



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Inicial

Especialidad: Educación Inicial y Arte

La danza infantil en la reducción de niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San Jose” Huaura

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Nivel Inicial
Especialidad: Educación Inicial y Arte

Autoras

Milagros del Pilar Rosario Bravo Chauca

Neyki Yarina Sanchez Vasquez

Asesora

Dra. Zilda Julissa Flores Carbajal

Huacho – Perú

2026

Universidad Nacional
José Faustino Sánchez Carrión
Dra. Zilda Julissa Flores Carbajal



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)


FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL
ESPECIALIDAD: EDUCACIÓN INICIAL Y ARTE


INFORMACIÓN

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Neyki Yarina Sanchez Vasquez	73999754	14 de octubre del 2025
Milagros del Pilar Rosario Bravo Chauca	71448794	
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Zilda Julissa Flores Carbajal	15739748	https://orcid.org/0000-0001-5881-3782
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Gladys Margot Gavedia Garcia De Hijar	15855951	https://orcid.org/0000-0003-2514-4572
Carmen Flor Padilla Huarac	15720656	https://orcid.org/0000-0001-6157-7223
Tania Zayda Cuellar Camarena	41073428	https://orcid.org/0000-0002-2457-8937

Neyki Yarina Sanchez Vasquez-2025-069741 Milagr...

LA DANZA INFANTIL EN LA REDUCCI3N DE NIVELES DE ESTR3S EN LOS NI3OS DE 5 A3OS DE LA I.E.I. PARROQUIAL ...

 Quick Submit

 Quick Submit

 Facultad de Educaci3n

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3336343045

Fecha de entrega

11 sep 2025, 2:36 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

11 sep 2025, 3:09 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

TESIS_SANCHEZ_VASQUEZ_-_UI.pdf

Tama3o del archivo

1.4 MB

69 p3ginas

19.603 palabras

82.978 caracteres



P3gina 2 de 74 - Descripci3n general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid:::1:3336343045

17% Similitud general

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


Filtrado desde el informe

▸ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

17%  Fuentes de Internet

1%  Publicaciones

13%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisi3n

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 atenci3n y la revise.

DEDICATORIA

A mis padres, por ser los cimientos sobre los que construyo cada uno de mis sueños. Su amor, sacrificio y apoyo incondicional han sido mi guía constante, dándome la fuerza para superar cada obstáculo en mi camino. En cada logro que alcanzo, está reflejado el esfuerzo y la dedicación que siempre han puesto en mí.

Gracias por creer en mí incluso cuando yo dudaba de mis propias capacidades, por su paciencia y por enseñarme a ser resiliente. Esta investigación, este trabajo y este logro son tan suyos como míos.

Neyki Yarina Sanchez Vasquez

A mis padres, quienes han sido mi mayor fuente de inspiración, mi apoyo inquebrantable y el motor que me ha impulsado a seguir adelante en cada etapa de mi vida. Gracias por su amor infinito, por su confianza y por ser siempre mi refugio en los momentos difíciles. Cada sacrificio que hicieron por mí ha sido fundamental para llegar hasta aquí.

Este logro es el reflejo de su esfuerzo, dedicación y enseñanzas, que me han permitido ser la persona que soy hoy. No existe palabras suficientes para agradecerles todo lo que han hecho, pero con esta dedicación quiero expresarles mi más profundo amor y gratitud.

Milagros Del Pilar Rosario Bravo Chauca

AGRADECIMIENTO

A mi familia, por ser el pilar fundamental en mi vida. Su amor, apoyo y confianza incondicional han sido la base que me ha permitido superar cada desafío y alcanzar mis metas. Cada miembro de mi familia ha sido una fuente constante de motivación y fuerza, brindándome siempre el aliento necesario para seguir adelante.

Gracias por su paciencia, por sus sacrificios y por creer en mí en todo momento, incluso cuando las dudas se presentaban. Este logro no solo es el reflejo de mi esfuerzo, sino también de su constante presencia y apoyo en cada paso del camino.

Neyki Yarina Sanchez Vasquez

A mi querida familia, quienes han sido mi mayor fuente de fortaleza, amor y apoyo en cada etapa de mi vida. Gracias por su constante presencia, por ser mi refugio en los momentos difíciles y mi motivación en los momentos de incertidumbre. Cada paso que doy está marcado por el amor y el sacrificio que ustedes me han brindado.

Agradezco profundamente sus palabras de aliento, su paciencia y la forma en que siempre han creído en mí, incluso cuando yo no tenía la certeza de que podía seguir adelante. Este logro es tan suyo como mío, pues sin su apoyo, este camino habría sido mucho más difícil de recorrer.

Milagros Del Pilar Rosario Bravo Chauca

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	v
AGRADECIMIENTO	vi
INDICE.....	vii
INDICE DE TABLAS.....	ix
INDICE DE FIGURAS	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN.....	xiii
CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	15
1.1. Descripción de la realidad problemática	15
1.2. Formulación de problema.....	18
1.2.1. Problema general	18
1.2.2. Problemas específicos.....	18
1.3. Objetivos.....	19
1.3.1. Objetivo general	19
1.3.2. Objetivos específicos.....	19
1.4. Justificación.....	19
1.5. Limitaciones	20
CAPITULO II MARCO TEÓRICO.....	21
2.1. Antecedentes de la investigación.....	21
2.2. Bases teóricas.....	26
2.2.1. La Danza infantil.....	26
2.2.2. Niveles de estrés	28
2.3. Bases filosóficas.....	33
2.4. Definición de términos básicos.....	34
3.1. Hipótesis	35

3.1.1.	Hipótesis general	35
3.1.2.	Hipótesis específicas.....	35
3.2.	Operacionalización de Variables	36
CAPITULO III METODOLOGIA		37
3.3.	Tipo de estudio	37
3.4.	Diseño del estudio	37
3.5.	Población y muestra.....	37
3.5.1.	Población	37
3.5.2.	Muestra	38
3.6.	Método de investigación.....	39
3.7.	Técnicas e de recolección de datos.....	39
3.8.	Método de análisis de datos.....	41
CAPITULO IV RESULTADOS		42
4.1.	Resultados descriptivos de las variables	42
4.2.	Generalización entorno la hipótesis central	47
CAPITULO V DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		55
CONCLUSIONES.....		58
RECOMENDACIONES		59
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS		60
Fuentes documentales.....		60
Fuentes bibliográficas.....		61
Matriz de consistencia		64
Matriz de datos		66
Ficha de observación 01. Danza Infantil		69
Ficha de observación 02. Niveles de estrés		70

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable X.....	36
Tabla 2. Operacionalización de la variable Y.....	36
Tabla 3. Población de estudio.....	38
Tabla 4. Población de estudio.....	39
Tabla 5. Validación de expertos	40
Tabla 6. Danza infantil	42
Tabla 7. Dimensión motora	43
Tabla 8. Dimensión cognitiva.....	44
Tabla 9. Dimensión creativa.....	45
Tabla 10. Niveles de estrés	46
Tabla 11. La danza infantil y los niveles de estrés	47
Tabla 12. La dimensión motora y los niveles de estrés	49
Tabla 13. La dimensión cognitiva y los niveles de estrés	51
Tabla 14. La dimensión creativa y los niveles de estrés.....	53

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Danza infantil.....	42
Figura 2. Dimensión motora.....	43
Figura 3. Dimensión cognitiva	44
Figura 4. Dimensión creativa.....	45
Figura 5. Niveles de estrés.....	46
Figura 6. . <i>La danza infantil y los niveles de estrés</i>	48
Figura 7 La dimensión motora y los niveles de estrés.....	50
Figura 8. La dimensión cognitiva y los niveles de estrés	52
Figura 9. La dimensión creativa y los niveles de estrés	54

RESUMEN

El trabajo: “La danza infantil en la reducción de niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura”, es para obtener la licenciatura en Educación inicial y arte de la UNJFSC, Huacho. La metodología fue básica, de nivel descriptivo, correlacional, no experimental y la hipótesis: La danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura”. La población fue 412 y muestra de 198. El instrumento principal que se empleó en la investigación fue la ficha de observación, que se aplicó a la primera y segunda variable. Los resultados evidencian que existe relación de magnitud muy buena entre la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

El autor

Palabras claves: danza, infantil, niveles, estrés.

ABSTRACT

The work: "Children's dance in the reduction of stress levels in 5-year-old children from the I.E.I. Parroquial No. 653 "San José" Huaura", is to obtain a degree in Early Childhood Education and Art from the UNJFSC, Huacho. The methodology was basic, descriptive, correlational, non-experimental, and the hypothesis: Children's dance is related to the reduction of stress levels in 5-year-old children from the I.E.I. Parroquial No. 653 "San José" Huaura. The population was 412 and the sample size was 198. The primary instrument used in the research was the observation form, which was applied to the first and second variables. The results show a very strong relationship between children's dance and reduced stress levels in 5-year-old children at Parroquial No. 653 "San José" Huaura.

The author

Keywords: dance, children, levels, stress.

INTRODUCCIÓN

El estrés es una respuesta emocional y fisiológica ante estímulos percibidos como desafiantes o amenazantes. Aunque el estrés es una reacción natural del organismo, cuando se presenta de manera crónica o excesiva, esta condición puede dañar el bienestar psicológico y corporal de las personas. Durante la niñez, influye negativamente en el crecimiento emocional, la interacción social y el rendimiento escolar, interfiriendo en su capacidad para aprender, relacionarse y manejar sus emociones de manera adecuada. Si bien el estrés en niños es un fenómeno complejo y multifactorial, diversos estudios han demostrado que las experiencias cotidianas, las demandas escolares y las relaciones familiares son factores que pueden generar niveles elevados de estrés en los más pequeños

La educación inicial, particularmente en la etapa de los 5 años, es fundamental para el desarrollo integral del niño. En esta etapa, los infantes empiezan a desarrollar una mayor percepción de su entorno, lo que aumenta la probabilidad de que se enfrenten a situaciones que pueden generar ansiedad o frustración, como el proceso de adaptación escolar, la socialización con otros niños y la gestión de normas y expectativas. Es por ello que la intervención temprana en la gestión del estrés se convierte en un aspecto crucial en el ámbito educativo.

Dentro de este escenario, el baile en la infancia se presenta como una alternativa pedagógica creativa que favorece tanto la salud emocional como corporal de los menores. A través del movimiento y la música, los niños tienen la oportunidad de liberar tensiones, expresar sus emociones de forma creativa y fomentar su desarrollo físico y cognitivo. La danza, como actividad lúdica y expresiva, les proporciona un espacio en el que pueden experimentar sensaciones de control y autonomía, lo que favorece la disminución de los niveles de estrés y mejora su estado emocional general.

Diversos enfoques pedagógicos y terapéuticos han resaltado los beneficios de la danza en el ámbito educativo infantil, destacando su capacidad para mejorar la autoestima, la coordinación motriz, la socialización y, sobre todo, el manejo emocional de los niños. Sin embargo, a pesar de los múltiples beneficios señalados en la literatura, aún es limitado el número de estudios que analicen específicamente la conexión entre la danza y la reducción

del estrés en niños de 5 años, en particular en contextos educativos como el de las instituciones educativas iniciales.

Este estudio se orienta a analizar los efectos de la danza infantil en la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la Institución Educativa Inicial Parroquial N° 653 “San José” en Huaura. A través de un diseño experimental con un enfoque cuantitativo, se analizará cómo la incorporación de sesiones de danza en el currículo escolar afecta los niveles de estrés de los niños, estableciendo una comparación entre los datos obtenidos antes y tras aplicar la propuesta.

El estudio también busca explorar cómo la práctica regular de la danza influye en el bienestar emocional y social de los niños, promoviendo habilidades como la expresión emocional, la resolución de conflictos y la adaptación a nuevas situaciones. De igual manera, se pretende resaltar la importancia de integrar actividades artísticas y recreativas en el currículo educativo, como un medio efectivo para gestionar y reducir el estrés infantil, contribuyendo al desarrollo de niños más equilibrados emocionalmente.

En términos de impacto, esta investigación no solo proporcionará evidencia empírica sobre los beneficios de la danza en la gestión del estrés infantil, sino que también ofrecerá a los docentes y padres herramientas prácticas para fomentar un entorno de aprendizaje positivo y saludable. Así, la danza no solo se presenta como una disciplina artística, sino constituyéndose en una herramienta formativa significativa que apoya el desarrollo global de los infantes en sus primeros años.

