de acrobacia en suelo, con el propósito de que luego éstos sean transferidos al medio aéreo. Para ello se hace hincapié en la conciencia corporal y la orientación espacial.

Importancia del calentamiento.

Activar el cuerpo, es primordial para cualquier actividad física que se desee realizar, más aún cuando ésta compromete ejercicios de fuerza y flexibilidad. Es importante realizar un buen calentamiento cada sesión, pues éste pone en funcionamiento los sistemas muscular y tendinoso, los cuales sin el tratamiento adecuado podrían resultar dañados al momento de realizar actividades que no son propias de la vida cotidiana, ni de las acostumbradas a tratar por la Educación Física escolar. Muchas veces las lesiones provocan en el afectado y en sus compañeros un rechazo hacia las nuevas actividades propuestas, es por esto, que se debe reducir al mínimo las posibilidades de lesión. Otra causa de rechazo puede deberse a la falta de incentivo por parte del docente, por ello es de vital importancia que el calentamiento no tan sólo active el cuerpo, sino también predisponga psicológica y emocionalmente a los estudiantes a los desafíos que conllevará la sesión. Dentro del calentamiento, y como una efectiva forma de prevenir lesiones, se encuentran los ejercicios de movilidad articular y elongación muscular, ambos tendientes a incrementar la flexibilidad; se habla de

flexibilidad no tan sólo por el ámbito estético propio del Trapecio Fijo, sino también porque la falta de esta capacidad limita el desarrollo armónico del ser humano, impidiéndole en esta ocasión lograr un desarrollo mayor de la técnica, ya que no favorece la adaptación del organismo a las nuevas cargas. En el proceso se hace hincapié en el desarrollo de la flexibilidad de isquiotibiales y tronco (dorsal y abdominal); este énfasis se realiza gracias a que en la experiencia práctica vivenciada por las autoras, en el ramo optativo de Iniciación a las técnicas aéreas circenses Tela y Trapecio Fijo de la UMCE, se evidenció que la poca elongación de esta musculatura en los estudiantes hace que se les dificulte la ejecución de elementos tan básicos como las entradas al aparato.

c) Desarrollo del contenido principal de la clase.

El contenido principal de la clase se desarrolla a modo de estaciones, donde se trabaja simultáneamente acondicionamiento físico y técnica. En primera instancia (en los inicios del proceso) en la estación de acondicionamiento físico se trabaja musculación y desarrollo de la flexibilidad, y luego se agregan ejercicios básicos de la técnica de Trapecio Fijo. En la estación de técnica se comienza con la iniciación al aparato y posteriormente con la enseñanza de figuras básicas propias de la técnica de Trapecio Fijo.

d) Cierre.

Según la intensidad y características de las actividades de la clase, el cierre se puede dividir en reactivación y puesta en común. La reactivación consiste en actividades de expresividad, en donde los estudiantes deben o deberán expresar e interpretar situaciones, sentimientos, estados de ánimo, entre otros. Y la puesta en común se realiza por medio de la expresión oral por parte de los estudiantes, en donde pueden expresar cómo fue su experiencia durante la sesión, qué aspectos cree le fueron más dificultosos, qué aprendizajes consideran más significativos, cómo sintieron su desempeño en las diferentes actividades. Esto debe ser de carácter individual y optativo, no se puede forzar a ningún estudiante a que intervenga si no tiene deseos

de hacerlo. Esta puesta en común es un modo de evaluar el proceso llevado a cabo en la sesión.

2.11.- Evaluación.

En la vida diaria constantemente se están haciendo juicios acerca de lo que gusta, lo que no gusta, lo que parece tal cosa, lo que se opina de esto y lo que se opina de esto otro, es decir, se está estimando el valor que tal "cosa" tiene para cada uno. En otras palabras se evalúa, pero ¿Qué es la evaluación? Según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española evaluar es: "señalar el valor de una cosa", "estimar, apreciar, calcular el valor de una cosa."

La educación como todo proceso humano no está exenta de evaluación, es por esto, que muchos autores han definido sus propios conceptos de evaluación educacional, entre los que podemos encontrar a Domingo Blázquez Sánchez, autor del libro "*Evaluar en Educación Física"* donde menciona que "…evaluar consiste en atribuir un valor, un juicio, sobre algo o alguien, en función de un proyecto implícito o explícito." Por su parte Lafourcade (1973), define a ésta como "Etapa del proceso educativo que tiene por fin comprobar, de modo sistemático, en qué medida se han logrado los resultados previstos con los objetivos especificados con antelación. Entendiendo la educación como un proceso sistemático, destinado a lograr cambios duraderos y positivos en la conducta de los sujetos, sometidos a su influencia en base a objetivos definidos de modo concreto y preciso, social e individualmente aceptables."

También se encuentran las definiciones de Litwin-Fernández (1974) y Phillips (1974), quienes en sus definiciones agregan como parte fundamental la evaluación de los demás agentes implicados en este proceso, como lo son profesores y el establecimiento y no tan sólo los logros alcanzados por el estudiantado. Litwin-Fernández, define ésta como la "…determinación de cómo se han alcanzado los objetivos propuestos por el programa. Por lo tanto, incluye la actividad del profesor, la disponibilidad de locales, de equipos, la investigación, la calificación, el tiempo destinado al programa, la participación del alumno

y la administración del programa. La evaluación concierne, pues, al proceso educacional." Phillips, menciona que la evaluación es un "…procedimiento que se emplea para determinar el valor o la utilidad de un proceso o de una cosa; mediante la evaluación educacional puede verificarse la eficacia de la enseñanza o el valor de una experiencia de aprendizaje, desde el punto de vista del logro por parte de los alumnos, de los objetivos, de la educación."

La evaluación en Educación Física es un tema bastante complejo. Para el profesor, porque debe evaluar en el momento lo que está viendo, y para el estudiantado que debe hacer evidentes sus competencias frente al profesor, para que éste pueda evaluarlo.

El Modelo Didáctico propuesto en esta investigación sugiere utilizar las funciones diagnóstica, formativa e integradora de la evaluación.

La función diagnóstica se realiza en las primeras sesiones, en donde el profesor identifica las conductas de entrada y las características del grupo, y en base a éstas puede modificar sus planificaciones y objetivos, permitiendo así plantear objetivos acordes al grupo.

La función formativa es aquella que tiene lugar de manera transversal durante todo el proceso. Le permite al profesor guiar el proceso de sus estudiantes en pos de los objetivos planteados, introduciendo refuerzos en los puntos débiles y potenciando las fortalezas individuales y grupales. Además, esta función de la evaluación ayuda al profesor a garantizar la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje.

La función integradora como su nombre lo indica, es aquella función que permite integrar todo el proceso, evaluando así todas las dimensiones de éste.

Los tipos de evaluación, propuestos por este modelo para la enseñanza de la técnica aérea circense Trapecio Fijo son:

Autoevaluación: Es la valoración y consiguiente calificación que hacen los estudiantes acerca de ellos mismos, de su evolución en el proceso, su constancia, perseverancia, responsabilidad, compromiso, respeto, entre otras cosas. Esta autoevaluación se realiza por medio de una escala de apreciación entregada y diseñada por el profesor. Para efectos de este modelo se propone una pauta de autoevaluación, pero lo ideal es que cada profesor confeccione esta pauta en forma conjunta con sus estudiantes.

Hétero evaluación: Esta evaluación hace referencia al juicio que emite el profesor hacia los estudiantes. Para este modelo se proponen dos hétero evaluaciones, que pueden ser llevadas a calificación al término del proceso. Una de éstas corresponde a una evaluación de proceso en donde el profesor a través de una escala de apreciación evaluará entre otros aspectos el progreso, la disposición y la participación de los estudiantes a lo largo de toda la unidad de aprendizaje. La segunda hétero evaluación propuesta hace hincapié en el resultado final esperado del proceso, es decir, la secuencia básica de Trapecio Fijo planteada por el profesor. Aquí se evalúan aspectos técnicos de ejecución y expresividad tratados en clases, por medio de una escala de apreciación creada especialmente para esta instancia.

La evaluación debe ser una regularidad en todo proceso, especialmente en el proceso de aprendizaje. Por ello el profesor debe utilizar tanto el feed-forward como el feed-back. El feed-forward permite al profesor recalcar aspectos técnicos a tener en cuenta previo a la ejecución, mientras que el feed-back le permite valorar qué aprendizajes son más significativos para sus estudiantes y qué aspectos de la planificación debe ir adaptando para una mejor consecución de objetivos. Esta retroalimentación forma parte importante del proceso de evaluación formativa, ya que clase a clase otorga al profesor la oportunidad de visualizar logros y dificultades de sus estudiantes, dando paso a correcciones individuales que permiten a los estudiantes ser protagonistas de su proceso.

3.- Planificaciones.

Cabe destacar que este Modelo Didáctico es una propuesta para ser llevada a la práctica, lo que quiere decir que los componentes de la didáctica sugeridos en este capítulo pueden estar sujetos a modificaciones por parte de los profesores que quieran implementarla en su unidad de aprendizaje, adaptando cada uno de éstos a las características del curso y de cada estudiante en particular.

3.1.- Consideraciones Generales.

Cantidad de estudiantes por curso: Para efectos de esta planificación se está tomando como referencia un curso de treinta estudiantes de NM2.

Tiempo destinado para la sesión: Se planifica en base a una hora y veinte minutos, dejando diez minutos libres para pasar lista, cambio de ropa, etc.

Metodología de trabajo por estaciones: Para las estaciones se utilizará el sistema de cartillas en donde se mostrará al estudiante cómo se realiza cada ejercicio, a modo de asignación de tareas, mediante dibujos ilustrativos. También se adjunta la carga de trabajo por ejercicio.

Recursos a utilizar: Para la planificación de esta unidad de aprendizaje se considerarán los siguientes recursos:

- Seis colchonetas.
- Un colchonetón.
- Un Trapecio Fijo.
- Una barra fija de aproximadamente un metro y setenta centímetros de altura.
- Dos bancas suecas.
- Se le pedirá a cada estudiante en la primera sesión una cuerda para que posteriormente puedan ser utilizadas durante toda la clase.

Carga de trabajo: La carga de trabajo se manifestará en series, repeticiones y mantención. Serie será abreviada con la letra ese (s). Repeticiones con la letra ere (r) y las mantenciones se abordarán en segundos, lo cual se abreviará con comillas (“). A modo de ejemplo, un ejercicio que deba realizarse con dos repeticiones con mantención de veinte segundos aparecerá en la cartilla como 2rx20”.

Terminología:

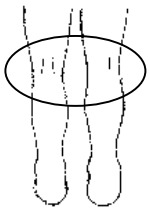
- Punta: Se denomina así a la extensión exagerada del empeine.



- Flex: Se denomina así a la flexión de tobillo.



- Corva: Parte posterior de la rodilla.





- Pez de Castilla: También llamada “Colofonia”, es una resina natural de color ámbar obtenida de las coníferas por exudación de los árboles en crecimiento. Es un elemento sólido que permite una mejor adherencia de la piel con el aparato.
- Pasadas: Desplazamiento lineal de un lugar a otro, este término se utiliza coloquialmente en los entrenamientos de Gimnasia Artística y circo.
- Conejitos: Este término es utilizado en los entrenamientos de Gimnasia Artística y circo, consiste en ubicarse en posición cuclillas, adelantar ambas manos y luego acercar los pies a las manos con un pequeño salto.
- Hombre a la Luna: Simulación de la caminata del hombre en la luna, consiste en avanzar con zancada amplia, lenta y elevando el cuerpo entre cada zancada.

- Ovillitos: Tendido de espaldas, agrupar el cuerpo llevando las rodillas al pecho y cogiéndolas con las manos, en esta postura balancearse recorriendo desde la séptima vértebra cervical hasta la quinta lumbar, la idea es masajear las espinas vertebrales.
- Postura de tabla: Término coloquial para referirse a la postura alineada y tónica del cuerpo simulando una tabla.
- Postura de la silla: Término coloquial para referirse a la postura del cuerpo que simula una silla, generando así una flexión de la cadera y una flexión de rodillas manteniendo el tronco erguido. También corresponde a una postura de Hatayoga.
- Cuadrupedia Instintiva: Término para referirse al desplazamiento en cuatro apoyos (plantas de los pies y palmas de las manos) sin ninguna especificación técnica.
- Posición vela: Término para referirse a la postura corporal que simula una vela, esto consiste en erguir el cuerpo desde la posición decúbito dorsal, llevando rodillas al pecho y luego extendiendo las piernas hacia el cielo. La idea es quedar apoyados en los hombros y la zona cervical, apoyando brazos y palmas de las manos en el suelo.
- Tijeras con el compañero: Uno de los estudiantes decúbito dorsal separa y junta sus piernas, mientras que su compañero saltará entre y alrededor de sus piernas, alternadamente.
- Cargar al compañero a caballito: Consiste en cargar a un compañero sobre la espalda. Quien carga simula la acción de un caballo al ser montado, puesto que su compañero envuelve su cuerpo con las piernas para fijarse a él y no sufrir caídas. Además, quien es cargado debe rodear los hombros del compañero con sus brazos, también como un sistema de fijación.
- Postura El Peregrino: Posición de Hatayoga que consiste en generar una postura de tabla con el cuerpo apoyando solamente los antebrazos y los metatarsos.
- Manzanita del Perú: Juego propio de la cultura chilena, que consiste en utilizar una cuerda para saltar. Esta cuerda es guiada por dos individuos en sus extremos, mientras otro salta al ritmo de la canción: “Manzanita del Perú, ¿cuántos años tienes tú?, todavía no lo sé, pero pronto lo sabré: 1, 2, 3…”, la edad es definida por el número de saltos que pueda dar la persona.
- Chascona: Juego propio de la cultura chilena, que consiste en utilizar una cuerda para saltar. Esta cuerda es guiada por dos individuos en sus extremos, mientras otro

salta al ritmo de la canción y ejecuta las acciones que ésta indica: "Chascona date una vuelta, chascona salta en un pie, chascona toca el suelo, chascona mira al cielo, chascona tápate la vista, chascona sale a las tres: 1, 2, 3."

- El Relojito: Juego propio de la cultura chilena, que consiste en utilizar una cuerda para saltar. Esta cuerda es guiada en uno de sus extremos por un individuo que la arrastra por el suelo simulando una de las agujas del reloj, otros individuos deben ir saltando la cuerda cuando ésta pasa su posición.
- Grand batte ment: Término propio de la Danza clásica, que hace mención a la elevación de una pierna extendida hacia delante. En los entrenamientos de circo se denomina "elevación de pierna".
- Vuelo(s): Elemento técnico de la *técnica aérea circense Trapecio Fijo*, que consiste en el balanceo que realiza el trapecista para ejecutar una figura determinada. Éste se diferencia del impulso, ya que comprende un rango más amplio de movimiento.



- Spaggatt: Postura en la cual se realiza una separación ántero posterior de piernas, quedando idealmente con una apertura de 180°.



Normas de Seguridad en el aparato (Trapecio Fijo):

- El Trapecio Fijo, debe ser utilizado siempre bajo la supervisión de un profesor o experto en el área de las técnicas aéreas circenses.
- Siempre se debe utilizar un colchonetón bajo el aparato.
- No se debe utilizar el Trapecio Fijo como columpio, ya que como su nombre lo dice es un aparato estático.
- Se debe usar ropa adecuada, deportiva, cómoda y sin calzado.
- El uso de tobilleras no es una necesidad propia de la técnica, pero sí es favorable, ya que disminuye el roce entre la piel y el aparato.

- Quien utilice el aparato debe hacerlo con responsabilidad, siempre cuidando su integridad física, la del aparato y la de los demás.
- El uso de "pez de castilla", no es obligatorio, pero sí ayuda a los principiantes a familiarizarse con el aparato y adherirse mejor a éste.
- Importancia del calentamiento. El profesor debe inculcar este requerimiento y ponerlo en práctica en cada sesión, ya que esto ayuda a prevenir lesiones y prepara el cuerpo para la ejecución de movimientos que no son propios de la vida diaria.

