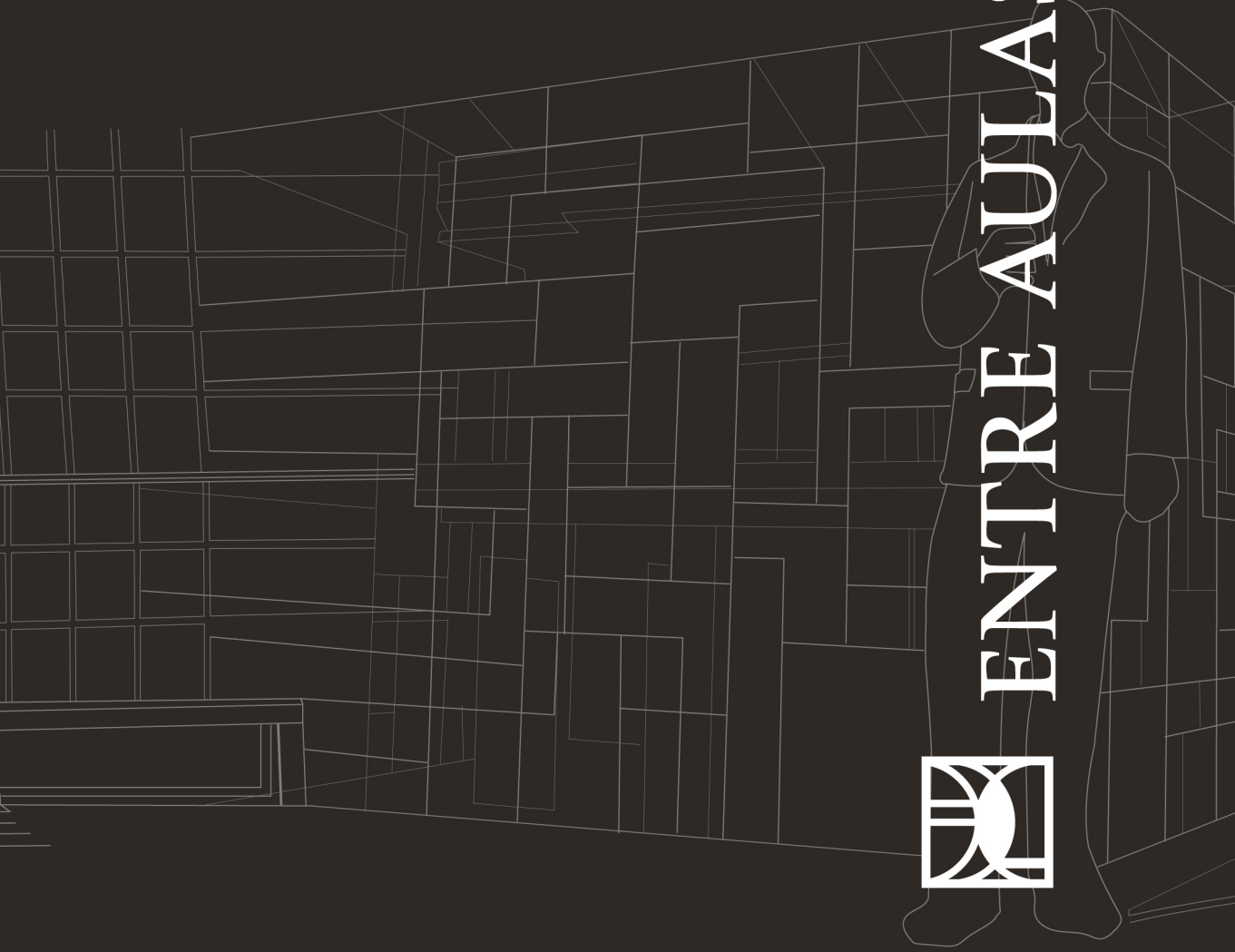




# ENTRE AULAS Y PATIOS



# Danza aérea, una alternativa para la sesión de educación física en México

## Aerial dance, an alternative for the physical education session in Mexico

María Isabel Almeida Gómez \*  
José Luis González Cabrera \*\*

Fecha de recepción: 31 de junio de 2024  
Fecha de aceptación: 10 de diciembre de 2024

### RESUMEN

El objetivo del estudio fue utilizar la iniciación a la danza aérea en las sesiones de Educación Física de nivel preescolar. El estudio presentó un enfoque mixto, con alcance exploratorio, por medio del diseño de investigación acción. La muestra se conformó con 20 niños (7 niñas y 13 niños) de entre 5 y 6 años al momento de la propuesta de intervención en la alcaldía de Iztapalapa en la Ciudad de México. Los escenarios utilizados en el estudio fueron el patio y el aula de psicomotricidad, los cuales se adaptaron con los materiales necesarios para la propuesta de intervención. El instrumento utilizado fue el examen psicomotor de Picq y Vayer (1995). Las conclusiones señalan que la danza aérea, como un arte circense, ofrece múltiples beneficios al estimular las capacidades perceptivo-motrices, sociomotrices y habilidades y destrezas básicas. También se logró constatar que, al ser una propuesta diferente a las tradicionales, permitió la innovación y potencializar la Educación Física con una gama de posibilidades con el alumnado, padres de familia y autoridades educativas.