Se concluye que la danza infantil, más allá de ser una actividad recreativa, es una herramienta pedagógica valiosa que puede ser aprovechada para fomentar la resiliencia emocional en los niños y reducir el impacto del estrés en su desarrollo. Este estudio brinda una base para indagaciones posteriores acerca de la influencia de las expresiones artísticas en el manejo de las emociones y permite explorar enfoques pedagógicos innovadores centrados en el equilibrio emocional infantil.

Finalmente, se recomienda la inclusión de prácticas como la danza en el currículo escolar de nivel inicial, así como su incorporación en programas de formación docente, con el fin de asegurar que los docentes dispongan de recursos adecuados que favorezcan el equilibrio emocional y psicológico del alumnado.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

La danza infantil se ha explorado como una estrategia efectiva para reducir los niveles de estrés en niños, especialmente en aquellos de 5 años. A esta edad, los niños están en una etapa crucial de crecimiento emocional y social, donde las experiencias y actividades que involucran movimiento y expresión creativa pueden tener un impacto significativo en su bienestar general.

A nivel global, la relevancia de la salud mental en la primera infancia ha ganado reconocimiento en las últimas décadas. Sin embargo, la danza como una práctica para mitigar el estrés en los niños aún no ha sido suficientemente integrada en los programas educativos y de salud. En muchas regiones, la atención a la salud mental infantil está subfinanciada, y las actividades extracurriculares como la danza son vistas se percibe más como un privilegio que como algo esencial. La falta de capacitación específica para educadores y la carencia de políticas públicas que promuevan el bienestar emocional a través de la danza dificultan su adopción masiva. Además, en muchos países, el estrés infantil no es diagnosticado ni tratado de manera efectiva, lo que agrava la situación.

En Europa, aunque hay una mayor conciencia sobre los beneficios de la danza en la educación infantil, su uso como una herramienta para reducir el estrés no es uniforme en todo el continente. Países como Finlandia y Suecia han comenzado a integrar la danza en sus currículos escolares como parte del desarrollo integral del niño. Sin embargo, en otras partes de Europa, las prácticas educativas más tradicionales prevalecen, dejando poco espacio para actividades creativas como la danza. Además, las desigualdades económicas dentro del continente dificultan la implementación de programas de danza en zonas menos favorecidas, donde la prioridad es cubrir necesidades básicas antes de atender aspectos emocionales.

En Latinoamérica, la situación es aún más compleja. La educación y la salud mental infantil enfrentan numerosos desafíos, entre ellos, la falta de recursos, la pobreza y la violencia. Aunque la cultura latina tiene una rica tradición de danza y música, estas no siempre se integran en la educación formal de manera que beneficie el bienestar emocional de los niños. En muchos países, la infraestructura educativa es deficiente, y los programas extracurriculares son escasos o inexistentes. Además, la formación de los docentes en técnicas que integren la danza para la reducción del estrés es limitada, lo que restringe las posibilidades de aplicar estas prácticas de manera efectiva en el aula.

En Perú, la danza forma parte de la identidad cultural y es un elemento presente en las celebraciones y tradiciones locales. Sin embargo, su uso como herramienta pedagógica para disminuir el estrés en niños de 5 años es poco explorado en el sistema educativo formal. Las escuelas en áreas urbanas enfrentan problemas de hacinamiento y falta de recursos, lo que hace difícil implementar programas de danza. En los entornos rurales, las condiciones son más limitadas, ya que muchas instituciones educativas no cuentan con los espacios adecuados para desarrollar propuestas relacionadas con el arte y el movimiento. Además, la formación de los docentes en el manejo del estrés infantil a través de la danza es prácticamente inexistente, lo que limita las posibilidades de abordar el problema de manera holística.

La investigación sobre la danza infantil en la reducción de niveles de estrés en niños de 5 años surge de varias causas clave. En primer lugar, el creciente reconocimiento de la relevancia de la salud mental en la primera infancia ha impulsado la búsqueda de estrategias efectivas para mitigar el estrés desde una edad temprana. Los niños de 5 años están en una etapa crucial de crecimiento emocional y social, y el estrés, si no se maneja adecuadamente, puede tener efectos duraderos en su bienestar.

Además, la sobrecarga educativa y las expectativas sociales en muchos contextos han generado un aumento en los niveles de estrés infantil, lo que ha motivado a los investigadores a explorar métodos no farmacológicos y basados en el movimiento para abordar este problema. La danza, con su capacidad para combinar ejercicio

físico, expresión creativa y socialización, ha emergido como una opción prometedora. Sin embargo, la falta de integración de la danza en los programas educativos y la insuficiente capacitación de los docentes en el uso de la danza como una herramienta terapéutica han limitado su aplicación, situación que ha generado la urgencia de investigaciones que demuestren su efectividad.

La investigación sobre la danza infantil y su impacto en la reducción del estrés puede tener varias consecuencias positivas. En primer lugar, puede llevar a una mayor conciencia y valoración de las artes en la educación infantil, promoviendo la incorporación de la danza como una parte integral del currículo escolar. Esto, a su vez, podría resultar en la implementación de programas específicos de danza en escuelas y centros educativos, lo que beneficiaría a un mayor número de niños.

Además, los resultados positivos de la investigación pueden influir en las políticas públicas, llevando a un mayor financiamiento y apoyo para programas que utilicen la danza como herramienta para el bienestar emocional en la infancia. A largo plazo, la reducción del estrés en los niños podría mejorar su rendimiento académico, su capacidad de socialización y su salud mental en general, previniendo problemas más graves en el futuro.

Sin embargo, si la investigación no se lleva a cabo o no se difunde adecuadamente, se podría perder la oportunidad de utilizar un recurso valioso como la danza para abordar el estrés infantil. Esto podría perpetuar un enfoque limitado en el manejo del estrés en la infancia, centrado principalmente en intervenciones más tradicionales o farmacológicas.

La investigación sobre la danza infantil como herramienta para la reducción del estrés en niños de 5 años puede aportar conocimientos valiosos a varias áreas. En primer lugar, contribuye al campo de la psicología infantil y la educación, ofreciendo una alternativa creativa y accesible para mejorar la salud mental en la primera infancia. Dicha perspectiva podría establecerse como una referencia para la integración de otras formas de arte en la educación, promoviendo un desarrollo más holístico del niño.

Además, la investigación puede proporcionar evidencia empírica que respalde la creación de programas educativos que incorporen la danza de manera sistemática, no solo como una actividad recreativa, sino como una estrategia para el manejo del estrés. Esto puede motivar a las escuelas y a los responsables de políticas educativas a adoptar enfoques más innovadores en la educación infantil.

Finalmente, la investigación puede abrir nuevas líneas de estudio en la intersección entre las artes, la salud y la educación, inspirando a otros investigadores a explorar cómo otras formas de expresión artística, como la música o el teatro, pueden contribuir al bienestar emocional de los niños. Esto podría llevar a un enfoque más amplio y multidisciplinario en el tratamiento del estrés infantil, beneficiando a la sociedad en su conjunto.

1.2. Formulación de problema

1.2.1. Problema general

¿Qué relación existe entre la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura?

1.2.2. Problemas específicos

¿Qué relación existe entre la dimensión motora de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura?

¿Qué relación existe entre la dimensión cognitiva de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura?

¿Qué relación existe entre la dimensión creativa de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura?

1.3.Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

1.3.2. Objetivos específicos

Establecer la relación entre la dimensión motora de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

Determinar la relación entre la dimensión cognitiva de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

Establecer la relación entre la dimensión creativa de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

1.4. Justificación

- **Justificación teórica.** La justificación teórica de una investigación sobre la danza infantil en la reducción de niveles de estrés en niños de 5 años se fundamenta en varias teorías y enfoques que respaldan el uso de la danza

actuando como un medio eficiente para fortalecer la salud emocional y el crecimiento holístico de la infancia.

- **Justificación práctica.** En el entorno educativo, los niños están expuestos a diversas situaciones que pueden generar estrés, como la adaptación a nuevas rutinas, la interacción social con sus compañeros y las expectativas académicas. Incorporar la danza en el currículo escolar o como una actividad extracurricular proporciona a los niños una herramienta accesible y efectiva para manejar el estrés.
- **Justificación pedagógica,** La justificación pedagógica de una investigación se basa en los principios educativos que promueven el desarrollo integral del niño, destacando cómo la danza puede servir como una herramienta valiosa en el marco del desarrollo educativo.

1.5.Limitaciones

a. Disponibilidad de tiempo

Debido a que los investigadores fueron responsables de diseñar, ejecutar y analizar el estudio, mientras cumplían con una jornada laboral estricta, el tiempo disponible resultó restringido. No obstante, el compromiso con el desarrollo del proyecto permitió organizar adecuadamente los tiempos y espacios necesarios, contando además con la colaboración de colegas para enfrentar esta dificultad.

c. Limitados medios económicos

Llevar a cabo el estudio implicó un desembolso económico que, al ser cubierto íntegramente por el investigador, presentó restricciones presupuestarias. Sin embargo, ante la importancia de su realización, los costos fueron solventados utilizando fondos personales.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Torres (2020) en *‘Estereotipos y cambios sociales en las Danzas Folklóricas. Un estudio de caso’* esta investigación destaca la necesidad de revisar la formación de los profesionales del folklore, enfocándose particularmente en la enseñanza y aprendizaje de las Danzas Folklóricas Argentinas. Se abordan aspectos clave para entender cómo el folklore se ha instituido como una disciplina académica, tales como el establecimiento de centros formativos y la imposición de perspectivas epistemológicas dominantes avaladas por estas instancias. También se indaga en la paradoja de institucionalizar saberes que han sido propios de la tradición popular, lo que evidencia la construcción de estereotipos destinados a uniformar el conocimiento, reproduciendo un relato cultural que parte del centro hacia las zonas marginales. Esta forma de concebir el folklore fue moldeada por enfoques nacionalistas de corte romántico, orientados a construir una identidad colectiva mediante símbolos y prácticas educativas que permitieran preservar y divulgar un saber popular considerado auténtico y en peligro ante la presencia de corrientes migratorias. Desde una perspectiva centralizada y elitista, los investigadores culturales posicionaron sus conocimientos por encima de aquellos propios de las comunidades observadas. Esta postura responde a un modelo tradicional fijo, en el cual el folklore es entendido como algo que debe mantenerse intacto.

Romero A. (2018) en *‘Identidad musical a través del folklor colombiano; aprobación y uso de sus elementos en composiciones y arreglos propios’* El propósito es aplicar rasgos distintivos de las músicas tradicionales de Colombia, en particular de las zonas Caribe y Orinoquía, para la creación de cuatro composiciones originales y dos adaptaciones de piezas folclóricas, mediante el estudio de sus componentes más representativos. Se emplearán como referencia

los ritmos de tambora y bullerengue, propios del litoral Atlántico, junto con la tonada y el pasaje, característicos de los Llanos, integrando además recursos musicales influenciados por el jazz, desarrollados a lo largo de la formación en Estudios Musicales. Las prácticas de escucha, análisis, transcripción, técnica y composición, entre otras, fueron esenciales en el proceso creativo y sirvieron de base para el desarrollo de este proyecto. No obstante, considero que, dentro del enfoque en jazz y músicas populares, debería otorgarse mayor relevancia al estudio de las tradiciones sonoras colombianas, ya que representan no solo una herramienta valiosa en la formación musical, sino también un vehículo que combate la apatía, fomenta la inclusión, el respeto mutuo, la convivencia y fortalece el sentido de pertenencia.

Guerrero & Retamal (2019) en *“Estrés académico en estudiantes de educación superior”*. Esta revisión de tipo documental y bibliográfica tuvo como finalidad examinar la importancia de identificar el estrés académico en el ámbito universitario. Para ello, se revisaron fuentes provenientes de las bases de datos PubMed, ScienceDirect y Scielo, en el periodo comprendido entre 1990 y 2019. Los hallazgos permiten concluir que el estrés académico se genera a partir de las demandas propias del entorno educativo, que exigen a los estudiantes una inversión significativa de tiempo y esfuerzo. Entre los principales desencadenantes identificados se encuentran la sobrecarga de tareas, la escasez de tiempo para el estudio y la presión asociada a las evaluaciones. La presencia del estrés académico incide de múltiples maneras en la vida estudiantil. Existen distintos mecanismos para gestionarlo, conocidos como estrategias de afrontamiento, siendo el respaldo emocional el recurso más frecuentemente empleado. La vivencia de este tipo de estrés y sus repercusiones evidencian la importancia de investigarlo, a fin de respaldar con datos la promoción del bienestar psicológico y la prevención de afecciones asociadas.

