

Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas
Carrera de Educación Artística



Tesis

Danza folklórica y estrés académico en estudiantes de secundaria del
Centro Educativo Particular Baden Powell

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Artística,
especialidad de Folklore, mención en Danza

Autor

Bach. Sierra Sulca, Andrea Pamela

Asesor

Mag. Linares Mendoza, Edin (ORCID: 0000-0002-8325-289X)

Lima, Perú 2022

Dedicatoria

Dedico este trabajo de investigación a mi madre, por enseñarme a no darme por vencida y luchar siempre por lograr mis metas. Sin su apoyo incondicional, no hubiera podido llegar hasta donde estoy.

A mi hijo Joshua, por ser el motor que me impulsa a ser mejor cada día; por su apoyo, comprensión y paciencia.

A mi compañera de vida, por siempre confiar y creer en mí; por darme aliento y motivación en cada momento, por su infinita paciencia y por su amor incondicional.

Agradecimiento

Agradezco a Dios, por no desampararme nunca y bendecirme permitiéndome llegar hasta donde he llegado.

A mi asesor el magíster Edin Linares por su orientación, su apoyo y sus conocimientos en el proceso de la investigación.

A los estudiantes del cuarto año, docentes y directora del CEP Baden Powell; por su predisposición y apoyo para con la investigación.

A todas aquellas personas que aportaron en esta investigación.

Índice

Carátula	I
Dedicatoria	II
Agradecimiento	III
Índice	IV
Índice de tablas	VII
Índice de figuras	IX
Resumen	X
Abstract	XI
I. Introducción	12
1.1. Descripción del problema	12
1.2. Antecedentes.	15
1.3. Teorías y conceptos	17
1.3.1. Estrés académico	18
1.3.2. Danza folklórica	24
1.4 Hipótesis	28
1.4.1 Hipótesis general	28
1.4.2 Hipótesis específicas	28
1.5 Objetivos	29
1.5.1 Objetivo general	29
1.5.2 Objetivos específicos	29

II. Método	30
2.1. Diseño de la investigación	30
2.2. Población y muestra	31
2.2.1. Criterios de inclusión y exclusión	32
2.2.2 Selección de la muestra	32
2.3 Procedimiento	33
2.3.1 Instrumento	33
2.3.2 Validez y confiabilidad	34
2.3.3 Variables y operacionalización	35
2.3.4. Estrategia de análisis de datos	37
2.3.5. Aspectos éticos	39
III. Resultados	40
3.1. Análisis descriptivo	40
3.1.1. Danza folklórica	40
3.1.2. Estrés académico	43
3.2. Análisis inferencial	47
3.2.1. Técnica de inferencia estadística	47
3.2.2. Hipótesis general	47
3.2.3. Hipótesis específica 1	49
3.2.4. Hipótesis específica 2	50
3.2.5. Hipótesis específica 3	52

IV. Discusión	54
V. Conclusiones	58
VI. Recomendaciones	60
Referencias	61
Apéndices	71
Apéndice 01.- Matriz de consistencia	68
Apéndice 02.- Instrumento de recolección de datos	70
Apéndice 03.- Constancia de validación por juicio de expertos	72
Apéndice 04.- Matriz de datos cuantitativos	76
Apéndice 05.- Formato de consentimiento informado.	77
Apéndice 06.- Constancia de autorización para aplicación del instrumento.	79

Índice de tablas

Tabla 1 Población	31
Tabla 2 Muestra	32
Tabla 3 Validez del Inventario de síntomas de estrés. Segunda versión	34
Tabla 4 Validez de la Escala para medir danza folklórica	34
Tabla 5 Índice de v de aiken	35
Tabla 6 Confiabilidad – alfa de cronbach para las variables danza folklórica y estrés académico	35
Tabla 7 Ficha técnica del instrumento estrés académico	36
Tabla 8 Ficha técnica del instrumento danza folklórica	37
Tabla 9 Nivel de la variable danza folklórica	38
Tabla 10 Nivel de la variable estrés académico	38
Tabla 11 Nivel de la dimensión reacciones físicas del estrés académico	38
Tabla 12 Nivel de la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico	39
Tabla 13 Nivel de la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico	39
Tabla 14 Niveles de distribución de la variable danza folklórica	40
Tabla 15 Dimensión 1: Danza como medio de expresión de emociones y sentimientos	41
Tabla 16 Dimensión 2: Danza como expresión del movimiento	42
Tabla 17 Niveles de distribución de la variable estrés académico	43
Tabla 18 Dimensión 1: Reacciones físicas	44
Tabla 19 Dimensión 2: Reacciones psicológicas	45

Tabla 20 Dimensión 3: Reacciones comportamentales	46
Tabla 21 Prueba de normalidad de danza folklórica y estrés académico	48
Tabla 22 Prueba de hipótesis de las variables: la danza folklórica y el estrés académico	48
Tabla 23 Prueba de normalidad de danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico	49
Tabla 24 Prueba de hipótesis de la variable la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico	49
Tabla 25 Prueba de normalidad de danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico	50
Tabla 26 Prueba de hipótesis de la variable la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico	51
Tabla 27 Prueba de normalidad de danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico	52
Tabla 28 Prueba de hipótesis de la variable la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico	52

Índice de figuras

Figura 1 Diseño de investigación	30
Figura 2 Niveles de resultados de danza folklórica	40
Figura 3 Niveles de la dimensión danza como medio de expresión de emociones y sentimientos	41
Figura 4 Niveles de la dimensión danza como expresión del movimiento	42
Figura 5 Niveles de resultados de estrés académico	43
Figura 6 Niveles de la dimensión reacciones físicas	44
Figura 7 Niveles de la dimensión reacciones psicológicas	45
Figura 8 Niveles de la dimensión reacciones comportamentales	46

Resumen

Esta investigación presenta como objetivo general, establecer una relación entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell*, ubicado en *Los Olivos*. En el aspecto metodológico, este estudio tiene un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental transeccional, de alcance correlacional-causal. La población de interés para el estudio está conformada por 91 estudiantes de ambos sexos que cursan desde primero a quinto de secundaria del *CEP Baden Powell*, en el distrito de *Los Olivos* y una muestra de 17 estudiantes entre 15 y 16 años pertenecientes al cuarto de secundaria. Se aplicó un cuestionario para la variable danza folklórica cuyo índice de fiabilidad del alfa de Cronbach fue 0,888 y un cuestionario para medir el estrés académico cuyo índice de fiabilidad del alfa de Cronbach fue 0,848. Las conclusiones señalaron que sí existe una relación significativa entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*; es decir, mientras más practiquen danza folklórica, menores serán sus niveles de síntomas de estrés. Se confirma la hipótesis general debido a que el resultado del nivel de significancia bilateral es $0.000 < 0.05$; de este modo, se hace evidente que, efectivamente, existe una relación significativa considerable entre ambas variables.

Palabras clave: Danza folklórica, estrés académico, estudiantes de secundaria.

Abstract

The general objective of this research is to establish a relationship between folkloric dance and academic stress in fourth year high school students at CEP Baden Powell, located in Los Olivos. In the methodological aspect, this study has a quantitative approach, with a non-experimental transectional design, of correlational-causal scope. The population of interest for the study is made up of 91 students of both sexes in the first to fifth year of high school at CEP Baden Powell, in the district of Los Olivos, and a sample of 17 students between 15 and 16 years of age belonging to the fourth year of high school. A questionnaire was administered for the folk dance variable whose Cronbach's alpha reliability index was 0.888 and a questionnaire to measure academic stress whose Cronbach's alpha reliability index was 0.848. The conclusions indicated that there is a significant relationship between folkloric dance and academic stress in fourth year high school students of CEP Baden Powell, Los Olivos; that is, the more they practice folkloric dance, the lower their levels of stress symptoms. The general hypothesis is confirmed because the result of the bilateral significance level is $0.000 < 0.05$; thus, it is evident that there is indeed a considerable significant relationship between both variables.

Key words: Folkloric dance, academic stress, high school students.

I. Introducción

1.1. Descripción del problema

Sentir estrés en alguna de las etapas de la vida estudiantil puede ser considerado, hasta cierto punto, una reacción normal debido a las exigencias que el sistema educativo demanda. Sin un tratamiento adecuado estos síntomas pueden agravarse, incluso deteriorar la salud y el rendimiento escolar de los estudiantes, afectándolos de manera física, emocional, cognitiva y conductualmente (Berrío y Mazo, 2012).

Se han realizado en los últimos años diversos estudios acerca del estado de salud mental en la población mundial, sobre todo en los niños y los adolescentes; en ese sentido, es importante desarrollar estrategias, programas y herramientas para ser implementados por los diferentes gobiernos, con la finalidad de promover el bienestar psicológico de la población escolar; así como también protegerla de malas experiencias y factores que puedan poner en riesgo su capacidad y potencial. Es importante desarrollar estos aspectos ya que marcarán la forma en la que vivirán su adolescencia y su próxima edad adulta (Organización Mundial de la Salud, 2020)

Promover el bienestar mental de los adolescentes es una tarea de suma importancia porque además de ser una etapa de constantes cambios físicos, emocionales y sociales, hay que añadir la traumática experiencia sufrida por la pandemia de COVID-19. Debido a esto muchos adolescentes han tenido que adaptarse, primero al confinamiento y después a la enseñanza virtual que ha provocado un alto índice de estrés académico. De cada 10 adolescentes, 8 indican haber presentado síntomas de estrés; consideran que su formación académica, su futuro y sus relaciones familiares han sido afectados por la pandemia. (Fondo de las Naciones Unidas para los Niños [Unicef], 2022).

Según un sondeo rápido realizado por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2020) en Latinoamérica, el 50 por ciento de adolescentes sintió desmotivación al realizar actividades que antes si disfrutaba; así como también pesimismo respecto a su percepción del futuro. Por otra parte, en Argentina la Unicef (2021) llevó a cabo un estudio donde 1 de cada 2 adolescentes sintió un gran impacto emocional al suspenderse las clases presenciales, no solo por el distanciamiento con sus compañeros o docentes; sino también por enfrentarse a tareas que no podían comprender y realizar solos.

En el Perú, iniciar con la educación a distancia fue todo un reto, tanto para las instituciones públicas como privadas; los docentes tuvimos que rediseñar la forma de enseñar y tanto docentes, alumnado y padres de familia, pasamos por un complejo proceso de adaptación a las distintas herramientas digitales (Calvera, 2020). Sin embargo, para un gran porcentaje de estudiantes resultó imposible el acceso a este tipo de educación debido a que no contaban con las condiciones necesarias para la modalidad remota. A pesar que el gobierno lanzó un programa para aprender en casa, se estima que 240,000 estudiantes no tuvieron ningún tipo de acceso a la educación (Agencia EFE, 2021).

Vargas (2020) citado en diario Gestión (Agencia EFE, 2021), indicó que el estrés fue una de las consecuencias más comunes que se presentaron en los estudiantes debido al confinamiento social; por otra parte señaló que es fundamental esforzarse por mantener el equilibrio entre las actividades recreativas, de relajación y deportivas. De lo contrario, habrá una mayor posibilidad de presentar algún problema de salud mental.

En Lima, especialmente en estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell*, el estrés académico no ha sido ajeno. Hay evidencia de poca participación, desinterés y falta de comunicación por parte de los estudiantes, ocasionando un bajo

rendimiento escolar y preocupación de sus padres por el excesivo uso de redes sociales y juegos en línea. Entre los principales factores de esta situación problemática se considera el aislamiento social producido por el COVID-19, la presión por adaptarse a la nueva virtualidad escolar y la pérdida de algún ser querido.

Si el problema no es tratado por especialistas se corre el riesgo de que los estudiantes presenten algunas reacciones físicas, psicológicas o de comportamiento que son manifestaciones del estrés académico. Sin la debida atención los estudiantes pueden enfrentar problemas como depresión o ansiedad. Por todo lo expuesto anteriormente, la propuesta pretende evidenciar la relación entre la danza folklórica y el estrés académico.

Basados en esta situación se planteó la siguiente pregunta general: ¿Cuál es la relación entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*?

Del mismo modo en las siguientes preguntas específicas: ¿Cuál es la relación entre la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*? ¿Cuál es la relación entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*? ¿Cuál es la relación entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*?

1.2. Antecedentes.

Para realizar esta investigación fue importante el aporte conseguido mediante una búsqueda virtual de repositorios y bibliotecas internacionales dónde se obtuvo informes de investigaciones anteriores referentes a las variables de investigación.

García et al. (2020) sustentaron en la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta en Colombia la tesis de licenciatura titulada *Bienestar psicológico de estudiantes que practican y no practican la danza folklórica en la Universidad Simón Bolívar sede Cúcuta*. De enfoque cuantitativo y diseño no experimental de alcance comparativo. Participaron dos grupos compuestos por veinte estudiantes: que danzan y que no danzan. Finalmente, señalan en sus conclusiones que los estudiantes que practican danza poseen mejor bienestar psicológico, obteniendo un puntaje de 55 por ciento que confirma que la danza ayuda a disminuir cargas emocionales y físicas y ayuda a controlar el estrés, mejorando las relaciones interpersonales y el desenvolvimiento con el entorno.

Subramani y Venkatachalam (2019) realizaron un artículo científico en la Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades de la India titulado *Fuentes de estrés académico entre estudiantes de secundaria superior*. De enfoque cuantitativo y diseño no experimental. Participaron 198 estudiantes de tres escuelas secundarias superiores en la ciudad de Salem, Tamil Nadu, India. Finalmente, señalan en sus conclusiones que las cinco fuentes de estrés académico son: expectativas de los padres (96%), miedo al fracasar en los exámenes (96%), compararse con otros (89,9%), competencia con otros estudiantes (89,4%), y demasiadas pruebas (74,7%).

Umar (2019) publicó un artículo en la Revista internacional de investigación innovadora en educación social y científica en la India titulado *Impacto del estrés*

académico y las estrategias de afrontamiento entre los estudiantes de secundaria en el estado de Kaduna, Nigeria. De enfoque cuantitativo y diseño de encuesta descriptiva. Participaron 300 estudiantes de 10 escuelas de secundaria superior del Distrito Senatorial Central. Finalmente, señala en sus conclusiones que el estrés académico se presenta como un grave problema para los estudiantes, independientemente de la zona (rural o urbana) y que entre los varones existe mayor índice de estrés que en las mujeres.

Así mismo, como parte de esta investigación se llevó a cabo la búsqueda de repositorios y bibliotecas dónde se obtuvo los siguientes antecedentes nacionales:

Huaracallo (2021) sustentó en la Universidad Nacional del Altiplano la tesis de licenciatura *Actividad física y su relación con el estrés académico en estudiantes del Quinto grado de los colegios emblemáticos institución educativa secundaria Gran Unidad Escolar San Carlos y María Auxiliadora de la ciudad de Puno.* Empleó un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo correlacional y diseño no experimental de corte transversal. Participaron 225 estudiantes de dos colegios de la ciudad de Puno. Finalmente, señala en sus conclusiones que hay una relación positiva alta ($p < 0.05$) entre actividades físicas y estrés académico (-0.828), a mayor actividad física, menor estrés académico.

Asian (2020) presento a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos la tesis de doctorado 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.* Empleó el enfoque experimental cuantitativo mixto de tipo explicativo y diseño cuasiexperimental. Participaron 200 estudiantes por grupo de la Facultad de Medicina. Finalmente, señala en sus conclusiones que practicar danza influye positivamente en la

disminución del estrés y en la dimensión académico en los estudiantes evaluados, siendo el coeficiente de significancia bilateral ($P=0.0$), el cual es menor que 0.05.