Especificaciones por estaciones:

- *Barra Fija*: Para la seguridad de esta estación siempre deben disponerse de al menos dos colchonetas bajo la barra.
- *Arco de Fútbol*: Para la seguridad de esta estación, la mitad de los estudiantes debe afirmar el arco y la otra mitad realizar la tarea. Además, el profesor debe forrar los ganchos para sujetar las mallas, propios de este recurso material, ya que dejarlos sin protección podría ocasionar un accidente en los estudiantes. En esta estación, también deben colocarse colchonetas.
- *Trapecio Fijo*: Esta estación estará a cargo del profesor, quien interactuará con los estudiantes que se encuentren en ella. Para ésta se utilizará el colchonetón en todo momento. También puede utilizarse "pez de castilla" que es un elemento auxiliar de esta técnica que sirve para resecar las manos y adherirlas así de mejor manera al trapecio o las barras. El trapecio debe colocarse a una altura prudente. La barra no debe ubicarse a una altura superior a los dos metros veinte centímetros. Esto para reducir los riesgos y el temor de los estudiantes, y permitir al profesor realizar las ayudas apropiadas de una manera más cómoda y segura. El trabajo específico en el trapecio es sumativo, por lo que, en cada clase se irá sumando uno o dos movimientos a los ya vistos, y se realizará la secuencia completa cada clase.

Calentamiento Específico: En esta etapa de la sesión se abordará principalmente la metodología de la voltereta adelante y atrás, sólo con los recursos considerados en la planificación, pero en el caso de la existencia de trampolines, la iniciación tanto a la voltereta atrás como a la voltereta adelante es más fácil, ya que el plano inclinado que los

trampolines crean al ser puestos debajo de una colchoneta es recurso que permite una mejor asimilación de los movimientos, dado que la pendiente, sumado a la fuerza de gravedad otorga mayor facilidad en la fase de rotación de la voltereta.

3.2.- Unidad de Aprendizaje.

Sub Sector: Educación Física.

Nivel: NM2 (Segundo Semestre).

Nombre de la Unidad: Deportes y actividades individuales de autosuperación y expresión rítmica: Trapecio Fijo.

Número de Sesiones: 12.

Horas Pedagógicas: 24.

CONTENIDOS	APRENDIZAJES ESPERADOS	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	INDICDORES DE EVALUACIÓN
Práctica de al menos un deporte de autosuperación (sin oposición ni colaboración).	Practican elementos propios de la técnica aérea circense Trapecio Fijo y demuestran capacidad para superar sus propias ejecuciones, esforzándose por mejorar su desempeño técnico en cada uno de los ejercicios y figuras propias de la técnica.	Elementos propios del Trapecio Fijo, mediante ejecución técnica en el aparato y actividades de familiarización y aproximación a la técnica a través de aparatos alternativos tales como barra fija, arco de Fútbol, bancas suecas y suelo.	Superan sus limitaciones. Mejoran su desempeño técnico.
Capacidades condicionales de la motricidad, habilidades motrices y control postural.	Aplican y desarrollan sus capacidades condicionales de la motricidad, habilidades motrices y control postural a los requerimientos de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.	Calentamiento específico, acrobacias de suelo (metodología de voltereta adelante y atrás), actividades de acondicionamiento físico en estaciones, acorde a los requerimientos de la técnica de Trapecio Fijo y ejecución técnica en el aparato.	Demuestran capacidades como fuerza, flexibilidad y resistencia muscular, aplicándolas a la ejecución técnica de las figuras.
Normas básicas de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.	Conocen y respetan las normas de autocuidado, cooperación y seguridad propias de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.	Presentación de la unidad de aprendizaje y normas propias de la técnica, aplicables transversalmente durante todo el desarrollo de la unidad, tanto en las ejecuciones en el aparato, como en las actividades propias de las estaciones en las cuales el profesor no dirige directamente y los estudiantes deben autorregular su quehacer.	Demuestran conocer y aplican las normas de autocuidado, cooperación y seguridad implícitas en la práctica del Trapecio Fijo.
Conceptos básicos de la creación e interpretación físico-artística de emociones e ideas a través de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.	Demuestran la capacidad de expresar con su propio cuerpo en el aparato distintas emociones y sentimientos, más allá de la simple ejecución de movimientos y figuras propias de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.	En la etapa de cierre de ciertas sesiones, actividades de expresividad, tanto de sentimientos y emociones, como de ideas y conceptos.	Ejecutan movimientos y figuras propias del Trapecio Fijo, expresando emociones y sentimientos.
Secuencia de figuras básicas de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.	Ejecutan secuencia básica, interpretando un sentimiento, idea o concepto dado.	Integración de aprendizajes. Actividad de comprobación.	Demuestran dominio de la secuencia de figuras básicas.

3.3.- Planificaciones sesión por sesión.

3.3.1.- Sesión 1.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Conocer antecedentes del Trapecio Fijo.	Antecedentes generales del Trapecio Fijo.	Presentación de la unidad de aprendizaje: número de sesiones, objetivos, evaluaciones. Exposición sobre antecedentes del Trapecio Fijo.	Medio audiovisual.	15 minutos.	Prestan atención a la presentación de la unidad de aprendizaje dirigida por el profesor, guardando silencio y manifestando sus inquietudes.
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Movilidad articular y entrada en calor.	Trote y movilidad articular por el espacio, en diferentes direcciones al ritmo de la música, a la señal realizar las diferentes actividades propuestas por el profesor.	Música.	10 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura de tren superior e inferior.	Fuerza y flexibilidad.	Pasadas.	Colchonetas.	10 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Familiarizarse con los implementos.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, arco de Fútbol, Trapecio Fijo, colchonetas y colchonetón.	35 minutos.	Ejecutan las actividades de cada estación, siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Interactuar entre pares, exponiendo su opinión.	Integración de las experiencias de la clase.	Comentar la clase y el cómo se sintieron en ella.		10 minutos.	Valoran las experiencias de la clase, manifiestan dicha valoración y prestan atención a sus compañeros.

Descripción de actividades.

Presentación de la Unidad de aprendizaje.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente.

El profesor explica a sus estudiantes rasgos generales del tema a abordar en la unidad de aprendizaje, cuántas sesiones abarcará, cuáles son los objetivos generales y a qué evaluaciones serán sometidos. Debe mencionar antecedentes del circo y las técnicas aéreas circenses, haciendo énfasis en el Trapecio Fijo. Además debe dar a conocer las reglas de utilización, seguridad y cuidado de y en el aparato. En lo posible, presentar algún video de la técnica, a modo de incentivar su aprendizaje.

En esta oportunidad el profesor debe pedir a cada uno de los estudiantes que traiga una cuerda para la próxima clase (este material no se utilizará en la clase inmediatamente siguiente a ésta, pero se debe pedir de este modo para asegurar que todos los estudiantes tengan el material en la sesión correspondiente).

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Trote y movilidad articular por el espacio, en diferentes direcciones, al ritmo de la música. A la señal del profesor realizar:

- Salto agrupado llevando las rodillas al pecho.
- Cargar al compañero a “caballito”.
- Rodar por el suelo.
- Agruparse de tres estudiantes, tomar al compañero del medio y transportarlo por el espacio.
- Correr de espalda, sin chocar con el compañero.
- Saltar en un pie, luego en el otro.

- Galopa lateral.
- Chassé.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente**.**

Dos pasadas de:

- Cuadrupedia instintiva.
- Cuadrupedia rodillas extendidas.
- Elevación de pierna adelante ("Grand batte ment").
- "Conejitos".
- Rebotes en extensión (cuerpo extendido, brazos arriba, realizar pequeños rebotes para avanzar).
- "Hombre a la luna".

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Treinta y cinco minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de siete minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: Colgarse con ambas manos, con una y luego con la otra, mantenerse colgado resistiendo el peso del cuerpo el máximo tiempo posible en todas las posiciones.

Arco de Fútbol: La tarea consiste en colgarse y flexionar rodillas y cadera ("rodilla al pecho"). Realizar tres series de diez repeticiones de rodilla al pecho cada estudiante (ejercicio para el fortalecimiento abdominal).

Trapecio Fijo: Colgarse con ambas manos, realizar vuelos de experimentación. Luego realizar vuelos con rodillas extendidas. El estudiante que se sienta en condiciones de seguir colgado, debe sumar a esto el intento de ovillarse para tocar la barra con los pies.

Musculación: Abdominales en parejas. Los estudiantes se tienden decúbito dorsal, uno al lado del otro en sentido contrario, se toman de las manos, una mano debe ir por debajo de las piernas del compañero, la otra se deja al lado de la cadera. Deben elevar las piernas y la cadera para pasar éstas hacia el otro lado. Se realizan dos series de diez repeticiones, con el descanso que cada pareja requiera.

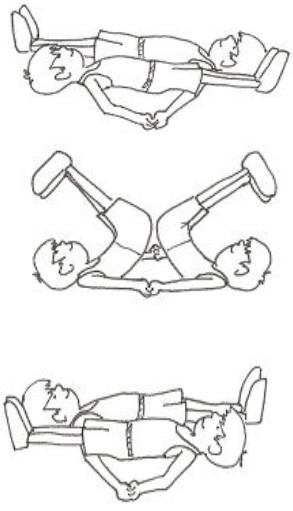
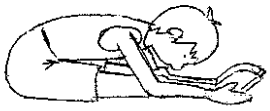
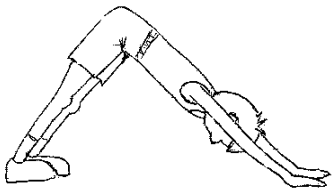
Elongación: Elongar musculatura posterior de la pierna (isquiotibial), mediante dos posturas de Hatayoga.
a) *Pinza*: Sentado en el suelo, rodillas extendidas, el tronco descansa sobre los muslos, la cabeza debe estar relajada. Esto se realiza tres veces con una mantención de treinta segundos aproximadamente.
b) *Postura del Perro*: Apoyar manos y plantas del pie, elevar cadera y entrar hombros (se sugiere mencionar a los estudiantes que intenten llevar el ombligo a los muslos). Esto se realiza tres veces con una mantención de quince segundos aproximadamente.

Cierre.

Tiempo estimado: Diez minutos.

Reunir a los estudiantes, en círculo, conversar acerca de la experiencia de esta sesión.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 1.

<table>
<tr>
<td>Estación: Barra fija
Colgarse con 1 y 2 manos. Mayor tiempo posible. Repetir al menos 3 veces c/uno.
</td>
<td>Estación: Arco de Fútbol
Llevar rodillas al pecho. 3sx10r
</td>
</tr>
<tr>
<td>Estación: Musculación
Abdominales en parejas. 2sx10r
</td>
<td>Estación: Elongación.
Postura de la Pinza. 3rx30”

Postura del Perro. 3rx30”
</td>
</tr>
</table>

3.3.2.- Sesión 2.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Movilidad articular y entrada en calor.	Movimientos basados en Danza Afro brasileras, dirigido por el profesor.	Música Radio.	5 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura general.	Fuerza y flexibilidad.	Pasadas.	Colchonetas.	15 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Familiarizarse en los implementos.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, arco de Fútbol, Trapecio Fijo, colchonetas y colchonetón.	55 minutos.	Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Interactuar entre pares exponiendo su opinión.	Integración de las experiencias de la clase.	Comentar la clase y el cómo se sintieron en ella.		5 minutos.	Valoran las experiencias de la clase, manifiestan dicha valoración y prestan atención a sus compañeros.

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Cinco minutos aproximadamente.

Movimientos basados en Danza Afro brasilera, dirigido por el profesor a modo de "monito mayor", con la música correspondiente e incorporando los movimientos propios de este tipo de Danza. A su vez realizar movilidad articular de:

- Hombros.
- Codos.
- Muñecas.
- Tobillos.
- Cadera.
- Cuello.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente.

Dos pasadas de:

- Tendidos en el piso, realizar secuencia de: tres abdominales, medio giro, tres flexo-extensiones de codo (codos pegados al tronco para trabajar tríceps), giro, tres dorsales (decúbito ventral, el cuerpo totalmente extendido, elevar brazos, piernas y tronco), giro y medio y así sucesivamente.
- Cuadrupedia rodillas extendidas.
- Cargar al compañero a "caballito" y luego cambiar.

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Cincuenta y cinco minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de once minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: En la barra realizar los siguientes ejercicios:

- Mantenerse colgado el máximo tiempo posible, lo ideal es realizar el ejercicio dos veces, veinte segundos cada vez.
- Pasadas de un lado a otro en la barra con las manos en pronación, llegando a los extremos cuatro veces.
- Colgados de ambas manos, con éstas en pronación, realizar flexo-extensiones de codo con ayuda del compañero. Esta ayuda se realiza sosteniendo los pies del compañero que realiza las flexo-extensiones, las piernas deben estar a noventa grados respecto de la barra. Realizar tres series de cinco repeticiones cada uno.

Arco de Fútbol:

- Desde la posición *colgado*, intentar subir las piernas lo máximo posible a modo de escuadra, flexionando la cadera y manteniendo las rodillas en extensión. Realizar dos series de cinco repeticiones cada uno (no se puede realizar impulso para este ejercicio).
- Desde la posición *colgado* flexionar cadera y rodillas, llevándolas al pecho para realizar la posición “ovillado”. Realizar este ejercicio dos veces, veinte segundos cada vez.
- Desde la posición *colgado*, llevar rodillas al pecho, realizar tres series de cinco repeticiones.

Trapecio Fijo: Colgarse con ambas manos, realizar vuelos o balanceos de experimentación. Luego intentar ovillarse para tocar con los pies la barra del aparato, desde esta posición el profesor debe enseñar las posturas propias de la técnica Trapecio Fijo: "*intermedia*" y "*primera*".

a) *Intermedia*: Colgados de ambas manos, realizar vuelos con rodillas extendidas, ovillar el cuerpo y pasar las piernas entre los brazos, extender rodillas y puntas de pie.

b) *Primera*: Desde intermedia, flexionar rodillas, enganchando la parte posterior de éstas (corvas) en la barra, hacer hincapié en la punta de pies, ya que la musculatura contraída de la pantorrilla permite fijar con mayor seguridad la postura, luego soltar las manos lentamente hasta quedar colgando.

* En esta estación el profesor puede realizar las siguientes ayudas:

- Desde la posición *colgado* tomar al estudiante de la zona lumbar para ayudarlo y guiarlo a ovillarse y llevar los pies a la barra.
- En posición *primera* afirmar de los empeines a los estudiantes, para así darles mayor seguridad y lograr que se suelten de la barra.

Musculación: Decúbito ventral realizar:

- Flexo-extensiones de codo, con rodillas apoyadas en el suelo y codos pegados a las costillas (reforzar musculatura de tríceps). Realizar cuatro series de cinco repeticiones cada uno.
- Mantención de postura "El Peregrino". Decúbito ventral, apoyando antebrazos y metatarsos, mantener el cuerpo extendido como una tabla. Realizar este ejercicio dos veces, treinta segundos cada vez.

Elongación: "Puente en parejas", un estudiante se tiende decúbito dorsal y el otro se ubica de pie junto a la cabeza de éste, permitiéndole tomar sus tobillos con ambas manos, cuando el estudiante que está en el piso realiza el puente, el compañero que está de pie toma los omóplatos de éste y tracciona hacia su cuerpo ayudando así a aumentar el rango articular de los hombros del compañero. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces, diez segundos cada vez.

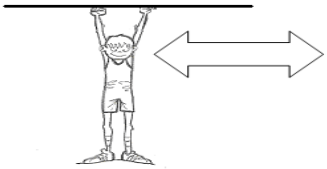
Cierre.

Tiempo destinado: Cinco minutos aproximadamente.

