

La danza como estrategia pedagógica para el aprovechamiento creativo del tiempo libre en estudiantes de grado noveno de la I.E.D. Bolívar de la villa de san Diego de Ubaté”

Nombre del estudiante:
Rosa Isabel Murcia Forero

Asesor
HUMBERTO SÁNCHEZ

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y EDUCACIÓN
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA PARA LA EDUCACIÓN SUPERIOR BOGOTÁ
2025

Contenido

Introducción	3
1. Planteamiento del problema	4
1.1. Contexto y lugar de indagación.....	4
1.2 Descripción del problema - pregunta del problema	5
1.2. Objetivos	7
1.2.1. Objetivo general.....	7
1.3.2. Objetivos Específicos.....	7
1.4. Antecedentes:	7
1.5. Justificación:.....	9
2. Referentes Teóricos	11
2.1. La danza como propuesta pedagógica	11
2.2. Danza y creatividad en contextos escolares.....	11
2.3. Educación artística y tiempo libre en adolescentes.....	13
2.4. La expresión corporal como medio para el desarrollo socioemocional	14
2.5. Propuestas pedagógicas con enfoque artístico: Experiencias recientes.....	16
3. Diseño Metodológico	18
3.1. Tipo y enfoque de investigación.....	18
3.2. Conceptualización de la metodología	18
3.3. Fases de intervención.....	19
4. Cronograma de actividades.....	22
5. Resultados esperados y proyección de impacto de la intervención pedagógica.....	23
Conclusiones	25
Recomendaciones:.....	26
Bibliografía	27

Introducción

Las instituciones educativas actualmente se enfrentan a desafíos como el de formar estudiantes integrales que puedan adaptarse a las exigencias de un mundo cada vez más complejo, sin olvidar su bienestar emocional, social y creativo. En este sentido, el uso del tiempo libre se convierte en un elemento clave en el proceso de formación de los adolescentes, ya que ofrece un espacio ideal para fomentar la autonomía, la imaginación y la construcción de la identidad.

En la I.E.D. Bolívar, situada en la Villa de San Diego de Ubaté (Cundinamarca) y que atiende a estudiantes tanto del ámbito rural como urbano, se ha observado que muchos jóvenes de grado noveno tienden a utilizar su tiempo libre de manera pasiva, a menudo aislados o desmotivados, lo que impacta negativamente en su desarrollo personal y social. Esta situación presenta una oportunidad para diseñar una estrategia pedagógica creativa que transforme ese tiempo libre en momentos de aprendizaje, disfrute y crecimiento humano.

Desde un enfoque humanista e inclusivo, esta propuesta sugiere la danza como una estrategia pedagógica innovadora para aprovechar el tiempo libre de manera significativa. La danza, más que un simple movimiento, es una forma de expresión, una conexión con los demás, una manera de contar historias y de sentirse parte de algo más grande. Permite a los jóvenes canalizar sus emociones, fortalecer su autoestima, trabajar en equipo y apreciar la diversidad cultural.

La propuesta se basa en un marco teórico que relaciona la educación artística, la expresión corporal, el desarrollo socioemocional y el uso creativo del tiempo libre.

Se plantea una intervención pedagógica organizada en fases, que incluye diagnóstico, planificación, ejecución, evaluación y retroalimentación.

Además, se apoya en experiencias favorables a nivel nacional e internacional, indicando que el arte en la escuela no es un lujo, sino una necesidad.

Con esta propuesta, se busca tener un impacto positivo en la vida escolar y personal de los estudiantes, contribuyendo a la creación de una comunidad educativa más sensible, participativa y comprometida con el desarrollo integral de sus jóvenes.

1. Planteamiento del problema

1.1. Contexto y lugar de indagación.

La presente propuesta pedagógica se desarrollará en la Institución Educativa Departamental Bolívar, ubicada en la Villa de San Diego de Ubaté, Cundinamarca. Con más de 106 años de historia, esta institución atiende a estudiantes desde preescolar hasta el grado once, en la jornada diurna, ofrece igualmente la jornada nocturna y sabatina. Además, se especializa en formación técnica en áreas como recreación y deportes, y recientemente ha lanzado un programa de técnico en robótica. Su alumnado es diverso, proveniente de zonas urbanas y rurales, así como de diferentes departamentos del país, ya que muchas familias se han trasladado al municipio debido a diversas circunstancias sociales y económicas. La mayoría de los estudiantes pertenecen a los estratos 1, 2 y 3, y sus familias se dedican principalmente a actividades como la floricultura, la minería o el comercio informal. La institución dispone de espacios adecuados para desarrollar actividades artísticas, incluyendo la danza, aunque su proyecto institucional de tiempo libre ha estado más centrado en el ámbito deportivo y recreativo. Sin embargo, se reconoce la necesidad de transformar las

propuestas que ayuden a la formación integral de los estudiantes, especialmente en los grados de educación básica secundaria, como el noveno.

La I.E.D. Bolívar se distingue por su enfoque constructivista sociocultural en el modelo pedagógico que aplica. Esta perspectiva se basa en la idea de que aprender es un proceso activo, situado y social, donde el conocimiento se forma a través de la interacción con otros, el contexto y la cultura. Siguiendo las teorías de autores como Vygotsky (1979), se considera que el lenguaje, el cuerpo, las emociones y las prácticas culturales son elementos clave en el desarrollo humano. Así mismo, la labor educativa se ve como una oportunidad para fortalecer las habilidades de los estudiantes, partiendo de sus propias experiencias, motivaciones y relaciones sociales. Esto fomenta un aprendizaje significativo, el pensamiento crítico y una participación activa en su entorno escolar y comunitario.