Castillo y Huamán (2019) sustentaron en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas la tesis de Licenciatura titulada *Clima social escolar y estrés académico en estudiantes de secundaria de Lima*. Emplearon el enfoque cuantitativo y diseño no experimental transversal de tipo correlacional. Participaron 320 escolares de secundaria en Surquillo. Finalmente, señalan en sus conclusiones que existe una correlación directa muy débil entre el trabajo de aula con los síntomas de estrés académico.

1.3. Teorías y conceptos

La teoría sistémica cognoscitivista de Barraza (2006) toma como base a la teoría de la modelización sistémica de Colle (2002), la teoría general de sistemas de Bertalanfy (1991) y el modelo transaccional del estrés de Cohen y Lazarus (1979), Lazarus y Folkman (1986) y Lazarus (2000). Su teoría parte de dos supuestos: el supuesto sistémico y el supuesto cognoscitivista. El supuesto sistémico indica que los humanos son un sistema abierto relacionado con su medio a través de movimiento continuo de entradas y salidas denominadas input y output, para así poder mantener su equilibrio sistémico. El supuesto cognoscitivista indica que la relación de una persona con su entorno se ve dificultada por la valoración que el sujeto tiene de las demandas que le da su entorno y la forma que tiene de enfrentar esas demandas.

Barraza indica también que su modelo está compuesto por cuatro hipótesis: Componentes sistémicos-procesuales del estrés académico (estresores, síntomas y afrontamiento), estrés académico como estado psicológico (estresores mayores y menores), indicadores del desequilibrio sistémico (estrés normal, distrés y eustrés) y el

afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico (capacidad de afrontar para mantener el equilibrio).

1.3.1. Estrés Académico

Para contextualizar esta variable es importante primero conocer los conceptos del estrés, que ha sido estudiado por varias disciplinas y enfoques diferentes desde el año 1960 en el que el fisiólogo y médico Hans Selye, en su teoría llamada *Síndrome del Estrés* o *Síndrome de Adaptación General* (GAS), lo definió como una respuesta no determinada del individuo provocada ante las demandas y amenazas del entorno que requieren adaptación (Berrio y Mazo, 2012).

Para Barrio et al. (2006) el estrés es la reacción que tiene un organismo como respuesta ante una amenaza. Estas reacciones pueden ser de afrontamiento, si se enfrenta al estresor; o de evitación, si se evita al agente estresor. Por su parte, López et al. (2014) señalan al estrés como la respuesta del organismo cuando se rompe su equilibrio con determinadas situaciones o estímulos; estas respuestas pueden ser psicosociales, físicas o biológicas e incluyen los niveles neurológicos, psicológicos, y endocrinos del organismo. Del mismo modo Barraza (2020) señala al estrés, como un fenómeno adaptativo que ha estado con el hombre desde su origen y se puede evidenciar a través de tres momentos: la percepción del peligro, la reacción de alarma y la respuesta. También señala que el estrés se presenta cuando la persona siente que las exigencias o demandas de su entorno rebasan sus propios medios provocando así un desequilibrio sistémico (Barraza, 2006).

Respecto al estrés académico; Muñoz (1999) define al estrés académico como el impacto producido por las demandas y actividades de la vida académica que repercuten de manera negativa en la salud, bienestar emocional y rendimiento académico del

alumno. Para Barraza (2006) es el proceso sistematizado, adaptable y psicológico que se muestra cuando el estudiante tiene demandas escolares que considera como estresantes; esta situación provoca un desequilibrio que se ve reflejado en síntomas que el estudiante debe afrontar para recuperar el equilibrio.

Para Berrío y Mazo (2012) es una reacción que genera activaciones fisiológicas, emocionales, cognitivas y conductuales ante estímulos y eventos en el ámbito educativo.

De acuerdo con Alfonso et al. (2015) el estrés académico es el que experimentan esencialmente los estudiantes de educación media y superior, causadas por las exigencias internas y externas de las actividades escolares y se ven reflejados en su desempeño académico; concordando con Toribio y Franco (2016) que indican que tiene como fuente al ámbito educativo y que afecta su aprendizaje y su bienestar.

Las causas o motivos que desencadenan el estrés académico son los denominados estresores académicos; Muñoz (1999) menciona que son aquellos factores o circunstancias que presionan o sobrecargan al estudiante afectando su desempeño estudiantil. Estos factores pueden asociarse en grandes estresores (evaluación, sobrecarga de trabajo, calidad de enseñanza-aprendizaje, problemas de adaptación); estresores asociados con la adolescencia (integración, relaciones con los demás) y los problemas económicos derivados de su condición.

Basado en el modelo sistémico cognoscitivista, Barraza (2005) plantea que los estresores son aquellas situaciones o estímulos amenazantes que generan en el estudiante una reacción generalizada e inespecífica. Entre estos estímulos se encuentran: el exceso de responsabilidad, exceso de tareas y trabajos escolares y el tipo de trabajo dejado por los maestros.

Desde la posición de Naranjo (2009), las fuentes de estrés son: competitividad, dificultad para rendir académicamente, dificultad en la interacción con sus pares, violencia física y psicológica, temor a realizar pruebas, fracaso e incumplimiento de las expectativas de sus padres y profesores.

Alfonso et al. (2015) concuerdan con Subramani y Venkatachalam (2019) y Toribio y Franco (2016) al mencionar que la expectativa de los padres, la sobrecarga académica, el exceso de exámenes dados por los docentes, el limitado periodo de estudio y la tendencia a compararse con los demás; son las principales causas de estrés académico.

Cuando el estudiante se encuentra estresado, presenta una serie de síntomas que son manifestaciones internas o externas que pueden ser clasificadas o catalogadas de distinta forma y escala según su percepción. Estas manifestaciones se clasifican en tres tipos de reacciones: reacciones fisiológicas, relacionadas con sus funciones vitales; reacciones psíquicas, relacionadas a sus emociones y actitudes y reacciones conductuales, relacionadas a las conductas frente a los demás (Linares, 2021).

Feng (2010) sostiene que para reconocer si un estudiante tiene comportamientos estresantes se deben observar en ellos: irritabilidad por falta de sueño, falta de concentración, miedos inexplicables o ansiedad, aislamiento ante familiares y compañeros, consumo de drogas y alcohol, dolores de cabeza o de estómago, falta de apetito y bajas defensas (Alvarez y Cerrón, 2020).

Tomando como referencia el modelo sistémico cognoscitivista de Barraza (2006), los síntomas provocados por el desequilibrio sistémico se ven reflejados en tres tipos de reacciones:

1.3.1.1. Reacciones físicas

Son aquellos síntomas que se pueden presentar en un nivel fisiológico; el estudiante con estrés puede presentar problemas en la digestión como malestar o ardor en el estómago, diarreas o estreñimiento; también puede presentar mucha fatiga o cansancio, tener respiración agitada o la sensación de falta de aire o sofocación.

Por su parte Rossi (2012) indica que el dolor de cabeza, el cansancio difuso, el bruxismo, la presión arterial elevada, la inquietud, las alteraciones gástricas, los dolores de espalda, la modificación del apetito, los trastornos del sueño, la sudoración excesiva, los cambios de peso y los temblores o tics nerviosos; son síntomas comunes en un estudiante estresado.

Para la OMS (2020) los síntomas físicos del estrés son: dolor de cabeza, cuello, hombros y espalda, malestar estomacal, falta de apetito, nudo en la garganta, presión en el pecho y tensión muscular; síntomas que concuerdan con los indicados por Barrio et al. (2006) que mencionan a la fatiga, jaquecas, desordenes de sueño, agotamiento, trastornos gástricos, desgano, predisposición a enfermedades y dolores musculares, como los síntomas del estrés.

1.3.1.2. Reacciones psicológicas

Son aquellos síntomas que se presentan en un nivel mental; el estudiante estresado tiende a olvidarse de algunas cosas, tiene sentimientos de temor, miedo o pánico; siente muchos nervios o está bastante inquieto; tiene mucha preocupación o pensamientos negativos; no puede concentrarse y se demora en procesar ideas; es bastante inseguro, ansioso o angustiado; se irrita, enoja o enfurece por cualquier motivo y muchas veces no puede pensar con claridad debido al bloqueo mental o sensación de mente vacía.

Para Del Barrio (2003) y Barrio et al. (2006), los síntomas psicológicos que se presentan en los estudiantes son ansiedad, depresión y problemas de aprendizaje; así como sentimientos de fracaso, desesperanza, moral baja, irritabilidad, enfados, etc.

Por su parte Naranjo (2009), menciona que la pérdida de la atención, la incapacidad de resolver situaciones acertadamente, la desorganización, la dificultad para relajarse, la impaciencia, intolerancia, autoritarismo, la falta de empatía y desánimo y los pensamientos de incapacidad y de inferioridad son los síntomas que se presentan en el ámbito educativo.

1.3.1.3. Reacciones comportamentales

Son aquellos síntomas que se presentan conductualmente; el estudiante estresado tiene ganas de gritar, golpear o insultar, presenta cambios constantes de humor; tiene desórdenes alimenticios, toma o fuma, camina de un lugar a otro sin motivo, se aísla de los demás y no tiene ánimos de vestirse, cambiarse o arreglarse.

Naranjo (2009) menciona que la tartamudez, la poca fluidez verbal, el desánimo, el ausentismo escolar, el alto consumo de alcohol, tabaco, cafeína, entre otras drogas, poca energía, el insomnio, la aparición de tics y la dificultad para concentrarse son las reacciones más frecuentes en los estudiantes.

Por su parte Rossi (2012) menciona a los siguientes síntomas: fumar excesivamente, aislamiento, olvidos y conflictos frecuentes, desgano, absentismo, dificultad de concentración o para asumir responsabilidades, incremento o disminución de la ingesta de alimentos, poco interés por uno mismo y el desinterés por los demás.

Para enfrentarse a situaciones estresantes, es necesario contar con ciertas estrategias. Estas estrategias son las denominadas estrategias de afrontamiento y pueden

variar dependiendo de la valoración que se tenga de las demandas y los recursos que se poseen para abordarlas (Cabanach et al., 2010).

Desde el punto de vista de Alfaro y Castro (2020) si se toman en cuenta sus características en común, las estrategias se pueden agrupar en: estrategias centradas en el problema (orientadas a la solución del estrés controlable), estrategias centradas en las emociones (buscan liberar el estrés incontrolable enfocándose en sus emociones) y estrategias basadas en la evitación (evaden el afrontamiento para organizar sus recursos). De igual modo, mencionan que es necesario probar más de una estrategia de afrontamiento para una mayor eficacia; por ello sugieren las siguientes estrategias: mantener el control del problema, no convertir la situación en algo dramático, relajarse y ver la situación desde diversas perspectivas, mantener la confianza en sí mismo y en sus capacidades, reconocer sus límites y saber pedir ayuda cuando sea necesario.

Por otro lado, Folkman et al (1986) proponen que la confrontación directa, el escape o huida a la problemática, el desarrollo de un plan, el buscar apoyo, el distanciamiento del origen de estrés, la aceptación de responsabilidad, el control de emociones y ver la situación positivamente; son otras formas de afrontar el estrés (Cabanach et al., 2010).

En la opinión de Naranjo (2009) el desarrollar la imaginación, canalizar la forma de pensar y percibir las emociones, y descubrirse a través del arte; son buenas estrategias a seguir para liberarse del estrés académico. Por su parte, Toribio y Franco (2016) consideran que, para prevenir los efectos del estrés, los estudiantes deben aprender a administrar bien su tiempo, establecer sus objetivos y prioridades, seleccionar técnicas de estudio y practicar deportes o actividades de recreación.

Para Barraza (2006) el afrontamiento es el conjunto de respuestas cognitivas que tiene una persona para contrarrestar o reducir una situación estresante. También indica que las estrategias de afrontamiento se clasifican en dos clases: estrategias automistas y estrategias holísticas. Las estrategias automistas son aquellas en las que se realiza una sola acción; mientras que las estrategias holísticas abarcan un grupo de acciones a seguir. Dentro de las estrategias holísticas se pueden señalar a la capacidad de organizar el tiempo personal, el identificar y confrontar pensamientos negativos y el indagar e intervenir para resolver problemas. De ésta última estrategia, Barraza (2011) creó un método de afrontamiento que abarca de tres fases: indagación, planificación de la resolución de problemas e intervención.

1.3.2. Danza folklórica

La danza está ligada al desarrollo de la humanidad y forma parte de todas las culturas y épocas. Son tan innumerables como diversas las formas artísticas y de expresión que ha adquirido a lo largo del tiempo. A través de la danza se transmiten sentimientos y formas ancestrales de ver el mundo. Por esta razón son varias las disciplinas que la estudian y es complejo encontrar un concepto que pueda definirla de manera global (Nicolás et al., 2010)

Uno de los máximos representantes de la teorización de la danza es Laban (1984) con su teoría del movimiento que es considerada una gran herramienta porque permite analizar, comprender y escribir en profundidad las formas de movimiento (Ministerio de Educación [Minedu], (2007). El mismo documento menciona que la teoría de Laban consta de cuatro herramientas y están organizadas de la siguiente forma: el cuerpo, que examina las partes donde se inicia y desarrolla el movimiento a través de la observación de la forma del movimiento en función a su anatomía; los esfuerzos, que analizan las dinámicas y cualidades del movimiento, observa la relación

entre el tiempo, el peso, el espacio y el flujo; las formas, que adopta el cuerpo al interactuar con el ambiente y el espacio, que es donde el cuerpo con el entorno, sus trayectorias, direcciones, niveles, planos y líneas.

Esta teorización es validada por Dallal (2007) quién referencia a Laban pero que agrega algunos elementos de acuerdo al contexto contemporáneo; estos elementos son: cuerpo, cultura del cuerpo, espacio, movimiento, impulso del movimiento, tiempo, relación entre luz y oscuridad, forma o apariencia y el participante espectador. Sin embargo, existen algunos elementos que son imprescindibles en la ejecución de la danza y estos son: cuerpo humano, espacio y movimiento que son usados en mayor medida e impulso del movimiento y tiempo usados en menor medida. (Hernández, 2020)

Considerando diferentes criterios, la danza se puede clasificar de diversas formas; una de ellas es la danza folklórica, que está basada en las tradiciones, los mitos y costumbres de una comunidad y su temática es costumbrista y folklórica (Díaz y Fiestas, 2021).

Por su parte Ahón (2002) menciona que la danza folklórica es la expresión del movimiento de manera rítmica y dinámica donde a través de su forma, mensaje, carácter y estilo, se pueden distinguir las costumbres y sentimientos de una comunidad. Esta expresión puede producir emociones y sensaciones de pertenencia e identificación.

Desde el punto de vista de García (2003), la danza folklórica refleja las tradiciones, las costumbres y la cultura de un pueblo, que son transmitidas de generación en generación. También recrea su cotidianidad, sus mitos, sus formas de relacionarse, entre otros (Monroy, 2003). Loli (2018) define a la danza folklórica como un instrumento de arte que representa la suma de las experiencias de un pueblo en un

tiempo específico. Se crea de manera natural, fusiona movimientos coreográficos con la música y ayuda a reconocer la cultura, costumbres y valores de los pueblos.

