



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Física y Deportes

Bailoterapia como reductor de estrés en niños de v ciclo de la Institución

Educativa N° 20393 de Chancay, 2022

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Física y Deportes

Autores

Hugo Franco Chambi Cuadros

Toño Alfredo Campos Beteta

Asesor

M(o). Teobaldo Noreño Susanibar Hoces

Huacho – Perú

2023



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 EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

INFORMACIÓN

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Hugo Franco Chambi Cuadros	74229171	05 de diciembre de 2023
Toño Alfredo Campos Beteta	72482054	05 de diciembre de 2023
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
M(o) Teobaldo Noreño Susanibar Hoces	15688490	0000-0002-7017-7990
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Norvina Marlena Marcelo Angulo	15766260	0000-0002-9998-8260
Lic. Maria Magdalena La Rosa Guevara	07682298	0000-0001-6434-9584
Dra. Felipa Hinmer Hilem Apolinario Rivera	15688054	0000-0003-1250-6220

BAILOTERAPIA COMO REDUCTOR DE ESTRÉS EN NIÑOS DE V CICLO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 20393 DE CHANCAY, 2022

INFORME DE ORIGINALIDAD

18%

INDICE DE SIMILITUD

18%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

10%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unjfsc.edu.pe:8443 Fuente de Internet	5%
2	repositorio.uarm.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	www.scribd.com Fuente de Internet	1%
5	www.auca.es Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion Trabajo del estudiante	1%
7	saposyprincesas.elmundo.es Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Católica de Santa María	1%

Dedicatoria

A Dios, por permitirme llegar a este momento tan especial en mi vida. Por los triunfos y los momentos difíciles que me han enseñado a valorarlo cada día más, A mi madre Esther por ser la persona que me ha acompañado durante todo mi trayecto estudiantil y de vida, a mis tías quienes han velado por mí durante este arduo camino para convertirme en una profesional. A mi padre Alejandro quien con sus consejos ha sabido guiarme para culminar mi carrera profesional. A mis colegas, que gracias al equipo que formamos logramos llegar hasta el final del camino y que, hasta el momento, seguimos siendo amigos: toño campos y josue león. A mis profesores, gracias por su tiempo, por su apoyo, así como por la sabiduría que me transmitieron en el desarrollo de mi formación profesional.

Bach. HUGO FRANCO CHAMBI CUADROS

Bach. TOÑO ALFREDO CAMPOS BETETA

Agradecimiento

Doy infinitamente gracias a Dios, por haberme dado fuerza y valor para culminar esta etapa de mi vida.

Gracias a mi universidad José Faustino Sánchez Carrión por haberme permitido formarme en ella, gracias a todas las personas por participes de forma directa o indirecta.

Agradezco también la confianza y el apoyo brindado por parte de mi padre Alejandro, que sin duda alguna en el trayecto de mi vida me ha demostrado su amor, corrigiendo mis faltas y celebrando mis triunfos.

A mi madre Esther, que con sus consejos me ha ayudado a afrontar los retos que se me han presentado a lo largo de mi vida.

A mis hermanos Milagros y Diego, que siempre lo he sentido presente en mi vida. Y sé que está orgulloso de la persona en la cual me he convertido.

Agradezco especialmente a mis tíos especialmente a Luis Chambi quienes con su ayuda, cariño y comprensión han sido parte fundamental de mi vida.

Finalmente, a mis familiares, por su apoyo incondicional en el transcurso de mi carrera universitaria, por compartir momentos de alegría, tristeza y demostrarme que siempre podré contar con ellos.

Bach. HUGO FRANCO CHAMBI CUADROS

Bach. TOÑO ALFREDO CAMPOS BETETA

Índice

Dedicatoria	4
Agradecimiento	6
Índice de tablas	10
Índice de figuras	11
Resumen	12
Abstract	13
INTRODUCCIÓN	14
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
1.1 Descripción de la realidad problemática	15
1.4. Justificación de la investigación	17
1.5 Delimitaciones del estudio	17
1.6 Viabilidad del estudio	17
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	19
2. 1. Antecedentes de la investigación	19
2.1.1. Investigaciones internacionales	19
2.1.2. Investigaciones nacionales	21
2.2. Bases teóricas	23
2.3. Definiciones conceptuales	31
2.4. Formulación de la hipótesis	32
2.4.1. Hipótesis general	32
2.4.2. Hipótesis específicas	33

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	34
3.1 Diseño metodológico	34
3.1.1. Tipo de investigación	34
El tipo de investigación es Básico	34
3.1.2. Nivel de investigación	34
3.1.3. Diseño	34
3.1.4. Enfoque	35
3.2. Población y muestra.....	35
3.2.1 Población	35
3.2.2 Muestra	35
3.3. Operacionalización de variables.....	35
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	36
3.4.1. Técnicas a emplear.....	36
3.4.2. Descripción de los instrumentos	36
3.5. Técnicas para el procesamiento de la información	36
Instrumentos	36
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	37
4.1. Análisis de resultados	37
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	55
5. 1. DISCUSIÓN	55
5. 2. CONCLUSIONES	57
5. 3. RECOMENDACIONES	58

CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN	59
6. 1. Fuentes Bibliográficas	59
ANEXOS	63
Matriz de consistencia.....	64
LISTA DE COTEJO.....	65

Índice de tablas

Tabla 1 ¿El niño tiene una coordinación motriz adecuada al momento de realizar el baile en clase?	37
Tabla 2 ¿El niño tiene una coordinación óculo-manual adecuada al momento de realizar el baile en clase?.....	38
Tabla 3 ¿El niño tiene una coordinación óculo-pédica adecuada al momento de realizar el baile en clase?.....	39
Tabla 4 ¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos del medio ambiente sin necesidad de una música específica?.....	40
Tabla 5 ¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos de una música específica?	41
Tabla 6 ¿El niño tiene buena flexibilidad en las piernas para bailar durante la clase?	42
Tabla 7 ¿El niño tiene buena flexibilidad en el tronco para bailar durante la clase?	43
Tabla 8 ¿El niño tiene buena flexibilidad en los brazos para bailar durante la clase?	44
Tabla 9 ¿El niño tiene dolencias en su cuerpo al momento de realizar los bailes?	45
Tabla 10 ¿El niño cada vez que realiza el baile posteriormente va a consulta médica?	46
Tabla 11 ¿El niño cuando baila siempre observa cómo se ve su cuerpo?.....	47
Tabla 12 ¿El niño se estresa cuando le envían tarea extraescolar y no quiere bailar?	48
Tabla 13 ¿El niño tiene un rendimiento académico adecuado?.....	49
Tabla 14 ¿El niño tiene una relación negativa con su docente lo cual hace que no le interese el baile?.....	50
Tabla 15 ¿El niño no tiene para pagar su vestimenta de baile frustrándose y no queriendo participar en el baile?.....	51
Tabla 16 ¿El niño tiene la atención necesaria por parte de los padres?.....	52
Tabla 17 ¿El niño tiene buena relación con sus hermanos y se apoyan para el baile?.....	53
Tabla 18 ¿El niño cuando baila tiene problemas con sus padres por hacerlo?.....	54

Índice de figuras

Figura 1¿El niño tiene una coordinación motriz adecuada al momento de realizar el baile en clase?	37
Figura 2¿El niño tiene una coordinación óculo-manual adecuada al momento de realizar el baile en clase?.....	38
Figura 3¿El niño tiene una coordinación óculo-pédica adecuada al momento de realizar el baile en clase?.....	39
Figura 4¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos del medio ambiente sin necesidad de una música específica?.....	40
Figura 5¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos de una música específica?	41
Figura 6¿El niño tiene buena flexibilidad en las piernas para bailar durante la clase?	42
Figura 7¿El niño tiene buena flexibilidad en el tronco para bailar durante la clase?	43
Figura 8¿El niño tiene buena flexibilidad en los brazos para bailar durante la clase?	44
Figura 9¿El niño tiene dolencias en su cuerpo al momento de realizar los bailes?.....	45
Figura 10¿El niño cada vez que realiza el baile posteriormente va a consulta médica?	46
Figura 11¿El niño cuando baila siempre observa cómo se ve su cuerpo?.....	47
Figura 12¿El niño se estresa cuando le envían tarea extraescolar y no quiere bailar?	48
Figura 13¿El niño tiene un rendimiento académico adecuado?	49
Figura 14¿El niño tiene una relación negativa con su docente lo cual hace que no le interese el baile?.....	50
Figura 15¿El niño no tiene para pagar su vestimenta de baile frustrándose y no queriendo participar en el baile?.....	51
Figura 16¿El niño tiene la atención necesaria por parte de los padres?	52
Figura 17¿El niño tiene buena relación con sus hermanos y se apoyan para el baile?	53
Figura 18¿El niño cuando baila tiene problemas con sus padres por hacerlo?	54

Resumen

El estrés se vive a nivel mundial en todas las personas de las distintas edades perjudicando en muchos ámbitos de su vida. En el Perú se vive una realidad parecida pues las personas viven en constante estrés más siendo un país subdesarrollado, los niños viven una situación real y parecida pues también suelen estresarse por distintos motivos y factores que viven día a día ya sea dentro de la escuela como son su familia. **Objetivo:** “Establecer la relación de bailoterapia como reductor de estrés en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022”. **Material y método:** Realizado en la Institución educativa N° 20393 de Chancay. La población la conforman 135 niños y la muestra 101 niños de la institución educativa en estudio. El nivel de investigación es correlacional, diseño no experimental y tipo básico. El instrumento para medir la bailoterapia y el estrés es la encuesta. **Resultados y conclusiones:** “La bailoterapia guarda relación como reductor de estrés en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022”, se acepta la hipótesis alternativa.

Palabras claves: bailoterapia, estrés, niños.

Abstract

Stress is experienced worldwide in all people of different ages, harming many areas of their lives. In Peru, a similar reality is lived because people live in constant stress, more so being an underdeveloped country, children live a real and similar situation because they also tend to get stressed for different reasons and factors that they experience day by day, either at school or they are your family. Objective: "To establish the relationship of dance therapy as a stress reducer in children of the V cycle of the Educational Institution No. 20393 of Chancay, 2022". Material and method: Carried out at the Educational Institution No. 20393 of Chancay. The population is made up of 135 children and the sample is 101 children from the educational institution under study. The research level is correlational, non-experimental design and basic type. The instrument to measure dance therapy and stress is the survey. Results and conclusions: "Dance therapy is related as a stress reducer in children of the V cycle of the Educational Institution No. 20393 of Chancay, 2022", the alternative hypothesis is accepted.

Keywords: dance therapy, stress, children.

INTRODUCCIÓN

El estrés se vive a nivel mundial en todas las personas de las distintas edades perjudicando en muchos ámbitos de su vida. En el Perú se vive una realidad parecida pues las personas viven en constante estrés más siendo un país subdesarrollado, los niños viven una situación real y parecida pues también suelen estresarse por distintos motivos y factores que viven día a día ya sea dentro de la escuela como son su familia.

Capítulo I: de la introducción, está la justificación de la investigación, los alcances del estudio y el objetivo general y específicos.

Capítulo II: de Marco teórico están las teorías y conceptos de la bailoterapia y el estrés, que sustentan la investigación, variables, características, teorías para realizar la investigación de manera científica.

Capítulo III: de Metodología, se encuentra el tipo, diseño, nivel y enfoque de la investigación, la población y muestra utilizada en la investigación, además de las técnicas e instrumentos empleados en la adquisición de datos de la bailoterapia y el estrés.

Capítulo IV: de los resultados, se presenta las tablas, las figuras con la interpretación y toma de decisiones.

Capítulo V: de la discusión, donde se discute los resultados obtenidos con otros autores.

Capítulo VI: de las conclusiones y recomendaciones, se da a conocer todas las conclusiones a las que se llegó y se realiza algunas recomendaciones acerca de la bailoterapia y el estrés.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

El estrés se vive a nivel mundial en todas las personas de las distintas edades perjudicando en muchos ámbitos de su vida.

En el Perú se vive una realidad parecida pues las personas viven en constante estrés más siendo un país subdesarrollado, los niños viven una situación real y parecida pues también suelen estresarse por distintos motivos y factores que viven día a día ya sea dentro de la escuela como son su familia.