1.2 Descripción del problema - pregunta del problema

La Institución Educativa departamental Bolívar, con una matrícula que incluye estudiantes de la zona urbana y rural, presenta una combinación de realidades socioculturales que no ha sido plenamente aprovechada desde el ámbito pedagógico. Esta diversidad puede enriquecer dinámicas educativas, pero también plantea desafíos en la integración y el sentido de pertenencia, especialmente en el grupo de noveno grado. En esta etapa crítica de la adolescencia, el tiempo libre resulta estratégico para el desarrollo personal, emocional y social de los jóvenes.

Sin embargo, la institución educativa actualmente ofrece una oferta limitada de actividades para ocupar el tiempo libre, enfocándose principalmente en el deporte y la recreación tradicional. Aunque estas actividades son valiosas, no satisfacen las necesidades expresivas, creativas y socioemocionales de todos los estudiantes. En consecuencia, se

observan comportamientos como el aislamiento de algunos estudiantes, el consumo pasivo y sin propósito educativo de la tecnología, la desmotivación, la apatía institucional y episodios de conflicto que deterioran la convivencia escolar.

El lenguaje corporal reconoce que las actividades artísticas, especialmente la danza, desempeñan un papel significativo en el desarrollo integral de los niños y adolescentes. Por ejemplo, investigaciones en contextos educativos han revelado que la danza mejora la percepción corporal, la autoestima, la expresividad emocional y la disciplina. Del mismo modo, se ha demostrado que propicia la comunicación no verbal, el trabajo colaborativo, la empatía y proporciona un espacio para canalizar emociones y tensiones. Asimismo, el contacto con expresiones culturales, como la danza, facilita la integración de estudiantes provenientes de diferentes entornos, fortaleciendo su identidad y sentido de comunidad.

A pesar de estos beneficios ampliamente documentados, en la I.E.D. Bolívar no se ha implementado una estrategia pedagógica que articule la danza como recurso formativo dentro del currículo o como actividad extracurricular para aprovechar el tiempo libre con un propósito educativo. Esta omisión representa una oportunidad desaprovechada para que los estudiantes descubran sus potenciales artísticos y culturales, desarrollen habilidades socioemocionales y establezcan lazos verdaderos con sus pares y con la institución. Si esta situación permanece sin intervención, es probable que se consoliden patrones de desmotivación, fragmentación social y uso improductivo del tiempo libre, con consecuencias negativas en el rendimiento académico, la convivencia y el bienestar emocional.

Por ello, es necesario explorar nuevas alternativas educativas integrales. La intención es plantear a la danza no solo como una forma de expresión corporal y cultural, sino como una herramienta pedagógica que contribuye al desarrollo creativo, fortalece las habilidades

socioemocionales, promueve la integración social y refuerza el sentido de pertenencia institucional en los estudiantes de grado noveno.

Es así que surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo puede la práctica artística de la danza, a través de una propuesta pedagógica, ayudar a los estudiantes de grado noveno de la I.E.D. Bolívar a aprovechar creativamente su tiempo libre y fortalecer sus habilidades socioemocionales?

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Implementar una propuesta pedagógica que utilice la danza como una herramienta de expresión artística que favorezca el uso creativo del tiempo libre y contribuir al desarrollo integral de los estudiantes de noveno grado en la I.E.D. Bolívar.

1.3.2. Objetivos Específicos

1. Diseñar e implementar una propuesta pedagógica que se enfoque en la práctica de la danza, promoviendo la creatividad, la expresión emocional y la participación activa de los estudiantes en entornos educativos no convencionales.

2. Fomentar un uso creativo del tiempo libre entre los estudiantes de noveno grado a través de su participación en actividades artísticas relacionadas con la danza.

3. Fortalecer habilidades socioemocionales como la autoestima, la cooperación y el sentido de pertenencia mediante experiencias coreográficas que transformen el tiempo libre en una valiosa oportunidad educativa.

1.4. Antecedentes:

1. Cárdenas Saurith, Díaz y Gutiérrez (2018) en el desarrollo de su proyecto titulado *“La danza en el uso productivo del tiempo libre de los estudiantes de 6.º a 9.º de la I.E. El Gool”*, donde se aplicó una estrategia artística basada en talleres de danza. Esta propuesta permitió observar un mejor aprovechamiento del tiempo libre, así como una mayor disposición de los estudiantes hacia la participación y el trabajo en equipo, reforzando actitudes positivas y disminuyendo el ocio pasivo en entornos escolares.

2. Montoya (2021), en su investigación realizada con estudiantes de primaria, evidenció cómo la danza favorece el desarrollo de la creatividad y el uso activo del tiempo libre. Su propuesta didáctica ayudó a mejorar la expresión artística, la autoestima y la convivencia escolar en niños y niñas de cuarto grado de básica primaria, destacando el papel de la danza como mediadora del desarrollo emocional.

3. Armero Ávila (2022) exploró en su tesis cómo el teatro y la danza pueden convertirse en herramientas clave para el desarrollo del proyecto de vida del adolescente, especialmente en relación con su tiempo libre. El estudio evidenció que estas disciplinas no solo fortalecen la creatividad y la identidad, sino que promueven el pensamiento crítico, el autoconocimiento y la toma de decisiones frente a las opciones de ocio.

4. En la Universidad CECAR (2022) se implementó un proyecto en el que la danza folclórica fue utilizada como estrategia educativa para transformar el uso del tiempo libre de adolescentes. Los resultados mostraron un fortalecimiento del sentido de identidad cultural, el reconocimiento del patrimonio inmaterial y la consolidación de hábitos de vida saludable, además de una mejora significativa en la participación social.

