



# UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

### ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



**LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL  
FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS  
ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA PRIMARIA N°70024 LAYKAKOTA, PUNO – 2023.**

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**Bach. LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI**

**Bach. ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADO EN EDUCACION FÍSICA**

**PUNO – PERÚ**

**2024**



# LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI ROY WID... LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANT...

- INFORMES PRE GRADO-2022
- INFORMES PRE GRADO-2022
- Universidad Nacional del Altiplano

## Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::8254:417746494

141 Páginas

Fecha de entrega

19 dic 2024, 11:31 p.m. GMT-5

19,279 Palabras

Fecha de descarga

19 dic 2024, 11:37 p.m. GMT-5

102,644 Caracteres

Nombre de archivo

LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL FORTLECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS EST....docx

Tamaño de archivo

32.8 MB





## 11% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

### Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

### Fuentes principales

- 11% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 7% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

### Marcas de integridad

#### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



*Domeula Mamani Hilaja*  
Dr. Domeula Mamani Hilaja  
DOCENTE  
UNA - PUNO

*Alcides Flores Paretes*  
Dr. Alcides Flores Paretes  
Docente FCEDUC MNA - PUNO  
REGISTRO: 157 - SUNEDU



## DEDICATORIA

A Dios nuestro creador y la virgen María por darme la oportunidad de vivir, brindándome su guía, protección, salud, fuerza y sabiduría para ir llegando a mis objetivos y así disfrutar de su bendición con su infinita bondad. A mi madre, Ermelinda por haberme apoyado, motivado y brindando sus consejos para convertir en una persona de bien, a mi papá Lucio por cada una de sus palabras y paciencia. A mis hermanos Rudy y Liz Por su compañía y comprensión durante este proceso de realizar la tesis. Gracias familia por su inmenso amor.

*Lizbeth*

A Dios nuestro creador divino por darme la oportunidad de vivir, guiarme con su sabiduría, protección y salud, para ir llegando a mis objetivos y así disfrutar de su bendición con su infinita bondad junto a mi familia. A mis padres, Rolando y Pascual por haberme apoyado y motivado brindando sus consejos para convertir en una persona de bien, a mis hermanos por haberme apoyado en mi proceso de preparamiento por su compañía y comprensión durante este proceso de realizar la tesis. Gracias familia por su apoyo e inmenso amor.

*Roy*



## AGRADECIMIENTOS

A Dios por guiarnos en cada paso, siendo nuestra motivación y fortaleza en cada momento de nuestras vidas.

A nuestra querida Alma Mater la Universidad Nacional del Altiplano Puno y nuestra querida Facultad de Ciencias de la Educación Escuela Profesional de Educación Física que nos acogieron en sus aulas durante nuestra formación profesional.

A los Docentes de la Escuela Profesional de Educación Física quienes durante los cinco años se esmeraron por contribuir a nuestra formación profesional, por los conocimientos teóricos y experiencias vividas.

A nuestra querida asesora Dra. Domitila Mamani Jilaja por brindarnos sus conocimientos, su apoyo y orientación además del seguimiento en la realización de este trabajo de investigación.

A los estudiantes de la I.E.P N° 70024 Laykakota, en especial a los estudiantes de sexto grado A, B, C y D, por apoyarnos en el desarrollo y ser parte de esta investigación.

Y a todas aquellas personas que de una u otra manera hicieron posible el desarrollo de este trabajo de investigación.



# ÍNDICE GENERAL

	Pág.
<b>DEDICATORIA</b>	
<b>AGRADECIMIENTOS</b>	
<b>ÍNDICE GENERAL</b>	
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b>	
<b>INDICE DE ANEXOS</b>	
<b>ACRÓNIMOS</b>	
<b>RESUMEN .....</b>	<b>13</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>14</b>
<b>CAPITULO I</b>	
<b>INTRODUCCIÓN</b>	
<b>1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>16</b>
<b>1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....</b>	<b>18</b>
1.2.1. Problema general.....	18
1.2.2. Problemas específicos .....	18
<b>1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>19</b>
1.3.1. Hipótesis general .....	19
1.3.2. Hipótesis específicas .....	19
<b>1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO .....</b>	<b>19</b>
<b>1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>21</b>
1.5.1. Objetivo general.....	21
1.5.2. Objetivos específicos .....	21



## CAPITULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

<b>2.1. ANTECEDENTES</b> .....	<b>22</b>
2.1.1. Antecedentes internacionales .....	22
2.1.2. Antecedentes nacionales .....	25
2.1.3. Antecedentes locales .....	28
<b>2.2. MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>31</b>
2.2.1. Danzaterapia.....	31
2.2.2. Autoestima .....	38
2.2.3. Posturas y métodos tomados en cuenta para la investigación.....	40
<b>2.3. MARCO CONCEPTUAL</b> .....	<b>41</b>

## CAPÍTULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

<b>3.1. UBICACIÓN GEOGRAFICA DEL ESTUDIO</b> .....	<b>42</b>
<b>3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO</b> .....	<b>42</b>
<b>3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO</b> .....	<b>43</b>
3.3.1. Técnica de investigación .....	43
3.3.2. Instrumento de investigación .....	43
<b>3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO</b> .....	<b>45</b>
3.4.1. Población.....	45
3.4.2. Muestra.....	46
<b>3.5. DISEÑO METODOLÓGICO</b> .....	<b>46</b>
3.5.1. Enfoque de investigación .....	46
3.5.2. Tipo de investigación .....	47
3.5.3. Diseño de investigación .....	47
<b>3.6. METODOLOGÍA ESTADÍSTICA</b> .....	<b>48</b>



<b>3.7. VARIABLES DE ESTUDIO .....</b>	<b>50</b>
<b>CAPITULO IV</b>	
<b>RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b>	
<b>4.1. RESULTADOS.....</b>	<b>52</b>
4.1.1. Resultados obtenidos en la variable autoestima.....	52
4.1.2. Resultados obtenidos en la dimensión autoestima corporal.....	54
4.1.3. Resultados obtenidos en la dimensión autoestima académica .....	57
4.1.4. Resultados obtenidos en la dimensión autoestima socio-afectiva.....	60
4.1.5. Resultados obtenidos en la dimensión autoestima familiar .....	62
<b>4.2. DISCUSIÓN .....</b>	<b>65</b>
<b>V. CONCLUSIONES.....</b>	<b>68</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES .....</b>	<b>70</b>
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>71</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>85</b>

**Área:** Educación Física

**Tema:** La danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima.

**Fecha de sustentación:** 27 de diciembre del 2024



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Validación del instrumento EDINA .....	44
Tabla 2. Ficha técnica del EDINA.....	44
Tabla 3. Niveles del instrumento EDINA.....	45
Tabla 4. Población de investigación .....	45
Tabla 5. Muestra de investigación .....	46
Tabla 6. Operacionalización de variables .....	50
Tabla 7. Prueba estadística de la variable autoestima.....	52
Tabla 8. Resultados y porcentajes variable autoestima .....	54
Tabla 9. Prueba estadística de la autoestima corporal .....	55
Tabla 10. Resultados y porcentajes dimensión corporal.....	56
Tabla 11. Prueba estadística de la autoestima académica.....	57
Tabla 12. Resultados y porcentajes autoestima académica .....	59
Tabla 13. Prueba estadística de la dimensión socio-afectiva.....	60
Tabla 14. Resultados y porcentajes dimensión socio-afectiva .....	61
Tabla 15. Prueba estadística de la autoestima familiar .....	63
Tabla 16. Resultados y porcentajes dimensión familiar .....	64



## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ubicación de la IE estudiada .....	42
Figura 2. Formula de la prueba estadística .....	49
Figura 3. Análisis de la diferencia en autoestima entre el pretest y el postest.....	52
Figura 4. Análisis de la autoestima corporal entre el pretest y el postest .....	55
Figura 5. Análisis de la autoestima académica entre el pretest y el postest .....	57
Figura 6. Análisis de la autoestima socio-afectiva entre el pretest y el postest.....	60
Figura 7. Análisis de la autoestima familiar entre el pretest y el postest.....	63



## INDICE DE ANEXOS

ANEXO 1. Matriz de consistencia .....	85
ANEXO 2. Instrumento de investigación .....	87
ANEXO 3. Solicitud de autorización para realizar la investigación .....	88
ANEXO 4. Constancia de ejecución.....	89
ANEXO 5. Resultados de investigación del grupo experimental.....	91
ANEXO 6. Resultados de investigación del grupo control .....	93
ANEXO 7. Sesiones de aprendizaje .....	95
ANEXO 8. Evidencias de la investigación.....	135
ANEXO 9. Autorización de publicación .....	138
ANEXO 10. Declaración jurada .....	139



## ACRÓNIMOS

- EBR** : Educación Básica Regular
- EDINA** : Evaluación de la Autoestima en la Infancia
- IEP** : Institución Educativa Primaria
- MINSA** : Ministerio de Salud



## RESUMEN

El estudio tuvo por objetivo determinar la eficacia de la danzaterapia como estrategia para fortalecer la autoestima de los estudiantes de sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 "Laykakota", Puno, durante el año 2023. Se utilizó un enfoque cuantitativo de tipo experimental con un diseño cuasi-experimental, trabajando con una muestra de 48, dividida en un grupo experimental de 26 y un grupo control de 22. Para medir la autoestima general y sus dimensiones corporal, académica, socioafectiva y familiar, se aplicó el cuestionario EDINA antes y después de la intervención. Los resultados estadísticos mediante la prueba t de Student mostraron diferencias significativas, con un valor t para la autoestima general de 12.748 y un p-valor de 0.00, además de valores p menores a 0.05 en cada dimensión, lo que confirma la eficacia de la intervención. En el grupo experimental, el 96.2% de los estudiantes inició con autoestima moderada y solo el 3.8% tenía autoestima alta, pero tras la intervención el 88.5% alcanzó autoestima alta y el 7.7% muy alta. En conclusión, la danzaterapia demostró ser eficaz para fortalecer la autoestima general y sus dimensiones, mejorando la confianza, la percepción escolar, la interacción social y los lazos familiares de los estudiantes, cumpliendo con el objetivo planteado en el estudio.

**Palabras claves:** Autoestima, Coordinación, Danzaterapia, Motricidad, Socioafectivo.



## ABSTRACT

The study aimed to determine the effectiveness of dance therapy as a strategy to strengthen the self-esteem of sixth grade students of the Primary Educational Institution No. 70024 "Laykakota", Puno, during the year 2023. A quantitative experimental approach was used with a quasi-experimental design, working with a sample of 48, divided into an experimental group of 26 and a control group of 22. To measure general self-esteem and its bodily, academic, socio-affective and family dimensions, the EDINA questionnaire was applied before and after the intervention. The statistical results using the Student t test showed significant differences, with a t value for general self-esteem of 12.748 and a p-value of 0.00, in addition to p values less than 0.05 in each dimension, confirming the effectiveness of the intervention. In the experimental group, 96.2% of students started with moderate self-esteem and only 3.8% had high self-esteem, but after the intervention, 88.5% achieved high self-esteem and 7.7% very high self-esteem. In conclusion, dance therapy proved to be effective in strengthening general self-esteem and its dimensions, improving students' confidence, school perception, social interaction and family ties, fulfilling the objective set out in the study.

**Keywords:** Self-esteem, Dance therapy, Dance therapy, Motor skills, Socio-affective.



# CAPITULO I

## INTRODUCCIÓN

La autoestima es una parte fundamental del desarrollo de los estudiantes, especialmente durante la etapa escolar, donde enfrentan retos que influyen en cómo se perciben a sí mismos. En la Institución Educativa Primaria N° 70024 "Laykakota" de Puno, se ha observado que los alumnos de sexto grado tienen distintos niveles de autoestima, lo que destaca la necesidad de implementar estrategias que ayuden a fortalecerla. En este contexto, la danzaterapia se presenta como una alternativa que, a través del movimiento y la expresión corporal, puede mejorar el bienestar de los estudiantes y aumentar su confianza.

La danzaterapia combina dos tipos de contenidos, los contenidos motrices se enfocan en habilidades físicas como el conocimiento del cuerpo, la percepción del espacio y el tiempo, la coordinación, el equilibrio y el ritmo, estas actividades refuerzan la conexión entre cuerpo y mente; por otro lado, los contenidos no motrices incluyen aspectos sociales y emocionales, como la desinhibición, el respeto hacia los demás, la creatividad, la resolución de conflictos, los valores y la confianza en uno mismo, fomentando una mejor relación con el entorno. Esta investigación se enfocó en fortalecer la autoestima, que se analiza a través de cuatro dimensiones: corporal, académica, socioafectiva y familiar. Estas dimensiones abarcan desde cómo los estudiantes valoran su cuerpo y su desempeño escolar, hasta cómo se relacionan con los demás y con sus familias.

El objetivo principal de esta investigación es comprobar si la danzaterapia es efectiva para mejorar la autoestima en los estudiantes del sexto grado de la I.E.P. N°70024 "Laykakota", para lograrlo se realizó un diseño cuasiexperimental que midió los niveles



de autoestima antes y después de aplicar la danzaterapia, evaluando su impacto en las dimensiones mencionadas. Con este trabajo se buscó demostrar cómo la danzaterapia puede ser una herramienta útil y sencilla para fortalecer la autoestima, ofreciendo una solución práctica para mejorar el desarrollo emocional y social de los estudiantes en el contexto escolar.

### **1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La baja autoestima es un problema real que afecta a jóvenes y adolescentes en varios países, generando una creciente preocupación a nivel internacional, nacional y local, en México, por ejemplo, Fernández (2020) observó que los adolescentes presentan altos niveles de baja autoestima, situación que también es destacada por Velázquez et al. (2024) quienes indicaron que el 35% de los jóvenes mexicanos tienen una autoestima baja, lo cual refleja una problemática significativa en ese contexto. En Ecuador, el panorama es similar, porque según Rojas y Pilco (2023) el 10,1% de los niños y el 9,9% de las niñas tienen una baja autoestima, mientras que el 2,5% de los niños y el 2,8% de las niñas se encuentran en un nivel medio. Estos resultados se complementan con el estudio de Barreros y Cuadrado (2024), quienes encontraron que el 20,5% de los jóvenes ecuatorianos presentan niveles bajos de autoestima, mientras que solo un 5% mantiene un nivel medio, estos resultados reflejan una tendencia preocupante que también se observa en otros países de la región, como Chile, en este caso Rodríguez et al. (2021) reportó que un 26,7% de los estudiantes chilenos tiene baja autoestima, lo cual también repercute en su bienestar emocional y social.

En Perú, la situación es aún más alarmante, porque para Marín y González (2024) hallaron que el 67% de los escolares peruanos presentan niveles bajos de autoestima, mientras que Dávila et al. (2023) encontraron que el 79,2% de los estudiantes evaluados



tienen una autoestima baja, con un 20,8% en un nivel medio. Estos resultados son especialmente preocupantes, ya que la baja autoestima puede desencadenar problemas emocionales graves, según López et al. (2021) un 18,6% de los adolescentes peruanos presentan en su autoestima, lo que explica en un 25% la presencia de síntomas depresivos, evidenciando una relación clara entre la autoestima y la salud mental. Por otro lado, Machuca et al. (2024) observaron que, aunque un 0,5% de los estudiantes peruanos presenta niveles muy bajos de autoestima, mientras que la mayoría de 70,7% mantiene una autoestima moderada, lo que indica que la problemática no es homogénea en todos los casos. Sin embargo Chana et al. (2023) advierten que el 38,8% de los adolescentes peruanos muestran niveles bajos de autoestima y un 6,7% se encuentra en niveles extremadamente bajos, lo que agrava la preocupación en este aspecto. En cuanto a los niños más pequeños el Minsa (2021) señala que el 32,6% de los niños de entre 6 y 11 años, están en riesgo de desarrollar problemas emocionales debido a la baja autoestima y la falta de atención emocional por parte de sus familias, lo que pone en peligro su salud mental a largo plazo.

A nivel local, en la región de Puno, los estudios confirman esta tendencia, Luque (2022) reporta que el 45% de los estudiantes presenta un nivel bajo de autoestima, mientras que un 35% tiene un nivel moderado, de la misma manera Hañari et al. (2020) indican que el 26% de los escolares en Puno muestran niveles bajos de autoestima y el 69% se encuentran en un nivel medio, por otro lado, Huanca (2021) reporta que el 64% de los niños de la región tienen un nivel medio de autoestima, mientras que el 32% se ubican en un nivel bajo, lo que refleja la necesidad urgente de intervenir en este aspecto para mejorar el bienestar de los jóvenes en esta región.

Lo que también se refleja en las actividades institucionales, donde algunos estudiantes del sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024, especialmente



aqueños provenientes de familias separadas, muestran niveles de autoestima preocupantemente bajos. Esto se evidencia en su actitud reservada y falta de confianza al interactuar con sus compañeros, así como en su desinterés por participar en actividades extracurriculares. Esta situación pone en evidencia un problema significativo de autoestima que afecta no solo su rendimiento académico, sino también su integración social y emocional, limitando su desarrollo integral a pesar de los esfuerzos realizados por los docentes.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023?

### **1.2.2. Problemas específicos**

¿Cuál es la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima corporal de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023?

¿Cuál es la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima académica de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023?

¿Cuál es la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima socioafectiva de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023?

¿Cuál es la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima familiar de los estudiantes del Sexto grado de la



Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023?

### **1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **1.3.1. Hipótesis general**

La danzaterapia como estrategia es eficaz para fortalecer la autoestima de los estudiantes del sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 "Laykakota", Puno, en el año 2023.

#### **1.3.2. Hipótesis específicas**

La danzaterapia como estrategia es eficaz para fortalecer la autoestima corporal de los estudiantes del sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 "Laykakota", Puno, en el año 2023.

La danzaterapia como estrategia es eficaz para fortalecer la autoestima académica de los estudiantes del sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 "Laykakota", Puno, en el año 2023.

La danzaterapia como estrategia es eficaz para fortalecer la autoestima socioafectiva de los estudiantes del sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 "Laykakota", Puno, en el año 2023.

La danzaterapia como estrategia es eficaz para fortalecer la autoestima familiar de los estudiantes del sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 "Laykakota", Puno, en el año 2023.

### **1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO**

El presente estudio abordó un problema significativo relacionado con los bajos niveles de autoestima en los estudiantes del sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 "Laykakota" de Puno; estos estudiantes, en su interacción diaria,



muestran dificultades para participar activamente en actividades escolares y sociales, lo que afecta su desarrollo integral; en este contexto, se considera fundamental explorar estrategias innovadoras como la danzaterapia para fortalecer su autoestima y contribuir a su bienestar emocional, social y académico .

Desde una perspectiva teórica, este trabajo busca aportar nuevos conocimientos sobre el impacto de la danzaterapia en la educación primaria, al analizar cómo el movimiento y la expresión corporal pueden influir en aspectos como la percepción del cuerpo, la confianza personal y la integración social, este enfoque no solo complementa estudios previos, sino que también refuerza la importancia de integrar métodos creativos que promuevan el desarrollo emocional en los estudiantes (Molina y Palma, 2022).

En el ámbito práctico, los resultados de esta investigación tienen un potencial directo para mejorar la calidad educativa en contextos similares a los investigados por Vilchez et al. (2021) y a Nigaglioni (2023), pues la danzaterapia no solo puede ser una estrategia eficaz para trabajar la autoestima, sino que también puede convertirse en un recurso accesible y replicable para fortalecer la relación entre estudiantes, docentes y familias, promoviendo un entorno escolar más inclusivo y participativo.

Desde el enfoque metodológico, este estudio utilizó un diseño cuasiexperimental que permite medir de manera clara y precisa los cambios en los niveles de autoestima tras la implementación de la danzaterapia, esto contribuyó a validar su efectividad como estrategia educativa y brindará herramientas útiles para que futuros investigadores puedan abordar problemas similares en otras regiones.

De esta manera, la investigación no solo se enfoca en el contexto específico de la Institución Educativa Primaria N°70024, sino que también pretende generar aportes que puedan ser aplicados en otras instituciones educativas, contribuyendo al desarrollo



integral de los estudiantes y fortaleciendo el papel de la educación en el bienestar de las comunidades.

## **1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.5.1. Objetivo general**

Determinar la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.

### **1.5.2. Objetivos específicos**

Establecer la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima corporal de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.

Comprobar la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima académica de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.

Identificar la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima socioafectiva de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.

Establecer la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima familiar de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.



## CAPITULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 2.1. ANTECEDENTES

##### 2.1.1. Antecedentes internacionales

Cera y Orozco (2023) tuvieron como objetivo determinar una propuesta pedagógica basada en la danza para mejorar la salud mental y física de los estudiantes de básica primaria en las instituciones educativas distritales Villa de San Pablo y La Salle. El enfoque metodológico fue mixto, con un diseño descriptivo y una perspectiva crítica racionalista. La muestra incluyó 72 estudiantes, 50 padres y 70 docentes. Los resultados indicaron que un 60% de los estudiantes no mostraban interés en actividades físicas antes del programa, pero tras la implementación, el 75% mejoró su bienestar mental y físico. Se concluyó que la danza es una herramienta eficaz para fomentar la salud integral en los estudiantes, optimizando tanto su rendimiento académico como su convivencia escolar

Nigaglioni (2023) tuvo por objetivo examinar la efectividad de la danzaterapia en personas con autismo, específicamente en áreas como la comunicación, las habilidades sociales y el bienestar general. Se utilizó una metodología cualitativa bajo el enfoque de una revisión sistemática de la literatura, con un diseño basado en el método PRISMA. La revisión incluyó un análisis de diez estudios seleccionados. Los resultados indicaron que la danzaterapia mejora la comunicación en un 85%, las habilidades sociales en un 78%, y reduce los comportamientos negativos en un 65%, el 90% de los participantes experimentó un bienestar general incrementado. Se concluyó que la danzaterapia es eficaz para



mejorar diversas áreas del desarrollo en personas con autismo, siendo recomendable su inclusión como parte de las intervenciones terapéuticas regulares para esta población.

Larrosa (2024) buscó analizar la enseñanza de la danza y la expresión corporal en las etapas educativas de primaria y secundaria en España. La metodología utilizada fue cualitativa, con un enfoque descriptivo y un diseño de análisis legislativo, abarcando un alcance a nivel nacional. La muestra incluyó 283 docentes de Educación Física en activo que participaron en una encuesta. Los resultados indicaron que el 60% de los docentes considera insuficiente la formación recibida en contenidos de danza y expresión corporal, mientras que un 72% afirmó que la integración de estos contenidos mejora la autoestima y el trabajo en equipo de los estudiantes. Se concluyó que la enseñanza de la danza y la expresión corporal en las etapas educativas necesita una mayor formación docente y una integración más efectiva en los currículos para fomentar el desarrollo integral del alumnado

Guaranga (2021) planteó determinar la incidencia de la bailoterapia en la autoestima de personas adultas en Riobamba. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, con un diseño cuasi experimental. Se contó con una muestra de 19 personas, de las cuales 18 eran mujeres y 1 era hombre, seleccionadas mediante muestreo no probabilístico. Los resultados del pre-test mostraron que el 89.5% de los participantes tenía una autoestima baja, mientras que solo el 5.3% presentaba una autoestima alta. Tras 13 semanas de bailoterapia, los resultados del post-test revelaron que no hubo cambios significativos en la autoestima de los participantes, ya que el 89.5% continuaba con una autoestima baja. Se concluyó que la bailoterapia, en este estudio, no tuvo un impacto positivo en la autoestima de las



personas, debido a factores como las inclemencias del clima, la acústica deficiente, y los estereotipos y estigmas relacionados con el aspecto físico

Vergara et al. (2021) identificó los efectos de la danza sobre la autoestima y el autoconcepto en niños, niñas y adolescentes. El enfoque metodológico fue una revisión bibliográfica de estudios que analizaron programas de intervención en danza. La muestra analizada incluyó cinco estudios específicos sobre los objetivos planteados. Los resultados indicaron que la danza mejora la autoestima en un 100% de los estudios revisados, con un 80% de los adolescentes reportando mejoras en sus relaciones interpersonales, y el 60% disminuyendo sus niveles de ansiedad somática y cognitiva. Se concluyó que la danza es una herramienta eficaz para mejorar la autoestima y el autoconcepto, y es recomendable como parte de los programas educativos para fomentar el desarrollo integral de los estudiantes

Zambrano (2023) propuso determinar la influencia de la bailoterapia como método antidepresivo en adolescentes. Se utilizó una metodología documental con un enfoque cuantitativo, basada en una revisión de estudios observacionales de las bases de datos Scielo, PubMed, Dialnet y Redalyc. La muestra estuvo constituida por una selección de estudios, y se aplicó el método PRISMA para la recopilación de datos. Los resultados indicaron que la bailoterapia representa ventajas emocionales, sociales y físicas para los adolescentes, mejorando en un 90% su salud mental y física, reduciendo los síntomas de depresión en un 75% y promoviendo una mayor flexibilidad y coordinación en un 80% de los casos. Se concluyó que la bailoterapia es una alternativa efectiva para reducir los niveles de depresión en adolescentes, mejorando su bienestar general y promoviendo la disciplina y el compromiso con la actividad física

Pinilla y Cuesta (2022) tuvo el objetivo fue evaluar el impacto de la



bailoterapia como método para combatir el sedentarismo en jóvenes del barrio Blanquizal de la comuna 13 de Medellín. La metodología utilizada fue cualitativa, con un diseño fenomenológico y un enfoque participativo, y se realizó con una muestra de 15 jóvenes de entre 18 y 25 años, seleccionados de manera intencional. Los resultados mostraron que el 89% de los participantes reportaron mejoras en su condición física, el 75% en su autoestima, y el 60% mejoró su interacción social. Se concluyó que la bailoterapia es una herramienta efectiva para reducir el sedentarismo, mejorando la calidad de vida y la salud mental de los jóvenes

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Lecca (2023) tuvo el objetivo de determinar cómo la implementación de un programa de danzas folklóricas para personas con discapacidad motora puede ser una herramienta para fomentar el acceso a oportunidades. La metodología utilizada fue de tipo aplicada, con un enfoque cualitativo y diseño de acción participativa. El estudio incluyó una muestra de 25 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Los resultados mostraron que antes solo el 16% de los estudiantes comprendía los pasos de baile, el 40% los conocía, mientras que el 72% de ellos se mostraba tímido y el 96% estaba nervioso antes de bailar. Después el 80% de los estudiantes comprendió los pasos de baile y el 84% se mostró feliz durante la actividad. Se concluyó que el programa de danzas es eficaz para mejorar la inclusión social y aumentar las oportunidades para estudiantes con discapacidad

Coello (2020) buscó determinar cómo la bailoterapia puede mejorar la interacción en el entorno social de estudiantes en la Unidad Educativa Víctor Manuel Peñaherrera. Se utilizó una metodología con enfoque cualitativo, diseño descriptivo, y un nivel de alcance aplicado. La muestra consistió en 25 niños



seleccionados por muestreo no probabilístico. Los resultados indicaron que el 72% de los niños presentaba timidez al iniciar el programa, pero después del uso de bailoterapia, el 84% mejoró su interacción social. Se concluyó que la bailoterapia es una herramienta eficaz para mejorar la interacción social en los niños pequeños, promoviendo su participación en actividades grupales

Quispe (2021) buscó analizar cómo la danza creativa puede favorecer el desarrollo progresivo de la autorregulación emocional en estudiantes de quinto grado de primaria en una institución educativa pública. La metodología aplicada fue de enfoque cualitativo, con un diseño de estudio de casos de nivel exploratorio. La muestra fue de 25 estudiantes de quinto grado seleccionados mediante un muestreo no probabilístico. Los resultados indicaron que el 72% de los estudiantes mejoró su capacidad de autorregulación emocional a través de la danza creativa, incrementando la conciencia emocional y la expresión emocional. Se concluyó que la danza creativa es una herramienta eficaz para el desarrollo de competencias emocionales, promoviendo la autorregulación emocional en estudiantes

Muñoz (2022) se propuso determinar cómo la danza fortalece el aprendizaje en niños de primero de básica de una escuela en Valencia. El enfoque fue cualitativo y el diseño de investigación-acción. Se aplicó una ficha de observación a 30 niños de entre 5 y 6 años y se entrevistó a 9 padres para recoger información sobre el desarrollo de los niños fuera de la escuela. Los resultados mostraron que el 72% de los niños mejoró su coordinación motora y el 68% expresó mayor confianza y felicidad al participar en las actividades de danza. Se concluyó que la danza es eficaz para mejorar el aprendizaje y la interacción social de los niños, fortaleciendo tanto su desarrollo emocional como físico

Villar (2021) buscó determinar cómo la marinera limeña influye en la



autoestima de los estudiantes de sexto grado de primaria. La metodología empleada fue cuantitativa no experimental con un diseño descriptivo propositivo. La muestra estuvo conformada por 26 estudiantes seleccionados mediante un muestreo no probabilístico-determinístico. Los resultados mostraron que el 64% de los estudiantes presentó un aumento en su autoestima general tras participar en el programa de marinera limeña, el 72% mejoró su autoestima en el ámbito social, y el 68% experimentó un aumento en la autoestima en el ámbito familiar. Se concluyó que la marinera limeña es una herramienta efectiva para mejorar la autoestima de los estudiantes, promoviendo una mayor integración social y un aumento en la confianza personal

Martinez (2022) tuvo por objetivo determinar si la actividad física se relaciona con la autoestima de los estudiantes de cuarto grado del Colegio San Antonio de Huamanga. Se empleó una metodología cuantitativa con un diseño no experimental, transversal y correlacional. La muestra estuvo compuesta por 64 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo censal. Los resultados mostraron que el 57.8% de los estudiantes tenían un nivel moderado de actividad física, el 32.8% un nivel alto y solo el 9.4% un nivel bajo. En cuanto a la autoestima, el 42.2% de los estudiantes presentaban un nivel moderado, el 29.7% un nivel alto y el 28.1% un nivel bajo. Se concluyó que existe una relación significativa entre la actividad física y la autoestima de los estudiantes, demostrando que aquellos con mayor actividad física tienden a tener una mejor autoestima

Rashta (2022) su objetivo fue establecer la correlación entre los juegos recreativos y el desarrollo de la autoestima en los alumnos de la I.E. Gabino Uribe Antúnez. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, con un diseño no experimental y transversal. La muestra estuvo conformada por 172 estudiantes



seleccionados mediante muestreo censal. Los resultados mostraron que el 82% de los estudiantes tenía un nivel bajo de percepción de los juegos recreativos, mientras que solo el 18% se encontraba en un nivel medio. En cuanto al desarrollo de la autoestima, el 83% de los estudiantes presentaba un nivel bajo y el 17% un nivel regular. Se concluyó que existe una correlación positiva significativa entre los juegos recreativos y el desarrollo de la autoestima, con un coeficiente de correlación de 0.618, lo que demuestra que los juegos recreativos influyen de manera importante en la autoestima de los estudiantes.

### **2.1.3. Antecedentes locales**

En la investigación realizada por Ccallo (2022), el objetivo fue determinar la relación entre la autoestima y el aprendizaje de los estudiantes de la Institución Educativa N° 72002 Señor de los Milagros Asillo. Se utilizó una metodología cuantitativa, con un diseño correlacional no experimental. La muestra estuvo conformada por 33 estudiantes de tercer y cuarto grado de primaria seleccionados de manera no probabilística. Los resultados indicaron que el 48.5% de los estudiantes reportaron una alta autoestima, lo que influyó directamente en su rendimiento académico. Se concluyó que existe una relación positiva y significativa entre la autoestima y el aprendizaje, ya que los estudiantes con mayor autoestima mostraron mejores resultados en su desempeño académico

En la investigación realizada por Villafuerte (2022) el objetivo fue determinar la relación entre la danza y el desempeño académico de los estudiantes de primer grado de la Institución Educativa Nuestra Señora de Belén en el distrito y provincia de Calca, Cusco. La metodología utilizada fue de tipo cuantitativa con un diseño correlacional no experimental. La muestra consistió en 30 estudiantes de primer grado seleccionados de manera censal. Los resultados indicaron que el



67% de los estudiantes mostró un gusto por bailar, mientras que el 50% escuchaba con atención la música para realizar movimientos adecuados, y un 60% se sentía feliz al bailar con sus compañeros. Se concluyó que la danza tiene una correlación positiva significativa con el desempeño académico de los estudiantes, lo que demuestra que la participación en actividades de danza contribuye al desarrollo académico y social de los estudiantes

En la investigación realizada por Damian (2018), el objetivo fue determinar la efectividad de la danzaterapia en la reducción del nivel de depresión. La metodología empleada fue de tipo pre-experimental, con un diseño de pre y post test en un solo grupo. La muestra estuvo conformada por 84 adultos mayores, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico. Los resultados mostraron que antes de la danzaterapia, el 45.24% de los adultos mayores presentaba depresión severa, el 40.47% tenía depresión moderada, y el 14.29% presentaba depresión leve. Después de la intervención, no se encontraron casos de depresión severa, la depresión moderada disminuyó al 10.71%, y la depresión leve aumentó al 89.29%. Se concluyó que la danzaterapia es efectiva para reducir los niveles de depresión en los adultos mayores, mejorando su bienestar emocional

En la investigación realizada por Gavilano (2018), se buscó determinar la relación entre la banda de música escolar y la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Telesforo Catacora de Juli. La metodología utilizada fue cuantitativa, con un diseño no experimental y correlacional, de nivel transversal. La muestra estuvo conformada por 181 estudiantes, de los cuales 28 pertenecían a la banda de música y 153 no. Los resultados indicaron que el 61% de los estudiantes de la banda tenían una autoestima elevada, mientras que solo el 33% de los que no integraban la banda alcanzaron ese nivel. Se concluyó que



existe una relación significativa entre la participación en la banda de música escolar y la autoestima, ya que los estudiantes que dedicaban más tiempo a esta actividad mostraban mayores niveles de autoestima

En la investigación realizada por Jara (2023), se buscó demostrar la eficiencia de los juegos tradicionales como estrategia para fortalecer la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Primaria N° 70846 de Pucara. Se utilizó un enfoque cuantitativo y un diseño cuasi-experimental, con un pre-test y post-test. La muestra estuvo compuesta por 60 estudiantes de los grados tercero a sexto, seleccionados mediante muestreo no probabilístico intencional. Los resultados indicaron que, tras la aplicación de los juegos tradicionales, la autoestima de los estudiantes mejoró significativamente, reduciendo el porcentaje de estudiantes con autoestima baja de un 66% a un 3%. Se concluyó que los juegos tradicionales son una estrategia eficaz para elevar significativamente los niveles de autoestima en los estudiantes

En la investigación realizada por Hilari (2020), el objetivo fue determinar la influencia de los juegos recreativos en el desarrollo de la autoestima de los niños y niñas del cuarto grado de la Institución Educativa Primaria N° 50485 de Ttio – Quiquijana. La metodología fue cuantitativa, con un diseño transversal y pre-experimental. La muestra estuvo compuesta por 16 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Los resultados del post-test indicaron que el 69.2% de los estudiantes obtuvieron una calificación cualitativa de "siempre" en el desarrollo de la autoestima, mientras que el 30.8% logró "casi siempre". Se concluyó que los juegos recreativos son determinantes para mejorar la autoestima, ya que los estudiantes incrementaron su confianza, seguridad, creatividad y amor propio



En la investigación realizada por Ayala (2021) , se buscó diagnosticar el nivel de autoestima en estudiantes de segundo grado de la Institución Educativa Primaria N° 71001 Almirante Miguel Grau en Puno durante el año 2019. Se utilizó un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo simple. La muestra estuvo constituida por 52 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Los resultados indicaron que el 69.2% de los estudiantes presentaban un nivel promedio de autoestima, el 13.5% tenían una autoestima alta, mientras que el 11.5% mostraron una autoestima baja y solo el 5.8% alcanzaron una autoestima muy alta. Se concluyó que la mayoría de los estudiantes tienen una autoestima promedio, lo que sugiere fluctuaciones entre sentirse valiosos y aceptados o no, mientras que un pequeño porcentaje evidencia confianza alta en sí mismos

## **2.2. MARCO TEÓRICO**

### **2.2.1. Danzaterapia**

Según Sebiani (2005) es un método efectivo en la rehabilitación emocional ante una dificultad psicológica y también es un proceso que fomenta el bienestar socioemocional cognitivo que consiste en realizar trabajos de motricidad rítmica para elevar los niveles de serotonina que requiere el cuerpo para sentirse bien.

Para Quirós y Valverde (2024) es una técnica que mejora el bienestar físico y emocional mediante movimientos conscientes, complementando tratamientos médicos y ayudando a personas con limitaciones físicas a conectarse mejor con su cuerpo y mente.

Para González (2024) es una herramienta que busca mejorar el bienestar de personas, a través del movimiento corporal, promoviendo el desarrollo físico, cognitivo y social, esta terapia reduce síntomas como la ansiedad, depresión y



estrés, mejorando también la comunicación y las habilidades sociales, brindando una mejor calidad de vida.

De acuerdo a Roca y García (2024) es una actividad física que favorece la expresión artística y emocional, mejora el bienestar psicológico, reduciendo síntomas de depresión, ansiedad y estrés mientras potencia la calidad de vida y la satisfacción personal.

### **2.2.1.1 Contenidos motrices**

Según Berruezo (2000) es la relación entre lo psíquico y lo motriz, enfocándose no solo en el movimiento, sino también en el desarrollo de la expresión corporal, promoviendo una mayor fluidez en las actividades físicas rítmicas.

Para Simba (2024) es la coordinación, el equilibrio, los saltos y desplazamientos que se desarrollan con el tiempo y son esenciales para el crecimiento integral, especialmente en edades tempranas, ya que su aprendizaje mejora el desarrollo físico y cognitivo, promoviendo un crecimiento eficaz y saludable.

De acuerdo a Patajalo et al. (2020) es la capacidad para moverse y hacer actividades como gatear, caminar o correr, lo que ayuda a las personas a jugar, trabajar y relacionarse, se desarrollan desde la infancia y mejoran con la práctica, haciendo que los movimientos sean más coordinados.

Para Millingalle et al. (2024) son capacidades que involucran el uso de grandes grupos musculares para realizar movimientos como correr, saltar o equilibrarse, y la danza infantil contribuye a desarrollarlas



mediante movimientos rítmicos que mejoran la coordinación, el control corporal y el equilibrio.

#### **2.2.1.1.1. Conocimiento del esquema corporal**

De acuerdo a Abellánb (2021) es la comprensión y control que los niños obtienen sobre su propio cuerpo mediante el movimiento y la actividad, lo que les facilita desarrollar habilidades como el dominio de su cuerpo de manera efectiva con su entorno.

Para Mamani et al. (2019) consiste en conocer el propio cuerpo humano, desarrollando por medio de la estimulación los movimientos de avance y reflejos, fundamentalmente la relación que tiene su cuerpo con el espacio y los objetos que los rodean.

Según Cedeño et al. (2024) es la comprensión que se tiene del propio cuerpo en relación con sus partes y su entorno, permitiendo coordinar movimientos de manera adecuada y consciente, lo que es esencial para el desarrollo de la psicomotricidad .

Para Jiménez et al. (2024) es una forma de comunicación en la que se utilizan los movimientos del cuerpo para transmitir emociones, ideas y sentimientos, se mejora la coordinación y se desarrolla la habilidad de conocer y controlar el propio cuerpo.

#### **2.2.1.1.2. Percepción espacial y temporal**

De acuerdo a Prieto (2011) es la capacidad de seleccionar y analizar información permitiendo tomar decisiones adecuadas en cuanto al espacio y tiempo, de la misma manera permite generar una idea de percepción del



mundo en su integridad tomando como eje su propio cuerpo, para que el niño construya de forma paralela su percepción sobre el tiempo y espacio al cual pertenece.

#### **2.2.1.1.3. La lateralidad**

Según Berruezo (2000) es parte del desarrollo psicomotor, su estimulación es un tema de mucha importancia, ya que los niños y las niñas en la etapa inicial, se desarrollan a través de la acción, siendo el cuerpo el medio de contacto con el ambiente.

Para Prado et al. (2017) la lateralidad es la preferencia o uso más frecuente y efectivo de una mitad lateral del cuerpo frente a la otra y depende tanto de factores, también de las influencias culturales que recibe el niño o la niña.

#### **2.2.1.1.4. Coordinación**

Según Redondo (2011) implica de manera constante en el movimiento humano, se clasificar en función de la precisión en el movimiento como la coordinación gruesa es la que se realiza en las proximidades del centro de gravedad, es decir, prácticamente interviene todo el cuerpo y la coordinación fina la que refiere a los pequeños y finos movimientos sobre todo de las manos y dedos.

#### **2.2.1.1.5. Equilibrio**

Para Luis et al. (2016) se asocia con la capacidad de iniciar y mantener el paso durante la marcha, también se la llega a concebir como la capacidad de asumir y sostener cualquier posición del cuerpo en contra



de la ley de la gravedad.

#### **2.2.1.1.6. El ritmo**

Según Prieto (2011) se encuentra en todo ser humano no se enseña porque es instintivo, se lo puede desarrollar desde que nacen por medio de caminar, correr, saltar, etc. y se define como todo movimiento regular y recurrente, marcado por una serie de eventos opuestos o diferentes que se suceden en el tiempo.