El folklore, para José María Arguedas es el conocimiento tradicional que se tienen de las cosas y del ser humano, y es considerado el arte del pueblo. El término folklore fue propuesto por William J. Thoms y deriva de la unión de las voces: folk, pueblo; y de lore, conocimiento o sabiduría (Coloma, 2001). De acuerdo con Roel (1985) se debe tener en cuenta al folklore como hecho folklórico y como ciencia. A su vez, indica que el folklore puede ser definido como la literatura, la danza y la música oral de un pueblo, y como la cultura de una sociedad; asimismo debe ser tradicional, popular y anónimo para caracterizarlo como hecho folklórico.

Según Jáuregui (2000) y García (2015), el folklore es una ciencia que estudia las costumbres y creencias que sobreviven en un pueblo determinado y en la actualidad se puede diferenciar desde tres posiciones y funciones distintas: como cultura popular tradicional, como ciencia llamada Folklorología y como proyección folklórica.

1.3.2.1. Danza como medio de expresión de emociones y sentimientos

La práctica de la danza genera bienestar en el estudiante porque ayuda a afrontar situaciones positivamente, identificando y controlando sus emociones; de igual modo, facilita las relaciones con los demás y desarrolla sus competencias motrices (Mozo, 2015).

Es la capacidad que tiene un ser de utilizar su cuerpo y los movimientos para comunicar sentimientos, emociones y sensaciones. Esta comunicación puede ser con uno mismo o con los demás (Blanco, 2009).

Desde el punto de vista educativo, Padilla y Hermoso (2003) sostienen que la danza no solo trabaja el cuerpo y el movimiento, sino que puede considerarse como una

herramienta para desarrollar habilidades emocionales ya que permite desarrollar la creatividad, relacionarse con sus compañeros, aprender a conocerse a sí mismo y a los demás (García et al., 2011).

Viendo a la danza desde una perspectiva integral, se puede definir como una actividad universal, motora, polimórfica, polivalente y compleja. Universal, al estar presente en todas las culturas y épocas; motora, porque utiliza al cuerpo para expresar ideas, sentimiento y emociones; polimórfica, porque se clasifican en diversos tipos de danza; polivalente, por estar presente en el arte, la educación, el ocio o la terapia; compleja porque interactúan factores biológicos, psicológicos, históricos, entre otros y porque su técnica y expresión pueden ser individuales y colectivas (García, 2003).

Llanos (2020) menciona que, al aprender sobre el origen, el mensaje, la vestimenta y la música de una danza, se logra que los estudiantes valoren sus orígenes y su identidad; convirtiendo a la danza en un medio para expresar y comunicar sentimientos y emociones.

1.3.2.2. Danza como expresión de movimientos

Es un sistema por el cual se describen las conexiones que tiene el cuerpo, los movimientos que se producen al realizar un esfuerzo muscular y las formas de interpretación y documentación de movimientos humanos (Ros, 2008).

Por su parte; Nicolás et al. (2010) explican danza como una unidad constituida por elementos motrices y expresivos que interactúan con componentes biopsicosocial, culturales y estéticos que están conformadas a través de elementos de espacio, tiempo y ritmo.

Para Stokoe y Schachter (1994), es la capacidad de tomar conciencia del cuerpo, sensibilizarlo y lograr utilizar al cuerpo para exteriorizar las ideas y sentimientos que se tenga (García et al., 2011).

Actualmente, es la suma de los fundamentos teóricos de Laban como: la kinetografía/labanoatón (anotación del cuerpo), esfuerzo/forma (dinámica del movimiento) y la coréutica (estudio del espacio), y los aportes que realizaron sus discípulos como Irmgard Bartenieff y Warren Lamb (Ros, 2008).

Para Dallah (2007) es el arte del movimiento del cuerpo y requiere dominar y guardar una relación consciente con el espacio para darle un significado a la acción que los movimientos suscitan.

Según Garragaté y López (2019) es la realización de movimientos secuenciales que produce el cuerpo al ritmo musical y es considerada como un medio de expresión cultural.

1.4 Hipótesis

1.4.1 Hipótesis general

Existe una relación significativa entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.

1.4.2 Hipótesis específicas

Existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria *del CEP Baden Powell, Los Olivos*.

Existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*.

Existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Establecer la relación entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*.

1.5.2 Objetivos específicos

Establecer la relación entre la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*.

Establecer la relación entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*.

Establecer la relación entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*.

II. Método

2.1. Diseño de la investigación

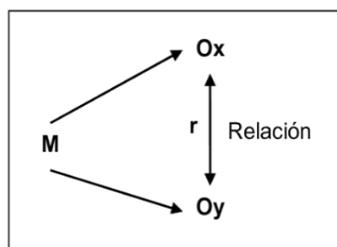
El trabajo realizado fue de enfoque cuantitativo, busca probar sus hipótesis recolectando datos y analizando estadísticamente. Asimismo, se tienen presentes las diez fases del proceso cuantitativo, estructuradas de manera ordenada y secuencial que apoyarán a la construcción de la investigación, según Hernández et al. (2014).

Se utilizó el diseño no experimental transeccional, basado en la recolección directa de datos y no manipula ni altera ninguna variable de investigación (Arias, 2012); así mismo, se recolectan datos en un solo momento.

Es de alcance correlacional-causal ya que busca establecer la relación que existe entre la danza folklórica y el estrés en los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell*. Al respecto, Hernández et al. (2014) indica que el objetivo de la investigación correlacional-causal es describir las relaciones entre las variables de estudio en un determinado momento; sus causas y efectos ya ocurrieron en la realidad y el investigador solo lo observa y reporta.

Figura 1

Diseño de investigación



Nota: Elaboración Propia

Donde:

M: 17 estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell en el distrito de Los Olivos*

Ox: Variable danza folklórica.

Oy: Variable estrés académico

r: Relación entre la danza folklórica y el estrés académico.

2.2. Población y muestra

Arias (2012) señala población como un conjunto calculable o incalculable de elementos con cualidades en común que pueden ser extendidas en las conclusiones y que quedan delimitadas en el problema y objetivos de la investigación. La población del estudio estuvo compuesta por 91 estudiantes de ambos sexos de primero a quinto de secundaria del *CEP Baden Powell* en el distrito de *Los Olivos*.

Tabla 1

Población

Institución	N° de estudiantes	%
Estudiantes de primero a quinto de secundaria del CEP Baden Powell en el distrito de Los Olivos.	91	100
Total	91	100

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del SIAGIE 2022

En consideración a los requerimientos de la investigación según Tamayo (2014) la muestra es una parte de la población de estudio, representativa, de los cuales se recogerán los datos estadísticos. A su vez señalan que, si al escoger la muestra los elementos de la población poseen la misma opción de conformar la muestra, se estaría recurriendo al muestreo probabilístico. Por ello, la muestra del presente estudio es de tipo probabilístico por muestreo aleatorio simple, teniendo un total de 17 estudiantes entre 15 y 16 años pertenecientes al cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.

Tabla 2*Muestra*

Institución/grado	N° de estudiantes	%
Estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell en el distrito de Los Olivos	Mujeres 9	53.0
	Varones 8	47.0
Total	17	100

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del SIAGIE 2022

2.2.1. Criterios de inclusión y exclusión

Los aspectos a considerar para la selección de la muestra son:

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell.

Criterios de exclusión que se utilizaron para delimitar fueron:

- Estudiantes que no pertenezcan al cuarto de secundaria del CEP Baden Powell en el distrito de Los Olivos.
- Estudiantes matriculados que no asisten a clases.

2.2.2 Selección de la muestra

El criterio de selección de la muestra fue intencional; Hernández et al. (2014) se refiere a este tipo de selección cuando el investigador elige ciertos casos para analizarlos y luego confirmar los resultados; en este sentido se eligieron a los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell en el distrito de Los Olivos.

Hernández y Mendoza (2018) hace referencia al muestreo probabilístico mencionando que es cuando al inicio todos los elementos de la población tienen la misma posibilidad de ser elegidos. Por ello, la muestra del presente estudio es de tipo

probabilístico por muestreo aleatorio simple al haber determinado el tamaño adecuado de la muestra y seleccionado los elementos de forma aleatoria.

2.3 Procedimiento

- Se pidió autorización a la directora del *CEP Baden Powell* para la realizar el estudio y aplicar los instrumentos.
- Se pidió autorización a los padres de familia para la aplicación de los instrumentos.
- Se aplicó los instrumentos del estudio.
- Se registró y tabuló los datos obtenidos en el software Excel.

2.3.1 Instrumento

En este trabajo se utilizó a la encuesta como técnica de recolección de datos al ser procedimientos que se siguen para conseguir información. La encuesta es una estrategia destinada a obtener información sobre un grupo y así conocer la opinión que tienen estos sobre una temática específica (Arias, 2012).

Se empleó como instrumento al cuestionario, recurso utilizado para conseguir, registrar o guardar los datos obtenidos con la técnica de recolección de datos (Arias, 2012).

Descripción del instrumento

Se empleó el Inventario de síntomas de estrés en su segunda versión, elaborado y validado por Barraza en el 2018. Comprende 25 ítems de escalamiento tipo likert con cinco valores de categoría 1) Nunca, 2) Casi nunca, 3) A veces, 4) Casi siempre y 5) Siempre; destinados a identificar los síntomas del estrés académico.

Para la variable danza folklórica, se realizó una escala formada por 10 ítems de escalamiento tipo likert con cinco valores de categoría 1) Nunca, 2) Casi nunca, 3) A

veces, 4) Casi siempre y 5) Siempre; para corroborar si se cumple o no con los indicadores presentados al practicar danza folklórica.

2.3.2 Validez y confiabilidad

Validez

Es el nivel en que el instrumento mide la variable de estudio. Para el inventario, se tomó en cuenta tres procedimientos basados en la validez de constructo, que es la validez a través de análisis estadístico multivariado (Hernández y Mendoza, 2018).

Tabla 3

Validez del Inventario de síntomas de estrés. Segunda versión

Nº	Experto	Especialidad
01	Eduardo Fiestas Peredo	Mg. en Docencia Universitaria e Investigación Educativa
02	Ana del Socorro Polo Vásquez	Mg. En Investigación Pedagógica
03	Zaida Bazán Alvites	Lcda. En psicología

Nota. Elaboración propia.

Tabla 4

Validez de la Escala para medir danza folklórica

Nº	Experto	Especialidad
01	Eduardo Fiestas Peredo	Mg. en Docencia Universitaria e Investigación Educativa
02	Ana del Socorro Polo Vásquez	Mg. En Investigación Pedagógica
03	Zaida Bazán Alvites	Lcda. En psicología

Nota. Elaboración propia.

En el Apéndice 3 se muestra el resultado obtenido de la evaluación del instrumento por los jueces expertos, el que fue llevado a una prueba estadística para determinar el grado en el que los ítems de la herramienta son una muestra del dominio

de contenido que calcula. Para el instrumento de la variable danza folklórica se obtuvo un índice de V de Aiken de 0,99, mientras tanto para la variable estrés académico se obtuvo un índice de V de Aiken de 1,00, que señalan que los instrumentos son válidos.

Tabla 5

Índice de V de Aiken

Instrumento	V de Aiken
Danza Folklórica	0,99
Estrés Académico	1,00

Nota. Elaboración propia

Confiabilidad

Un instrumento se considera confiable por el grado en el que se repite el resultado, las veces que se aplica, se pueden calcular por diversos procedimientos y el más utilizado es en base al coeficiente Alfa de Cronbach (Hernández y Mendoza, 2018). Se obtuvo la confiabilidad de 0.848 en alfa de Cronbach para el instrumento de la variable Estrés académico y la confiabilidad de 0.888 para el instrumento de la variable Danza folklórica.

Tabla 6

Confiabilidad – Alfa de Cronbach para las variables danza folklórica y estrés académico

Cuestionario	Alfa de Cronbach	N° elementos
Danza folklórica	,888	10
Estrés académico	.848	25

Nota. Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS 26

2.3.3 Variables y operacionalización

Estrés académico

Es el proceso sistematizado, adaptable y psicológico que se muestra cuando el estudiante tiene demandas escolares que considera como estresantes; esta situación provoca un desequilibrio que se ve reflejado en síntomas que el estudiante debe afrontar para recuperar el equilibrio (Barraza, 2006).

Danza folklórica

Es la expresión del movimiento de manera rítmica y dinámica donde a través de su forma, mensaje, carácter y estilo, se pueden distinguir las costumbres y sentimientos de una comunidad. Esta expresión puede producir emociones y sensaciones de pertenencia e identificación (Ahón, 2002).

Ficha técnica

Tabla 7

Ficha técnica del instrumento Estrés académico

Elementos	Descripción
Título	Inventario de síntomas de estrés. Segunda versión
Autor	Arturo Barraza Macías
Año	2018
Lugar de procedencia	México
Forma de aplicación	Individual
Población	Estudiantes de cuarto año entre 15 y 16 años
Tiempo	20 a 25 minutos
Objetivo	Medir síntomas del estrés académico
Factores o dimensiones	Reacciones físicas, psicológicas y comportamentales
Validación	Análisis de consistencia interna, de grupos contrastados y factorial

Confiabilidad	Confiabilidad en alfa de Cronbach de .848
Número de ítems	25

Nota: Elaboración propia.

Tabla 8

Ficha técnica del instrumento Danza folklórica

Elementos	Descripción
Título	Cuestionario de danza folklórica
Autor	Andrea Sierra Sulca
Año	2022
Lugar de procedencia	Perú
Forma de aplicación	Individual
Población	Estudiantes de cuarto de secundaria entre 15 y 16 años
Tiempo	20 a 25 minutos
Objetivo	Medir la danza folklórica
Dimensiones	Danza como medio expresión de emociones y sentimientos; danza como expresión del movimiento
Validación	Juicio de expertos
Confiabilidad	Confiabilidad en alfa de Cronbach de .888
Número de ítems	10

Nota: Elaboración propia.

2.3.4. Estrategia de análisis de datos

A nivel descriptivo se hallaron frecuencias para establecer la relación entre las variables danza folklórica y estrés académico. Se elaboraron tablas de frecuencias, con

las frecuencias relativas y absolutas. Para la interpretación de los datos se utilizaron baremos.

Tabla 9

Nivel de la variable Danza folklórica

Rango	Valores
10 – 23	Bajo
24 – 37	Medio
38 – 50	Alto

Nota: Elaboración propia.

Para la variable estrés académico el baremo será:

Tabla 10

Nivel de la variable Estrés académico

Rango	Valores
25 – 58	Bajo
59 – 92	Medio
93 – 125	Alto

Nota: Elaboración propia.

Tabla 11

Nivel de la dimensión reacciones físicas del estrés académico

Rango	Valores
4 – 9	Bajo
10 – 15	Medio
16 – 20	Alto

Nota: Elaboración propia.

Tabla 12*Nivel de la dimensión reacciones psicológicas del estrés académico*

Rango	Valores
13 – 30	Inicio
31 – 48	Proceso
49 – 65	Logrado

*Nota: Elaboración propia.***Tabla 13***Nivel de la dimensión reacciones comportamentales del estrés académico*

Rango	Valores
8 – 19	Inicio
20 – 31	Proceso
32 – 40	Logrado

Nota: Elaboración propia.

Se aplicó la prueba de normalidad bajo el criterio Shapiro- Wilk, pues la población es menor a 50 (Sierra-Díaz, 2020). Así mismo, las dos variables a correlacionar siguen una distribución normal, pues ambas variables tienen un nivel de significancia mayor a 0.05; por ello, para la presente investigación se utiliza la prueba estadística de correlación R de Pearson que se procesa en el SPSS 26.