Guzman & Mortigo (2018) en su trabajo *“Qué factores influyen y en qué nivel de estrés académico se encuentran los estudiantes de psicología de la jornada nocturna del Politécnico Grancolombiano”*. Esta investigación tiene como finalidad identificar los elementos que inciden en la aparición del estrés

académico, así como determinar el grado en que se manifiesta entre los estudiantes de Psicología de la jornada nocturna de la Universidad Politécnico Grancolombiano. El interés por abordar esta problemática surge a partir de las frecuentes expresiones de compañeros que refieren sentirse agobiados por la carga académica del semestre, lo cual repercute en dificultades para dormir, fatiga constante, falta de motivación y otras respuestas emocionales y físicas que afectan negativamente su desempeño académico cotidiano. Con el fin de reconocer los factores involucrados y determinar el grado de estrés académico presente en los estudiantes, se utilizó el inventario SISCO sobre estrés académico, aplicado a un grupo de 30 alumnos universitarios de la institución mencionada. Este instrumento evaluó el nivel de estrés en estudiantes de Psicología del Politécnico Grancolombiano, en una escala del 1 al 5, donde 1 representa un nivel mínimo o inexistente de estrés y 5 indica un nivel elevado. Conformado por 31 ítems, el cuestionario aborda reacciones fisiológicas, cognitivas y emocionales, permitiendo identificar con claridad las situaciones específicas que generan estrés en los participantes. A partir del análisis, se obtuvieron porcentajes que reflejan el nivel de estrés individual de cada estudiante de la jornada nocturna, así como los factores que inciden con mayor fuerza en la aparición de este fenómeno durante su formación universitaria.

2.1.1. Antecedentes nacionales

Gutiérrez & Huaman (2019) en *“Centro de formación y difusión de danzas folklóricas”* el objetivo de este trabajo es desarrollar un proyecto arquitectónico destinado a un Centro de formación y promoción de danzas folklóricas en el distrito de San Isidro, Lima, con el propósito de preservar y difundir la cultura nacional, impulsando la integración social y el esparcimiento comunitario. Además, busca ofrecer una plataforma para la profesionalización en el ámbito educativo de la danza. Una vez definido el tema central, se procedió a establecer sus límites. Se identificó la problemática, el objetivo principal, los fines específicos, así como los alcances y restricciones que enmarcan el desarrollo de esta investigación. Se recopiló información pertinente y se llevó a cabo un análisis del emplazamiento. A partir de estos insumos, se construyó un concepto

y se elaboró la propuesta arquitectónica. Este proyecto busca fortalecer el sentido de identidad cultural en el país y despertar el interés por las danzas tradicionales entre las nuevas generaciones. La propuesta arquitectónica responde a las demandas del ámbito artístico, integrándose de forma armónica con su contexto, evitando impactos negativos y generando contribuciones tanto tecnológicas como medioambientales a través del diseño de sus fachadas, consideradas un aspecto clave de la iniciativa.

Caceres & Ccorpuna (2019) realizaron la investigación: *“Estresores académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes de segundo, tercero y cuarto año. Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín”*. Finalidad del estudio: identificar la relación entre los factores estresantes en el ámbito académico y el nivel de resiliencia en estudiantes de segundo a cuarto año. Metodología: investigación de enfoque descriptivo, correlacional y transversal, aplicada a una muestra de 134 participantes. Los hallazgos indicaron que el estrés académico se presentó con las siguientes frecuencias: 61,9% reportó experimentarlo casi siempre, 21,2% siempre, 8,7% algunas veces y 8,2% rara vez. En cuanto al nivel de resiliencia, se observó que el 73,1% mostró un nivel moderado, mientras que tanto la resiliencia alta como baja se registraron en un 13,4% respectivamente.

Mamani (2019) en su tesis *“Estrés infantil y tareas escolares en niños de cuatro y cinco años de la Institución Educativa Inicial “Santiago de Ríos” N° 761 Juliaca – Puno. 2017”*. La finalidad de esta investigación fue establecer el nivel de vínculo entre el estrés en la infancia y las actividades escolares en menores de cuatro y cinco años pertenecientes a la Institución Educativa Inicial “Santiago de Ríos” N.º 761, ubicada en Juliaca – Puno, durante el año 2017. Se parte de la premisa de que el estrés infantil puede incidir de forma positiva o negativa en el desempeño académico, siendo este fenómeno el objeto de observación. Se plantea, por tanto, una posible relación entre ambas variables: el estrés infantil y el rendimiento escolar. La metodología adoptada fue de enfoque cuantitativo, con una investigación básica de tipo descriptivo, no experimental, y con un

diseño correlacional de corte transversal. La población comprendió a todos los niños y niñas de 4 y 5 años de edad, conformando una muestra total de 80 estudiantes, junto con 80 cuadernos correspondientes a las áreas de comunicación, matemática, personal social y ciencia y ambiente. Para la obtención de los datos, se emplearon la técnica de encuesta mediante cuestionario y el análisis documental. El procesamiento de la información se llevó a cabo utilizando el coeficiente Rho de Spearman, con el fin de comprobar la hipótesis general. Se determina que existe una correlación positiva de intensidad moderada entre el estrés infantil y las actividades escolares en niños de cuatro y cinco años de la Institución Educativa Inicial “Santiago de Ríos” N.º 761, ubicada en Juliaca – Puno. Utilizando el coeficiente de correlación Rho de Spearman, se obtuvo un valor de significancia $p = 0,000$, inferior al umbral de 0,05, lo que indica una relación estadísticamente significativa. La correlación positiva obtenida fue de 0,539, mostrando una relación directa. Asimismo, al considerar el valor $r^2 = 0,539$, se interpreta que el 29,1% del estrés infantil está explicado por las tareas escolares, mientras que el 70,9% restante corresponde a factores independientes.

Tintaya (2021) en su tesis *“Percepción parental sobre el estrés infantil de los niños de Instituciones educativas de San Agustín de Cajas 2021”*. El propósito central de esta investigación fue reconocer el grado de percepción que tienen los padres respecto al estrés infantil en los niños de las Instituciones Educativas del distrito de San Agustín de Cajas durante el año 2021. Se empleó como enfoque general el método científico, bajo una metodología básica, de carácter cuantitativo, transversal, con un nivel descriptivo y un diseño descriptivo simple. La técnica aplicada fue la encuesta, utilizando como instrumento el “Cuestionario de percepción parental sobre el estrés infantil”, validado mediante juicio de expertos y con un índice de confiabilidad de 0,942. La muestra, conformada por 50 padres de familia con hijos de 4 y 5 años pertenecientes al nivel inicial de dos instituciones educativas, fue seleccionada mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los resultados evidenciaron que el 54% percibe un nivel elevado de estrés en sus hijos, el 24% un nivel intermedio

y el 22% un nivel dentro de los rangos normales. Estos datos reflejan que una mayoría de los niños presenta alteraciones a nivel emocional, físico y conductual, por lo que se sugiere brindar mayor atención al fenómeno del estrés infantil, promoviendo estrategias formativas que faciliten su comprensión de manera accesible y dinámica.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. La Danza infantil

2.2.1.1. Definiciones

La danza infantil se define como "una forma de actividad física y expresión artística que permite a los niños explorar el movimiento, desarrollar habilidades motoras y expresar sus emociones a través del baile" (Lobo, 2021, p. 45).

Según García (2020), la danza infantil es "una disciplina que combina el movimiento corporal con la música, permitiendo a los niños no solo mejorar su coordinación y ritmo, sino también expresar su creatividad y sentimientos" (p. 32).

"La danza infantil es una actividad educativa y recreativa que facilita la formación corporal, afectiva y vincular infantil, mediante de la interacción con el ritmo y el movimiento" (Rodríguez & Pérez, 2019, p. 56).

De acuerdo con Martínez (2021), "la danza infantil constituye un recurso educativo que favorece el crecimiento global infantil, estimulando la adquisición de conocimientos por medio del lenguaje corporal y la movilidad rítmica" (p. 29).

2.2.2. Dimensiones de la danza infantil

Dimensión motora: La dimensión motora en la danza infantil implica el fortalecimiento de destrezas motrices, tales como el control corporal, la estabilidad y la elasticidad, que los niños adquieren a través del movimiento y la práctica de diferentes estilos de danza García & Martínez, (2020).

Dimensión cognitiva: La danza infantil también abarca una dimensión cognitiva, donde los niños desarrollan capacidades como la memoria, la atención y la secuenciación, al aprender y recordar patrones de movimiento y coreografías Sánchez (2019).

Dimensión emocional: La dimensión emocional en la danza infantil está relacionada con la habilidad infantil para comunicar y regular sus sentimientos mediante la actividad motriz, ayudándoles a desarrollar una mayor conciencia emocional y reducir el estrés López & Ruiz, (2021).

Dimensión social: En la danza infantil, la dimensión social implica la interacción con otros niños, el trabajo en equipo y el crecimiento de habilidades sociales como la cooperación y la empatía, al participar en actividades grupales de danza Fernández (2020).

Dimensión creativa: La dimensión creativa de la danza infantil se refiere a la capacidad de los niños para explorar su imaginación y creatividad, inventando movimientos y expresándose libremente a través del baile Rodríguez (2021).

2.2.3. Beneficios de la danza

La danza aporta múltiples ventajas en la infancia, impactando distintos aspectos del crecimiento. Seguidamente, se detallan algunas de las más relevantes:

Desarrollo Físico. La danza contribuye al desarrollo físico de los niños al mejorar su coordinación, equilibrio, flexibilidad y fuerza muscular. Además, promueve la salud cardiovascular y la resistencia física, lo que es esencial para un crecimiento saludable García & Martínez (2020).

Expresión Emocional. La danza ofrece a los infantes un medio artístico para manifestar sus sentimientos con libertad y protección. Al permitirles canalizar sus sentimientos a través del movimiento, la danza puede disminuir el estrés y la ansiedad, y aumentar su bienestar emocional López & Ruiz (2021).

Desarrollo Cognitivo. Participar en actividades de danza estimula el desarrollo cognitivo de los niños, ya que implica la memorización de pasos, la atención a las secuencias y el reconocimiento de patrones rítmicos. Esto fortalece su capacidad de concentración y memoria Sánchez,(2019).

Habilidades Sociales. La danza en grupo fomenta la socialización, ya que los niños aprenden a colaborar, respetar el espacio de los demás y trabajar en equipo. Estos vínculos favorecen el fortalecimiento de competencias interpersonales como la empatía, la comunicación y la cooperación Fernández (2020).

Creatividad. La danza estimula la creatividad al permitir que los niños exploren su imaginación y expresen sus ideas y emociones a través del movimiento. Esta creatividad es esencial para su desarrollo personal y para la solución de problemas en la vida cotidiana (Rodríguez, 2021).

Autodisciplina y Confianza. Aprender y practicar danza requiere autodisciplina, lo que ayuda a los niños a desarrollar una ética de trabajo sólida. Además, el dominio de nuevas habilidades y la presentación ante otros mejoran su autoestima y confianza en sí mismos (García & Martínez, 2020).

Conexión Cultural. La danza también actúa como un puente hacia la comprensión y apreciación de diferentes culturas. Al aprender danzas tradicionales o contemporáneas, los niños adquieren un mayor conocimiento y respeto por la diversidad cultural (Lobo, 2021)

2.2.2. Niveles de estrés

2.2.2.1. Definiciones

El estrés se entiende como una reacción del cuerpo frente a exigencias internas o externas que se consideran difíciles o peligrosas " (Gómez, 2023, p. 15).

Según Hernández (2022), "El estrés corresponde a una respuesta mental que surge cuando el individuo interpreta que las exigencias externas exceden su capacidad de respuesta" (p. 22).

Para Martínez (2022), el estrés se entiende como "una reacción fisiológica y emocional ante situaciones que requieren una adaptación significativa por parte del individuo" (p. 34).

Sánchez y Pérez (2021) describen el estrés como "un estado de tensión física y mental que surge en respuesta a las exigencias o presiones del entorno" (p. 45).

"El estrés constituye una serie de respuestas fisiológicas del organismo y la mente frente a situaciones percibidas como amenazantes o desafiantes" (López, 2021, p. 28).

De acuerdo con Rodríguez (2020), el estrés se describe como una reacción innata del cuerpo que, si se intensifica o se mantiene en el tiempo, puede perjudicar el bienestar físico y psicológico" (p. 19).

"El estrés representa la reacción del organismo frente a cualquier exigencia que provoque un desequilibrio en su homeostasis, generando cambios fisiológicos y conductuales" (Fernández, 2020, p. 11).

Según Gutiérrez (2021), "el estrés es un mecanismo de adaptación que, cuando es excesivo o mal manejado, puede derivar en problemas de salud" (p. 53).