### ABSTRACT

The objective of the study was to use the introduction to aerial dance in the Physical Education sessions at the preschool level. The study presented a mixed approach, with an exploratory scope, through the action research design. The sample was made up of 20 children (7 girls and 13 boys) between 5 and 6 years of age at the time of the intervention proposal in the Iztapalapa mayor's office in Mexico City. The settings used in the study were the playground and the psychomotor classroom, which were adapted with the necessary materials for the intervention proposal. The instrument used was the psychomotor examination by Picq and Vayer (1995). The conclusions indicate that aerial dance as a circus art offers multiple benefits such as stimulating perceptual-motor and socio-motor capacities and basic abilities and skills. It was also possible to verify that, being a different proposal from the traditional ones, it allowed innovation and potentialize the benefits. of Physical Education with a range of possibilities with students, parents and educational authorities.

### Palabras clave:

*Educación física, danza aérea, artes circenses.*

### Keywords:

*Physical education, aerial dance, circus arts.*

\* Docente de Educación Física en la Escuela Superior de Educación Física, México.

\*\* Docente de Educación Física en la Escuela Superior de Educación Física, México.

## Introducción

Es probable que al hablar de danza aérea en la clase de Educación Física, como una propuesta de enseñanza en el nivel preescolar para alcanzar los procesos de desarrollo de aprendizaje, pueda ser considerado un tema descabellado, por considerarse que es una disciplina que no se puede desarrollar por diferentes factores ajenos al educador físico; no obstante, en este estudio se presenta como una alternativa viable para innovar la práctica docente del educador físico, en el contexto de la Nueva Escuela Mexicana.

La danza aérea fuera del contexto educativo ha sido una actividad emergente en los últimos años en México; sin embargo, en educación física es un tema que no se había vislumbrado como una estrategia de enseñanza aplicable. Otro tipo de danza, como lo es la folclórica, es más reconocida y aceptada por los educadores físicos. La danza ha estado presente en la historia de la humanidad desde hace miles de años, ya sea en forma de ritual cultural o de expresión individual. Esta manifestación artística ha perdurado hasta nuestros días, y ha transitado diversos estadios, en los cuales se fue adaptando a las exigencias y necesidades históricas. Es considerada una de las bellas artes más antigua, que coloca en el punto de enfoque al cuerpo en sí mismo, así como al movimiento y expresión de este. Debido a ello, es considerada una forma de comunicación. Es difícil conceptualizar la danza, debido a todas las aristas que de ella emergen. Para García Russo (1997) la danza es:

Es una actividad humana; universal, porque se extiende a lo largo de toda la Historia de la Humanidad, a través de todo el planeta, se contempla en ambos sexos y se extiende a lo largo de todas las edades; motora, porque utiliza el cuerpo humano a través de técnicas corporales específicas para expresar ideas, emociones y sentimientos, siendo condicionada por una estructura rítmica...” (p. 16).

Desde esta perspectiva, se puede decir que la danza está inmersa en prácticamente cualquier esfera del ser humano, por lo que es un medio por el cual pueden canalizarse un sinnúmero de ideas, sentimientos, emociones, etc. Se dice que de aquí surgen otras artes como el teatro, ya que sus orígenes se remontan a tiempos antiguos de la humanidad.

Según Tacunduva y Molinari (2010) el circo se fue adaptando al periodo histórico y el contexto social que permeaba en la época. Este se compone de diversas artes circenses, caracterizadas por la destreza física y el riesgo, por ejemplo, lo malabares, la contorsión, la acrobacia, monociclo, entre otras.



La enseñanza de las artes circenses se ha mantenido oculta. De acuerdo con Libaak (2019) el “circo tradicional” se manejaba por dinastías familiares, las cuales transmitían sus conocimientos de forma oral, sin dejar registros materiales, porque han sido un círculo extremadamente cerrado en el cual no podía ingresar alguien externo a la familia.

La danza aérea es una disciplina que combina diferentes artes escénicas, para crear actos que involucran elementos propios ejecutados en el aire, con la ayuda de algún implemento adecuado, suspendido a varios metros del suelo. Tiene orígenes poco certeros, aunque la práctica más cercana a esta, de la que se tiene evidencia, es el ritual de Nagol, un ritual de iniciación de los hombres de Vanuatu, en la isla Pentecostés. Consiste en arrojar de cabeza desde una torre de varios metros de altura, construida con ramas, sujetados únicamente por los tobillos con lianas, sin ningún tipo de seguridad al aterrizar, únicamente está la tierra, la cual deben tocar con los hombros, que simboliza una bendición para la misma.

El ritual es una expresión de masculinidad. Lo llevan a cabo los bwahri, los guerreros, que intentan mostrar su coraje saltando desde las altas torres. Los niños más pequeños saltarán desde niveles inferiores, ganando así su lugar entre los hombres, lo que se considera un rito de iniciación importante. (Ancient Origins, 2020).

Existe la versión de la tradición circense francesa de los años cincuenta: un estudiante de cuerda volante descubrió un armado con tela y con ello presentó un número con un tipo de danza nueva, dando origen a la disciplina de la danza aérea.