2.3.5. Aspectos éticos

La investigación se realizó respetando la veracidad de todos los resultados, así como los aportes intelectuales de cada autor citando cada uno de los conceptos y teorías como lo sugieren las Normas APA en su 7ma edición. Se solicitaron y obtuvieron los consentimientos informados tanto de la directora, los padres de familia y de los estudiantes. (ver Apéndice 05).

III. Resultados

3.1. Análisis descriptivo

Se indican a través de cuadros e imágenes los resultados obtenidos de cada variables y sus dimensiones.

3.1.1. Danza folklórica

Tabla 14

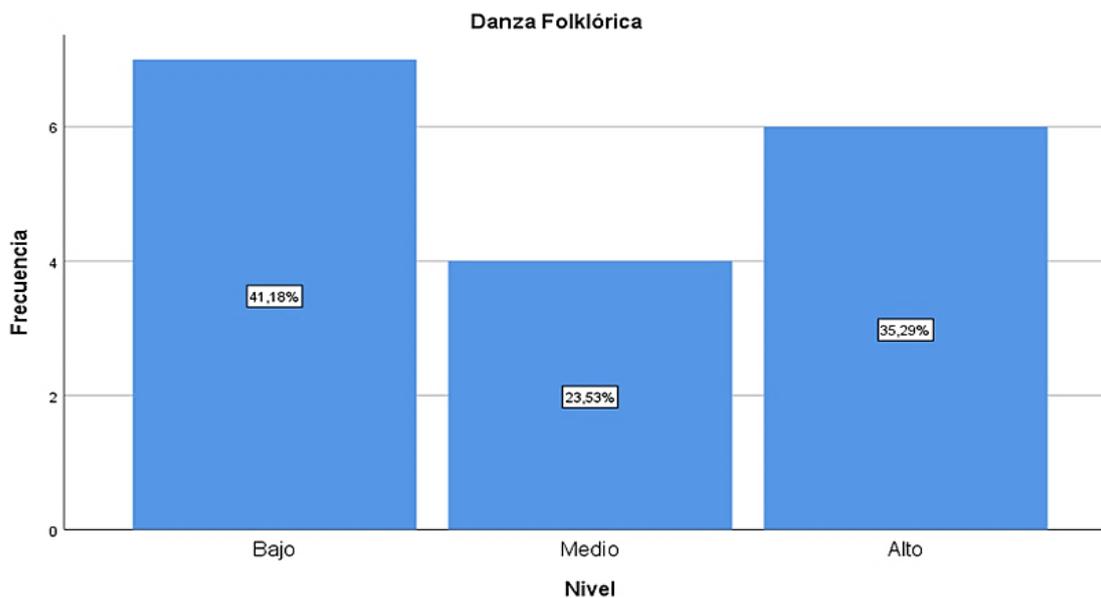
Niveles de distribución de la variable Danza folklórica

	Frecuencia	Porcentaje %	Total
Bajo	7	41,2	41,2
Medio	4	23,5	64,7
Alto	6	35,3	100,0

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Figura 2

Niveles de resultados de Danza folklórica



Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla muestra que el 35,3 % de los estudiantes opinan que la danza folklórica se encuentra en un nivel alto, otros 23,5% considera que se sitúan en un nivel medio y 41,2% en nivel bajo.

A. Dimensión 1: Danza como medio de expresión de emociones y sentimientos.

Tabla 15

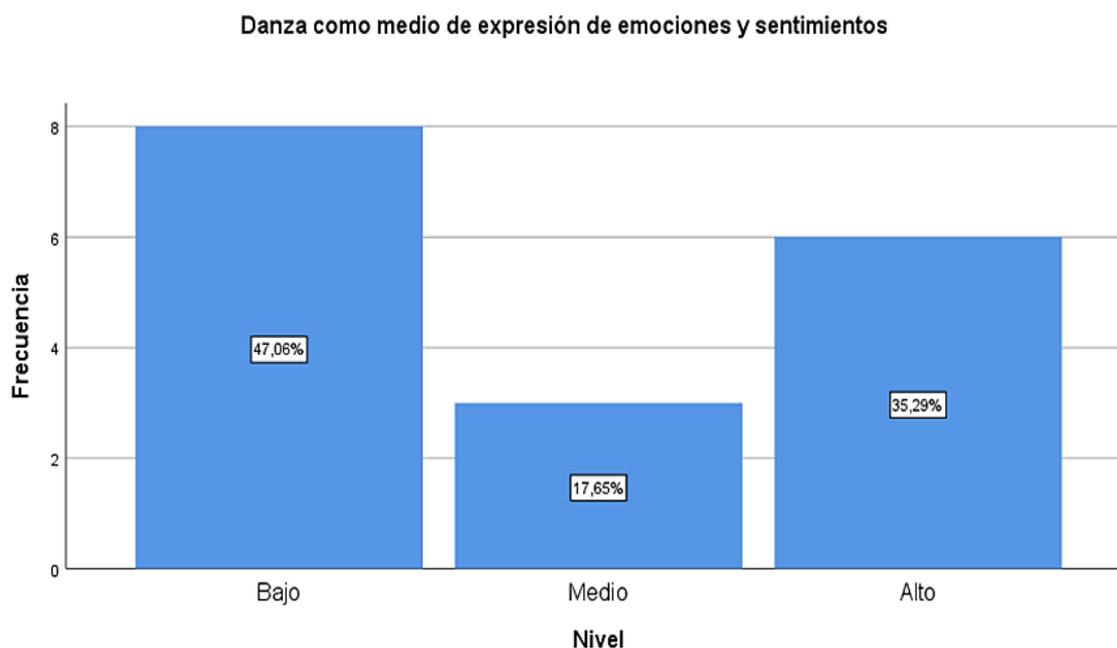
Dimensión 1: Danza como medio de expresión de emociones y sentimientos

	Frecuencia	Porcentaje %	Total
Bajo	8	47,1	47,1
Medio	3	17,6	64,7
Alto	6	35,3	100,0
Total	17	100,0	

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Figura 3

Niveles de la dimensión Danza como medio de expresión de emociones y sentimientos



Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla muestra que en su mayoría los estudiantes consideran que la danza como medio de expresión de emociones y sentimientos se encuentra en un nivel alto y

medio con 35.3% y 17.6% de estudiantes respectivamente; así mismo, un 47,1 % de estudiantes consideran que se encuentra un nivel bajo.

B. Dimensión 2: Danza como medio de expresión del movimiento

Tabla 16

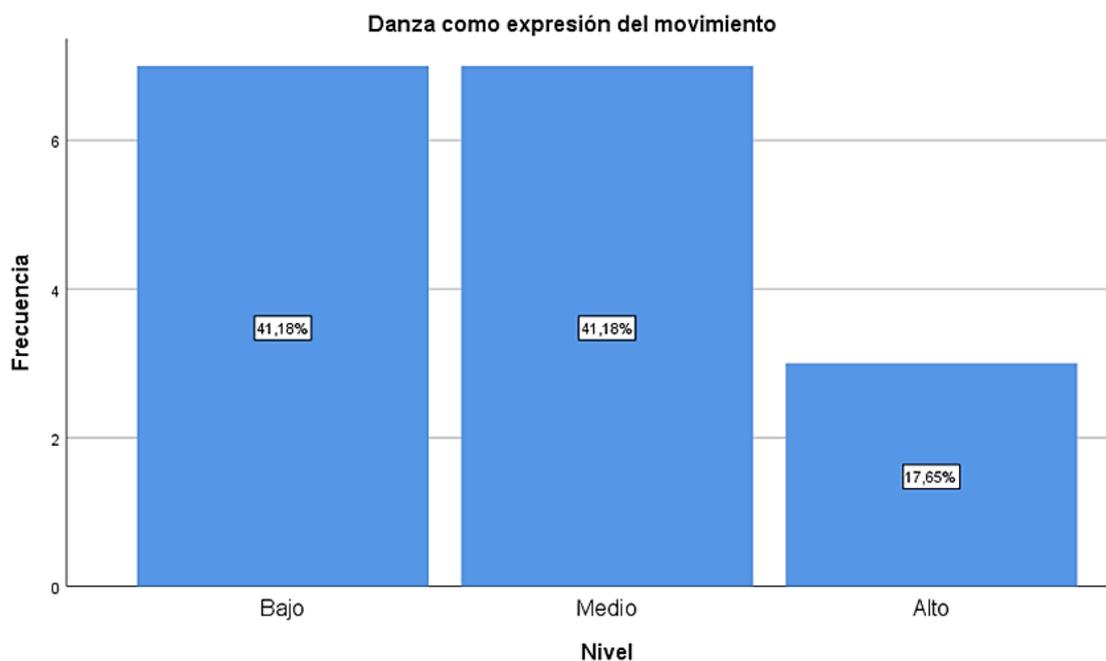
Dimensión 2: Danza como expresión del movimiento

	Frecuencia	Porcentaje %	Total
Bajo	7	41,2	41,2
Medio	7	41,2	82,4
Alto	3	17,6	100,0
Total	17	100,0	

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Figura 4

Niveles de la dimensión Danza como expresión del movimiento



Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla muestra que los estudiantes consideran a la danza como expresión del movimiento con 41,2% en un nivel medio, un 17,6% de estudiantes consideran que se encuentra un nivel alto; así mismo, un 41,2% de estudiantes en un nivel bajo.

3.1.2. Estrés académico

Tabla 17

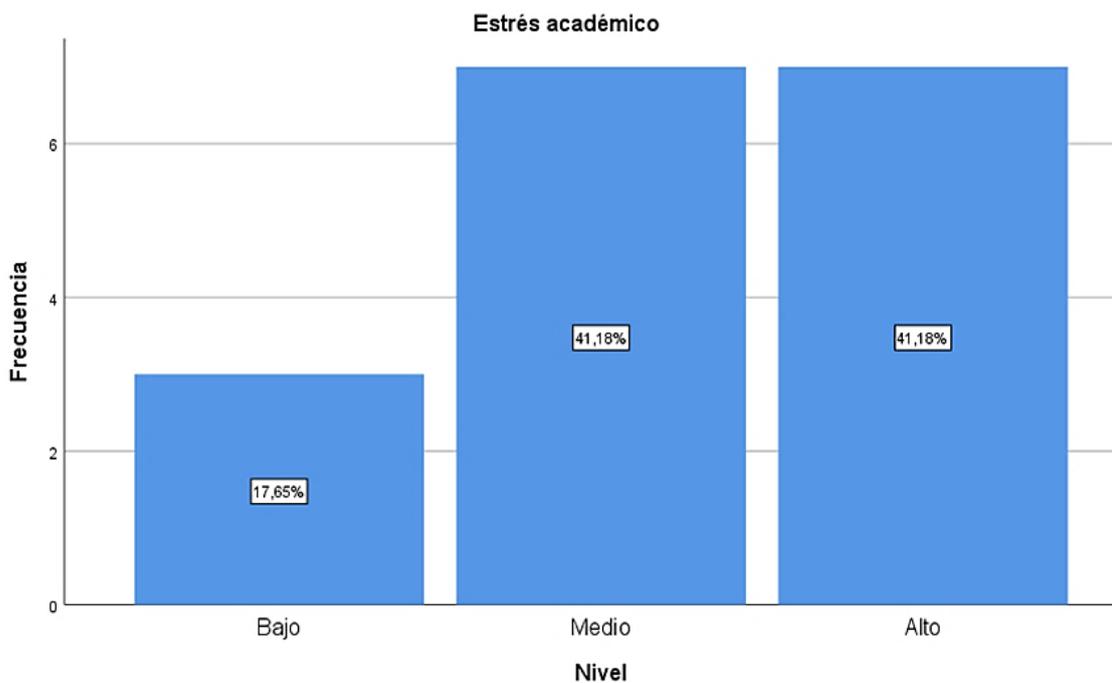
Niveles de distribución de la variable Estrés académico

	Frecuencia	Porcentaje %	Total
Bajo	3	17,6	17,6
Medio	7	41,2	58,8
Alto	7	41,2	100,0
Total	17	100,0	

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Figura 5

Niveles de resultados de Estrés académico



Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla muestra que el 41,2% de los estudiantes consideran que el estrés académico se encuentra en un nivel alto; de igual modo, otros 41,2% lo consideran en nivel medio y finalmente, un 17,6% lo consideran en el nivel bajo.

A. Dimensión 1: Reacciones físicas

Tabla 18

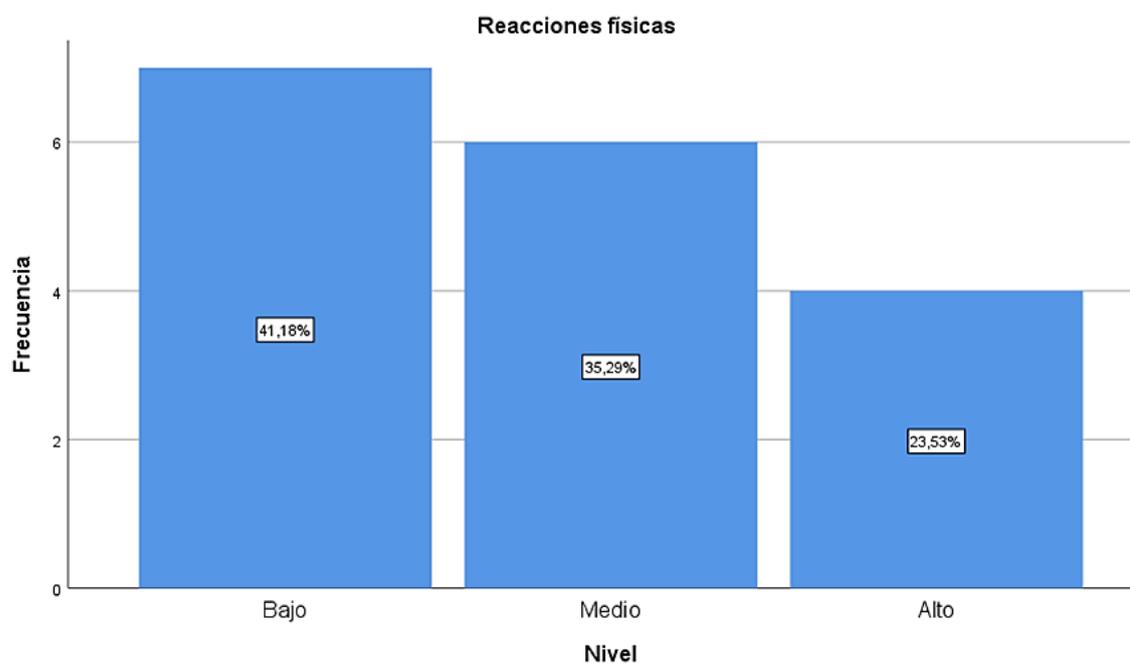
Dimensión 1: Reacciones físicas

	Frecuencia	Porcentaje %	Total
Bajo	7	41,2	41,2
Medio	6	35,3	76,5
Alto	4	23,5	100,0
Total	17	100,0	

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Figura 6

Niveles de la dimensión Reacciones físicas



Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla muestra que la mayor parte de los estudiantes consideran que las reacciones físicas se encuentran en un nivel bajo con 41,2%; así mismo, un 35,3% consideran que se encuentra un nivel medio; y, finalmente, 23,5 % lo consideran en un nivel alto.