#### **2.2.1.2. Contenidos no motrices**

Son habilidades sociales y emocionales que son importantes en el desarrollo del ser humano, puesto que, se encuentran siempre presente cuando el niño o niña interactúan con las demás personas de su entorno, su principal característica es que no requieren esfuerzo físico y entre ellos destacan:

##### **2.2.1.2.1. Desinhibición**

De acuerdo Guimón (2014) es un proceso funcional activo, generalmente suspende o disminuye la manifestación de una actividad fisiológica, de la misma forma intervienen en el funcionamiento de la atención voluntaria y las asociaciones de ideas, eliminando de la conciencia las asociaciones inútiles.

Para Stover (2019) la desinhibición se define por conductas impulsivas orientadas a la satisfacción inmediata, sin considerar consecuencias futuras.



#### **2.2.1.2.2. Respeto a los compañeros**

Para Uranga et al. (2016) propone que respetar a los demás significa aceptar y valorar las cualidades de los compañeros, y en entornos virtuales, esto implica respetar sus opiniones y participaciones.

De acuerdo a Torres (2021) si un estudiante tiene una idea distinta, no debería imponerla sobre las demás, sino que lo mejor es usar el diálogo para compartir ideas y llegar a un acuerdo juntos.

#### **2.2.1.2.5. Desarrollo de la creatividad**

Gomez (2005), considera que desarrollar la creatividad es un proceso mental que ayuda a encontrar soluciones originales a los problemas. Es una habilidad que todos tenemos y que se puede mejorar, aunque puede disminuir cuando estamos en ambientes sociales difíciles.

Del mismo modo Esquivias (2004), define este término como una de las capacidades más grandes y complejas que tienen las personas. Incluye habilidades de pensamiento que permiten combinar procesos mentales simples con los más avanzados, todo para crear una nueva idea o pensamiento.

#### **2.2.1.2.6. Resolución de conflictos**

Para Fuquen (2013) se refiere al desacuerdo entre dos o más personas o grupos con diferentes culturas, etnias o clases sociales, mientras que la pugna es la lucha que ocurre al querer imponer su decisión o postura frente al otro.



En este mismo sentido Gutiérrez et al.(2018) surge cuando hay incompatibilidad entre personas o grupos, suele darse tanto en lo estructural como en lo personal, lo que significa que el conflicto aparece cuando hay cualquier tipo de actividad que no es compatible entre las partes.

#### **2.2.1.2.7. Valores**

Salazar y Herrera (2007) describen los valores como una guía que orienta las acciones humanas, ayudando a alcanzar metas, maneras de vivir o principios que humanizan, también permiten distinguir entre lo que es bueno, malo y esencial, definiendo así cómo se comportan las personas.

Baldwin (2017) son principios universales que guían a la mayoría de las personas, ayudándonos a convivir en armonía dentro de la comunidad y a crecer juntos, estos valores son ideales abstractos que influyen en cómo las personas se comportan tanto en sociedad como en su vida personal.

#### **2.2.1.2.9. Confianza en sí mismo**

Teniendo en cuenta a Palla (2021) es un estado interno que implica reconocer de manera realista una dificultad, identificar los recursos que tenemos para enfrentarla y saber cómo usarlos para alcanzar un objetivo, siempre considerando las posibilidades reales de éxito.

Por otro lado Pulido (2015) está enfocada en lo positivo sobre lo que va a suceder, esto se traduce en una expectativa basada en la realidad con un objetivo claro, pero con la seguridad de poder alcanzarlo.



#### **2.2.1.2.10. Socialización**

Para Simkin y Becerra (2013) es un proceso mediante el cual las personas adoptan normas, roles, valores, actitudes y creencias según el contexto sociohistórico en el que viven.

De acuerdo a Simkin y Becerra (2013) esto ocurre a través de diferentes agentes de socialización como los medios de comunicación, la familia, los amigos, y diversas instituciones como las educativas, religiosas y recreativas, entre otras.

#### **2.2.2. Autoestima**

Perales (2021) se refiere a cómo una persona se valora a sí misma, es decir, su capacidad para apreciarse, respetarse y quererse, construye a partir de las percepciones, sentimientos y pensamientos que tenemos sobre nosotros mismos, nuestro carácter y nuestras habilidades, tanto mentales como físicas.

Panesso y Arango (2017) es una necesidad afectiva, social y de reconocimiento, esto ayuda a comprender su relevancia en el desarrollo psicológico de cada persona.

##### **2.2.2.1. Corporal**

Oannis (2016) define esta valoración como la forma en que percibe con la apariencia y habilidades físicas, como sentirse alto, fuerte o atractivo, se refiere a sentirse bien con su aspecto.

Por su lado Santos (2018) se refiere a sentirse satisfecho con uno mismo, se muestra al sentirse fuertes y con la capacidad de defenderse, mientras que en las niñas se refleja como confianza y armonía en su ser.



A juicio de Simanca (2019) se refiere a cómo una persona se evalúa y percibe a sí misma en cuanto a su imagen corporal y sus cualidades personales, esto incluye su sentido de capacidad, productividad, importancia y dignidad, reflejando un juicio propio que se muestra en las actitudes hacia sí misma.

#### **2.2.2.2. Académica**

Oannis (2016) se relaciona con cómo el niño se ve a sí mismo en el ámbito escolar, es decir, si cree que puede cumplir con lo que se le exige en la escuela, esto incluye cómo se percibe como estudiante, si se siente bueno o malo en función de su capacidad para aprender y superar los fracasos.

De manera similar Simanca (2019) que se refiere a cómo una persona evalúa y mantiene su percepción sobre sí misma en el contexto escolar, esto implica considerar su capacidad, productividad, importancia y dignidad, lo que da lugar a un juicio propio reflejado en sus actitudes hacia sí misma.

#### **2.2.2.3. Socioafectivo**

Simanca (2019) se refiere a cómo una persona evalúa y mantiene su percepción sobre sí misma en relación con sus interacciones sociales, esto implica considerar su capacidad, productividad, importancia y dignidad, lo que le permite formar un juicio propio que se refleja en sus actitudes hacia sí misma.

Tal como se mencionó antes Santos (2018) reafirma que se trata de



la percepción que uno tiene de sus propias características, como sentirse valiente o temeroso, estar tranquilo o nervioso, ser bueno o malo, y ser simpático o antipático.

#### **2.2.2.4. Familiar**

De acuerdo con Simanca (2019) se refiere a cómo una persona evalúa y mantiene su percepción sobre sí misma en relación con sus interacciones con los miembros de su familia.

A ello se suma Oannis (2016) que agrega que el niño o niña se percibe como parte de su familia y de las relaciones que se construyen en ese entorno, las respuestas que reciba de su familia son clave para el desarrollo de su autoestima.

#### **2.2.3. Posturas y métodos tomados en cuenta para la investigación**

Desde la perspectiva del arte la presente investigación se encuentra respaldada por el enfoque multidisciplinar, porque de acuerdo al Minedu (2018) este enfoque junta ideas y métodos de diferentes áreas para entender mejor un tema o resolver un problema de forma más completa y práctica.

Los cuales se encuentra respaldado por Folch et al. (2019) consiste en unir los conocimientos y métodos de diferentes áreas para trabajar en un proyecto común, manteniendo cada disciplina su propia perspectiva pero colaborando hacia un mismo objetivo.

Lo que también es tomado en cuenta en el área de educación física porque para Valdés et al. (2021) implica la interacción y cooperación entre diferentes disciplinas sobre la base de objetivos comunes, lo que enriquece el currículo y los aprendizajes al integrar conocimientos de manera sistemática y articulada



### 2.3. MARCO CONCEPTUAL

**BAILE:** Movimiento del cuerpo al ritmo de la música, una manera de expresar emociones y conectar con otros (Rodríguez et al., 2021).

**CONCENTRACIÓN:** Capacidad para enfocar toda nuestra atención en una tarea o actividad específica (Cavazos y Lozano-Treviño, 2024).

**EXPRESIÓN CORPORAL:** Forma de comunicación a través de los gestos y movimientos del cuerpo para transmitir emociones o mensajes (Gonzalez-Ortega et al., 2024).

**MOTRICIDAD:** Habilidad para controlar y coordinar los movimientos del cuerpo, esencial para realizar actividades cotidianas (Vidal y Aguirre, 2024).

**MOVIMIENTO:** Desplazamiento o acción física del cuerpo que puede expresar emociones o generar bienestar (Idoiaga et al., 2024).

**RELAJACIÓN:** Estado de calma y tranquilidad que se logra al liberar tensiones del cuerpo y la mente (Martínez y Sánchez, 2023).

**SOCIALIZACIÓN:** Proceso mediante el cual interactuamos, aprendemos y nos conectamos con los demás en sociedad (Ahedo, 2024).

**TERAPIA:** Proceso para mejorar el bienestar emocional, físico o mental a través de técnicas específicas (Valdiviezo-Oña & Montesano, 2024).

## CAPÍTULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. UBICACIÓN GEOGRAFICA DEL ESTUDIO

La presente investigación será desarrollada en la IEP N°70024 “Laykakota” la que se encuentra ubicada en el Jr. Banquero Rossi e intersección con la Av. Simón Bolívar, a una cuadra del terminal zonal Acora-Platería y dos cuadras del embarcadero turístico Quta Patxa. La IE se caracteriza por atender a estudiantes de 7 a 13 años, cuenta con seis grados y en cada una de ellas cinco secciones, se trabaja en el turno mañana y tarde. Los estudiantes provienen no solo de la ciudad de Puno sino de las comunidades campesinas y distritos de la zona sur de la provincia de Puno.

#### Figura 1. Ubicación de la IE estudiada

*Ubicación de la IE estudiada*



Fuente: Mapcarta (2024)

#### 3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO

La investigación se realizó durante los meses de agosto, septiembre, octubre, noviembre y diciembre, y en ese tiempo se llevaron a cabo los trabajos de gestión y aplicación de los instrumentos en la muestra asignada dentro de las aulas.



### **3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO**

#### **3.3.1. Técnica de investigación**

En el presente estudio se tomara en cuenta la técnica de la observación, puesto que, para Rekalde et al. (2017) es un método interactivo de recogida de información que requiere de la implicación del observador en los acontecimientos observados.

Permite obtener percepciones de la realidad estudiada, que difícilmente podríamos lograr sin implicarnos de una manera afectiva, respondiendo de esta manera al objetivo planteado en la presente investigación (Callejo, 2014).

#### **3.3.2. Instrumento de investigación**

El instrumento en la presente investigación fue el cuestionario, porque de acuerdo a Casas et al. (2013) la técnica de encuesta es ampliamente utilizada como procedimiento de investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz.

Para Kuznik et al. (2015) es una técnica de recogida de datos, o sea una forma concreta, particular y práctica de un procedimiento de investigación, tuvo por finalidad conocer los niveles de autoestima con los que cuenta lo estudiantes.

El instrumento tomado en cuenta para la primera variable tiene por nombre Cuestionario para la Evaluación de la Autoestima en la Infancia “EDINA” siendo de autoría de Mérida et al. (2015) el cual fue validado por medio de pruebas estadísticas como se muestra en:



## Tabla 1. Validación del instrumento EDINA

### *Validación del instrumento EDINA*

Publicación	Autor	Niveles	Cronbach
Artículo de investigación	Mérida et al. (2015)	Corporal Académica Socioemocional Familiar	0.700
Tesis de investigación	Vásquez (2018)	Corporal Académica Socioemocional Familiar	0.971

Nota: Los niveles resultantes de la prueba estadística para determinar la validez del instrumento son mayores al 0.7, por lo cual se puede afirmar que el instrumento si cumple con los niveles válidos para ser ejecutado en la presente investigación.

## Tabla 2. Ficha técnica del EDINA

### *Ficha técnica del EDINA*

Denominación	Indicadores
Título	Cuestionario para la Evaluación de la Autoestima en la Infancia
Autor	Mérida et al. (2015)
Fuente	Artículo de investigación
Ámbito	Deportivo, educativo, investigativo
Variable	Autoestima
Dimensiones	Corporal, académica, socioemocional y familiar
Duración	Promedio de veinte minutos cronológicos.
Aplicación del instrumento	Se puede realizar la aplicación de forma colectiva o de manera individual se realizan donde los estudiantes responden a cada una de las preguntas planteadas en el cuestionario.
Descripción del instrumento	El instrumento este compuesto por 18 ítems los cuales se encuentran distribuidos en las dimensiones corporal con tres ítems que vendría a ser el Ítem 1, Ítem 6 e Ítem 16, seguido de la dimensión académica con cuatro ítems como el ítem 3, ítem 13, ítem 18 e ítem 11, continuando con la dimensión socioemocional con seis ítems que son el ítem 2, ítem 4, ítem 9, ítem 14, ítem 7 e ítem 12 y culminando con la dimensión familiar con cinco ítems que son el ítem 5, ítem 10, ítem 15, ítem 8, ítem 17, se consideró una escala conformada por los niveles siempre, casi siempre, a veces, casi nunca y nunca la que media los niveles de autoestima que tiene los estudiantes.

**Tabla 3. Niveles del instrumento EDINA**

*Niveles del instrumento EDINA*

Dimensión	Muy Baja	Baja	Moderada	Alta	Muy Alta
Corporal	0–2	3–4	5–7	8–10	11–12
Académica	0–3	4–6	7–10	11–13	14–16
Socioafectiva	0–4	5–9	10–15	16–20	21–24
Familiar	0–3	4–7	8–12	13–16	17–20
Autoestima	0–14	15–28	29–43	44–57	58–72

### 3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO

#### 3.4.1. Población

Según Hernández y Mendoza (2018), Hernandez et al., (2014) y Monje (2011) la población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones.

En el caso de la investigación la población estuvo constituida por los estudiantes del sexto grado de educación primaria de la institución educativa primaria N°70024 “Laykakota” durante el año escolar 2023, la cual está conformada por los 86 estudiantes de las cuatro secciones del sexto grado de educación primaria.

**Tabla 4. Población de investigación**

*Población de investigación*

Grado	Secciones	Estudiantes
Sexto	A	22
Sexto	B	20
Sexto	C	26
Sexto	D	18
Total		86

Fuente Escale (2023) “Ficha de Institución Educativa N°70024 "Laykakota".

### 3.4.2. Muestra

Para la investigación se utilizó la muestra no probabilística o dirigida, ya que para Hernández y Mendoza (2018), Monje (2011) y Hernández (2014) la muestra no probabilística es el subgrupo de la población que no depende de la probabilidad, es también determinada voluntariamente por el investigador, esta decisión parte de las características que tiene la investigación. Por lo cual la muestra se encuentra constituida de la siguiente forma:

**Tabla 5. Muestra de investigación**

*Muestra de investigación*

Grado	Sección	Grupo	Estudiantes
Sexto	A	Control	22
Sexto	C	Experimental	26
Total			48

Fuente Escale (2023) "Ficha de Institución Educativa N°70024 "Laykakota".

## 3.5. DISEÑO METODOLÓGICO

### 3.5.1. Enfoque de investigación

Según Calle (2023) el enfoque cuantitativo recoge datos numéricos para probar ideas o hipótesis, viendo la realidad como algo medible y aplicando sus resultados a diferentes situaciones, siguiendo pasos ordenados como hacer preguntas, observar, analizar los datos y ver las relaciones entre ellos.

Según Huamán et al. (2022) se basa en recoger datos numéricos para comprobar ideas a través del análisis estadístico, lo que ayuda a encontrar patrones de comportamiento y a confirmar teorías mediante un proceso que sigue pasos organizados desde el inicio con un problema planteado de manera clara y precisa hasta llegar a los resultados finales.

### **3.5.2. Tipo de investigación**

Según Valdez et al. (2022) la investigación experimental implica realizar un cambio en una variable para ver cómo afecta a otra, comparando grupos que reciben diferentes intervenciones o ninguna, con el objetivo de descubrir relaciones de causa y efecto en los resultados.

La investigación experimental Calle (2023) implica hacer cambios en una variable para observar cómo afecta a otra y permite probar ideas o hipótesis al usar grupos de control y experimentales para comparar los resultados lo que ayuda a entender las relaciones de causa y efecto entre las variables.

### **3.5.3. Diseño de investigación**

Ramos-Galarza (2021) explica que la investigación cuasi-experimental compara dos grupos, uno con intervención y otro de control, trabajando con grupos ya existentes en lugar de asignarlos al azar, midiendo el impacto de la intervención antes y después del experimento

Según Fernández et al. (2014) la investigación cuasi-experimental estudia cómo una variable afecta a otra sin asignar a los participantes de forma aleatoria, utilizando grupos ya formados, lo que permite probar hipótesis en situaciones donde no se pueden controlar todas las condiciones, pero aún se evalúa el impacto de la intervención.

El estudio utilizó un diseño cuasi-experimental para estudiar la relación entre la Danza Terapia como variable independiente y la Autoestima como variable dependiente. Este diseño se presentó de la siguiente manera:

Tomando lo anteriormente descrito la representación del diseño cuasi-experimental es el siguiente:



Grupo Experimental : O1 → X → O2

Grupo de Control : O1 → O2

Los valores de esta representación son los siguientes:

O1: Evaluación inicial para medir la autoestima.

X: Aplicación de la intervención de danza terapia.

O2: Evaluación final para medir la autoestima.

En el grupo Experimental, los estudiantes realizaron sesiones de danza terapia entre las evaluaciones de entrada y salida.

En el grupo de Control los estudiantes no participaron en la intervención, lo que permitió comparar los cambios en la autoestima entre ambos grupos.

El diseño permitió medir de manera sencilla el impacto de la danza terapia en la autoestima, asegurando una comparación clara entre los dos grupos y controlando factores externos.

### 3.6. METODOLOGÍA ESTADÍSTICA

En este estudio, se decidió usar la prueba t de Student después de verificar que los datos cumplieran con las condiciones necesarias mediante una revisión previa. Esta elección se hizo porque permite comparar de forma clara los resultados obtenidos antes y después de la actividad realizada. Según González y Reyes (2024), esta prueba ayuda a encontrar si hay diferencias importantes entre dos momentos de medición en el mismo grupo.

Molina (2023) y Flores y Flores (2024) explican que esta prueba es especialmente útil cuando se busca analizar cambios dentro de un mismo grupo,

siempre que se cumplan las condiciones básicas necesarias. Este método es confiable y permite evaluar con claridad los efectos de la intervención realizada.

**Figura 2. Formula de la prueba estadística**

*Formula de la prueba estadística*

$$t = \frac{X - \mu}{s/\sqrt{n}}$$

### 3.7. VARIABLES DE ESTUDIO

**Tabla 6. Operacionalización de variables**

*Operacionalización de variables*

Variable	Marco conceptual	Marco operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Autor	Instrumento
Independiente Danza Terapia	La danzaterapia, también llamada terapia a través del movimiento, consiste en utilizar el movimiento de manera terapéutica para fomentar la integración emocional, social, cognitiva y física de la persona.	La variable independiente evaluará el impacto de la danzaterapia, mientras que la dependiente medirá su efecto en la autoestima infantil	Contenidos motrices	Evalúa cómo se controla y coordina el cuerpo durante los movimientos, incluyendo la precisión, equilibrio y manejo del espacio.	-Conocimiento del esquema corporal -Percepción espacial y temporal -La lateralidad -Coordinación y equilibrio -El ritmo -Desinhibición -Respeto a los compañeros -Desarrollo de la creatividad	Esteve y López (2014)	Sesiones de aprendizaje Área: Educación Física Competencia 1: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad
			Contenidos no motrices	Mide la capacidad para relacionarse con otros, la confianza en uno mismo y cómo se manejan las emociones.	-Resolución de conflictos -Valores -Autoestima -Confianza en sí mismo -Socialización		Competencia 2: Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices
Dependiente Autoestima	La autoestima es cómo una persona valora, se	La variable dependiente medirá los cambios en la	Corporal	Observar cómo se refleja la autoestima a través del cuidado y la valoración del cuerpo	Ítem 1 Ítem 6 Ítem 16	Mérida et al. (2015)	Pretest y Postest (1) Totalmente



respeta y se autoestima aprecia a sí infantil derivados misma, de la intervención basándose en su con danzaterapia importancia, habilidades y sentido de valor.	Académica	Identificar cómo se manifiesta la autoestima en el interés, el esfuerzo y los logros obtenidos en las actividades escolares	Ítem 3 Ítem 13 Ítem 18 Ítem 11	en desacuerdo (2) En desacuerdo (3)
	Socioafectivo	Examinar cómo la autoestima se muestra en la forma de relacionarse con otros y en la gestión de emociones	Ítem 2 Ítem 4 Ítem 9 Ítem 14 Ítem 7 Ítem 12	Ni de acuerdo ni en desacuerdo (4) De acuerdo (5)
	Familiar	Reconocer cómo la autoestima se expresa en el apoyo recibido y en los lazos familiares	Ítem 5 Ítem 10 Ítem 15 Ítem 8, Ítem 17	Totalmente de acuerdo

## CAPITULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. RESULTADOS

##### 4.1.1. Resultados obtenidos en la variable autoestima

##### O.G.

Determinar la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.