Ramírez (2023) define el estrés como "la reacción del cuerpo y la mente ante un estímulo que exige una respuesta adaptativa" (p. 40).

"El estrés es la experiencia subjetiva de presión y tensión que surge cuando una persona percibe que no puede manejar las demandas de una situación" (Vega, 2023, p. 66).

2.2.2.2. Dimensiones del Estrés

Dimensión Fisiológica

En los niños, la dimensión fisiológica del estrés se manifiesta a través de reacciones corporales como dolores de cabeza, dolores de estómago, problemas para dormir, fatiga, y en algunos casos, cambios en el apetito. Estos síntomas reflejan la respuesta física del cuerpo del niño al estrés, a menudo mediada por la activación del sistema nervioso autónomo (González & Hernández, 2021).

Dimensión Emocional

La dimensión emocional del estrés infantil incluye sentimientos como el miedo, la irritabilidad, la tristeza y la ansiedad. Los niños pueden mostrar señales de angustia emocional, como llanto frecuente, cambios bruscos de humor, o una tendencia a retraerse socialmente. Estas emociones reflejan la respuesta psicológica del niño ante situaciones percibidas como amenazantes o difíciles de manejar (López, 2020).

Dimensión Cognitiva

El estrés infantil también afecta la dimensión cognitiva, impactando en la capacidad del niño para concentrarse, aprender y recordar información. Los niños estresados pueden mostrar dificultades en la atención y la memoria, lo que puede afectar su rendimiento académico. Pueden también experimentar pensamientos negativos o preocupaciones excesivas, lo que interfiere con su habilidad para enfrentar situaciones y elegir alternativas (Martínez & Ruiz, 2022).

Dimensión Conductual

En cuanto a la dimensión conductual, el estrés en los niños puede manifestarse en comportamientos regresivos (como chuparse el dedo o mojar la cama), agresividad, hiperactividad, o cambios en los hábitos de juego. Los

niños pueden también evitar situaciones que les causen estrés, mostrar resistencia a asistir a la escuela o participar en actividades sociales (Pérez, 2019).

Dimensión Social

La dimensión social del estrés infantil se refiere a cómo el estrés afecta las relaciones del niño con sus pares, familiares y otros adultos. Los niños bajo estrés pueden tener dificultades para interactuar con otros, mostrar dependencia excesiva de los padres, o experimentar conflictos con compañeros y profesores. Estas dificultades pueden llevar a un aislamiento social o a problemas en la socialización (García & Morales, 2020).

Dimensión Espiritual

Aunque menos estudiada en los niños que en los adultos, la dimensión espiritual del estrés puede manifestarse en niños que expresan preguntas o preocupaciones sobre temas existenciales, o que muestran una desconexión con las prácticas o creencias espirituales inculcadas en ellos. Esta dimensión es especialmente relevante en contextos donde la espiritualidad juega un papel importante en la vida familiar (Vega, 2021).

2.2.2.2. El estrés en la edad escolar

El estrés en la edad escolar es un fenómeno que afecta a muchos niños y adolescentes, y puede surgir de diversas fuentes. La presión académica es una de las causas más significativas del estrés escolar. Los estudiantes enfrentan expectativas elevadas para lograr un buen rendimiento en exámenes y tareas, lo que puede generar una carga considerable de estrés. Según Gómez y Martínez (2022), "la presión académica es una fuente considerable de estrés en los estudiantes, afectando su bienestar emocional y físico" (p. 15).

Las relaciones interpersonales también son una fuente considerable de estrés para los niños en la escuela. Conflictos con compañeros, acoso escolar, y

dificultades para integrarse socialmente pueden contribuir al estrés. López y Sánchez (2020) afirman que "las dificultades en las relaciones interpersonales pueden ser una fuente significativa de estrés para los estudiantes, afectando su salud mental y su rendimiento académico" (p. 23).

Los cambios de desarrollo durante la transición a la adolescencia, como la pubertad, también pueden ser estresantes. Ruiz (2021) señala que "los cambios hormonales y las nuevas responsabilidades que acompañan el crecimiento pueden aumentar el nivel de estrés en los adolescentes" (p. 34).

Problemas familiares, como conflictos entre padres, divorcios o problemas económicos, también pueden influir en el estrés escolar. Fernández y Pérez (2021) destacan que "un entorno familiar inestable puede amplificar el impacto de los factores estresantes externos, afectando la capacidad del niño para manejar el estrés en la escuela" (p. 42).

Consecuencias del estrés escolar

El estrés prolongado puede tener varias consecuencias negativas. A nivel académico, la tensión emocional influye negativamente en la atención, el recuerdo y el desempeño escolar. Según García y López (2019), la exposición continua al estrés reduce el nivel académico alcanzado debido a la interferencia con la concentración y la memoria" (p. 58).

En términos de salud mental, el estrés puede contribuir a problemas como la ansiedad y la depresión. Martínez y Ruiz (2022) afirman que "infantes y jóvenes expuestos a altos grados de tensión emocional presentan mayor riesgo de manifestar trastornos psicológicos como cuadros ansiosos o depresivos" (p. 66).

Además, el estrés puede afectar las relaciones sociales y la autoestima del niño. Pérez (2019) señala que "el estrés puede llevar a dificultades en las

relaciones sociales y a una disminución en la autoestima, afectando el bienestar general del estudiante" (p. 77).

2.3. Bases filosóficas

Humanismo. El enfoque humanista sitúa a la persona como eje central de la educación, destacando la formación completa del individuo y el despliegue de sus potencialidades. Desde esta perspectiva, la enseñanza va más allá de impartir saberes académicos, impulsando el crecimiento integral en los ámbitos corporal, afectivo, relacional y trascendental. La danza, en tanto manifestación artística, encarna los principios humanistas al ofrecer a los niños una vía para explorar y desarrollar su ser integral. Desde una perspectiva humanista, el uso de la danza para reducir el estrés se justifica porque promueve el bienestar emocional y la realización personal desde una edad temprana.

Filosofía existencialista. El existencialismo enfatiza la importancia de la experiencia individual, la autonomía individual y el compromiso personal en la construcción del propio propósito. Dentro del ámbito de la enseñanza en la niñez, esta filosofía subraya la necesidad de que los niños tengan la libertad de explorar su identidad y expresar sus emociones de manera auténtica. La danza concede a los niños experimentar y expresar su existencia de manera libre y creativa, enfrentando sus emociones y manejando el estrés de una forma que es significativa para ellos. Filosóficamente, el existencialismo apoya la inclusión de la danza como un medio para que los niños experimenten la autenticidad de sus sentimientos y encuentren formas personales de lidiar con el estrés.

Pragmatismo. El pragmatismo, desarrollado por filósofos como John Dewey, sostiene que el conocimiento y el aprendizaje deben estar conectados a la experiencia y la acción. En la educación, esto implica que los métodos de enseñanza deben ser prácticos y orientados a la resolución de problemas reales. La danza, al ser una actividad física y expresiva, ofrece una forma práctica de enfrentar el estrés en la infancia. Desde una base pragmática, la danza no es solo una actividad recreativa, sino una herramienta práctica y efectiva para mejorar el bienestar emocional de los niños, preparando así el terreno para un aprendizaje más efectivo y un desarrollo más equilibrado.

Filosofía de la corporalidad. La filosofía de la corporalidad, influenciada por pensadores como Maurice Merleau-Ponty, destaca la importancia del cuerpo en la experiencia humana. Según esta perspectiva, el cuerpo no es solo un objeto físico, sino el medio a través del cual interactuamos con el mundo y comprendemos nuestra existencia. La danza, como una actividad que involucra el cuerpo de manera integral, permite a los niños conectarse con sus emociones y con el mundo que los rodea a través del movimiento. Filosóficamente, esta base sostiene que el bienestar emocional está intrínsecamente ligado a la experiencia corporal, y que prácticas como la danza pueden ser fundamentales para disminuir el estrés y promover la salud mental en la infancia.

2.4. Definición de términos básicos

Danza infantil: La danza infantil se refiere a las actividades de movimiento rítmico realizadas por niños, enfocadas en el desarrollo motor y emocional a través de la expresión corporal (Lobo, 2021).

Estrés infantil: La tensión infantil corresponde a una reacción corporal y afectiva que se manifiesta en los menores ante escenarios que interpretan como difíciles o peligrosos (Miller & Smith, 2020).

Reducción del estrés: La reducción del estrés implica la aplicación de estrategias o intervenciones que disminuyen la intensidad de la respuesta al estrés, promoviendo el bienestar emocional (Brown, 2019).

Desarrollo integral: El desarrollo integral en la infancia abarca el crecimiento equilibrado en las áreas física, emocional, cognitiva y social del niño (Gómez, 2020)

Bienestar emocional: La estabilidad afectiva describe la condición en la que una persona logra regular sus sentimientos, sentirse realizada y sostener vínculos sociales positivos (Sánchez & Pérez, 2021).

Educación infantil: La educación infantil es el conjunto de prácticas y programas diseñados para el desarrollo y la enseñanza de niños en sus primeros años, generalmente hasta los seis años de edad (Martínez, 2020).

Competencias socioemocionales: Las capacidades emocionales y sociales comprenden destrezas que facilitan el entendimiento y control de los propios sentimientos, la formulación de objetivos constructivos, la empatía, la creación de lazos saludables y la elección de acciones adecuadas (Goleman, 2021).

Aprendizaje activo: La enseñanza participativa es una metodología donde los alumnos asumen un rol protagónico en la construcción de sus conocimientos, a través de actividades prácticas, discusión, resolución de problemas y otras formas de participación directa (Prince, 2020).

Autoregulación emocional: El control emocional consiste en la facultad de ajustar sentimientos, ideas y conductas en coherencia con metas futuras (Zimmerman, 2021).

Intervención educativa: Una propuesta pedagógica consiste en un grupo de métodos y procedimientos orientados para mejorar el proceso de aprendizaje o resolver problemas específicos en un contexto educativo (Ruiz, 2020).

3.1. Hipótesis

3.1.1. Hipótesis general

La danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

3.1.2. Hipótesis específicas

La dimensión motora de la danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

La dimensión cognitiva de la danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

La dimensión creativa de la danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

3.2. Operacionalización de Variables

Tabla 1. Operacionalización de la variable X

Dimensiones	Indicadores	N ítems	Categorías	Intervalos
Dimensión motora	<ul style="list-style-type: none"> • Mover pies cuando bailo • Ritmo de la música 	4		
Dimensión cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> • Recuerdo los pasos • Imaginar movimientos 	4	Bajo Medio Alto	5 -6 7 -8 9 -10
Dimensión creativa	<ul style="list-style-type: none"> • Inventar mis movimientos • Combinar movimientos 	4		
La Danza infantil			Bajo Medio Alto	15 -19 20 -24 25 -30

Tabla 2. Operacionalización de la variable Y

Dimensiones	Indicadores	N ítems	Categorías	Intervalos
Dimensión fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> • Latido rápido por preocupación • Me sudan las manos 	4		
Dimensión emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Tristeza por preocupación • Miedo a la soledad 	4	Bajo Medio Alto	5 -6 7 -8 9 -10
Dimensión conductual	<ul style="list-style-type: none"> • Me muerdo las uñas • Me cuesta dormir 	4		
Niveles de estrés			Bajo Medio Alto	15 -19 20 -24 25 -30

CAPITULO III METODOLOGIA

3.3. Tipo de estudio

De acuerdo con la tipología planteada por Sánchez y Reyes (2002), esta investigación se enmarca en el enfoque sustantivo, ya que aborda interrogantes de carácter teórico, persigue el establecimiento de principios generales que fundamenten una estructura científica, y tiene como propósito describir, interpretar o anticipar fenómenos.

Asimismo, se clasifica como **correlacional**, dado que busca establecer, mediante el análisis de una muestra, el nivel de vínculo que existe entre las variables consideradas.

3.4. Diseño del estudio

De acuerdo con Hernández Sampieri et al. (2003), los estudios transeccionales se caracterizan por obtener información en un punto específico del tiempo, con el fin de caracterizar variables y examinar cómo se relacionan entre sí en ese instante determinado.

En consecuencia, este estudio se enmarca dentro del diseño **transeccional** o **transversal** (de tipo no experimental), puesto que se fundamenta en la observación de las variables tal como ocurren en un solo momento, sin intervención o alteración intencional por parte del investigador.

3.5. Población y muestra

3.5.1. Población

Corresponde al total de elementos que conforman el objeto de estudio. En este sentido, Balestrini Acuña (1998) la describe como “un conjunto finito o infinito de personas, cosas o elementos que presentan características comunes” (p. 123).