5. Sango y Pickard (2024) realizaron una revisión sistemática internacional sobre cómo la danza fomenta el sentido de pertenencia en adolescentes. Su análisis de estudios en contextos escolares de diferentes países reveló que la participación en danza grupal mejora el bienestar psicoemocional, la cohesión entre pares y la identificación con el entorno escolar, aportando evidencia valiosa desde una perspectiva global.

1.5. Justificación:

Actualmente, las instituciones educativas se enfrentan a la lucha constante: formar estudiantes que sean completos, capaces de crecer no solo en lo académico, sino también en lo emocional, social y creativo. Uno de los aspectos que a menudo se pasa por alto en esta formación es el uso del tiempo libre, que muchas veces se considera una franja sin propósito. Sin embargo, en realidad, es una oportunidad valiosa para el desarrollo personal y la construcción de identidad, especialmente durante la adolescencia.

Muchos jóvenes, cuando no tienen propuestas significativas y motivadoras, tienden a pasar su tiempo libre de manera pasiva, principalmente frente a pantallas y dispositivos digitales. Este fenómeno, que se vuelve cada vez más común, ha traído consigo efectos negativos como la disminución de la capacidad de concentración, el deterioro de los hábitos de estudio, el aislamiento social y la desconexión emocional con su entorno familiar. En contextos educativos como el de la I.E.D. Bolívar, situada en la Villa de San Diego de Ubaté, esta situación se agrava debido a factores sociales, culturales y geográficos que limitan las opciones culturales y recreativas en la zona.

Frente a esta realidad, es urgente crear estrategias pedagógicas que conviertan el tiempo libre en un espacio educativo, reflexivo y creativo. La práctica artística, especialmente la danza, se presenta como una herramienta poderosa para alcanzar este objetivo. La danza,

más que solo movimiento físico, es una forma de comunicación, una expresión de emociones y una conexión con la identidad y la cultura. A través de ella, los adolescentes pueden canalizar su energía, fortalecer su autoestima, desarrollar habilidades socioemocionales y descubrir nuevas maneras de relacionarse con los demás y con su entorno. Desde una perspectiva pedagógica, la danza favorece aprendizajes significativos al integrar el cuerpo, la emoción y la creatividad. Esta experiencia corporal no solo estimula la participación activa y el sentido de pertenencia, sino que también fomenta la introspección, la empatía, el respeto por la diversidad y el trabajo en equipo. En este sentido, esta propuesta se alinea con el enfoque humanista promovido por la Universidad Santo Tomás, que ve la educación como una práctica transformadora, centrada en el desarrollo ético, crítico y sensible del ser humano.

Además, responde a los lineamientos del área de Educación Artística establecidos por el Ministerio de Educación Nacional, los cuales reconocen el arte como una dimensión esencial del desarrollo integral de los estudiantes y como un componente clave en la construcción de ciudadanía, cultura de paz y convivencia escolar.

La elección del grado noveno como grupo focal responde a un momento vital de cambio y definición en los adolescentes. Es una etapa en la que el reconocimiento de su voz, su cuerpo y su creatividad puede tener un impacto profundo en su identidad y en su proyecto de vida. Por eso, esta propuesta no busca simplemente “ocupar” el tiempo libre, sino **transformarlo** en una experiencia educativa significativa, donde la danza se convierte en herramienta de expresión, y la escuela, en un escenario de crecimiento humano.

Así, esta propuesta pedagógica pretende ser una ruta metodológica replicable, que inspire a otras instituciones educativas a considerar el arte como camino para formar seres humanos más sensibles, críticos, responsables y creativos.

2. Referentes Teóricos

2.1. La danza como propuesta pedagógica

La danza ha sido reconocida como una estrategia educativa de alto impacto en contextos escolares, por su capacidad de integrar expresión corporal, creatividad y dimensión cultural en los procesos de formación integral. En Colombia, Ibarra-Eraso (2023) señala que cuando se incorpora al currículo, la danza deja de ser un contenido artístico complementario para convertirse en una herramienta que articula el desarrollo cognitivo, emocional y cultural de los estudiantes. Esto promueve la apropiación del patrimonio inmaterial y contribuye a la transformación social desde el aula.

En esa misma línea, un estudio de la Universidad Los Libertadores (González, 2019) describe cómo la danza puede emplearse como "una posibilidad para desarrollar la creatividad", funcionando como eje central en proyectos pedagógicos diseñados para fortalecer el pensamiento divergente y la formación integral. Los hallazgos confirman que los estudiantes activos en dinámicas dancísticas muestran mayor capacidad de expresión, motivación y apertura a la participación colectiva.

Además, investigaciones recientes en contextos de educación formal apuntan a que la danza no solo fomenta habilidades artísticas, sino también actitudes educativas positivas. Por ejemplo, Martínez (2024), en su tesis para la Universidad El Bosque, resalta cómo la danza contribuye al desarrollo de competencias sensibles, comunicativas y colaborativas, así como a la expresión creativa, la coordinación y el trabajo en equipo.

2.2. Danza y creatividad en contextos escolares

La creatividad es una de las competencias fundamentales en la formación integral de los estudiantes, especialmente en la etapa de la adolescencia. En el contexto educativo, su

estimulación se relaciona con la capacidad de los jóvenes para expresar ideas, resolver problemas de forma original y desarrollar su identidad personal. En este sentido, la danza emerge como una estrategia pedagógica potente que favorece la creatividad a través de la exploración del cuerpo, el movimiento libre, la improvisación y la construcción colectiva.