La Educación Física contemporánea enfrenta diferentes retos en el contexto escolar y social, uno de los principales es reinventar las prácticas docentes en su didáctica para ofertar nuevas formas de enseñar y estimular la motricidad en los niños. Con este propósito se realizó la investigación *Danza aérea, una propuesta aplicable para la sesión educación física en México* en el Jardín de niños Amelia Bernard de Casas Alemán con el grupo 3º “A” por medio de la sesión de Educación Física. Se busca dar solución a las problemáticas que se detectaron en el contexto escolar de preescolar, derivadas del programa analítico. Para adentrarnos en el tema, nos enfocamos en dos problemáticas: la falta de autorregulación que presentaban los niños preescolares, derivado del uso inadecuado de la tecnología, y la falta de estimulación de algunas capacidades perceptivo motrices; y por último, resaltar la necesidad de renovar las prácticas docentes del educador físico.



## La autorregulación y el uso inadecuado de la tecnología en los niños.

Actualmente, la tecnología puede ser de gran utilidad en el ámbito educativo con los alumnos cuando es utilizada apropiadamente, no obstante, puede representar un problema para el niño preescolar cuando los padres de familia solo la utilizan para entretener a sus hijos para que no lloren o como recompensa por portarse bien. Este uso exacerbado de la tecnología puede modificar el comportamiento y la no autorregulación el niño. Sin embargo, gran parte de la población mexicana da prioridad a un uso inadecuado de la tecnología. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática [INEGI] en la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares [ENDUTIH] (2023, p.1):

En 2022, había 93.1 millones de personas usuarias de internet, lo que representó 78.6 % de la población de 6 años o más. El aumento fue de 3.0 puntos porcentuales respecto a 2021 (75.6 %)", hecho que ha abierto una brecha enorme en el sistema educativo.

Desde esta perspectiva, podemos avistar los efectos de esta problemática en las sesiones de Educación Física día con día, pues uno de los que se detectan con mayor facilidad son los cortos periodos de atención que los alumnos presentan ante una indicación o la ejecución de una actividad. Como lo expresan Campos y Sisamón (2021), en la primera infancia es fundamental que los padres controlen o eviten el uso de las tecnologías para reducir el riesgo de afectaciones cognitivas, de lenguaje o atención que estas pudieran provocar. Sin embargo, una gran cantidad de infantes acostumbran a usar dispositivos electrónicos diariamente, lo que como se mencionó anteriormente, deriva en cortos lapsos de atención.

Los principales impactos afectan la salud del individuo, pues da mayor preferencia al uso de redes sociales, videojuegos o series televisivas que, al descanso o actividad física, derivando con ello en altos niveles de sedentarismo y, por consiguiente, en obesidad, enfermedades cardiovasculares e incluso la muerte. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS,2022) el sedentarismo, por ser un estilo de vida carente de movimiento, deja en claro que es un problema de salud mundial. Este hecho genera que el tiempo recomendado de actividad física se vea disminuido drásticamente, pues se ha reemplazado la caminata por el uso del automóvil propio, taxi, autobús y metro. Para las personas entre los 18 y los 64 años, la OMS sugiere realizar semanalmente actividades físicas aeróbicas moderadas de 2 a 5 horas o actividades físicas aeróbicas intensas de 1 a 2.30 horas, o bien una combinación de



actividades moderadas e intensas. Mientras que, para los niños de 3 a 4 años de edad, se sugiere actividad física de diversa intensidad alrededor de 180 minutos al día. Sin embargo, este tipo de recomendaciones internacionales no se toman en cuenta en México y no es una prioridad para las autoridades educativas. Así podemos deducir que el individuo siente mayor atracción por el uso tecnológico que por la actividad física y, en específico, en la sesión de educación física, porque en los niveles educativos de primaria y secundaria, el uso de teléfonos móviles ha generado una gran distracción.

## **El menosprecio a la Educación Física por la falta innovación docente**

No es desconocido que la educación física es una disciplina que se ha visto menospreciada con el paso del tiempo, pues evidentemente no se le da la misma importancia a una materia que esté vinculada con las ciencias exactas, que a una que se involucre con la salud y bienestar físico. Sin duda, este hecho se relaciona directamente con la cultura, ya que no se acostumbra a otorgar relevancia a la calidad de vida, desde todas las esferas que esta conforma, aunado a una época en la cual la población estuvo limitada al movimiento, por lo cual se ha expuesto lo siguiente:

Las manifestaciones de la actividad física que propicia la Educación Física no parecen tener gran impacto fuera del ámbito escolar, aunque en tiempos de confinamiento por COVID-19 es primordial el movimiento corporal para preservar la salud integral del ciudadano, sus signos vitales y los cuatro tejidos fundamentales del cuerpo humano (epitelial, conjuntivo, muscular y nervioso). (González Cabrera, 2022, p. 47).

Esto se ve reflejado tanto en el sector educativo como en el familiar, puesto que no se obtiene el apoyo suficiente para que la educación física pueda llegar completamente a sus fines. En el nivel preescolar es donde el educador físico recibe más apoyo por parte de los padres de familia y la comunidad en general, sin embargo, las cosas no siempre se dan de esta manera.

En este nivel educativo es primordial fomentar en el infante el movimiento corporal, puesto que gracias a este surgen nuevos aprendizajes y formas de comunicarse con el entorno, estimulando sus distintas esferas por medio de diferentes estrategias didácticas que el educador físico decidirá cuáles son las más apropiadas, según sea el caso.