B. Dimensión 2: Reacciones psicológicas

Tabla 19

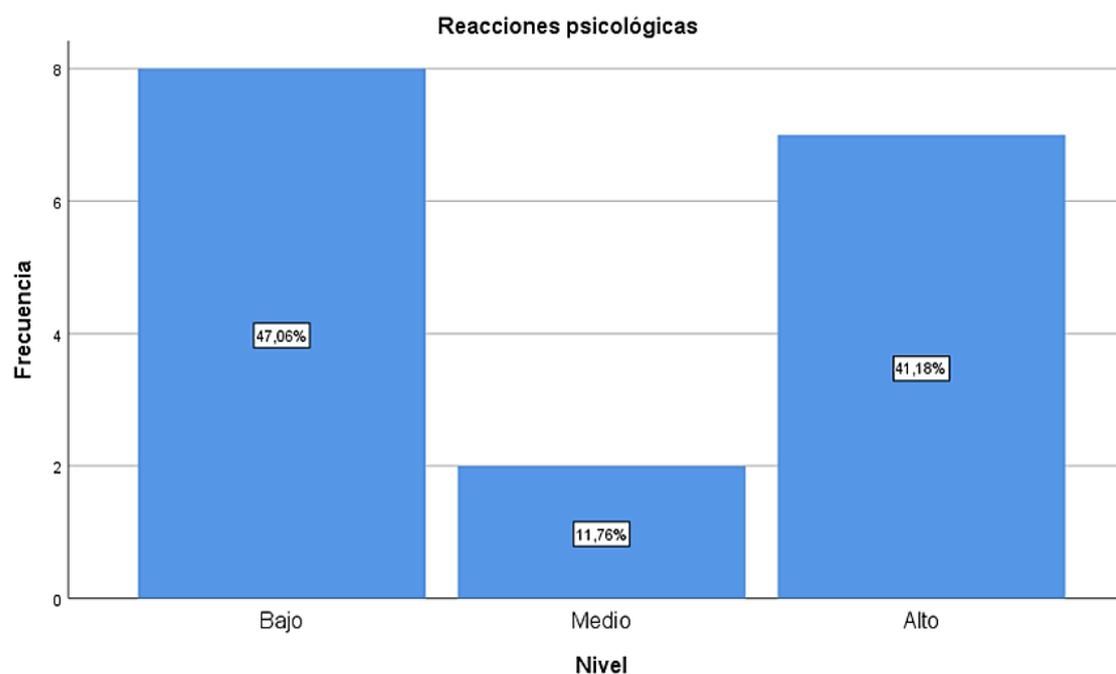
Dimensión 2: Reacciones psicológicas

	Frecuencia	Porcentaje %	Total
Bajo	8	47,1	47,1
Medio	2	11,8	58,8
Alto	7	41,2	100,0
Total	17	100,0	

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Figura 7

Niveles de la dimensión Reacciones psicológicas



Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla muestra que una gran parte de los estudiantes consideran que las reacciones psicológicas se encuentran en un nivel bajo 47,1 %; así mismo, un 41,2% consideran que se encuentra un nivel alto; y, finalmente, solo un 11,8% lo consideran en un nivel medio.

C. Dimensión 3: Reacciones comportamentales

Tabla 20

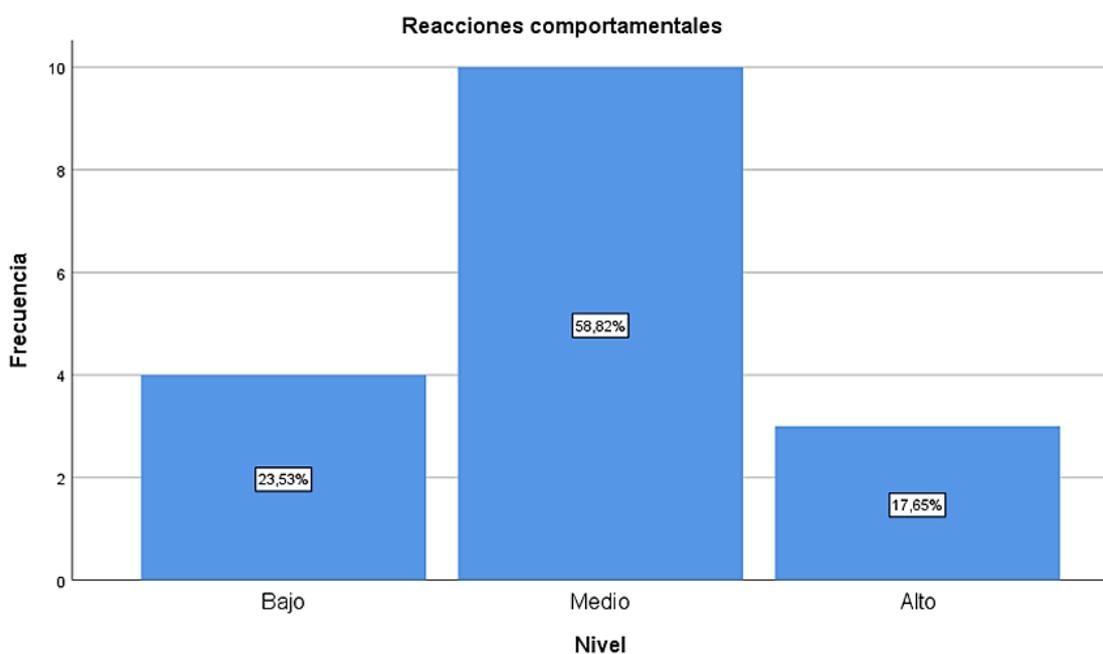
Dimensión 3: Reacciones comportamentales

	Frecuencia	Porcentaje %	Total
Bajo	4	23,5	23,5
Medio	10	58,8	82,4
Alto	3	17,6	100,0
Total	17	100,0	

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Figura 8

Niveles de la dimensión Reacciones comportamentales



Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla muestra que la mayor parte de los estudiantes consideran que las reacciones comportamentales se encuentran en un nivel medio con 58,8%; así mismo, un 23,5% consideran que se encuentra un nivel bajo; y, finalmente, un 17,6 % lo consideran en un nivel alto.

3.2. Análisis inferencial

3.2.1. Técnica de inferencia estadística

Se empleó la prueba de correlación de Pearson, para establecer las relaciones entre la variable X: Danza folklórica Y: Estrés académico y la contrastación de hipótesis.

3.2.2. Hipótesis general

Especificar tanto la hipótesis nula (H0) y la hipótesis alterna (H1).

- H0: No existe una relación significativa entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.
- H1: Existe una relación significativa entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.

Análisis de normalidad de los datos

Parámetros de normalidad para la hipótesis nula (H0) y la hipótesis alterna (H1):

- H0: los datos siguen una distribución normal
- H1: los datos no siguen una distribución normal

a. Nivel de significancia

- Nivel de confianza = 0.95
- Margen de error (∞) = 0.5

b. Test de normalidad

- Si "N" > 50, se aplica Kolmogorov - Smirnov

- Si “N” \leq 50, se aplica Shapiro – Wilk.

c. Criterio de decisión

- Si p- valor $<$ 0.05 se rechaza la H0
- Si p- valor \geq 0.05 se acepta la H0 y se rechaza la H1

Tabla 21

Prueba de normalidad de Danza folklórica y Estrés académico

	Estadístico	gl	Sig.
Danza folklórica	,953	17	,503
Estrés académico	,948	17	,418

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Prueba de hipótesis

Regla de decisión: Si, p (significancia) $<$ 0.05, entonces se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 22

Prueba de hipótesis de las variables: La danza folklórica y el estrés académico

		Danza folklórica	Estrés académico
Danza folklórica	Coefficiente de correlación	1.000	,755**
	Sig. (bilateral)		0.000
	N	17	17
Estrés académico	Coefficiente de correlación	,755**	1.000
	Sig. (bilateral)	0.000	
	N	17	17

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla muestra que el coeficiente de correlación de Pearson es igual a 0.755. Por ello, acorde a la tabla de interpretación del coeficiente R sí existe una correlación positiva considerable entre las dos variables: La danza folklórica y El estrés académico. Así pues, en concordancia con Hernández Sampieri (2018), quien sugiere que el nivel de significancia muestra el grado de asociación que exista entre variables; y de acuerdo

al resultado del nivel de correlación, se puede interpretar que la práctica de la danza folklórica puede mejorar significativamente el manejo del estrés académico de los estudiantes. Así mismo, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1), pues el nivel de significancia es $0.000 < 0.05$; de este modo, que se establece que sí existe relación significativa entre ambas variables.

3.2.3. Hipótesis específica 1

- H_0 : No existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.
- H_1 : Existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.

Análisis de normalidad de los datos

Tabla 23

Prueba de normalidad de Danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico

	Estadístico	gl	Sig.
Danza folklórica	,953	17	,503
Reacciones físicas	,921	17	,151

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Prueba de hipótesis

Regla de decisión: Si, p (significancia) < 0.05 , entonces se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 24

Prueba de hipótesis de la variable la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico

		Danza folklórica	Reacciones físicas
Danza folklórica	Coefficiente de correlación	1.000	,918**
	Sig. (bilateral)		0.000
	N	17	17
Reacciones físicas	Coefficiente de correlación	,918**	1.000
	Sig. (bilateral)	0.000	
	N	17	17

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla, muestra que el coeficiente de correlación de Pearson es igual a 0.918. Por ello, acorde a la tabla de interpretación del coeficiente R sí existe correlación positiva muy fuerte entre la primera variable y la primera dimensión de la segunda variable. Así pues, de acuerdo al resultado del nivel de correlación, se puede interpretar que la práctica de la danza folklórica puede disminuir de forma significativa las reacciones físicas de los estudiantes. Así mismo, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1), pues el nivel de significancia es $0.000 < 0.05$; de este modo, que se establece que sí existe relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones físicas en estado de estrés.

3.2.4. Hipótesis específica 2

- H_0 : No existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.
- H_1 : Existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.

Análisis de normalidad de los datos

Tabla 25

Prueba de normalidad de Danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico

	Estadístico	gl	Sig.
Danza folklórica	,953	17	,503
Reacciones psicológicas	,956	17	,562

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Prueba de hipótesis

Regla de decisión: Si, p (significancia) < 0.05 , entonces se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 26

Prueba de hipótesis de la variable la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico

		Danza folklórica	Reacciones psicológicas
Danza folklórica	Coefficiente de correlación	1.000	,892**
	Sig. (bilateral)		0.000
	N	17	17
Reacciones psicológicas	Coefficiente de correlación	,892**	1.000
	Sig. (bilateral)	0.000	
	N	17	17

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla, muestra que el coeficiente de correlación de Pearson es igual a 0.892. Por ello, acorde a la tabla de interpretación del coeficiente R sí existe correlación positiva considerable entre la primera variable y la segunda dimensión de la segunda variable. Así pues, de acuerdo al resultado del nivel de correlación, se puede interpretar que la práctica de la danza folklórica puede disminuir de forma significativa las reacciones psicológicas de los estudiantes. Así mismo, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1), pues el nivel de significancia es $0.000 < 0.05$;

de este modo, que se establece que sí existe relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en estado de estrés.

3.2.5. Hipótesis específica 3

- H0: No existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.
- H1: Existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.

Análisis de normalidad de los datos

Tabla 27

Prueba de normalidad de Danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico

	Estadístico	gl	Sig.
Danza folklórica	,953	17	,503
Reacciones comportamentales	,908	17	,091

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

Prueba de hipótesis

Regla de decisión: Si, p (significancia) < 0.05 , entonces se rechaza la hipótesis nula.

Tabla 28

Prueba de hipótesis de la variable la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico

		Danza folklórica	Reacciones comportamentales
Danza folklórica	Coefficiente de correlación	1.000	,622**
	Sig. (bilateral)		0.001
	N	17	17

Reacciones comportamentales	Coefficiente de correlación	,622**	1.000
	Sig. (bilateral)	0.001	
	N	17	17

Nota: Elaboración propia. Datos obtenidos del software SPSS26

La tabla muestra que el coeficiente de correlación de Pearson es igual a 0.622. Por ello, acorde a la tabla de interpretación del coeficiente R sí existe correlación positiva considerable entre la primera variable y la tercera dimensión de la segunda variable. Así pues, de acuerdo al resultado del nivel de correlación, se puede interpretar que la práctica de la danza folklórica puede disminuir de forma significativa las reacciones psicológicas de los estudiantes. Así mismo, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1), pues el nivel de significancia es $0.001 < 0.05$; de este modo, que se establece que sí existe relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en estado de estrés.

IV. Discusión

Discusión teórica

La investigación teóricamente se sustentó en la teoría sistémica cognoscitivista de Barraza (2006) que toma como base a la teoría de la modelización sistémica de Colle que indica que existe una conexión entre los sistemas sociales cuyo elemento básico es la comunicación y los sistemas psíquicos cuyo elemento base es el pensamiento, sin embargo, indica que existen dificultades entre ambos sistemas por falta de una buena comunicación; la teoría general de sistemas de Bertalanfy que indica que todos los sistemas se relacionan, su teoría es fundamentada por 3 características: un sistema está dentro de otro más grande y son sistemas abiertos al recibir y proporcionar a los demás sistemas, cuando ya no hay intercambio entre ellos, se desintegran y sus funciones dependen de su estructura biológica y mecánica, y el modelo transaccional de Lazarus consistente en que indica que una situación estresante es el resultado de la interacción de la persona y su entorno y del impacto que tiene esta persona ante el estresor; también está basada en la teoría de Dallal (2007), Laban (1984) y los conceptos de Ahón (2002) quien plantea que la danza es la expresión del movimiento de manera rítmica y dinámica donde a través de su forma, mensaje, carácter y estilo, se pueden distinguir las costumbres y sentimientos de una comunidad y esta expresión puede producir emociones y sensaciones de pertenencia e identificación. Mientras que en la investigación de García et al. (2020), se tomaron las teorías del bienestar psicológico señaladas por Ortiz y Castro (2009) que consiste en que para contar con un óptimo nivel de bienestar psicológico se debe contar una salud óptima de manera general, tanto física como mental y por ello la danza y su práctica es óptima y los beneficios de la práctica de la danza señalados por González (2015). Por su parte, la investigación realizada por Huaracallo (2021) se justifica en la teoría sistémica cognoscitivista por Barraza (2006),

la teoría psicosocial y organizacional de García (2004) referenciada en el estrés psicosocial y el organizacional y la teoría de afrontamiento de Frydenberg (1997) que indica que dependiendo de la situación de la persona estresada puede variar la forma en que afronta una situación de estrés.

Discusión metodológica

La investigación es de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental transeccional y alcance correlacional-causal; se empleó a la encuesta como técnica de recolección de datos y dos cuestionarios como instrumentos de evaluación: el primero fue el Inventario de síntomas de estrés en su segunda versión formado por 25 ítems y el Cuestionario de danza folklórica compuesta por 10 ítems. García et al. (2020), realizaron una investigación cuantitativa con diseño no experimental de alcance comparativo, utilizaron la escala adaptada de bienestar psicológico de Carol Ryff y participaron 2 grupos compuestos por 20 estudiantes: que danzan y que no danzan. Subramani y Venkatachalam (2019), realizaron una investigación cuantitativa con diseño no experimental, utilizaron un cuestionario creado para su estudio y participaron 198 estudiantes de tres escuelas secundarias superiores en la ciudad de Salem, Tamil Nadu, India. Umar (2019), realizó una investigación cuantitativa con diseño de encuesta descriptiva, utilizó una escala de estrés académico y de afrontamiento para estudiantes y participaron 300 estudiantes de diez escuelas de secundaria superior del Distrito Senatorial Central. Huaracallo (2021), realizó una investigación cuantitativa de tipo descriptivo correlacional y diseño no experimental de corte transversal, utilizó un cuestionario y participaron 225 estudiantes de dos colegios de la ciudad de Puno. Asian (2020), realizó una investigación cuantitativa mixta de tipo explicativo y diseño cuasiexperimental, utilizó una encuesta para medir la variación del estrés y participaron 200 estudiantes por grupo de la Facultad de Medicina. Finalmente, Castillo y Huamán

(2019) realizaron una investigación cuantitativo con diseño no experimental transversal de tipo correlacional, utilizaron al inventario de clima escolar social y la escala de SISCO de estrés académico y participaron 320 escolares de secundaria en Surquillo.