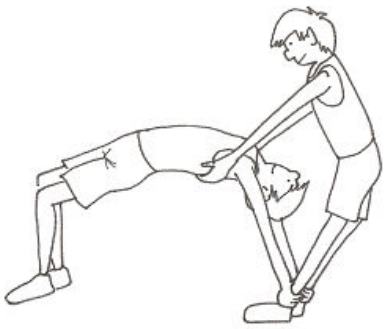
Reunir a los estudiantes, en círculo, conversar acerca de la experiencia de esta sesión.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 2.

<table>
<tr>
<td>Estación: Barra fija
Colgado. 2rx20”

Pasar hacia el lado. 4 pasadas.

Flexo extensiones con ayuda. 3sx5r
</td>
<td>Estación: Arco de Fútbol
Llevar rodilla al pecho. 2sx5r.
Luego mantener. 2rx20”

Subir y bajar a escuadra. 3sx5r
</td>
</tr>
<tr>
<td>Estación: Musculación
Flexo-extensión de codo c/rodilla apoyada. 4sx5r

Posición El Peregrino. 2rx30”
</td>
<td>Estación: Elongación
Puente en parejas. 3rx10”
</td>
</tr>
</table>

3.3.3.- Sesión 3.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Movilidad articular y entrada en calor.	Ejercicios con pasos de baile y ritmos variados, dirigido por el profesor.	Radio y música.	10 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura general.	Fuerza y flexibilidad.	Pasadas.	Colchonetas.	15 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Vivenciar y adquirir la fase de iniciación de entrada al Trapecio Fijo y prepararse para la ejecución técnica.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, bancas suecas, Trapecio Fijo, colchonetas y colchonetón.	40 minutos.	Vivencian la fase de iniciación de entrada al aparato. Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Representar una situación dada.	Expresividad.	Representación de una noticia.		10 minutos.	Utilizan su expresividad para representar una situación dada (noticia).

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Ejercicios con pasos de baile y ritmos variados, dirigidos por el profesor a modo de "monito mayor". En el desarrollo del baile se pretenderá realizar movilidad articular de hombros, codos, muñecas, tobillos, cadera y cuello principalmente, además de activar y preparar al organismo en general para una carga mayor de ejercicios. En este calentamiento y a modo de incentivo se dará la opción a un estudiante de dirigir ellos en alguna de las próximas sesiones de clases los ejercicios con pasos de baile y ritmos variados (sesión ocho), con música y coreografías de su propiedad.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente**.**

Realizar pasadas de:

- Carretilla decúbito ventral en parejas, para trabajar abdominales, dorsales y musculatura pectoral (una o dos pasadas cada uno dependiendo del espacio).
- Carretilla decúbito dorsal en parejas, para trabajar tríceps y abdominales (una o dos pasadas cada uno dependiendo del espacio).
- Una pasada en salto "ranita", desde posición cuclillas, apoyar manos en el suelo, realizar un salto en extensión hacia delante y caer en la posición inicial.

Realizar una mini competencia entre cuatro o cinco equipos. Cada grupo debe mantener la "postura de tabla" mientras el compañero que está al inicio pasa por debajo de todos. Al llegar éste al final se pone a la fila en posición tabla y comienza a pasar el próximo compañero.

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Cuarenta minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de ocho minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: Desde la posición *colgado* en la barra:

- Llevar las rodillas al pecho, realizar tres series de cinco repeticiones cada uno.
- Mantener la posición de rodillas al pecho realizando tres mantenciones de diez segundos cada estudiante.

Bancas Suecas: Realizar los siguientes ejercicios:

- Tendidos decúbito ventral arrastrarse por la banca traccionando sólo con los brazos. Cada estudiante realizar cuatro pasadas de este ejercicio en cada banca.
- Saltar la banca de un lado a otro a pies juntos, apoyando las manos en la banca. Cada estudiante realizar tres pasadas de este ejercicio en cada banca.
- Saltar la banca de un lado a otro a pies juntos. Cada estudiante realizar tres pasadas de este ejercicio en cada banca.

Trapecio Fijo: Colgarse con ambas manos, realizar vuelos o balanceos con las piernas lo más extendidas posibles. Luego ovillarse para tocar con los pies la barra del trapecio. Para los estudiantes que tengan dificultad para ovillarse y llegar a la barra, el profesor puede ayudarlo sosteniéndolo de la espalda (zona lumbar) y dándole el impulso necesario para que logre el objetivo. Desde esta posición el profesor ayuda al estudiante a realizar las posturas enseñadas la clase anterior, *intermedia* y *primera*. Luego soltar las manos lentamente hasta quedar colgando en *primera* y realizar pequeños vuelos desde aquí. Si algún estudiante siente temor de realizar los vuelos el profesor puede ayudarlo sosteniéndole los empeines.

Musculación: En esta estación se realizará musculación de piernas, principalmente de la musculatura de cuádriceps e isquiotibial, para esto los estudiantes se dispondrán en parejas y deben realizar los siguientes ejercicios:

- Uno de los estudiantes se tiende en el suelo decúbito dorsal y levanta las piernas a 45° aproximadamente, para que el compañero que está de pie apoye la zona abdominal en la planta de sus pies, de esta forma el estudiante que está tendido realiza flexo-extensiones de rodilla cargando el peso del compañero. Realizar una serie de diez repeticiones cada estudiante.
- Realizar una contracción isométrica de la musculatura isquiotibial y abdominal para realizar la "postura de la silla", apoyados en la pared. Realizar este ejercicio una vez, treinta segundos.
- Realizar el mismo ejercicio anterior, pero esta vez apoyado en su compañero. Esta progresión es porque la pared es mucho más estable y sólo requiere de la contracción y la concentración, mientras que el ejercicio realizado con el compañero también demanda un alto grado de equilibrio. Cada pareja realizar este ejercicio dos veces, veinte segundos cada vez.

Elongación: Elongación de musculatura de hombros y musculatura dorsal e isquiotibial, por medio de las siguientes posturas:

- Apoyar rodillas y empeines en el suelo, formar un ángulo de 90° con los segmentos pierna y muslo, de esta forma extender los brazos sobre el suelo y ejercer presión con los hombros hacia el piso. Realizar este ejercicio dos veces, treinta segundos cada vez.
- Realizar postura de "Hatayoga" denominada "Postura sobre la pierna", ésta consiste en sentarse en el suelo y separar las piernas al mayor grado de amplitud posible, desde esta posición rotar el tronco orientándolo hacia el pie derecho y dejarlo caer sobre dicho muslo, con ambas manos tomar el tobillo y traccionar levemente. Después de esto volver al centro y realizar la misma acción hacia el lado izquierdo. Repetir este ejercicio, alternadamente, dos veces por lado, veinte segundos cada vez.

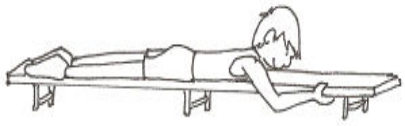
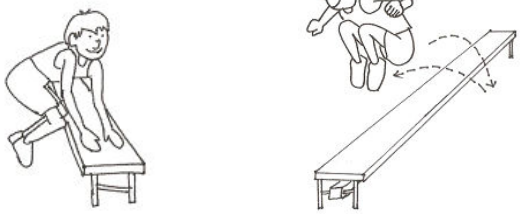
Cierre.

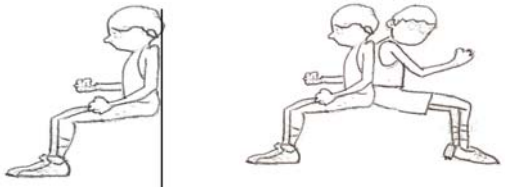
Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Reunir a los estudiantes en los mismos grupos de las estaciones y entregar a cada uno de éstos un recorte con una noticia distinta. Cada grupo tendrá unos cuatro minutos para preparar la representación de la noticia entregada, utilizando gestos y movimientos. Luego de esto, cada grupo deberá representar su noticia al resto del curso.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 3.

<table>
<tr>
<td>Estación: Barra fija
Llevar rodillas al pecho. 3sx5r

Mantener rodillas al pecho. 3rx10”
</td>
<td>Estación: Banca sueca
Arrastrarse sólo con brazos por la banca. 4 pasadas por banca.

Salto a pies juntos de lado a lado con y sin manos. 3 pasadas por banca.
</td>
</tr>
<tr>
<td>Estación: Musculación
Flexo-extensiones de rodillas. 1sx10r c/uno

Mantener posición silla en la pared. 1rx30”
Mantener posición silla con compañero. 2rx20”
</td>
<td>Estación: Elongación
Postura Sobre la pierna. 2rx20” c/ pierna.

Elongación hombro en suelo. 2rx30”
</td>
</tr>
</table>

3.3.4.- Sesión 4.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Entrada en calor.	Saltos con cuerda.	Cuerdas.	10 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura general.	Voltereta adelante.	Iniciación a la voltereta adelante.	Colchonetas y colchonetón.	15 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Adquirir y vivenciar la fase de iniciación de entrada al Trapecio Fijo y prepararse para la ejecución técnica.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, bancas suecas, Trapecio Fijo, colchonetón, colchonetas y cuerdas.	35 minutos.	Vivencian la fase de iniciación de entrada al aparato. Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Representar su cotidianeidad.	Expresividad.	Representación de las actividades que se realizan en el diario vivir.	Radio y música.	10 minutos.	Utilizan su expresividad para representar las actividades que realizan diariamente (despertar, bañarse, desplazarse al colegio, etc.).

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

En esta sesión se utilizan las cuerdas pedidas a los estudiantes en las sesiones anteriores y se dejarán a disposición de toda la unidad de aprendizaje. Estando cada estudiante con su cuerda realizar los siguientes saltos guiados por el profesor al ritmo de la música:

- Salto a pies juntos, estático y moviéndose por el espacio.
- Salto galopa (alternando los pies), estático y moviéndose por el espacio.
- Salto con una sola pierna, luego con la otra.
- Salto lateral.
- Salto a pies juntos rotando el tren inferior hacia un lado y otro.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente.

En esta sesión se realizará una iniciación a la voltereta adelante, ya que ésta es un elemento básico de acrobacia de gran ayuda a las técnicas aéreas circenses. Se disponen tres hileras de dos colchonetas cada una y los estudiantes se reúnen en parejas. Lo que quiere decir que se encontrarán aproximadamente diez estudiantes en cada grupo. Primero pasan cinco estudiantes (ayudados por su pareja) y luego los otros cinco y se turnan de esta forma. Con esta disposición se prosiguen a realizar los siguientes ejercicios:

- Realizar diez “ovillitos” con el cuerpo sobre la colchoneta.
- Realizar diez “ovillitos” con el cuerpo sobre la colchoneta, y con el impulso ponerse de pie.
- Realizar la posición “vela” con el cuerpo sobre la colchoneta, cinco veces manteniendo tres segundos cada vez.

- Realizar la posición "vela" con el cuerpo sobre la colchoneta, luego caer en forma ovillada y ponerse de pie. Realizar esto cinco veces.
- Desde la posición cuclillas esconder la cabeza y levantar cadera para rodar por la espalda y realizar una voltereta hacia delante con ayuda y supervisión de su compañero.
- Paralelamente en el colchonetón se irán realizando volteretas, supervisadas por el profesor.

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Treinta y cinco minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de siete minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: Desde la posición *colgado* y en parejas, realizar:

- *Colgados* de ambas manos, con éstas en pronación, realizar flexo-extensiones de codo con ayuda del compañero. Esta ayuda se realiza sosteniendo los pies del compañero que realiza las flexo-extensiones, las piernas deben estar a noventa grados respecto de la barra. Realizar tres series de cinco repeticiones cada uno.
- Ovillar el cuerpo hasta tocar la barra con los empeines. En parejas uno de los estudiantes desde *colgado* se da impulso y toca la barra con los empeines, la pareja puede sostenerlo de la zona lumbar y ayudarlo a llegar. Realizar cinco repeticiones cada uno.
- Entrar a *intermedia* con ayuda del compañero. Realizar dos repeticiones cada uno.

Bancas Suecas: Realizar este ejercicio con las bancas separadas a una distancia cómoda para todos los estudiantes:

- Plancha (cuerpo extendido y tónico) con las manos apoyadas en el suelo y los muslos afirmados en una banca sueca. Realizar este ejercicio dos veces, cuarenta y cinco segundos cada vez.
- Plancha (cuerpo extendido y tónico) con las manos apoyadas en el suelo y el empeine o la punta de los pies apoyadas en una banca sueca. Realizar este ejercicio dos veces, treinta segundos cada vez.
- Plancha decúbito dorsal, apoyar los omóplatos en una banca y las pantorrillas en la otra y mantener el cuerpo extendido y tónico. Realizar este ejercicio dos veces, treinta segundos cada vez.

Trapecio Fijo: Colgarse con ambas manos, vuelos de experimentación, para luego realizar vuelos con rodillas extendidas. Desde aquí ovillarse para tocar la barra con los pies (puede ser ayudado por el profesor) y desde esta posición el profesor ayuda al estudiante a realizar las posturas enseñadas anteriormente, *intermedia* y *primera*. Luego soltar las manos lentamente hasta quedar colgando en *primera* y realizar pequeños vuelos. Si algún estudiante siente temor de realizar los vuelos, el profesor puede ayudarlo sosteniéndole las puntas de los pies. A esto se le suma la postura de *sentado*. Desde los vuelos en *primera* tomar firmemente las cuerdas del trapecio y deslizar las piernas extendidas por la barra hasta llegar a sentarse.

Musculación: Con las cuerdas y en parejas realizar:

- Carrera con resistencia. La pareja se ubica uno adelante del otro, el estudiante de atrás entrelaza la cuerda por la cadera de su compañero y con su peso le realiza la resistencia necesaria al de adelante, que realizará una pequeña carrera. Realizar tres repeticiones de esta carrera con resistencia cada uno.
- Contracción isométrica. De dos o tres compañeros entrelazar las cuerdas entre sí y mantener una contracción isométrica con las piernas y los brazos. Realizar este ejercicio cuatro veces, treinta segundos cada vez.

Elongación: Realizar elongación y movilidad articular con las cuerdas:

- Desde la posición sentado con las piernas separadas y el tronco recto, doblar la cuerda y tomarla con las dos manos separando los brazos al máximo rango articular posible, de esta forma pasar la cuerda sobre la cabeza de adelante hacia atrás, con los codos totalmente extendidos. Realizar dos series de ocho repeticiones cada estudiante.
- Elongación de isquiotibial en parejas. De pie, dándose la espalda separados a medio metro, separar las piernas a una distancia superior a la de los hombros, desde esta posición ambos deben dejar caer el tronco llevando el cuerpo hacia delante y tomar las manos del compañero lo más cerca del suelo posible. Realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez cada estudiante.
- En posición decúbito ventral, atar la cuerda a los pies y realizar balanceos con el cuerpo. Realizar diez repeticiones cada uno.

Cierre.

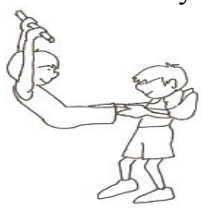
Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Ejercicio de expresividad: representación del diario vivir.

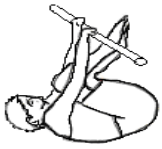
- Los estudiantes se tienden en el suelo y escuchan el sonido de la música y las indicaciones que el profesor les dé. Éste irá relatando cada uno de los momentos del día, como el despertar, levantarse, vestirse y distintas actividades diarias de los estudiantes, las que éstos representarán individualmente, sin hablar, y sólo con movimientos y gestos (expresividad facial).

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 4.