Acerca de los beneficios que la educación física otorga a los sujetos durante el preescolar, encontramos que favorece el desarrollo de sus capacidades, las cuales Renzi (2009) se refiere a estas como:

Potencial que el sujeto trae como herencia, determinado genética y congénitamente. Las capacidades son de carácter interno, no visibles en sí mismas, sino a través de las acciones motrices que ejecuta un sujeto, por ejemplo: la capacidad fuerza, es observable a través de la habilidad de empuje o la tracción de un objeto pesado (p. 2).

En otras palabras, los seres humanos nacemos con capacidades no tangibles que están determinadas genéticamente, sin embargo, estas pueden moldearse de manera positiva o negativa a lo largo de la vida, a partir de la infancia cuando comienza este proceso. Con esto queremos decir, por una parte, que la educación física es un medio fundamental para que se desarrollen correctamente las capacidades que permitan al sujeto enfrentar diversas situaciones y desenvolverse de manera óptima en su vida cotidiana y a futuro.

Por otra parte, que se priorizan los estilos de vida saludables, incluyendo el cuidado de sí mismo y de los otros para una correcta higiene y salud, así como de una sana convivencia. Además, fortalece el proceso de entender la sociedad y ocupar un rol en la misma por medio del juego. La educación física es vital desde edades tempranas, por lo que no debe ser demeritada por las instituciones educativas ni por los padres de familia, puesto que es capaz de brindar una gran variedad de beneficios a corto, mediano y largo plazo en la vida del individuo.

La falta de estímulo de las capacidades perceptivo-motrices (equilibrio estático, coordinación general y coordinación óculo-manual) nos llevó a presentar una propuesta docente innovadora en la sesión de Educación Física; para realizarla fue fundamental hacer un análisis de las características de los diferentes escenarios dentro de la institución, así como de los materiales necesarios, porque a pesar de tener casi todo lo indispensable para su implementación, no se contaban con telas y material para su instalación en el preescolar. Por ello es importante mencionar que tanto la docente en formación física, así como la institución educativa, proporcionaron todo lo requerido para hacer posible la sesión de danza aérea.

La danza aérea es un arte circense. Mancilla y Fuentes (2021) exponen que, al ponerla en práctica, no solo se desarrollan habilidades específicas, sino también se genera un trabajo en conjunto, ya que se incorpora teatro, historia, estética, comunicación, expresión corporal y arte, entre otras.



Es decir, se fomenta una formación interdisciplinaria que genera en el individuo una perspectiva más amplia sobre el mundo en general, por lo que es una alternativa altamente enriquecedora al vincularse con la educación física y sus propósitos.

## Objetivos

### General:

Aplicar una propuesta de intervención por medios de la iniciación a la danza aérea como una alternativa en la sesión de educación física.

### Específicos:

- Analizar si es factible aplicar la iniciación a la danza aérea en el contexto socioeducativo.
- Innovar con danza aérea para construir una educación física contemporánea.

## Justificación

De acuerdo con la propuesta de intervención que se desarrolló en el jardín de niños, se buscó lograr un primer acercamiento con la danza aérea, específicamente, con la tela aérea, con el propósito de enriquecer las sesiones de educación física a partir de nuevas experiencias motrices. Esto con la finalidad de que el alumno sea capaz de enfrentar diversos retos motores que se le presenten en su vida cotidiana. Además, si es que en el futuro muestra interés por ser parte de la disciplina de la danza aérea o de disciplinas afines, cuente ya con un aprendizaje previo.

Es importante mencionar que debido al nivel educativo en el que se aplicó, no se empleó la danza aérea en sí misma, sino actividades y estrategias que posibiliten la aproximación progresiva del sujeto a esta, respetando sus procesos de desarrollo, por lo que esta propuesta de intervención se construye con las bases y fundamentos de educación física, así como con elementos de iniciación a la danza aérea, para aplicarla en un contexto socioeducativo, que permita tanto al docente, como al alumno beneficiarse de la amplia gama de posibilidades que ambas ofrecen.

Otro de los objetivos fue despertar el interés de los educadores físicos ante la posibilidad de generar propuestas innovadoras en los diferentes contextos donde se encuentre inmerso. En este artículo se describe cómo se llevó a cabo. Es esencial enfatizar que el tema principal conlleva un enfoque cultural por sí mismo, al tratarse de un arte (danza),





por lo que nos encontramos ante una gran amplitud de posibilidades al plantearlo en la educación, lo cual es complejo, pues dependerá en gran medida de la creatividad del educador físico, así como de otros factores que intervienen en el contexto para aplicarlo adecuadamente.

## Metodología

La investigación tuvo un enfoque mixto con alcance exploratorio y se llevó a cabo el diseño de investigación acción en el jardín de niños “Amelia Bernard de Casas Alemán” ubicado en la alcaldía de Iztapalapa al oriente de la Ciudad de México. La muestra de conformó con el grupo 3º “A”, el cual disponía de 20 alumnos (7 niñas y 13 niños) de entre 5 y 6 años al momento de la propuesta de intervención. Representan al 13.8 % de la población total del centro educativo. Es una muestra no probabilística.

