

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SANTA

ESCUELA DE POSTGRADO

PROGRAMA DE MAESTRÍA EN CIENCIAS DE EDUCACIÓN



UNS
UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL SANTA

**“APLICACIÓN DE UN PROGRAMA DE DANZAS
FOLKLÓRICAS PARA MEJORAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA
EN LOS ALUMNOS DEL PRIMER GRADO DE EDUCACION
SECUNDARIA DE LA I.E 88298 "LUIS ALBERTO SANCHEZ"
NUEVO CHIMBOTE - 2014**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO EN DOCENCIA E
INVESTIGACIÓN**

AUTOR:

Bach. ARANDA SOPLAS, Pablo

ASESOR:

Ms. VALVERDE ALVA, Weslyn

**NUEVO CHIMBOTE - PERU
2016**

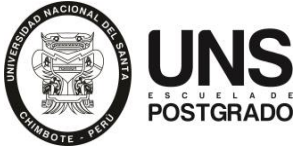


AVAL DE INFORME DE TESIS

El presente Informe de Tesis: "Aplicación de un programa de danzas para mejorar la autoestima en los alumnos del primer grado de secundaria de la I.E 88298 "Luis Alberto Sánchez" en Nuevo Chimbote año 2014" que tiene como autor al Bachiller Pablo Aranda Soplas estudiante de maestría en Ciencias de la educación con mención en "Docencia e Investigación", ha sido elaborado de acuerdo al Reglamento de Normas y Procedimientos para obtener el Grado Académico de Maestro de la Escuela de Postgrado de la Universidad Nacional; quedando expedito para ser evaluado por el Jurado Evaluador correspondiente.

Nombre y Firma del Asesor

Mg. Weslyn Valverde Alva



HOJA DE CONFORMIDAD DEL JURADO EVALUADOR

“APLICACIÓN DE UN PROGRAMA DE DANZAS FOLCLÓRICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA EN LOS ALUMNOS DEL PRIMER GRADO DE SECUNDARIA DE LA I.E 88298 "LUIS ALBERTO SÁNCHEZ" EN NUEVO CHIMBOTE AÑO 2014”

TESIS PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO EN CIENCIAS DE LA EDUCACION CON MENCIÓN EN DOCENCIA E INVESTIGACIÓN
REVISADO Y APROBADO POR EL JURADO EVALUADOR

Dr. Jose Wualter Pelaez Amado
Presidente

Ms. Gloria Isabel Gomez Sihuas
Secretaria

Dr. Gerardo Gaitan Meregildo
Vocal

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de investigación a todos aquellos docentes y aficionados que día a día forjan el quehacer artístico en el campo de las Danzas Folklóricas en Chimbote y Nuevo Chimbote; un reconocimiento a ellos, y deseo que ya en el presente y en el futuro logren articular este campo artístico con el desarrollo emocional de los estudiantes.

EL AUTOR

AGRADECIMIENTO

A la Mano del Ser supremo, que con su bendición me guía con salud por la senda del estudio y el progreso.

A mis queridos padres, por su sacrificado anhelo de hacer de mí su fruto de éxito.

A los docentes del programa de Maestría de la UNS que nos brindaron sabiamente sus conocimientos.

EL AUTOR

INDICE

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
INDICE	
LISTA DE ANEXOS	
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	12
1.1. Planteamiento y fundamentación del problema de investigación	13
1.2. Antecedentes de la investigación	14
1.3. Formulación del problema de investigación	15
1.4 Delimitación del estudio	15
1.5. Justificación e importancia de la investigación	16
1.6. Objetivos de la investigación:	17
1.6.1 Objetivo General	17
1.6.2 Objetivos Específicos	17
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	18
I LA DANZA	19
1.1.- Importancia de la danza en la educación	19
1.2.- Dimensiones	19
A.- La dimensión de ocio	19
B.- La dimensión artística	19
C.- La dimensión terapéutica	20
D.- La dimensión educativa	20
1.3.- La danza y la cultura humana	20
1.4.- La danza y el cuerpo humano	20
1.5.- La Danza y el Arte	20
1.6.- Objetivos de la danza	21
1.7 Beneficios de la danza	22
1.8 La DMT o Danza Movimiento Terapia	23
	VI