Tabla 3. Población de estudio

Edad	Subpoblacion
3 años	123
4 años	129
5 años	160
Total	412

3.5.2. Muestra

La muestra probabilística estratificada estuvo constituida por 198 niños de inicial.

Se aplicó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 pq.N}{E^2(N-1) + Z^2 pq}$$

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5)(0.5)(492)}{(0.05)^2(492 - 1) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = 198$$

$$Fh = \frac{n}{N}(Nh)$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Tamaño de la población.

Nh= subpoblación o grupo

Tabla 4. Población de estudio

Edad	Subpoblacion	Fh	Muestra Estratificada
3 años	123	0.483009709	59
4 años	129	0.483009709	62
5 años	160	0.483009709	77
Total	412		198

3.6. Método de investigación

Este estudio adoptó el enfoque deductivo, al partir de una base teórica para abordar el objeto de análisis. El diseño utilizado fue descriptivo-correlacional, y tanto la definición operativa de las variables como la interpretación de los hallazgos se fundamentaron en la información obtenida mediante los instrumentos aplicados. Los datos recolectados fueron organizados de manera estructurada en cuadros estadísticos y representaciones gráficas, acompañados de su respectivo análisis, lo cual permitió contrastar las hipótesis mediante técnicas estadísticas adecuadas (Hernández et al., 2010).

3.7. Técnicas e de recolección de datos

Instrumentos utilizados

La técnica utilizada en esta investigación fue la observación, y el instrumento implementado para su aplicación correspondió a una ficha de observación

Para medir la variable Danza infantil se consideró la siguiente escala de Likert:

Si	(3)
A veces	(2)
No	(1)

Fichas técnicas

Ficha Técnica 01:

Nombre original : Cuestionario para la variable Danza infantil

Autor:	Bravo Chauca Milagros del Pilar Rosario
Procedencia:	Huaura - Perú, 2024
Administración:	Individual y colectiva
Duración:	Aproximadamente de 25 a 30 minutos
Edad:	Niños de 5 años de la I.E. Parroquial 653 San José Huaura

Para medir la variable Niveles de estrés se consideró la siguiente escala de Likert:

Si	(3)
A veces	(2)
No	(1)

Fichas técnicas

Ficha Técnica 02:

Nombre Original :	Cuestionario para la variable Danza infantil
Autor:	Bravo Chauca Milagros del Pilar Rosario
Procedencia:	Huaura - Perú, 2024
Administración:	Individual y colectiva
Duración:	Aproximadamente de 25 a 30 minutos
Edad:	Niños de 5 años de la I.E. Parroquial 653 San José Huaura

a) Validez del instrumento

De acuerdo con Ramírez, T. (2007), la validación del cuestionario fue de carácter lógico, ya que las interrogantes fueron sometidas a evaluación por parte de especialistas, con el objetivo de verificar su pertinencia en relación con los aspectos que se deseaba medir. Este análisis permitió clasificar adecuadamente las necesidades identificadas y, a partir de ellas, elaborar y validar las preguntas del instrumento.

Tabla 5. Validación de expertos

Expertos	Calificación Promedio (%)
----------	---------------------------

1.	Experto 1	90%
2.	Experto 2	89%
3.	Experto 3	90%
Promedio		90%

3.8. Método de análisis de datos

a. Descriptiva

Una vez concluida la etapa de recopilación de datos, se llevó a cabo el tratamiento de la información mediante la construcción de tablas y representaciones gráficas. Para ello, se empleó el software estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences, versión 22.0 en español), con el fin de obtener los resultados derivados de la aplicación de los cuestionarios. Se realizó un análisis descriptivo de cada variable y sus dimensiones, utilizando distribuciones de frecuencias y gráficos ilustrativos.

b. Inferencial

. Se someterá a prueba:

- La Hipótesis Central
- La Hipótesis específicas
- Análisis de los cuadros de doble entrada

CAPITULO IV RESULTADOS

4.1. Resultados descriptivos de las variables

Tabla 6. Danza infantil

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	79	39,9
	Bajo	16	8,1
	Medio	103	52,0
	Total	198	100,0

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

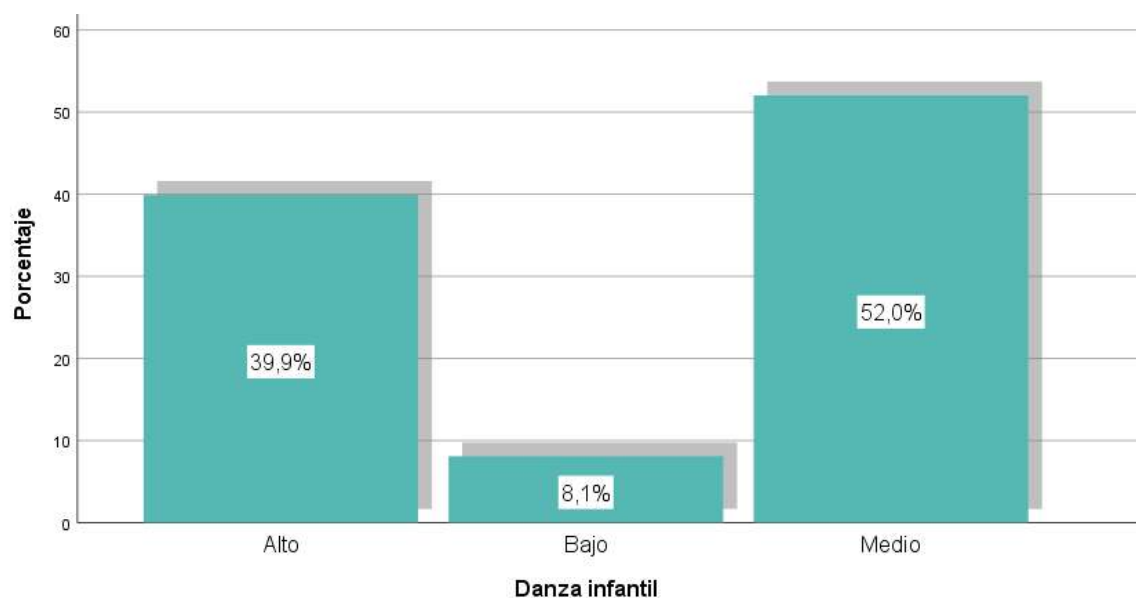


Figura 1. Danza infantil

De la fig. 1, un 52,0% de los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura muestran un nivel medio en la variable danza infantil, un 39,9% consiguieron un nivel alto y un 8,1% obtuvieron un nivel bajo.

Tabla 7. Dimensión motora

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	82	41,4
	Bajo	13	6,6
	Medio	103	52,0
	Total	198	100,0

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

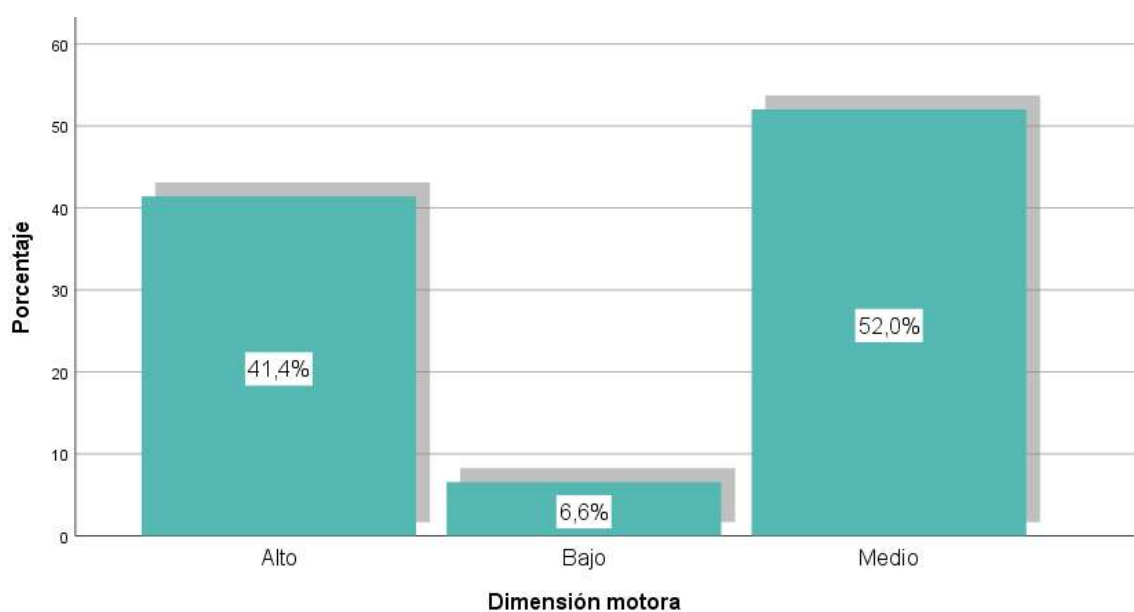


Figura 2. Dimensión motora

De la fig. 2, un 52,0% de los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura muestran un nivel medio en la dimensión motora dentro de la danza infantil, un 41,4% consiguieron un nivel alto y un 6,6% obtuvieron un nivel bajo.

Tabla 8. Dimensión cognitiva

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	66	33,3
	Bajo	16	8,1
	Medio	116	58,6
	Total	198	100,0

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

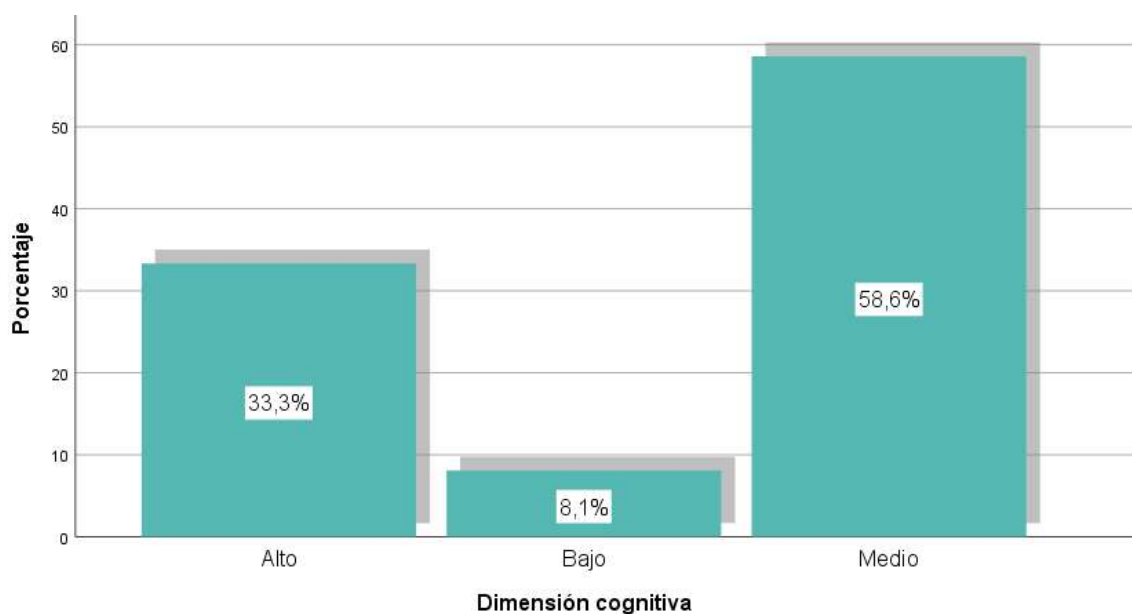


Figura 3. Dimensión cognitiva

De la fig. 3, un 58,6% de los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura muestran un nivel medio en la dimensión cognitiva dentro de la danza infantil, un 33,3% consiguieron un nivel alto y un 8,1% obtuvieron un nivel bajo.