Según González y Redondo (2020), la implementación de actividades dancísticas en el aula permite que los estudiantes desarrollen nuevas formas de pensar, actuar y sentir, lo que impacta positivamente en su desempeño académico y emocional. En su investigación con niños de ciclo inicial, observaron que la danza no solo motivó a los estudiantes a participar activamente, sino que también fortaleció su imaginación, espontaneidad y capacidad de simbolizar.

De igual forma, Ibarra-Eraso y Rivera Oliveros (2019) destacan que la danza tradicional colombiana, al ser una práctica artística profundamente ligada al territorio y la cultura, facilita procesos creativos que promueven el arraigo identitario y el pensamiento divergente. Esta forma de expresión corporal contribuye a que los estudiantes reconozcan el valor del patrimonio cultural y se vinculen con él de manera crítica y reflexiva.

Por su parte, Sánchez Commes (2019), en una revisión sobre creatividad en la etapa escolar, afirma que la danza, al no exigir habilidades técnicas previas, brinda un espacio seguro donde el error se convierte en posibilidad de creación. Esta característica favorece el desarrollo de la autonomía, la tolerancia a la frustración y la confianza en sí mismos, aspectos clave para el desarrollo creativo.

Asimismo, el Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MEN) ha reconocido la importancia del arte en el currículo escolar al establecer que la educación artística, incluida

la danza, fomenta la sensibilidad, la comunicación, la interpretación y la creación, pilares de una educación humanista e inclusiva (MEN, 2010).

La práctica dancística, en consecuencia, no se limita a una formación estética, sino que se convierte en un vehículo para el aprendizaje significativo, la exploración emocional y la socialización. En contextos escolares como el de la I.E.D. Bolívar, donde confluyen estudiantes de sectores rurales y urbanos, la danza ofrece un lenguaje común para expresar vivencias, construir comunidad y canalizar el tiempo libre de forma creativa y educativa.

2.3. Educación artística y tiempo libre en adolescentes

El tiempo libre de los adolescentes es un espacio valioso para el desarrollo personal y social, que puede convertirse en fuente de aprendizaje y bienestar cuando se gestionan propuestas enriquecedoras, como la educación artística. Varios estudios destacan que actividades artísticas —entre ellas la danza—, al integrarse en los momentos no escolares, promueven habilidades emocionales, cognitivas y relacionales en los jóvenes.

Armero (2022), en su investigación "Vidarte: teatro y danza. Proyecto de vida del adolescente en su tiempo libre", demuestra cómo la danza y el teatro permiten a los adolescentes reflexionar sobre sus proyectos de vida, incorporando valores, metas, arraigo cultural y autoconcepto, lo que facilita una planificación consciente y emocionalmente significativa de su futuro.

La revisión sistemática de Duberg et al. (2020) evidencia que el baile grupal incrementa la autoestima, mejora la autoconfianza y la expresión emocional en niños y adolescentes. Los autores resaltan que la danza, al combinar ejercicio físico con creación

artística, proporciona un entorno propicio para el desarrollo del sentido de pertenencia y el bienestar psicológico.

Estudios recientes como Auhuber et al. (2019) muestran que los adolescentes que participan en actividades culturales (como danza o teatro) durante su tiempo libre presentan mejores indicadores de bienestar y menor tendencia a conductas problemáticas, en comparación con quienes se concentran exclusivamente en ocio pasivo. Además, su salud física y social mejora cuando equilibran tiempo libre activo y creativo.

Mastrothanasis y Kladaki (2020), en su análisis entre Grecia y Chipre, reportan que los niños prefieren actividades artísticas en su tiempo libre, y que dichas prácticas contribuyen a su satisfacción personal, expresividad y desarrollo emocional. Esto sugiere que, aunque la tecnología es común, muchos adolescentes se inclinan hacia el arte cuando se les brinda la oportunidad.

La relevancia de estos hallazgos radica en que, si se promueven espacios artísticos estructurados durante el tiempo libre —fuera del horario lectivo—, se favorece el fortalecimiento del bienestar emocional, la creatividad y la identidad cultural de los jóvenes. Así, la danza puede ocupar un rol central en proyectos educativos que busquen revalorizar el tiempo libre como un espacio formativo, no un mero descanso o distracción.

2.4. La expresión corporal como medio para el desarrollo socioemocional

La expresión corporal, y la danza dentro de ella, no solo promueven habilidades físicas y artísticas, sino que constituyen un camino eficaz para fortalecer las dimensiones socioemocionales de los adolescentes. Al involucrar a los participantes en actividades que exigen comunicación no verbal, escucha activa, coordinación y conciencia del propio cuerpo,

estos procesos contribuyen a fortalecer la autoestima, la empatía, la autorregulación y el trabajo colaborativo, elementos esenciales en el desarrollo integral juvenil.

Un estudio reciente de Duberg, Möller y Hagberg (2020) revela que la danza mejora significativamente el bienestar emocional de niños y adolescentes al reducir el estrés y aumentar el vigor, contribuyendo de manera directa a una mejor regulación de las emociones. Esta revisión sistemática evidencia cómo las dinámicas grupales de danza favorecen la expresión emocional y generan un entorno seguro para el crecimiento personal.

Investigaciones específicas sobre las relaciones entre danza y autoconcepto respaldan estas conclusiones. Vergara-Vilchez et al. (2020) encontraron que la práctica de la danza como eje central en actividades escolares mejora la autoestima y la percepción del propio cuerpo, elementos fundamentales para construir una imagen positiva de sí mismo durante la adolescencia.

Asimismo, Borowski (2021), mediante una revisión de estudios internacionales, concluye que la danza grupal promueve competencias socioemocionales al estimular la autoafirmación, la sincronización no verbal y la solidaridad entre los participantes. Las dinámicas colaborativas que caracterizan muchas prácticas dancísticas facilitan la experiencia del otro y fortalecen el vínculo grupal.