Estación: Barra fija
Flexo-extensión de codos con ayuda. 3sx5r



Ovillarse hasta tocar barra con pies. 1sx5r



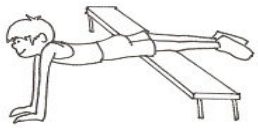
Entrar a intermedia. 1sx2r



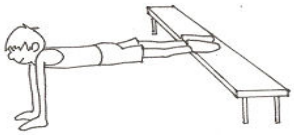




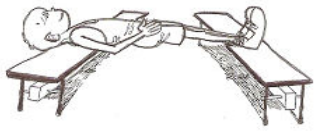
Estación: Banca sueca
Plancha con muslos en banca. 2rx45”



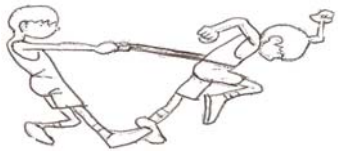
Plancha con empeines en banca. 2rx30”



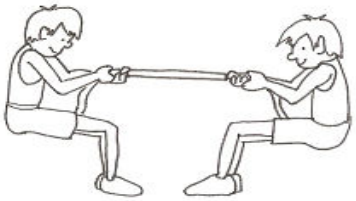
Plancha decúbito dorsal. 2rx30”



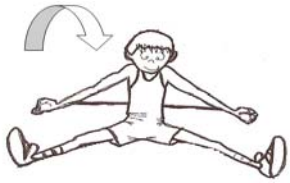
Estación: Musculación
Carrera con resistencia. 1sx3r.



Mantención con cuerda. 4rx30”



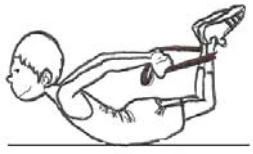
Estación: Elongación
Pasar cuerda de adelante hacia atrás. 2sx8r



Elongación isquiotibial en parejas. 3rx15”



Balanceos del cuerpo con cuerda.1sx10r



3.3.5.- Sesión 5.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Entrada en calor.	Competencias.	Elementos que permitan delimitar partida y llegada (por ejemplo, conos, cuerdas, balones, botellas, etc.)	10 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura general.	Voltereta adelante.	Pasadas y voltereta adelante.	Colchonetas y colchonetón.	15 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Adquirir y vivenciar la posición sentado sobre el trapecio y prepararse para la ejecución técnica.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, bancas suecas, Trapecio Fijo, colchonetón, colchonetas y palo de escoba.	40 minutos.	Vivencian la posición sentado sobre el aparato. Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Resolver una situación establecida mediante el uso de su creatividad.	Resolución de problemas. Creatividad.	Twister humano.		10 minutos.	Demuestran capacidad de resolver problemas de manera rápida y efectiva.

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Para este calentamiento se utilizará el recurso de las competencias:

- Carreras de relevos por equipo. Los estudiantes se dividen en cinco o seis grupos, se ubican en una hilera cada equipo y se fija un punto de partida y una meta. El profesor dirige la actividad y va mencionando la forma en la que deben desplazarse los estudiantes hasta la meta y devolverse hasta tocar la mano del compañero. Cuando hayan pasado todos los estudiantes y el equipo que lo realice en el menor tiempo posible se adjudica un punto. Las maneras de desplazarse son: corriendo, corriendo de espalda, cuadrupedia, saltando a pies juntos y con un objeto como un balón entre las piernas.
- Duelo en parejas: Para esto los estudiantes se ubican en parejas frente a frente. Es una especie de duelo en donde tendrán que evitar que su compañero lo toque. El profesor irá mencionando las partes del cuerpo a tocar: tobillos, corvas y espalda.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente**.**

Realizar los siguientes ejercicios supervisados y guiados por el profesor:

- En hileras realizar pasadas de “conejitos”.
- Siguiendo con la iniciación a la voltereta adelante se disponen tres hileras de dos colchonetas con una separación entre medio para darle espacio a cada estudiante de realizar dos volteretas por pasada. Los estudiantes se ubican en parejas para que uno sea el ejecutante y el otro ayude y supervise a su compañero. El ejecutante se ubica de cuclillas, con el mentón pegado al pecho y afirmando las manos en el suelo, levanta la cadera y se deja rodar por la espalda. El compañero ayuda a realizar el

impulso para pasar y no dañar la zona cervical. Se realizan entre cinco a seis pasadas por estudiante.

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Cuarenta minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de ocho minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barra fija: En parejas realizar:

- Flexo extensiones en la barra. Uno de los estudiantes se cuelga en la barra y lleva sus piernas hasta los 90º, mientras que el otro le toma los muslos y lo ayuda a realizar flexo-extensiones de codo, alivianándole de esta forma la carga. Cada estudiante realiza tres series de siete repeticiones (flexo-extensiones).
- Uno de los estudiantes se cuelga, mientras que el otro lo ayuda y cuida. Se ovilla, con o sin impulso, hasta tocar la barra con los pies. Desde ahí pasa los pies por entre las manos y extiende las rodillas para llegar a *intermedia*. Realizar este ejercicio cuatro veces.

Bancas Suecas: Se realizan los siguientes ejercicios:

- Subir y bajar la banca sueca, con una pierna y luego con la otra. Realizar cada uno, una serie de treinta repeticiones con cada pierna.
- Saltar la banca sueca de un lado hacia el otro a pies juntos, primero apoyando las manos en la banca y luego sin manos. Realizar tres pasadas apoyándose con las manos y luego tres pasadas sin apoyo de éstas, en cada una de las bancas.

Trapecio Fijo: Aquí se debe realizar la siguiente secuencia: colgarse con ambas manos, vuelos de experimentación, para luego realizar vuelos con rodilla extendidas. Desde aquí

ovillarse para tocar la barra con los pies (puede ser ayudado por el profesor) y desde esta posición el profesor ayuda al estudiante a realizar las posturas enseñadas anteriormente, *intermedia* y *primera*. Luego soltar las manos lentamente hasta quedar colgando en *primera* y realizar pequeños vuelos, si algún estudiante siente temor de realizar los vuelos el profesor puede ayudarlo sosteniéndole las puntas de los pies. Desde los vuelos en *primera* tomar firmemente las cuerdas del trapecio y deslizar las piernas extendidas por la barra hasta llegar a sentarse. El objetivo de esta clase es lograr seguridad en llegar a esta posición. Luego desarmar la figura tal como se armó.

Equilibrio: Esta estación está destinada al equilibrio, ya que en Trapecio Fijo existen muchas figuras de este tipo, por lo tanto, aquí realizar:

- Sentados en el suelo levantar las rodillas lo máximo posible hasta que los isquiones queden en contacto con el suelo, desde aquí levantar las piernas a distintas alturas y equilibrarse.
- Realizar el ejercicio anterior, pero esta vez encima de un palo de escoba que simula la barra del trapecio. Un compañero puede afirmar la escoba si ésta se mueve mucho.

Elongación:

- Elongación de isquiotibial en parejas. De pie, dándose la espalda separados a medio metro, separar las piernas a una distancia superior a la de los hombros, desde esta posición ambos deben dejar caer el tronco llevando el cuerpo hacia delante y tomar las manos del compañero lo más cerca del suelo posible. Realizar este ejercicio dos veces, treinta segundos cada vez.
- En parejas, de espaldas, en contacto con ambas manos por encima de la cabeza y con un pie por debajo, se mantiene una posición adelantada de la pierna flexionada y del pecho. Realizar este ejercicio dos veces, quince segundos cada vez, con cada pierna.

- Por parejas uno frente al otro, inclinar el tronco hacia delante, colocando las manos en los hombros del compañero con codos extendidos, las rodillas permanecen extendidas. Realizar este ejercicio dos veces, treinta segundos cada vez.

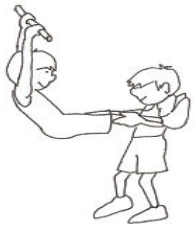
Cierre.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Twister Humano: En los mismos cinco grupos de aproximadamente seis estudiantes, cada grupo debe seguir las indicaciones que el profesor de acerca de la cantidad de partes del cuerpo que deben estar en contacto con el suelo. Por ejemplo tres cabezas, dos rodillas, una oreja y dos narices.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 5.

Estación: Barra fija
Flexo-extensiones con ayuda. 3sx7r



Realizar secuencia: rodillas al pecho, pies en barra, intermedia. 1sx4r

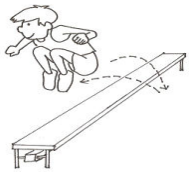




Estación: Bancas suecas
Salto a pies juntos de lado a lado apoyando manos en banca. 3 pasadas c/uno en c/banca



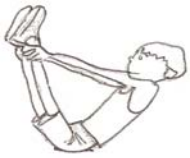
Salto a pies juntos de lado a lado. 3 pasadas en c/banca.



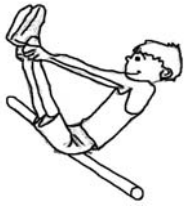
Subir y bajar banca con una pierna y otra (escalera). 1sx30r con c/ pierna.



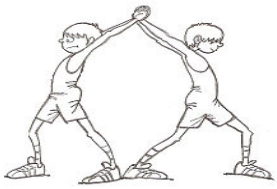

Estación: Equilibrio
Equilibrio de isquiones en suelo.



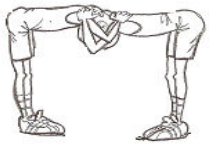
Equilibrio de isquiones en palo de escoba.



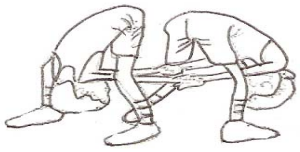
Estación: Elongación
Postura luna. 2rx15" con c/pierna.



Postura mesa, codos extendidos. 2rx30"



Elongación de isquiotibial en parejas. 2rx30"



3.3.6.- Sesión 6.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Entrada en calor.	Pintas.		10 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura general.	Voltereta atrás.	Pasadas e iniciación a la voltereta atrás.	Colchonetas y colchonetón.	15 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Adquirir y vivenciar la figura denominada "araña" y prepararse para la ejecución técnica.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, arco de Fútbol, Trapecio Fijo, colchonetón y colchonetas.	50 minutos.	Vivencian la figura "araña" en el aparato. Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Representar una situación dada.	Expresividad.	Representación de situaciones.	Papeles con las situaciones a representar.	5 minutos.	Utilizan su expresividad para representar una situación dada.

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Pintas. Distintas pintas dirigidas por el profesor:

- "Pinta caballito": Los estudiantes se organizan en parejas, uno cargado a caballito del otro y un par de estudiantes pinta, la pareja que es pintada la sigue llevando.
- "Pinta reina": Los estudiantes se organizan en tríos y uno de ellos es cargado como reina (al medio de los dos). Un par de tríos pinta y los que son pintados cambian de roles.
- "Pinta roba pareja": Los estudiantes se organizan en parejas y un par de estudiantes deben quedar solos. Los que están solos pintan a una pareja de estudiantes y se quedan con uno de éstos, por lo tanto, los que van quedando solos siguen pintando de esta forma.
- "Pinta cadena": Comienza pintando un estudiante y todos aquellos que son pillados se unen a él tomándolo de la mano, el juego termina cuando están todos pillados y formando parte de esta cadena.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente.

Realizar dos pasadas de:

- Cuadrupedia, tratando de mantener las piernas lo más extendidas posibles y apoyando completamente la palma de la mano en el suelo.

En esta sesión se realiza una iniciación a la voltereta atrás que es igual de importante que su homóloga hacia delante, para las técnicas aéreas circenses. Para esto se organizan tres

hileras de dos colchonetas y los estudiantes se ubican en parejas. Se realiza la siguiente metodología:

- Practicar "ovillitos" con el cuerpo sobre la colchoneta, con las manos a los lados de las orejas tratando que éstas toquen el suelo al llegar el cuerpo hacia atrás.
- Realizar la posición vela con el cuerpo sobre la colchoneta, en lo posible apoyando las manos a los lados de las orejas, y devolverse de forma ovillada.
- Desde cuclillas dejarse caer hacia atrás con las manos a los lados de las orejas, y llevando las piernas lo más atrás posible hasta que las palmas de las manos toquen la colchoneta.
- Realizar voltereta hacia atrás, desde la posición cuclillas, de forma ovillada y con la ayuda de su pareja para pasar hacia atrás.

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Cincuenta minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de diez minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: En la barra cada estudiante debe realizar los siguientes ejercicios:

- Mantenerse *colgado* el máximo de tiempo posible, luego quedar colgando de una sola mano y cambiar a la otra mano. Realizar este ejercicio completo dos veces.
- Realizar la siguiente secuencia con la ayuda del compañero: desde la posición *colgado*, ovillarse con o sin impulso o ayuda del compañero hasta tocar la barra con los pies, desde aquí realizar la posición *intermedia* y después *primera*. Si es posible soltar las manos y quedar colgando de esta forma, el compañero puede ayudar sujetando los empeines. Cada estudiante realizar esta secuencia dos a tres veces.

Arco de Fútbol:

- Desde la posición *colgado*, intentar subir las piernas lo máximo posible a modo de escuadra, flexionando la cadera y manteniendo las rodillas en extensión. Realizar dos series de cinco repeticiones cada uno, no se puede realizar impulso para este ejercicio.
- Desde la posición *colgado* flexionar cadera y rodillas, llevándolas al pecho para realizar la posición "ovillado". Realizar este ejercicio dos veces, quince segundos cada vez.
- Mantener la posición *colgado* veinte segundos cada uno.

Trapecio Fijo: Aquí se debe realizar la siguiente secuencia: colgarse con ambas manos, vuelos de experimentación, para luego realizar vuelos con rodillas extendidas. Desde aquí ovillarse para tocar la barra con los pies (puede ser ayudado por el profesor) y desde esta posición el profesor ayuda al estudiante a realizar las posturas enseñadas anteriormente, *intermedia* y *primera*. Luego soltar las manos lentamente hasta quedar colgando en *primera*. En esta sesión se suma la primera figura llamada *araña.* Desde la posición *primera,* colocar nuevamente las manos en la barra y enganchar los pies en las cuerdas, lo más flexionados posible, esta posición de los pies se denomina *Flex*. Desde aquí y sin cambiar las manos de posición realizar una extensión del cuerpo que da como resultado la posición *araña.* Desarmar la figura tal como se armó.

* En esta estación el profesor puede realizar las siguientes ayudas:

- Desde la posición *colgado* tomar al estudiante de la zona lumbar para ayudarlo y guiarlo a ovillarse y llevar los pies a la barra.
- En posición *primera* afirmar de los empeines a los estudiantes, para así darles mayor seguridad y lograr que se suelten de la barra.

Equilibrio: En esta estación se practicarán posiciones de equilibrio y se reforzará la posición de puente en parejas, que es fundamental para la *araña* en el Trapecio. Cada estudiante debe realizar:

- Equilibrio de isquiones en el suelo, encima de un palo de escoba y sobre una banca sueca. Equilibrio de isquiones: desde sentados, levantar las rodillas lo máximo posible hasta que los isquiones toquen el suelo, en esta posición equilibrarse.
- "Puente en parejas", un estudiante se tiende decúbito dorsal y el otro se pone de pie junto a la cabeza de éste, permitiéndole tomar sus tobillos con ambas manos, cuando el estudiante que está en el piso realiza el puente, el compañero que está de pie toma los omóplatos de éste y tracciona hacia su cuerpo ayudando así a aumentar el rango articular de los hombros del compañero. Realizar este ejercicio dos veces, diez segundos cada vez.

Elongación: Realizar los siguientes ejercicios:

- En parejas, un estudiante en posición decúbito ventral, con los brazos extendidos adelante, el otro estudiante debe situarse de pie, con cada uno de éstos al lado de las costillas de su compañero. El estudiante que está de pie debe tomar los antebrazos del que está tumbado y traccionar hacia sí para elongar los hombros del compañero. Realizar este ejercicio dos veces, veinte segundos cada vez.
- Desde posición sentado, apoyar las manos en el suelo apuntando con los dedos hacia atrás, desde esta posición deslizar el cuerpo hacia delante sin cambiar de lugar las manos. Mantener en el máximo rango articular. Realizar este ejercicio dos veces, quince segundos cada vez.

