

Manual de orientaciones metodológicas para editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas

Yusleydis Batista Naranjo

Universidad de Guantánamo. Facultad de Cultura Física. Cuba. Licenciada en Cultura Física. Profesora Auxiliar. Correo: yusleydisbn@cug.co.cu Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8905-4923>

Hirbins Manuel Dopico Pérez

Universidad de Guantánamo. Facultad de Cultura Física. Cuba. Licenciado en Cultura Física. Doctor en Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Profesor Titular. Correo: dopipi70@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8905-4923>

Idalmis Fernández Téllez

Universidad de Guantánamo. Facultad de Cultura Física. Cuba. Licenciada en Cultura Física. Doctora en Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Profesora Titular. Correo: idalmisfdez@cug.co.cu Orcid: <https://orcid.org/0000-001-5563-4850>

Recibido: 7/I/2022

Aprobado: 5/IV/2022

Publicado: 1/VII/2022

Resumen: En el artículo se aborda la actualidad y necesidad de superación, de los mentores de Gimnasia Aerobia Deportiva, para lograr una adecuada edición de la música. Además, se describe la estructura de un manual de orientaciones contentivo de una metodología para editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas. Durante el proceso investigativo se utilizaron métodos teóricos como analítico-sintético, empíricos: observación y encuesta. Empleándose de la estadística inferencial, la prueba no paramétrica de Kendall W de concordancia de rangos. Se utilizó, además, el paquete estadístico SPSS (versión 26.0) y la prueba no paramétrica de pares igualados y rangos señalados de Wilcoxon. Se valoró la pertinencia de la propuesta a partir de la consulta a expertos y un pre-experimento.

Palabras clave: editar música; rutinas aeróbicas; manual metodológico

Methodological orientation guide to edit the musical accompaniment of the aerobic routines

Abstract: The article deals with need that the coaches of Aerobics have of improving in order to properly edit musical accompaniment. In addition, the structure of an orientation guide containing a methodology to edit the musical accompaniment of the aerobic

routines is described. During the research, theoretical methods, such as analysis-synthesis, and empirical methods, such as observation and survey, were used. Statistical inference, non-parametric test or Kendall's coefficient of concordance, the statistical package SPSS (version 26.0), non-parametric test of paired samples or Wilcoxon signed-rank test were also used. The pertinence of the proposal was assessed by means of the consultation of experts and a previous experiment.

Keywords: edit music; aerobic routines; orientation guide

Manual de diretrizes metodológicas para edição do acompanhamento musical de rotinas aeróbicas

Resumo: O artigo aborda a situação atual e a necessidade de melhoria dos mentores do Ginásia Aerobia Deportiva, para conseguir uma edição adequada da música. Além disso, descreve-se a estrutura de um manual de orientações contendo uma metodologia para editar o acompanhamento musical das rotinas aeróbicas. Durante o processo de pesquisa, foram utilizados métodos teóricos como analítica-sintética, empírica: observação e levantamento. Usando estatísticas inferenciais, o teste não paramétrico de concordância de alcance de Kendall W. Além disso, foram utilizados o pacote estatístico SPSS (versão 26.0) e o teste não paramétrico de pares iguais e faixas marcadas de Wilcoxon. A relevância da proposta foi avaliada com base na consulta de especialistas e em um pré-experimento.

Palavras-chave: editar música; rotinas aeróbicas; manual metodológico

Introducción

La sociedad contemporánea está caracterizada por un alto desarrollo tecnológico, lo cual exige a los sistemas educativos la formación de profesionales cada vez más competentes y comprometidos con su encargo social. En este sentido, la superación posgraduada tiene nuevos retos académicos y científicos para introducir cambios en su actividad profesional.

El Ministerio de Educación Superior (MES) en Cuba, concibe la formación del profesional universitario con carácter continuo y abarca tres etapas: la formación de pregrado en carreras de

perfil amplio, la preparación para el empleo y la superación de posgrado. La cual asegura una profunda formación en los aspectos básicos y específicos de cada profesión (Bernaza, 2018, p.1).