La danza, por tanto, opera como una estrategia pedagógica para mejorar el clima escolar y fortalecer el sentido de pertenencia. Un estudio publicado en MDPI (2022) demostró que las intervenciones de danza incrementan la percepción social y física de los estudiantes, mejorando su autoestima, motivación y habilidades de trabajo en equipo.

La evidencia coincide también en que la danza facilita **la empatía** al requerir atención al compañero, así como la **autorregulación emocional**, pues el movimiento guiado impulsa reflexiones sobre emociones y comportamientos. Un artículo de Vargas Anaya y Mazón Sánchez (2021) identificó mejoras significativas en la autodeterminación, el autoconocimiento y el control emocional en jóvenes bailarines, en comparación con aquellos que no tienen práctica dancística.

En el contexto de la I.E.D. Bolívar, la expresión corporal mediante la danza puede jugar un papel esencial al generar espacios seguros donde los adolescentes se reconozcan, experimenten emociones, se sientan acompañados y refuercen su autoconfianza. Además, al trabajar en grupo, aprenden a valorar la diversidad, a comunicarse desde el cuerpo y a fortalecer vínculos afectivos, contribuyendo a una convivencia escolar más empática, respetuosa y colaborativa.

2.5. Propuestas pedagógicas con enfoque artístico: Experiencias recientes

En la última década, múltiples investigaciones y experiencias educativas han evidenciado el impacto positivo de las prácticas artísticas como herramienta pedagógica transformadora en contextos escolares. Estudios como el de Jiménez y Rodríguez (2018), desarrollado en una institución pública en Medellín, resaltan cómo los talleres de danza y teatro favorecieron el fortalecimiento de habilidades socioemocionales, la autoestima y una mejor convivencia entre los estudiantes. Igualmente, Pérez y Cárdenas (2020) documentaron en el departamento del Huila una experiencia en la que la danza tradicional, integrada al currículo, promovió el reconocimiento cultural, el trabajo en equipo y la participación activa del estudiantado.

En el plano internacional, iniciativas como **Arts Education for Development**, impulsadas por la UNESCO (2021), han demostrado que la educación artística en comunidades con alta vulnerabilidad social y educativa contribuye a reducir la deserción escolar, mejorar la motivación académica y ofrecer nuevas formas de expresión emocional y cultural para niños y jóvenes.

Estas propuestas coinciden en afirmar que la práctica artística no debe considerarse únicamente como un componente estético del currículo, sino como una estrategia integral que aporta a la formación de sujetos críticos, sensibles y participativos. La danza, en particular, al ser una forma de comunicación corporal y colectiva, posibilita procesos de identidad, pertenencia, empatía y reflexión, especialmente valiosos en etapas de desarrollo como la adolescencia.

En este sentido, la propuesta pedagógica planteada en la I.E.D. Bolívar se fundamenta en estos antecedentes, pero se adapta a una realidad concreta: una institución ubicada en la Villa de San Diego de Ubaté que acoge estudiantes tanto de zonas rurales como urbanas, con dinámicas sociales complejas y con escasas oportunidades de participación artística sistemática. Se observa entre los jóvenes una alta necesidad de espacios de expresión emocional, integración grupal y aprovechamiento creativo del tiempo libre.

La presente propuesta busca entonces no solo nutrirse de estas experiencias previas, sino también ofrecer una alternativa contextualizada, viable y replicable para transformar el tiempo libre en un escenario pedagógico. A través de la danza, se propone potenciar la creatividad, fortalecer los vínculos entre pares y con la institución, y promover una educación más humana, participativa y conectada con las realidades culturales del entorno.

3. Diseño Metodológico

3.1. Tipo y enfoque de investigación

Este proyecto se fundamenta en un enfoque **cualitativo**, ya que busca comprender cómo una propuesta artística basada en la danza puede incidir en el aprovechamiento creativo del tiempo libre y en el desarrollo socioemocional de estudiantes adolescentes. El tipo de estudio corresponde a una **investigación acción pedagógica**, dado que propone una intervención educativa diseñada, aplicada y evaluada directamente en el contexto escolar, con el fin de transformar una situación concreta. La propuesta articula componentes de la **educación artística**, la **pedagogía crítica**, la **psicología del desarrollo adolescente** y la **dinámica sociocultural**, integrando saberes que permiten comprender el contexto de los estudiantes desde una mirada integral.

El uso de la danza como medio de intervención educativa favorece la conexión entre cuerpo, emoción, creatividad y convivencia escolar, lo que exige una visión interdisciplinar del proceso formativo.

3.2. Conceptualización de la metodología

La población corresponde a los estudiantes de grado noveno de la **Institución Educativa Departamental Bolívar**, ubicada en una zona de convergencia rural-urbana del municipio de Ubaté (Cundinamarca).

Se trabajará con un grupo focal de aproximadamente **25 a 30 estudiantes**, seleccionados por **muestreo intencional**, considerando su interés, participación y disponibilidad para actividades extracurriculares. Para el desarrollo, seguimiento y evaluación del proyecto se

utilizarán instrumentos cualitativos que permitan recoger información del proceso desde una perspectiva formativa:

Bitácoras del docente-investigador

Rúbricas de observación participativa

Autoevaluaciones expresivas (dibujos, escritos, reflexiones)

Entrevistas breves a estudiantes

Registros fotográficos y videográficos

Estos instrumentos permiten documentar el impacto emocional, expresivo y social de la experiencia artística en el uso del tiempo libre.