1.9 La danza y Psicología	24
1.10 Danza Y Neurociencia	24
1.11 Algunos beneficios de la danza terapia	25
II AUTOESTIMA	28
2.1.- Definicion	28
2.2.- Niveles de la autoestima	29
A.- Autoestima alta	29
B.- Baja Autoestima	29
C.- Término medio de Autoestima	29
2.3.- Escalera de la autoestima	30
A.- Auto reconocimiento	30
B.- Auto aceptación	30
C.- Auto eficacia y auto dignidad	30
D.- Auto eficacia	30
E.- Auto dignidad	30
F.- Auto eficacia y auto dignidad	30
2.4 Los tres Estados de la Autoestima	30
A.- Autoestima Derrumbada	31
B.- Autoestima Vulnerable	31
C.- Autoestima Fuerte	31
2.5 Indicadores de autoestima	32
A.- Indicios positivos de autoestima	32
B.- Indicios negativos de autoestima	32
Marco conceptual	34
CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO	36
3.1. Hipótesis central de la investigación	37
3.2. Variables e indicadores de la investigación	37
3.3. Métodos de la investigación	43
3.4. Diseño o esquema de la investigación	43
3.5. Población y muestra	44
3.6. Actividades del proceso investigativo	45

3.7. Técnicas e instrumentos de la investigación	45
3.8. Procedimiento para la recolección de datos	46
3.9. Técnicas de procesamiento y análisis de los datos.	49
CAPÍTULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN	50
4.1 Resultados del diagnóstico	51
4.2 Discusión de los resultados	86
CAPÍTULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	89
5.1. Conclusiones	90
5.2. Recomendaciones	91
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	92
ANEXOS	94

RESUMEN

RESUMEN

Esta investigación titulada “Aplicación de un programa de danzas Folclóricas para mejorar el nivel de autoestima en los alumnos del primer grado de educación secundaria de la IE 88298 "Luis Alberto Sanchez" Nuevo Chimbote _ 2014 surgió al observar que en dicha institución, muchos alumnos del primer año tenían inclinación por la práctica de la danza y el baile pero mostraban ciertas actitudes propias de deficiencias en el desarrollo de su autoestima, específicamente, en sus actitudes frente a sí mismo y en su interacción con los demás. Como esta situación dificulta su aprendizaje, entre otros efectos negativos, se creyó conveniente realizarla, cuya finalidad fue determinar la eficiencia de un taller de danzas, para el mejoramiento de la autoestima de estos alumnos.

Con un diseño pre experimental, de un solo grupo, con pre y pos test; y empleando el Inventario de autoestima de S. Coopersmith, se obtuvieron resultados positivos significativos, es decir, el promedio obtenido por los alumnos se elevó de 55.82 puntos en el pretest a 56.56 puntos en el pos test, en términos centesimales, lo que indica un progreso del 0.74 % con respecto al promedio obtenido en el pretest.

De esta forma, se lograron los objetivos previstos y se contrastaron las hipótesis formuladas en la presente investigación, llegando a la conclusión de que la aplicación del mencionado programa, efectivamente, mejoró la autoestima en los alumnos seleccionados para este trabajo de investigación. Esta afirmación se apoya en los resultados expuestos en los cuadros, tablas y gráficos presentados.

ABSTRACT

This research entitled "a programme of dances to improve the level of self-esteem in students in the first grade of secondary education of 88298 EI "Luis Alberto Sanchez" New Chimbote 2014 came to observe that in this institution, many students of the first year had inclination for the practice of dance and dance but showed certain attitudes of deficiencies in the development of their self-esteem" specifically, their attitudes towards itself and in their interaction with others. As this situation hinders their learning, among other negative effects, it was believed convenient to perform it, whose purpose was to determine the efficiency of a workshop of dances, for the improvement of self-esteem of students.