La Educación de Posgrado posibilita la especialización y la actualización permanente de los graduados universitarios, así como el enriquecimiento de su acervo cultural para su mejor desempeño en función de las necesidades presentes y futuras del desarrollo económico, social y cultural del país (Resolución No138/19, p.1).

Precisamente, los autores proponen un manual metodológico utilizado en el proceso de superación de posgrado, contentivo de una metodología para editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas. El cual incluye los requerimientos mínimos que establece el nuevo Código Internacional de Puntuación para la Gimnasia Aerobia Deportiva (2016).

Relacionado con el proceso de superación, se concuerda con Lara (2011) al plantear que: “es un conjunto de procesos de enseñanza- aprendizaje que posibilita a los graduados universitarios la adquisición y el perfeccionamiento continuo de los conocimientos y habilidades requeridas para un mejor desempeño de sus responsabilidades y funciones laborales.”

Las formas organizativas principales de la superación profesional son: el curso, el entrenamiento y el diplomado. Otras formas de superación son la autopreparación, la conferencia especializada, el seminario, el taller, el debate científico, la consulta y otras que complementan y posibilitan el estudio y la divulgación de los avances del conocimiento de la ciencia, de la tecnología y del arte (MES, 2019, p.2).

Por lo que, los autores retoman el curso de posgrado como forma organizativa. En el que proponen incluir el tratamiento a habilidades profesionales detectadas durante el diagnóstico, que son poco tratadas durante el proceso de pregrado y posgrado.

Aunque diversos investigadores han enriquecido el proceso de superación de los mentores de Gimnasia Aerobia Deportiva, los autores han corroborado el insuficiente tratamiento relacionado con las habilidades de programar la música, seleccionar los fragmentos musicales adecuados y editar el acompañamiento musical para las rutinas aeróbicas (Batista 2021, p.142).

“Resultan conocidos los esfuerzos que se realizan, a escala nacional, para garantizar la superación de los profesionales de la Cultura Física que atienden esta actividad y que no cuentan con bibliografía suficiente sobre el tema” (Carro, 2017).

Durante la práctica de esta actividad física, “la música que se utiliza debe estar acorde con los objetivos propuestos, siempre debe estar editada, sin espacios en blanco, buscando que nos ayude la misma a orientar el trabajo adecuadamente” (González y Días, 2018).

Carro (2017) resalta la importancia de un acompañamiento musical adecuado para las rutinas aeróbicas. Sin embargo, al revisar los programas de las asignaturas incluidas en el plan E de la carrera de Cultura Física y los planes de superación para los mentores de Gimnasia Aerobia Deportiva. Y durante la utilización de métodos como observaciones a clases y entrevista se constató las siguientes insuficiencias:

- Los mentores de Gimnasia Aerobia Deportiva graduados, no contaron en el proceso de formación, ni de superación con el tratamiento de las habilidades profesionales de programar la música, seleccionar los fragmentos musicales y editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas.
- Durante el análisis a los documentos normativos para la superación que reciben los mentores, no se encuentra evidencia del tratamiento a la formación de habilidades profesionales específicas para lograr programar, seleccionar y editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas.

Por todo lo antes expuesto se propone como objetivo: elaborar un manual de orientaciones metodológicas, contentivo de una metodología para editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas.

Métodos

La investigación se desarrolla en el municipio de Guantánamo, con una población de 72 mentores de Gimnasia Aerobia Deportiva. De los que se seleccionan como muestra intencionada a 45, representando el 60 %. Para su selección se precisó que debían contar con más de dos años de experiencia. Ya que para enfrentarse al proceso de enseñanza-aprendizaje que se desarrolla

durante la aplicación de la propuesta debían de dominar un grupo de contenidos y tener sistematizadas otras habilidades que le permitieran una asimilación adecuada.