El proyecto garantiza el respeto por los principios éticos de la investigación educativa, asegurando la **participación voluntaria** de los estudiantes, la **confidencialidad** de la información recogida y el uso responsable de los datos audiovisuales. Se solicitará **consentimiento informado** a padres de familia y estudiantes, y se contará con la aprobación de la dirección de la institución para la ejecución de las actividades. El objetivo principal es generar una experiencia significativa, formativa y respetuosa con la dignidad de los participantes.

3.3. Fases de intervención

La intervención pedagógica propuesta se estructura en **cuatro fases articuladas**, que garantizan un proceso cuidadoso desde la planeación hasta la socialización de los resultados. Estas etapas se desarrollan durante un semestre académico, de forma secuencial, pero con

flexibilidad para adaptarse a la dinámica institucional y a la disponibilidad de los estudiantes. La implementación se plantea con una frecuencia de una sesión semanal, evitando interferir con las asignaturas del plan formal de estudios y permitiendo una apropiación gradual de los contenidos artísticos.

A continuación, se describe de manera integrada cada fase con sus respectivas actividades y tiempos estimados:

3.3.1 Fase 1: Planeación y diseño pedagógico (mes 1).

Durante el primer mes se lleva a cabo el **diseño de la propuesta educativa**, partiendo de un diagnóstico inicial del contexto institucional y de las características del grupo participante. En este momento se realiza la revisión de referentes teóricos sobre danza y educación, la definición de objetivos y contenidos, y la selección de estrategias metodológicas y recursos didácticos.

Asimismo, se articulan las acciones con directivos y docentes de la I.E.D. Bolívar, se organiza la logística de espacios y materiales, y se selecciona formalmente el grupo de estudiantes de grado noveno que participará en la experiencia.

Actividades del mes 1:

- Revisión conceptual y diseño de la propuesta.
- Articulación con directivos y docentes para la aprobación del plan.
- Socialización preliminar del proyecto en la comunidad educativa.

3.3.2 Fase 2: Implementación de talleres de danza (meses 2,3 y 4)

En la segunda fase se desarrollan los **talleres de danza con enfoque pedagógico**, diseñados para fomentar la creatividad, la expresión corporal y emocional, y el trabajo

colaborativo. Cada sesión semanal incluye momentos de exploración del movimiento, reconocimiento cultural y reflexión grupal sobre la experiencia vivida.

Paralelamente, se realiza un **seguimiento constante del proceso**, mediante registros escritos, bitácoras de los participantes y evidencias audiovisuales, lo que permite documentar los avances de forma sistemática.

Actividades de los meses 2, 3 y 4:

- Desarrollo de sesiones artísticas y participativas.
- Uso de dinámicas creativas, música y recursos audiovisuales.
- Registro de evidencias del proceso (fotografía, video y notas reflexivas).

3.3.3. Fase 3: Sistematización del proceso (meses 4 y 5)

Tras finalizar la implementación, se inicia la **sistematización del proceso**, organizando las evidencias recogidas durante los talleres (bitácoras, registros fotográficos y audiovisuales, testimonios de los estudiantes). Con esta información se realiza un análisis cualitativo para identificar avances, logros, aprendizajes y dificultades, destacando las transformaciones en el uso creativo del tiempo libre y en el desarrollo socioemocional. Esta fase también permite reflexionar críticamente sobre la intervención y proponer mejoras.

Actividades de los meses 4 y 5:

- Organización y clasificación de registros y materiales producidos.
- Análisis interpretativo de la información recopilada.

Elaboración de narrativas pedagógicas y selección de productos representativos para la socialización final

3.3.4. Fase 4: Socialización de resultados (meses 5 y 6)

En la etapa final se organiza una **muestra artística participativa**, abierta a la comunidad educativa, donde los estudiantes presentan los aprendizajes construidos a lo largo de los talleres. Posteriormente, se realiza una **evaluación colaborativa**, en la que los propios estudiantes, junto con docentes y directivos, reflexionan sobre el impacto de la experiencia.

Finalmente, se elabora un informe conclusivo con las principales conclusiones y recomendaciones para la continuidad o réplica del proyecto en otros cursos o instituciones.

Actividades de los meses 5 y 6:

- Organización y realización de la muestra artística final.
- Conversatorios reflexivos con estudiantes y docentes.
- Evaluación participativa del proceso.
- Redacción y entrega del informe final del proyecto.

Realización de una muestra artística final, evaluación participativa y elaboración de conclusiones y recomendaciones del proyecto.

4. Cronograma de actividades

El siguiente cronograma fue diseñado con base en una distribución semestral, considerando los tiempos académicos y administrativos de la I.E.D. Bolívar. Las fases se desarrollan de forma secuencial, pero pueden presentar ajustes de acuerdo con la dinámica

institucional y la disponibilidad de los estudiantes. Se proyecta una intervención con frecuencia semanal (una sesión por semana) durante la fase de implementación, lo cual permite una adecuada apropiación de los contenidos artísticos sin interferir con las asignaturas del plan de estudios formal.