En la institución educativa N° 20393 de Chancay, se ha observado que los niños constantemente están estresados, renegando y molestos cuando se les manda a realizar alguna actividad dentro del área de clase, se ha observado además que algunos de los niños molestan a otro incomodando a sus propios compañero sin tener el cuidado necesario de comportare bien y ayudarse entre ellos siendo compañeros llegando al extremo de que el niño reniegue por todo hasta incluso en su casa y por otro lado se ha apreciado que cuando se tiene que realizar algún baile o actividad que implique movimiento del cuerpo aceptan con facilidad sin estar haciendo malas caras o renegando ya que esto les relaja sin la necesidad de tener una presión con ellos también aprende, la bailoterapia es una solución al estrés que se tiene ya sea en niños como en adultos y está demostrado por muchos estudios a nivel mundial, se plantea la presente investigación con el fin de brindar soluciones y recomendación al problema identificado en el presente trabajo de investigación.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación de bailoterapia como reductor de estrés en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cuál es la relación de bailoterapia como reductor de problemas de salud en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022?

¿Cuál es la relación de bailoterapia como reductor de problemas en la escuela en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022?

¿Cuál es la relación de bailoterapia como reductor de problemas en la familia en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Establecer la relación de bailoterapia como reductor de estrés en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022.

1.3.2 Objetivos específicos

Establecer la relación de bailoterapia como reductor de problemas de salud en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022.

Establecer la relación es bailoterapia como reductor de problemas en la escuela en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022.

Establecer la relación de bailoterapia como reductor de problemas en la familia en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022.

1.4. Justificación de la investigación

La presente investigación se justifica por su aporte social a los niños ya que la variable de bailoterapia es de suma importancia porque favorecer y aporta el desarrollo de los niños favoreciendo en su rendimiento académico además de combatir con el estrés infantil.

1.5 Delimitaciones del estudio

En cuanto a los alcances son los siguientes:

Alcance espacial: Chancay

Alcance temporal: Año 2022

Alcance temático: Bailoterapia y estrés

Alcance institucional: Niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022.

1.6 Viabilidad del estudio

La investigación se ejecutó debido a las facilidades que dió la docente de la Institución educativa N° 20393 de Chancay.

Técnica

La investigación tiene todos los requisitos que solicita la Universidad.

Ambiental

Investigación académica, por el cual no perjudica el medio ambiente.

Financiera

El costo que ocasionó el desarrollo de la tesis estuvo financiado por los investigadores.

Social

Se formó un equipo para la investigación que participó de manera eficiente.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2. 1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Investigaciones internacionales

Malusin (2022) en su investigación titulada *“la bailoterapia en la coordinación rítmica en los estudiantes de educación media”*, su objetivo es determinar la incidencia de la danzaterapia en la coordinación rítmica entre los estudiantes de las unidades educativas Pelileo entre octubre de 2021 y enero de 2022, concluye que: Luego de una evaluación del nivel de coordinación rítmica de los estudiantes de secundaria posterior a la aplicación del programa de terapia de baile en la Unidad Educativa Pelileo, se concluyó que el nivel de coordinación rítmica de los estudiantes era muy bajo, por lo que utilizamos pruebas para ayudar a mejorar nuestro desempeño. también en danzaterapia (p. 46).

Benavides (2020) en su tesis titulada *“La bailoterapia y su incidencia en el estrés agudo episódico en señoras entre 30 a 40 años en casa somos San Bartolo”*, su objetivo es para determinar la incidencia de la danzaterapia para el estrés agudo súbito en el hogar en mujeres de 30 a 40 años, somos San Bartolo, concluye que: La danzaterapia es un nuevo formato de aula con dos propósitos importantes: el tratamiento y la prevención. Se considera terapéutico porque este tipo de actividad suele ser antiestrés y está diseñado para canalizar la energía a través de una mezcla de gimnasia aeróbica y pasos de baile latinoamericano. En Ecuador, donde el presupuesto general de salud para el tratamiento de enfermedades mentales es pequeño, la indiferencia de las autoridades ante este problema creciente ha resultado en niveles de estrés muy altos (p. 97).

Solís (2019) en su tesis titulada *“la bailo terapia infantil en el desarrollo de la inteligencia emocional de los niños y niñas de segundo año de educación básica de la unidad Educativa Fiscomosional San Vicente de Paul, Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, periodo 2016”*, su objetivo es actividades de desarrollo de la inteligencia emocional a través del diseño y aplicación de pautas de bailoterapia para niños y niñas de segundo grado de educación básica en la Unidad Educativa Misión Fiscal San Vicente de Paul del Estado Riobamba, Provincia de Chimborazo. Durante 2016, concluye que: Desarrollando el EQ a través de la implementación de la Guía de Danzaterapia, a través de ejercicios de bajo impacto, se concluyó que ni los docentes ni los padres de familia conocían las formas más adecuadas para desarrollar el EQ en sus hijos, por lo que no lograban adaptarse al entorno educativo por incapacidad. para sentirse cómodos Tienen diferentes problemas en su estudio y en la convivencia diaria con sus compañeros (p, 97).

Jiménez (2018) en su investigación titulada *“bailoterapia para el desarrollo motor grueso en niños y niñas de 3 a 4 años de la Unidad Educativa Atahualpa de la ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura, año lectivo 2015-2016”*, su objetivo es determinar el efecto de la danzaterapia durante el ciclo escolar 2015-2016 en el desarrollo motor grueso de niños y niñas de 3 y 4 años de la unidad educativa “Atahualpa”, Ibarra, Imbabura, concluye que: Los docentes de educación inicial de la unidad educativa “Atahualpa”, Ibarra, Imbabura no utilizan la danzaterapia para promover el desarrollo motor grueso en los niños de 3 a 4 años. Los niños de 3 a 4 años de la unidad educativa “Atahualpa” presentaban un bajo nivel de desarrollo motor grueso,

manifestado por dificultades en la actividad física general y limitaciones en el movimiento, posición espacial y coordinación (p. 100).

Valiente (2017) en su tesis titulada *“influencia de los ejercicios de bailoterapia para las madres de familia de la escuela particular mixta Julio María Matovelle año lectivo 2015-2016”*, su objetivo es implementación de un proyecto que incluyó actividades para madres de familia del colegio privado mixto Julio María Matovelle de Puerto Bolívar para el ciclo escolar 2012-2013, concluye que: Los maestros tienen títulos en educación física y muchos años de experiencia docente. Los profesores enseñan de forma teórica práctica y poseen conocimientos científicos (p. 87).

2.1.2. Investigaciones nacionales

Vela (2021) en su tesis titulada *“Efectos del baile recreativo sobre el estrés laboral en los colaboradores de una clínica privada, distrito Morales, San Martín, 2021”*, su objetivo es determinación del impacto del baile recreativo en el estrés laboral en colaboradores de una clínica privada del distrito Morales de San Martín, 2021, concluye que: Los niveles de estrés laboral en el pre test para el grupo experimental no presentaron valores significativos ($p = .836$), mientras que para el post test para el grupo experimental se observaron valores significativos ($p = .$). Una comparación de los valores medios de los programas mostraron diferencias significativas (p. 44).

Asian (2020) en su tesis titulada *“La danza como medio de disminución del estrés en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos en el año 2017”*, su objetivo es en 2017, determinar los efectos de la práctica de la danza como medio para reducir el estrés en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de San

Marcos, concluye que: La práctica de la danza tuvo un efecto significativo en la reducción del estrés entre los estudiantes evaluados; esto se evidenció por diferencias significativas en las pruebas previas y posteriores entre los grupos experimentales; además, no se concluyeron diferencias significativas entre el experimental y el control (p. 109).

Mamani (2019) en su tesis titulada *“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”*, su objetivo es determinar el grado de relación entre el estrés infantil y las tareas escolares en niños de cuatro y cinco años, de la Institución Educativa Básica “Santiago de Ríos” N° 761 Juliaca – Puno. 2017, concluye que: Se encontró una modesta relación positiva entre los niveles de estrés infantil y las tareas escolares en los niños de cuatro y cinco años de la Institución Educativa Básica “Santiago de Ríos” 761 Juliaca – Puno. Utilizando el estadístico del coeficiente de correlación Rho de Spearman, se observó un nivel de significación de $p = 0,000$, inferior a 0,05. Además, la correlación fue moderadamente positiva de 0,539 y proporcional, con una relación ponderada $r^2 = 0,539$, alcanzando el 29,1%, lo que implica que el 29,1% de la variable estrés infantil es dependiente de esta variable, por el contrario, el 70,9% de las variables son independientes (p. 57).

Flores (2017) en su tesis titulada *“propiedades psicométricas de la escala del estrés cotidiano infantil en niños de 3ero a 5to grado de primaria de los colegios de Lima metropolitano”*, su objetivo es construyendo el Inventario de Estrés Cotidiano para Niños (EECI) e informando sobre sus propiedades psicométricas, concluye que: A través del análisis factorial se encontraron evidencias de validez relacionadas con la estructura interna de la prueba. Después de tres análisis previos, la versión final de la estructura factorial

EECI parece ser unidimensional. El único factor de estrés encontrado explicó el 30% de la varianza común. En el proceso se eliminaron 8 artículos y se agregaron 28 artículos (p. 69).

2.2. Bases teóricas

V1: Bailoterapia

Bailar es una actividad innata para los niños pequeños cuando escuchan música, y los estudios han demostrado que los bebés nacen con esta tendencia a moverse al ritmo de la música. Esta actividad debe fomentarse no solo por el juego y la diversión de los niños sino también porque estimula el desarrollo físico, mental y emocional de los niños y niñas. No cabe duda de que moverse al ritmo de la música les trae alegría, ya que siempre van acompañados de una sonrisa.

Los beneficios del baile para niños y niñas son realmente valiosos para su desarrollo físico, mental y emocional. No solo eso, sino que cuando los pequeños aprenden a bailar, desarrollan habilidades intelectuales y sociales, así como creatividad y confianza en sí mismos (Auca & Educatius, 2018).

La danzaterapia es un método divertido y efectivo para usar en el desarrollo de un niño porque promueve el desarrollo cognitivo. Así mismo, como actividad física, existe el desarrollo y fortalecimiento psicomotor. Además, la actividad física tiene efectos positivos tanto en niños como en adultos, por lo que la danzaterapia infantil puede ser realizada por toda la familia, aumentando el nivel de cercanía emocional entre los miembros de la familia (Desconocido, 2019).

La terapia de baile para niños es un método que incrementa la sensación de equilibrio y apoya en la consolidación de la memoria, la concentración y el equilibrio. Los infantes y niñas que constantemente practican bailes, tienen más probabilidades

de tener éxito en sus estudios. Bailar incrementa la fuerza de los niños y jóvenes además de mejorar su flexibilidad (Studocu, 2023).

Los juegos, los bailes y los movimientos son entretenidos y incentivadores para los infantes, de modo que, desde que son muy pequeños es bastante usual que los niños comiencen a movilizar el cuerpo con el fin de bailar, apoyados por un individuo o escuchando su música favorita. La danza les asistirá a tener más control sobre su cuerpo, incrementa la estabilidad, trabaja los reflejos, la armonía y la concentración, entre otros muchos más provechos (Hormigo, 2022).

Beneficios:

- El danzar es una actividad que apoya el trabajo cardiovascular de los menores.
- Es una costumbre que incrementa el sentido de la estabilidad y apoya en la consolidación de la atención, la concentración y la memoria.
- Los infantes que constantemente practican bailes, por lo general, tienen mayor éxito en las materias escolares.
- Bailar les da importancia a los músculos de las crianzas y jóvenes además de que incrementa su fluidez.
- Facilita la creación de relaciones con otros niños y jóvenes haciendo nuevos colegas, de esta forma, se aumenta la socialización.
- El danzante incrementa la percepción de la velocidad, además del sentido del oído. Despierta la habilidad del cuerpo de los más pequeños.
- Además, la danza apoya el fin de la ansiedad, incrementa la seguridad en uno mismo y ayuda a relacionar las presiones.

Habilidades en desarrollo:

- Se trabaja la tolerancia a la frustración y el esfuerzo, ya que es necesario ejercitándolo previamente para poder realizarlo “perfectamente”.
- Eleva el ánimo del menor, incrementando la seguridad en sí mismo mientras progresa.
- Incrementa el bienestar psicológico mediante las hormonas que se ponen en marcha, esto es precisamente lo que genera, y esto puede a su vez evitar algún tipo de trastorno de ánimo.
- Además, apoya a los menores más introvertidos, ya que tienen que relacionarse con distintos individuos y además como ya se ha mencionado, está bastante relacionado a la adquisición de confianza y seguridad en uno mismo.
- Ayuda en la asistencia y concentración.
- Finalmente, apoya en la labor de administración y movimiento psicomotriz.