Se efectuó un análisis de documentos normativos relacionados con los temas, sumarios, métodos, procedimientos e indicaciones metodológicas; así como de las bibliografías utilizadas; lo que permitió corroborar las insuficiencias existentes en el proceso de formación de habilidades profesionales de los mentores antes mencionados y que dieron origen a esta investigación.

La observación posibilitó el análisis del problema estudiado a partir de la aplicación de una guía de observación a clases y a preparaciones metodológicas. Además, la encuesta aplicada a los mentores permitió determinar el nivel de conocimientos relacionados con la temática tratada y valorar el desempeño como editores musicales.

La utilización del método criterios de experto posibilitó evaluar la factibilidad de la propuesta. Los mismos sugieren la necesidad de que los mentores que conformen la muestra cuenten con al menos dos años de experiencia en esta actividad. Empleándose de la estadística inferencial, la prueba no paramétrica de Kendall W de concordancia de rangos para determinar si existe consenso en los criterios emitidos por los expertos.

Se utilizó, además, el paquete estadístico SPSS (versión 26.0), a través del cual se realizaron las comparaciones requeridas, mediante la prueba no paramétrica de pares igualados y rangos señalados de Wilcoxon para establecer qué hipótesis fue aprobada.

Se utilizó un preexperimento con un diseño de pre test- pos test y un solo grupo experimental. El que permitió corroborar la pertinencia de la propuesta.

Resultados y Discusión

Con el fin de dar cumplimiento al objetivo se procedió a la elaboración del manual de orientaciones metodológicas. Utilizado como material de apoyo en la docencia durante el curso de posgrado, donde se socializa la metodología para editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas.

Introducción: se explica de forma sintetizada la necesidad y pertinencia de la elaboración del manual, así como la importancia del contenido.

Epígrafe #1 Formación de habilidades profesionales de los mentores de Gimnasia Aerobia Deportiva: donde se abordan elementos que fundamentan la formación de las habilidades profesionales, que se detectó en el diagnóstico como poco tratadas.

Epígrafe #2 Clasificación de la música

El acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas es un componente artístico muy importante, ya que define el ritmo y la velocidad en la ejecución de los patrones de movimientos y además transmite un mensaje mediante la audición. Este es afianzado por los movimientos ejecutados por el practicante.

Para que cumpla realmente su función se debe escoger aquella canción o fragmento musical que permita una edición acorde con los requerimientos mínimos establecidos en el nuevo Código Internacional de Gimnasia Aerobia, aprobado por la Federación Internacional de Gimnasias.

En nuestro país la responsabilidad de la edición musical para las rutinas aeróbicas se le adjudica al propio mentor de esta actividad; y debe existir un profesional especializado en esta función.

Los medios de expresión musical constituyen un elemento esencial para la clasificación de la música. Ello permite una guía al editor de interrelacionar de forma adecuada las características de la música y el movimiento. Por lo cual se asumen los siguientes que recomienda Mencion (2005):

- Forma
- Tempo, aire o movimiento
- Dinámica
- Carácter
- Registro
- Metrorítmica

Forma es uno de los medios principales que utiliza el compositor para organizar los sonidos dentro de la composición musical. Estableciendo relaciones entre el compositor, el intérprete y el público.

La forma de organizar los sonidos para la Gimnasia Aerobia tiene características específicas. Se recomienda ir conformando frases, secuencias y bloques. Se debe diferenciar el sonido antes de comenzar un nuevo bloque, de esta forma constituye una guía para el ejecutante.

- Las frases musicales están conformadas por ocho beat (o golpes fuertes)
- Las secuencias están conformadas por dos frases (16 beat)
- Los bloques o master beat están formados por dos bloques (32 beat)

Tempo, aire o movimiento, es la terminología para definir la velocidad del sonido. Se indica a través de palabras italianas que se colocan en la parte superior del pentagrama.

<i>Términos</i>	<i>Significados</i>
Largo	largo, lento
Larghetto	menos lento que largo
Lento	lento
Adagio	menos lento
Andante	moderado
Allegro	alegro
Presto	apresurado
Prestissimo	muy apresurado

Es determinante que el mentor editor conozca que la regulación de la velocidad de los sonidos, así como la duración de cada uno, también se incluye en el Código Internacional de Puntuación para la Gimnasia Aerobia. Por lo que es un material de consulta obligatoria.