Los escenarios para realizar la investigación fueron el aula de psicomotricidad y el patio techado los cuales se adecuaron para colgar las telas y argollas para utilizar lo indispensable en la danza aérea. (Para ver las fotografías de la sesión de fotografías sobre la actividad, consulte el siguiente enlace. <https://educaciondanzaarea.blogspot.com/2025/01/fotografia-1-y-2.html>)

Los instrumentos que se utilizaron para recabar los datos para la evaluación diagnóstica inicial y final con el grupo 3º “A” fueron el examen psicomotor de Picq y Vayer (1995), del cual se recuperó el test motor de Ozeretsky- Guilmain, que evalúa, por medio de diferentes ítems algunas de las capacidades perceptivo-motrices, ajustando cada ítem a la edad cronológica del alumno al que se le aplica, abarcando desde los cuatro a los dieciséis años. En este caso se evaluaron la coordinación general y óculo-manual, así como el equilibrio estático, en niños de cinco años.

## Procedimiento

La propuesta de intervención en el preescolar “Amelia Bernard de Casas Alemán” fue producto de los cursos de Taller de Análisis del Trabajo Docente y Diseño de Propuestas Didácticas I y II que forman parte de los semestres 7º y 8º de la Licenciatura en Educación Física en la Escuela Superior de Educación Física. La propuesta de investigación acción aplicada se realizó en seis secuencias didácticas en las sesiones de Educación Física, que fueron de 30 minutos los cinco días de la semana y que se presentan a continuación en la siguiente tabla:



**Tabla 1.**  
**Cronograma de actividades.**

Semana	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Sesiones	5	9		9		10		8		8	
Estrategias Didácticas	Test de Oze- rets- Guil- man Presentación del tema	Juegos porturales Juegos de flexibilidad Yoga Juegos de exploración Cabuyería		Juegos sensoriales Juegos de exploración Cabuyería Retos motores Juegos de respiración		Rutinas de activación física Retos motores Juego simbólico Juegos de imitación Juegos de equilibrio		Rutinas de activación física Juego simbólico Itinerarios didácticos rítmicos Circuitos de acción motriz		Evaluación diagnóstica final Itinerarios didácticos rítmicos Expresión corporal	
Secuencia Didáctica	Evaluación diagnóstica inicial (8-12 ene)	Secuencia didáctica 1 "Preparando mi cuerpo" (16-25 enero)		Secuencia didáctica 2 "Familiarización con la tela" (12-22 febrero)		Secuencia didáctica 3 "Jugando con la tela" (26 feb-8 mar)		Secuencia didáctica 4 "Nuestra competencia disco" (11-22 mar)		Secuencia didáctica 5 "¡Fiesta disco!" (22 abr-10 may)	

Fuente: elaboración propia.

Como se aprecia en la tabla 1, se desarrollaron las secuencias didácticas en forma progresiva para la iniciación a la danza aérea en preescolar posibilitando así su enseñanza. A continuación, se describen los contenidos de la evaluación diagnóstica inicial y final, así como los tipos de juegos utilizados, activación física, yoga y cabuyería que se desarrollaron en las secuencias didácticas.

## Evaluación diagnóstica inicial

La evaluación se realizó a lo largo de tres días. Debido a la rapidez de los ítems de las pruebas, se diseñaron sesiones con la finalidad de aprovechar el trabajo con la coordinación general, la coordinación óculo manual y el equilibrio estático.

## Estrategias didácticas en la propuesta de intervención

Para llevar progresivamente a los niños a los procesos de desarrollo de aprendizaje, se utilizaron diferentes estrategias didácticas en este estudio. Las estrategias didácticas para Sánchez Martínez et al. (2020) "hacen referencia a las actividades que utilizan los profesores y alumnos



en el proceso de aprender. Incluyen métodos, técnicas, actividades y recursos para el logro de los objetivos de aprendizaje” (p. 11). Las que se emplearon en esta propuesta facilitaron y beneficiaron la vinculación de la educación física con la iniciación a danza aérea

- Juegos posturales

Lozada *et al.* (2006) explica que “ejecutar los juegos posturales para la adopción de una postura correcta al incidir los mismos en el correcto control de las posturas y que el niño sea capaz de conocer el mecanismo de relajación y contracción muscular”, esto significa que por medio de esta estrategia se favoreció la conciencia corporal del alumno, logrando identificar las posturas que lo ayudan o, por el contrario, interfieren en la ejecución de algún ejercicio, comprendiendo que partes de su cuerpo utiliza y de qué manera lo hace para un movimiento armónico.

- Juegos de equilibrio:

De acuerdo con Sandoval (2010) son aquellos que “desarrollan la capacidad para controlar la gravedad en relación con el plano de sustentación y la elevación del punto conservador de la gravedad” (p. 111), por lo cual, en este tipo de juegos se estimula el equilibrio, ya que el alumno se vuelve capaz de identificar la parte o partes de su cuerpo que sirven como punto clave para distribuir todo su peso corporal en una superficie, que, en este caso, es la tela. Fotografía 3. Figura de la grulla (Para ver las fotografías de la sesión de fotografías sobre la actividad, consulte el siguiente enlace <https://educaciondanzaarea.blogspot.com/2025/01/fotografia-3.html>)

-Juegos de flexibilidad

Durante estos juegos se busca favorecer el trabajo muscular y articular, aunque son más estáticos que otros, según Sánchez (2018), por lo que, para esta propuesta, fue esencial estimular previamente la flexibilidad, así como concientizar al alumno sobre lo que va sintiendo y sucediendo en su cuerpo al ejecutar algún ejercicio y hacer las correcciones necesarias para no dañarlo. Estos juegos se utilizaron principalmente durante el proceso previo a la interacción con la tela, así como al inicio de cada sesión, ya que el grupo sabía que era necesario preparar su cuerpo para el ejercicio físico para evitar lesiones y que, con el progreso de la flexibilidad, las figuras se realizaran de una manera más estética.