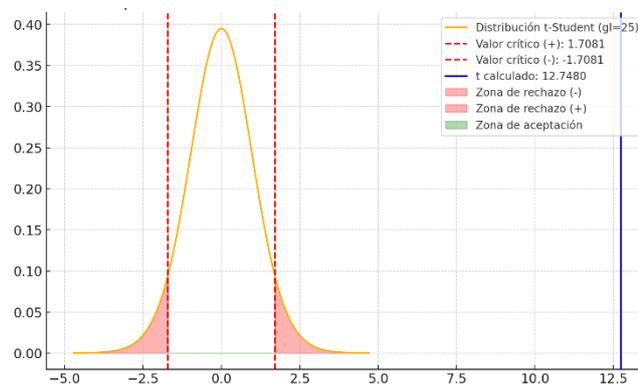
**Tabla 7. Prueba estadística de la variable autoestima**

*Prueba estadística de la variable autoestima*

Diferencias emparejadas					T	gl	Sig. Bil.
Media	Desviación estándar	Media de error estándar	95% de intervalo Inferior	95% de intervalo Superior			
1.000	0.400	0.078	0.838	1.162	12.748	25	0.00

**Figura 3. Análisis de la diferencia en autoestima entre el pretest y el postest**

*Análisis de la diferencia en autoestima entre el pretest y el postest*



##### Hipótesis estadística OG

Ho: la danzaterapia no es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima.



H1: la danzaterapia es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima.

### **Regla de decisión**

Si el resultado sig. de la prueba es menor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis nula.

Si el resultado sig. de la prueba es mayor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis alterna.

### **Criterios de aceptación y rechazo**

Si los resultados t calculados caen en la zona de aceptación, entonces aceptamos que la danzaterapia no es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes.

Si los resultados caen en la zona de rechazo, concluimos que la danzaterapia es eficaz en fortalecer la autoestima de los estudiantes.

### **Interpretación**

En relación con el objetivo general, que busca determinar la eficacia de la danzaterapia en el fortalecimiento de la autoestima, los resultados muestran que el valor de significancia bilateral obtenido fue de 0.00, siendo menor al  $\alpha = 0.05$ . Esto indica que la diferencia entre el pretest y el pos test es significativa. De acuerdo con la regla de decisión, se rechaza la hipótesis nula, afirmando que la danzaterapia es eficaz en fortalecer la autoestima.

En el cumplimiento del objetivo general, los grados de libertad fueron 25 y el nivel de significancia utilizado fue alfa de 0.05. Los puntos críticos determinados fueron 1.7081 y -1.7081. El valor t calculado fue 12.748, el cual es mayor a los valores críticos y se encuentra en el lado positivo de la distribución. Esto ubica el resultado en la zona de rechazo, confirmando que la danzaterapia fue eficaz en fortalecer la autoestima.

**Tabla 8. Resultados y porcentajes variable autoestima**

*Resultados y porcentajes variable autoestima*

Niveles	Grupo control				Grupo experimental			
	Pre test		Pos test		Pre test		Pos test	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Muy Baja	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Baja	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Moderada	3	11.5%	0	0.0%	25	96.2%	1	3.8%
Alta	18	69.2%	2	7.7%	1	3.8%	23	88.5%
Muy Alta	1	3.8%	20	76.9%	0	0.0%	2	7.7%
Total	22	100.0%	22	100.0%	26	100.0%	26	100.0%

**Interpretación**

De acuerdo a los resultados del grupo control en la variable autoestima, durante el pre-test, no se encontraron estudiantes en los niveles muy bajos ni bajos, por otro lado, el 11.5% presentó autoestima moderada, mientras que el 69.2% alcanzó un nivel alto y el 3.8% logró un nivel muy alto, en el pos-test no se registraron estudiantes en niveles muy bajos, bajos ni moderados, mientras tanto, el 7.7% alcanzó un nivel alto y el 76.9% logró un nivel muy alto.

De acuerdo a los resultados del grupo experimental en la variable autoestima, durante el pre-test, ningún estudiante se ubicó en niveles muy bajos ni bajos, sin embargo, el 96.2% presentó autoestima moderada, el 3.8% alcanzó un nivel alto y ninguno logró un nivel muy alto, durante el pos-test, no se registraron estudiantes en niveles muy bajos ni bajos; por el contrario, el 3.8% presentó autoestima moderada, el 88.5% alcanzó un nivel alto y el 7.7% logró un nivel muy alto.

**4.1.2. Resultados obtenidos en la dimensión autoestima corporal**

**O.E.1**

Establecer la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima corporal de los estudiantes del Sexto grado de la

Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”. Puno – 2023.

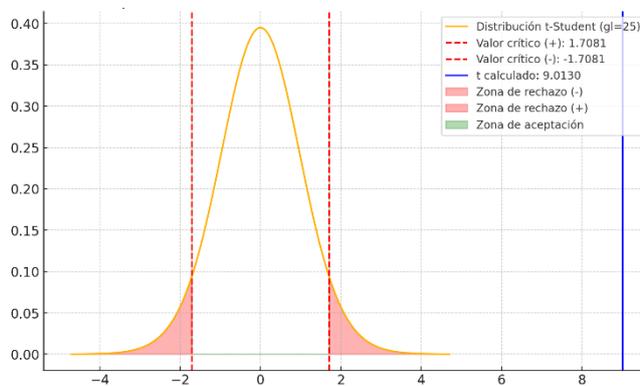
### Tabla 9. Prueba estadística de la autoestima corporal

#### Prueba estadística de la autoestima corporal

Diferencias emparejadas					T	gl	Sig. Bil.
Media	Desviación estándar	Media de error estándar	95% de intervalo				
			Inferior	Superior			
1.654	0.936	0.183	1.276	2.032	9.013	25	0.00

### Figura 4. Análisis de la autoestima corporal entre el pretest y el postest

#### Análisis de la autoestima corporal entre el pretest y el postest



### Hipótesis estadística OE1

$H_0$ : la danzaterapia no es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima corporal.

$H_1$ : la danzaterapia es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima corporal.

### Regla de decisión

Si el resultado sig. de la prueba es menor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis nula.

Si el resultado sig. de la prueba es mayor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis alterna.

### Criterios de aceptación y rechazo

Si los resultados  $t$  calculados caen en la zona de aceptación, aceptamos que la danzaterapia no es eficaz en fortalecer la autoestima corporal.

Si los resultados caen en la zona de rechazo, concluimos que la danzaterapia sí es eficaz en fortalecer la autoestima corporal.

### Interpretación

Para el objetivo específico de establecer la eficacia de la danzaterapia en la autoestima corporal, se obtuvo un valor de significancia bilateral de 0.00, menor al nivel de significancia alfa de 0.05. Según la regla de decisión, esto permite rechazar la hipótesis nula. En consecuencia, se afirma que la danzaterapia es eficaz en mejorar la autoestima corporal de los estudiantes.

Para el objetivo de establecer la eficacia de la danzaterapia en el fortalecimiento de la autoestima corporal, los grados de libertad fueron 25 y el nivel de significancia fue alfa de 0.05. Los puntos críticos establecidos fueron 1.7081 y -1.7081. El valor  $t$  calculado fue 9.013, que es mayor a los valores críticos y se encuentra en el lado positivo de la distribución. Esto posiciona el resultado en la zona de rechazo, demostrando que la danzaterapia fue eficaz en mejorar la autoestima corporal.

**Tabla 10. Resultados y porcentajes dimensión corporal**

#### *Resultados y porcentajes dimensión corporal*

Escala	Grupo control				Grupo experimental			
	Pre test		Pos test		Pre test		Pos test	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Muy Baja	0	0.0%	0	0.0%	3	11.5%	0	0.0%
Baja	1	3.8%	0	0.0%	14	53.8%	0	0.0%
Moderada	7	26.9%	5	19.2%	9	34.6%	6	23.1%
Alta	12	46.2%	4	15.4%	0	0.0%	17	65.4%
Muy Alta	2	7.7%	13	50.0%	0	0.0%	3	11.5%
Total	22	100.0%	22	100.0%	26	100.0%	26	100.0%

### Interpretación

Respecto a la dimensión corporal del grupo control durante el pre test, ningún estudiante se ubicó en niveles muy bajos. Sin embargo, el 3.8% estuvo en niveles bajos, el 26.9% en niveles moderados, el 46.2% en altos y el 7.7% en muy altos. En el pos test no hubo estudiantes en niveles muy bajos ni bajos, sin embargo, el 19.2% se situó en niveles moderados, el 15.4% en altos y el 50.0% en muy altos.

Respecto a la dimensión corporal del grupo experimental durante el pre test, el 11.5% de los estudiantes presentó un nivel muy bajo, el 53.8% un nivel bajo, el 34.6% un nivel moderado, mientras que ningún estudiante se situó en niveles altos ni muy altos. Por otro lado, en el pos test ningún estudiante se ubicó en niveles muy bajos ni bajos. Mientras tanto, el 23.1% alcanzó un nivel moderado, el 65.4% un nivel alto y el 11.5% un nivel muy alto.

#### 4.1.3. Resultados obtenidos en la dimensión autoestima académica

##### O.E.2

Comprobar la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima académica de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”. Puno – 2023.

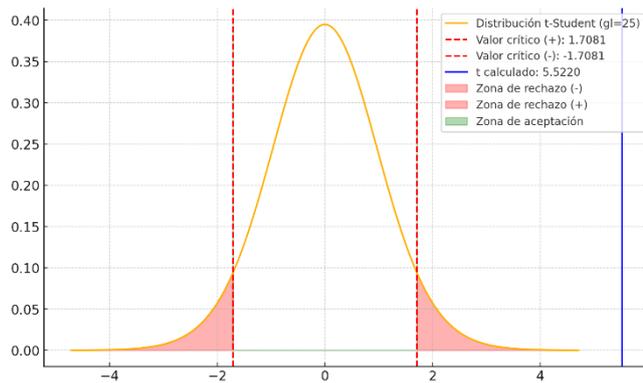
**Tabla 11. Prueba estadística de la autoestima académica**

*Prueba estadística de la autoestima académica*

Media	Diferencias emparejadas				T	gl	Sig. Bil.
	Desviación estándar	Media de error estándar	95% de intervalo Inferior	95% de intervalo Superior			
0.769	0.710	0.139	0.482	1.056	5.522	25	0.00

**Figura 5. Análisis de la autoestima académica entre el pretest y el postest**

*Análisis de la autoestima académica entre el pretest y el postest*



## Hipótesis estadística OE2

$H_0$ : la danzaterapia no es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima académica.

$H_1$ : la danzaterapia es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima académica.

## Regla de decisión

Si el resultado sig. de la prueba es menor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis nula.

Si el resultado sig. de la prueba es mayor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis alterna.

## Criterios de aceptación y rechazo

Si los resultados  $t$  calculados caen en la zona de aceptación, aceptamos que la danzaterapia no es eficaz en fortalecer la autoestima académica.

Si los resultados caen en la zona de rechazo, concluimos que la danzaterapia sí es eficaz en fortalecer la autoestima académica.

## Interpretación

En relación con el objetivo específico de comprobar la eficacia de la danzaterapia en la autoestima académica, el valor de significancia bilateral fue de 0.00, lo que también es menor al alfa de 0.05. Siguiendo la regla de decisión, se rechaza la hipótesis nula, demostrando que la estrategia utilizada es eficaz en

fortalecer la autoestima académica de los estudiantes.

En relación con el fortalecimiento de la autoestima académica, los grados de libertad fueron 25 y el nivel de significancia fue alfa de 0.05. Los puntos críticos determinados fueron 1.7081 y -1.7081. El valor t calculado fue 5.522, que supera los valores críticos y está en el lado positivo de la distribución. Esto coloca el resultado en la zona de rechazo, confirmando que la estrategia de danzaterapia fue efectiva para fortalecer la autoestima académica.

**Tabla 12. Resultados y porcentajes autoestima académica**

*Resultados y porcentajes autoestima académica*

Escala	Grupo control				Grupo experimental			
	Pre test		Pos test		Pre test		Pos test	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Muy Baja	1	3.8%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Baja	0	0.0%	0	0.0%	3	11.5%	0	0.0%
Moderada	7	26.9%	4	15.4%	22	84.6%	9	34.6%
Alta	12	46.2%	3	11.5%	1	3.8%	16	61.5%
Muy Alta	2	7.7%	15	57.7%	0	0.0%	1	3.8%
Total	22	100.0%	22	100.0%	26	100.0%	26	100.0%

**Interpretación**

En cuanto al grupo control en la dimensión académica durante el pre test, se identificó que el 3.8% de los estudiantes se encontraba en un nivel muy bajo, ninguno en un nivel bajo, el 26.9% en moderado, el 46.2% en alto y el 7.7% en muy alto. Por otro lado, en el pos test los resultados indican que ningún estudiante se ubicó en niveles muy bajos ni bajos, en cambio, el 15.4% alcanzó un nivel moderado, el 11.5% un nivel alto y el 57.7% un nivel muy alto.

En cuanto al grupo experimental en la dimensión académica durante el pre test, ningún estudiante alcanzó un nivel muy bajo. Por otro lado, el 11.5% se posicionó en un nivel bajo, el 84.6% en un nivel moderado, y solo el 3.8% en un nivel alto, sin que se registraran niveles muy altos. En el pos test, no se observaron

estudiantes en niveles muy bajos ni bajos, en este caso, el 34.6% presentó un nivel moderado, el 61.5% alcanzó un nivel alto y el 3.8% logró un nivel muy alto.

#### 4.1.4. Resultados obtenidos en la dimensión autoestima socio-afectiva

##### O.E.3

Identificar la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima socio-afectiva de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.

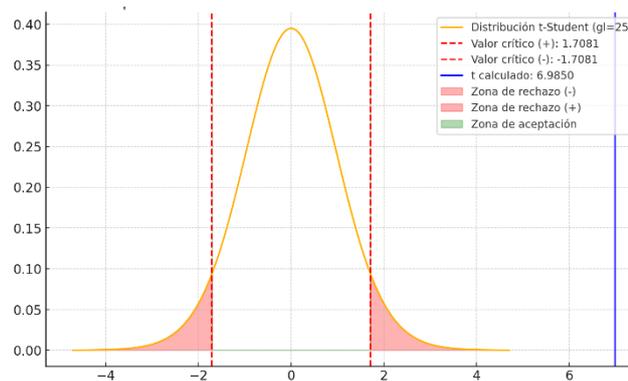
**Tabla 13. Prueba estadística de la dimensión socio-afectiva**

*Prueba estadística de la dimensión socio-afectiva*

Diferencias emparejadas					T	gl	Sig. Bil.
Media	Desviación estándar	Media de error estándar	95% de intervalo Inferior	95% de intervalo Superior			
0.731	0.533	0.105	0.515	0.946	6.985	25	0.00

**Figura 6. Análisis de la autoestima socio-afectiva entre el pretest y el postest**

*Análisis de la autoestima socio-afectiva entre el pretest y el postest*



##### Hipótesis estadística OE3

Ho: la danzaterapia no es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima socio-afectiva

H1: la danzaterapia es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima socio-afectiva.



### **Regla de decisión**

Si el resultado sig. de la prueba es menor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis nula.

Si el resultado sig. de la prueba es mayor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis alterna.

### **Criterios de aceptación y rechazo**

Si los resultados t calculados caen en la zona de aceptación, aceptamos que la danzaterapia no es eficaz en fortalecer la autoestima socio-afectiva.

Si los resultados caen en la zona de rechazo, concluimos que la danzaterapia sí es eficaz en fortalecer la autoestima socio-afectiva.

### **Interpretación**

Respecto al objetivo de identificar la eficacia de la danzaterapia en el fortalecimiento de la autoestima socioafectiva, el análisis mostró un valor de significancia bilateral de 0.00, inferior al alfa de 0.05. Este resultado lleva a rechazar la hipótesis nula, lo que indica que la danzaterapia fue eficaz en mejorar esta dimensión.

Respecto al objetivo de identificar la eficacia de la danzaterapia en el fortalecimiento de la autoestima socio-afectiva, los grados de libertad fueron 25 y el nivel de significancia utilizado fue alfa de 0.05. Los puntos críticos fueron 1.7081 y -1.7081. El valor t calculado fue 6.985, que es mayor a los valores críticos y se encuentra en el lado positivo de la distribución. Este resultado cae en la zona de rechazo, permitiendo confirmar que la danzaterapia fue eficaz en fortalecer la autoestima socioafectiva.

### **Tabla 14. Resultados y porcentajes dimensión socio-afectiva**

*Resultados y porcentajes dimensión socio-afectiva*

Escala	Grupo control				Grupo experimental			
	Pre test		Pos test		Pre test		Pos test	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Muy Baja	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Baja	0	0.0%	0	0.0%	2	7.7%	0	0.0%
Moderada	13	50.0%	0	0.0%	21	80.8%	7	26.9%
Alta	9	34.6%	7	26.9%	3	11.5%	18	69.2%
Muy Alta	0	0.0%	15	57.7%	0	0.0%	1	3.8%
Total	22	100.0%	22	100.0%	26	100.0%	26	100.0%

### Interpretación

Por otro lado, en los resultados del pre test de la dimensión socio-afectiva correspondiente al grupo control, no hubo estudiantes en los niveles muy bajos ni bajos. Sin embargo, el 50.0% alcanzó un nivel moderado, el 34.6% un nivel alto y ningún estudiante llegó al nivel muy alto. De la misma forma en el pos test, no hubo estudiantes en niveles muy bajos ni bajos, en este caso, el 26.9% estuvo en un nivel moderado, el 26.9% en un nivel alto y el 57.7% en un nivel muy alto.

En los resultados del pre test de la dimensión socio-afectiva correspondiente al grupo experimental, no hubo estudiantes en niveles muy bajos; sin embargo, el 7.7% presentó un nivel bajo, el 80.8% un nivel moderado, y el 11.5% alcanzó un nivel alto, mientras que ningún estudiante llegó a un nivel muy alto. Lo que es claro en el pos test, no se encontraron estudiantes en niveles muy bajos ni bajos. Por otro lado, el 26.9% alcanzó un nivel moderado, el 69.2% un nivel alto y el 3.8% un nivel muy alto.

#### 4.1.5. Resultados obtenidos en la dimensión autoestima familiar

##### O.E.4

Establecer la eficacia de la danzaterapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima familiar de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”. Puno – 2023

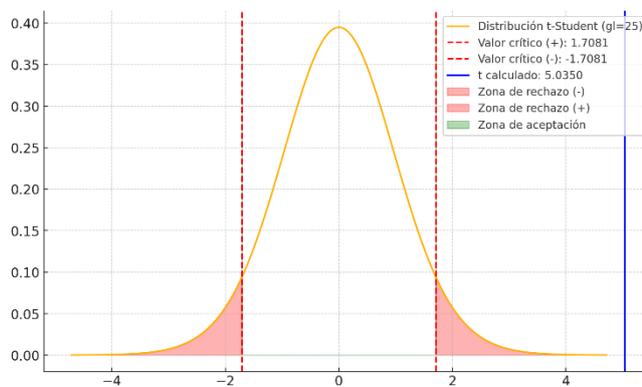
**Tabla 15. Prueba estadística de la autoestima familiar**

*Prueba estadística de la autoestima familiar*

Diferencias emparejadas					T	gl	Sig. Bil.
Media	Desviación estándar	Media de error estándar	95% de intervalo				
			Inferior	Superior			
0.923	0.935	0.183	0.546	1.301	5.035	25	0.00

**Figura 7. Análisis de la autoestima familiar entre el pretest y el postest**

*Análisis de la autoestima familiar entre el pretest y el postest*



#### **Hipótesis estadística OE4**

Ho: la danzaterapia no es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima familiar.

H1: la danzaterapia es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima familiar.

#### **Regla de decisión**

Si el resultado sig. de la prueba es menor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis nula.

Si el resultado sig. de la prueba es mayor al  $\alpha=0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis alterna.

#### **Criterios de aceptación y rechazo**

Si los resultados t calculados caen en la zona de aceptación, aceptamos que

la danzaterapia no es eficaz en fortalecer la autoestima familiar.

Si los resultados caen en la zona de rechazo, concluimos que la danzaterapia sí es eficaz en fortalecer la autoestima familiar.

### **Interpretación**

Para el objetivo específico de establecer la eficacia de la danzaterapia en el fortalecimiento de la autoestima familiar, el valor de significancia bilateral fue de 0.00, menor al nivel alfa de 0.05. De acuerdo con la regla de decisión, se rechaza la hipótesis nula, concluyendo que la danzaterapia es eficaz en fortalecer la autoestima familiar.

De acuerdo al objetivo de establecer la eficacia de la danzaterapia en el fortalecimiento de la autoestima familiar, los grados de libertad fueron 25 y el nivel de significancia utilizado fue alfa de 0.05. Los puntos críticos determinados fueron 1.7081 y -1.7081. El valor t calculado fue 5.035, el cual es mayor a los valores críticos y se encuentra en el lado positivo de la distribución. Esto posiciona el resultado en la zona de rechazo, concluyendo que la danzaterapia fue eficaz en fortalecer la autoestima familiar.