Dinámica o matices es el aspecto de la expresión en la ejecución musical que se refiere a los variados grados de intensidad del sonido. La intensidad del sonido se logra cuando las vibraciones del agente generador de una nota son amplias.

<i>Términos</i>	<i>Significados</i>	<i>Abreviaciones de los significados</i>
Pianísimo	muy suave	pp
Piano	suave	p
Messo piano	medio suave	mp
Mesoforte	medio fuerte	mf
Forte	fuerte	f
Fortissimo	muy fuerte	ff

Para aumentar o disminuir gradualmente la intensidad de uno o más sonidos se emplean los siguientes términos:

<i>Términos</i>	<i>Significados</i>	<i>Abreviaciones de los significados</i>
Crescendo	aumentando en fuerza	cresc.
Decrescendo	disminuyendo en fuerza	deces.
Morando	disminuyendo en movimiento y fuerza	mor.
Perdendose	dejando perder el sonido	per.

Carácter es el tinte general que se da a la expresión de un trozo de música. Cada parte de la composición puede tener una expresión particular. El compositor lo utiliza para expresar los sentimientos más diversos: calma, pasión, dolor, alegría...

<i>Términos</i>	<i>significados</i>
Amabile	amable
Amoroso	amoroso
Appassionato	apasioado
Ardilo	animoso
Con allegrezza	con alegría
Con bravura	con bravura

Registro se refiere al sonido y se puede apreciar en dependencia de la vibración sonora.

Todos los instrumentos musicales poseen los tres registros: grave, medio y agudo. Para la voz humana los registros son: soprano, tenor y bajo.

Metrorítmica es para designar la medida o conteo con que se deben realizar los ejercicios. Se relaciona con el acento o el pulso.

Indicaciones metodológicas

Al elaborar una edición musical para las rutinas aeróbicas el editor debe tener bien claro que será él quien determine la forma de organizar los sonidos, de manera que se realce la introducción musical, defina el ritmo con que se realizaran los patrones de movimientos utilizando forte, allegro, presto, con allegrezza.