Discusión por resultados

La investigación obtuvo como resultados que el 35,3 % de los estudiantes señalan que la Danza Folklórica se encuentra en un nivel alto, otros 23,5% considera que se encuentran en un nivel medio y 41,2% en nivel bajo; mientras que el 41,2% de los estudiantes indican que el estrés académico se encuentra en un nivel alto; de igual modo, otros 41,2% lo consideran en nivel medio y un 17,6% lo consideran en el nivel bajo. Los resultados concuerdan de cierto modo con la investigación de García et al. (2020), quienes llegaron a la conclusión que los estudiantes que practican danza poseen mejor bienestar psicológico, obteniendo un puntaje de 55% que confirma que la danza ayuda a disminuir cargas emocionales y físicas y ayuda a controlar el estrés, mejorando las relaciones interpersonales y el desenvolvimiento con el entorno. Del mismo modo, Subramani y Venkatachalam (2019) concluyeron que las cinco fuentes de estrés académico son: expectativas de los padres (96%), miedo al fracasar en los exámenes (96%), compararse con otros (89,9%), competencia con otros estudiantes (89,4%), y demasiadas pruebas (74,7%). Así mismo, Umar (2019) señala que el estrés académico se presenta como un grave problema para los estudiantes, independientemente de la zona (rural o urbana) y que entre los varones existe mayor índice de estrés que en las mujeres. Por su parte, Huaracallo (2021) señala que hay una relación positiva alta entre actividades físicas y estrés académico (-0.828), a mayor actividad física, menor estrés académico concordando con Asian (2020) que indica que practicar danza influye positivamente en la disminución del estrés y en la dimensión académico en los estudiantes evaluados, siendo el coeficiente de significancia bilateral ($P=0.0$), el cual es

menor que 0.05. Finalmente, Castillo y Huamán (2019) concluye que existe una correlación directa muy débil entre el trabajo de aula con los síntomas de estrés académico.

V. Conclusiones

Primera: Se estableció que existe una correlación significativa considerable entre la danza folklórica y el estrés académico (0.755) pues el nivel de significancia es $0.000 < 0.05$; rechazando la hipótesis nula y aceptando la hipótesis alterna que establece que sí existe una relación significativa entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*. Es decir, la práctica de la danza folklórica puede mejorar de forma significativa el manejo del estrés académico de los estudiantes.

Segunda: Se estableció que existe una correlación significativa muy fuerte entre la danza folklórica y la dimensión reacciones físicas en el estado de estrés académico (0.918) pues el nivel de significancia es $0.000 < 0.05$; rechazando la hipótesis nula y aceptando la hipótesis alterna que establece que sí una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*. Es decir, la práctica de la danza folklórica puede disminuir de forma significativa las reacciones físicas de los estudiantes.

Tercera: Se estableció que existe una correlación significativa considerable entre la danza folklórica y la dimensión reacciones psicológicas en el estado de estrés académico (0.892) pues el nivel de significancia es $0.000 < 0.05$; rechazando la hipótesis nula y aceptando la hipótesis alterna que establece que sí una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*. Es decir, la práctica de la danza folklórica puede disminuir de forma significativa las reacciones psicológicas de los estudiantes.

Cuarta: Se estableció que existe una correlación significativa considerable entre la danza folklórica y la dimensión reacciones comportamentales en el estado de estrés académico (0.622) pues el nivel de significancia es $0.000 < 0.05$; rechazando la hipótesis nula y aceptando la hipótesis alterna que establece que sí una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del *CEP Baden Powell, Los Olivos*. Es decir, la práctica de la danza folklórica puede disminuir de forma significativa las reacciones comportamentales de los estudiantes.

V. Recomendaciones

Primera: A los directivos de la Centro Educativo Particular *Baden Powell, Los Olivos*, habiéndose encontrado una relación significativa entre la danza folklórica y el estrés académico, se sugiere capacitar a sus docentes, especialmente del área de Arte y Cultura, para practicar danzas folklóricas.

Segunda: A los directivos de la Centro Educativo Particular *Baden Powell, Los Olivos*, habiéndose encontrado una relación significativa entre la danza folclórica y el estrés académico, se sugiere que se inserte en la carga horaria un taller permanente extracurricular de danza folklórica ya que servirá para mejorar el rendimiento académico y de este modo disminuir los niveles de estrés

Tercera: A los docentes del área de Arte y Cultura se recomienda trabajar la danza folklórica para mejorar las reacciones físicas del estrés académico.

Cuarta: A los docentes del área de Arte y Cultura se recomienda trabajar la danza folklórica para mejorar las reacciones psicológicas del estrés académico.

Quinta: A los docentes del área de arte y cultura se recomienda trabajar la danza folklórica para mejorar las reacciones comportamentales del estrés académico.

Referencias

- Agencia EFE (2021). Perú ante otro año sin colegios: estrés, aislamiento y exclusión. *Diario Gestión*. <https://gestion.pe/peru/peru-ante-otro-ano-sin-colegios-estres-aislamiento-y-exclusion-noticia/>
- Ahón, M. (2002). *Didáctica integral para la danza folklórica por pareja*. Universidad Ricardo Palma.
- Alfaro, N. y Castro, N. (2020). *Estrés académico en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la IE Inmaculada Concepción, Arequipa – 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa].
- Alfonso, B.; Calcines, M.; Monteagudo, R. y Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178. <http://scielo.sld.cu/scielo.php>
- Alvarez, K. y Cerrón, N. (2020). *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancavelica*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Continental]. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/8378>
- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica*. 6° Edición. Editorial.
- 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* [Tesis de doctorado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos] <https://cybertesis.unmsm.edu.pe>
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico en los alumnos de Educación Media Superior. *Investigación Educativa Duranguense*, ISSN 2007-039X, N°. 4.

https://www.researchgate.net/publication/28285958_Caracteristicas_del_estres_academico_en_los_alumnos_de_Educacion_Media_Superior

Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala Vol. 9 No. 3 diciembre de 2006.*
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028/>

Barraza, A. (2011). La gestión del estrés académico por parte del Orientador educativo: el papel de las Estrategias de afrontamiento. *Revista visión educativa IUNAES Nueva Época Vol. 5, No. 11 abril de 2011, 36-44.*
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4034497.pdf>

Barraza, A. (2020). *El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana.* Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C.
<http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf>

Barrio, J.; García, M.; Ruiz, I. y Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *Revista Internacional de Psicología del Desarrollo y la Educación, 1 (1), 37-48.*

Berrio, N., & Mazo, R. (2012). Estrés Académico. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia, 3(2), 55–82.*
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>

Blanco, M. (2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. *Horizonte. Pedagógico. Volumen 11. Nº 1. 2009 / págs. 15-28.*

Cabanach, R., Valle, A., Rodríguez, S., Piñero, I. y Freire, C. (2010). Escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA) *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud, vol. 1, núm. 1, pp. 51-64.*

- Calvera, M. (29 de julio del 2020). COVID-19: La reinención de la educación en medio de la pandemia. *RPP Noticias*. <https://rpp.pe/peru/actualidad/covid-19-la-reinencion-de-la-educacion-en-medio-de-la-pandemia-noticia-1283125>
- Castillo, M. y Huamán, F. (2019). *Clima social escolar y estrés académico en estudiantes de secundaria de Lima*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. <http://hdl.handle.net/10757/628191>
- Colle, R. (2002). *¿Qué es la teoría cognitiva sistémica de la comunicación?* Centro de Estudios Mediales de la Facultad de Ciencias de la Comunicación e Información de la Universidad Diego Portales. <http://www.razonypalabra.org.mx/libros/libros/TCSCres.pdf>
- Coloma, C. (2001). *¿Qué es el folklore? según José María Arguedas*. Instituto Nacional de Cultura Centro Nacional de Información Cultural. <http://repositorio.cultura.gob.pe/handle/CULTURA/234>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (24 de agosto del 2020). *La CEPAL y la UNESCO publican documento que analiza los desafíos para la educación que ha traído la pandemia en América Latina y el Caribe*. <https://www.cepal.org/es/comunicados/la-cepal-la-unesco-publican-documento-que-analiza-desafios-la-educacion-que-ha-traido-la>
- Dallal, A. (2007). Los elementos de la danza. *UNAM-Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial*. <https://es.scribd.com/book/455700795/Los-elementos-de-la-danza>
- Del Barrio, V. (2003). Estrés y salud. En Q. J. Ortigosa, S. M. Quiles y C. F. Méndez (eds.), *Manual de Psicología de la Salud con Niños, Adolescentes y Familia* (pp. 47-69). Madrid: Pirámide.

- De Oliveira, F., Abrantes, L., Martins, P., Bezerra, C. y Rolim, M. (2020). Impacto del Sars-Cov-2 y su repercusión en la educación superior y la salud mental a nivel mundial. *Revista Psychiatry Research, Volumen 288*, 1-4. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112977>
- Delgado, R. (2004). *Iniciación a la probabilidad y la estadística*. Universidad Autónoma de Barcelona. <https://books.google.com.pe/books?id=qxdz9wGa5ZAC&lpg=PA143&dq=prueba%20de%20shapiro%20wilk&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q=prueba%20de%20shapiro%20wilk&f=false>
- Díaz, H. y Fiestas, E. (2021). *Apuntes de la danza y el folklore en el Perú*. Editorial A & G Impresiones.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (20 de enero del 2022). *Ocho de cada 10 adolescentes pasan angustia, depresión y ansiedad, pero no buscan apoyo psicológico*. <https://www.unicef.org/bolivia/comunicados-prensa/ocho-de-cada-10-adolescentes-pasan-angustia-depresi%C3%B3n-y-ansiedad-pero-no-buscan>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2021). *Estudio sobre los efectos en la salud mental de niñas, niños y adolescentes por COVID-19*. <https://www.unicef.org/argentina/publicaciones-y-datos/Efectos-salud-mental-ninias-ninios-adolescentes-COVID19>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (s.f). *El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes*. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (25 de marzo del 2020). *Cómo pueden los adolescentes proteger su salud mental durante la COVID-19*.

<https://www.unicef.org/es/coronavirus/como-pueden-adolescentes-proteger-su-salud-mental-durante-coronavirus>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (9 de octubre del 2020). *Informe de UNICEF y PNUD evidencia impacto de la pandemia en la educación*.
<https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/informe-unicef-y-pnud-evidencia-impacto-de-la-pandemia-en-la-educacion>

Gaeta, M. y Martín, P. (2009). Estrés y adolescencia: estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *Stadium: Revista de humanidades, volumen* 15, 327-344.
https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Estr%C3%A9s+y+adolescencia:+estrategias+de+afrontamiento+y+autorregulaci%C3%B3n+en+el+contexto+escolar&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholart

García, A. (2015). La danza folklórica en Bogotá: cavilando reflexiones. *Calle14: revista de investigación en el campo del arte*, 10 (16), 30-39.

García, H. (2003). *La danza en la escuela*. Inde Publicaciones.
https://books.google.com.co/books?id=s3EdPFYs6_8C&printsec=copyright#v=onepage&q&f=false

García, I., Pérez, R. y Calvo, A. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual. Aspectos metodológicos. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (20), 33-36. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732286007>

García, L., Gutiérrez, D. y Peña, C. (2020). Bienestar psicológico de estudiantes que practican y no practican la danza folklórica en la Universidad Simón Bolívar

sede Cúcuta. [Tesis para optar título de psicólogo, Universidad Simón Bolívar].
<https://hdl.handle.net/20.500.12442/7111>

Garragate, R. y López, A. (2019). *Taller de danzas para disminuir la agresividad en niños de 4 años de la IE. N°253 – Huancayo*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional del Centro del Perú].
<http://hdl.handle.net/20.500.12894/5144>

Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Sexta Edición. McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. DE C.V.
<http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill educación.
<http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>

Hernández, S. (2020). Elementos de la Danza. *Con-Ciencia Boletín Científico De La Escuela Preparatoria No. 3*, 7(13), 63-64.

Huaracallo, C. (2021). *Actividad física y su relación con el estrés académico en estudiantes del 5to grado de los colegios emblemáticos Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Carlos y María Auxiliadora de la ciudad de Puno*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano].
<http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/16126>

Jáuregui, M. (2000). Cultura, ética y folklore. *Fermentum. Revista Venezolana de Sociología y Antropología*, 10 (29), 469-475.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70511228009>

- Linares, C. (2021). *Estrés académico en escolares de quinto de secundaria de dos instituciones educativas públicas en período de pandemia, Lima 2020*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/59967>
- Llanos, A. (2021). *Danzas folclóricas y el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de la institución educativa integrado Honorio Manrique Nicho N° 20017 Gorgor, provincia de Cajatambo Perú 2020*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/5047/LLANOS%20G%C3%93MEZ%2C%20Abdias.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Loli, C. (2018). *La práctica de las danzas folklóricas y la identidad institucional e integración cultural en los estudiantes del primer ciclo de la Universidad Inca Garcilaso de la vega*. [Tesis de maestría, Universidad Inca Garcilaso de la vega]. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3235>
- López, Y., Díaz, Y., Cintra, Y. y Limonta, R. (2014). Estrés, el “gran depredador”. *Revista Información Científica*, 84 (2), 375-384. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551757261019>
- Ministerio de Educación (2007). *Estrategias y técnicas para el aprendizaje y la enseñanza de la educación por el arte en secundaria*. <http://www.minedu.gob.pe/pdf/ed/artes-visuales.pdf>
- Monroy, M. (2003). La danza como juego, el juego como danza. Una pregunta por la pedagogía de la danza en la escuela. *Educación y Educadores*, (6), 159-167.
- Mozo, J. (2015). *La expresión de las emociones a través de la danza en el ámbito escolar de segundo ciclo de Primaria*. [Tesis de grado en Educación primaria, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/16272>

- Muñoz, F. (1999). El estrés académico: incidencia del sistema de enseñanza y función moduladora de las variables psicosociales en la salud, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios. [Tesis doctoral, Universidad de Sevilla]. <http://hdl.handle.net/11441/15509>
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33 (2), 171-190. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058011>
- Nicolás, G.; Ureña, N.; Gómez, M. y Carrillo, J. (2010). La danza en el ámbito educativo. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (17), 42-45. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732283009>
- Organización Mundial de la Salud. (28 de setiembre del 2020). *Salud mental del adolescente*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *En tiempos de estrés, haz lo que importa: una guía ilustrada*. Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/336218>.
- Orlandini, A. (2012). *El estrés: qué es y cómo evitarlo*. Fondo de Cultura Económica. https://books.google.com.pe/books?id=d8-KuiJAOXIC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Roel, J. (1985). El folklore y sus manifestaciones en el Perú. *Revista del Centro de Folklore José María Arguedas*. N° 2. Instituto Nacional de Cultura, 3-16. <http://repositorio.cultura.gob.pe/handle/CULTURA/179>