### **Tabla 16. Resultados y porcentajes dimensión familiar**

#### *Resultados y porcentajes dimensión familiar*

Escala	Grupo control				Grupo experimental			
	Pre test		Pos test		Pre test		Pos test	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Muy Baja	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Baja	0	0.0%	0	0.0%	3	11.5%	0	0.0%
Moderada	8	30.8%	3	11.5%	20	76.9%	6	23.1%
Alta	13	50.0%	5	19.2%	3	11.5%	16	61.5%
Muy Alta	1	3.8%	14	53.8%	0	0.0%	4	15.4%
Total	22	100.0%	22	100.0%	26	100.0%	26	100.0%

### **Interpretación**

Por otro lado, en los resultados del pre test de la dimensión familiar



correspondiente al grupo control, no se observaron niveles muy bajos ni bajos, aun así, el 30.8% presentó un nivel moderado, el 50.0% un nivel alto y el 3.8% alcanzó un nivel muy alto. En el pre test, tampoco se registraron niveles muy bajos ni bajos. Por otro lado, el 11.5% presentó un nivel moderado, el 19.2% un nivel alto y el 53.8% alcanzó un nivel muy alto.

De la misma forma, en los resultados del pre test de la dimensión socio-afectiva correspondiente al grupo experimental, no se encontraron estudiantes en niveles muy bajos; sin embargo, el 11.5% estuvo en un nivel bajo, el 76.9% en un nivel moderado y el 11.5% en un nivel alto, mientras que ningún estudiante logró un nivel muy alto. Pero en el pre test, ningún estudiante presentó niveles muy bajos ni bajos. Sin embargo, el 23.1% alcanzó un nivel moderado, el 61.5% un nivel alto y el 15.4% logró un nivel muy alto.

## 4.2. DISCUSIÓN

La investigación logró demostrar que la danzaterapia es una estrategia efectiva para mejorar la autoestima de los estudiantes del sexto grado, cumpliendo con el objetivo principal. Los resultados mostraron una diferencia notable entre los valores antes y después de la intervención, con un resultado significativo al ser menor a 0.05, lo que confirma su eficacia. Según González (2024), actividades como la danza ayudan a las personas a expresar emociones y ganar confianza en sí mismas. Por otro lado, las ideas de Rosenberg (1965) destacan que la autoestima se fortalece cuando se obtienen logros personales, lo cual se ve reflejado en los hallazgos. Investigaciones recientes, como la de Larrosa (2024), también han señalado cómo la danza influye positivamente en la percepción de uno mismo, aportando más evidencia para respaldar estos resultados.

En cuanto a la mejora de la autoestima relacionada con el cuerpo, los resultados



indicaron un cambio importante tras la intervención. El análisis mostró que el resultado final superó los valores límites establecidos, confirmando que esta dimensión también se benefició. Roca y García (2024) explican que actividades físicas como la danza pueden ayudar a las personas a sentirse más cómodas con su imagen física. De la misma manera, James (1890) menciona que el éxito en actividades corporales promueve una visión más positiva del propio cuerpo, algo que se alinea con los resultados obtenidos. Estudios como el de Pinilla y Cuesta (2022) también resaltan que el 75% de las personas que participaron en sesiones de danza mejoraron su percepción corporal, lo cual coincide con los logros alcanzados en esta investigación.

La autoestima relacionada con lo académico también mostró mejoras claras. Los datos recolectados revelaron que el desempeño escolar de los estudiantes se fortaleció gracias a la intervención, con un resultado que confirma este avance. Simanca (2019) menciona que las actividades creativas, como la danza, aumentan la confianza y la motivación, lo que puede influir positivamente en los logros escolares. Esto coincide con lo señalado por Muñoz (2022), quien encontró que el 70% de los estudiantes mejoraron su autoestima académica luego de participar en actividades artísticas, lo cual refuerza los hallazgos de este estudio.

En la dimensión socioafectiva, los resultados mostraron un cambio significativo. Los estudiantes demostraron una mejor capacidad para relacionarse con otros y gestionar sus emociones, lo cual es un aspecto esencial para una autoestima saludable. Zambrano (2023) señala que actividades grupales como la danza ayudan a fortalecer los vínculos sociales y la empatía, una afirmación que se refleja en los resultados obtenidos. De la misma forma, teorías relacionadas con la construcción de relaciones sociales destacan que el contacto emocional mejora la percepción personal, algo que este estudio también respalda. Investigaciones similares, como la de Nigaglioni (2023), reportan que el 80%



de los participantes mejoraron sus habilidades sociales gracias a sesiones de danza.

Finalmente, la autoestima familiar también mostró un progreso considerable. Los resultados indicaron que los estudiantes percibieron un entorno familiar más positivo y valioso después de la intervención. Según Oannis (2016), las actividades que integran aspectos emocionales pueden mejorar las relaciones dentro de la familia, algo que se evidencia en los resultados obtenidos. Por otro lado, Villar (2021) observó que el 68% de las personas que participaron en actividades artísticas vieron mejoras en la forma en que se relacionan con sus familias, algo que coincide con los hallazgos de este estudio.

Los resultados obtenidos validan que la danzaterapia es una estrategia útil para mejorar la autoestima de los estudiantes en diferentes áreas, este enfoque no solo está respaldado por los datos obtenidos, sino también por teorías y estudios anteriores que demuestran su impacto positivo en el desarrollo emocional, social y familiar.



## V. CONCLUSIONES

- PRIMERA:** La danza terapia fue eficaz para fortalecer cumpliendo con el objetivo de determinar su efectividad porque el valor  $t=12.748$  fue superior al punto crítico de 1.7081, y el nivel de significancia bilateral de 0.000 confirmó un cambio significativo en los resultados entre el pretest y el postest.
- SEGUNDA:** La danza terapia fue eficaz en fortalecer la autoestima corporal cumpliendo con el objetivo de establecer su efectividad porque el valor  $t=9.013$  superó el punto crítico de 1.7081, y el nivel de significancia bilateral de 0.000 evidenció una mejora notable en la percepción corporal tras la intervención.
- TERCERA:** La danza terapia fue eficaz en fortalecer la autoestima académica cumpliendo con el objetivo de comprobar su efectividad porque el valor  $t=5.522$  fue superior al punto crítico de 1.7081, y el nivel de significancia bilateral de 0.000 indicó un fortalecimiento significativo de la confianza y la percepción de logros en el ámbito académico.
- CUARTO:** La danza terapia fue eficaz en fortalecer la autoestima socioafectiva cumpliendo con el objetivo de identificar su efectividad porque el valor  $t=6.985$  superó el punto crítico de 1.7081, y el nivel de significancia bilateral de 0.000 reflejó un impacto positivo en la capacidad de los estudiantes para relacionarse y gestionar sus emociones.
- QUINTO:** La danza terapia fue eficaz en fortalecer la autoestima familiar cumpliendo con el objetivo de establecer su efectividad porque el valor  $t=5.035$  fue superior al punto crítico de 1.7081, y el nivel de significancia bilateral de



0.000 confirmó mejoras importantes en la percepción y las relaciones familiares tras la intervención.



## VI. RECOMENDACIONES

- PRIMERA:** Los docentes deben promover actividades que fortalezcan la confianza y autoestima de los estudiantes, integrando dinámicas que fomenten su desarrollo personal y emocional.
- SEGUNDA:** Las escuelas deben priorizar iniciativas que contribuyan al crecimiento emocional y social de los estudiantes, creando espacios donde puedan explorar y expresar sus emociones de manera positiva.
- TERCERA:** Las familias deben involucrarse activamente en las actividades escolares, reforzando los lazos emocionales y apoyando a los estudiantes en su desarrollo integral.
- CUARTO:** Los directores deben garantizar las condiciones necesarias para implementar estrategias que favorezcan el bienestar emocional de los estudiantes, ofreciendo recursos y apoyo a los docentes.
- QUINTO:** Los futuros investigadores deben explorar alternativas innovadoras que complementen las estrategias existentes para mejorar aspectos como el desarrollo emocional, social y académico de los estudiantes.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abellán, L. (2021). Beneficios de la danza académica en el desarrollo psicomotriz en Educación Infantil. *Pulso Revista de Educación*, 44, 39–49.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8175329.pdf>
- Ahedo, M. (2024). Desarrollando una sociología amplia de la educación. *Revista de Sociología de La Educación-RASE*, 17(1), 107–123.  
<https://doi.org/10.7203/RASE.17.1.27799>
- Ayala, D. (2021). *Nivel De Autoestima En Estudiantes De Segundo Grado De La I.E.P. N° 71001 Almirante Miguel Grau De Puno - 2019* [Universidad Nacional del Altiplano].  
[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/16459/Ayala\\_Quispe\\_Delia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/16459/Ayala_Quispe_Delia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Baldwin, J. (2017). Los valores no se dicen, se actúan. *Reflexiones Del Rector*, 10, 232–255.
- Barreros, R., & Cuadrado, V. (2024). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes de la parroquia San Miguelito- Píllaro Ecuador. *Puriq*, 6, e556.  
<https://doi.org/10.37073/puriq.6.556>
- Berruezo, P. (2000). El contenido de la Psicomotricidad. *Psicomotricidad: Prácticas y Conceptos*, 1, 43–99.  
<https://www.um.es/cursos/promoedu/psicomotricidad/2005/material/contenidos-psicomotricidad-texto.pdf>
- Calle, S. (2023). Diseños de investigación cualitativa y cuantitativa. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 1865–1879.  
[https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i4.7016](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7016)
- Callejo, J. (2014). Observación, entrevista y grupo de discusión. *Revista Española de*



- Salud Pública*, 76(5), 409–422.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=287090>
- Casas, J., Repullo, J., & Donado, J. (2013). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Atencion Primaria*, 31(8), 527–538. <https://doi.org/10.1157/13047738>
- Cavazos, Ó., & Lozano-Treviño, D. (2024). Asociación entre aprendizaje, problemas de concentración, integración escolar, participación negativa y aspiraciones con la deserción escolar en un Colegio Militarizado. *INNOVA Research Journal*, 9(1), 17–34. <https://doi.org/10.33890/innova.v9.n1.2024.2437>
- Ccallo, W. (2022). La autoestima y aprendizaje de los estudiantes de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 72002 Señor de los Milagros Asillo, 2021 [Universidad Nacional del Altiplano]. In *Tesis*. [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza\\_Mamani\\_Joel\\_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza_Mamani_Joel_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cedeño, L., Segura, P., Romero, O., & Maqueira, G. (2024). Danza contemporánea y expresión corporal en la Educación Física inclusiva: una estrategia para estudiantes con múltiples discapacidades. *Revista PODIUM*, 19(2), e1625. <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v19n2/1996-2452-rpp-19-02-e1625.pdf>
- Cera, E., & Orozco, K. (2023). *Mediación didáctica de la danza para el mejoramiento de la salud mental y física en la escuela* [Universidad de la Costa]. <https://repositorio.cuc.edu.co/entities/publication/db5a5ce6-9be7-4a5b-83a0-848b681bac34>
- Chana, Y., Quispe, K., & Muñoz, H. (2023). Motivación académica y autoestima en los estudiantes de secundaria de Ilo- Perú. *Revista Ciencia y Tecnología Para El Desarrollo - UJCM*, 9(18), 44–55.



- <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.37260/rctd.v9i18.10>
- Coello, K. (2020). *La bailoterapia para mejorar la interacción en el entorno social en los niños y niñas de 3 a 4 años de la Unidad Educativa Víctor Manuel Peñaherrera durante el año lectivo 2019-2020* [Universidad Técnica del Norte].  
<http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10810>
- Damian, V. (2018). *Efectividad de la danzaterapia en el nivel de depresión del adulto mayor en el puesto de salud Jayllihuaya - Puno 2018* [Universidad Nacional del Altiplano].  
[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/10033/Damian\\_Cruz\\_Virginia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/10033/Damian_Cruz_Virginia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Dávila, E., Jesús, Y., & Lazo, F. (2023). *Autoestima y habilidades sociales en estudiantes del nivel secundaria en la Institución Educativa Estatal “José Olaya”– Hualhuas, 2022* [Universidad Continental].  
[https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13939/11/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Davila\\_Lazo\\_2023.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13939/11/IV_FHU_501_TE_Davila_Lazo_2023.pdf)
- Escale. (2023, April 6). :: *Ficha de Institución Educativa :: 70024 “Laykakota.”* Portal Escala.  
[http://escale.minedu.gob.pe/PadronWeb/info/ce?cod\\_mod=0230342&anexo=0](http://escale.minedu.gob.pe/PadronWeb/info/ce?cod_mod=0230342&anexo=0)
- Esquivias, M. (2004). Creatividad : Definiciones , antecedentes y aportaciones. *Revista Digital Universitaria*, 5, 1–17.  
<http://www.revista.unam.mx/vol.5/num1/art4/art4.htm>
- Esteve, A., & López, V. (2014). La expresión corporal y la danza en educación infantil. *La Peonza: Revista de Educación Física Para La Paz*, 9, 3–26.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4746759.pdf>
- Fernández-García, P., Vallejo-Seco, G., Livacic-Rojas, P., & Tuero-Herrero, E. (2014).



- Validez Estructurada para una investigación cuasi-experimental de calidad. Se cumplen 50 años de la presentación en sociedad de los diseños cuasi-experimentales. *Anales de Psicología*, 30(2), 756–771. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.2.166911>
- Fernández, A. (2020). 2020: Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia. *Revista Andina de Educación*, 4(1), 23–29. <https://doi.org/10.32719/26312816.2021.4.1.3>
- Flores Tapia, C. E., & Flores Cevallos, K. L. (2024). Aplicación de las pruebas no paramétricas de signos y Wilcoxon en la toma de decisiones empresariales. *Espí-ritu Emprendedor TES*, 8(2), 64–83. <https://doi.org/10.33970/eetes.v8.n2.2024.366>
- Folch, C., Capdevila, R., & Prat, M. (2019). Percepción del Profesorado sobre una Experiencia Multidisciplinar: Arte y Ciencias en un Grado de Educación. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 13(2019), 38–56. <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.743>
- Fuquen, M. (2013). Los conflictos y la resolución de conflictos. *Tabula Rasa*, 11(4), 265–278. <https://revistas.unicolmayor.edu.co/index.php/tabularasa/article/view/1694>
- Gavilano, J. (2018). *La banda de música escolar y su relación con la autoestima de los estudiantes de la institución educativa secundaria Telesforo Catacora Juli 2017* [Universidad Nacional del Altiplano]. [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza\\_Mamani\\_Joel\\_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza_Mamani_Joel_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Gomez, J. (2005). Desarrollo de la creatividad. In *Fondo Editorial FACHSE - UNPRG*. (Vol. 10, Issue 2). <https://doi.org/10.35383/educare.v10i2.826>
- Gonzalez-Ortega, M., Zhiñin-Quezada, P., Romero-Ibarra, O., & Maqueira-Caraballo, G. (2024). La expresión corporal en la inclusión de niños con sobrepeso en las clases de educación física. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(2), 354–365. <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.2.2283>



- González, K. (2024). Beneficios de la Danza Movimiento Terapia en el Trastorno del Espectro Autista: Revisión Sistemática. *MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 3(8), 547–569. <https://doi.org/10.56200/mried.v3i8.7502>
- González, N., & Reyes, Á. (2024). Prueba de hipótesis en R: Prueba t de Student y prueba de Wilcoxon. *Opuntia Brava*, 16(3), 406–417. <https://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/1952>
- Guaranga, D. (2021). *Incidencia de la bailoterapia en el autoestima de las personas* [Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/9021>
- Guevara, G., Verdesoto, A., & Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO*, 4(3), 163–173. [https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Guimón, J. (2014). Aspectos psicopatológicos de la desinhibición. *Revista de La Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 23–36. <https://doi.org/10.4321/S0211-57352004000300003>
- Gutiérrez, M. C. C., Ramírez, J. C. M., & Gutiérrez, L. C. C. (2018). La educación una mirada desde el conflicto social en Colombia. *Educación y Humanismo*, 20(34), 216–232. <https://doi.org/10.17081/eduhum.20.34.2868>
- Hañari, J., Masco, M., & Esteves, A. (2020). Comunicación familiar y autoestima en adolescentes de zona urbana y rural. *Revista Innova Educación*, 2(3), 446–455. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.03.005>
- Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación* (Sexta). McGRAW-HILL Interamericana Editores, S.A. de C.V. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia->



de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf

- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (McGRAW-HILL (ed.); 1st ed.). McGRAW-HILL Interamericana Editores, S.A. de C.V.  
<http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/bitstream/54000/1292/1/Hernández-Metodología de la investigación.pdf>
- Hilari, W. (2020). *Juegos recreativos y su eficacia en el desarrollo de la autoestima en los niños y niñas del 4to grado de la Institución Educativa Primaria N° 50485 de Ttio – Quiquijana, 2018* [Universidad Nacional Del Callao].  
<http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/21385>
- Huamán, J., Treviños, L., & Medina, W. (2022). Epistemología de las investigaciones cuantitativas y cualitativas. *Horizonte de La Ciencia*, 12(23), 27–47.  
<https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2022.23.1462>
- Huanca, T. (2021). *La autoestima en niños de cuatro años de la Institución Educativa inicial 314 de Juliaca Provincia de San Román región Puno, 2020* [Universidad Católica Los Angeles Chimbote].  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/24873>
- Idoiaga, N., Legorburu, I., Alonso, I., & Berasategi, N. (2024). La movilidad independiente infantil en los caminos escolares: la percepción de los niños y niñas sobre las dificultades en su entorno. *Revista Sobre La Infancia y La Adolescencia*, 26, 1–17. <https://doi.org/10.4995/reinad.2024.16650>
- Jara, L. (2023). Los juegos tradicionales como estrategia para fortalecer la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Primaria N° 70846 de Pucara en el año 2023 [Universidad Nacional Del Altiplano]. In *Tesis*.  
[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza\\_Mamani\\_](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza_Mamani_)



- Joel\_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Jiménez, A., Fajardo, C., & Jurado, Y. (2024). e. *Retos*, 52(1), 191–203.  
<https://doi.org/10.47197/retos.v52.98509>
- Kuznik, A., Hurtado, A., & Espinal, A. (2015). El uso de la encuesta de tipo social en traductología: características metodológicas. *MonTi: Monografías de Traducción e Interpretación*, 2, 315–344. <https://doi.org/10.6035/MonTI.2010.2.14>
- Larrosa, A. (2024). *Análisis de la Enseñanza de la Danza y Expresión Corporal en las Etapas Educativas de Primaria y Secundaria de España* [Universidad Rey Juan Carlos]. <https://burjcdigital.urjc.es/bitstream/handle/10115/33040/0>. Tesis Aurora Larrosa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lecca, R. (2023). *Implementación de un programa de danzas folklóricas para personas con discapacidad motora como herramienta para el acceso de oportunidades, 2023* [Universidad Cesar Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/125190>
- López, L., Fernández, Y., Torres, A. M., Cardona, F., & Lemos, M. (2021). Bienestar y autoestima: un estudio comparativo en estudiantes de los colegios de la Policía Nacional. *Revista Logos, Ciencia & Tecnología*, 13(2), 8–23. <https://doi.org/10.22335/rlct.v13i2.1399>
- Luis, J., Mora, A., Bárbara, V., Curbelo, G., & Jesús, F. (2016). Abordaja De La Capacidad Fisica Equilibrio En Adultos Mayores. *Revista Finlay*, 6(4), 317–328. <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v19n1/0124-7107-reus-19-01-00094.pdf>
- Luque, J. (2022). *La autoestima y su relación con el rendimiento escolar del área personal social en los niños de cinco años de la Institución Educativa Inicial n°291 de San Pedro de Putina Punco - Sandia, Puno, año 2020* [Universidad Alas Peruanas]. <https://dataindonesia.id/sektor-riil/detail/angka-konsumsi-ikan-ri-naik->



- jadi-5648-kgkapita-pada-2022
- Machuca, A., Huallanca, K., & Cabieses, C. (2024). Autoestima, agresividad y salud en estudiantes adolescentes. *Revista Vive*, 7(19), 121–131. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v7i19.288>
- Mamani, D., Casa, M., Cusi, L., & Laque, G. (2019). Nivel de conocimiento del esquema corporal en niñas y niños de Educación Inicial. *Revista Innova Educación*, 1(4), 566–575. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2019.04.010>
- Mapcarta. (2024). *Ubicacion Satelital de la Institución Educativa No. 70024*. Portal Mapcarta. <https://mapcarta.com/es/N5578969265/Mapa>
- Marín, J., & González, A. (2024). Uso de redes sociales y autoestima de adolescentes en una institución educativa de Boconó, Trujillo, 2023. *Revista GICOS*, 9(1), 112–123. <https://doi.org/10.53766/GICOS/2024.01.09.08>
- Martinez, R. (2022). *Actividad física y autoestima en estudiantes de educación secundaria del Colegio San Antonio de Huamanga, 2021*. 01–63.
- Martínez, S., & Sánchez, J. (2023). Relajación muscular progresiva de Jacobson en pacientes con ansiedad . Revisión de la literatura. *Revista de Enfermería*, 26(91), 1–4. <https://ciberindex.com/index.php/g91/article/view/e2630gt>
- Mérida, R., Serrano, A., & Taberner, C. (2015). Diseño y validación de un cuestionario para la evaluación de la autoestima en la infancia. *Revista de Investigación Educativa*, 33(1), 149. <https://doi.org/10.6018/rie.33.1.182391>
- Millingalle, S., Tipantuña, L., & Constante, M. (2024). La danza infantil en la psicomotricidad gruesa en Educación Inicial. *Tesla Revista Científica*, 4(1), e328. <https://doi.org/10.55204/trc.v4i1.e328>
- MINEDU. (2018). Orientaciones para la enseñanza del área de arte y cultura. Guía para docentes de educación primaria. *Repositorio Minedu*, 1–124.