Cierre.

Tiempo destinado: Cinco minutos aproximadamente.

Reunir a los estudiantes, en los mismos grupos que se encontraban en las estaciones y dar a cada grupo un papel con una situación distinta. Cada grupo tendrá aproximadamente cuatro minutos para preparar una representación de esta situación con: gestos, sonidos y

movimientos, la idea es hacer una especie de cine mudo. Las situaciones son: una boda, un incendio, rescate de un ahogado, se escapó mi perro y un asalto.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 6.

Estación: Barra fija
Colgarse 1 y 2 manos. Mayor tiempo posible. 2sx1r



Realizar secuencia: colgado, pies a la barra, intermedia, 1º. 3sx1r





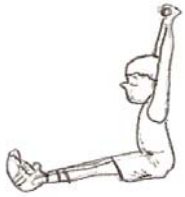

Estación: Arco de Fútbol
Mantener colgado. 1rx20”



Mantener rodillas al pecho. 2rx15”



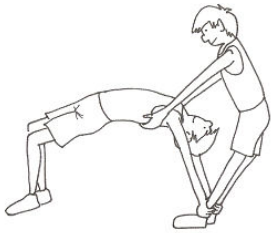
Subir y bajar a escuadra. 2sx5r



Estación: Equilibrio
Equilibrio en suelo, escoba y sobre banca sueca. Varias repeticiones.




Posición puente. Puede ser individual o en parejas. 2rx10” c/uno.

Estación: Elongación
Elongación de hombro y espalda en pareja. 2rx20” c/uno



Elongación de hombros. 2rx15”



3.3.7.- Sesión 7.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Entrada en calor.	Juegos de persecución, pillarse temático.		5 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura general.	Voltereta atrás.	Progresión voltereta atrás.	Colchonetas y colchonetón.	15 minutos.	Aplican sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Vivenciar y adquirir la figura denominada "ángel 1" y prepararse para la ejecución técnica.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, arco de Fútbol, Trapecio Fijo, colchonetón y colchonetas.	55 minutos.	Vivencian la figura "ángel 1" en el aparato. Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Interactuar entre pares exponiendo su opinión.	Experiencias de la clase.	Comentar la clase y el cómo se sintieron en ella.		5 minutos.	Valoran las experiencias de la clase, manifiestan dicha valoración y prestan atención a sus compañeros.

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Cinco minutos aproximadamente.

Juegos de persecución, pillarse temático: frutal, regional, animal, etc.

- Los estudiantes se distribuyen en dos filas de igual cantidad de estudiantes y se ubican espalda con espalda. Una fila será denominada como frutas y la otra como verduras. El profesor mencionará al grupo que le toque pillar, por lo tanto, estos deben darse vuelta y perseguir a su compañero de enfrente hasta el otro extremo, se devuelven hasta la mitad y el profesor menciona otra fruta o verdura. Así sucesivamente. Pueden ser zonas del país como norte o sur y mencionar una cuidad o lo que el profesor estime conveniente.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente.

Se continúa con la iniciación de voltereta atrás. Para esto se disponen de tres hileras de dos colchonetas y los estudiantes se ubican en parejas:

- Desde cuclillas dejarse caer hacia atrás con las manos a los lados de las orejas, y llevando las piernas lo más atrás posible hasta que las palmas de las manos toquen la colchoneta.
- De pie, flexionar rodillas y sentarse en la colchoneta, luego apoyar el tronco en la colchoneta y llevar los pies a los lados de las orejas.
- De pie, flexionar rodillas hasta llegar a la posición cuclillas, desde cuclillas dejarse caer hacia atrás con las manos a los lados de las orejas, llevando las piernas lo más atrás posible hasta que las palmas de las manos toquen la colchoneta, en ese momento extender los codos, a modo de impulsar el cuerpo para que las plantas de

los pies se apoyen sobre la colchoneta. Mantener posición cuclillas. Todo esto con ayuda y supervisión del compañero.

- Repetir el paso anterior, pero al finalizar ponerse de pie.

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Cincuenta y cinco minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de once minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: En la barra cada estudiante debe realizar los siguientes ejercicios:

- Mantenerse *colgado* el máximo de tiempo posible, luego quedar colgando de una sola mano y cambiar a la otra mano. Realizar este ejercicio completo dos veces.
- Realizar la siguiente secuencia con la ayuda del compañero: desde la posición *colgado*, ovillarse con o sin impulso o ayuda del compañero hasta tocar la barra con los pies, desde aquí realizar la posición *intermedia* y después *primera*. Si es posible soltar las manos y quedar colgando de esta forma, el compañero puede ayudar sujetando los empeines. Cada estudiante realizar esta secuencia dos a tres veces.

Arco de Fútbol: Realizar los siguientes ejercicios:

- *Colgado* en el arco, manteniendo los codos extendidos, subir y bajar los hombros. Cada estudiante debe realizar tres series de siete repeticiones.
- Desde la posición *colgado* en el arco, uno de los estudiantes de la pareja estará colgado con las manos en pronación, mientras que el compañero estará debajo de éste sosteniéndolo en sus hombros. Simultáneamente realizarán: el compañero colgado una flexo-extensión de codos y el compañero de abajo flexo-extensiones de rodillas. Para reforzar musculatura de tren superior e inferior respectivamente. Realizar una serie de diez repeticiones cada uno en cada posición.

Trapecio Fijo: Aquí se debe realizar la siguiente secuencia: colgarse con ambas manos, vuelos de experimentación, para luego realizar vuelos con rodillas extendidas. Desde aquí ovillarse para tocar la barra con los pies (puede ser ayudado por el profesor) y desde esta posición el profesor ayuda al estudiante a realizar las posturas enseñadas anteriormente, *intermedia* y *primera*. Luego soltar las manos lentamente hasta quedar colgando en *primera*. Desde la posición *primera*, colocar nuevamente las manos en la barra y enganchar los pies en las cuerdas, lo más flexionados posible, esta posición de los pies se denomina *Flex*. Desde aquí y sin cambiar las manos de posición realizar una extensión del cuerpo que da como resultado la posición *araña*. A esta secuencia se le agrega la figura *ángel uno*. Esta figura se realiza desde la *araña,* desde aquí se suelta la mano más débil y el pie contrario dando como resultado el *ángel uno*. De *ángel uno* volver a la posición *primera* y desarmar la figura.

Equilibrio: En esta estación se practicarán posiciones de equilibrio y se reforzará la posición de puente en parejas, que es fundamental para la *araña* en el Trapecio Fijo. Cada estudiante debe realizar:

- Equilibrio de isquiones en el suelo, encima de un palo de escoba y sobre una banca sueca. Equilibrio de isquiones: desde sentados, levantar las rodillas lo máximo posible hasta que los isquiones toquen el suelo, en esta posición equilibrarse.
- "Puente en parejas", un estudiante se tiende decúbito dorsal y el otro se ubica de pie junto a la cabeza de éste, permitiéndole tomar sus tobillos con ambas manos, cuando el estudiante que está en el piso realiza el puente, el compañero que está de pie toma por detrás de los omóplatos de éste y tracciona hacia su cuerpo ayudando así a aumentar el rango articular de los hombros del compañero. Realizar este ejercicio dos veces, diez segundos cada vez.

Elongación:

- Elongación de los músculos pectorales y dorsales en pareja. Espalda en contacto con espalda, los estudiantes elevarán sus manos por sobre la cabeza, extendiendo totalmente los codos, se tomarán de las manos y uno cargará al otro sobre su espalda

y traccionará levemente los brazos del compañero. Realizar este ejercicio dos veces, veinte segundos cada vez.

- Elongación dorsal. “Puente”. Tendido decúbito dorsal, apoyar palmas de las manos por detrás de la cabeza y plantas de los pies, desde esta posición elevar la cadera y extender codos. Realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez.

Cierre.

Tiempo destinado: Cinco minutos aproximadamente.

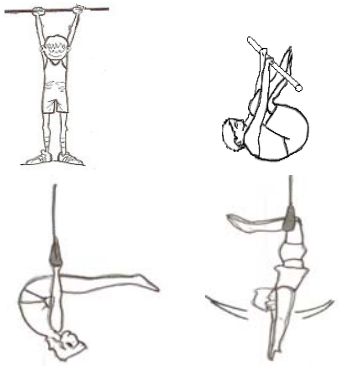
Reunir a los estudiantes, en círculo, conversar acerca de la experiencia de ésta sesión.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 7.

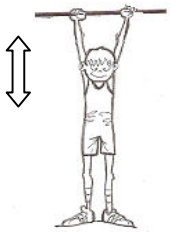
Estación: Barra fija
Colgarse con 1 y 2 manos. Mayor tiempo posible. 2sx1r



Realizar secuencia: colgado, pies en barra, intermedia, 1º. 3sx1r



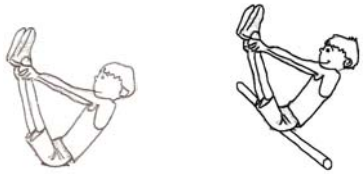
Estación: Arco de Fútbol
De colgado, subir y bajar hombros. 3sx7r



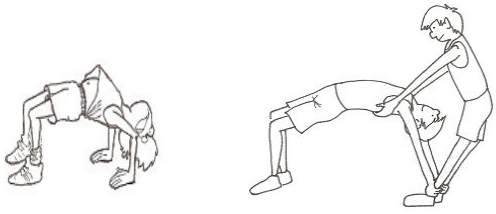
Flexo-extensiones de codo y rodilla en pareja. 1sx10r c/uno.



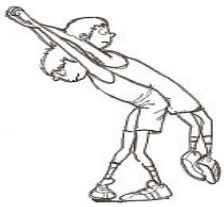
Estación: Equilibrio
Equilibrio de isquión en suelo, palo de escoba y banca sueca. Varios intentos.



Posición puente en parejas o individual. 2rx10”



Estación: Elongación
Elongación dorsal y pectoral. 2rx20”



Posición puente. 3rx15”.



3.3.8.- Sesión 8.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Movilidad articular y entrada en calor.	Ejercicios con pasos de baile y ritmos variados.	Radio y música.	5 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura general.	Voltereta adelante, voltereta atrás y flexibilidad.	Voltereta adelante y atrás. Secuencia spaggatt.	Colchonetas.	20 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Vivenciar y adquirir las figuras denominadas "ángel 2" y "murciélago". Prepararse para la ejecución técnica.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, bancas suecas, Trapecio Fijo, colchonetón y colchonetas.	45 minutos.	Vivencian las figuras “ángel 2” y “murciélago” en el aparato. Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Representar un concepto dado.	Expresividad.	Sorteo y representación de conceptos.	Papel con conceptos.	10 minutos.	Utilizan su expresividad para representar un concepto dado.

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Cinco minutos aproximadamente.

- En esta sesión se llevará a cabo la actividad: "ejercicios con pasos de baile y ritmos variados", dirigida por el estudiante que se ofreció para hacerlo. De no ser así, el profesor realiza el calentamiento de esta misma forma.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Veinte minutos aproximadamente.

Se continúa con volteretas adelante y atrás. Para esto se disponen de tres hileras de dos colchonetas y los estudiantes se ubican en parejas:

- Cada estudiante debe realizar tres pasadas de voltereta adelante y tres pasadas de voltereta atrás. La idea que trabajen en parejas es para optimizar el tiempo y que la observación de un estudiante a otro les permita realizar una retroalimentación inmediata de su ejecución.

Además, el profesor debe enseñar a los estudiantes la progresión para realizar el spaggatt, esta secuencia consta con los siguientes ejercicios:

- De rodillas llevar una pierna hacia delante apoyando la planta del pie con la rodilla a 90°, la pierna de atrás queda con la rodilla apoyada en el suelo y se debe cargar la cadera hacia abajo tratando de extenderla lo máximo posible.
- El pie de adelante sigue apoyado al igual que la rodilla de atrás, pero ahora la pierna de adelante realiza una extensión de rodilla, la cadera de flexiona y la rodilla de atrás queda flexionada a 90°. En esa posición se debe bajar el tronco tratando de tomarse los tobillos con las manos.

- Nuevamente se flexiona la rodilla de adelante en 90°, pero ahora la pierna de atrás se extiende completamente quedando sólo con apoyo de empeine, las manos también van apoyadas en el suelo. En esta posición se debe cargar la cadera hacia el suelo.
- Luego se apoya la rodilla de atrás en el suelo y con la mano del mismo lado de la pierna se toma el empeine acercándolo al glúteo y cargando la cadera hacia abajo.
- Realizar spaggatt, se suelta el pie y cuidadosamente se deslizan las piernas extendiéndolas hasta quedar en la posición spaggatt con la máxima amplitud según las posibilidades de cada estudiante.

Todas las posiciones deben tener una mantención de diez segundos cada una. Cuando se haya completado la secuencia con una pierna se repite la misma con la otra pierna. Esto debe ser guiado y secuencial, para que luego ellos puedan realizarlo sin supervisión en las estaciones de acondicionamiento físico sin riesgo de lesión. La progresión debe realizarse con ambas piernas.

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Cuarenta y cinco minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de nueve minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: En la barra cada estudiante debe realizar los siguientes ejercicios:

- Realizar la siguiente secuencia con la ayuda del compañero: desde la posición *colgado*, ovillarse con o sin impulso o ayuda del compañero hasta tocar la barra con los pies. Realizar tres series de cinco repeticiones cada uno.
- Desde la posición *colgado*, ovillarse con o sin impulso o ayuda del compañero hasta tocar la barra con los pies, desde aquí realizar la posición spaggatt bajo la barra y

mantener cinco segundos aproximadamente. Realizar de dos a tres repeticiones cada estudiante.

Bancas Suecas: Se disponen de dos bancas suecas, se debe realizar:

- Posicionarse decúbito ventral sobre la banca, tomar ésta con ambas manos por los lados de la estructura y traccionar para deslizarse. Realizar tres pasadas cada estudiante en cada banca.
- De pie, a un costado de la banca, apoyar ambas manos sobre ésta y dar pequeños saltos a pies juntos a modo de transportar el cuerpo de un lado a otro, avanzar de esta forma. Realizar tres pasadas cada estudiante en cada banca.
- Saltar a pies juntos, de un lado a otro de la banca, avanzando. Realizar tres pasadas cada estudiante.

Trapecio Fijo: Aquí se debe realizar la siguiente secuencia: colgarse con ambas manos, vuelos de experimentación, para luego realizar vuelos con rodillas extendidas. Desde aquí ovillarse para tocar la barra con los pies (puede ser ayudado por el profesor) y desde esta posición el profesor ayuda al estudiante a realizar las posturas enseñadas anteriormente, *intermedia* y *primera*. Luego soltar las manos lentamente hasta quedar colgando en *primera*. Desde la posición *primera*, colocar nuevamente las manos en la barra y enganchar los pies en las cuerdas, lo más flexionados posible, esta posición de los pies se denomina *Flex*. Desde aquí y sin cambiar las manos de posición realizar una extensión del cuerpo que da como resultado la posición *araña*. Realizar figura *ángel uno*, esta figura se realiza desde la *araña,* desde aquí se suelta la mano más débil y el pie contrario dando como resultado el *ángel uno*. De *ángel uno*, pasar la pierna que está colgando entre la barra y el pie sujeto a la cuerda, dando como resultado la figura *ángel dos*. Sin desarmar la figura, enganchar el pie libre en la misma cuerda del pie que ya está sujeto, a modo de envolver la cuerda con ambos pies. Desde esta posición, dejar caer suave y controladamente el cuerpo para quedar colgando sujeto de ambos pies, esta figura se denomina *murciélago*. Luego tomar la barra con ambas manos y desenganchar los pies para quedar en la posición colgado y bajar del aparato.