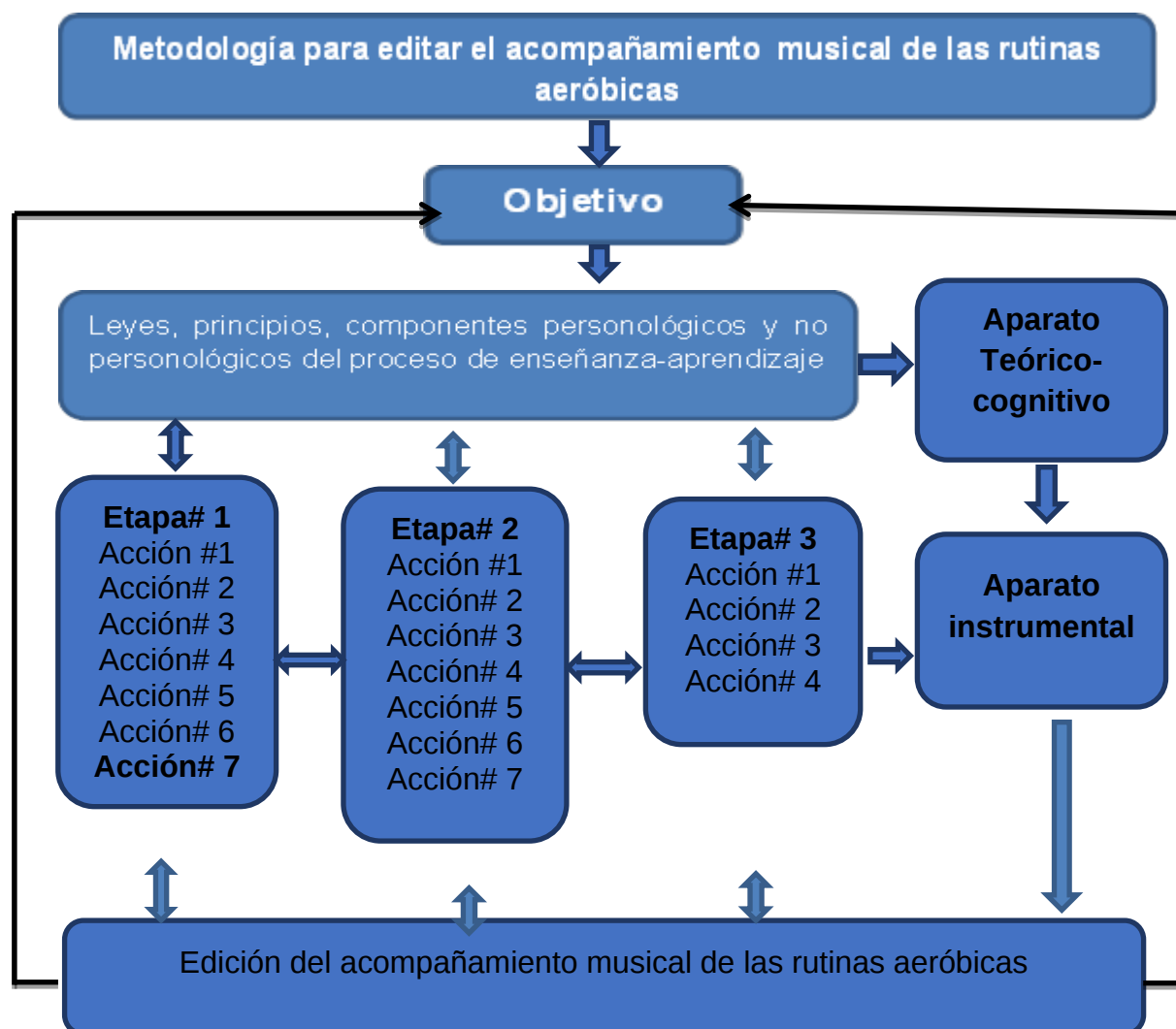
Es de vital importancia que se interrelacionen las características del sonido con la ejecución técnica. De forma tal que se complemente una historia o mensaje a transmitir. Que el acompañamiento musical guíe el ritmo y resalte la importancia de los elementos de dificultad y las acrobacias.

Además, se deben colocar los efectos musicales fortísimo para definir el instante de ejecución de los elementos de dificultad y apoyar con el sonido la impresión que causa esta acción física en la psiquis de quien lo observa.

Los autores siempre recomiendan consultar el código de puntuación y las normas internacionales relativas a la reproducción de sonidos que estén vigentes en ese momento. Pueden

editar su último patrón rítmico decreciendo, perdéndose y destinar un efecto fortísimo para la pose final, que sea distintivo y guarde relación con el mensaje que se desea transmitir.

Epígrafe #3 Metodología para editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas



Se asumen las leyes de la didáctica defendidas por Álvarez (1999), así como los principios de la educación de posgrado expuestos en el artículo #6 de la Resolución 140/19.

En la etapa# 1: Programación del acompañamiento musical, se realizan las siguientes acciones:

1. Leer el Código Internacional de Puntuación vigente para la Gimnasia Aerobia deportiva. En dicha lectura enfatizará en las declaraciones relacionadas con el acompañamiento musical. Así como en todo lo relacionado con la conformación de las rutinas para poder relacionarlo con el acompañamiento musical.
2. Analizar el contenido del Código de Puntuación vigente: para determinar las nuevas particularidades que se plantea sobre el acompañamiento musical.
3. Consultar las normas profesionales relativas a la reproducción de sonidos internacionalmente vigentes.
4. Definir el mensaje o historia.
5. Investigar movimientos característicos.
6. Ejecutar una gráfica planificando los desplazamientos.
7. Resumir las características esenciales que conformará el acompañamiento musical de la rutina que desea lograr.