With a design experimental pre, of a single group, with pre and post test; and using S. Coopersmith self-esteem inventory, significant positive results were obtained, i.e. the average obtained by students rose from 55,82 points in the pretest to 56.56 points on the pos test, in centesimal terms, indicating progress of the 0.74% compared to the average obtained in the pretest.

In this way, the objectives were achieved and the assumptions made in the present investigation, coming to the conclusion that the application of the aforementioned workshop, in fact, improved self-esteem in students selected for this research work were contrasted. This statement is supported by the results of the test applied for the hiring of the research hypothesis, with a level of significance degrees of freedom.

INTRODUCCIÓN

La autoestima es una condición de salud emocional que todo estudiante debe tenerlo siempre en un buen nivel, como tan importante es la salud física para un buen desempeño tanto en su vida escolar como para su vida diaria. Vemos físicamente a un estudiante y sus actitudes nos denotará su estado anímico emocional; mas aun, un estudiante que recién ingresa a la vida escolar secundaria acongojado por los dolores propios de su adolescencia.

Las actividades artísticas son un medio curativos de los males emocionales y si de elevar la autoestima se trata participar de los juegos lúdicos propios de estas actividades mejora el estado de ánimo y los estudiantes del nivel secundaria aprecian y participan de estas actividades sea por su inclinación natural por poseer talento artístico o por el aspecto lúdico.

Por estas observaciones en el diario quehacer educativo, nace la idea de diseñar y aplicar una estrategia basada en un programa de danzas folclóricas para determinar cómo mejora el nivel de autoestima en los estudiantes del 1er grado de secundaria de la IE "Luis Alberto Sanchez" ubicado en Nuevo Chimbote, año 2014.

Este trabajo de investigación consta de cinco capítulos:

En el capítulo I abarca el planteamiento, fundamentación y formulación del problema, así como las conclusiones de los trabajos de investigaciones encontradas que sirven como antecedentes a este trabajo.

En el capítulo II se sustenta los fundamentos teóricos de la investigación y del marco conceptual el cual contiene las definiciones seleccionadas para demostrar la hipótesis.

En el capítulo III presenta el marco metodológico en donde se expone la hipótesis variables indicadores y métodos de la investigación.

En el capítulo IV se exponen los resultados y se plantea la discusión de los mismos, a través de los cuadros, gráficos y medidas estadísticas con sus respectivos análisis e interpretación relacionándolo con el problema, la hipótesis y fundamentos teóricos.

En el capítulo V se presenta las conclusiones y recomendaciones relacionadas al proceso de investigación y a la aplicación de la variable experimental.

CAPITULO I

PROBLEMA DE LA INVESTIGACION

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1 PLANTEAMIENTO Y FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Piñuel y Cisneros (2007), según una encuesta realizada a 25 000 estudiantes en España, uno de cada cuatro escolares (niños de entre 7 a 17 años) tienen baja autoestima y reconocen sufrir síntomas de estrés post traumático, ansiedad y depresión, la mitad de ellos (el 51%) afirma que piensan que no son dignas de confianza. El 32% dice que a veces piensa que son malos y que no tiene remedio. El 28% de los niños responden que suelen estar intranquilos todo el tiempo , que tienen una sensación de miedo sin conocer el motivo y que les sudan las manos sin saber por qué, mientras que en el 29% dice que le cuesta recordar y el 25% que sienten nervios, ansiedad y angustia en estas circunstancias. Respecto a la autoestima las respuestas oscilan desde el 38% que asegura que no tienen mucho de que presumir, un 28% al que no le gusta su forma de ser, un 23% que si volviera a nacer le gustaría ser diferente y por ultimo un 20% que cree que es más débil que los demás. Además, el 25% de los escolares afirma que a veces tiene ganas de morir y el 26% se odia asi mismo. En un porcentaje un poco superior, el 27% los encuestados confiesan que en ocasiones se encuentran sin esperanzas y que al pensar en el futuro les entra el miedo y angustia Este reporte no le es ajeno a la realidad peruana, por diferentes motivos los niños, adolescentes, jóvenes en edad escolar desarrollan sentimientos propios de la baja autoestima y sentimientos de intranquilidad que repercuten en su rendimiento académico.