Dimensiones:

- **Coordinación:** La labor de coordinación es una característica o habilidad física que te proporciona la oportunidad de ejecutar una sucesión de movimientos de manera planificada y guiada, y así, obtener un comportamiento técnico. Hay diferentes formas de armonía, las cuales son discos más adelante. Para las prácticas de deportes, ya sean los bailes o cualquier otro, es importante tener esa característica, ya que te apoya en la ejecución de la mezcla y la fluidez de los movimientos. La armonía no es menos que un adiestramiento intencional del cuerpo, el cual, mediante la repetición y numerosas prácticas de ciertos gestos, puede ser perfeccionado. El cuerpo humano es capaz de ejecutar diferentes tipos de acciones, utilizando

otras características fisionómicas o acciones como por ejemplo la fuerza, resistencia, elasticidad y velocidad. En el momento en que mezclamos todos estos movimientos, podemos llegar a transformarse en acciones técnico-cuánticas planas y en conjunto (Cascón, 2021).

- **Ritmo:** El compás es una característica que se encuentra en cada uno de los campos. Está entre los componentes más importantes de la música dancera. Alrededor, es posible definir la velocidad como la suma de ruidos, pausas, palabras y sonidos en una manifestación artística. Si nos referimos específicamente a la cadencia en el movimiento, esta se puede definir como la manera en la que se ordenan los tiempos de los pasos, de los movimientos, de las expresiones y de los gestos. Hay muchos y diferentes métodos para expresar el movimiento en el festejo. Al momento de bailar, algunos giros toman más tiempo que otros. A algunos les toma más tiempo hacer los movimientos que a otros, y algunos son más lentos o más rápidos. Ciertas vías son rápidas y otras son lentas. Algunos flujos son más definidos que otros. La totalidad de estas particularidades que podemos hallar en la coreografía están determinadas por la música (Cascón D. , 2021).
- **Flexibilidad:** La flexibilidad es importante para la mayoría de los tipos de danzas, ya que le da al cuerpo la oportunidad de moverse y generar una gran variedad de movimientos de extensión prolongada y con mayor fluidez. La elasticidad provoca que un danzante tenga la capacidad de realizar figuras de mayor amplitud, eludir el peligro de daños, la muscularidad y apoya para tener una mejor posición (Colombia, 2020).

V2: Estrés

Definición:

Cada menor reacciona de manera diferente frente a las dificultades que tienen. La cultura que tenemos además tiene una influencia en la manera en la que manifestamos nuestras emociones. En algunas civilizaciones, como por ejemplo en las de origen latino, no es tolerado mostrar sentimientos y llorar en las calles, en cambio, en otras culturas sí es posible (Unicef, 2019).

Los infantes y jóvenes sienten ansiedad en el momento en que hay una cosa que precisan que se planifiquen, se ajusten o se protejan. Tienen ansiedad cuando una cosa que les importan está en peligro. Recurrentemente, las transformaciones causan agitación; aunque sea para mejor (Lyness, 2022).

El infante se acopla bien a ciertas cosas y son capaces de adecuarse a ellas con casi todo ese. Los primeros pueden parecerse a una intimidación con respecto a sus propios hábitos del día a día o los de la familia, o con respecto a su percepción de la comodidad total. Estas presiones pueden ser más complicadas. La gran parte de la ansiedad que experimentan los menores se encuentra en una zona intermedia: no es bienvenido y tampoco es enormemente dañino, más bien es parte de las labores de la niñez y del conocimiento de uno mismo (Child, 2018).

El estrés puede impactar a cualquier individuo de cualquier edad que se sienta oprimida o presionada. El estrés en menores es distinto del malestar que presentan los mayores debido a la compleción de la mente, el corazón y las acciones que tienen entre mayores y menores. En efecto, la etapa de desarrollo es otra cosa fundamental, porque la forma en que se expresa es distinta en las menores. Al ser muy jóvenes es posible que, a través de la irritabilidad constante, las lágrimas y las ganas de estar todo el tiempo en los brazos o la pérdida de apetito, manifiesten sus sentimientos de

estrés. En ocasiones se presentan sueños o temores evolucionados exacerbados (a la noche, personas en trajes) o intranquilidad por la separación. La tartamudez u dificultades en la conversación, regresos a comportamientos que son demasiado pequeños para la edad (por ejemplo, la ingesta de un dedo pulgar en la noche, o la succión del mismo) son síntomas de alerta (Rosa, 2021).

El cansancio de los menores no se limita a lo que ocurra en su existencia. ¿Sus descendientes o bien los escuchan cuando usted cuenta cómo se siente en su empleo, se preocupa por la salud de un pariente o bien discuten con su esposo sobre cuestiones económicas? Los papás tienen que tomar en consideración la manera en la que se expresan acerca de estos asuntos cuando los niños están junto a ellos, ya que los infantes identificarán la ansiedad de los papás y se preocuparán. Las alertas del mundo es posible que genere ansiedad. Los infantes que visualizan imágenes inquietantes por canales televisivos o que escuchan acerca de calamidades naturales, guerras y terrorismo tienen la posibilidad de preocuparse por su propia protección y la de las personas que quieren. Háblale a tus hijos acerca de las cosas que ven y oyen, y también acerca de las cosas que controlan por medio de la televisión, de esta forma les ayudarás a comprender lo que sucede (Over, 2023).

Síntomas:

Según Sánchez (2021) indican que los síntomas del estrés en los niños son los siguientes:

- Problemas para dormir
- Cambios en el ánimo
- Orinar en la noche o durante el día (enuresis)
- Rascarse las uñas
- irse de la cabeza

- Irritabilidad
- Desgano (incluso para jugar)
- Tratar de llamar la atención de los que cuidan
- Tristeza

¿Qué es el estrés positivo?

El estrés positivo es el que sienten los menores de edad y los adolescentes en el momento en que toman una prueba. Puede asistirlos en la preparación y la concentración. Puede incentivarlo a conseguir sus objetivos, realizar acciones o intentar cosas nuevas. Es posible que experimentaran ansiedad positiva previo a un examen, un partido de importancia o un receso. En el momento en que toman el desafío, la ansiedad se disipaba (Lyness, 2022).

Lo que los papás tienen la capacidad de hacer es: en el momento en que se trata de la disposición para la escuela por la mañana (o algún otro momento en donde el estrés es común) somos capaces de estar tentados de participar y preparar todo por el menor. Sin embargo, esto no los apoya en el conocimiento de utilizar la ansiedad positiva. En cambio, enseñe a sus descendientes cómo plancharle, sin embargo, no lo realice por ellos. Esto toma más tiempo y es más paciente, sin embargo, es meritorio. Este tipo de ansiedad puede ocasionar que los niños se ajusten y adquieran las habilidades previas a la circunstancia. Puede adiestrarlo para enfrentar dificultades y oportunidades más importantes.

Dimensiones:

- **Problema de salud:** La sintomatología y la dolencia son uno de los grandes disturbios en los menores. La estadía en hospital por causa de enfermedad crónica es valorada como el estímulo más importante para los menores.

- **Problema en la escuela:** No aceptación de los semejantes, hostigamiento o fastidias de otros, cambiarse de instituto, sobredemanda en la escuela, malos hábitos o problemas con los profesores.
- **Problema en la familia:** El nacimiento de un colega, el divorcio de la pareja, la muerte de los abuelitos o de las personas que se querían, los cambios de residencia o las dificultades en el empleo de los papás.

Prevención del estrés:

Nuestros padres tienen que ser un buen ejemplo para nuestros menores, controlando de manera correcta sus periodos de ansiedad y estrés en presencia de ellos. La tolerancia, la tranquilidad, la calma y la habilidad de pensar en voz alta ayudan a los menores a desarrollar comportamientos parecidos, esto genera recursos para eludir la ansiedad. Otro aspecto fundamental es que nuestros descendientes asistan en la resolución de dificultades del día a día y las cuestiones familiares, es importante escucharles y tomar valor sus sugerencias. Además, es importante respetar la "ritmo de la crianza" haciendo comparaciones con los niños o compañeros de trabajo y decirle que siempre tenemos una relación amorosa con ella, no condicional a su habilidad o perfección.

Influencia del baile en el estrés:

Conforme a la International Journal of Neuroscience (2005), se evidenció que la terapia de movimientos de baile (DMT) en jóvenes con bajo nivel de depresión, controlaba la ansiedad bajando los niveles de dopamina, y aumentaba la sensación de bienestar al aumentar los niveles de serotonina. El danzante ha demostrado ser una habilidad fundamental para aumentar la salud de los individuos, esto es así porque las personas de San Bartolo afirman que luego de cada clase de danzante su bienestar se incrementa y por lo tanto su estado de ánimo se mejoraba.

En una investigación de Joe Verghese (2005), se evidencia que la danza incrementa la actividad del sistema nervioso central y la conducta del cerebro más que cualquier otra actividad deportiva, debido a que la emoción es significativamente más grande en el momento de tratarse de un comportamiento social. Es fundamental destacar que las agrupaciones que se crean con el fin de participar en esta actividad, crean vínculos de amistad, la compartido con los demás incrementa los vínculos de amistad entre los compañeros, creo que este es otro motivo importante para realizar actividad física, somos seres sociales y la conversación con otros es fundamental para nuestra salud mental y emocional.

2.3. Definiciones conceptuales

Bailoterapia:

Los beneficios del baile para niños y niñas son realmente valiosos para su desarrollo físico, mental y emocional. No solo eso, sino que cuando los pequeños aprenden a bailar, desarrollan habilidades intelectuales y sociales, así como creatividad y confianza en sí mismos (Auca & Educatius, 2018).

Coordinación:

La labor de coordinación es una característica o habilidad física que te proporciona la oportunidad de ejecutar una sucesión de movimientos de manera planificada y guiada, y así, obtener un comportamiento técnico.

Estrés:

El estrés puede impactar a cualquier individuo de cualquier edad que se sienta oprimida o presionada. El estrés en menores es distinto del malestar que presentan los mayores debido a la compleción de la mente, el corazón y las acciones que tienen

entre mayores y menores. En efecto, la etapa de desarrollo es otra cosa fundamental, porque la forma en que se expresa es distinta en las menores.

Flexibilidad:

La flexibilidad es importante para la mayoría de los tipos de danzas, ya que le da al cuerpo la oportunidad de moverse y generar una gran variedad de movimientos de extensión prolongada y con mayor fluidez.

Problema de salud:

La sintomatología y la dolencia son uno de los grandes disturbios en los menores.

Problema en la escuela:

No aceptación de los semejantes, hostigamiento o fastidias de otros.

Problema en la familia:

El nacimiento de un colega, el divorcio de la pareja, la muerte de los abuelitos o de las personas que se querían.

Ritmo:

El compás es una característica que se encuentra en cada uno de los campos. Está entre los componentes más importantes de la música dancera.

2.4. Formulación de la hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

La bailoterapia guarda relación como reductor de estrés en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022.

2.4.2. Hipótesis específicas

La bailoterapia guarda relación como reductor de problemas de salud en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022.

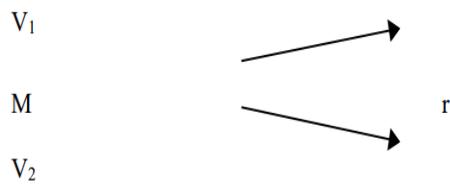
La bailoterapia guarda relación como reductor de problemas en la escuela en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022.

La bailoterapia guarda relación como reductor de problemas en la familia en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

El diseño de la investigación es no experimental



Dónde:

M: La muestra

V_1 : Bialoterapia

V_2 : Estrés

r: Es el coeficiente de correlación entre las variables.

3.1.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación es Básico

3.1.2. Nivel de investigación

El nivel de investigación es correlacional.

3.1.3. Diseño

El diseño es no experimental.

3.1.4. Enfoque

El enfoque es cuantitativo ya que se aplicará la encuesta.

3.2. Población y muestra

3.2.1 Población

La población la conforman los 135 niños del V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay.

3.2.2 Muestra

La muestra la conforman los 101 niños del V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay

3.3. Operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V1: Bailoterapia	Coordinación	Coordinación motriz Coordinación óculo manual Coordinación óculo-pédica	1, 2, 3	Likert
	Ritmo	Ritmo natural Ritmo musical	4, 5	Likert
	Flexibilidad	Flexibilidad inferior Flexibilidad del tronco Flexibilidad superior	6, 7, 8	Likert

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITE,MS	ESCALA
V2: Estrés	Problema de salud	Dolencias Consulta medica Imagen de su cuerpo	9, 10, 11	Likert
	Problema en la escuela	Tarea extraescolar Rendimiento académico Relación con su docente	12, 13, 14	Likert
	Problema en la familia	Económica Atención de los padres Problemas con sus hermanos Conflicto con los padres	15, 16, 17, 18	Likert

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnicas a emplear

La técnica que se emplea para recolectar los datos es la encuesta.