#### -Juegos sensoriales

Sandoval (2010) menciona que este tipo de juegos “son relativos a la facultad de sentir” (p. 108), esto provoca sensibilidad y placer al experimentar con cualquiera de sus cinco sentidos, y que, por lo general, no implican un nivel complejo de motricidad, pero se obtienen muchos beneficios de éstos; de ahí que, con un material como lo es la tela, al ser muy llamativa visualmente, así como al tacto, pueden implementarse diversos juegos de este tipo. Estos se aplicaron durante la etapa de familiarización con la tela, ya que los alumnos no conocían el material se les hicieron preguntas como ¿de qué colores son las telas? ¿Qué textura tienen? ¿A qué huelen? Así como otras acciones, para lograr un mayor acercamiento con estas desde lo lúdico.

#### -Juegos de exploración

En EVE Museos e Innovación (2016) se comenta que son a través de estos juegos que los niños logran aprender acerca de los objetos, examinando los diferentes usos que pueden darle, así como las propiedades que tienen; por consiguiente, estimulan la interacción con su entorno, ya que de primera mano despiertan su curiosidad, incentivando a indagar motrizmente y ampliando sus posibilidades motrices, generando un aprendizaje significativo. Fotografía 4. Juego de exploración en tela. (Para ver las fotografías de la sesión de fotografías sobre la actividad, consulte el siguiente enlace. <https://educaciondanzaarea.blogspot.com/2025/01/fotografia-5-y-6.html>)

#### -Juegos de respiración

A pesar de que generalmente desde edades tempranas no se da la importancia necesaria a la respiración, González Breme (2011) especifica su relevancia: “respirar correctamente es una fuente de salud y una estrategia sencilla para hacer frente a las situaciones de estrés, ansiedad, nerviosismo, etc., y permite reducir la activación fisiológica provocada por éstas” (p. 2).

#### -Juego simbólico

Retomamos a Sánchez (2018), quien plantea que este debe darse de manera natural y espontánea, representando objetos y personajes reales por medio de otros que signifiquen lo mismo, por lo que este tipo de juego resulta ideal para la iniciación a la danza aérea, ya que las figuras buscan reproducir distintos objetos, animales y personajes que son muy llamativos para el niño. Por ejemplo, en la secuencia aplicada con el grupo, se asocian objetos como una mochila, animales como la mariposa, el cisne, puede



ser grande o pequeño, la grulla, así como una gota de agua, que es la forma que toma el nudo.

Fotografía 5 y 6. Figura del cisne (Para ver las fotografías de la sesión de fotografías sobre la actividad, consulte el siguiente enlace. <https://educaciondanzaarea.blogspot.com/2025/01/fotografia-5-y-6.html>)

#### -Cabuyería

A pesar de ser una estrategia no tan utilizada, Quevedo et al. (2012) la definen como “el conjunto de conocimientos relativos al arte o habilidad para realizar nudos y su aplicación” (p. 85), además, está asociada a muchas actividades de la vida cotidiana, como lo son atarse los cordones de los zapatos. Fotografía 7. Nudo de gota. (Para ver las fotografías de la sesión de fotografías sobre la actividad, consulte el siguiente enlace. <https://educaciondanzaarea.blogspot.com/2025/01/fotografia-7.html>)

#### -Rutinas de activación física

Sobre estas, Rosas (2020) menciona que las prácticas constantes de las activaciones físicas favorecen la activación corporal de forma recreativa y placentera.

#### -Yoga

Aunque no es comúnmente utilizada dentro de las sesiones de educación física, añade un sinnúmero de beneficios a esta, especialmente en el nivel preescolar, ya que ayuda a que el alumno concientice, procese y exprese su motricidad, además, combina en sí varias estrategias ya descritas en este apartado. En ese sentido, Entreviñas (2017) menciona que “yoga” significa unión, aquella unión con uno mismo, de la complejidad de todo el ser, a nivel físico, mental y espiritual, por lo que parece ser un excelente medio para la educación física. Fotografía 8. Postura de la mariposa con variación. (Para ver las fotografías de la sesión de fotografías sobre la actividad, consulte el siguiente enlace. <https://educaciondanzaarea.blogspot.com/2025/01/fotografia-8.html>)

También se realizaron retos motores, circuitos de acción motriz expresión corporal y una muestra pedagógica al final de la propuesta de intervención. Fotografía 9. Muestra pedagógica. (Para ver las fotografías de la sesión de fotografías sobre la actividad, consulte el siguiente enlace. <https://educaciondanzaarea.blogspot.com/2025/01/fotografia-9.html>)



### a) Evaluación final

Para la evaluación final se utilizó el mismo instrumento que en la evaluación diagnóstica inicial (Ozeretsky-Guilman); se evaluaron los mismos parámetros (coordinación óculo-manual, coordinación general y equilibrio estático) en el mismo rango de edad (5 años). Es importante mencionar que en esta evaluación se pudo llevar a cabo la prueba de equilibrio estático de manera adecuada, ya que el aula de psicomotricidad, que cuenta con colchonetas, estaba disponible para su uso, por lo que los alumnos se pudieron descalzar.