Las IIEE en el Perú y las regiones están pobladas por estudiantes que atraviesan en sus hogares un sin número de problemas familiares, producto de los problemas sociales, económicas y políticas que a su vez repercuten en la vida familiar.

En la I.E. “Luis Alberto Sánchez”, los estudiantes del primer año de secundaria demuestran actitudes propias de una autoestima en proceso de formación que se asume que por un lado es propia de su etapa de desarrollo evolutivo y además influenciado por su realidad socio afectiva que, analizando detenidamente, en su comunidad persiste la realidad de hogares con padres que ambos trabajan todo el día, hogares mono parentales o ellos viven con otros familiares que no son sus padres, o el espacio vivencial es hostil donde persiste problemas de bullying entre otras actividades que influyen en su estado de autoestima

1.2 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN:

Durante la revisión de trabajos de investigación sobre este tema, se ha encontrado lo siguiente en cuanto a la variable: autoestima.

A nivel internacional:

En Argentina, Broda (2009) en su trabajo de investigación “Taller de musicoterapia para mejorar las relaciones interpersonales en niños tímidos e introvertidos”, brindó recursos novedosos y facilitadores para favorecer la expresión y comunicación de los niños. A través de experiencia musical el niño tímido puede encontrar un canal de conexión gratificante con los demás, pudiendo retroalimentarse así de intercambios sociales positivos que incrementan la seguridad en sí mismo y les permite desarrollar nuevas habilidades sociales. Concluye que el 89% de niños con problemas de socialización mejoraron significativamente sus relaciones interpersonales y en consecuencia también su desarrollo escolar.

A nivel nacional:

Sung H. Kim (2011) en su tesis denominada, “Taller de música basado en valores para mejorar la autoestima de los niños del asentamiento humano “El milagro”, Trujillo”, en la cual ha concluido que los niños participantes de los talleres de música lograron incrementar de manera significativa su nivel de autoestima en las diferentes áreas pues en el pre test el grupo control y el experimental se encontraron puntajes similares y al terminar el taller esos puntajes tuvieron un gran incremento en el grupo experimental.

Passiuri N. Víctor F. (2011) en su tesis “Programa de musicoterapia para mejorar la inteligencia intrapersonal de los alumnos del cuarto grado de secundaria de la I.E Limón carro en el distrito de Guadalupe-provincia de Pacasmayo en el año 2009-2010”, ha concluido que se mejoró significativamente la inteligencia intrapersonal en dichos alumnos a través de la aplicación de la música terapia. El grado de desarrollo del nivel de inteligencia interpersonal alcanzo el 63.64% después de aplicar el programa en cuestión.

A nivel local:

Arce C (2012) en su tesis denominada “Nivel de autoestima en los estudiantes del II-ciclo del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Carlos Salazar Romero”. Nuevo Chimbote-2012”. Cuyo objetivo fue determinar el nivel de autoestima en los estudiantes del II ciclo de la institución. Dando como resultado que el 82.92% de los estudiantes del segundo ciclo del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Carlos Salazar Romero” la mayoría presenta un promedio alto de autoestima, dando como resultado un 100 % de autoestima normal.

1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN:

¿En que medida mejora el nivel de autoestima en los alumnos del primer año de secundaria de la I.E 88298 “Luis Alberto Sánchez” del AH “David Dasso Hocke” del Distrito de Nuevo Chimbote, año 2014. la aplicación de un programa de danzas folclóricas?

1.4 DELIMITACION DEL ESTUDIO:

Existiendo una infinidad de danzas en el Perú y el mundo, el programa utilizara bailes y danzas que por su aspecto rítmico formaran parte del desarrollo lúdico entre ella se considera el aprendizaje de 10 danzas folclóricas peruanas para conocimiento general y la adecuación del cuerpo a llevar el ritmo y compás musical, para su respectiva práctica lúdica y posterior presentación pública.