- <http://repositorio.minedu.gob.pe/handle/MINEDU/6400%0Ahttp://www.perueduca.pe/documents/235015816/253278981/orientaciones-ensenanza-arte-cultura.pdf>
- Minsa. (2021). *Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*. Portal Ministerio de Salud. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
- Molina, M. (2023). Prueba de la U de Mann-Whitney. Ciencias o letras. *Revista Electrónica de AnestesiaR*, 15(5), 1–6. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8993603.pdf>
- Molina, M., & Palma, M. (2022). Desarrollo de la expresión corporal en tiempos de pandemia a través de manual de actividades. *Revista Científica Multidisciplinaria*, 6(11), 104–118. <https://doi.org/https://doi.org/10.46296/yc.v6i11.0196>
- Muñoz, M. (2022). *La danza para el fortalecimiento del aprendizaje en niños de primero de básica de una escuela de Valencia* [Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/101847/Muñoz\\_BM-B-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/101847/Muñoz_BM-B-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Nigaglioni, S. (2023). La Danzaterapia como medicina complementaria y alternativa efectiva, una revisión de literatura sistemática. *Universidad Albizu*, 38(1), 110–130. <https://cienciasdelaconducta.org/index.php/cdc/article/download/68/95/367>
- Oannis, L. (2016). *Autoestima y rendimiento escolar en el área de personal social de los niños de 4 años en el colegio “Kinder play house” del distrito de Bellavista - Callao, año 2015* (Vol. 85, Issue 1). Universidad Alas Peruanas.
- Palla, M. (2021). *Impacto de la figura paterna y confianza en sí mismo en los estudiantes de quinto y sexto grado de primaria de la institución educativa primaria Copal –*



- Urco N° 60770 del distrito Santa Clotilde, provincia Maynas, región Loreto, 2021.*
- Universidad Alas Peruanas.
- Panesso, K., & Arango, M. (2017). Autoestima proceso humano. *Psyconex*, 9, 1–9.
- Patajalo, A., Vargas, G., Ávila, C., & Bayas, J. (2020). La danza en el desarrollo de las habilidades motrices básica en edades escolares. *Polo Del Conocimiento: Revista Científico - Profesional*, 5(11), 12–28. <https://doi.org/10.23857/pc.v5i11.1905>
- Perales, C. (2021). Aportaciones sobre el autoconcepto y autoestima. Nunca es tarde para aceptarse. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 399–405. <http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/>
- Pinilla, H., & Cuesta, J. (2022). Bailoterapia como método para combatir el sedentarismo en jóvenes de blanquiazal. *Journal of Economic Perspectives*, 2(1), 1–4. [http://www.ifpri.org/themes/gssp/gssp.htm%0Ahttp://files/171/Cardon - 2008 - Coaching d'equipe.pdf%0Ahttp://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysia-n-palm-oil-industry/%0Ahttps://doi.org/10.1080/23322039.2017](http://www.ifpri.org/themes/gssp/gssp.htm%0Ahttp://files/171/Cardon%202008%20Coaching%20d%27equipe.pdf%0Ahttp://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysia-n-palm-oil-industry/%0Ahttps://doi.org/10.1080/23322039.2017)
- Prado, J., Gonzalez, Y., & Prado, E. (2017). Un enfoque teórico práctico contemporáneo de la lateralidad en edades tempranas y escolares. *Olimpia: Publicación Científica de La Facultad de Cultura Física de La Universidad de Granma*, 14(45), 113–127. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210525>
- Prieto, M. (2011). La Percepción Corporal y Espacial. *Innovación y Experiencias*, 38, 1–8. [https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_38/MIGUEL\\_ANGEL\\_PRIETO\\_BASCON\\_01.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_38/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf)
- Pulido, F. (2015). Motivación y autoconfianza en deportistas. *Deportistas y Bienestar*, 38, 1–33.



- Quirós, C., & Valverde, D. (2024). La danza y la alternativa del movimiento en el cuerpo con limitaciones en la salud. *Revista Terapeutica Ciencia Tecnologia y Arte*, 18(2), 111–114. <https://revistaterapeutica.net/index.php/RT/article/view/200/458>
- Quispe, M. K. del R. (2021). *La danza en la autorregulación de emociones en estudiantes de quinto grado de primaria en una I.E Pública de Lima Metropolitana* [Pontificia Universidad Católica Del Perú]. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/20156>
- Ramos-Galarza, C. (2021). Editorial: Diseños de investigación experimental. *CienciAmérica*, 10(1), 1–7. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33210/ca.v10i1.356>
- Rashta, V. (2022). *Juegos recreativos y el desarrollo de la autoestima en estudiantes de la I.E Gabino Uribe Antúnez- Aija* [Universidad Cesar Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/83118/Rashta\\_VEA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/83118/Rashta_VEA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Redondo, C. (2011). Coordinación Y Equilibrio: Base Para La Educación Física En Primaria. *Accelerating the World's Research.*, 37, 1–11. [https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_37/CRISTINA\\_REDONDO\\_1.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_37/CRISTINA_REDONDO_1.pdf)
- Rekalde, I., Vizcarra, M., & Macazaga, A. (2017). La Observación Como Estrategia De Investigación Para Construir Contextos De Aprendizaje Y Fomentar Procesos Participativos. *Educacion XXI*, 17(1), 201–220. <https://doi.org/10.5944/educxx1.17.1.1074>
- Roca, A., & García, J. (2024). Impacto de la Danza en el Bienestar Emocional: una Revisión Sistemática. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 17(1), 19–30. <https://doi.org/10.24310/escpsi.17.1.2024.17027>
- Rodríguez, C., Fuentes, G., & Fuentes, G. (2021). Autoestima en Niños, Niñas y



- Adolescentes chilenos: análisis con árboles de clasificación. *Revista Reflexiones*, 100(1), 1–18. <https://doi.org/10.15517/rr.v100i1.43342>
- Rodríguez, K., Rodríguez, I., Rojas, L., López, Y., Sacerio, I., & Triana, I. (2021). Beneficios de la bailoterapia en mujeres con sobrepeso y obesas. *Rev. Finlay*, 11(2), 143–151. <http://scielo.sld.cu/pdf/rr/v11n2/2221-2434-rr-11-02-143.pdf>
- Rojas, V., & Pilco, G. (2023). Autoestima y Habilidades Sociales en Adolescentes. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 3823–3833. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.529>
- Salazar, M., & Herrera, M. (2007). La representación social de los valores en el ámbito educativo. *Investigación y Postgrado*, 22(1), 261–305. <http://revistas.upel.edu.ve/index.php/revinpost/article/view/629>
- Santos, L. (2018). *La autoestima* [Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/22594>
- Sebiani, L. (2005). Uso de la danza-terapia en la adaptación psicológica a enfermedades crónicas. (Cáncer, Fibrosis, SIDA). *Reflexiones*, 84(1), 49–56. <https://www.redalyc.org/pdf/729/72920801005.pdf>
- Simanca, B. (2019). *Análisis de la autoestima y sus dimensiones en estudiantes de segundo grado de Básica Primaria de la I.E.D. Colegio Carlos Pizarro Leongómez* [Universidad Antonio Nariño Notas]. <https://repositorio.uan.edu.co/server/api/core/bitstreams/41b66bd8-f69b-4c28-b364-8064b078ad82/content>
- Simba, M. (2024). La danza como estrategia para desarrollar las habilidades motrices básicas en edades formativas. *MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 3(9), 986–1000. <https://doi.org/10.56200/mried.v3i9.8398>
- Simkin, H., & Becerra, G. (2013). El proceso de socialización. Apuntes para su



- exploración en el campo psicosocial. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, 14(47), 119–142. <https://www.redalyc.org/pdf/145/14529884005.pdf>
- Stover, J. (2019). Rasgos de personalidad disfuncional en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Psicodebate*, 19(2), 54–68. <https://doi.org/10.18682/pd.v19i2.921>
- Torres, A. (2021). *La práctica del valor del respeto en la convivencia escolar en modalidad virtual - Estudio en el 3er grado de primaria de una institución educativa pública de Lima TESIS*. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Uranga, M., Rentería, D., & González, G. (2016). La práctica del valor del respeto en un grupo de quinto grado de educación primaria. *Ra Ximhai*, 12(6), 187–204. <https://www.redalyc.org/pdf/461/46148194012.pdf>
- Valdés, Y., Bosque, J., Estradé, J. F., Guerra, D., & Rodríguez, C. (2021). La interdisciplinariedad en la formación del Licenciado en Cultura Física: su historia y tendencias. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología En La Cultura Física*, 16(1), 291–307. <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n1/1996-2452-rpp-16-01-291.pdf>
- Valdiviezo-Oña, J., & Montesano, A. (2024). Monitorización de Resultados en Psicoterapia: Estado Actual y Perspectivas Futuras en Iberoamérica. *Revista de Psicoterapia*, 35(127), 39–52. <https://doi.org/10.5944/rdp.v35i127.39762>
- Vásquez, M. (2018). Nivel de la autoestima en estudiantes de 5 años del PRONOEI “Talleres Kukulí”, San Juan de Lurigancho, 2014 [Universidad Cesar Vallejo]. In *Repositorio Universidad Cesar Vallejo*. [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22340/montenegro\\_rs.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22340/montenegro_rs.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Velázquez, N., Villa, F., Elizalde, L., Pérez, N., Ruiz, A., & Castillo, R. (2024). Autoestima en Niñas, Niños y Adolescentes que Viven en una Institución del Gobierno de México. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1),



4168–4176. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i1.9762](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.9762)

- Vidal, V., & Aguirre, F. (2024). La psicomotricidad gruesa y su impacto en el desarrollo de la infancia escolar. *Revista de Climatología*, 24, 90–99. <https://doi.org/10.59427/rcli/2024/v24cs.90-99>
- Vilchez, N., Sandoval, A., Chacana, H., Fuentes, C., Yañez, S., Gálvez, C., & Poblete, C. (2021). Efecto de la danza en la mejora de la autoestima y el autoconcepto en niños, niñas y adolescentes: Una revisión. *Retos*, 40, 385–392. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7706236>
- Villafuerte, Z. (2022). *La danza y el desempeño académico en los estudiantes de primer grado de la I.E. nuestra señora de Belén del distrito y provincia Calca en el departamento del cusco – 2018* [Universidad Nacional Del Altiplano]. [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza\\_Mamani\\_Joel\\_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza_Mamani_Joel_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Villar, G. (2021). *La marinera limeña en la importancia de la autoestima de los estudiantes del sexto grado de primaria de la I. E. P. Mixta Santísimo Jesús Salvador de Pachacamac, 2020* [Escuela Superior de Folklore]. <https://repositorio.escuelafolklore.edu.pe/items/085279b8-e636-49f4-a39b-80d2376d9ac1>
- Zambrano, F. (2023). Influencia de la bailo actividad como método antidepresivo en los adolescentes. *MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 2(6), 1135–1159. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i6.6588>

## ANEXOS

ANEXO 1. Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Metodología
<p><b>General</b> ¿Cuál es el nivel de eficacia de la danza terapia como el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023?</p> <p><b>Específicas</b> ¿Cuál es el nivel de eficacia de la danza terapia como el fortalecimiento de la autoestima corporal de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023?</p>	<p><b>General</b> Determinar el nivel de eficacia de la danza terapia como el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.</p> <p><b>Específicas</b> Establecer el nivel de eficacia de la danza terapia como el fortalecimiento de la autoestima corporal de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023. Comprobar el nivel de eficacia de la danza terapia como el fortalecimiento de la autoestima académica de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024</p>	<p><b>General</b> Danza terapia como estrategia es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.</p> <p><b>Específicas</b> Danza terapia como estrategia es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima corporal de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023. La danza terapia como estrategia es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima académica de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023. La danza terapia como estrategia es eficaz en el</p>	<p><b>Independiente</b> Danza terapia</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contenidos motrices.</li> <li>• Contenidos no motrices.</li> </ul> <p><b>Dependiente</b> Autoestima</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Corporal.</li> <li>• Académica.</li> <li>• Socioafectivo.</li> <li>• Familiar.</li> </ul>	<p><b>Enfoque</b> Cuantitativo</p> <p><b>Tipo</b> Experimental</p> <p><b>Diseño</b> Cuasiexperimental</p> <p><b>Grupos de Investigación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Control</li> <li>• Experimental</li> </ul> <p><b>Técnica</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumento</b> Cuestionario “EDINA” Autor: Mérida et al. (2015)</p> <p><b>Población</b> Conformada por los 114 estudiantes de las cuatro secciones del sexto grado de educación primaria.</p> <p><b>Muestra</b> Determinada de forma no probabilística y compuesta por: Sección A: 28 estudiantes. (control) Sección B: 28 estudiantes.</p>

<p>“Laykakota”, Puno – 2023? ¿Cuál es el nivel de eficacia de la danza terapia como el fortalecimiento de la autoestima socioafectiva de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023? ¿Cuál es el nivel de eficacia de la danza terapia como el fortalecimiento de la autoestima familiar de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023?</p>	<p>“Laykakota”, Puno – 2023. Identificar el nivel de eficacia de la danza terapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima socioafectiva de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023. Establecer el nivel de eficacia de la danza terapia como estrategia en el fortalecimiento de la autoestima familiar de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.</p>	<p>fortalecimiento de la autoestima socioafectiva de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023. La danza terapia como estrategia es eficaz en el fortalecimiento de la autoestima familiar de los estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa Primaria N°70024 “Laykakota”, Puno – 2023.</p>	<p>(<i>experimental</i>)</p>
---	--	--	------------------------------

## ANEXO 2. Instrumento de investigación

### Cuestionario “EDINA”

Autor: Mérida et al. (2015)

Ítem	Descripción	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo Totalmente de acuerdo
1	Me gusta mi cuerpo				
2	Soy un niño o una niña importante				
3	Mi maestro o maestra dice que trabajo bien				
4	Lo paso bien con otros niños y niñas				
5	Mi familia me quiere mucho				
6	Corro mucho				
7	Los otros niños y niñas se ríen de mí				
8	Me porto mal en casa				
9	Tengo muchos amigos y amigas				
10	Juego mucho en casa				
11	Siempre entiendo lo que el maestro o la maestra me piden que haga				
12	Me enfado con otros niños y niñas				
13	Me gusta ir al colegio				
14	Los otros niños y niñas no quieren jugar conmigo en el recreo				
15	Hablo mucho con mi familia				
16	Soy un niño limpio o una niña limpia				
17	En casa estoy muy contento o contenta				
18	Me gustan las tareas del colegio				

Dimensión	Muy Baja	Baja	Moderada	Alta	Muy Alta
Corporal	0–2	3–4	5–7	8–10	11–12
Académica	0–3	4–6	7–10	11–13	14–16
Socioafectiva	0–4	5–9	10–15	16–20	21–24
Familiar	0–3	4–7	8–12	13–16	17–20
Autoestima	0–14	15–28	29–43	44–57	58–72



### ANEXO 3. Solicitud de autorización para realizar la investigación

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Sumilla: Solicito ejecutar proyecto de investigación

SEÑOR DIRECTOR DE LA IEP N°70024 "LAYKAKOTA" - PUNO

PROF. MOISÉS CHOQUE ALÉJO



Yo, ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA identificado con DNI N°75178743, con domicilio en Jirón Salaverry N°325, de la ciudad de Puno, provincia de Puno, región de Puno, me presento para exponer lo siguiente:

Mi persona es estudiante de la Escuela Profesional de Educación Física, Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional del Altiplano, realice la presentación del proyecto de investigación denominado "LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA N°70024 LAYKAKOTA, PUNO - 2023, solicito a su digna persona autorizar y brindar las facilidades para la ejecución del estudio de investigación que estoy realizando.

Por lo expuesto:

Ruego a usted acceder a mi solicitud

Puno, 25 de octubre del 2023.



## ANEXO 4. Constancia de ejecución



### CONSTANCIA

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA N° 70024 DE LAYKAKOTA DE LA CIUDAD DE PUNO, QUE SUSCRIBE:

#### HACE CONSTAR:

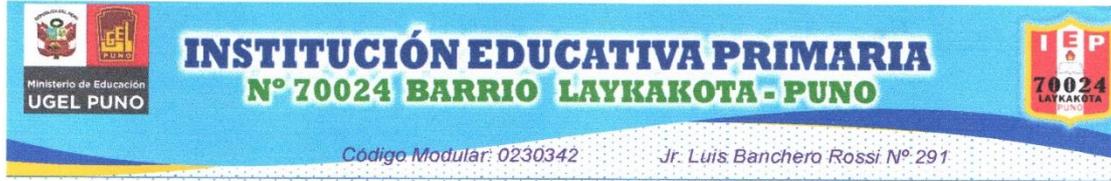
Que, la señorita **LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI** egresada de la Escuela Profesional de Educación Física, Facultad de Ciencias de Educación, de la Universidad Nacional del Altiplano; ejecutó con éxito el Proyecto de Investigación denominado **“LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA N°70024 LAYKAKOTA, PUNO – 2023”**, el que fue ejecutado desde el 20 de julio al 10 de noviembre del 2023.

Se expide el presente documento a solicitud del interesado dejando constancia de la veracidad de lo descrito en este documento, para los fines que sean necesarios.

Puno, 05 de diciembre del 2023.



Msc. VIDAL MOISES CHOQUE ALEJO  
DIRECTOR- IEP N°70024  
LAYKAKOTA



## CONSTANCIA

EL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA N° 70024 DE LAYKAKOTA DE LA CIUDAD DE PUNO, QUE SUSCRIBE:

### HACE CONSTAR:

Que, el señor **ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA** egresado de la Escuela Profesional de Educación Física, Facultad de Ciencias de Educación, de la Universidad Nacional del Altiplano; ejecutó con éxito el Proyecto de Investigación denominado **“LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA N°70024 LAYKAKOTA, PUNO – 2023”**, el que fue ejecutado desde el 20 de julio al 10 de noviembre del 2023.

Se expide el presente documento a solicitud del interesado dejando constancia de la veracidad de lo descrito en este documento, para los fines que sean necesarios.

Puno, 05 de diciembre del 2023.