Fase / Actividad	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6
1. Planeación pedagógica	●					
- Revisión teórica y diseño de la propuesta	●					
- Articulación con directivos y docentes de la IED	●					
- Selección del grupo de estudiantes	●					
2. Implementación de talleres de danza		●	●	●		
- Desarrollo de sesiones artísticas		●	●	●		
- Registro de evidencias del proceso		●	●	●		
3. Sistematización del proceso				●	●	
- Análisis de resultados e interpretación reflexiva				●	●	
- Elaboración de bitácoras y selección de productos				●	●	
4. Socialización y evaluación					●	●
- Muestra artística con estudiantes					●	
- Evaluación participativa y reflexiva					●	●
- Redacción final del informe y sustentación						●

5. Resultados esperados y proyección de impacto de la intervención pedagógica

Se proyecta que la implementación de la propuesta pedagógica “La danza como estrategia pedagógica para el aprovechamiento creativo del tiempo libre en estudiantes de grado noveno de la I.E.D. Bolívar” genere efectos significativos a nivel individual y colectivo, impactando positivamente diversas dimensiones del desarrollo humano y la vida escolar:

1. Estimulación de la creatividad y la expresión artística.

Se espera que los estudiantes fortalezcan su capacidad de comunicación a través del lenguaje corporal, explorando nuevas formas de expresión que les permitan representar emociones, ideas y experiencias de manera auténtica. Con ello, se busca potenciar sus habilidades creativas, estéticas y simbólicas, promoviendo la sensibilidad artística como parte de su formación integral.

2. Uso consciente y productivo del tiempo libre.

La participación en los talleres de danza facilitará una transformación progresiva en el modo de emplear el tiempo libre, pasando de actividades pasivas o rutinarias hacia vivencias artísticas significativas, que propicien reflexión, disfrute y desarrollo personal.

3. Fortalecimiento de competencias socioemocionales.

A través de dinámicas colaborativas y experiencias de movimiento colectivo, se prevé que los estudiantes desarrollen mayor seguridad personal, empatía, sentido de pertenencia, capacidad de escucha y cooperación, elementos fundamentales para una convivencia armónica dentro y fuera del aula.

4. Mejora de la convivencia y del clima escolar.

La práctica artística, al promover el respeto y la integración grupal, contribuirá a la construcción de ambientes escolares más inclusivos y participativos, fortaleciendo las

relaciones interpersonales entre estudiantes y docentes, y disminuyendo actitudes conflictivas.

5. Reconocimiento del arte como recurso pedagógico transformador.

Se busca que la comunidad educativa tome conciencia del valor de la educación artística, comprendiendo que la danza es una estrategia formativa con alto potencial para el desarrollo integral de los adolescentes, no solo a nivel expresivo, sino también en lo emocional, social y cultural.

En conjunto, estos resultados esperados permitirán no solo impactar a los estudiantes participantes, sino también generar un efecto multiplicador en la institución. La experiencia puede servir como referente para incorporar de manera transversal la educación artística en el currículo, articulándola con otros proyectos institucionales orientados al bienestar estudiantil y a la formación integral. Asimismo, contribuirá a fortalecer la identidad cultural de la comunidad educativa, consolidando a la escuela como un espacio donde el arte y la pedagogía se complementan para transformar realidades sociales y emocionales.

Conclusiones

1. **La danza como estrategia pedagógica favorece el desarrollo integral de los adolescentes**, al brindar espacios de expresión corporal y emocional que estimula la creatividad, la autoestima y la interacción social. Esta manifestación artística se consolida como una herramienta educativa capaz de generar aprendizajes significativos más allá de los contenidos académicos tradicionales.

2. **La implementación de prácticas artísticas en el contexto escolar, especialmente en el grado noveno de la I.E.D. Bolívar, contribuye a la**

transformación positiva del uso del tiempo libre, al brindar alternativas formativas y recreativas que reducen la pasividad frente a las pantallas, fortalecen el sentido de pertenencia y promueven hábitos saludables en los estudiantes de zonas urbano-rurales.

3. **La propuesta pedagógica diseñada es replicable y adaptable a otros contextos educativos con características similares**, y representa una posibilidad concreta para articular el arte con procesos formativos transversales. Su enfoque humanista, integrador y contextualizado refuerza el papel de la escuela como escenario de transformación social y desarrollo personal para los adolescentes.

Recomendaciones:

1. Incorporar la danza como mecanismo permanente dentro del currículo escolar, no solo como actividad extracurricular y de esta manera permitir que se convierta en una herramienta pedagógica que transversalice la creatividad, la participación activa y el aprendizaje significativo.

2. Aprovechar el tiempo libre en las instituciones educativas promoviendo espacios artísticos hacia el fortalecimiento de la expresión emocional y el bienestar estudiantil, proponiendo horarios, lugares y recursos para actividades coreográficas y artísticas.

3. Capacitar a docentes en metodologías de expresión artística, especialmente en danza pedagógica, guiadas a fortalecer sus competencias didácticas y favorecer una enseñanza más sensible, integradora y cercana a los intereses de los estudiantes.

4. Establecer vías participativas de evaluación y retroalimentación con la comunidad educativa: estudiantes, docentes y familias, para asegurar la continuidad y mejora continua de la propuesta pedagógica.

Bibliografía

Armero Ávila, L. T. (2022). *Teatro y danza. Proyecto de vida del adolescente en su tiempo libre*. [Tesis de especialización, Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD]. Repositorio UNAD. <https://repository.unad.edu.co/>

- Cárdenas Saurith, N. E., Díaz, D. J., & Gutiérrez, C. (2018). *La danza en el uso productivo del tiempo libre de los estudiantes de 6° a 9° de la I.E. El Gool*. [Tesis de especialización, Universidad de Cartagena]. REDIUC. <https://repositorio.unicartagena.edu.co/>

- Montoya, L. M. (2021). *Implementación de la danza para potenciar el desarrollo de la creatividad y el aprovechamiento del tiempo libre en niños de grado cuarto de la I.E.D. Domingo Savio*. [Tesis de especialización, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Repositorio FUNLIBERTADORES. <https://repository.libertadores.edu.co/>

- Universidad CECAR. (2022). *La danza como estrategia para el uso adecuado del tiempo libre de los adolescentes*. [Tesis de grado, Corporación

Universitaria del Caribe – CECAR]. Repositorio Institucional CECAR.
<https://repositorio.cecara.edu.co/>

- Sango, P. N., & Pickard, A. (2024). Building a sense of belonging in dance with adolescents: A systematic review. *Adolescents*, 4(3), 335-354.
<https://doi.org/10.3390/adolescents4030024>

- González, M. (2019). *La danza como posibilidad para desarrollar la creatividad*. Universidad Los Libertadores.
<https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/2677>

- Ibarra-Eraso, N. (2023). *Pedagogía de la danza: cuerpo, arte y educación popular*. Editorial El Búho.