3.4.2. Descripción de los instrumentos

El instrumento que se aplicará es el cuestionario donde se detallan las preguntas para procesar y llegar a obtener resultados y conclusiones.

3.5. Técnicas para el procesamiento de la información

Instrumentos

Encuesta

Guía de observación

Cuaderno de campo

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1. Análisis de resultados

Tabla 1

¿El niño tiene una coordinación motriz adecuada al momento de realizar el baile en clase?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	74	73%
A veces	16	16%
Si	11	11%
TOTAL	101	100%

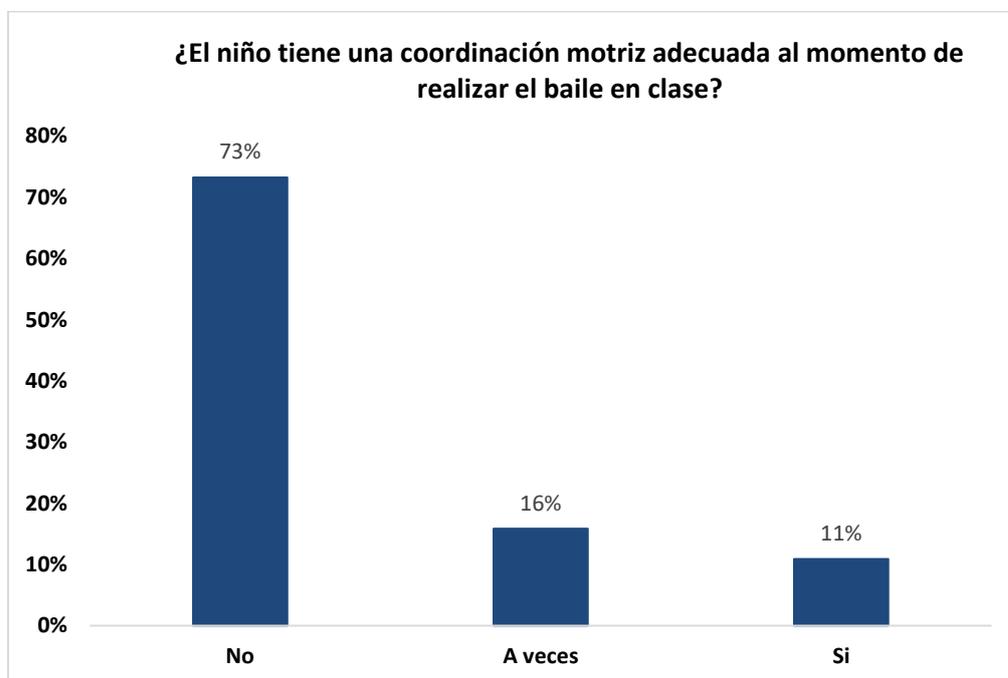


Figura 1 ¿El niño tiene una coordinación motriz adecuada al momento de realizar el baile en clase?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 73% no tiene una coordinación motriz adecuada al momento de realizar el baile en clase, el 16% a veces tiene una coordinación motriz adecuada al momento de realizar el baile en clase y el 11% si tiene una coordinación motriz adecuada al momento de realizar el baile en clase.

Tabla 2

¿El niño tiene una coordinación óculo-manual adecuada al momento de realizar el baile en clase?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	59	58%
A veces	27	27%
Si	15	15%
TOTAL	101	100%

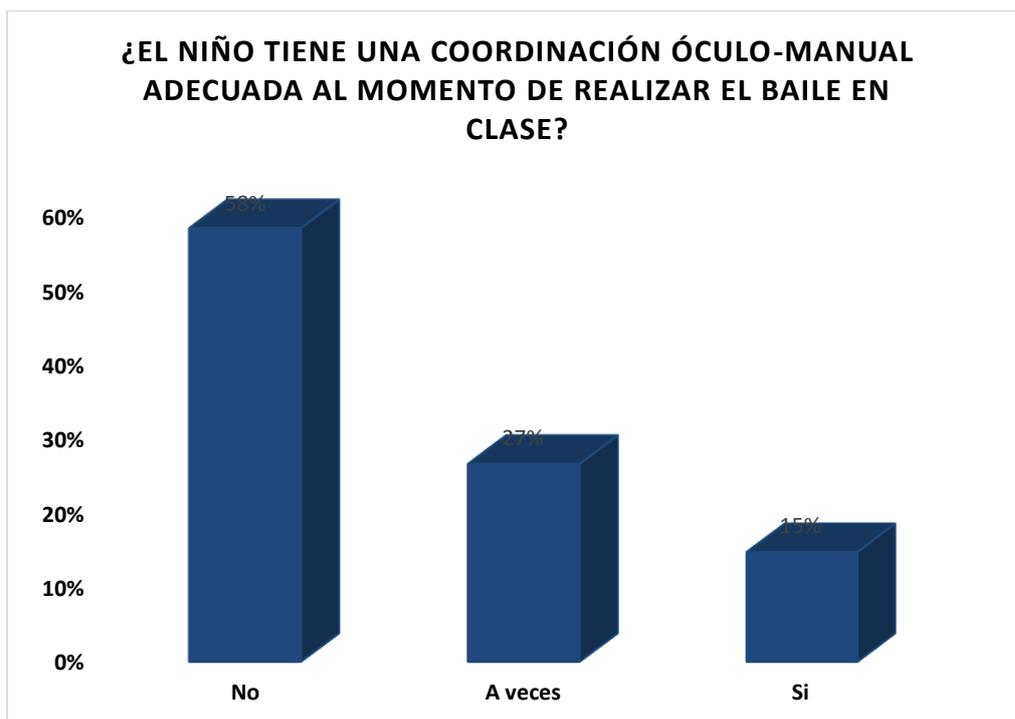


Figura 2 ¿El niño tiene una coordinación óculo-manual adecuada al momento de realizar el baile en clase?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 58% no tiene una coordinación óculo-manual adecuada al momento de realizar el baile en clase, el 27% a veces tiene una coordinación óculo-manual adecuada al momento de realizar el baile en clase y el 15% si tiene una coordinación óculo-manual adecuada al momento de realizar el baile en clase.

Tabla 3

¿El niño tiene una coordinación óculo-pédica adecuada al momento de realizar el baile en clase?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	62	61%
A veces	31	31%
Si	8	8%
TOTAL	101	100%

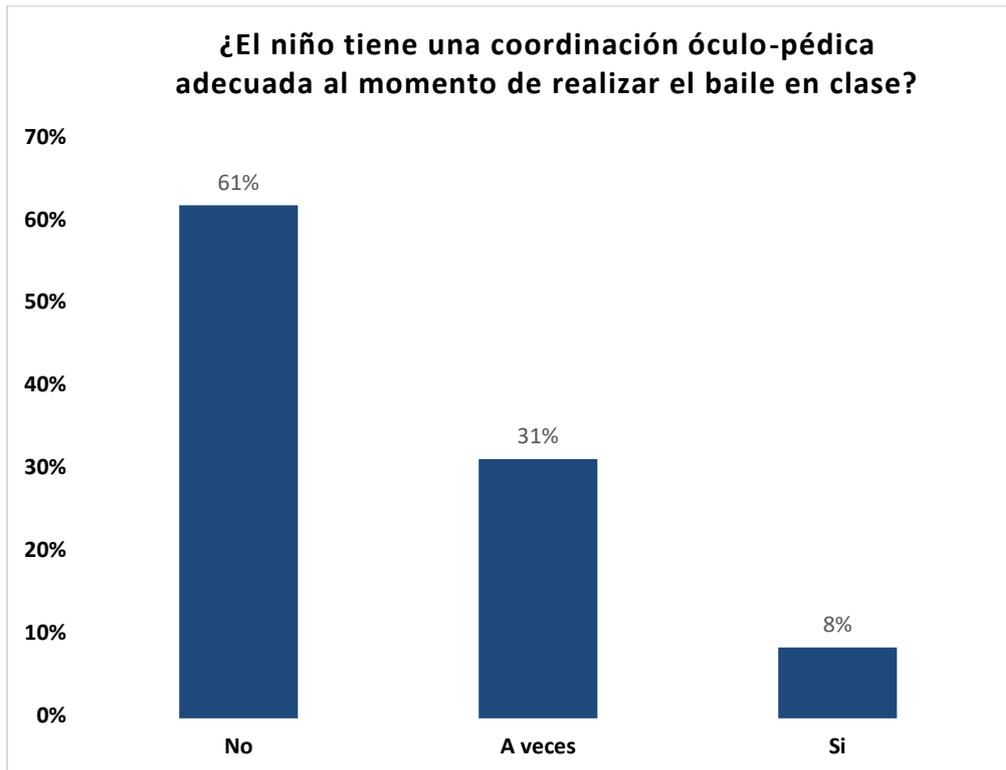


Figura 3 ¿El niño tiene una coordinación óculo-pédica adecuada al momento de realizar el baile en clase?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 61% no tiene una coordinación óculo-pédica adecuada al momento de realizar el baile en clase, el 31% a veces tiene una coordinación óculo-pédica adecuada al momento de realizar el baile en clase y el 8% si tiene una coordinación óculo-pédica adecuada al momento de realizar el baile en clase.

Tabla 4

¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos del medio ambiente sin necesidad de una música específica?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	47	47%
A veces	32	32%
Si	22	22%
TOTAL	101	100%

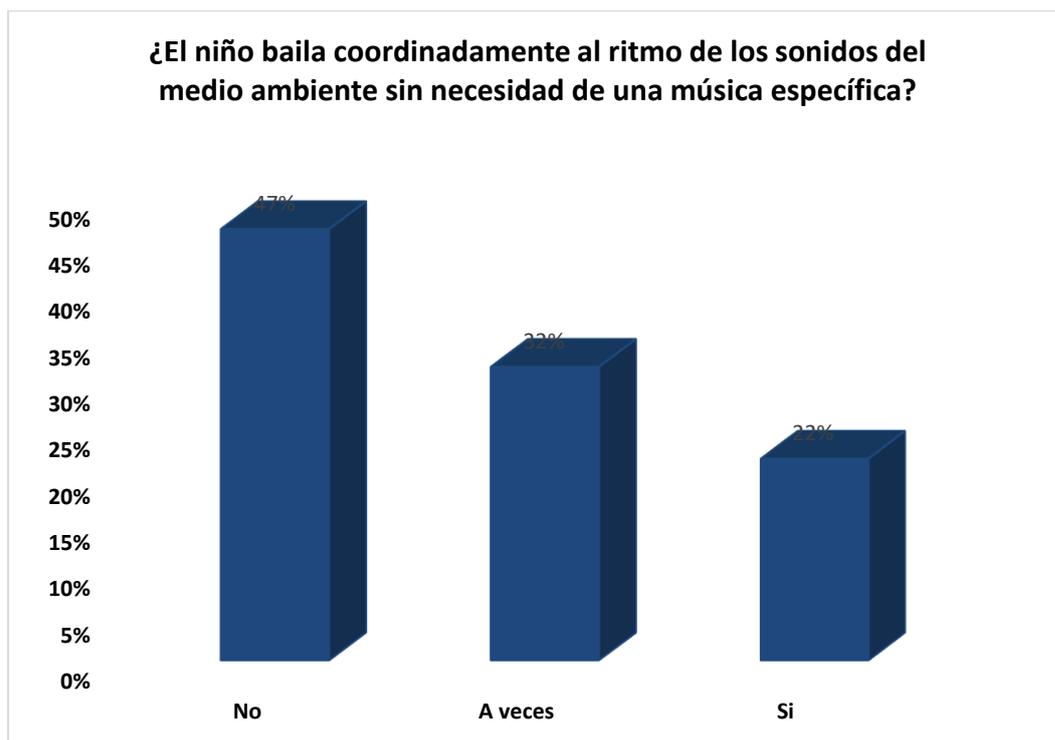


Figura 4: ¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos del medio ambiente sin necesidad de una música específica?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 47% no baila coordinadamente al ritmo de los sonidos del medio ambiente sin necesidad de una música específica, el 32% a veces baila coordinadamente al ritmo de los sonidos del medio ambiente sin necesidad de una música específica y el 22% si baila coordinadamente al ritmo de los sonidos del medio ambiente sin necesidad de una música específica.