- Ros, A. (2008). Laban Movement Analysis. Una herramienta para la teoría y la práctica del movimiento». *Estudis escènics: quaderns de l'Institut del Teatre, Núm. 35*, p. 350-7. <https://raco.cat/index.php/EstudisEscenics/article/view/252853>
- Rossi, R. (2012). *Los consejos del psicólogo para superar el estrés*. Editorial De Vecchi Ediciones, S.A. https://books.google.com.pe/books?id=mgZrSzq9o2YC&printsec=frontcover&q=los+consejos+del+psicologo+para+superar+el+estr%C3%A9s&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=los%20consejos%20del%20psicologo%20para%20superar%20el%20estr%C3%A9s&f=false
- Sierra-Díaz, J. (2020). [Paquete estadístico SPSS] Prueba Shapiro-Wilk. ENIGMÁTICAMENTE - Sección De Análisis Estadístico. https://www.academia.edu/47487169/_Paquete_estad%C3%ADstico_SPSS_Pru_eba_Shapiro_Wilk
- Subramani, C. y Venkatachalam, J. (2019). *Fuentes de estrés académico entre los estudiantes de secundaria superior*. *Revista Internacional de Ciencias y Humanidades*, Volumen 9, 2248-9010. https://www.researchgate.net/publication/337730389_Sources_of_Academic_Stress_among_Higher_Secondary_School_Students
- Tamayo, M. (2014). *El proceso de la investigación científica*. Editorial Limusa. https://www.academia.edu/17470765/EL_PROCESO_DE_INVESTIGACION_CIENTIFICA_MARIO_TAMAYO_Y_TAMAYO_1
- Ticona, M., Zela, N. y Vásquez, L. (2021). *Ansiedad y estrés en la educación virtual en el periodo de emergencia sanitaria por el COVID-19*. *Revista Científica De Sistemas E Informática*, 1(2), 27-37. <https://doi.org/10.51252/rcsi.v1i2.161>

- Toribio, C. y Franco, S. (2016). *Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante*. Salud y Administración, Vol. 3 Núm. 7, 11-18.
- Umar, U. (2019). *Impacto del estrés académico y de las estrategias de afrontamiento entre los estudiantes de último curso de secundaria en el estado de Kaduna, Nigeria*. International Journal of Innovative Social & Science Education Research 7(1):40-44. <https://seahipaj.org/journals-ci/mar-2019/IJISSER/full/IJISSER-M-6-2019.pdf>
- Vallenas, J. (2019). *¿Cómo calificar en concursos y festivales de danzas folklóricas?* Editorial JC Mundo del Color E.I.R.L.

Apéndices

Apéndice 01.- Matriz de Consistencia

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	POBLACIÓN Y MUESTRA	METODOLOGÍA
<p>Pregunta general</p> <p>¿Cuál es la relación entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos?</p> <p>Preguntas específicas</p> <p>¿Cuál es la relación entre la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Establecer la relación entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Establecer la relación entre la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p> <p>Establecer la relación entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p> <p>Establecer la relación entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe una relación significativa entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>Existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones físicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p> <p>Existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones psicológicas en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p> <p>Existe una relación significativa entre la danza folklórica y las reacciones comportamentales en el estado de estrés académico de los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Danza folklórica</p> <p>Dimensiones</p> <p>Danza como medio de expresión de emociones y sentimientos.</p> <p>Danza como expresión del movimiento.</p> <p>Variable 2</p> <p>Estrés Académico</p> <p>Dimensiones</p> <p>-Reacciones físicas.</p> <p>-Reacciones psicológicas</p> <p>-Reacciones conductuales.</p>	<p>Población y muestra</p> <p>Población:</p> <p>Estudiantes de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p> <p>Muestra:</p> <p>Estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p> <p>Criterios de inclusión</p> <p>Estudiantes de ambos sexos.</p> <p>Estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p> <p>Criterios de exclusión</p> <p>Estudiantes matriculados que no asisten a clases.</p> <p>Estudiantes que no pertenezcan al cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos.</p>	<p>Enfoque:</p> <p>Cuantitativa</p> <p>Diseño:</p> <p>No experimental transeccional de alcance correlacional-causal</p> <p>Instrumentos:</p> <p>Escala para medir danza folklórica.</p> <p>Inventario de síntomas de estrés. Segunda versión</p> <p>Arturo Barraza (2018). Adaptado</p>

Matriz de operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
VARIABLE 1 Danza folklórica	Es la expresión del movimiento de manera rítmica y dinámica donde a través de su forma, mensaje, carácter y estilo, se pueden distinguir las costumbres y sentimientos de una comunidad. Esta expresión puede producir emociones y sensaciones de pertenencia e identificación (Ahón, 2002).	Danza como medio de expresión de emociones y sentimientos	Expresa corporalmente las emociones que la danza le produce. Toma iniciativa en las actividades y apoya a quién lo necesita. Utiliza la imaginación al bailar. Refleja a través de sus pasos el mensaje de la danza. Identifica y expresa sentimientos de alegría, tristeza, fuerza, habilidad. Muestra perseverancia ante las dificultades que se presentan.	1, 2, 3, 4, 5, 6	Escala de intervalo: Nunca (1) Casi nunca (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
		Danza como expresión del movimiento	Coordina sus movimientos al desplazarse llevando el ritmo de la música. Muestra serenidad y relajación al realizar ejercicios de respiración. Reconoce su capacidad comunicativa corporal de sentimientos y emociones. Escucha melodías musicales y realiza movimientos libres para calentamiento y estiramiento.	7, 8, 9, 10	
VARIABLE 2 Estrés académico	Es el proceso sistematizado, adaptable y psicológico que se muestra cuando el estudiante tiene demandas escolares que considera como estresantes; esta situación provoca un desequilibrio que se ve reflejado en síntomas que el estudiante debe afrontar para recuperar el equilibrio (Barraza, 2006).	Reacciones físicas	Problemas Digestivos Cansancio Falta de aire	1, 2, 3, 4	Escala de intervalo: Nunca (1) Casi nunca (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
		Reacciones psicológicas	Disminución de la memoria Temores, inquietudes y nervios Pensamientos catastróficos Dificultad para concentrarse, bloqueos mentales	5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	
		Reacciones comportamentales	Querer gritar, golpear o insultar Cambios de humor, aislamiento y desgano Malos hábitos alimenticios y consumo de cigarrillos y alcohol Caminar de un lado a otro	14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25	

Apéndice 02.- Instrumento de recolección de datos

Inventario de síntomas de estrés. Segunda versión (Adaptado)

A continuación, se muestran una serie de síntomas que suelen presentarse en algunos estudiantes cuando están estresados. ¿Con qué frecuencia se te presentaron los siguientes síntomas en los últimos seis meses?

Marca con una X la respuesta que expresa tu opinión.

N= Nunca **CN= Casi nunca** **AV= Algunas veces** **CS= Casi siempre** **S= Siempre**

Nº	Ítems	1	2	3	4	5
Síntomas físicos		N	CN	AV	CS	S
1	Problemas Digestivos (indigestión, diarrea o estreñimiento)					
2	Fatiga o cansancio crónico					
3	Hiperventilación (respiración rápida)					
4	Falta de aire o sensación de sofocación					
Síntomas psicológicos		N	CN	AV	CS	S
5	Disminución de la memoria (olvido inusual de cosas)					
6	Temor, Miedo o Pánico					
7	Inquietud y Nerviosismo					
8	Preocupación excesiva					
9	Pensamiento catastrófico (pensar que todo va a salir mal)					
10	Dificultad para concentrarse					
11	Lentitud de pensamiento (disminución de ideas, respuestas lentas)					
12	Sensación de inseguridad					
13	Crisis de angustia o ansiedad					
14	Irritabilidad, enojo o furia constante o descontrolada					
15	Pensamiento desorientado (confusión mental, no tener ideas claras)					
16	Sensación de tener la mente vacía (incapacidad de recordar algo específico)					
17	Bloqueo mental (no poder pensar con claridad, no ser capaz de tomar decisiones)					
Síntomas comportamentales		N	CN	AV	CS	S
18	Deseos de gritar, golpear o insultar.					
19	Cambios de humor constantes					
20	Comer en exceso o dejar de hacerlo					
21	Tomar bebidas de contenido alcohólico					
22	Fumar con mayor frecuencia					
23	Tendencia a ir de un lado a otro sin razón					
24	Retraimiento o aislamiento de los demás					
25	Apatía en la forma de vestir o arreglarse.					

Escala para medir danza folklórica

Estimado estudiante a continuación leerás preguntas relacionadas a los valores. Por favor lee con detenimiento y marca con una equis (X) la casilla correspondiente a la columna que mejor representa tu opinión.

N= Nunca CN= Casi nunca AV= Algunas veces CS= Casi siempre S= Siempre

Muchas gracias por tu colaboración.

Nº	Ítems	1	2	3	4	5
Danza como medio de expresión de emociones y sentimientos.		N	CN	AV	CS	S
1	Expreso con mi cuerpo las emociones que la danza me produce.					
2	Expreso seguridad, confianza propia e iniciativa al relacionarme con los demás.					
3	Utilizo la imaginación para expresarme a través de movimientos corporales.					
4	Expreso el mensaje de la danza al realizar los pasos.					
5	Identifico y expreso sentimientos de alegría, tristeza, optimismo, serenidad al bailar.					
6	Soy consciente de mis fortalezas y debilidades cuando utilizo todas mis posibilidades para expresarme.					
Danza como expresión del movimiento.		N	CN	AV	CS	S
7	Coordino mis movimientos al ritmo de la música cuando me desplazo.					
8	Muestro serenidad y relajación al realizar ejercicios de respiración.					
9	Reconozco que puedo comunicarme corporalmente para expresar mis sentimientos y emociones.					
10	Utilizo mi capacidad creativa al realizar movimientos y pasos siguiendo las melodías musicales.					

Apéndice 03.- Constancia de validación por juicio de expertos

Mg. Eduardo Fiestas Peredo

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: Estrés Académico

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1								
1	Problemas Digestivos (indigestión, diarrea o estreñimiento)	X		X		X		
2	Fatiga o cansancio crónico	X		X		X		
3	Hiperventilación (respiración rápida)	X		X		X		
4	Falta de aire o sensación de sofocación	X		X		X		
DIMENSIÓN 2								
5	Disminución de la memoria (olvido inusual de cosas)	X		X		X		
6	Temor, Miedo o Pánico	X		X		X		
7	Inquietud y Nerviosismo	X		X		X		
8	Preocupación excesiva	X		X		X		
9	Pensamiento catastrófico (pensar que todo va a salir mal)	X		X		X		
10	Dificultad para concentrarse	X		X		X		
11	Lentitud de pensamiento (disminución de ideas, respuestas lentas)	X		X		X		
12	Sensación de inseguridad	X		X		X		
13	Crisis de angustia o ansiedad	X		X		X		
14	Irritabilidad, enojo o furia constante o descontrolada	X		X		X		
15	Pensamiento desorientado (confusión mental, no tener ideas claras)	X		X		X		
16	Sensación de tener la mente vacía (incapacidad de recordar algo específico)	X		X		X		
17	Bloqueo mental (no poder pensar con claridad, no ser capaz de tomar decisiones)	X		X		X		
DIMENSIÓN 3								
18	Deseos de gritar, golpear o insultar.	X		X		X		
19	Cambios de humor constantes	X		X		X		
20	Comer en exceso o dejar de hacerlo	X		X		X		
21	Tomar bebidas de contenido alcohólico	X		X		X		
22	Fumar con mayor frecuencia	X		X		X		
23	Tendencia a ir de un lado a otro sin razón	X		X		X		
24	Retraimiento o aislamiento de los demás	X		X		X		
25	Apatía en la forma de vestir o arreglarse.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): El cuestionario puede ser aplicado en su integridad.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. EDUARDO FIESTAS PEREDO

DNI: 25589485

Especialidad del validador: Mg. En Docencia Universitaria e Investigación Educativa

Julio del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: Danza Folklorica

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1								
1	Expreso con mi cuerpo las emociones que la danza me produce.	X		X		X		
2	Expreso seguridad, confianza propia e iniciativa al relacionarme con los demás.	X		X		X		
3	Utilizo la imaginación para expresarme a través de movimientos corporales.	X		X		X		
4	Expreso el mensaje de la danza al realizar los pasos.	X		X		X		
5	Identifico y expreso sentimientos de alegría, tristeza, optimismo, serenidad al danzar.	X		X		X		
6	Soy consciente de mis fortalezas y debilidades cuando utilizo todas mis posibilidades para expresarme.	X		X		X		
DIMENSIÓN 2								
7	Coordino mis movimientos al ritmo de la música cuando me desplazo.	X		X		X		
8	Muestro serenidad y relajación al realizar ejercicios de respiración.	X		X		X		
9	Reconozco que puedo comunicarme corporalmente para expresar mis sentimientos y emociones.	X		X		X		
10	Utilizo mi capacidad creativa al realizar movimientos y pasos siguiendo las melodías musicales.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): El cuestionario puede ser aplicado en su integridad.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. EDUARDO FIESTAS PEREDO

DNI: 25589485

Especialidad del validador: Mg. En Docencia Universitaria e Investigación Educativa

Julio del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Experto Informante.

Mg. Ana del Socorro Polo Vásquez

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: Estrés Académico

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1							
1	Problemas Digestivos (indigestión, diarrea o estreñimiento)	X		X		X		
2	Fatiga o cansancio crónico	X		X		X		
3	Hiperventilación (respiración rápida)	X		X		X		
4	Falta de aire o sensación de sofocación	X		X		X		
	DIMENSIÓN 2	Si	No	Si	No	Si	No	
5	Disminución de la memoria (olvido inusual de cosas)	X		X		X		
6	Temor, Miedo o Pánico	X		X		X		
7	Inquietud y Nerviosismo	X		X		X		
8	Preocupación excesiva	X		X		X		
9	Pensamiento catastrófico (pensar que todo va a salir mal)	X		X		X		
10	Dificultad para concentrarse	X		X		X		
11	Lentitud de pensamiento (disminución de ideas, respuestas lentas)	X		X		X		
12	Sensación de inseguridad	X		X		X		
13	Crisis de angustia o ansiedad	X		X		X		
14	Irritabilidad, enojo o furia constante o descontrolada	X		X		X		
15	Pensamiento desorientado (confusión mental, no tener ideas claras)	X		X		X		
16	Sensación de tener la mente vacía (incapacidad de recordar algo específico)	X		X		X		
17	Bloqueo mental (no poder pensar con claridad, no ser capaz de tomar decisiones)	X		X		X		
	DIMENSIÓN 3	Si	No	Si	No	Si	No	
18	Deseos de gritar, golpear o insultar.	X		X		X		
19	Cambios de humor constantes	X		X		X		
20	Comer en exceso o dejar de hacerlo	X		X		X		
21	Tomar bebidas de contenido alcohólico	X		X		X		
22	Fumar con mayor frecuencia	X		X		X		
23	Tendencia a ir de un lado a otro sin razón	X		X		X		
24	Retraimiento o aislamiento de los demás	X		X		X		
25	Apatía en la forma de vestir o arreglarse.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): El cuestionario puede ser aplicado en su integridad.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. POLO VÁSQUEZ ANA DEL SOCORRO DNI: 09122305

Especialidad del validador: Mgtr. En Investigación Pedagógica. Julio del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: Danza Folklórica

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1							
1	Expreso con mi cuerpo las emociones que la danza me produce.	X		X		X		
2	Expreso seguridad, confianza propia e iniciativa al relacionarme con los demás.	X		X		X		
3	Utilizo la imaginación para expresarme a través de movimientos corporales.	X		X		X		
4	Expreso el mensaje de la danza al realizar los pasos.	X		X		X		
5	Identifico y expreso sentimientos de alegría, tristeza, optimismo, serenidad al danzar.	X		X		X		
6	Soy consciente de mis fortalezas y debilidades cuando utilizo todas mis posibilidades para expresarme.	X		X		X		
	DIMENSIÓN 2	Si	No	Si	No	Si	No	
7	Coordino mis movimientos al ritmo de la música cuando me desplazo.	X		X		X		
8	Muestro serenidad y relajación al realizar ejercicios de respiración.	X		X		X		
9	Reconozco que puedo comunicarme corporalmente para expresar mis sentimientos y emociones.	X		X			X	
10	Utilizo mi capacidad creativa al realizar movimientos y pasos siguiendo las melodías musicales.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): El cuestionario puede ser aplicado en su integridad.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. POLO VÁSQUEZ ANA DEL SOCORRO DNI: 09122305

Especialidad del validador: Mgtr. En Investigación Pedagógica. Julio del 2022

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante.