## Resultados

En este apartado se exponen de manera general los resultados obtenidos a partir de la evaluación diagnóstica inicial y la evaluación diagnóstica final, para posteriormente analizar los resultados de los dos momentos.

En cuanto a la prueba de coordinación óculo-manual de la evaluación diagnóstica inicial, lograron hacerla correctamente un poco más de la mitad del grupo, en específico 11 de 20 alumnos, lo que corresponde al 55% del grupo. Mientras que en la evaluación final el 80% del grupo logró pasar esta prueba, lo que corresponde a que solamente 4 alumnos de 20 no lo lograron. Es decir, se consiguió tener un avance grupal significativo en cuanto a esta capacidad, con un avance del 25% sobre la misma. Si bien hubo alumnos que lograron realizarla adecuadamente desde el primer momento, otros consiguieron alcanzar un buen resultado gracias al proceso llevado a cabo durante la intervención.

En la prueba correspondiente a la coordinación dinámica general, los alumnos que lograron pasarla fueron más, con un 65%. De hecho, de las tres pruebas, fue la que mejores resultados obtuvo, sin embargo, no se alcanzó ni siquiera el 80% de alumnos con una buena coordinación general, por lo que se tomó en cuenta para el proceso de intervención y alcanzar un mayor porcentaje, por lo que, en la evaluación final el grupo logró pasar la prueba, en un 75%, mientras que el 25% de los alumnos no lo lograron. Aquí se obtuvo un avance menor a comparación de las demás, ya que para el momento final tampoco se llegó a alcanzar el 80% esperado, pero se consiguió avanzar en un 10%, lo que ya implica una mejora grupal.

En la prueba correspondiente al equilibrio estático, en la evaluación diagnóstica inicial, la mayoría de los alumnos no logró pasarla: solo una cuarta parte la realizó de manera adecuada, lo que corresponde



al 20% del grupo, razón por la que el equilibrio estático fue relevante para plantear una mejora durante la intervención con el grupo. En la evaluación final hubo un notable incremento de esta capacidad perceptivo-motriz, con un 85% de alumnos que lograron pasar la prueba, mientras que solamente el 15% no lo logró. Esta capacidad es en la que se nota mayor progreso, con un avance de un 65% de manera grupal.

## Discusión

En este apartado se analizan posturas de diversos autores con respecto al tema de estudio. Con algunos de ellos se concuerda, mientras que con otros se difiere. Para comenzar, González Masis (2022) menciona que “este tipo de arte une poderosamente a las personas que lo realizan; demanda un espacio de comunicación, cercanía y respeto mutuo” (p. 12). De acuerdo con lo observado durante la intervención, el grupo reflejó una actitud positiva, resaltando el valor del respeto y la colaboración para lograr llegar a una meta en común.

En cuanto a la progresión de la enseñanza de esta disciplina, Díaz (2015) expone que durante la primera etapa lo principal es enseñar a trepar, para después pasar a figuras, enganches y caídas de mayor exigencia corporal, no obstante, diferimos de la primera etapa de progresión que esta plantea, ya que es fundamental el uso del nudo de gota durante los primeros acercamientos, debido a que facilita la ejecución de figuras, brindando confianza y seguridad al practicante, pues tiene la función de ser la base de sustentación, mientras que para la trepa, es necesario el desarrollo de la fuerza para lograr cargar todo el peso corporal, por lo que considero relevante no omitir ese elemento técnico.

Esta autora resalta también el fenómeno cultural que ocurre actualmente con la danza aérea, ya que su práctica estaba limitada únicamente a la esfera circense, sin embargo, poco a poco comienza a abrirse camino en espacios que antes parecían imposibles, como lo es el caso del ámbito educativo, en esta ocasión especialmente en el nivel preescolar, y no menos importante, en una escuela pública.

De igual manera, Velandia (2020) plantea que la danza aérea beneficia diferentes capacidades perceptivo-motrices, como lo son la coordinación, el equilibrio, la espacialidad y la corporalidad. Asimismo, estimula y desarrolla capacidades físico-motrices como la flexibilidad, la resistencia y la fuerza, según la edad y el nivel del practicante. En nuestra propuesta, las capacidades que se vieron principalmente beneficiadas fueron las perceptivo-motrices, además de las ya mencionadas, también lo fueron la temporalidad y el ritmo.



En la misma línea, Invernó (2003) describe la importancia de las artes circenses en la escuela, debido al potencial educativo que brindan, especialmente en educación física. Menciona que las técnicas aéreas (trapecio) ayudan a mejorar el control y la conciencia corporal, la coordinación dinámica general, las habilidades motrices, la percepción espacial, el equilibrio estático y dinámico, la fuerza, la flexibilidad, la creatividad, la cooperación y la expresión corporal. Por lo que estas tienen un impacto positivo respecto a lo que se busca desarrollar en educación física.

El autor también resalta la importancia de que sea siempre desde una progresión de la enseñanza adecuada al contexto escolar, pasando por distintos niveles en cada arte circense, con diversos pasos a seguir, por lo que el diseño e implementación durante todo el proceso es primordial en este tipo de propuestas. Otra perspectiva en cuanto a la vinculación que refiere a educación física con danza aérea, Sosa (2013) expone de manera contundente lo siguiente:

Se puede decir que La Danza Aérea es para la Educación Física tradicional una práctica distinta y ajena, quizás distante por sus vínculos artísticos, pero, sin embargo, en tanto refiere a la Educación del Cuerpo, a una Educación Corporal, ve necesario interpelar al sujeto como a un otro, uno mismo y distinto, que, al ejercer su práctica, y aun diferenciándola como extraacadémica, interpreta en ella un saber (p. 7).