Tabla 9. Dimensión creativa

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	22	11,1
	Bajo	26	13,1
	Medio	150	75,8
	Total	198	100,0

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

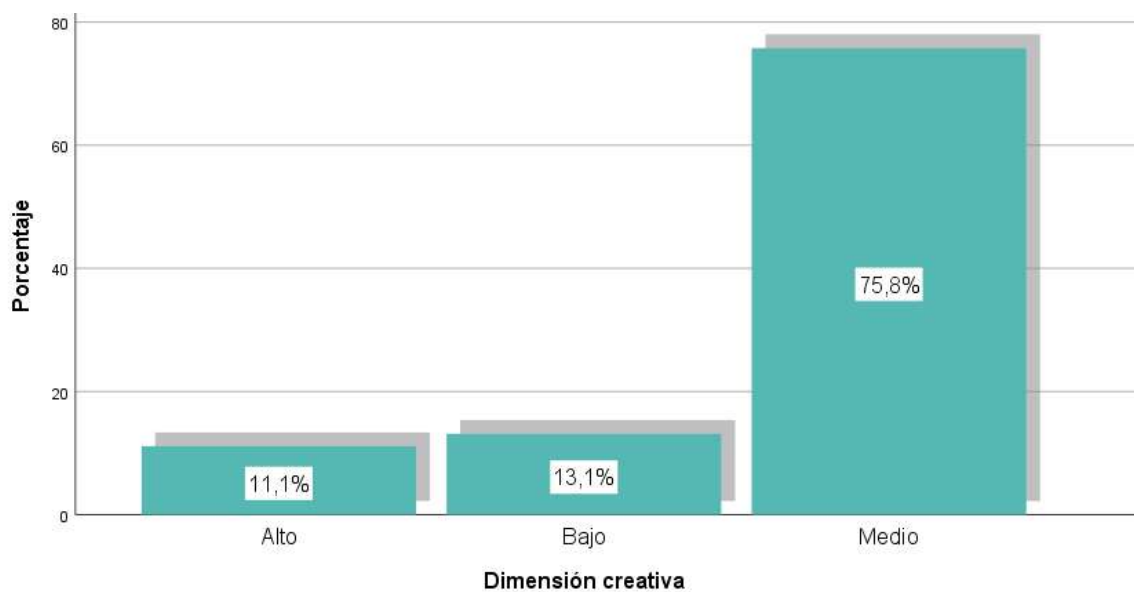


Figura 4. Dimensión creativa

De la fig. 4, un 75,8% de los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura muestran un nivel medio en la dimensión creativa dentro de la danza infantil, un 13,1% consiguieron un nivel bajo y un 11,1% obtuvieron un nivel alto.

Tabla 10. Niveles de estrés

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	86	43,4
	Bajo	16	8,1
	Medio	96	48,5
	Total	198	100,0

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

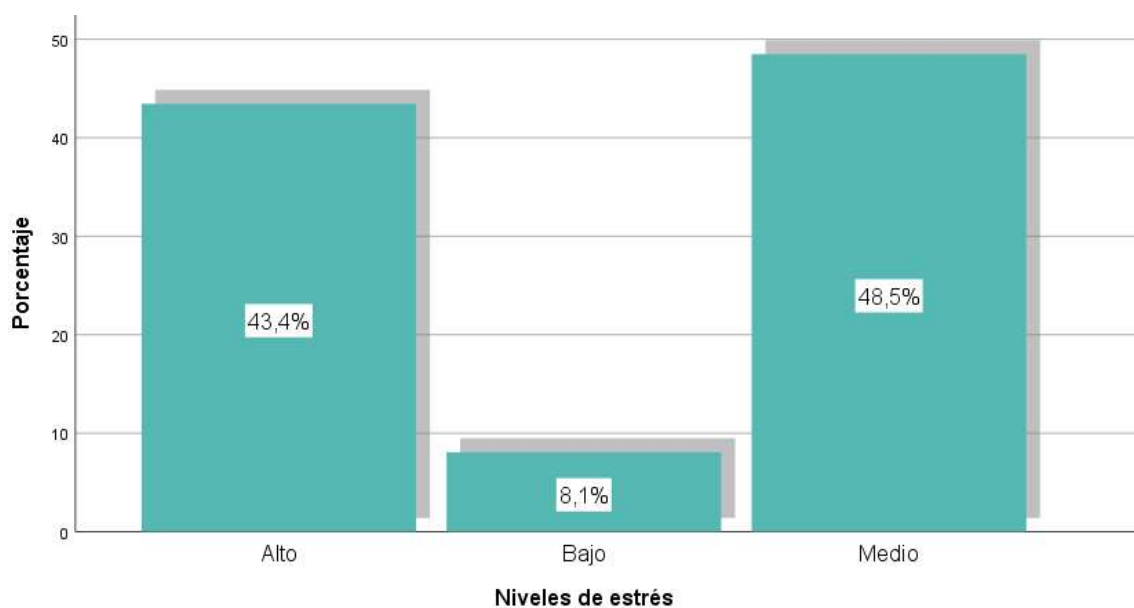


Figura 5. Niveles de estrés

De la fig. 5, un 48,5% de los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura muestran un nivel medio en la variable niveles de estrés, un 43,4% consiguieron un nivel alto y un 8,1% obtuvieron un nivel bajo.

4.2. Generalización entorno la hipótesis central

Hipótesis general

Ha: La danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

Tabla 11. La danza infantil y los niveles de estrés

Correlaciones

			Danza infantil	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Danza infantil	Coefficiente de correlación	1,000	,938**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	198	198
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	,938**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	198	198

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La tabla muestra una correlación de $r= 0,938$ con un valor $\text{Sig}<0,05$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la nula. Por tanto se puede evidenciar que existe relación de magnitud muy buena entre la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

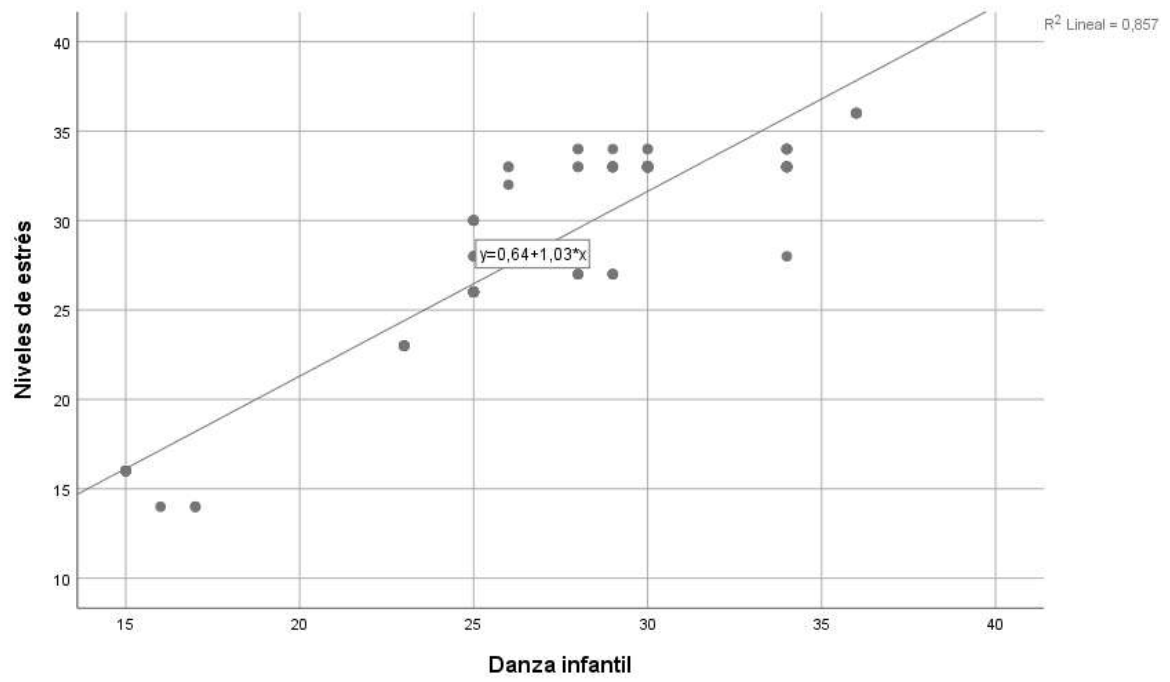


Figura 6. . La danza infantil y los niveles de estrés

Hipótesis específica 1

Ha: La dimensión motora de la danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

Tabla 12. La dimensión motora y los niveles de estrés

Correlaciones

			Dimensión motora	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Dimensión motora	Coefficiente de correlación	1,000	,849**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	198	198
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	,849**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	198	198

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La tabla muestra una correlación de $r = 0,849$ con un valor $\text{Sig} < 0,05$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la nula. Por tanto se puede evidenciar que existe relación de magnitud muy buena entre la dimensión motora de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

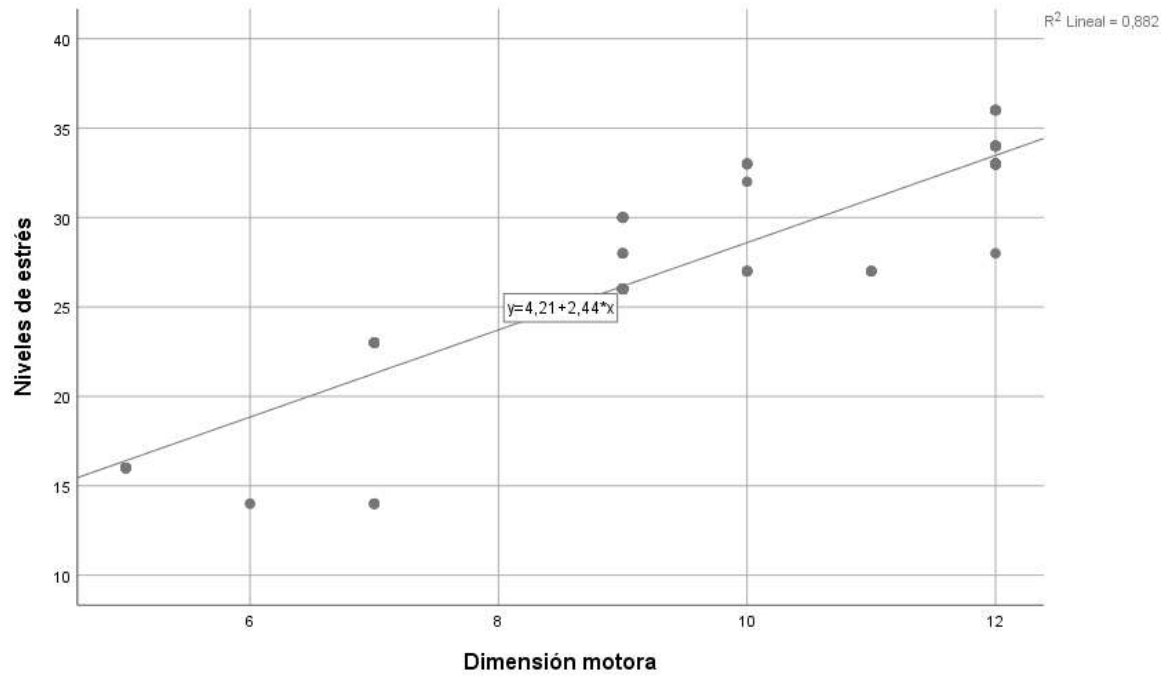


Figura 7 La dimensión motora y los niveles de estrés

Hipótesis específica 2

Ha: La dimensión cognitiva de la danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

Tabla 13. La dimensión cognitiva y los niveles de estrés

Correlaciones

		Dimensión cognitiva	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Dimensión cognitiva	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,830**
		N	198
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	,830**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	198

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La tabla muestra una correlación de $r = 0,830$ con un valor $\text{Sig} < 0,05$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la nula. Por tanto se puede evidenciar que existe relación de magnitud muy buena entre la dimensión cognitiva de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

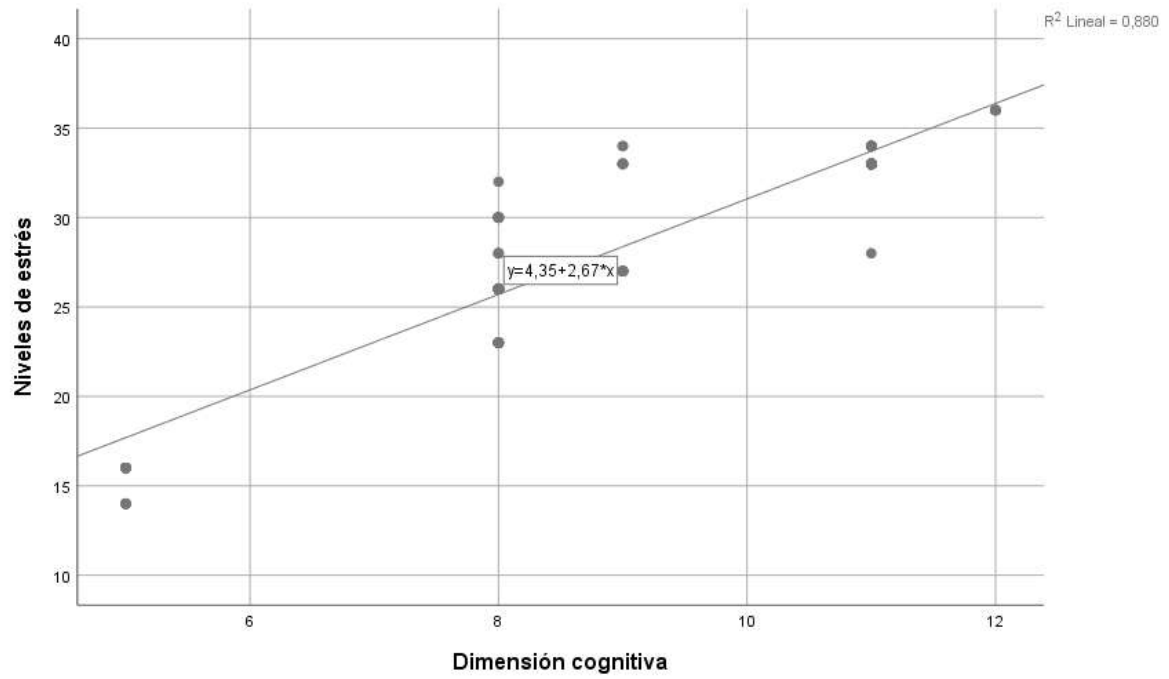


Figura 8. La dimensión cognitiva y los niveles de estrés

Hipótesis específica 3

Ha: La dimensión creativa de la danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