  
Msc. VIDAL MOISÉS CHOQUE ALEJO  
DIRECTOR- IEP N°70024  
LAYKAKOTA



## ANEXO 5. Resultados de investigación del grupo experimental

### Prueba de entrada grupo experimental

i1	i6	i16	i3	i13	i18	i11	i2	i4	i9	i14	i7	i12	i5	i10	i15	i8	i17
2	2	2	2	0	2	3	2	0	2	3	0	3	0	2	2	2	0
4	3	3	2	2	1	3	3	2	0	2	0	0	2	2	3	2	2
2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
2	2	2	0	4	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	2	2	2	2	1	2	1	2	0	0	3	2	0	2	2
1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3
3	4	3	3	2	0	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2
2	1	0	3	1	3	2	2	3	0	3	1	3	2	3	2	3	0
2	2	2	3	1	2	2	2	0	0	3	3	2	3	3	3	3	3
0	2	0	3	3	2	0	4	3	2	1	2	2	3	2	3	4	4
2	1	2	2	2	1	2	0	2	2	2	3	2	2	2	1	0	3
3	3	3	0	2	2	3	3	0	3	2	1	4	3	3	2	0	2
2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	0	3	2	2	2	1	1	2
0	3	2	1	2	2	0	3	1	3	2	2	3	1	1	2	2	2
2	3	2	0	0	4	2	2	3	1	1	3	2	2	3	2	3	1
2	0	3	2	3	1	2	1	1	2	3	2	1	4	3	2	3	0
2	0	2	2	3	2	3	0	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1
1	2	4	2	2	3	0	2	3	4	3	2	2	0	4	2	2	3
2	2	2	3	1	2	4	1	4	3	3	2	0	2	1	3	0	3
3	1	2	1	3	3	1	0	2	3	2	2	2	2	0	4	2	2
2	3	2	4	0	3	1	2	2	2	0	2	3	1	2	0	2	3
3	0	3	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	1	2	2
3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	0	0	2	3	2
1	2	2	2	2	0	2	2	3	2	0	3	3	1	3	3	2	2
0	2	0	2	2	2	1	3	1	3	2	4	1	2	0	0	1	3
3	3	1	3	2	0	3	2	3	3	4	2	3	2	2	3	3	1



### Prueba de salida grupo experimental

i1	i6	i16	i3	i13	i18	i11	i2	i4	i9	i14	i7	i12	i5	i10	i15	i8	i17
3	1	4	3	2	3	2	3	4	3	2	4	2	3	2	3	5	5
1	3	3	3	3	1	3	1	3	1	3	3	2	3	3	1	3	4
3	5	3	1	3	5	4	1	5	5	3	2	4	2	1	3	4	4
3	4	1	2	5	3	2	2	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3
3	3	3	2	1	3	3	3	2	2	2	0	3	3	4	4	2	3
3	1	2	3	3	0	5	4	1	3	3	2	3	2	4	3	3	3
3	3	4	4	2	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3
2	3	3	2	4	2	1	3	2	3	1	3	3	3	2	3	4	2
2	2	5	3	2	2	3	3	3	4	3	5	2	2	3	3	2	2
3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	1	2	3
3	4	5	3	3	3	2	0	3	1	3	3	3	3	2	4	3	3
4	3	3	3	0	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	5	3
2	3	3	5	2	2	4	5	3	4	2	5	5	2	5	4	3	3
2	3	2	5	2	5	1	5	2	3	1	2	3	4	3	3	2	1
5	3	1	1	3	4	3	3	3	2	3	3	1	3	5	3	4	3
1	3	3	1	3	2	4	2	3	3	3	3	3	5	4	5	1	2
3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3
3	2	4	3	3	4	3	2	5	2	4	2	3	3	1	3	1	3
4	2	2	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	5	3	1
4	4	3	2	3	3	3	3	0	3	3	3	3	0	2	2	3	3
0	3	2	3	3	3	5	3	2	2	1	4	5	3	3	2	3	2
3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	5	3	3	3	2	3	3	3
2	3	3	3	3	3	0	3	3	0	3	1	0	5	3	3	2	1
5	2	2	4	3	3	2	3	4	5	4	3	1	1	3	2	1	4
3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	5	3	4	3	1	3	3	5
3	5	0	4	5	1	3	4	2	3	2	3	3	3	3	1	3	2



## ANEXO 6. Resultados de investigación del grupo control

### Prueba de entrada grupo control

i1	i6	i16	i3	i13	i18	i11	i2	i4	i9	i14	i7	i12	i5	i10	i15	i8	i17
3	5	3	2	2	2	3	3	4	0	3	2	3	4	3	3	2	3
3	1	3	2	1	2	5	1	3	2	5	2	2	1	1	2	3	5
2	2	2	3	4	4	2	3	1	3	2	2	3	2	3	0	3	3
2	2	4	2	3	2	4	2	0	3	3	3	3	2	2	3	4	3
3	4	2	3	3	3	1	3	2	5	3	2	4	3	1	4	1	4
4	2	2	1	4	2	4	2	2	3	2	1	2	5	2	2	2	1
3	3	2	3	3	5	2	2	2	3	2	2	4	3	3	2	2	3
2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	2	4	3	5	2	2
1	2	1	2	2	2	3	0	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2
3	3	4	4	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	5	2
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3
2	3	2	2	3	1	2	4	5	2	2	3	3	3	4	1	1	2
5	3	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3
1	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	4	2	3
3	2	3	4	5	3	2	2	2	3	4	3	1	3	2	3	3	2
3	3	1	1	2	2	3	2	3	4	2	4	2	1	3	3	3	3
3	3	5	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	4	3	3	2
2	4	3	3	2	3	3	5	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2
2	3	3	5	3	3	3	3	3	1	3	3	5	3	5	3	3	4
3	0	2	3	2	3	3	2	2	4	3	5	2	3	3	2	4	2
4	2	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	0
2	3	3	2	0	0	0	4	3	2	1	4	3	3	3	2	3	3



### Prueba de salida grupo control

i1	i6	i16	i3	i13	i18	i11	i2	i4	i9	i14	i7	i12	i5	i10	i15	i8	i17
1	4	0	4	4	3	5	4	4	0	4	4	5	4	5	4	5	5
5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4
4	5	4	4	4	2	4	5	4	0	5	2	5	5	5	4	4	4
5	5	4	3	4	5	5	4	4	4	5	4	2	2	5	2	0	4
4	4	4	2	3	4	5	2	5	5	5	4	4	5	2	3	4	4
2	0	4	5	4	2	3	2	5	3	4	3	5	0	4	4	4	4
5	5	4	0	5	4	0	4	2	4	0	2	5	5	4	4	2	0
5	2	2	4	0	4	4	5	5	4	5	0	4	3	4	4	5	0
4	0	2	4	4	5	4	4	4	1	4	0	5	4	5	1	4	5
2	5	4	5	5	0	1	5	3	5	4	5	4	5	4	5	4	2
4	4	0	4	5	4	4	4	2	5	2	4	4	5	4	4	4	4
5	3	4	5	2	5	5	1	4	4	0	5	4	4	4	2	1	1
0	4	5	0	4	4	0	5	5	5	4	4	5	4	5	5	3	5
4	4	5	1	2	4	2	0	4	5	4	4	1	5	5	5	5	4
4	4	5	5	0	0	5	4	5	5	1	4	3	0	0	5	0	5
5	1	1	4	5	1	4	4	0	5	4	5	4	4	4	5	4	4
0	4	3	2	5	5	5	0	0	4	5	5	4	4	4	5	5	4
4	5	5	5	4	5	4	4	5	4	3	5	5	4	1	4	4	5
4	4	4	5	1	4	2	5	5	4	4	5	0	1	4	0	4	2
3	2	5	4	4	4	5	3	4	2	5	4	0	2	2	4	5	3
5	5	5	4	4	5	4	5	1	2	5	5	4	5	5	0	2	5
4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	2	1	2	4	0	5	5	5

## ANEXO 7. Sesiones de aprendizaje

	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
--	---	--

### Sesión de aprendizaje N° 01

#### I. TEMA: “EJECUTAR EL PRE TEST EN LOS ESTUDIANTES”

#### II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6to	Duración	45 min

#### III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

#### IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

	COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MÉTODOS Y MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b>	les da la bienvenida y dialogamos con los estudiantes acerca de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.	Mando directo.	20 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b>	El docente rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danza terapia.		
<b>CONFLICTO COGNITIVO</b>	¿qué es el danza? y ¿qué método aplicarías para que puedan realizar fácil el movimiento de las danzas?			
<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b>	Evaluar la parte salud emocional de los estudiante con un cuestionario de ( EDINA)			
<b>DESARROLLO</b>	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular conociendo diferentes danzas de las regiones de nuestro país.	Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	30 min.
<b>CIERRE</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>De pues de conocer la las danzas se reúnen todos los estudiantes y piden las hojas de cuestionario para poder completar.</li> <li>Tienen 20 minutos cada estudiante para responder las preguntas.</li> <li>Devuelven el cuestionario de (EDINA)</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, mediante unas preguntas acerca de sus autoestimas ¿cuáles son sus miedos? ¿en <b>qué</b> aspectos me crítico a mí mismo? ¿me siento cómodo hablando de mis compañeros?</li> </ul>	Asignación de tarea	10 min.
		<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sus comportamientos en su salón en familia y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li><b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li><b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li><b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	Mando directo. 	



**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre tes</li> <li>• Pos tes</li> </ul>

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

\_\_\_\_\_  
Estudiante

\_\_\_\_\_  
Estudiante

\_\_\_\_\_  
Docente Titular I.E.P.



**Sesión de aprendizaje N° 02**

**I. TEMA: “REALIZAMOS EL ESQUEMA CORPORAL MEDIANTE LA DANZATERAPIA”**

**II. DATOS INFORMATIVOS:**

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 ºto	Duración:	45 min

**III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:**

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

**IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:**

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.	Mando directo.	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿qué es el esquema corporal? y ¿Cómo aplicarías movimientos mediante el esquema corporal?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Bailan al ritmo de la música moviendo todo el cuerpo parte inferior y superior.		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b> Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.	Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los niños y niñas realizan el reconocimiento de las partes de su cuerpo, así mismo las partes que SI les gusta de su cuerpo y las partes que NO les gusta de su cuerpo.</li> <li>Mantenemos un círculo cada estudiante realiza un movimiento motriz con partes de su cuerpo cabeza, hombros, cadera y pies etc. Mediante la danza crearemos movimientos estarán en parejas de dos y se tendrá que realizar el movimiento a copiar exactamente lo que hace el compañero de enfrente. Pues bien, le podemos añadir una derivación utilizando realizar unos juegos para trabajar pasos básicos, expresión corporal, es decir, hay que copiar el movimiento de mi compañero y nombrar en voz alta todas las partes que voy tocando. Para añadirle más emoción y movimiento podemos fijar un tiempo récord de un minuto, por ejemplo, para que se diviertan más e intenten hacer los movimientos de la serie fijada muy rápido y así desconcentrar al compañero que nos copia.</li> </ul>	Asignación de tarea  Cronómetro. Silbato. Tablero.	25 min.



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sobre la esguena corporal y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	<p>Mando directo.</p>  <p>Cronómetro. Silbato. Tablero.</p> <p style="text-align: right;">10 min.</p>

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	- Pre Tes - Pos Tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

\_\_\_\_\_  
Estudiante

\_\_\_\_\_  
Estudiante

\_\_\_\_\_  
Docente Titular I.E.P.



Sesión de aprendizaje N° 03

- I. TEMA: “EXPRESAMOS MEDIANTE JUEGOS Y DANZA NUESTRO ESPACIO TEMPORAL, LATERALIDAD”  
II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6to	Duración	45min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> les da la bienvenida y dialogamos con los estudiantes acerca de la danza y respeto en un ambiente saludable y acogedor. <b>SABERES PREVIOS</b> El docente rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danza y respeto. <b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿qué es la danza? ¿Qué danzas conoces? ¿te gusta la danza o no? ¿qué es el respeto? ¿respetas a tus padres, profesores, compañeros? <b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Mejorar su autoestima mediante el juegos y danza	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	10 min.
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b> . Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicaremos el juego y sus variantes</li> <li>se harán cuatro grupos, para que los alumnos puedan estar más activos durante el juego, para dividirlos se podrán en fila, se numerarán del 1 al 4, cada grupo será un número, que se enfrentará al siguiente (grupo 1 al grupo 2 y 3 al 4), de esta manera el profesor se pondrá en medio (es más adecuado que un alumno sea el que sujete los pañuelos para que el maestro pueda estar atento de las dificultades que puedan surgir durante el juego) y dirá un número y tienen que salir los alumnos que posean ese número y coger el pañuelo antes que el otro. en este juego se podrán hacer algunas variantes:               <ol style="list-style-type: none"> <li>se correrá de forma normal hacia el pañuelo.</li> <li>bailando cualquier género.</li> <li>se correrá a pata coja</li> <li>se correrá 4 patas</li> <li>los alumnos se situarán de espaldas al pañuelo.</li> </ol> </li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Pañuelo Parlante	30 min.

	<p><i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b></p>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sus comportamientos en su salón en familia y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	<p>Mando directo.</p> <p>5 min.</p> <p>Cronómetro. Silbato. Tablero.</p>

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre tes</li> <li>• Pos tes</li> </ul>

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: auto;"/> <p>Estudiante</p>
---

<hr style="width: 80%; margin: auto;"/> <p>Estudiante</p>
---

<hr style="width: 80%; margin: auto;"/> <p>Docente Titular I.E.P.</p>
---



Sesión de aprendizaje N° 04

I. TEMA: “FORTALECIENDO SUS MOVIMIENTOS CON LAS DANZAS TÍPICAS DE NUESTRA COSTA, SIERRA Y SELVA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 ºto	Duración:	45 min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

	COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b>	Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.		10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b>	Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b>	¿Cuáles son las danzas típicas de nuestras regiones? ¿Qué movimientos aplicarías?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b>	Conocemos mediante la danza las distintas regiones de nuestro país		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los niños y niñas realizan movimientos de las danzas típicas de nuestras regiones de nuestro país de la costa, sierra y selva. Utilizando la coordinación y su equilibrio en los movimientos de nuestras danzas.</li> <li>Danza HUAYLAS, realizaremos pasos hacia adelante y atrás de igual manera pasos laterales dar aplausos hacia arriba y hacia abajo cantado.</li> <li>Danza MARINERA realizaremos pasos de marcha, saltos de un pie viceversa, laterales levantando las mano derecha e izquierda dar aplausos y adelante y hacia atrás.</li> <li>Danza AMAZONAS realizaremos saltos de un pie y viceversa saltos laterales., coordinar los aplausos mediante una canción.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Parlante.	25 min.	



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sobre nuestras danzas de las regiones de nuestro país y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 Cronómetro. Silbato. Tablero.
		10 min.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	- Pre Tes - Pos Tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Docente Titular I.E.P.
--



**Sesión de aprendizaje N°05**

**I. TEMA: “EJECUTAMOS LA DANSA TERAPIA EDIANTE JUEGOS DE TRENCITO”**

**II. DATOS INFORMATIVOS:**

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Área	EDUCACIÓN FÍSICA		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPE		
Alumno practicante	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado y sección	6 to "A"	Duración	45 m

**III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:**

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.  Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	

**IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:**

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> El docente les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la música en un ambiente saludable y acogedor.		20 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> El docente rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danza..		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿Qué juegos conoces ? y ¿Qué músicas te gusta ?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Mejorar la confianza mediante los juegos		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b> Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicamos el tema de la sesión</li> <li>Todos los estudiantes se reúnen en círculo.</li> <li>El profesor hace la demostración poniendo una música de reguetón.</li> <li>Luego los alumnos realizan los pasos con la guía del profesor al ritmo de la música</li> <li>Finalmente, todos los alumnos bailan con los pasos que aprendieron.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	50 min.



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sobre el sistema tácticos de juego de Basquetbol y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 Cronómetro. Silbato. Tablero.
		10 min.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	Pre tes Pos tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

\_\_\_\_\_  
Profesor Practicante

\_\_\_\_\_  
Profesor Practicante

\_\_\_\_\_  
Docente Titular I.E.P.



Sesión de aprendizaje N° 06

I. TEMA: “RESOLVEMOS NUESTROS PROBLEMAS ATRAVEZ DE LA DANZATERAPIA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 "to "	Duración:	45 min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.	 <small>Referenciado en ZARATE</small>	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿qué es el trabajo en equipo? ¿qué movimientos aplicarías?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Trabajo en grupo creando pasos al ritmo de la música.		
<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.	Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	25 min.
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se realizarán con todos los niños y niñas un círculo donde todos deberán salir al frente a enseñar su ejercicio y los demás tendremos que realizar el ejercicio y así con todos los niños haciendo distintos movimientos corporales, seguidamente se formará grupos de 6 incluyendo 3 niños y 3 niñas en cada equipo crearán sus propios movimientos corporales para que los 6 integrantes tendrán que hacer los mismos pasos si equivocación.</li> <li>Cada equipo realizara sus ejercicios creados con la música a elección.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Parlante.	



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sobre que les pareció el trabajo en equipo analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 Cronómetro. Silbato. Tablero.
		10 min.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	- Pre Tes - Pos Tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Docente Titular I.E.P.
--



Sesión de aprendizaje N° 07

I. TEMA: “DANZATERAPIA EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 <sup>to</sup>	Duración:	45 min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

	COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b>	Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.		10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b>	Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b>	¿Cuáles son las habilidades sociales? ¿qué expresión reconoces?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b>	Expresamos los valores y emociones mediante gestos a través de las danzas.		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los niños y niñas logran conductas adaptadas de interacción entre ellos.</li> <li>Identificar conductas asertivas.</li> <li>Se muestran imágenes de personas en situaciones de interacción social: Saludando, despidiéndose, agradeciendo, suplicando, peleando, gritando, riendo y se les pide que identifiquen que conducta se está dando en la imagen presentada.</li> <li>Juego de Roles: Se pide a los niños y niñas que se coloquen de a dos, se le reparte imágenes a una de las participantes, ella debe representar la emoción de la situación de la figura, la otra participante debe nombrar esa emoción, las demás participantes pueden colaborar ayudando a identificar de que se trata la actuación.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Hoja. Lapicero Parlante.	25 min.	



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan que tan importantes es tener valores y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 Cronómetro. Silbato. Tablero.
		10 min.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia.	- Pre Tes - Pos Tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Docente Titular I.E.P.
--



Sesión de aprendizaje N° 08

I. TEMA: “FOMENTAR UNA MAYOR AUTONOMÍA PERSONAL E INCREMENTAR SU AUTOESTIMA CON LA MÚSICA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 to	Duración	45min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<p><b>CAPACIDADES</b></p> <p>- Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.</p> <p>- Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida</p>	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> les da la bienvenida y dialogamos con los estudiantes acerca de la autoestima en un ambiente saludable y acogedor.	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> El docente rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la música y la autoestima.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿cómo crees que te ven tus compañeros?, ¿qué cosas valoras de tí? ¿en qué creo que debería cambiar?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Mejorar su autoestima mediante la música		
<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	. Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicaremos sobre la sesión</li> <li>posteriormente se realizan tres canciones con ejercicios rápidos, en ritmos de baile: reggaetón, salsa, disco, cumbia o merengue. coordinando extremidades superiores con inferiores y movimientos de cintura, cadera y cabeza luego se realiza una canción con ritmo acelerado para realizar golpes de boxeo con brazos y patadas alternadas adelante, atrás y laterales.</li> <li>Luego inventan paso un paso cada estudiante En seguida todos los estudiantes repiten los pasos</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> finalmente se realiza una canción el ritmo de balada para realizar estiramientos, se elongan las partes del cuerpo trabajadas, se realizan ejercicios de respiración, para bajar las pulsaciones que han sido elevadas</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Pañuelo9 Parlante	30 min.



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sus comportamientos en su salón en familia y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 5 min.  Cronómetro. Silbato. Tablero.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre tes</li> <li>• Pos tes</li> </ul>

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> <p>Estudiante</p>
---

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> <p>Estudiante</p>
---

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> <p>Docente Titular I.E.P.</p>
---



Sesión de aprendizaje N° 09

I. TEMA: “AL RITMO DE LA ZUMBA DESARROLLAMOS LA DANZATERAPIA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 <sup>to</sup>	Duración:	45 min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

	COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b>	Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b>	Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b>	¿Qué músicas conocen? ¿qué es la zumba?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b>	Realizamos movimientos laterales frontales elevaciones etc. a través de la zumba.		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se entregarán unas fotocopias en las que aparecerán los pasos básicos de zumba con una fotografía de su ejecución, y los practicaremos uno por uno todos los alumnos al mismo tiempo. Realizamos 3 minutos cada ejercicio con base musical de fondo, de lento y rápido.</li> <li>se realizarán ejercicios al ritmo de música merengue, samba, reggaetón, cumbia y salsa.</li> <li>Bailaremos a ritmo de la danza zumba ya ejecutando los pasos, todos los estudiantes estarán en filas individualmente luego en grupos de dos, tres, cuatro y así sucesivamente.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Hoja. Lapicero Parlante.	25 min.	



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan que es beneficioso la danza y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	<p>Cronómetro. Silbato. Tablero.</p>
		10 min.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia.	- Pre Tes - Pos Tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> <p>Estudiante</p>
---

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> <p>Estudiante</p>
---

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> <p>Docente Titular I.E.P.</p>
---



Sesión de aprendizaje N° 10

I. TEMA: “MEJORAMOS MOVIMIENTOS, COORDINANDO MIEMBROS SUPERIORES, INFERIORES A TRAVÉS DE LA MÚSICA TRADICIONAL”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 to	Duración	45min”

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> les da la bienvenida y dialogamos con los estudiantes acerca del equilibrio en un ambiente saludable y acogedor.	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> El docente rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la música y la autoestima.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿Cómo muevo mi cuerpo para bailar? ¿demuéstralo?, ¿qué géneros les gusta?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Realizar movimientos coordinando miembros superiores, inferiores, cadera y cintura, balanceando el peso del cuerpo para mantener equilibrio.		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b> . Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicaremos sobre la sesión y preparamos la música de costa, sierra, selva.</li> <li>En seguida se pondrán con ambas piernas separadas, las rodillas ligeramente flexionadas, las caderas van de un lado a otro en un movimiento circular al ritmo de la música.</li> <li>Poner los brazos con las palmas hacia afuera en el centro del pecho, haciendo casi que cada mano quede con uno de los pechos. A partir de allí mover las manos rápidamente hacia adelante y hacia atrás en el sitio al ritmo de la música.</li> <li>Caminata lenta en círculo alrededor del propio sitio al ritmo de la música.</li> <li>Este paso se ejecuta dando un paso hacia atrás en el primer tiempo y un paso en sitio en el segundo tiempo al ritmo de la música.</li> <li>Paso lateral: un paso hacia la izquierda o derecha con un pie y arrastrando el otro pie hacia la misma dirección al ritmo de la música.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> finalmente se realiza una canción el ritmo de tunantada para realizar estiramientos, se elongan las partes del cuerpo trabajadas, se realizan ejercicios de respiración, para bajar las pulsaciones que han sido elevadas</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Pañuelo Parlante	30 min.