El Instrumento para determinar el nivel de autoestima en los alumnos del primer grado de educación secundaria es el Test de Stanley Coopersmith el cual ha sido

ya adaptado y aplicado en una Institución Educativa ubicada en la zona de Florencia de Mora en Trujillo.

El taller de danzas consta de 10 sesiones, una por semana, pues es el tiempo que dura una unidad de aprendizaje, tratando de adaptar los contenidos temáticos propios del tema principal danzas interrelacionándolo con el aspecto de autoestima.

La finalidad de la investigación es la de lograr mejorar el nivel de autoestima de los participantes mediante la práctica de la danza.

1.5 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACION:

Considero que, el presente trabajo es de vital importancia y de mucha trascendencia ya que permitirá evaluar y aplicar estrategias innovadoras integrando el arte de bailar para mejorar la autoestima de los estudiantes, de tal manera su personalidad, así como la incorporación de una nutrida información teórico práctico que desarrolle que amplíe sus saberes en cuanto danzas y autoestima, y que permitan integrarse adecuadamente dentro de las sesiones del programa. Naturalmente, el deseo de contribuir con este granito de arena para los docentes de arte de las instituciones educativas, ya que pueden incorporar éste programa en su quehacer educativo ya que es, asequible y fácil de trabajar en el aula y además es aplicable a las distintas ramas de los lenguajes artísticos como la música, el teatro y artes plásticas

Es importante para que el alumno desarrolle sus cualidades positivas, fortalezca actitudes y reconozca sus propios talentos, habilidades y destrezas valorando a quienes comparten junto a él la vida dentro de la sociedad, reconociéndose como seres valiosos, producto de su buen nivel de autoestima

En la I.E 88298 “Luis Alberto Sánchez” del AH “David Dasso Hocke” del Distrito de Nuevo Chimbote, año 2014?. Se enriquecerán, no solo los alumnos que participen en el programa sino también aquellos que quienes practicarán las réplicas con sus amigos, hogares con sus padres y hermanos a quienes les servirá para mejor su relación y afrontar los problemas que se les presente en la

vida.

1.6 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN:

1.6.1 Objetivo general

Demostrar que la aplicación de un programa de danzas mejora el nivel de autoestima en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la I.E 88298 "Luis Alberto Sánchez", Nuevo Chimbote _ 2014

1.6.2 Objetivos específicos

- Abordar el aspecto teórico relacionado con la danza y la autoestima
- Revisión bibliográfica
- Elaborar un programa de talleres de danzas.
- Identificar el nivel de autoestima en los alumnos y alumnas del primer año de secundaria de I.E 88298 "Luis Alberto Sánchez" aplicando el test de inventario de autoestima de Cooper Smith
- Aplicar el programa de talleres de danzas enfocado a elevar el nivel de autoestima en los estudiantes.
- Analizar e interpretar los resultados después de aplicar el programa de talleres de danzas aplicando nuevamente el mismo test de inventario de autoestima de Cooper Smith

CAPITULO II

MARCO
TEORICO

CAPITULO II

MARCO TEORICO

FUNDAMENTOS TEÓRICOS DE LA INVESTIGACION

I LA DANZA

1.1.- Importancia de la danza en la educación

Una característica de la inteligencia kinestésico corporal es la habilidad para emplear el cuerpo en formas muy diferenciadas y hábiles para propósitos expresivos; mayoritariamente, bailarines, nadadores, actores y músicos son los que con mayor frecuencia van a explotarla. A través de los años, en nuestra cultura se ha menospreciado este tipo de inteligencia con respecto a otras, existiendo un claro divorcio entre el razonamiento y las actividades físicas realizadas por nuestro cuerpo; por fortuna, esta idea ha ido variando con el tiempo, ya que la mayoría de los psicólogos recalcan en la actualidad la estrecha relación que hay entre el uso del cuerpo y de la mente, demostrando a su vez que tanto las actividades motoras como el lenguaje están en el hemisferio izquierdo del cerebro del individuo y reafirmandose así esta relación. Ninguno de los usos del cuerpo ha alcanzado mayores alturas ni lo han desplegado las culturas en forma más variable que la danza, la inteligencia corporal en su forma más pura. (Gardner, 1987).