Tabla 5

¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos de una música específica?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	24	24%
A veces	39	39%
Si	38	38%
TOTAL	101	100%

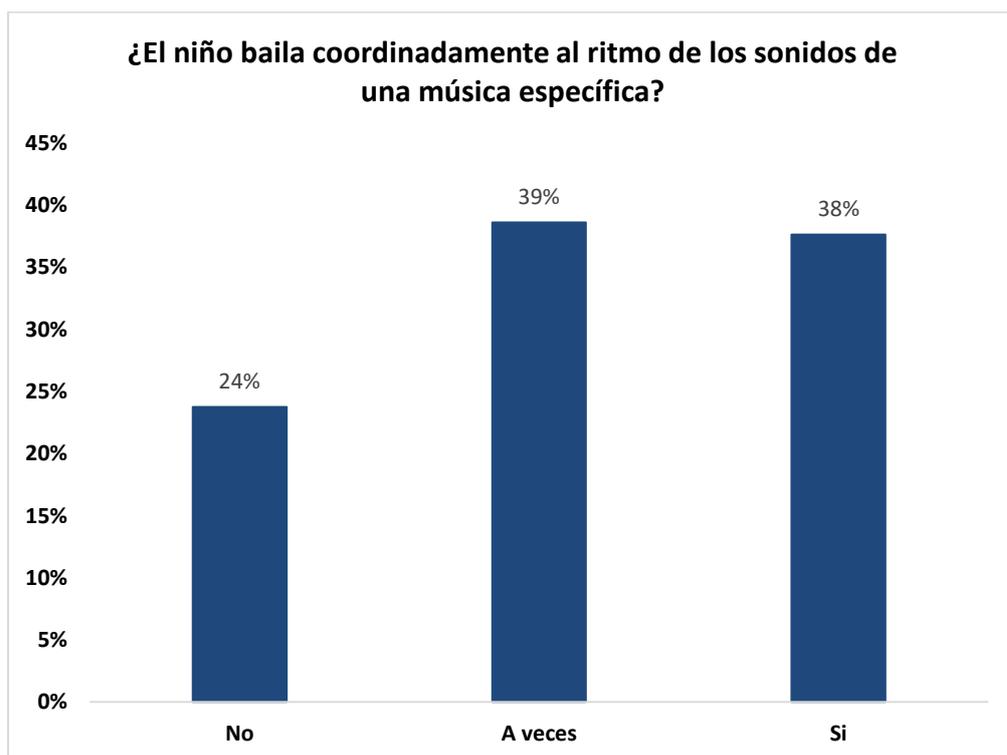


Figura 5 ¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos de una música específica?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 24% no baila coordinadamente al ritmo de los sonidos de una música específica, el 39% a veces baila coordinadamente al ritmo de los sonidos de una música específica y el 38% si baila coordinadamente al ritmo de los sonidos de una música específica.

Tabla 6

¿El niño tiene buena flexibilidad en las piernas para bailar durante la clase?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	42	42%
A veces	37	37%
Si	22	22%
TOTAL	101	100%

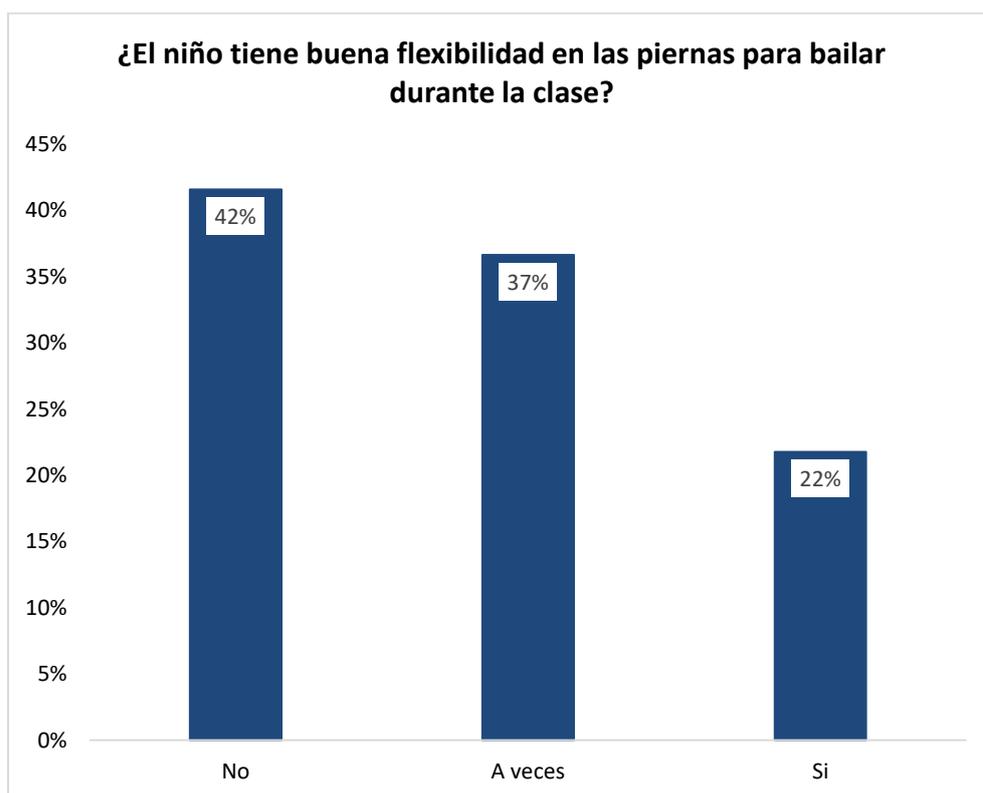


Figura 6 ¿El niño tiene buena flexibilidad en las piernas para bailar durante la clase?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 42% no tiene buena flexibilidad en las piernas para bailar durante la clase, el 37% a veces tiene buena flexibilidad en las piernas para bailar durante la clase y el 22% si tiene buena flexibilidad en las piernas para bailar durante la clase.

Tabla 7

¿El niño tiene buena flexibilidad en el tronco para bailar durante la clase?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	62	61%
A veces	34	34%
Si	5	5%
TOTAL	101	100%

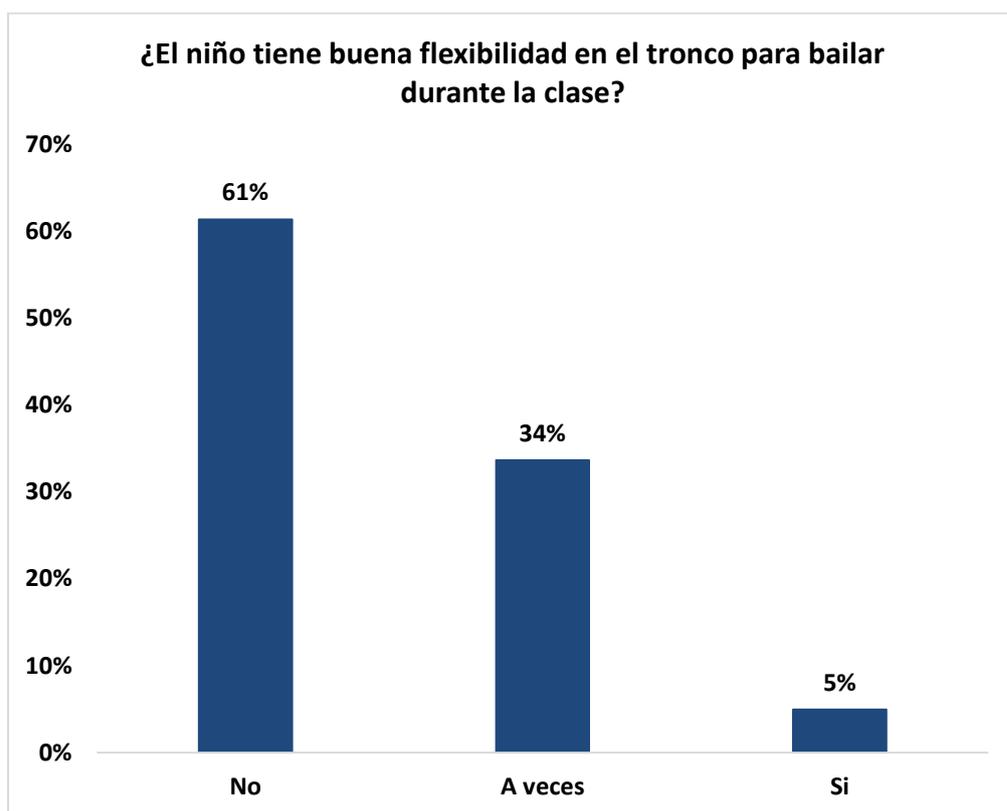


Figura 7 ¿El niño tiene buena flexibilidad en el tronco para bailar durante la clase?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 61% no tiene buena flexibilidad en el tronco para bailar durante la clase, el 34% a veces tiene buena flexibilidad en el tronco para bailar durante la clase y el 5% si tiene buena flexibilidad en el tronco para bailar durante la clase.

Tabla 8

¿El niño tiene buena flexibilidad en los brazos para bailar durante la clase?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	34	34%
A veces	25	25%
Si	42	42%
TOTAL	101	100%

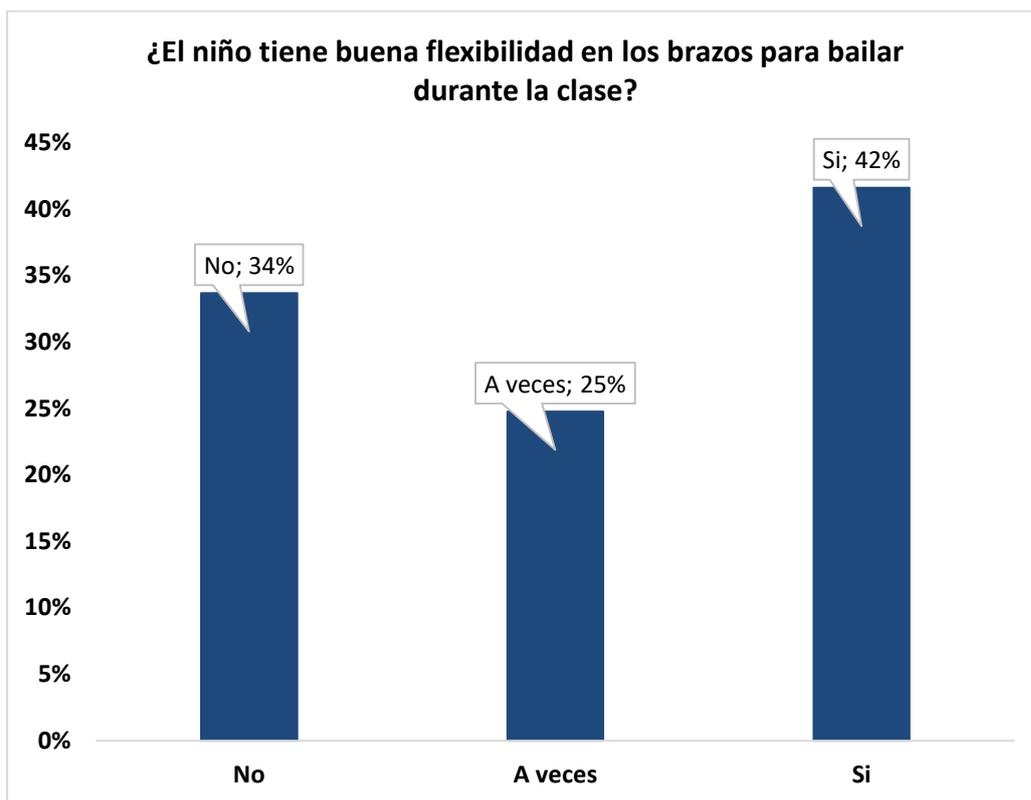


Figura 8 ¿El niño tiene buena flexibilidad en los brazos para bailar durante la clase?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 34% no tiene buena flexibilidad en los brazos para bailar durante la clase, el 25% a veces tiene buena flexibilidad en los brazos para bailar durante la clase y el 42% si tiene buena flexibilidad en los brazos para bailar durante la clase.