Lcda. Zaida Bazán Alvites

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: Estrés Académico

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1								
1	Problemas Digestivos (indigestión, diarrea o estreñimiento)	X		X		X		
2	Fatiga o cansancio crónico	X		X		X		
3	Hiperventilación (respiración rápida)	X		X		X		
4	Falta de aire o sensación de sofocación	X		X		X		
DIMENSIÓN 2								
5	Disminución de la memoria (olvido inusual de cosas)	X		X		X		
6	Temor, Miedo o Pánico	X		X		X		
7	Inquietud y Nerviosismo	X		X		X		
8	Preocupación excesiva	X		X		X		
9	Pensamiento catastrófico (pensar que todo va a salir mal)	X		X		X		
10	Dificultad para concentrarse	X		X		X		
11	Lentitud de pensamiento (disminución de ideas, respuestas lentas)	X		X		X		
12	Sensación de inseguridad	X		X		X		
13	Crisis de angustia o ansiedad	X		X		X		
14	Irritabilidad, enojo o furia constante o descontrolada	X		X		X		
15	Pensamiento desorientado (confusión mental, no tener ideas claras)	X		X		X		
16	Sensación de tener la mente vacía (incapacidad de recordar algo específico)	X		X		X		
17	Bloqueo mental (no poder pensar con claridad, no ser capaz de tomar decisiones)	X		X		X		
DIMENSIÓN 3								
18	Deseos de gritar, golpear o insultar.	X		X		X		
19	Cambios de humor constantes	X		X		X		
20	Comer en exceso o dejar de hacerlo	X		X		X		
21	Tomar bebidas de contenido alcohólico	X		X		X		
22	Fumar con mayor frecuencia	X		X		X		
23	Tendencia a ir de un lado a otro sin razón	X		X		X		
24	Retraimiento o aislamiento de los demás	X		X		X		
25	Apatía en la forma de vestir o arreglarse.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): El cuestionario puede ser aplicado en su integridad

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Bazán Albitres Zaida

DNI: 46209345

Especialidad del validador: Licenciada en psicología

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Zaida Judith Bazán Albitres
PSICÓLOGA
C.Ps.P. N° 34609

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: Danza Folklorica

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1								
1	Expreso con mi cuerpo las emociones que la danza me produce.	X		X		X		
2	Expreso seguridad, confianza propia e iniciativa al relacionarme con los demás.	X		X		X		
3	Utilizo la imaginación para expresarme a través de movimientos corporales.	X		X		X		
4	Expreso el mensaje de la danza al realizar los pasos.	X		X		X		
5	Identifico y expreso sentimientos de alegría, tristeza, optimismo, serenidad al danzar.	X		X		X		
6	Soy consciente de mis fortalezas y debilidades cuando utilizo todas mis posibilidades para expresarme.	X		X		X		
DIMENSIÓN 2								
7	Coordino mis movimientos al ritmo de la música cuando me desplazo.	X		X		X		
8	Muestro serenidad y relajación al realizar ejercicios de respiración.	X		X		X		
9	Reconozco que puedo comunicarme corporalmente para expresar mis sentimientos y emociones.	X		X		X		
10	Utilizo mi capacidad creativa al realizar movimientos y pasos siguiendo las melodías musicales.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): El cuestionario puede ser aplicado en su integridad

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Bazán Albitres Zaida

DNI: 46209345

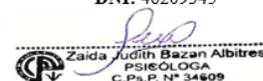
Especialidad del validador: Licenciada en psicología

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Zaida Judith Bazán Albitres
PSICÓLOGA
C.Ps.P. N° 34609

Firma del Experto Informante.

V de Aiken del instrumento que mide Estrés académico

Ítem	CLARIDAD					PERTINENCIA					RELEVANCIA					V.AIKEN GENERAL
	Jueces					Jueces										
	J1	J2	J3	S	v. AIKEN	J1	J2	J3	S	V. AIKEN	J1	J2	J3	S	V.AIKEN	
1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
2	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
4	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
5	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
6	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
7	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
8	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
9	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
10	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
11	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
12	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
13	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
14	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
15	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
16	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
17	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
18	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
19	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
20	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
21	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
22	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
23	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
24	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
25	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
																1.00

V de Aiken del instrumento que mide Danza folklórica

Ítem	CLARIDAD					PERTINENCIA					RELEVANCIA					V.AIKEN GENERAL
	Jueces					Jueces										
	J1	J2	J3	S	v. AIKEN	J1	J2	J3	S	V. AIKEN	J1	J2	J3	S	V.AIKEN	
1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
2	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
4	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
5	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
6	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
7	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
8	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
9	1	0	1	2	666666	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	0.89
10	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00
																0.99

Apéndice 04.- Matriz de datos cuantitativos

N° de participa	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	
Estudiante 1	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	2	2	2	3	2	1	1	3	3	2		
Estudiante 2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	3	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	3	4	2	1	
Estudiante 3	3	4	2	2	3	5	2	3	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	3	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	
Estudiante 4	4	3	2	5	2	5	3	4	5	3	2	3	1	2	3	3	4	3	2	3	3	1	2	1	3	2	1	1	1	2	3	3	1	3	3	
Estudiante 5	2	1	1	2	1	3	4	4	2	2	3	4	1	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	2	1	2	2	2	
Estudiante 6	4	4	4	3	4	5	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	1	3	3	2
Estudiante 7	1	3	3	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	2	3	1	1	1	1	1	1
Estudiante 8	5	5	3	5	3	3	5	5	5	5	1	2	2	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3
Estudiante 9	4	2	3	3	5	2	3	2	4	2	3	2	2	2	1	1	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	5	1	1	5	3	3	3	
Estudiante 10	1	1	4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1
Estudiante 11	5	4	4	3	3	2	5	4	3	3	4	4	3	3	5	3	3	3	4	5	5	5	5	4	4	4	3	5	4	4	3	1	3	2	3	
Estudiante 12	5	3	3	3	4	3	5	3	4	5	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	5	4	3	3	3	2	4	4	4	3	1	3	4	1	
Estudiante 13	4	3	4	2	4	3	4	5	3	5	3	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	1	3	3	2	
Estudiante 14	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	1	2	3	2	2
Estudiante 15	4	5	4	4	5	5	5	4	5	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	2	3	4	3	3	3	1	3	3	4
Estudiante 16	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	3	5	3	3	5	4	4	5	3	4	3	5	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4
Estudiante 17	3	5	4	5	5	4	5	5	4	5	3	3	2	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	1	1	3	2	3	

SPSS, ANDREA_sav [ConjuntoDatos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

9: Niv_D1V1

Visible: 50 de 50 variables

id	Problemas asignados	Fatiga cansancio	Hiperactividad	Falta de atención	Disminución de la memoria	Temor irracional	Inquietud	Preocupación	Pensamientos	Dificultad	Lentitud	Sensación	Crisis de	Intolerancia	Pensamientos	Sensación	Bloqueo	Desosiego	Cambios
1	1	2	3	2	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	2	4	3	2	2
2	2	5	5	3	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5
3	3	1	2	2	2	1	1	1	2	1	3	1	1	2	1	2	1	2	1
4	4	2	3	1	2	3	3	4	3	2	3	3	1	2	1	3	2	1	1
5	5	3	4	1	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
6	6	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	3
7	7	1	2	2	1	2	1	1	2	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1
8	8	1	2	2	1	1	3	3	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1
9	9	2	3	2	2	2	1	1	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	4
10	10	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	3	2	1	1	1	1
11	11	4	4	3	3	5	3	3	3	4	5	5	5	4	4	4	4	3	5
12	12	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	5	4	3	3	3	2	4
13	13	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3
14	14	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3
15	15	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3
16	16	3	5	3	3	5	4	4	5	3	4	3	5	4	3	3	3	3	4
17	17	3	3	2	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	2
18																			
19																			
20																			
21																			
22																			
23																			
24																			
25																			
26																			

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

SPSS, MEIO_sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
@8Consider	Númérico	8	0	8 Consideras q...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@9Consider	Númérico	8	0	9 Consideras q...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@10Consid	Númérico	8	0	10 Consideras...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@11Consid	Númérico	8	0	11 Consideras...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@12Consid	Númérico	8	0	12 Consideras...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@13Consid	Númérico	8	0	13 Consideras...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@14Consid	Númérico	8	0	14 Consideras...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@15Consid	Númérico	8	0	15 Consideras...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@16Consid	Númérico	8	0	16 Consideras...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@17Consid	Númérico	8	0	17 Consideras...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
@18Consid	Númérico	8	0	18 Consideras...	(1, En total	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
D1_V1	Númérico	8	0	Dimensión 1A	Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
D2_V1	Númérico	8	0	Dimensión 2A	Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
D3_V1	Númérico	8	0	Dimensión 3A	Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
D1_V2	Númérico	8	0	Dimensión 1B	Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
D2_V2	Númérico	8	0	Dimensión 2B	Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
D3_V2	Númérico	8	0	Dimensión 3B	Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
TOTAL_V1	Númérico	8	0	Total V1	Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
TOTAL_V2	Númérico	8	0	Total V2	Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
Niv_D1_V1	Númérico	8	0	Nivel_Dimensio...	(1, Bajo)	Ninguna	11	Derecha	Ordinal	Entrada
Niv_D2_V1	Númérico	8	0	Nivel_Dimensio...	(1, Bajo)	Ninguna	11	Derecha	Ordinal	Entrada
Niv_D3_V1	Númérico	8	0	Nivel_Dimensio...	(1, Bajo)	Ninguna	11	Derecha	Ordinal	Entrada
Niv_D1_V2	Númérico	8	0	Nivel_Dimensio...	(1, Bajo)	Ninguna	11	Derecha	Ordinal	Entrada
Niv_D2_V2	Númérico	8	0	Nivel_Dimensio...	(1, Bajo)	Ninguna	11	Derecha	Ordinal	Entrada
Niv_D3_V2	Númérico	8	0	Nivel_Dimensio...	(1, Bajo)	Ninguna	11	Derecha	Ordinal	Entrada
Niv_Total_V1	Númérico	8	0	Nivel_Total_V1	(1, Bajo)	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada
Niv_Total_V2	Númérico	8	0	Nivel_Total_V2	(1, Bajo)	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

Apéndice 05.- Formato de consentimiento informado.

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”



ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DEL FOLKLORE JOSÉ MARÍA ARGUEDAS

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Institución Educativa : C.E.P. Baden Powell

Investigadora : Sierra Sulca, Andrea Pamela

Título de la tesis : Danza folklórica y estrés académico en estudiantes de secundaria del Centro Educativo Particular Baden Powell.

Señor padre/madre de familia y/o apoderado:

Me es grato saludarlo, y mediante este documento informarle que su menor hijo (a) ha sido seleccionado para participar en la presente investigación con fines estrictamente académicos sin costo alguno el cual tiene como objetivo: Establecer la relación entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de cuarto de secundaria del CEP Baden Powell, Los Olivos. Este estudio se realizará en la Institución Educativa.

El presente estudio forma parte del desarrollo de la aplicación de la tesis Danza folklórica y estrés académico en estudiantes de secundaria del Centro Educativo Particular Baden Powell, el cual contribuirá con el fortalecimiento de las habilidades de los estudiantes.

En el presente estudio se preserva el derecho de confiabilidad y anonimato; sin embargo, durante el proceso de desarrollo se irá registrando fotos de los estudiantes como evidencia del proceso realizado el cual sólo será utilizado para esta investigación.

Habiendo leído la información:

Yo.....con DNI.....

Y domicilio en.....,
doy mi consentimiento y autorización para que mi menor hijo (a) participe en el presente trabajo de investigación.

Nombre y apellidos:

DNI:

Si por fuerza mayor el estudiante no puede participar en el presente estudio, avisar al docente.

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"



ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DEL FOLKLORE JOSÉ MARÍA ARGUEDAS

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Institución Educativa : C.E.P. Baden Powell

Investigadora : Sierra Sulca, Andrea Pamela

Título de la tesis : Danza folklórica y estrés académico en estudiantes de secundaria del Centro Educativo Particular Baden Powell.

Señor padre/madre de familia y/o apoderado:

Me es grato saludarlo, y mediante este documento informarle que su menor hijo (a) ha sido seleccionado para participar en la presente investigación con fines estrictamente académicos sin costo alguno el cual tiene como objetivo: Establecer la relación entre la danza folklórica y el estrés académico en los estudiantes de 4to de secundaria del CEP Baden Powell, los Olivos. Este estudio se realizará en la Institución Educativa.

El presente estudio forma parte del desarrollo de la aplicación de la tesis Danza folklórica y estrés académico en estudiantes de secundaria del Centro Educativo Particular Baden Powell, el cual contribuirá con el fortalecimiento de las habilidades de los estudiantes.

En el presente estudio se preserva el derecho de confiabilidad y anonimato; sin embargo, durante el proceso de desarrollo se irá registrando fotos de los estudiantes como evidencia del proceso realizado el cual sólo será utilizado para esta investigación.

Habiendo leído la información:

Yo Ana María Yangali Paucar con DNI: 10629189

Y domicilio en MZ. V1 LT.12 Los Olivos, doy mi consentimiento y autorización para que mi menor hijo (a) participe en el presente trabajo de investigación.

Nombre y apellidos: Ana María Yangali Paucar

DNI: 10629189

Si por fuerza mayor el estudiante no puede participar en el presente estudio, avisar al docente.

Apéndice 06.- Constancia de autorización para aplicación del instrumento.

**CARTA DE AUTORIZACIÓN**
CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR BADEN POWELL

Los Olivos, agosto del 2022

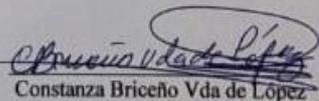
OFICIO N° 25

Señora:
Andrea Pamela Sierra Sulca
Docente
Presente.

ASUNTO, Autorización para la aplicación de
Instrumento a estudiantes del CEP Baden Powell

Tengo el agrado de dirigirme a su persona para hacerle llegar mi saludo cordial y comunicarle en respuesta a su pedido emitido por la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas, que se le otorga la autorización respectiva para aplicar los instrumentos de su trabajo de investigación (tesis) denominado "Danza folklórica y estrés académico en estudiantes de secundaria del Centro Educativo Particular Baden Powell".

Atentamente


Constanza Briceño Vda de López
DIRECTORA