Elongación:

- Realizar la misma secuencia de spaggatt enseñada por el profesor en el calentamiento específico, pero esta vez en grupo guiándose por la cartilla.

Musculación:

- Uno de los estudiantes se tiende en el suelo decúbito dorsal y levanta las piernas a 45° aproximadamente, para que el compañero que está de pie apoye la zona abdominal en la planta de sus pies, de esta forma el estudiante que está tendido realiza flexo-extensiones de rodillas cargando el peso del compañero. Realizar dos series de diez repeticiones cada estudiante.
- Abdominales en parejas. Los estudiantes se tienden decúbito dorsal, uno al lado del otro en sentido contrario, se toman de las manos, una mano debe ir por debajo de las piernas del compañero, la otra se deja al lado de la cadera. Deben elevar las piernas y la cadera para pasar éstas hacia el otro lado. Se realizan dos series de diez repeticiones, con el descanso que cada pareja requiera.

Cierre.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

A cada estudiante se le sorteará un concepto el cual debe trabajar durante tres minutos, interpretando el concepto que le tocó a través de movimientos y gestos. Transcurridos estos tres minutos el profesor elegirá a cinco estudiantes quienes deberán representar su concepto frente al curso. Este mismo concepto es el que cada estudiante deberá interpretar en la evaluación integradora, que tendrá lugar al final del proceso.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 8.

Estación: Barra fija
Llevar pies a la barra. 3sx5r



Pies a la barra y entrar en spaggatt. 3rx5”



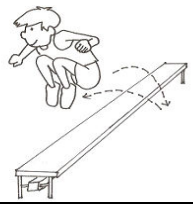
Estación: Bancas suecas.
Traccionar banca. 3 pasadas c/uno en c/banca.



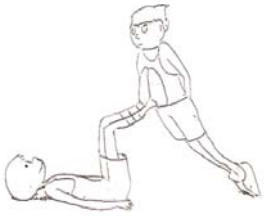
Saltos a pies juntos de un lado a otro, manos apoyadas. 3 pasadas c/uno en c/banca.



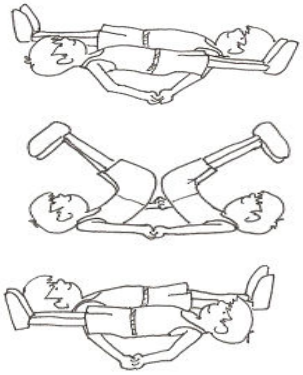
Saltos de un lado a otro a pies juntos. 3 pasadas c/uno en c/banca.



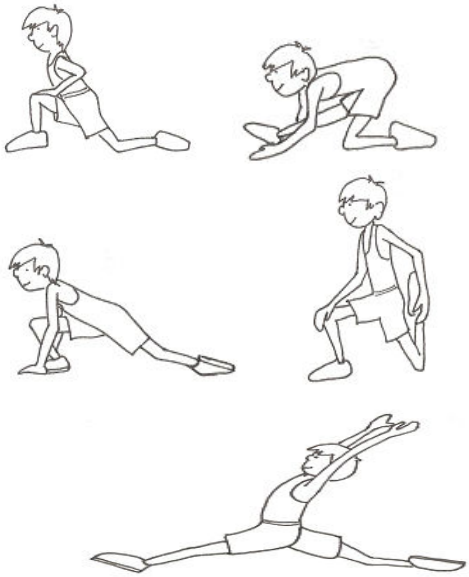
Estación: Musculación
Flexo-extensiones de rodillas. 2sx10r c/uno.



Abdominales en parejas. 2sx10r



Estación: Elongación
Secuencia de spaggatt. 2rx10” c/uno en c/ postura con c/pierna.



3.3.9.- Sesión 9.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Entrada en calor.	Saltos con cuerda.	Cuerdas, radio y música.	10 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura general.	Voltereta adelante y voltereta atrás.	Pasadas de voltereta adelante y atrás.	Colchonetas.	15 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Conocer secuencia a evaluar.	Trapecio Fijo.	El profesor demuestra la secuencia que los estudiantes deben preparar para ser evaluada y calificada.	Trapecio Fijo y colchonetón.	1 minuto.	Conocen secuencia de figuras básicas.
Vivenciar secuencia básica en el Trapecio Fijo y prepararse para la ejecución técnica.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, bancas suecas, Trapecio Fijo, colchonetón y colchonetas.	50 minutos.	Ejecutan secuencia de figuras básicas. Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Interactuar entre pares exponiendo su opinión.	Experiencias de la clase.	Comentar la clase y el cómo se sintieron en ella.		5 minutos.	Valoran las experiencias de la clase, manifiestan dicha valoración y prestan atención a sus compañeros.

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Estando cada estudiante con su cuerda, realizar los siguientes saltos guiados por el profesor al ritmo de la música:

- Salto a pies juntos, estático y moviéndose por el espacio.
- Salto galopa (alternando los pies), estático y moviéndose por el espacio.
- Salto con una sola pierna, luego con la otra.
- Salto lateral.
- Salto a pies juntos rotando el tren inferior hacia un lado y otro.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente.

Se continúa con volteretas adelante y atrás. Para esto se disponen de tres hileras de dos colchonetas y los estudiantes se ubican en parejas:

- Cada estudiante debe realizar tres pasadas de voltereta adelante y tres pasadas de voltereta atrás.

Secuencia a Evaluar.

El profesor debe mostrar la secuencia a evaluar en el aparato:

- *Colgado.*
- *Vuelo.*
- *Intermedia.*
- *Primera.*
- *Araña.*

- *Ángel uno.*
- *Ángel dos.*
- *Murciélago.*
- *Desarme y bajada.*

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Cincuenta minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de diez minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: En la barra cada estudiante debe realizar los siguientes ejercicios:

- Realizar la siguiente secuencia con la ayuda del compañero: desde la posición *colgado*, ovillarse con o sin impulso o ayuda del compañero hasta tocar la barra con los pies, desde aquí realizar la posición *intermedia* y después *primera*. Desde esta posición y si los estudiantes se sienten seguros, tomar la barra con una mano y soltar la corva del mismo lado de la mano suelta. Realizar este ejercicio tres veces, cada estudiante.

Bancas Suecas: Realizar este ejercicio con las bancas separadas a una distancia cómoda para todos los estudiantes:

- Contracción isométrica de dorsales y glúteos. Tenderse decúbito dorsal, apoyando en una banca los talones y en la otra la zona cervical. Mantener la posición tabla con el cuerpo entre las bancas. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez.
- Contracción isométrica de abdominales. Tenderse decúbito ventral, apoyando en una banca las puntas de pie y en la otra los antebrazos. Mantener la posición tabla

con el cuerpo entre las bancas. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces quince segundos cada vez.

Trapecio Fijo: Aquí se debe realizar la secuencia que será evaluada:

- *Colgado.*
- *Vuelo.*
- *Intermedia.*
- *Primera.*
- *Araña.*
- *Ángel uno.*
- *Ángel dos.*
- *Murciélago.*
- *Desarme y bajada.*

Musculación: Con las cuerdas y en parejas realizar:

- Carrera con resistencia. La pareja se ubica uno adelante del otro, el estudiante de atrás entrelaza la cuerda por la cadera de su compañero y con su peso realiza la resistencia necesaria al de adelante, que realizará una pequeña carrera. Cada estudiante debe realizar este ejercicio de carrera con resistencia en tres oportunidades.
- Contracción isométrica. De dos o tres compañeros entrelazar las cuerdas entre sí y mantener una contracción isométrica con las piernas y los brazos. Realizar cuatro veces, treinta segundos cada vez.

Elongación:

- Estiramiento dorsal. "Puente". Tendido decúbito dorsal, apoyar palmas de las manos por detrás de la cabeza y plantas de los pies, desde esta posición elevar la cadera y extender codos. Realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez.
- Realizar secuencia de spaggatt descrita en la sesión número ocho. Realizar esta secuencia dos veces con cada pierna, manteniendo diez segundos en cada posición.

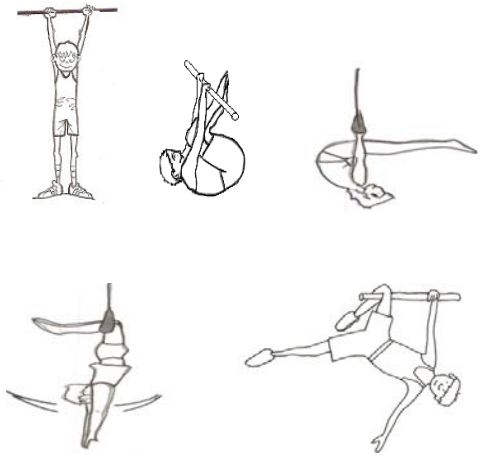
Cierre.

Tiempo destinado: Cinco minutos aproximadamente.

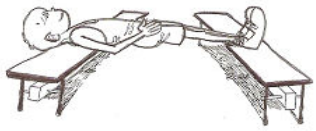
Reunir a los estudiantes, en círculo, conversar acerca de la experiencia de ésta sesión. Cómo han evolucionado, qué cosas creen les falta reforzar, cómo se sienten con la experiencia.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 9.

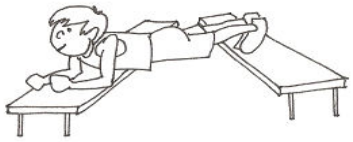
Estación: Barra fija
Realizar secuencia: colgado, ovillarse, entrar, intermedia, 1º y luego realizar variante. 3sx1r



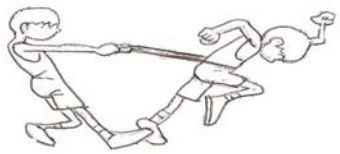
Estación: Bancas suecas
Plancha decúbito dorsal. 3rx15”



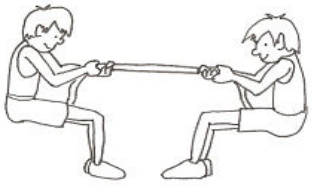
Plancha decúbito abdominal. 3rx15”



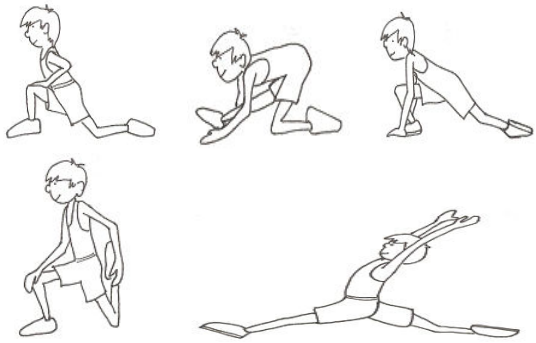
Estación: Musculación
Carrera con resistencia. 1sx3r



Mantención con cuerda. 4rx30”



Estación: Elongación
Secuencia de spaggatt. 2rx10” c/uno en c/postura con c/pierna.



Posición puente. 3rx15”



3.3.10.- Sesión 10.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Movilidad articular y entrada en calor.	Movimientos basados en Danza afro brasileras, dirigidos por el profesor.	Música y radio.	5 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer musculatura general.	Voltereta adelante y atrás.	Voltereta adelante y atrás, y variantes.	Colchonetas.	20 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Vivenciar secuencia básica en el Trapecio Fijo y prepararse para la ejecución técnica.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, bancas suecas, Trapecio Fijo, colchonetón y colchonetas.	50 minutos.	Practican secuencia de figuras básicas. Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Evaluar su proceso individual.	Reflexión crítica de su proceso.	Cada estudiante debe evaluar su proceso mediante una pauta.	Pauta.	5 minutos.	Evalúan su proceso mediante una reflexión crítica de las experiencias y su disposición y progreso en la unidad de aprendizaje.

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Cinco minutos aproximadamente.

Movimientos basados en Danza afro brasilera, dirigido por el profesor a modo de "monito mayor", con la música correspondiente e incorporando los movimientos propios de este tipo de Danza. A su vez realizar movilidad articular de:

- Hombros.
- Codos.
- Muñecas.
- Tobillos.
- Cadera.
- Cuello.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Veinte minutos aproximadamente.

Se continúa con volteretas adelante y atrás. Para esto se disponen de tres hileras de dos colchonetas y los estudiantes se ubican en parejas:

- Cada estudiante debe realizar tres pasadas de voltereta adelante y tres pasadas de voltereta atrás.
- Variante para la voltereta adelante. Realizar voltereta adelante, pero llegando hasta la "posición pinza" (tronco y cabeza dejan caer su peso sobre los muslos), mantener tres segundos y luego realizar la "posición vela", desde esta posición dar un gran impulso con las piernas y ponerse de pie. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces.
- Variante para la voltereta atrás. Realizar una voltereta atrás ovillada, pero al momento de apoyar las manos en la colchoneta las piernas se separan y se apoyan

los pies sobre ésta. Desde esta posición extender los codos para lograr ponerse de pie con las piernas separadas y extendidas. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces.

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Cincuenta minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de diez minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: En la barra cada estudiante debe realizar los siguientes ejercicios:

- Realizar la siguiente secuencia con la ayuda del compañero: desde la posición *colgado*, ovillarse con o sin impulso o ayuda del compañero hasta tocar la barra con los pies, desde aquí realizar la posición *intermedia* y después *primera*. Desde esta posición y si los estudiantes se sienten seguros, tomar barra con una mano y soltar la corva del mismo lado de la mano suelta. Realizar esta secuencia tres veces, cada estudiante.

Bancas Suecas: Realizar este ejercicio con las bancas separadas a una distancia cómoda para todos los estudiantes:

- Contracción isométrica de dorsales y glúteos. Tenderse decúbito dorsal, apoyando en una banca los talones y en la otra la zona cervical. Mantener la posición tabla con el cuerpo entre las bancas. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez.
- Contracción isométrica de abdominales. Tenderse decúbito ventral, apoyando en una banca las puntas de pie y en la otra los antebrazos. Mantener la posición tabla con el cuerpo entre las bancas. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez.

Trapecio Fijo: Aquí se debe realizar la secuencia que será evaluada:

- *Colgado.*
- *Vuelo.*
- *Intermedia.*
- *Primera.*
- *Araña.*
- *Ángel uno.*
- *Ángel dos.*
- *Murciélago.*
- *Desarme y bajada.*

Musculación: En parejas realizar:

- "Tijeras con el compañero". Realizar cuatro series de quince repeticiones cada uno.

Elongación:

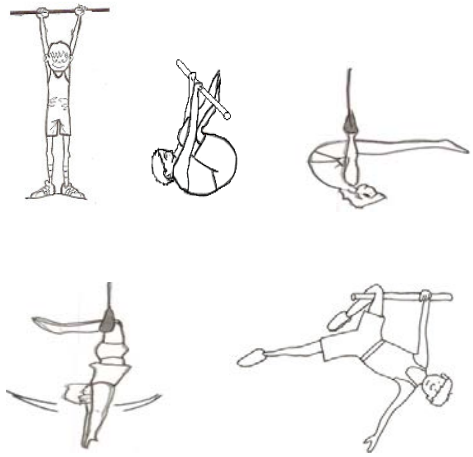
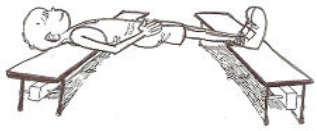
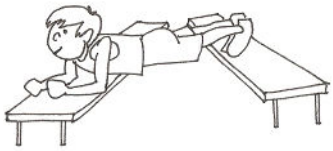
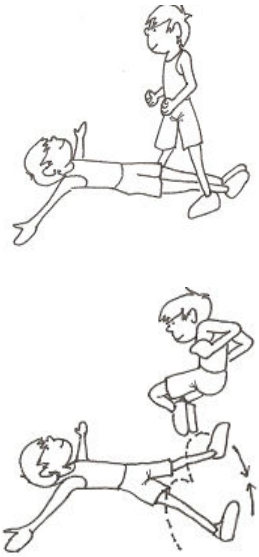
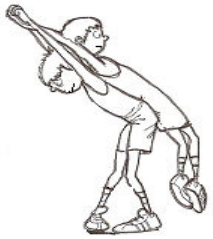
- Estiramiento de pectorales y dorsales en pareja. Espalda en contacto con espalda, los estudiantes elevarán sus manos por sobre la cabeza, extendiendo totalmente los codos, se tomarán de las manos y uno cargará al otro sobre su espalda y traccionará levemente los brazos del compañero. Realizar este ejercicio dos veces, veinte segundos cada vez.
- Estiramiento dorsal. "Puente". Tendido decúbito dorsal, apoyar palmas de las manos por detrás de la cabeza y plantas de los pies, desde esta posición elevar la cadera y extender codos. Realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez.