En la etapa #2 Selección de los fragmentos musicales, se realizan las siguientes acciones:

1. Escuchar ediciones de presentaciones en competencias para familiarizarse con las características del acompañamiento musical para las rutinas aeróbicas.
2. Visualizar videos de competencias para observar la relación adecuada entre la ejecución técnica y el acompañamiento musical.
3. Realizar una biblioteca musical: la cual se puede organizar por orden alfabéticas, según el tema de la canción o por cantidad de beats.
4. Clasificar la música teniendo en cuenta los medios de expresión musical.
5. Aplicar diagnóstico para determinar los elementos de dificultad que conformaran la rutina aeróbica.
6. Seleccionar los fragmentos musicales que resaltaran la ejecución técnica de los elementos de dificultad.

7. Seleccionar los fragmentos musicales que acompañarán a los patrones de movimientos.

Teniendo en cuenta el mensaje o historia determinado en la primera etapa.

En la etapa #2 Edición del acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas, se realizan las siguientes acciones:

1. Editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas con la utilización del programa de computación FL 2020. Teniendo en cuenta todos los fragmentos seleccionados y el orden de ejecución de los patrones de movimientos con sus desplazamientos.
2. Garantizar que el inicio y final de la edición sean creativos y distintivos.
3. Escuchar la edición para verificar la fusión de los fragmentos musicales sean acordes a las frases, secuencias y bloques aeróbicos.
4. Socializar la edición con los ejecutantes de las rutinas.

Una vez aplicada la propuesta se realiza el pos test, donde se comprobó que el total de los mentores que conformaron la muestra fueron capaces de editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas, siempre teniendo en cuenta los requisitos que se establecen en el nuevo código de puntuación. Además, cumplieron el 100% de las ediciones escuchadas con las normas y parámetros internacionales para la reproducción del sonido en este tipo de actividad.

Aunque existe diversidad de autores, se aprecia unidad de criterios en relación a la importancia y necesidad del proceso de superación de posgrado. Se asumen además las nuevas resoluciones emitidas al respecto.

Conclusiones

A partir del diagnóstico realizado se pudo constatar la necesidad de elaborar un manual de orientaciones metodológicas para editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas.

Referencias

Álvarez, C. (1999). *Hacia una escuela de excelencia*. Editorial Academia.

Batista, Y. (2021). La superación profesional de los mentores de gimnasia aerobia deportiva en Cuba. *Revista Olimpia*, 18(3), 141-150.



Manual de orientaciones metodológicas para editar el acompañamiento musical de las rutinas aeróbicas/Methodological orientation guide to edit the musical accompaniment of the aerobic routines/Manual de diretrizes metodológicas para edição do acompanhamento musical de rotinas aeróbicas

Bernaza, G. (2018). *La superación profesional; mover ideas y avanzar más*. Editorial Universitaria del Ministerio de Educación Superior.

Carro, R. (2017). Metodología para el proceso de enseñanza-aprendizaje de la rutina de Gimnasia Aerobia deportiva. [Tesis de doctorado, Universidad de la Habana].

Federation Internationale de Gymnastique, 2016. Código de Puntuación. 2017-2020. Comité Técnico de Gimnasia Aeróbica de la F.I.G.

González E., & Días J., 2018. Gimnasia musical aerobia. *Anatomía Digital*, 1(3), 24-36
https://doi.org/10.33262*/visionariodigital.v3i4.949 (p34).

Ministerio de Educación Superior. (2019) Resolución No.138/19.
<http://www.gacetaoficial.gob.cu>.

Ministerio de Educación Superior. (2019) Resolución No.140/19.
<http://www.gacetaoficial.gob.cu>.

Mencio, T. 2005. *La Gimnasia y la educación rítmica*. Editorial Deportes.

Lara, D. (2011) *Alternativa metodológica para la superación profesional a partir de las competencias profesionales específicas del entrenador de fútbol categoría 13-14 años*. [Tesis de doctorado, Universidad de Villa Clara].