



Metodologia per a l'ensenyament-aprenentatge de la rutina en la gimnàstica aeròbica esportiva

Dra. C. Ramona Carro Asén*

Direcció

Dr. C. Bergelino Zaldívar Pérez

Vicepresident del tribunal permanent de Ciències de la Cultura Física i l'Esport a Cuba, pertanyent a la Universitat de Ciències de la Cultura Física i l'Esport (Cuba)

Data de lectura: 4 de desembre de 2017



Editat per:

© Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Institut Nacional d'Educació
Física de Catalunya (INEFC)

ISSN: 2014-0983

*Correspondència:

Dra. C. Ramona Carro Asén
rcarro@ult.edu.cu

Secció:

Tesis doctorals

Idioma de l'original:

Portuguès

Coberta:

Handbol Espanya.
Ademar León i Liberbank
Sinfin disputen el primer
partit amb mascaretes
durant un partit de la lliga
Sacyr Asobal l'octubre
de 2020, per a complir la
normativa regional de la
COVID-19.
J.Casassis/(EPA) EFE/
lafototeca.com

Resum

Resultats de recerques precedents, observacions a competències nacionals i provincials i indagacions realitzades a especialistes de diferents regions del país, van evidenciar insuficiències tècniques en l'execució de la rutina en la gimnàstica aeròbica esportiva, entre les quals predominen: limitat ús de transicions, incorrecte acabament dels exercicis i descoordinació entre moviments i ritme musical. Les rutines transmeten falta de fluïdesa i integració i no expliquen una història; això mostra que es requereix un millor procés d'ensenyament-aprenentatge ja que, encara que hi ha un projecte nacional, falta un instrument metodològic que orienti el professorat.

Per solucionar aquesta problemàtica es dissenya una metodologia que integra els components que identifiquen la rutina, l'essència de la qual rau a utilitzar els passos que la conformen com un tot únic i facilitar l'ensenyament des de la seva concepció flexible, sistèmica, integradora i contextual. Es va elaborar una definició operacional per al desenvolupament de la recerca, "Disseny coreogràfic", determinat com el procediment de combinar accions motrius per crear i ordenar, en l'espai, seqüències de moviments que tenen una lògica interna i amb un determinat sentit o intenció que s'expressen de forma corporal i artística. A aquest disseny s'integren moviments, desplaçaments, ritme, expressió corporal, espai i estil.

En el procés de recerca emergeix un sistema de principis que caracteritzen i fonamenten la metodologia i distingeixen el procés d'ensenyament i aprenentatge de la rutina en aquesta activitat esportiva: principi de la integració de l'execució i la música i principi de la seqüencialitat. Es van utilitzar mètodes científics que van permetre recopilar informació respecte a l'estat inicial del procés d'ensenyament-aprenentatge de la rutina, dissenyar la metodologia i obtenir i processar els resultats del preexperiment, on es va constatar una millor planificació de la classe atenent les seves particularitats, en les quals s'utilitzen mitjans per reforçar el missatge que contribueix a la comprensió de la qual cosa es vol aconseguir, s'aconsegueix la individualització en l'ensenyament, a partir de les deficiències de cada practicant i la contextualització segons la modalitat, aspectes que es demostren fonamentals per a l'execució correcta dels practicants. Els resultats de totes les mesures descriptives, segons experts amb alt nivell de competència, mostren consens en cada un dels indicadors valorats. Aquests van estimar que la metodologia proposada era pertinent per a la seva implementació a la pràctica. Així mateix, el nivell de satisfacció evidenciat pels usuaris va confirmar una tendència favorable dels professors cap a la metodologia aplicada, resultats que mostren la pertinència i viabilitat de la metodologia per aconseguir un adequat procés d'ensenyament - aprenentatge de la rutina que s'expressa en la integració dels seus components com a una nova concepció metodològica.

Paraules claus: metodologia; rutina; gimnàstica aeròbica esportiva.