Tabla 14. La dimensión creativa y los niveles de estrés

Correlaciones

		Dimensión creativa	Niveles de estrés
Rho de Spearman	Dimensión creativa	Coefficiente de correlación	,410
		Sig. (bilateral)	,000
		N	198
	Niveles de estrés	Coefficiente de correlación	,410
		Sig. (bilateral)	,000
		N	198

La tabla muestra una correlación de $r= 0,410$ con un valor $\text{Sig}<0,05$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la nula. Por tanto se puede evidenciar que existe relación de magnitud moderada entre la dimensión creativa de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

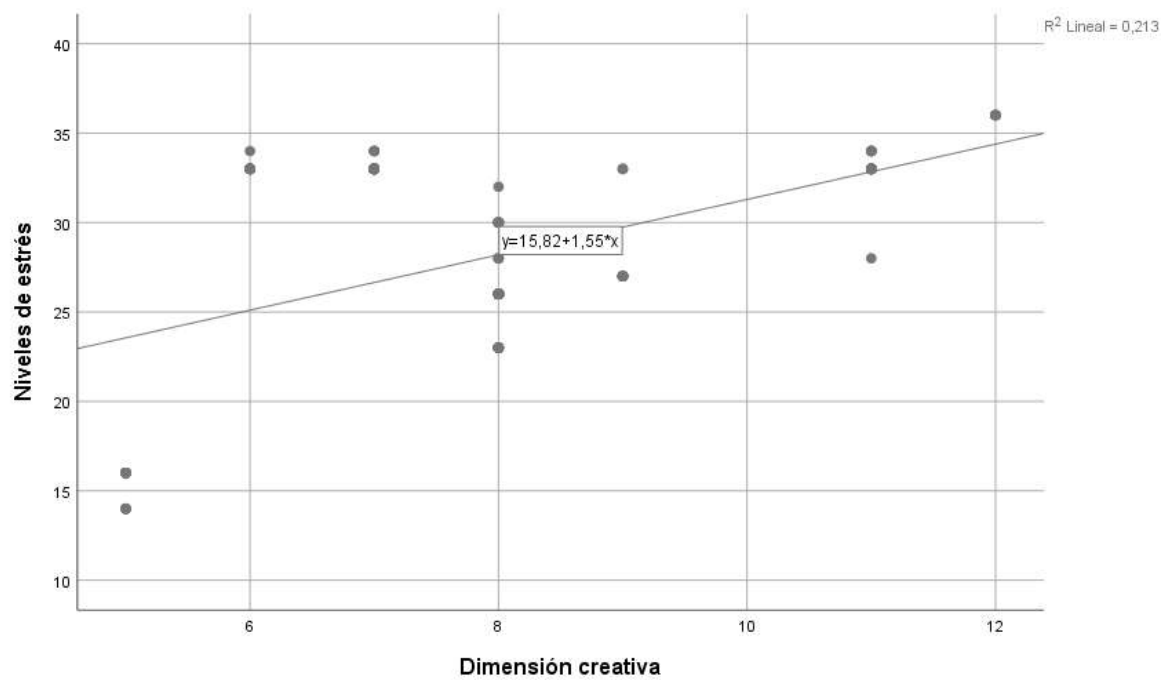


Figura 9. La dimensión creativa y los niveles de estrés

CAPITULO V

DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en esta investigación permiten afirmar que la **danza infantil** constituye una herramienta pedagógica altamente eficaz para la **reducción de los niveles de estrés** en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N.º 653 “San José” del distrito de Huaura. La relación hallada entre ambas variables es de **magnitud muy buena**, lo cual confirma que el movimiento corporal rítmico y expresivo, aplicado con intencionalidad educativa, tiene un impacto significativo en la salud emocional de los infantes.

Este hallazgo se encuentra en sintonía con diversos estudios desarrollados en el ámbito internacional. En primer lugar, **Lobo y Winsler (2006)**, en una investigación realizada en Washington, demostraron que los niños de preescolar que participaron en programas de danza creativa presentaron mejoras notables en su autorregulación emocional, en su capacidad de atención y en su comportamiento social. Según estos autores, el movimiento corporal constituye una vía privilegiada para que los niños canalicen tensiones internas y expresen emociones de manera segura y no verbal. Esta perspectiva concuerda plenamente con los resultados de esta investigación, donde se comprobó que la danza no solo permite el desarrollo motriz, sino también actúa como una estrategia eficaz para la disminución del estrés en la infancia temprana.

De igual manera, el estudio de **Muro y Cárdenas (2019)**, llevado a cabo en España, evidenció que los programas escolares que incorporan danza en la rutina diaria de los niños logran un efecto positivo en su bienestar emocional. Los autores resaltan que, al bailar, los niños no solo se divierten, sino que también descargan tensiones, disminuyen la ansiedad y desarrollan vínculos sociales más sanos. Esto refuerza los hallazgos de esta investigación, particularmente en la primera conclusión, que muestra una relación de magnitud muy buena

entre la danza infantil y la reducción del estrés, siendo esta una evidencia del valor emocional de esta práctica artística en contextos escolares.

En cuanto a las **dimensiones específicas** de la danza infantil, la dimensión **motora** mostró también una relación de magnitud muy buena con la reducción del estrés. Este resultado está respaldado por el estudio de **Reyna (2020)**, realizado en instituciones de educación inicial del Cusco, donde se concluyó que las actividades motrices rítmicas, como los juegos danzados y las rondas musicales, ayudan a canalizar la energía acumulada, a mejorar el control corporal y a reducir síntomas de estrés y ansiedad infantil. Se destacó además que el componente rítmico permite a los niños conectar su cuerpo con sus emociones, fortaleciendo su autoconciencia y bienestar físico-emocional.

En relación con la dimensión **cognitiva**, los resultados también fueron contundentes: se halló una relación de magnitud muy buena con la reducción de los niveles de estrés. Este hallazgo se sostiene en estudios como el de **Restrepo y Pérez (2021)**, quienes analizaron cómo la danza creativa estimula los procesos de atención, memoria y planificación en niños de 4 a 6 años. La danza, al implicar la secuencia de pasos, la anticipación de movimientos y la atención a la música, activa circuitos cerebrales que promueven la organización mental, ayudando a los niños a afrontar de manera más equilibrada las exigencias del entorno escolar.

En el contexto nacional, la investigación de **Valencia (2022)**, desarrollada en una institución educativa de Lima Metropolitana, concluyó que la danza infantil mejora significativamente el clima emocional del aula, promoviendo un ambiente más relajado, cooperativo y afectivo. Los niños que participaron en sesiones estructuradas de danza mostraron menores niveles de tensión emocional, mayor disposición para el aprendizaje y una mejor relación con sus pares. Este hallazgo guarda estrecha relación con los resultados del presente estudio, al mostrar que la danza infantil puede ser un medio pedagógico preventivo frente a los efectos negativos del estrés escolar.

Por otro lado, la dimensión **creativa** de la danza infantil mostró una **relación de magnitud moderada** con la reducción del estrés. Este resultado puede interpretarse desde diversas perspectivas. En primer lugar, puede responder a limitaciones en los espacios otorgados a la expresión libre y espontánea dentro de las sesiones de danza. Es posible que la práctica observada en el aula esté centrada en la repetición de secuencias fijas o

coreografías rígidas, lo cual restringe la creatividad del niño y, por tanto, su capacidad de liberar tensiones emocionales por medio de movimientos propios. En este sentido, autores como **Gardner (1993)** señalan que el potencial creativo en la primera infancia requiere ambientes que promuevan la exploración, la improvisación y la libre expresión del cuerpo. Si estas condiciones no están plenamente dadas, el impacto emocional de la creatividad puede verse limitado.

Asimismo, la menor intensidad en la relación de la dimensión creativa también puede estar asociada al nivel de madurez emocional de los niños de 5 años, quienes todavía se encuentran en una etapa inicial del crecimiento simbólico y de la representación emocional a través del cuerpo. Por ello, si bien la creatividad es una vía para la expresión emocional, su efectividad puede depender de la calidad de las experiencias propuestas y del acompañamiento docente durante dichas actividades.

En conclusión, los resultados de esta investigación no solo confirman lo planteado por diversas investigaciones previas, sino que aportan **evidencia empírica contextualizada al ámbito educativo peruano**, específicamente en el distrito de Huaura. La danza infantil, concebida como una actividad integral que articula lo motor, lo cognitivo y lo expresivo, se presenta como un recurso fundamental para fomentar el equilibrio afectivo en la infancia, particularmente en lo que respecta a la **prevención y reducción del estrés** en edades tempranas. Por ello, se justifica plenamente la incorporación sistemática y reflexiva de esta práctica en las propuestas curriculares del nivel inicial.

CONCLUSIONES

- **Primera:** Existe relación de magnitud muy buena entre la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.
- **Segunda:** Existe relación de magnitud muy buena entre la dimensión motora de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.
- **Tercera:** Existe relación de magnitud muy buena entre la dimensión cognitiva de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.
- **Cuarta:** Existe relación de magnitud moderada entre la dimensión creativa de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.

RECOMENDACIONES

- **Primera:** Incluir coreografías simples, rítmicas y lúdicas que permitan a los niños expresarse corporalmente, sin rigidez ni exigencias técnicas. Esto contribuye a liberar tensiones acumuladas, favorece la autorregulación emocional y promueve el disfrute del movimiento.
- **Segunda:** Se recomienda usar música infantil con tempo moderado, sonidos naturales y canciones conocidas por los niños, ya que estas favorecen la relajación y reducen la ansiedad. La música debe ser elegida según el momento del día y el estado emocional del grupo.
- **Tercera:** Es importante que el personal docente reciba formación específica sobre los beneficios psicológicos de la danza y técnicas que promuevan el bienestar emocional. Ello permitirá diseñar intervenciones con intención pedagógica y con un enfoque de contención emocional.
- **Cuarta:** El entorno debe ser amplio, ventilado y decorado con colores cálidos que inviten al movimiento libre y espontáneo. Un ambiente amigable y sin presiones mejora la experiencia del niño y reduce significativamente los factores estresantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Fuentes documentales

- Caceres, I., & Ccorpuna, R. (2019). *Estresores Académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes de segundo, tercero y cuarto año. Facultad de Enfermería UNSa. Arequipa 2015*. Arequipa. Perú: Universidad Nacional San Agustín de Arequipa.
- Guerrero, L., & Retamal, E. (2019). *Tesis: Estrés académico en estudiantes de educación superior*. Talca. Chile: Universidad de Talca.
- Gutiérrez, K., & Huaman, J. (2019). *Centro de formación y difusión de danzas folklóricas*. Lima. Perú: Universidad Ricardo Palma.
- Guzman, J., & Mortigo, K. (2018). *Tesis: Qué factores influyen y en qué nivel de estrés académico se encuentran los estudiantes de psicología de la jornada nocturna del Politécnico Grancolombiano*. Bogotá: Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano.
- Mamani, B. (2019). *Tesis: Estrés infantil y tareas escolares en niños de cuatro y cinco años de la Institución Educativa Inicial “Santiago de Ríos” N° 761 Juliaca – Puno. 2017*. Puno: Universidad César Vallejo. Escuela Posgrado.
- Romero, A. (2018). *Identidad musical a través del folklor colombiano; aprobación y uso de sus elementos en composiciones y arreglos propios*. Bogotá. Colombia: Pontificia Universidad de Javeriana.
- Tintaya, K. (2021). *Tesis: Percepción parental sobre el estrés infantil de los niños de Instituciones educativas de San Agustín de Cajas 2021*. Huancayo. Perú: Universidad Peruana Los Andes.
- Torres, A. (2020). *Estereotipos y cambios sociales en las Danzas Folklóricas. Un estudio de caso*. Buenos Aires. Argentina: Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales.