Tabla 9

¿El niño tiene dolencias en su cuerpo al momento de realizar los bailes?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	51	50%
A veces	34	34%
Si	16	16%
TOTAL	101	100%

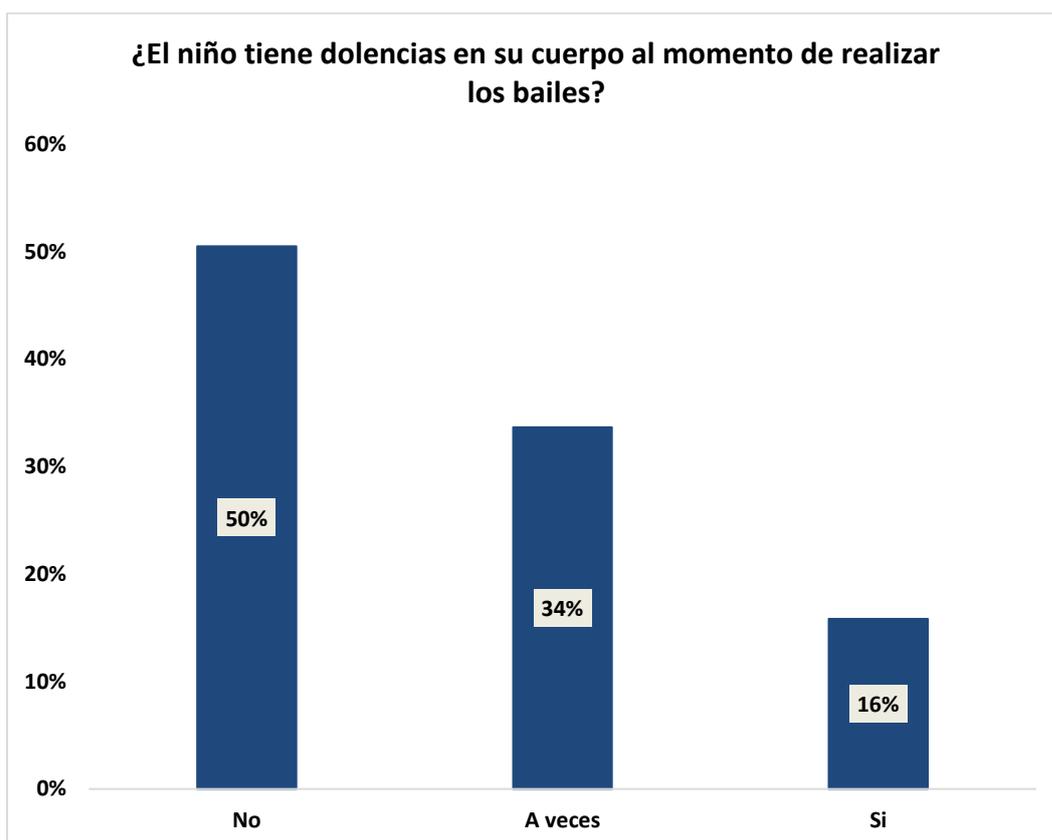


Figura 9 ¿El niño tiene dolencias en su cuerpo al momento de realizar los bailes?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 50% no tiene dolencias en su cuerpo al momento de realizar los bailes, el 34% a veces tiene dolencias en su cuerpo al momento de realizar los bailes y el 16% si tiene dolencias en su cuerpo al momento de realizar los bailes.

Tabla 10

¿El niño cada vez que realiza el baile posteriormente va a consulta médica?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	42	42%
A veces	39	39%
Si	20	20%
TOTAL	101	100%

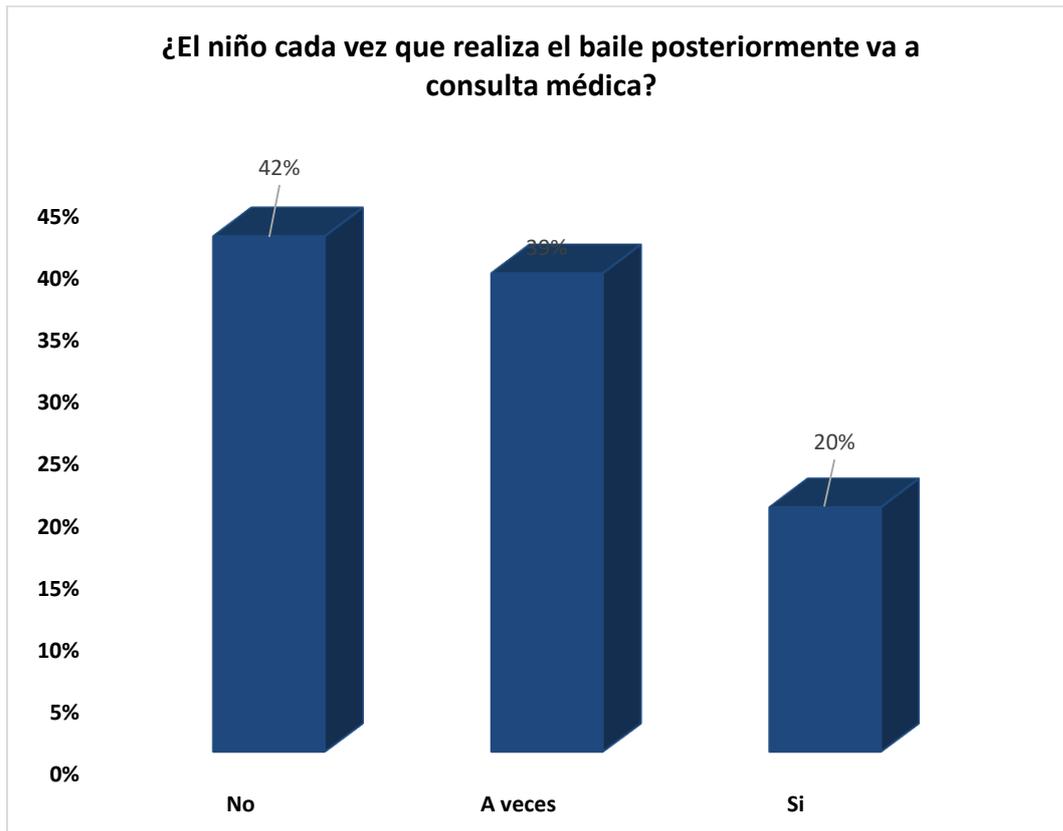


Figura 10 ¿El niño cada vez que realiza el baile posteriormente va a consulta médica?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 42% cada vez que realiza el baile posteriormente no va a consulta médica, el 39% cada vez que realiza el baile posteriormente a veces va a consulta médica y el 20% cada vez que realiza el baile posteriormente si va a consulta médica.

Tabla 11

¿El niño cuando baila siempre observa cómo se ve su cuerpo?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	14	14%
A veces	29	29%
Si	58	57%
TOTAL	101	100%

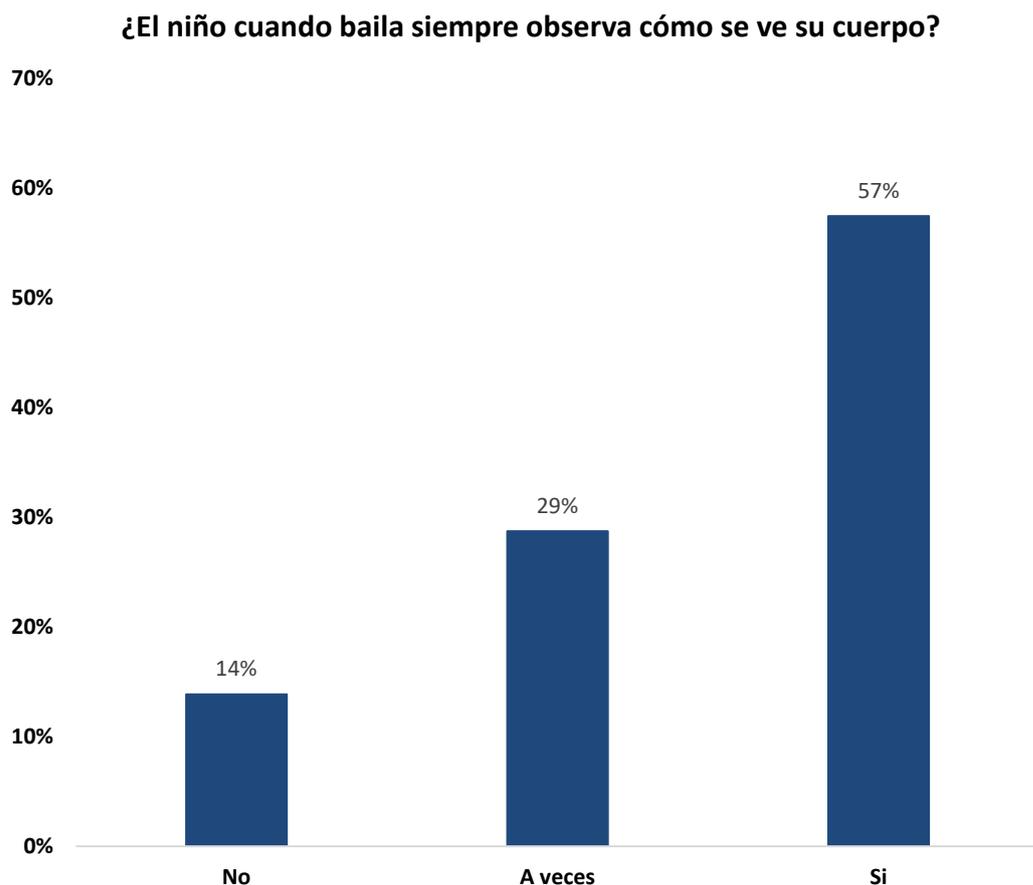


Figura 11 ¿El niño cuando baila siempre observa cómo se ve su cuerpo?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 14% cuando baila no siempre observa cómo se ve su cuerpo, el 29% cuando baila a veces siempre observa cómo se ve su cuerpo y el 57% cuando baila si siempre observa cómo se ve su cuerpo.

Tabla 12

¿El niño se estresa cuando le envían tarea extraescolar y no quiere bailar?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	26	26%
A veces	19	19%
Si	56	55%
TOTAL	101	100%



Figura 12 ¿El niño se estresa cuando le envían tarea extraescolar y no quiere bailar?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 26% no se estresa cuando le envían tarea extraescolar y no quiere bailar, el 19% a veces se estresa cuando le envían tarea extraescolar y no quiere bailar y el 55% si se estresa cuando le envían tarea extraescolar y no quiere bailar.

Tabla 13

¿El niño tiene un rendimiento académico adecuado?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	27	27%
A veces	38	38%
Si	36	36%
TOTAL	101	100%

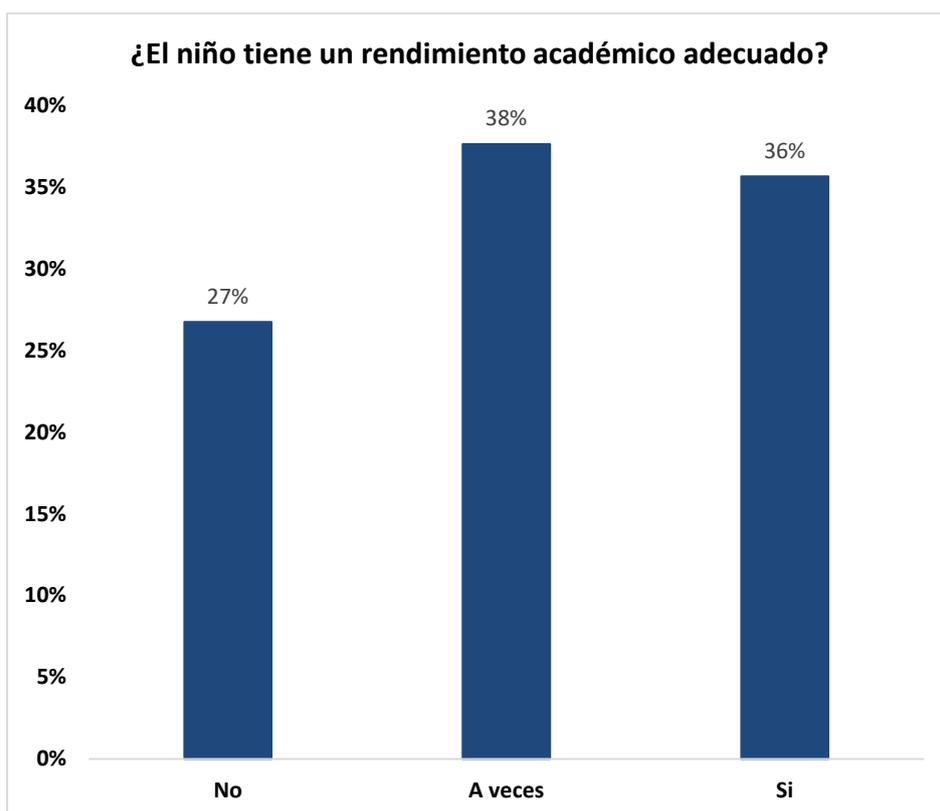


Figura 13 ¿El niño tiene un rendimiento académico adecuado?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 27% no tiene un rendimiento académico adecuado, el 38% a veces tiene un rendimiento académico adecuado y el 36% si tiene un rendimiento académico adecuado.