Cierre.

Tiempo destinado: Cinco minutos aproximadamente.

Reunir a los estudiantes, en círculo, entregar pauta de autoevaluación y pedir a cada estudiante que evalúe su proceso.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 10.

<table>
<tr>
<td>Estación: Barra fija
Realizar secuencia: colgado, ovillarse, entrar, intermedia, 1° y realizar variante. 3sx1r
</td>
<td>Estación: Bancas suecas
Plancha decúbito dorsal. 3rx15”

Plancha decúbito abdominal. 3rx15”
</td>
</tr>
<tr>
<td>Estación: Musculación
Tijeras con el compañero. 4sx15r c/uno.
</td>
<td>Estación: Elongación
Estiramiento pectoral y dorsal. 2rx20” c/uno.

Posición puente. 3rx15”
</td>
</tr>
</table>

3.3.11.- Sesión 11.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Movilidad articular y entrada en calor.	Trote y movilidad articular por el espacio, en diferentes direcciones al ritmo de la música, a la señal realizar las diferentes actividades propuestas por el profesor.	Música y radio.	10 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Elongar musculatura general.	Flexibilidad.	Elongación dirigida por el profesor.	Colchonetas.	15 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Ejecutar secuencia en el aparato.	Trapecio Fijo. Secuencia de figuras básicas.	Ejecución de secuencia a evaluar.	Trapecio Fijo y colchonetón.	40 minutos.	Ejecutan secuencia básica de figuras en el aparato.
Interactuar entre pares exponiendo su opinión.	Integración de las experiencias de la unidad de aprendizaje.	Comentar la unidad de aprendizaje, su experiencia y el cómo vivenciaron la evaluación y su preparación.		10 minutos.	Valoran las experiencias de la unidad de aprendizaje, manifiestan dicha valoración y prestan atención a sus compañeros.

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Trote y movilidad articular por el espacio, en diferentes direcciones, al ritmo de la música. A la señal del profesor realizar:

- Salto agrupado llevando las rodillas al pecho.
- Cargar al compañero a "caballito".
- Rodar por el suelo.
- Agruparse de tres estudiantes, tomar al compañero del medio y transportarlo por el espacio.
- Correr de espalda, sin chocar con el compañero.
- Saltar en un pie, luego en el otro.
- Galopa lateral.
- Chassé.

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente.

Elongación dirigida por el profesor.

- En parejas. Sentados con las piernas separadas y con las rodillas extendidas, teniendo contacto con los pies contrarios entre compañeros, tomarse de las manos. Mientras uno acerca la espalda al suelo el otro acerca el pecho. Quien acerca la espalda al suelo debe traccionar levemente las manos del compañero para que éste acerque más el pecho al suelo. Realizar este ejercicio seis veces, manteniendo quince segundos cada vez.
- Apoyar rodillas y empeines en el suelo, formar un ángulo de 90° con los segmentos pierna y muslo, de esta forma extender los brazos sobre el suelo y ejercer presión

con los hombros hacia el piso. Realizar este ejercicio dos veces, treinta segundos cada vez.

- Estiramiento dorsal. “Puente”. Tendido decúbito dorsal, apoyar palmas de las manos por detrás de la cabeza y plantas de los pies, desde esta posición elevar la cadera y extender codos. Realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez.
- Realizar secuencia de spaggatt explicada en la sesión número ocho.

Desarrollo del tema principal: Evaluación de secuencia.

Tiempo destinado: Cuarenta minutos aproximadamente. Un minuto por estudiante más diez minutos extras para realizar el cambio entre estudiantes en el aparato (la secuencia no tarda más de cuarenta y cinco segundos por estudiante a un ritmo lento, pero se aproxima a un minuto para que éstos se relajen y ejecuten la secuencia con tranquilidad y seguridad).

Cierre.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

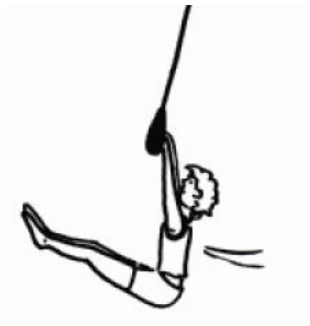
Reunir a los estudiantes, en círculo, y conversar respecto de sus experiencias en la unidad de aprendizaje, su apreciación de los contenidos y de la evaluación, además entregar datos respecto a su ejecución.

Secuencia a evaluar.

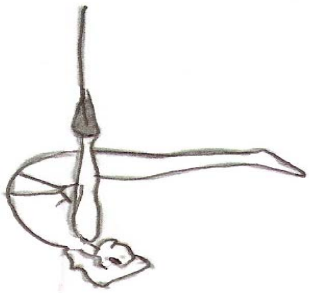
Colgado



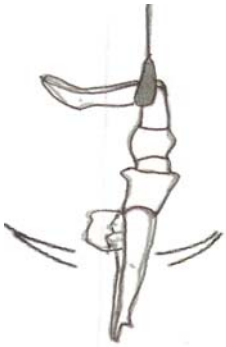
Vuelo



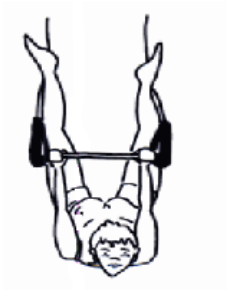
Intermedia



Primera



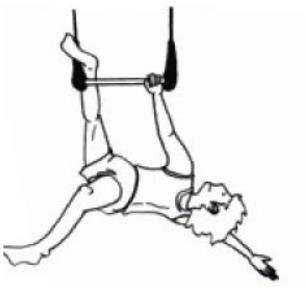
Araña



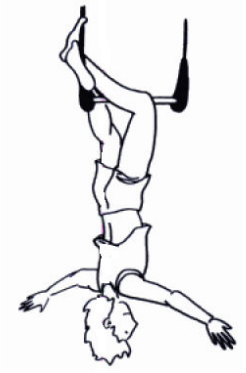
Ángel 1



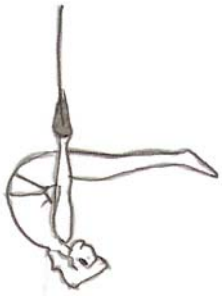
Ángel 2



Murciélago



Bajada: intermedia y terminar colgado.





3.3.12.- Sesión 12.

Planificación.

OBJETIVO ESPECÍFICO	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO APROX.	INDICADOR DE EVALUACIÓN
Prepararse física y psicológicamente para la actividad.	Entrada en calor.	Saltos grupales con cuerda.	Cuerda.	10 minutos.	Ejecutan la actividad de manera activa, siguiendo las indicaciones y mostrando interés en la actividad.
Fortalecer y elongar musculatura general.	Voltereta adelante y atrás.	Pasadas de voltereta adelante y atrás, y variantes.	Colchonetas.	15 minutos.	Aplican y fortalecen sus capacidades condicionales de la motricidad en las actividades propuestas.
Vivenciar movimientos experimentales y figuras en el Trapecio Fijo. Prepararse para la ejecución técnica.	Trapecio Fijo y acondicionamiento físico.	Estaciones.	Barras fijas, bancas suecas, Trapecio Fijo, colchonetón y colchonetas.	45 minutos.	Experimentan movimientos en el aparato, vivencian figuras determinadas en el aparato. Ejecutan las actividades de cada estación siguiendo las indicaciones del profesor y/o guiándose por la cartilla dispuesta para la sesión.
Representar la continuidad de una historia haciendo uso de la improvisación.	Expresividad.	Improvisación. Continúa la historia.		10 minutos.	Utilizan su expresividad para continuar una narración de manera coherente.

Descripción de actividades.

Calentamiento General.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

En esta clase se entregan las notas correspondientes a la evaluación sumativa del proceso y se realiza una clase de finalización de ésta, un poco más libre en el aparato Trapecio Fijo, en donde los estudiantes podrán realizar algunas figuras nuevas sugeridas por el profesor o experimentar por sí mismos. Se realiza la sesión con las mismas características de las anteriores.

Saltos grupales con cuerda: se reúnen los estudiantes en grupos de siete u ocho estudiantes y atan varias cuerdas, de esta manera se puede jugar de forma grupal. Paralelamente los grupos estarán realizando juegos como: "Chascona", "manzanita del Perú" o "el relojito".

Calentamiento Específico.

Tiempo destinado: Quince minutos aproximadamente.

Se realizan volteretas adelante y atrás. Para esto se disponen de tres hileras de dos colchonetas y los estudiantes se ubican en parejas:

- Cada estudiante debe realizar tres pasadas de voltereta adelante y tres pasadas de voltereta atrás.
- Variante para la voltereta adelante. Realizar voltereta adelante, pero llegando hasta la "posición pinza" (tronco y cabeza dejan caer su peso sobre los muslos), mantener tres segundos y luego realizar la "posición vela", desde esta posición dar un gran impulso con las piernas y ponerse de pie. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces.
- Variante para la voltereta atrás. Realizar una voltereta atrás ovillada, pero al momento de apoyar las manos en la colchoneta las piernas se separan y se apoyan

los pies en ésta. Desde esta posición extender los codos para logar ponerse de pie con las piernas separadas y extendidas. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces.

Desarrollo del tema principal.

Tiempo destinado: Cuarenta y cinco minutos aproximadamente.

Estaciones.

El trabajo en cada estación tendrá una duración aproximada de ocho minutos, luego de esto se rota a los estudiantes a la derecha. En cada estación existirán alrededor de seis estudiantes.

Barras Fijas: En la barra cada estudiante debe realizar los siguientes ejercicios:

- Realizar la siguiente secuencia con la ayuda del compañero: desde la posición *colgado,* ovillarse con o sin impulso o ayuda del compañero hasta tocar la barra con los pies. Realizar cinco series de cinco repeticiones cada uno.

Bancas Suecas: Realizar este ejercicio con las bancas separadas a una distancia cómoda para todos los estudiantes:

- Contracción isométrica de dorsales y glúteos. Tenderse decúbito dorsal, apoyando en una banca los talones y en la otra la zona cervical. Mantener la posición tabla con el cuerpo entre las bancas. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez.
- Contracción isométrica de abdominales. Tenderse decúbito ventral, apoyando en una banca las puntas de pie y en la otra los antebrazos. Mantener la posición tabla con el cuerpo entre las bancas. Cada estudiante debe realizar este ejercicio tres veces, quince segundos cada vez.

Trapecio Fijo: Desde la posición *colgado* realizar vuelos de experimentación, para después con las rodillas extendidas dar el vuelo suficiente que permita al estudiante entrar a

intermedia por debajo de la barra. Desde aquí realizar *primera,* y desde ésta realizar movimientos experimentales de los estudiantes o las siguientes figuras sugeridas por el profesor:

- *Entradas a spaggatt al Trapecio Fijo*: Desde *intermedia* dejar una pierna a cada lado de la barra y realizar la posición spaggatt vista en la barra fija, desde aquí enganchar la corva de adelante y trabar el pie de la misma con la corva de la pierna suelta, de esta forma quedar colgando de una corva.
- *Equilibrio de isquiones*: Desde la posición *sentado* elevar las rodillas lo máximo posible hasta encajar el triángulo creado por los isquiones y el sacro en la barra del trapecio. Ejercicio ya practicado en el suelo y encima del palo de escoba. En esta posición encontrar el equilibrio.
- *Equilibrio de sacro*: Desde la posición *sentado* y tomando firmemente las cuerdas, deslizar el cuerpo hasta que el sacro quede en contacto con la barra. Desde aquí encontrar el equilibrio con el cuerpo extendido y soltando de a poco las cuerdas.
- *Equis*: Desde la posición *sentado* y tomando las cuerdas firmemente deslizar el cuerpo hasta que el sacro quede en contacto con la barra, y desde aquí separar las piernas lo máximo posible para trabar con éstas las cuerdas. Separar los brazos para crear la figura de *equis*.

<u>Musculación</u>: Decúbito ventral realizar:

- Flexo-extensiones de codos, con rodillas apoyadas en el suelo y codos pegados a las costillas (reforzar musculatura de tríceps). Realizar cuatro series de cinco repeticiones cada uno.
- Mantención de postura “El Peregrino”. Decúbito ventral, afirmando los antebrazos y manteniendo el cuerpo extendido como una tabla. Realizar este ejercicio dos veces, treinta segundos cada vez.

<u>Elongación</u>: Realizar:

- En parejas, un estudiante en posición decúbito ventral, con los brazos extendidos adelante, el otro estudiante debe situarse de pie, con cada uno de éstos al lado de las

costillas de su compañero. El estudiante que está de pie debe tomar los antebrazos del que está tumbado y traccionar hacia sí para elongar los hombros del compañero. Realizar este ejercicio dos veces, veinte segundos cada vez.

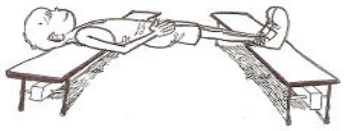
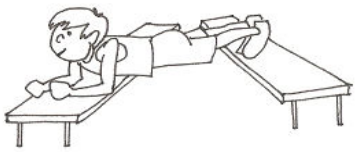
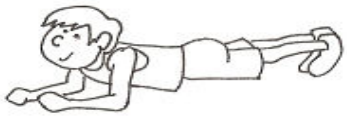
- Desde posición sentado, apoyar las manos en el suelo apuntando con los dedos hacia atrás, desde esta posición deslizar el cuerpo hacia delante sin cambiar de lugar las manos. Mantener en el máximo rango articular. Realizar este ejercicio dos veces, quince segundos cada vez.

Cierre.

Tiempo destinado: Diez minutos aproximadamente.

Reunir a los estudiantes y tenderse todos en el suelo formando un círculo, con las cabezas hacia fuera y los pies hacia adentro. Todos los estudiantes se encuentran con los ojos cerrados mientras que el profesor comienza a contar una historia. La idea es que cada estudiante siga con la historia cuando llegue su turno, este turno será asignado cuando el profesor pase al lado de algún estudiante y le toque la cabeza. De esta forma todos los estudiantes deben estar atentos a la historia, porque les puede tocar seguir con ésta en cualquier momento, desarrollando de esta forma el poder de improvisación y la creatividad.

Cartilla de ejercicios por estación. Sesión 12.

Estación: Barra fija Realizar secuencia: colgado, ovillarse y tocar barra con los pies. 5sx5r 	**Estación: Bancas suecas** Plancha decúbito dorsal. 3rx15”  Plancha decúbito abdominal. 3rx15” 
Estación: Musculación Flexo- extensiones de codos con rodillas apoyadas en el suelo. 4sx5r  Mantención de postura “El Peregrino”. 2rx30” 	**Estación: Elongación** Elongación de hombro y espalda en pareja. 2rx20” c/uno  Elongación de hombros. Sentados en suelo brazos hacia atrás. 2rx15” 

3.4.- Evaluación.

Se realiza una evaluación integradora al final del proceso, la cual consiste en que los estudiantes ejecuten una secuencia de movimientos y figuras en el Trapecio Fijo, fijada y enseñada por el profesor utilizando los recursos vistos en clases. Además cada estudiante debe interpretar en su ejecución un concepto dado en las sesiones anteriores.