1.2.- DIMENSIONES : Son cuatro las dimensiones en las que se puede clasificar este arte universal (García, 1997):

A.- La dimensión de ocio, en la que se enfoca como actividad de ocio, de mantenimiento físico, de ocupar el tiempo libre de bienestar, de relación y que es practicada en asociaciones culturales, vecinales y clubs.

B.- La dimensión artística, donde se plantea como una forma de arte, debiendo cumplir los requisitos para ser considerada como tal. En este apartado, la danza

adquiere un alto nivel técnico y profesional.

C.- **La dimensión terapéutica**, como solución a los conflictos físicos y psíquicos que pueden presentarse en el ser humano.

D.- **La dimensión educativa**, centrada en el logro de diversas intenciones educativas dentro del ámbito escolar.

1.3 La danza y la cultura humana

La danza puede ser recreativa, ritual o artística y va más allá del propósito funcional de los movimientos utilizados en el trabajo y los deportes para expresar emociones, estados de ánimo o ideas. Puede contar una historia, servir a propósitos religiosos, políticos, económicos o sociales; o puede ser una experiencia agradable y excitante con un valor meramente estético.

1.4 La danza y el cuerpo humano

El cuerpo puede realizar acciones como rotar, doblarse, estirarse, saltar y girar. Variando estas acciones físicas y utilizando una dinámica distinta, los seres humanos pueden crear un número ilimitado de movimientos corporales. Dentro del extenso campo de movimientos que el cuerpo puede realizar, cada cultura acentúa algunos caracteres dentro de sus estilos dancísticos.

El potencial normal del movimiento del cuerpo puede ser aumentado en la danza, casi siempre a través de largos periodos de entrenamiento especializado. En el ballet, por ejemplo, el bailarín se ejercita para rotar o girar hacia afuera las piernas a la altura de las caderas, haciendo posible el poder levantar mucho la pierna en un arabesque.

1.5 La Danza y el Arte

La danza, como arte natural y primordial por excelencia, tiene un valor universal y simbólico, porque expresa un sentimiento, un estado del alma. Colabora en la expresión de los mitos, transmisores a su vez de la obra mental del pasado, donde se sobrepone al mundo físico ese otro mundo psíquico elaborado por la

humanidad siglo tras siglo, como una interpretación poética de lo misterioso, vital y eterno, que unen al hombre y sus problemas con la naturaleza.

Actitudes, valores y normas.

- Disposición para probar los diferentes ritmos mostrando las propias habilidades en este campo.
- Constancia en el ensayo de pasos de danza y de movimientos con el objetivo de mejorar su ejecución.
- Valoración de la danza como vehículo de expresión y comunicación.
- Interés por conocer y valorar las manifestaciones culturales pertinentes en este ámbito y también las de la comunidad a la que pertenece.
- Valoración de las fiestas en que la danza y el baile sean una de las manifestaciones más usuales.
- Disposición para coordinar las propias acciones con las de los del grupo con fines expresivos y estéticos.
- La noción del tiempo.
- La relación del espacio.
- La altura sonora.
- La intensidad y sus graduaciones.
- Los procesos formales y las formas.

Para la secuenciación de contenidos cabe establecer los siguientes puntos de partida:

- Sonidos, ritmos, canciones o piezas instrumentales sobre las que se quiera desarrollar una forma de movimiento.
- Pasos de danza y elementos coreográficos para crear danzas.

1.6 Objetivos de la danza

Los objetivos de la danza se sacarían de los objetivos generales de la educación artística:

A.- Expresarse y comunicarse produciendo mensajes diversos, utilizando para ello los códigos y formas básicas de los distintos lenguajes artísticos, así como sus técnicas específicas.

B.- Conocer los medios de comunicación en los que operan la imagen y el sonido, y los contextos en que se desarrollan, siendo capaz de apreciar críticamente los elementos de interés expresivo y estético.

C.- Conocer y respetar las principales manifestaciones artísticas presentes en el entorno, así como los elementos más destacados del patrimonio cultural, desarrollando criterios propios de valoración.