Fuentes bibliográficas

- Brown, R. (2019). *Stress management in early childhood: Techniques and outcomes*. Academic Press.
- Fernández, P. (2020). *Estrés y bienestar: Una aproximación multidimensional*. Psicoediciones.
- Fernández, P. (2020). *La interacción social a través de la danza en la infancia*. Journal of Child Development Studies.
- García, M. (2020). *Danza y movimiento en la educación infantil*. Creative Learning Press.
- García, M., & Martínez, L. (2020). *Danza y movimiento en la educación infantil*. Creative Learning Press.
- García, M., & Martínez, L. (2020). *Danza y movimiento en la educación infantil*. Creative Learning Press.
- García, M., & Morales, P. (2020). *Impacto del estrés en las relaciones sociales de los niños*. Journal of Child Psychology.
- Goleman, D. (2021). *Emotional intelligence in children: Building socioemotional skills*. HarperCollins.
- Gómez, M. (2020). *Comprehensive child development: Theory and practice*. Educational Insights.
- Gómez, M. (2023). *El estrés en la vida moderna: Causas, efectos y estrategias de manejo*. Editorial Salud Mental.
- González, R., & Hernández, J. (2021). *El estrés en la infancia: Manifestaciones fisiológicas y abordaje clínico*. Revista de Psicología Pediátrica.
- Gutiérrez, J. (2021). *Mecanismos de adaptación al estrés: Un enfoque biopsicosocial*. Ediciones Médicas.
- Hernández, A. (2022). *Estrés y salud: Implicaciones para la calidad de vida*. Editorial Bienestar.
- Lobo, Y. (2021). *Movement and expression: Dance in early childhood education*. Creative Learning Publications.

- López, A., & Ruiz, B. (2021). *Expresión emocional y bienestar en la educación infantil*. Wellness and Education Publications.
- López, R. (2020). *Dimensiones emocionales del estrés infantil: Un enfoque integral*. Editorial Infancia y Salud.
- López, R. (2021). *El impacto del estrés en la salud mental*. PsicoSalud Editorial.
- Martínez, L. (2022). *Estrategias de afrontamiento del estrés: Un enfoque práctico*. Editorial Psicología Contemporánea.
- Martínez, L., & Ruiz, A. (2022). *Efectos cognitivos del estrés en niños en edad escolar*. Psicoeducación Infantil.
- Miller, S., & Smith, J. (2020). *Childhood stress: Causes, effects, and interventions*. Pediatric Press.
- Pérez, A. (2019). *Comportamiento infantil bajo estrés: Identificación y estrategias de intervención*. Editorial Psicokids.
- Prince, M. (2020). *Active learning strategies: Enhancing student engagement*. Teaching Excellence Press.
- Ramírez, C. (2023). *Manejo del estrés en la vida cotidiana*. Editorial Salud Integral.
- Rodríguez, A. (2021). *Creatividad y expresión en la danza infantil*. Artistic Learning Press.
- Ruiz, A. (2020). *Educational interventions: Theory, research, and practice*. Learning Innovations.
- Sánchez, J. (2019). *Desarrollo cognitivo a través de la danza en la infancia*. Cognitive Development Studies.
- Sánchez, M., & Pérez, R. (2021). *Estrés y resiliencia: Claves para un bienestar emocional*. Editorial Humanitas.
- Vega, D. (2023). *Respuestas al estrés: Teorías y aplicaciones clínicas*. Editorial Psique.

ANEXOS

Matriz de consistencia
LA DANZA INFANTIL EN LA REDUCCIÓN DE NIVELES DE ESTRÉS EN LOS NIÑOS DE 5 AÑOS DE LA I.E.I. PARROQUIAL N° 653
“SAN JOSE” HUAURA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES				
<p><u>Problema general</u> ¿Qué relación existe entre la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura?</p> <p><u>Problemas específicos</u> ¿Qué relación existe entre la dimensión motora de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura?</p> <p>¿Qué relación existe entre la dimensión cognitiva de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura?</p>	<p><u>Objetivo general</u> Determinar la relación entre la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.</p> <p><u>Objetivos específicos</u> Establecer la relación entre la dimensión motora de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.</p> <p>Determinar la relación entre la dimensión cognitiva de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.</p>	<p><u>Hipótesis general</u> La danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.</p> <p><u>Hipótesis específicas</u> La dimensión motora de la danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.</p> <p>La dimensión cognitiva de la danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.</p>	VARIABLE INDEPENDIENTE (X): La Danza infantil				
			Dimensiones	Indicadores	Item	Indices	
			Dimensión motora	<ul style="list-style-type: none"> • Mover pies cuando bailo • Ritmo de la música 	4	Si A veces No	
			Dimensión cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> • Recuerdo los pasos • Imaginar movimientos 	4		
			Dimensión creativa	<ul style="list-style-type: none"> • Inventar mis movimientos • Combinar movimientos 	4		
			TOTAL		12		
			VARIABLE DEPENDIENTE (Y): Niveles de estrés				
			Dimensiones	Indicadores	Item	Indices	
			Dimensión fisiológica	<ul style="list-style-type: none"> • Latido rápido por preocupación • Me sudan las manos 	4	Si A veces No	
			Dimensión emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Tristeza por preocupación • Miedo a la soledad 	4		
Dimensión conductual	<ul style="list-style-type: none"> • Me muerdo las uñas • Me cuesta dormir 	4					

<p>¿Qué relación existe entre la dimensión creativa de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura?</p>	<p>Establecer la relación entre la dimensión creativa de la danza infantil y la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.</p>	<p>La dimensión creativa de la danza infantil se relaciona con la reducción de los niveles de estrés en los niños de 5 años de la I.E.I. Parroquial N° 653 “San José” Huaura.</p>	<p>Total</p>	<p>12</p>	
---	---	---	--------------	-----------	--

Matriz de datos

N	Danza infantil														Niveles de estrés																											
	Dimensión motora					Dimensión cognitiva				Dimensión creativa					ST1	Dimensión fisiológica					Dimensión emocional				Dimensión conductual					ST2												
	1	2	3	4	S1	5	6	7	8	S2	9	10	11	12		S3	1	2	3	4	S1	5	6	7	8	S2	9	10	11		12	S3										
1	2	2	3	3	10	2	3	2	2	9	2	2	3	2	9	28	3	2	3	3	11	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	27
2	1	2	3	1	7	2	1	1	1	5	2	1	1	1	5	17	1	1	1	1	4	2	1	1	1	5	2	1	1	1	1	5	2	1	1	1	5	14				
3	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	36	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	3	3	3	12	36	
4	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
5	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
6	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	34	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	34				
7	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
8	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	1	6	29	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33					
9	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
10	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
11	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
12	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
13	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33					
14	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
15	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
16	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
17	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
18	2	2	3	3	10	2	3	2	2	9	2	2	3	2	9	28	3	2	3	3	11	2	2	2	2	8	2	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	27				
19	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
20	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
21	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
22	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
23	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
24	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
25	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
26	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
27	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
28	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
29	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
30	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
31	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
32	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
33	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	2	7	30	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
34	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
35	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
36	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	1	6	29	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33					
37	1	2	2	2	7	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	23	1	2	2	2	7	2	2	2	2	8	2	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	23				
38	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	34	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
39	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
40	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
41	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	1	2	1	6	29	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33					
42	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
43	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	34	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
44	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
45	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
46	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	11	34	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	11	2	3	3	3	11	33				
47	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	25	3	2	2	2	9	2	2	2	2	8	2	2	2	2	3	9	2	2	2	2	3	9	26			
48	1	1	1	2	5	2	1	1	1	5	2	1	1	1	5	15	3	1	1	1	6	2	1	1	1	5	2	1	1	1	1	5	16									
49	2	2	2	3	9	2	2	2																																		



FACULTAD DE EDUCACION

Ficha de observación 01. Danza Infantil

Dimensión motora		Si	A veces	No
1.	Me gusta mover mis pies cuando bailo.			
2.	Puedo seguir el ritmo de la música con mi cuerpo.			
3.	Me siento cómodo saltando y girando cuando bailo.			
4.	Puedo copiar los movimientos de mi profesor de baile.			
Dimensión cognitiva		Si	A veces	No
5.	Recuerdo bien los pasos de la danza.			
6.	Puedo imaginar movimientos cuando escucho música.			
7.	Entiendo cuándo debo empezar a bailar con la música.			
8.	Puedo recordar la secuencia de movimientos en una canción			
Dimensión creativa		Si	A veces	No
9.	Me gusta inventar mis propios movimientos cuando bailo.			
10.	Puedo crear nuevos pasos de baile al escuchar una canción.			
11.	Me gusta combinar diferentes movimientos al bailar.			
12.	Puedo inventar una historia con mis movimientos de baile.			



FACULTAD DE EDUCACION

Ficha de observación 02. Niveles de estrés

Dimensión fisiológica		Si	A veces	No
13.	Siento que mi corazón late rápido cuando estoy preocupado.			
14.	A veces me duele la barriga cuando estoy nervioso.			
15.	Me sudan las manos cuando estoy asustado.			
16.	Siento que me falta el aire cuando me pongo nervioso.			
Dimensión emocional		Si	A veces	No
17.	Me siento triste cuando estoy preocupado.			
18.	Me pongo enojado cuando no puedo hacer algo.			
19.	Me da miedo cuando estoy solo.			
20.	Me siento mal cuando alguien me grita.			
Dimensión conductual		Si	A veces	No
21.	Me muerdo las uñas cuando estoy nervioso.			
22.	Me cuesta dormir cuando estoy preocupado.			
23.	Hablo menos cuando tengo miedo.			
24.	No quiero comer cuando estoy triste.			

FICHA DE DATOS

DATOS DE LA IE			
Nombre de la IE	653 SAN JOSE	Código de la IE	25296591
Nombre de la DRE o UGEL	UGEL 09 Huaura	Código de DRE o UGEL	150202
Tipo de Gestión	Pública de gestión privada	Dependencia	Convenio con Sector Educación
Teléfono	3411814	Correo electrónico	
Número de RUC		Página web	
Promotor o Propietario		Forma	Escolarizado
Razón social		Director(a)	Lopez Romero Doris Patricia
DATOS DEL SERVICIO EDUCATIVO			
Código modular	1020163	Anexo	0
Nivel/Modalidad	Inicial - Cuna Jardín	Característica (Censo Educativo 2023)	No Aplica
Género	Mixto	Tipo de programa	No aplica
Turno	Continuo mañana y tarde	Estado	Activo
DATOS DEL LOCAL EDUCATIVO			
Código de local	380417	Localidad	
Dirección	Avenida Coronel Portillo S/N	Centro Poblado	HUAURA
Departamento	Lima	Área geográfica	Urbana
Provincia	Huaura	Latitud	-11.06819
Distrito	Huaura	Longitud	-77.59793



Fuentes de información
 Padrón de Servicios Educativos, Censo Educativo 2023, Carta Educativa del Ministerio de Educación- Unidad de Estadística y cartografía de OpenStreetMap.

Matrícula por edad y sexo, 2023

Nivel	Total		0 Años		1 Año		2 Años		3 Años		4 Años		5 Años		6 Años		7 Años	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Inicial - Cuna Jardín	245	245	0	0	12	9	24	33	67	56	74	55	68	92	0	0	0	0

Matrícula por periodo según edad, 2004-2023

	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Total	539	509	554	515	546	556		519	432	462	387	437	467	483	471	499	521	496	544	490
0 Años	8	8	18	5	3	6		6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1 Año	14	18	18	21	16	14		16	17	21	12	19	14	22	23	18	0	15	19	21
2 Años	49	53	49	52	53	53		65	38	54	28	44	72	73	83	73	66	47	39	57
3 Años	108	119	127	115	124	120		127	102	101	88	100	113	142	125	141	150	120	136	123
4 Años	151	153	175	155	179	184		148	153	138	97	138	122	131	135	134	156	157	177	129
5 Años	209	158	167	167	171	179		157	122	148	134	136	146	115	105	133	149	157	173	160
6 Años	0	0	0	0	0	0		0	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7 Años	0	0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Docentes, 2004-2023

	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Total	19	19	19	19	20	20		20	18	20	20	20	20	20	21	21	21	22	22	22