- Martínez, D. (2024). *La danza como herramienta educativa en contextos escolares*. Universidad El Bosque. [Repositorio institucional]

- González Velásquez, M. Y., & Redondo Jiménez, D. J. (2020). *La danza como estrategia pedagógica para el desarrollo de la creatividad en aulas de ciclo inicial* (Tesis de maestría, Universidad de Los Libertadores). Repositorio Universidad Los Libertadores.

- Ibarra-Eraso, A. L., & Rivera Oliveros, A. M. (2019). Potencialidades formativas e identitarias de la danza colombiana. *Revista Conrado*, 15(68), 135–141.
<http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>

- Sánchez Commes, B. (2019). *La creatividad desarrollada a través de la danza en la etapa de Educación Primaria*. *Revista de Educación, Innovación y Formación*, 1, 97–115.

- Ministerio de Educación Nacional. (2010). *Lineamientos curriculares para la educación artística*. MEN-Colombia. <https://www.mineduccion.gov.co/>

- Armero Ávila, L. T. (2022). *Vidarte: teatro y danza. Proyecto de vida del adolescente en su tiempo libre* (Trabajo de grado). Corporación Universitaria Minuto de Dios. <https://hdl.handle.net/10656/13769>
- Auhuber, L., Vogel, M., Grafe, N., Kiess, W., & Poulain, T. (2019). Leisure activities of healthy children and adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(12), 2078. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122078>
- Duberg, A., Möller, M., & Hagberg, L. (2020). The physiological and psychological benefits of dance and its effects on children and adolescents: A systematic review. *Frontiers in Physiology*, 13, 925958. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.925958>
- Mastrothanasis, K., & Kladaki, M. (2020). The involvement of children in the arts during their leisure time. *Asian Journal of Language, Literature and Culture Studies*, 3(2), 10–19.
- Borowski, M. (2021). How dance promotes the development of social and emotional competence. *ResearchGate*.
- Duberg, A., Möller, M., & Hagberg, L. (2020). The physiological and psychological benefits of dance and its effects on children and adolescents: A systematic review. *Frontiers in Physiology*, 13, 925958. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.925958>
- Vargas Anaya, A. I., & Mazón Sánchez, J. C. (2021). Impacto de la danza en el bienestar psicológico: autorregulación, autodeterminación y habilidades sociales. *Alternativas*, 46, 45–64.

- Vergara-Vilchez, N., Fuentes Sandoval, A., Gonzales Chacana, H., Cadagan Fuentes, C., Morales Yáñez, S., Poblete Gálvez, C., & Poblete Aro, C. E. (2020). Efecto de la danza en la mejora de la autoestima y el autoconcepto en niños, niñas y adolescentes: una revisión. *Revista Retos*, 40, 385–401.
- You, H., Hung, S., & Lau, I. (2022). Building a sense of belonging in dance with adolescents. *Adolescents in Action*, 4(3), 24–37.
- Jiménez, L. A., & Rodríguez, M. C. (2018). *El arte como herramienta para la transformación de la convivencia escolar: Una experiencia con teatro y danza en Medellín*. *Revista Colombiana de Educación*, 75(1), 189–206. <https://doi.org/10.17227/rce.num75-7325>
- Pérez, L. F., & Cárdenas, D. (2020). *La danza tradicional como estrategia pedagógica para el fortalecimiento de la identidad cultural en estudiantes de básica secundaria*. *Revista Praxis & Saber*, 11(26), 45–62. <https://doi.org/10.19053/22160159.v11.n26.2020.11783>
- UNESCO. (2021). *Re|pensar las políticas culturales: Creatividad para el desarrollo*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380619>
- Cortés, A. M., & Gómez, V. L. (2019). *Educación artística y transformación social: un estudio de caso en una comunidad educativa vulnerable en Bogotá*. *Revista Nodos y Nudos*, 7(45), 25–39. <https://doi.org/10.17227/nys.v7i45.2974>
- Castro, S. A., & Molina, R. J. (2022). *Prácticas artísticas como medio para el fortalecimiento del desarrollo socioemocional en adolescentes*. *Revista*

Educación y Humanismo, 24(42), 102–118.
<https://doi.org/10.17081/eduhum.24.42.5123>

UNESCO. (2019). *Framework for Culture and Arts Education*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000368611>

- Saiz-Colomina, M. et al. (2020). Estudio sobre los efectos de una unidad didáctica de danza en habilidades motrices y socioemocionales. *Transformar*, 12(2), 123–145.
- Mantilla-Sánchez, M. & Zurita-Álava, E. (2024). Impacto de la danza folklórica en atención y socialización de adolescentes. *Reimaginar la Comunicar*, 18(1), 45–68.
- González-García, P. & Armas-Junco, D. (2022). Revisión sistemática sobre danzas escolares y desarrollo emocional. *Retos educativos*, 33(5), 78–92.
- Fong Yan, E. (2025). Meta-análisis sobre danza, estrés y funciones cognitivas. *Revista de Psicología y Educación*, 27(1), 33–55.