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sus comportamientos en su salón en familia y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 5 min.  Cronómetro. Silbato. Tablero.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre tes</li> <li>• Pos tes</li> </ul>

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

---

Estudiante

---

Estudiante

---

Docente Titular I.E.P.



Sesión de aprendizaje N° 11

I. TEMA: “EXPRESION CORPORAL EN LA DANZATERAPIA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 <sup>to</sup>	Duración:	45 min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

	COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b>	Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b>	Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b>	¿Qué es la expresión corporal? ¿para qué sirve?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b>	Realizamos la expresión corporal a través de la danza terapia.		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>se adivina ¿qué me pasa? por parejas, uno enfrente del otro. un miembro de la pareja deberá representar la emoción o sentimiento de la careta que les muestre el compañero, para que el otro miembro de la pareja adivine de que emoción se trata. para ello los alumnos se dispondrán en dos filas, de tal forma que los alumnos que van a representar vean la careta al mismo tiempo. - representación de la canción motriz “el campanero”, con diferentes estados de ánimo; normal, contentos, tristes, enfadados, nerviosos, asustados, etc.</li> <li>Los estudiantes muestran ejercicios mediante la música.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Hoja. Lapicero Parlante.	25 min.	



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan que es beneficioso de la expresión corporal y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 Cronómetro. Silbato. Tablero.
		10 min.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia.	- Pre Tes - Pos Tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Docente Titular I.E.P.
--



Sesión de aprendizaje N° 12

I. TEMA: “SOCIABILIZAMOS CON NUESTROS COMPAÑEROS MEDIANTE LA DANZA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 to	Duración	45min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de socialización en un ambiente saludable y acogedor.		10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿Cómo se llevan con sus compañeros? ¿son amigos o no? ¿quieren tener amigos?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Sociabilizar con su compañero mediante la música.		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b> . Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicaremos sobre la sesión y preparamos la música de costa, sierra, selva.</li> <li>Primera Parte: Se acomodan las parejas de cinco frente a frente Se colocan ambas manos a la cintura y se mueven en forma circular al ritmo de la música.</li> <li>Se eleva el brazo derecho sosteniendo el pañuelo y se realizan movimientos circulares.</li> <li>Se realizan movimientos de escobillado con los pies hacia adelante y atrás alternando derecha e izquierda.</li> <li>Por ulmo inventan en grupo pasos de al ritmo de la danza tinkus.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> finalmente se realiza una canción el ritmo de tunantada para realizar estiramientos, se elongan las partes del cuerpo trabajadas, se realizan ejercicios de respiración, para bajar las pulsaciones que han sido elevadas</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Pañuelo Parlante	30 min.



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sus comportamientos en su salón en familia y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 5 min.  Cronómetro. Silbato. Tablero.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre tes</li> <li>• Pos tes</li> </ul>

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

\_\_\_\_\_  
Estudiante

\_\_\_\_\_  
Estudiante

\_\_\_\_\_  
Docente Titular I.E.P.



Sesión de aprendizaje N° 13

I. TEMA: “DANZATERAPIA RECONOCIENDO LA LATERALIDAD”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. N° 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 <sup>to</sup>	Duración:	45 min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿Qué es lateralidad? ¿para qué sirve?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Conocen su lateralidad mediante la música .		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b> Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cada alumno con un aro en el suelo y se dará las instrucciones: PRIMERO</li> <li>Introduce el pie izquierdo o derecho o tal vez los dos al aro.</li> <li>Salto ala derecha o izquierda del aro.</li> <li>Colgarse el aro al hombro derecho e izquierdo</li> <li>Colgarse el aro ala mano derecha o izquierda,</li> <li>SEGUNDO</li> <li>Los estudiantes realizan los mismos movimientos laterales al ritmo de la música muestran ejercicio con apoyo del aro.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Hoja. Lapicero Parlante.	25 min.

	<p><i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b></p>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan que tan importante es la lateralidad y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	<p>Cronómetro. Silbato. Tablero.</p>
		10 min.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia.	- Pre Tes - Pos Tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 50%; margin: 0 auto;"/> <p>Estudiante</p>
---

<hr style="width: 50%; margin: 0 auto;"/> <p>Estudiante</p>
---

<hr style="width: 50%; margin: 0 auto;"/> <p>Docente Titular I.E.P.</p>
---



Sesión de aprendizaje N° 14

I. TEMA: “SOCIABILIZAMOS CON NUESTROS COMPAÑEROS MEDIANTE LA MUSICA”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPÉ		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPÉ HUACANTARA		
Grado:	6 to	Duración	45min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEM PO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de socialización y creatividad en un ambiente saludable y acogedor.		10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danza terapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿Qué te gustaría bailar? ¿te gustaría inventar nuevos pasos? ¿tienes amigos con quien bailar?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Insintivar la creatividad e interacción interpersonal. realizando movimientos de baile acompañados por la música para dar movimiento al cuerpo y fomentar la interacción entre los pacientes		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b> Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicaremos sobre la sesión y preparamos la música de costa, sierra, selva.</li> <li>realizaremos los movimientos durante 20 minutos bailando al ritmo de la música, en base a una coreografía sencilla, con pasos fácilmente inventados por las estudiantes, movimientos sencillos como ser: chachachá, mambos laterales, mambo adelante y atrás, movimientos de cadera, elevación y movimientos laterales de brazos, se mueven los hombros alternadamente.</li> <li>En seguida el profesor hace una muestra de juego con el ritmo de una música</li> <li>Luego los alumnos realizan el juego.</li> <li>En grupo de 5 los estudiantes inventan un juego al ritmo de una música que más les gusta.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> finalmente se realiza una canción el ritmo de una balada para realizar estiramientos, se elongan las partes del cuerpo trabajadas, se realizan ejercicios de respiración, para bajar las pulsaciones que han sido elevadas</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Pañuelo Parlante conos	30 min.

	<p><i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</p>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sus comportamientos en su salón en familia y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	<div style="text-align: center;"> </div> <p style="text-align: center;">5 min.</p> <p>Cronómetro. Silbato. Tablero.</p>

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre tes</li> <li>• Pos tes</li> </ul>

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

---

Estudiante

---

Estudiante

---

Docente Titular I.E.P.



**Sesión de aprendizaje N° 15**

**I. TEMA: “FORTALECE LA AUTOESTIMA MEDIANTE LA MUSICA”**

**II. DATOS INFORMATIVOS:**

Institución educativa	I.E.P. N° 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6°to	Duración:	45 min

**III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:**

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

**IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:**

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿Qué es la autoestima? ¿para qué sirve?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Fortalecer cantando nuestra autoestima		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b> Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los estudiantes saldrán al frente, cada uno indicara que cualidades positivas, pero también debilidades, tengan:</li> <li>Dado que los niños y niñas ya saben sus virtudes y defectos, a través de la ficha de trabajo “Yo puedo”, se busca que ellos y ellas son capaces de aprender y realizar todo aquello que se propongan dibujando así mismo en una hoja, donde describan qué aprecian y valoran de sí mismos, así como de las personas y lo que les rodea. La carta deberá tener la siguiente estructura:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hola, yo soy _____</li> <li>- Lo que aprecio y valoro de mí es _____</li> <li>- Lo que aprecio y valoro de lo que me rodea es _____</li> </ul> </li> <li>Todos los alumnos aprendan esta canción canción CREO EN MI y cantemos todos en voz alta haciendo palmas.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Hoja. Lapicero Parlante.	25 min.



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan que tan importante es la autoestima y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 Cronómetro. Silbato. Tablero.
		10 min.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia.	- Pre Tes - Pos Tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Docente Titular I.E.P.
--



Sesión de aprendizaje N° 16

I. TEMA: “DANZAMOS EN FORMA LIBRE EL ‘PATIO DE LA ESCUELA’”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 to	Duración	45min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de socialización y creatividad en un ambiente saludable y acogedor.	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danza terapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿Qué te gustaría bailar? ¿te gustaría inventar nuevos pasos? ¿Qué genero de música te gusta?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> crear secuencias de movimientos a partir de las sensaciones que les genera la música; expresándose corporalmente en una danza		
<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicaremos sobre la sesión y preparamos la música de costa, sierra, selva.</li> <li>Iniciamos Colocando una música costa sierra y selva.</li> <li>Los niños/as la escuchan y se desplazan por la cancha realizando movimientos de acuerdo a sus sensaciones.</li> <li>Preguntamos de manera individual, ¿Qué sentiste con esta música? (Esta pregunta se realiza luego de cada música a diferentes niños/as).</li> <li>Luego escuchan una música de estilo suave, sonidos de agua o viento, los niños/as se desplazan y realizan otros movimientos de acuerdo a la música.</li> <li>Continuamos colocando otro tipo de música, y preguntamos lo que sienten, es importante que la música que se elija sea contrastante, de manera que los niños/a experimenten emociones y sensaciones corporales diferentes)</li> <li>Mientras los niños/as crean diferentes movimientos, de acuerdo a las emociones que les genera la música, el profesor observa su capacidad para expresar corporalmente sus sensaciones.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> finalmente se realiza una canción el ritmo de una balada para realizar estiramientos, se elongan las partes del cuerpo trabajadas, se realizan ejercicios de respiración, para bajar las pulsaciones que han sido elevadas</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Pañuelo Parlante conos	30 min.

	<p><i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i></p> <p><b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b></p>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sus comportamientos en su salón en familia y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	<div style="text-align: center;"> </div> <p style="text-align: right;">5 min.</p> <p>Cronómetro. Silbato. Tablero.</p>

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre tes</li> <li>• Pos tes</li> </ul>

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

---

Estudiante

---

Estudiante

---

Docente Titular I.E.P.



Sesión de aprendizaje N° 17

I. TEMA: “ REALIZAMOS MOVIMIENTOS CREATIVOS”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. N° 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6°to	Duración:	45 min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿Qué es el ritmo? ¿para qué sirve?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> reforzar la creatividad mediante la música		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b> Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se inicia la sesión con una canción a ritmo de balada para entrada en calor se hacen ejercicios de inhalación y exhalación, estiramientos, luego se va subiendo poco a poco la intensidad de los movimientos.</li> <li>Se Baila al ritmo de la música, en base a una coreografía sencilla, con pasos fácilmente copiados por las estudiantes, movimientos sencillos como ser:</li> <li>chachachá mambos laterales, mambo adelante y atrás, movimientos de cadera, elevación y movimientos laterales de brazos, se mueven los hombros alternadamente y luego simultáneamente. Se forman rondas dentro la sala, se incorporan movimientos de karate, patadas y puños alternados, se introduce el ritmo de la cueca para lo cual se colocan de a dos. los últimos</li> <li>Terminar con una canción ritmo de balada para la relajación con ejercicios creados por cada estudiante.</li> <li>al final cada estudiante crea un paso al ritmo del música de chachacha</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Hoja. Lapicero Parlante.	25 min.



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan que tan importante es el movimiento de nuestro cuerpo y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 Cronómetro. Silbato. Tablero.
		10 min.

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia.	- Pre Tes - Pos Tes

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Docente Titular I.E.P.
--



Sesión de aprendizaje N° 18

I. TEMA: “APRENDEMOS A GANAR CONFIESA PARA BAILAR”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 to	Duración	45min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b> Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de socialización y el miedo en un ambiente saludable y acogedor.	 <small>Internet - GIMDOR</small>	10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b> Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b> ¿Qué te gustaría bailar? ¿te gustaría no tener miedo? ¿Qué te da miedo en esta vida?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b> Perder el miedo frente a sus compañeros		
<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.	Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicaremos sobre la sesión y preparamos la música de selva.</li> <li>El docente inicia mostrando pasos laterales frontales elevación de rodilla etc. Al ritmo de la música de selva</li> <li>Los alumnos observan con atención los pasos.</li> <li>En seguida realizan los pasos en círculo al ritmo de la música selva.</li> <li>Continuando cada alumno deberá mostrar los pasos aprendidos, perdiendo el miedo y mostrando su talento de baile.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> finalmente se realiza una canción el ritmo de una balada para realizar estiramientos, se elongan las partes del cuerpo trabajadas, se realizan ejercicios de respiración, para bajar las pulsaciones que han sido elevadas</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero. Pañuelo Parlante conos	30 min.

	<p><i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i></p> <p><b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b></p>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sus comportamientos en su salón en familia y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	<div style="text-align: center;"> </div> <p style="text-align: right;">5 min.</p> <p>Cronómetro. Silbato. Tablero.</p>

**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre tes</li> <li>• Pos tes</li> </ul>

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

---

Estudiante

---

Estudiante

---

Docente Titular I.E.P.



Sesión de aprendizaje N° 19

I. TEMA: “REFLEJAMOS LAS EMOCIONES CON LA DANZATERAPIA ”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. N° 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHINGTON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6°to "	Duración:	45 min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

	COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEM PO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b>	Les da la bienvenida y dialoga con los estudiantes acerca de la clase de de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.		10 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b>	Se rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danzaterapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b>	¿Qué es la emoción? ¿para qué sirve?		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b>	Controlar las emociones a través de la música		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Se le hará ejecutar ejercicios de movimiento articular de forma ascendente extremidades superiores hacia extremidades inferiores, flexiones, elevaciones, rotaciones y correr en diferentes intensidades.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se realizará ejercicios donde se expresarán sus emociones y a la vez trabajar las más complejas, como la ira, el miedo, la tristeza. ¿Cómo realizar el ejercicio?, por ejemplo, un estudiante que esté enfadada y no sepa como expresar lo que siente, puede efectuar un baile guiado por el instructor, en el cual un objeto va a representar al fuego y luego el individuo va a simular por medio de la danzaterapia que está liberando el enojo arrojando cosas a esa llama mientras baila. Esta escena puede ser cambiada dependiendo de la emoción a trabajar y así sucesivamente saldrán uno por uno al frente a expresar lo que siente mediante movimientos.</li> <li>Formaran grupos de 5 niños que tengan la misma expresión así se seleccionara en grupos que tengan las mimo, donde y crearan ejercicios según a su expresión.</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, junto con ejercicios de respiración para volver a la calma.</li> </ul>		Cronómetro. Silbato. Tablero. Hoja. Lapicero Parlante.	25 min.



	<i>Universidad Nacional Del Altiplano - Puno</i> <b>FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN</b> <b>ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA</b>	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan que tan importante son las emociones y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué.</li> <li>• <b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li>• <b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li>• <b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 Cronometro. Silbato. Tablero.
		10 min.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

V. EVALUACIÓN:

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia.	Pre Tes Pos Tes

VI. BIBLIOGRAFÍA:

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Estudiante
--

<hr style="width: 80%; margin: 0 auto;"/> Docente Titular I.E.P.
--



Sesión de aprendizaje N° 20

I. TEMA: “EJECUTAR EL POS TES EN LOS ESTUDIANTES”

II. DATOS INFORMATIVOS:

Institución educativa	I.E.P. 70024		
Director	ALEJO VIDAL CHOQUE		
Docente de área	WASHITON N. HUAQUISTO QUISPE		
Estudiante:	LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI / ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA		
Grado:	6 to	Duración	45min

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE:

COMPETENCIAS	DESEMPEÑOS
Asume una vida saludable	Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.
<b>CAPACIDADES</b> - Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud. - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida	
<b>ENFOQUE AMBIENTAL</b>	Docentes y estudiantes plantean soluciones en relación a la realidad ambiental de su comunidad, tal como la contaminación, el agotamiento de la capa de ozono, la salud ambiental, etc.

IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN:

	COMPETENCIAS	ESTRATEGIAS - ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	MATERIALES	TIEMPO
<b>INICIO</b>	<b>MOTIVACIÓN</b>	les da la bienvenida y dialogamos con los estudiantes acerca de la danzaterapia en un ambiente saludable y acogedor.	 Cronómetro. Silbato. Tablero. Conos.	20 min.
	<b>SABERES PREVIOS</b>	El docente rescata los saberes previos de los estudiantes mediante lluvia de ideas, sobre la danza terapia.		
	<b>CONFLICTO COGNITIVO</b>	¿les gusto todas las sesiones realizadas? y ¿Qué tema les gusto más? ¿cómo se sienten después de todas las sesiones de danza terapia		
	<b>PROPÓSITO DIDÁCTICO</b>	Evaluar la parte autoestima, salud emocional de los estudiante con un cuestionario de ( EDINA)		
	<b>ACTIVIDAD FISIOLÓGICA</b>	Recordaremos las danzas que más nos gustó durante la sesión que se realizó.		
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicaremos sobre el cuestionario</li> <li>se reúnen todos los estudiantes y piden las hojas de cuestionario para poder completar.</li> <li>Tienen 20 minutos cada estudiante para responder las preguntas.</li> <li>Devuelven el cuestionario de (EDINA)</li> <li><b>Vuelta a la calma:</b> Se realizará Elongaciones, mediante unas preguntas acerca de sus autoestimas ¿cuáles son sus miedos? ¿en qué aspectos me crítico a mí mismo? ¿me siento cómodo hablando de mis compañeros?</li> </ul>	Cronómetro. Silbato. Tablero.	30 min.	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Meta cognición:</b> Al final de la sesión, los estudiantes reflexionan sus comportamientos en su salón en familia y analizan que parte de la sesión les gusto más y por qué. Y se realizara una despedida con cada alumno.</li> <li><b>Trabajo de extensión:</b> Conversar con sus padres de la sesión realizada y compartir con sus amigos la experiencia adquirida.</li> <li><b>Saludo de despedida:</b> Educación Física ¡Para la buena salud!</li> <li><b>Individualmente:</b> Realizan su aseo personal y toman sus bebidas refrescantes.</li> </ul>	 Cronómetro. Silbato. Tablero.	10 min.	



**V. EVALUACIÓN:**

CRITERIOS DE EVALUACIÓN (DESEMPEÑOS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
Argumenta la importancia de la actividad física que debe realizar según sus características individuales para la mejora de la calidad de vida.	Al finalizar la sesión de aprendizaje los estudiantes conocen sobre la práctica de la Danzaterapia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pre tes</li> <li>• Pos tes</li> </ul>

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

- Curricular Nacional (2017).
- Minedu (2021). Ministerio de Educación: Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar.
- <https://www.upo.es/diario/cursos-verano/2017/07/danzaterapia-para-reducir-el-estres-conocer-los-propios-limites-y-favorecer-la-comunicacion-con-los-demas/>
- <https://www.saludterapia.com/glosario/d/18-danzoterapia.html>
- <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=68369>

---

Estudiante

---

Estudiante

---

Docente Titular I.E.P.

## ANEXO 8. Evidencias de la investigación









## ANEXO 9. Autorización de publicación



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

### AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI,  
identificado con DNI 73645051 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

EDUCACIÓN FÍSICA

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

"LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL FORTALECIMIENTO DE LA  
AUDESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA PRIMARIA N°70024 LAYKAKOTA, PUNO - 2023."

para la obtención de  Grado,  Título Profesional o  Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 19 de DICIEMBRE del 2024

  
FIRMA (obligatoria)





## AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA,  
identificado con DNI 75178743 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

EDUCACIÓN FÍSICA

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

"LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA N°70024 LAYKAKOTA, PUNO-2023."

para la obtención de  Grado,  Título Profesional o  Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

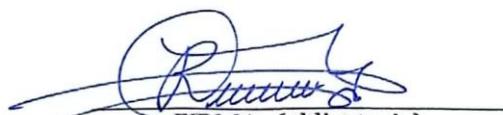
En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 19 de DICIEMBRE del 2024

  
FIRMA (obligatoria)



Huella



## ANEXO 10. Declaración jurada



Universidad Nacional  
del Altiplano Puno



Vicerrectorado  
de Investigación



Repositorio  
Institucional

### DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo LIZBETH YASMINA ZAPANA COLLANQUI,  
identificado con DNI 73645051 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

EDUCACIÓN FÍSICA

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

"LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA  
DE LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA  
N°70024 LAYKAKOTA, PUNO-2023."

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 19 de DICIEMBRE del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella



## DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo ROY WIDMAR QUISPE HUACANTARA,  
identificado con DNI 75178743 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional,  Programa de Segunda Especialidad,  Programa de Maestría o Doctorado

EDUCACIÓN FÍSICA

informo que he elaborado el/la  Tesis o  Trabajo de Investigación denominada:

"LA DANZATERAPIA COMO ESTRATEGIA EN EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA DE LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIMARIA N°70024 LAYKAKOTA, PUNO - 2023."

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 19 de DICIEMBRE del 20 24

  
FIRMA (obligatoria)



Huella