Tabla 14

¿El niño tiene una relación negativa con su docente lo cual hace que no le interese el baile?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	27	27%
A veces	19	19%
Si	55	54%
TOTAL	101	100%

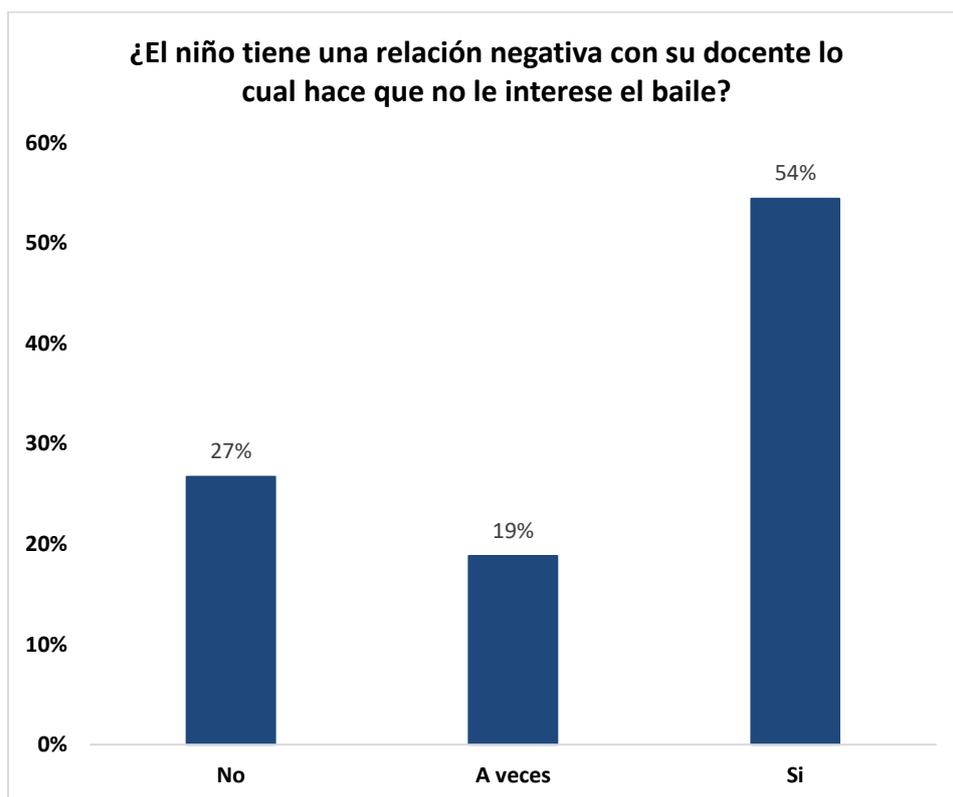


Figura 14 ¿El niño tiene una relación negativa con su docente lo cual hace que no le interese el baile?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 27% no tiene una relación negativa con su docente lo cual hace que no le interese el baile, el 19% a veces tiene una relación negativa con su docente lo cual hace que no le interese el baile y el 54% si tiene una relación negativa con su docente lo cual hace que no le interese el baile.

Tabla 15

¿El niño no tiene para pagar su vestimenta de baile frustrándose y no queriendo participar en el baile?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	14	14%
A veces	19	19%
Si	68	67%
TOTAL	101	100%

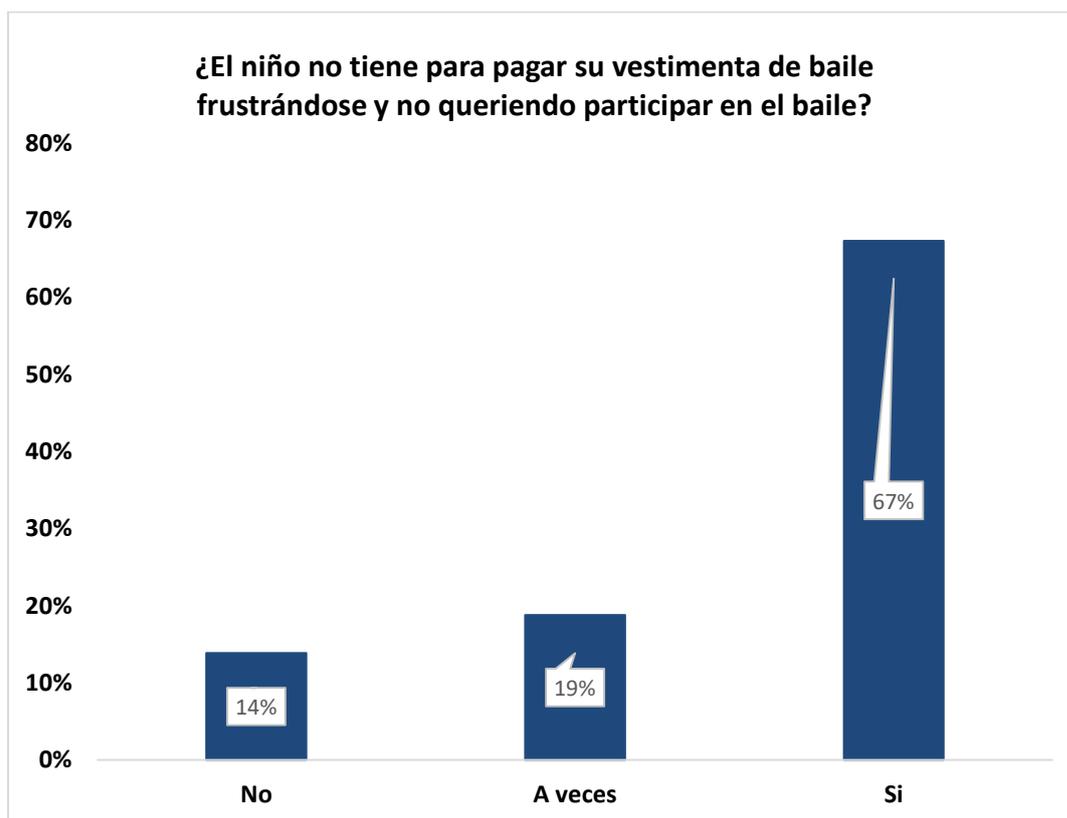


Figura 15 ¿El niño no tiene para pagar su vestimenta de baile frustrándose y no queriendo participar en el baile?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 14% no tiene para pagar su vestimenta de baile frustrándose y no queriendo participar en el baile, el 19% a veces tiene para pagar su vestimenta de baile frustrándose y no queriendo participar en el baile y el 67% si tiene para pagar su vestimenta de baile frustrándose y no queriendo participar en el baile.

Tabla 16

¿El niño tiene la atención necesaria por parte de los padres?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	74	73%
A veces	12	12%
Si	15	15%
TOTAL	101	100%



Figura 16 ¿El niño tiene la atención necesaria por parte de los padres?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 73% no tiene la atención necesaria por parte de los padres, el 12% a veces tiene la atención necesaria por parte de los padres y el 15% si tiene la atención necesaria por parte de los padres.

Tabla 17

¿El niño tiene buena relación con sus hermanos y se apoyan para el baile?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	42	42%
A veces	38	38%
Si	21	21%
TOTAL	101	100%

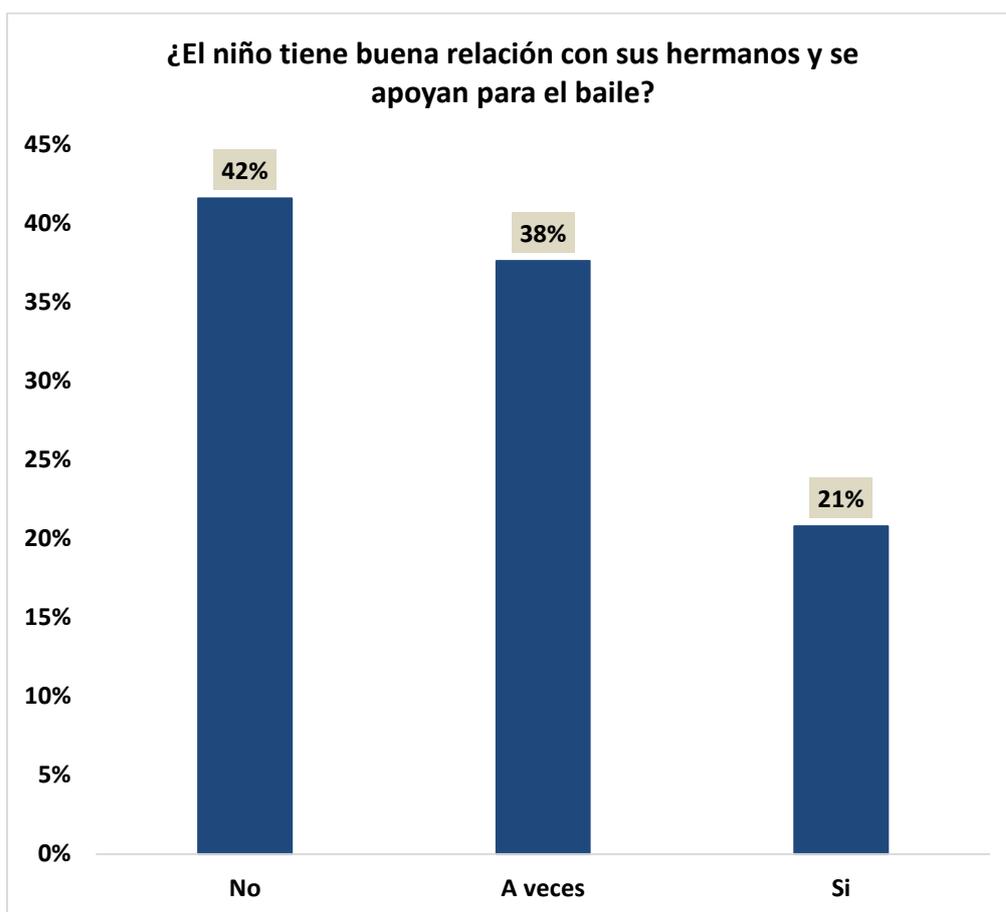


Figura 17 ¿El niño tiene buena relación con sus hermanos y se apoyan para el baile?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 42% no tiene buena relación con sus hermanos y se apoyan para el baile, el 38% a veces tiene buena relación con sus hermanos y se apoyan para el baile y el 21% si tiene buena relación con sus hermanos y se apoyan para el baile.