Si bien esta disciplina no suele estar relacionada con las prácticas habituales en educación física, no deja de ser una alternativa viable para enriquecer la asignatura, sin dejar nunca de lado lo que a esta compete, pues no se trata de crear bailarines o acróbatas aéreos, sino de tomar en conjunto las posibilidades y oportunidades que la danza aérea ofrece, para nutrir de la mejor manera posible el movimiento en todas sus formas y de ésta manera ampliar el panorama, tanto del educador físico como de los alumnos y la comunidad escolar.

## Conclusiones

El llevar a cabo esta propuesta de intervención implicó todo un reto, debido a las escasas referencias y puntos de partida para lograr implementarla. Por ello se desarrolló una investigación rigurosa en cuanto a la teoría como a la práctica, pues están estrechamente vinculadas. El intercambio de ideas con diversas personas pertenecientes a ambas disciplinas fue esencial para bajar la complejidad de la danza aérea a un contexto socioeducativo, y particularmente, al nivel preescolar. Se obtuvieron buenos





resultados. Esta propuesta diferente permitió, por un lado, apreciar una gama de posibilidades con el alumnado y la comunidad escolar.

Por otro lado, su implementación logró generar un fuerte interés en este tipo de propuestas alternativas, pues los alumnos mostraron en repetidas ocasiones su deseo de seguir aprendiendo y avanzando, aunque el tiempo de intervención docente ya no lo permitió. Además, ese interés también se manifestó en diferentes autoridades educativas, lo que brindó la posibilidad de seguir aplicándola en la institución y en varias escuelas de la zona donde se realizó. En los padres de familia también despertó interés, desde las telas e instalación, así como por la búsqueda de clases extracurriculares para sus hijos. Esto permitió unir la educación física con las artes circenses, en este caso, la iniciación a la danza aérea, que como ya se mencionó, ofrece múltiples beneficios para el desarrollo integral de los alumnos, complementando su educación desde diferentes aristas.

Con este trabajo de intervención se dan los primeros pasos para conectar estas dos grandes disciplinas en la educación básica en México. Si bien no es una labor sencilla, vale la pena darle una oportunidad por y para las futuras generaciones.



## Referencias

- Mancilla, J. A. y Fuentes- Buchholtz, F. S. (2021). *Las artes circenses y su potencialidad en el aula escolar de educación física*. Universidad Austral de Chile. Recuperado de: <https://www.saberesdecirco.com/pensando-circo/las-artes-circenses-y-su-potencialidad-en-el-aula-escolar-de-educacion-fisica-analisis-desde-la-vision-del-cuerpo-y-el-curriculum/>
- Cervo, A.L. y Bervian, P. A. (1980). *Metodología científica*; Bogotá, Ed. McGraw-Hill, 41.
- Baena, P. G. M. E. (2017). *Metodología de la investigación* (3ª. Ed). Grupo Editorial Patria, 31. <http://ebookcentral.proquest.com>
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza-Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A. de C. V, 4-663, ISBN: 978-1-4562-6096-5.
- León, O. G. y Montero, I. (2002). *Métodos de investigación en Psicología y Educación*. Madrid: McGraw-Hill.
- Sandín, M. (2003). *Investigación cualitativa y cuantitativa en educación. Fundamentos y tradiciones*. Mc Graw Hill.
- Castaño, A., Callejas, Y. y Macías-Álvarez, M. (2022). *El aula como un espacio lúdico para el desarrollo armónico de las niñas y niños del grado preescolar 2*. Fundación Universitaria Los Libertadores, Bogotá, 12.
- Rébolo, A. y Ascencio, M. (2019). La Educación Física, el juego en el patio y el aprendizaje en la infancia. *IEYA Revista*. Vol. 5. Núm. 1 <https://doi.org/10.22370/ieya.2019.5.1.1376>
- Picq, L. y Vayer, P. (1995). *Examen psicomotor de L. Picq Y P. Vayer 1ª Y 2ª Infancia*. Centro psicopedagógico.
- González-Masis, S. E. (2022). *Danza aérea inclusiva: para adultos jóvenes, en tiempos de Covid-19*. División de Educación Básica, Centro de Investigación, Docencia y Educación. Universidad Nacional, 12.
- Díaz, J. M. (2015). *Acrobacias en tela y nuevas tecnologías. ¿Qué papel juegan las nuevas tecnologías en la expansión de ésta práctica corporal?* 11º Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias. Ensenada, Argentina, 4.
- Velandia, G. V. (2020). *Creación de habilidades y conocimientos previos para la práctica de danza aérea en niños de 3 a 5 años de la Escuela Artística Samale*. Universidad Jorge Tadeo Lozano. Bogotá.
- Invernó i Curós, J. (2003). *Circo y educación física, otra forma de aprender*. INDE, 15-31.
- Sosa, E. (2013). *Danza aérea: Entre lo curricular y extracurricular en la constante construcción de las prácticas de la educación física*. Tesis de grado. Universidad Nacional de la Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, 7.