La calificación final se basa en una autoevaluación por parte de los estudiantes, la evaluación de la secuencia básica en el aparato y una evaluación por parte del profesor a modo de valorar el proceso de cada estudiante, sus logros, esfuerzos y actitud frente a la unidad de aprendizaje. El objetivo de considerar todas estas evaluaciones es garantizar que en la sumatoria de éstas se aprecien todas o la mayoría de las dimensiones o ejes de la técnica aérea circense Trapecio Fijo.

Todas las evaluaciones de la unidad de aprendizaje se llevan a cabo mediante un instrumento de evaluación, la Escala de Apreciación. En éstas el puntaje asignado a los niveles de logro va del uno (1) al cinco (5). La evaluación se realiza con la mitad del puntaje total (50%) como límite para la nota de aprobación, es decir, para obtener nota cuatro (4,0) el estudiante debe conseguir la mitad del puntaje total. Las pautas, generadas por las autoras, para evaluar esta unidad de aprendizaje son las siguientes:

Instrumento de Evaluación sumativa.

Donde:

- ***Figuras***

5 corresponde a: ***La figura y el proceso de armado de ésta se observa en su ejecución y técnica, demostrando fluidez y precisión.***

4 corresponde a: ***La figura y el proceso de armado de ésta se observa correcta en su ejecución y técnica, pero demuestra dificultades en la precisión y/o fluidez.***

3 corresponde a: ***La figura se observa correcta en su ejecución, pero no se observa fluidez y/o precisión en el proceso de armado.***

2 corresponde a: ***La figura se observa incompleta en su ejecución. No demuestra fluidez ni precisión.***

1 corresponde a: ***La figura no se observa.***

- ***Interpretación***

5 corresponde a: ***Se observa durante toda la ejecución expresividad acorde al concepto.***

4 corresponde a: ***Se observa durante la mayor parte de la ejecución expresividad acorde al concepto.***

3 corresponde a: ***Sólo en momentos de la ejecución se observa expresividad acorde al concepto.***

2 corresponde a: ***Se observa intencionalidad de expresar el concepto, pero no existe concreción al respecto.***

1 corresponde a: ***No se observa.***

	Figuras	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
1	Colgado					
2	Vuelo					
3	Intermedia					
4	Primera					
5	Araña					
6	Ángel uno					
7	Ángel dos					
8	Murciélago					
9	Desarme y bajada					
	Interpretación	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
10	Interpretación de concepto					
			Puntaje Final		**Nota**	

Instrumento de autoevaluación.

Donde:

5 corresponde a: ***Siempre.***

4 corresponde a: ***Generalmente.***

3 corresponde a: ***A veces.***

2 corresponde a: ***Rara vez.***

1 corresponde a: ***Nunca.***

	Indicadores de evaluación	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
1	Fui puntual para llegar a la clase.					
2	Participé en todas las actividades propuestas por el profesor.					
3	Me esforcé al cien porciento para conseguir ejecutar las figuras en el aparato.					
4	Manifesté conductas de autocuidado durante el transcurso de las sesiones.					
5	Respeté y cuidé la integridad física de mis compañeros.					
6	Valoré y respeté las creaciones e interpretaciones de mis compañeros.					
7	Fui respetuoso con mi profesor.					
8	Realicé los ejercicios entregados en las cartillas de cada sesión.					
9	Evidencié progresos en la ejecución de los ejercicios.					
10	Evidencié una mejora en mis capacidades condicionales de la motricidad gracias a las actividades de esta unidad de aprendizaje.					
11	Estuve siempre atento, motivado y dispuesto a conocer y aprender esta nueva técnica.					
12	Traje los materiales requeridos por el profesor (vestimenta deportiva, cuerda, asignación de tareas).					
			Puntaje Final		**Nota**	

Instrumento para la evaluación de proceso.

Donde:

5 corresponde a: ***Siempre.***

4 corresponde a: ***Generalmente.***

3 corresponde a: ***A veces.***

2 corresponde a: ***Rara vez.***

1 corresponde a: ***Nunca.***

	Indicadores de evaluación	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
1	Fue puntual para llegar a la clase.					
2	Participó en todas las actividades propuestas por el profesor.					
3	Se esforzó al cien porciento para conseguir ejecutar las figuras en el aparato.					
4	Manifestó conductas de autocuidado durante el transcurso de las sesiones.					
5	Respetó y cuidó la integridad física de sus compañeros.					
6	Valoró y respetó las creaciones e interpretaciones de sus compañeros.					
7	Fue respetuoso con su profesor.					
8	Realizó los ejercicios entregados en las cartillas de cada sesión.					
9	Progresó en la ejecución de los ejercicios.					
10	Progresaron sus capacidades condicionales de la motricidad gracias a las actividades de esta unidad de aprendizaje.					
11	Estuvo siempre atento, motivado y dispuesto a conocer y aprender esta nueva técnica.					
12	Trajo los materiales requeridos por el profesor (vestimenta deportiva, cuerda, asignación de tareas).					
			Puntaje Final		**Nota**	

CONCLUSIONES

Las autoras, basándose en la investigación desarrollada, por intermedio de indagaciones teóricas y empíricas, han arribado a las siguientes conclusiones:

- Los fundamentos que componen un Modelo Didáctico de técnica aérea circense Trapecio Fijo orientado hacia el desarrollo integral de los estudiantes de NM2 se basan principalmente en los aforismos de autores como Muska Mosston, Sánchez Bañuelos y Pedro Sáenz-López Buñuel. Postulados que fueron analizados y, puesto que no existe una definición o clasificación única de cuáles son los componentes de la didáctica, las autoras concluyeron que: objetivos, contenidos, métodos, recursos de enseñanza, formas de organización de la clase, estrategias metodológicas, estilos de enseñanza y evaluación, son los fundamentos propicios para el desarrollo del modelo propuesto.

- Gracias a la fundamentación teórica, correspondiente al capítulo I de esta investigación, las autoras logran diseñar un Modelo Didáctico acorde a las expectativas planteadas al comienzo de la investigación, aportando material de índole teórica a su preparación docente.

- La Ciencia de la Motricidad Humana, postulada por Manuel Sergio y los escritos respecto de la pertinencia de la inclusión del circo en la escuela, pertenecientes a Josep Invernó y Alain Fouchet, son los elementos científicos que sustentan la fundamentación teórica respecto de la inclusión del Trapecio Fijo a nivel escolar.

- Los fundamentos teóricos que hacen pertinente la inclusión de las actividades de circo en las clases de Educación Física corresponden a las capacidades sociales (dimensión proyectiva del ser: comunicar-expresar, jugar, ergonomía) y objetuales (dimensión extensiva del ser: habilidades básicas locomotrices, manipulativas y de estabilidad) propuestas por la Ciencia de la Motricidad Humana. Además de las

técnicas de ludoergomotricidad, la historia y evolución del circo, la búsqueda del desarrollo integral a través de la técnica aérea circense Trapecio Fijo y su ajuste a la unidad de deportes y actividades de autosuperación y expresión rítmica del MINEDUC para NM2 en el subsector de Educación Física.

- El MINEDUC delimita para NM2 tres ámbitos temáticos, dentro de los cuales se hace referencia a las actividades de expresión motriz. Debido a la investigación este modelo estaría acorde a los requerimientos del MINEDUC para este nivel, pues se espera que exista un espectro amplio y atractivo de áreas de desempeño, a lo cual el Trapecio Fijo se ajusta de manera óptima pues promueve el desarrollo de habilidades y actitudes sociales. Con la aplicación del modelo planteado por las autoras los OF y CMO pretendidos por las autoridades educacionales para el NM2, se cumplirían dando respuesta a las necesidades de la sociedad contemporánea, en el ámbito nacional.

RECOMENDACIONES

El arte es un medio de expresión humana de carácter creativo, es una forma de comunicar sensaciones, pensamientos y emociones a través de diferentes manifestaciones, por ello las autoras consideran necesario que se generen instancias que permitan a los estudiantes ser protagonistas y dueños de su cuerpo sintiendo la libertad de expresar, crear y transmitir.

- Tal como para el aprendizaje básico de algún deporte, para la enseñanza del Trapecio Fijo, se deben realizan juegos o actividades pre-deportivas, con reglas y materiales adaptados. Se pueden realizar actividades de asimilación con una barra fija y/o un columpio, o con cualquier material que el docente estime pertinente.

- Muchas veces la cantidad de estudiantes por curso es un obstáculo al que deben enfrentarse diariamente los docentes, pero se considera que con un máximo de treinta estudiantes sí se podría llevar a cabo la aplicación del modelo.

- Todo docente debe tener presente que pese a las adversidades es importante crear nuevas metodologías y estrategias para incentivar la práctica de actividad física.

- Los docentes de Educación Física, deben estar en constante renovación para poder conseguir la atención de todos los estudiantes y así lograr una clase exitosa, que no se vuelva monótona, provocando que los estudiantes se aburran y pierdan interés de estar en la clase.

- Cada profesor debe encontrar su propio estilo o sello de la clase, si bien el MINEDUC exige ciertos contenidos y propone enseñar éstos a través de ciertas actividades, esto no quiere decir que los contenidos se pueden enseñar sólo con las actividades sugeridas por éste.

- La presencia de dos docentes en el desarrollo de las sesiones facilitaría el aprendizaje por parte de los estudiantes, debido a una mayor individualización del proceso de enseñanza-aprendizaje.

BIBLIOGRAFÍA

Libros

- Araújo, Carlos, Manual de ayudas en gimnasia, PAIDOTRIBO, Barcelona, 2004.
- Blásquez Sánchez, Domingo, "La Educación Física", INDE, Barcelona, 2006.
- Contreras Jordan, Onofre, Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista, INDE, Barcelona, 1998.
- Da Fonseca Vítor. Estudio y Génesis de la Psicomotricidad, INDE, Barcelona, 1996.
- Flor, Iván, Gándara, Cristina y Revelo, Javier, "Manual de Educación Física", CULTURAL S.A. Madrid, 2008.
- Fouchet, Alain, Las artes del circo. Una aventura pedagógica, STADIUM, Buenos Aires, 2006.
- Grupo Docente, Enciclopedia de la Psicopedagogía. Pedagogía y Psicología, OCÉANO/CENTRUM, Barcelona, 2005.
- Invernó Josep, Circo y Educación Física. Otra forma de aprender, INDE, Barcelona, 2003.
- López Quintás, Alfonso, Como lograr una formación integral. El modo óptimo de realizar la acción tutorial, SAN PABLO, Madrid, 1996.
- Manzano Lagunas, Jorge, Educación Física y desarrollo integral, ISLA DE ARRIARÁN, 2006.

- Martí Castro, Isabel, Diccionario Enciclopédico de educación, CEAC, Barcelona, 2003.

- Mialaret, Gaston, Diccionario de ciencias de la educación, OIKOS-TAN, Barcelona, 1984.

- Muraro Povea, Juan, Los niños: Princesitas y Principitos. UMCE, Santiago, 2003.

- Muska, Moston y Ashworth, Sara, La enseñanza de la Educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza, HISPANO EUROPEA, Barcelona, 2001.

- Papalia, Diane y Wendkos Olds, Sally, Desarrollo Humano. Con aportaciones para Iberoamérica, MC GRAW HILL, Bogotá, 1998.

- Sáenz-López Buñuel, Pedro, La Educación Física y su didáctica. Manual para el profesor, WANCEULEN, Cádiz, 1997.

- Sánchez Bañuelos, Fernando, Bases para una didáctica de la Educación Física y el deporte, GYMNOS, Madrid, 1992.

- Serrabona, Manuel y colaboradores, 1001 ejercicios y juegos de calentamiento, PAIDOTRIBO, Barcelona, 2006.

- Soares, Carmem Lúcia, Imagens da Educação no Corpo, AUTORES ASSOCIADOS, Campinas, 1998.

- Trigo, Eugenia y colaboradores, Creatividad y Motricidad, INDE, Barcelona, 1999.

- Trigo, Eugenia y colaboradores, Fundamentos de la Motricidad, GYMNOS, Madrid, 2000.

- Trigo, Eugenia y colaboradores, Fundamentos de la Motricidad. Aspectos Teóricos, Prácticos y Didácticos, GYMNOS, Madrid, 2000.

- Trigo, Eugenia y de la Piñera, Sofía, Manifestaciones de la Motricidad, INDE, Barcelona, 2000.

- Trigo, Eugenia y Montoya, Harvey, Aportes de la Motricidad Humana para Educación Física, Universidad Central, Santiago, 2007.

- Vásquez, Benilde (coordinador), Bases educativas de la actividad física y el deporte, SÍNTESIS, Madrid, 2001.

Publicaciones

- Barbizet J., La notion de conduite verbale. Son aplication à la pathologie du lenguaje, 1964.

- Brozas Polo, María Paz, La recuperación del trapecio en la educación física: de la historia a la didáctica, España, INCAFD de Castilla y León, 2003.

- Ministerio de Educación, Programa de Estudio Segundo Año Medio, Educación Física, Chile.

- Cohelo Bortoleto, Marco Antonio, Circo y Educación Física: los juegos circenses como recurso pedagógico, Revista Stadium n°195, Buenos Aires, 2006.

- Red Internacional de Investigadores en Motricidad Humana, La Ciencia de la Motricidad Humana como área autónoma de conocimiento, 2006, Pág. 253.

- Ferreira, Mariela, Concepciones sobre la formación integral y su relación con la enseñanza de la Danza como manifestación de Expresión Corpórea, UMCE, Santiago, 2008.

Memorias

- Gómez Víctor, Gómez Karen, Propuesta Metodológica para la enseñanza de actividades circenses como contenido del subsector de Educación Física. El Malabarismo y las Portadas, Memoria para optar al título de Profesor de Educación Física, Deportes y Recreación, Chile, 2001.

- Pérez Daza, Marcelo, "El circo social; como herramienta de intervención comunitaria para la prevención de conductas de riesgo psicosocial: un estudio cualitativo a partir de las vivencias de adolescentes y jóvenes del programa Previene- Conace de circo social de la comuna de Maipú", Universidad Santo Tomás, Santiago, 2008.

Páginas Web

- http://artesescenicas.byethost15.com/circo/historia-del-circo.htm, miércoles 19 de mayo de 2010, 19:50 hrs.

- http://cprcalat.educa.aragon.es/jornadasef/elcirco.htm, viernes 07 de mayo de 2010, 15:25 hrs.

- http://es.wikipedia.org/wiki/Desarrollo_humano, lunes 24 de mayo de 2010, 21:30 hrs.

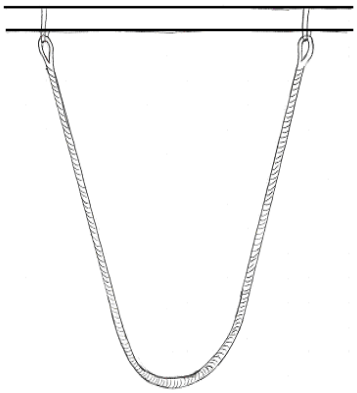
- http://presencias.net/indpdm.html?http://presencias.net/educar/ht1025.html, domingo 16 de mayo de 2010, 12:30 hrs.

❖ http://www.juanmanueldefaraminangilbert.org/blog/wpcontent/uploads/2009/04/Elcirco.pdf, miércoles 26 de mayo de 2010, 20:10 hrs.

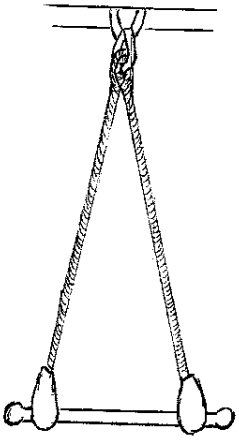
ANEXOS

IMAGÉNES

i.- *Cuerda Volante.*



ii.- *Triángulo Móvil.*



iii.- *Mosquetón de seguridad.*



iv.- *Eslinga de seguridad.*