Tabla 18

¿El niño cuando baila tiene problemas con sus padres por hacerlo?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No	57	56%
A veces	39	39%
Si	5	5%
TOTAL	101	100%

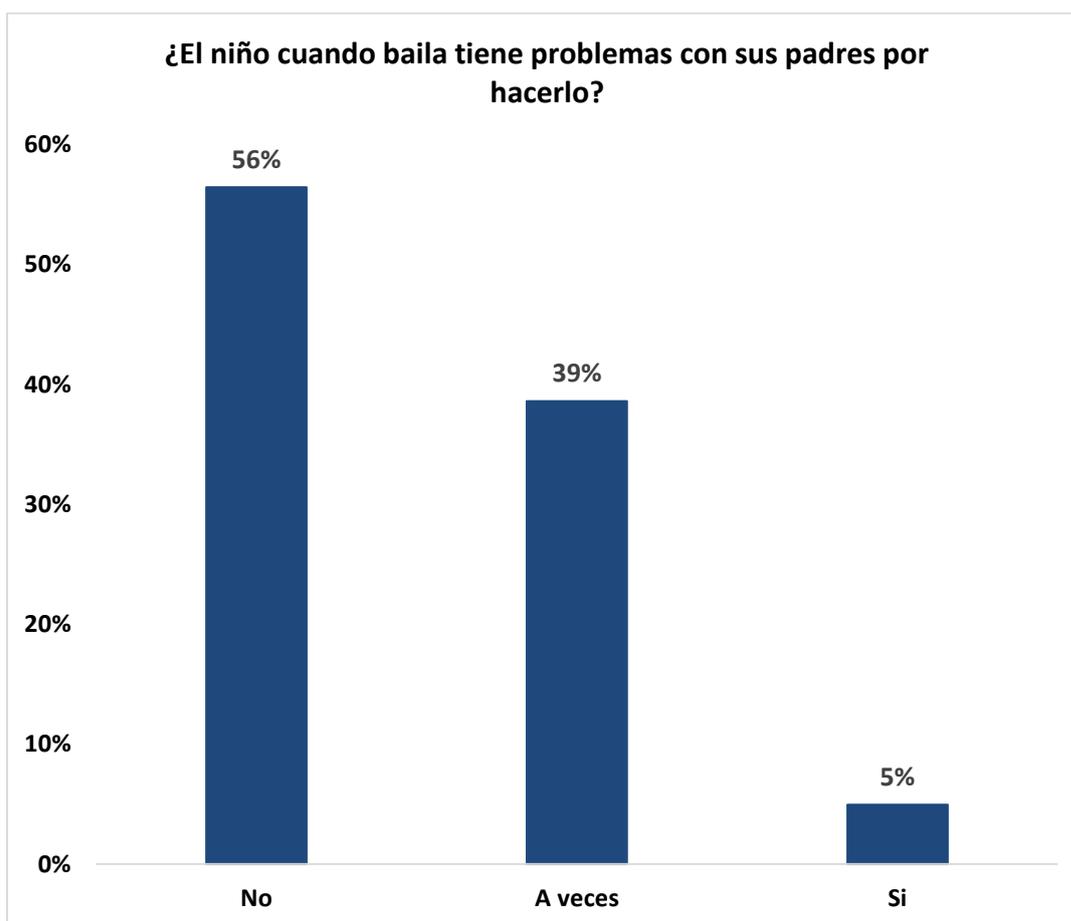


Figura 18 ¿El niño cuando baila tiene problemas con sus padres por hacerlo?

INTERPRETACIÓN: se cotejó a 101 alumnos de los cuales, el 56% cuando baila no tiene problemas con sus padres por hacerlo, el 39% cuando baila a veces tiene problemas con sus padres por hacerlo y el 5% cuando baila si tiene problemas con sus padres por hacerlo.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5. 1. DISCUSIÓN

De los resultados se afirma que la hipótesis alternativa se acepta la cual es La bailoterapia guarda relación como reductor de estrés en niños de V ciclo de la Institución educativa N° 20393 de Chancay, 2022

Dichos resultados se relacionan con: Malusin (2022) en su investigación titulada “*la bailoterapia en la coordinación rítmica en los estudiantes de educación media*”, su objetivo es determinar la incidencia de la danzaterapia en la coordinación rítmica entre los estudiantes de las unidades educativas Pelileo entre octubre de 2021 y enero de 2022, concluye que: Luego de una evaluación del nivel de coordinación rítmica de los estudiantes de secundaria posterior a la aplicación del programa de terapia de baile en la Unidad Educativa Pelileo, se concluyó que el nivel de coordinación rítmica de los estudiantes era muy bajo, por lo que utilizamos pruebas para ayudar a mejorar nuestro desempeño. también en danzaterapia (p. 46). Además también se relaciona con Vela (2021) en su tesis titulada “*Efectos del baile recreativo sobre el estrés laboral en los colaboradores de una clínica privada, distrito Morales, San Martín, 2021*”, su objetivo es determinación del impacto del baile recreativo en el estrés laboral en colaboradores de una clínica privada del distrito Morales de San Martín, 2021, concluye que: Los niveles de estrés laboral en el pre test para el grupo experimental no presentaron valores significativos ($p = .836$), mientras que para el post test para el grupo experimental se observaron valores significativos ($p = .$ Una

comparación de los valores medios de los programas mostraron diferencias significativas (p. 44).

5. 2. CONCLUSIONES

Primera: Se concluye que la bailoterapia se relaciona con el estrés de los niños ya que se ha observado que cuando el niño baila deja de renegar para hacer estudiar con más concentración teniendo ánimos para hacer las tareas.

Segunda: Se concluye que los niños en su mayoría se estresan cuando se les deja tareas extraescolares creyendo estos que no tienen tiempo para jugar en casa pues cuando llevan tareas los padres presionan a los niños para que lo realicen.

Tercera: Se concluye que los niños en su mayoría no tienen buena coordinación y ritmo cuando se desarrollan los bailes dentro de las clases que se imparten en la institución educativa.

Cuarta: Se concluye que los niños se estresan en casa pues sienten que sus padres no los apoyan generando en ello dudas de sus capacidades para el baile y combatir el estrés que, aunque pareciera no los afecta, sabemos que si es perjudicial para su salud y rendimiento académico.

Quinta: Se concluye que los niños en su mayoría prefieren no participar en el baile porque no cuenta con los recursos necesarios para que puedan pagar dicha vestimenta siendo frustrante y estresante para los niños que realmente quisieran, pero no pueden hacerlo.

5. 3. RECOMENDACIONES

Primera: Se recomienda a los docentes que practiquen la bailoterapia durante las horas de clase parando quizá su hora 10 minutos evitando que los niños se estresen o sobre carguen cuando se tiene muchas horas corridas de escritura de clase.

Segunda: Se recomienda a los docentes que, en vez de dejar tareas extraescolares, brindar talleres a los padres de familia juntamente con sus hijos para que practiquen la bailoterapia y así beneficiar no solo a los niños sino también a los padres y por ende a toda la familia creando y fortaleciendo lazos.

Tercera: Se recomienda a los docentes de educación física a trabajar ejercicios que ayuden a la coordinación y ritmo de los niños al momento de bailar pues debe ser favorable para ellos.

Cuarta: Se recomienda brindar charlas a los padres y estos aprendan a apoyar a sus niños cuando se deciden a bailar generándoles confianza y respeto cuando aman o quieren hacer algo.

CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN

6. 1. Fuentes Bibliográficas

Asian, H. (2020). La danza como medio de disminución del estrés en estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos en el año 2017. *Posgrado*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Auca, & Educatius, P. (16 de 11 de 2018). *¿que aporta el baile en los niños y niñas?* Obtenido de <https://www.auca.es/baile-en-ninos-y-ninas/#:~:text=Es%20una%20pr%C3%A1ctica%20que%20mejora,ni%C3%B1as%20y%20mejora%20su%20flexibilidad.>

Benavides, J. (2020). La bailoterapia y su incidencia en el estrés agudo episódico en señoras entre 30 a 40 años en casa somos San Bartolo. *Pregrado*. Universidad ded las Fuerzas Armadas, Sangolqui, Ecuador.

Cascón, D. (25 de 01 de 2021). *¿Qué es la coordinación y qué tipos de coordinación existen?* Obtenido de <https://studio.rebaila.com/tipos-coordinacion/>

Cascón, D. (20 de 06 de 2021). *Ritmo en el baile: ¿Que es? ¿Se puede aprender?* Obtenido de <https://studio.rebaila.com/ritmo/#:~:text=A%20groso%20modo%2C%20podemos%20definir,%2C%20movimientos%2C%20expresiones%20y%20gestos.>

Child, C. f.-A. (2018). *Cómo ayudar a los niños a manejar el estrés*. Obtenido de <https://www.healthychildren.org/Spanish/healthy-living/emotional-wellness/Paginas/helping-children-handle-stress.aspx>

- Colombia, D. e. (2020). *La flexibilidad en la danza*. Obtenido de <https://www.danzaenred.com/articulo/la-flexibilidad-en-la-danza>
- Desconocido. (2019). *11 cosas que no sabias de la bailoterapia para niños*. Obtenido de <https://www.somosmamas.com.ar/familia/bailoterapia-para-ninos/>
- Flores, M. (2017). propiedades psicométricas de la escala del estrés cotidiano infantil en niños de 3ero a 5to grado de primaria de los colegios de Lima metropolitano. *Pregrado*. Universidad de Lima, Lima, Perú.
- Hormigo, S. (07 de 10 de 2022). *Estos son todos los beneficios que aporta el baile a los niños*. Obtenido de <https://www.hola.com/padres/20221007337914/beneficios-del-baile-para-ninos-sh/>
- Jimenez, J. (2018). bailoterapia para el desarrollo motor grueso en niños y niñas de 3 a 4 años de la Unidad Educativa Atahualpa de la ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura, año lectivo 2015-2016. *Pregrado*. Universidad Técnica del Norte, Ibarra, Ecuador.
- Lyness, D. (04 de 2022). *Estrés infantil: Cómo pueden ayudar los padres*. Obtenido de <https://kidshealth.org/es/parents/stress.html>
- Mamani, B. (2019). 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. *Posgrado*. Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.
- Mlausin, K. (2022). la bailoterapia en la coordinación rítmica en los estudiantes de educación media. *Pregrado*. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador.

- Over, S. (2023). *el estrés en los niños*. Obtenido de <https://www.childrensmn.org/educationmaterials/parents/article/12429/el-estres-en-los-ninos/>
- Rosa, A. (2021). *Estrés en los niños, causas, síntomas y soluciones*. Obtenido de <https://saposyprincesas.elmundo.es/cine-ninos/cartelera/el-colegio-de-los-animales-magicos-2/>
- Sánchez, M. (2021). *El estrés infantil es real: cómo identificarlo y manejarlo en tus hijos*. Obtenido de <https://blog.oncosalud.pe/estres-infantil-como-identificarlo-y-manejarlo-en-tus-hijos>
- Solis, M. (2019). *la bailo terapia infantil en el desarrollo de la inteligencia emocional de los niños y niñas de segundo año de educación básica de la unidad Educativa Fiscomosional San Vicente de Paul, Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, periodo 2016*. *Posgrado*. Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba, Ecuador.
- Studocu. (2023). *Bailoterapia para niños*. Obtenido de <https://www.studocu.com/ec/document/universidad-de-guayaquil/pedagogia-en-contextos-de-la-educacion-fisica/bailoterapia-para-ninos/51515502>
- Unicef. (2019). *Cómo reconocer las señales de estrés en los niños*. Obtenido de <https://www.unicef.org/parenting/es/cuidado-infantil/como-reconocer-senales-estres-ninos>
- Valiente, Y. (2017). *influencia de los ejercicios de bailoterapia para las madres de familia de la escuela particular mixta Julio María Matovelle año lectivo 2015-2016*. *Pregrado*. Universidad Técnica de Machala, Machala el Oro, Ecuador.

Vela, M. (2021). Efectos del baile recreativo sobre el estrés laboral en los colaboradores de una clínica privada, distrito Morales, San Martín, 2021. *Pregrado*. Universidad Cesar Vallejo, Tarapoto, Perú.

ANEXOS



LISTA DE COTEJO

A LOS NIÑOS DE V CICLO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 20393 DE
 CHANCAY, 2022.

V1: Bailoterapia

N°	INDICADORES	No	A veces	Si
01	¿El niño tiene una coordinación motriz adecuada al momento de realizar el baile en clase?			
02	¿El niño tiene una coordinación óculo-manual adecuada al momento de realizar el baile en clase?			
03	¿El niño tiene una coordinación óculo-pédica adecuada al momento de realizar el baile en clase?			
04	¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos del medio ambiente sin necesidad de una música específica?			
05	¿El niño baila coordinadamente al ritmo de los sonidos de una música específica?			
06	¿El niño tiene buena flexibilidad en las piernas para bailar durante la clase?			
07	¿El niño tiene buena flexibilidad en el tronco para bailar durante la clase?			
08	¿El niño tiene buena flexibilidad en los brazos para bailar durante la clase?			

V2: Estrés

N°	INDICADORES	No	A veces	Si
01	¿El niño tiene dolencias en su cuerpo al momento de realizar los bailes?			
02	¿El niño cada vez que realiza el baile posteriormente va a consulta médica?			
03	¿El niño cuando baila siempre observa cómo se ve su cuerpo?			
04	¿El niño se estresa cuando le envían tarea extraescolar y no quiere bailar?			
05	¿El niño tiene un rendimiento académico adecuado?			
06	¿El niño tiene una relación negativa con su docente lo cual hace que no le interese el baile?			
07	¿El niño no tiene para pagar su vestimenta de baile frustrándose y no queriendo participar en el baile?			
08	¿El niño tiene la atención necesaria por parte de los padres?			
09	¿El niño tiene buena relación con sus hermanos y se apoyan para el baile?			
10	¿El niño cuando baila tiene problemas con sus padres por hacerlo?			