D.- Otra función principal es la de habituarse a la actuación en público, a perder esa vergüenza típica en los niños, incluso sirve la danza para relajarse de la ajetreada vida diaria, que hoy día en los niños (y en los no tan niños) está causando muchos estragos.

En este sentido, la Danza se puede presentar como un elemento que dinamiza la vida del hombre y la mujer de múltiples formas; entre ellas:

- Validar y reflejar la organización social.
- Sirve como vehículo para la expresión secular o religiosa.
- Como diversión social o actividad de Recreación.
- Como declaración de valores estéticos y éticos.
- Para lograr propósitos educacionales.
- Para poder conocer una cultura en particular. (Gardner1991,83)
-

Estos elementos característicos de la danza, la sitúan como una de las artes más ricas en cuanto a expresión y dinamización cultural, pues mediante su conocimiento se puede inferir la dinámica de las diferentes culturas y regiones, y mediante su práctica es posible redimensionar la expresividad cultural de todo un pueblo. Por tanto, "la danza es la manifestación de una expresión espontánea individual desde sus orígenes, y antes de ser una forma de arte, fue una expresión espontánea de la vida colectiva." Le Boulch (1997,129.)

1.7 Beneficios de la danza: La Danza es "una práctica de tipo holístico que puede ser definida como actividad sensomotriz de carácter rítmico, que implica factores Físicos, psíquicos y sociales" (Merom et al, 2013, P.30).

Numerosos estudios han comprobado que la práctica de actividad física de forma regular es una herramienta de mejora de la salud psicológica y física (Blair et al., 1989; Tremblay et al., 2007).

Además, un estilo de vida que incluya actividad física continuada está asociado a numerosos beneficios saludables (...) incluyendo la depresión, ansiedad, trastornos del estado de ánimo, y deterioro cognitivo (Pate RR, O'Neill JR, & Lobelo F, 2008; Penedo & Dahn, 2005).

Por ello, la Danza como actividad física podría estar asociada a los beneficios para la salud antes mencionados. Sin embargo, la danza está enfocada no únicamente a la mera ejecución física, sino que busca también que los participantes escuchen su cuerpo, se muevan utilizando sus sensaciones, sus vivencias, sus impulsos internos, sus recuerdos (Adler, 2002). Se pretende así estimular sensorialmente al individuo, a que este contacte con la parte consciente e inconsciente de su personalidad (A.D.T., 2013).

... Los movimientos rítmicos de la danza, así como el canto o la música pueden ser utilizados como herramientas terapéuticas en salud mental (Berrol, Ooi, & Katz, 1997).

El mecanismo que podría explicar los posibles beneficios de la Danza sobre la salud mental está relacionado con la concentración de serotonina y dopamina (Jeong et al., 2005). Encontraron que después de 12 semanas de sesiones de Danza con chicas adolescentes, los niveles de serotonina aumentaron y decrecieron los de dopamina, produciendo mejoras en los síntomas depresivos. Además, la Asociación Americana de Neurología recomienda la Danza como tratamiento no farmacológico de enfermedades mentales como la demencia (Doody et al., 2001).

1.8 La DMT o Danza Movimiento Terapia, En los Estado Unidos, el término fue "*Danza Terapia*", Pero desde hace ya varios años se incluyó la palabra

“movimiento” para dar a entender que la danza es una sucesión de movimientos, y que en ocasiones son estos pequeños movimientos los que caracterizan el medio de comunicación que se desarrollará en las sesiones de DMT y no tanto una amplia coreografía como muchos imaginan.

La utilización del movimiento del cuerpo, ayuda a comunicar sentimientos con los demás así como con la naturaleza.

Efectivamente, la DMT nace de la necesidad de recuperar el proceso creativo no verbal como canal de comunicación y expresión dentro del crecimiento de la persona. Pertenece al grupo de las Artes Creativas en Psicoterapia (Creative Arts in Psychotherapy) como la “Arte terapia” (Art therapy) y la “Música terapia” (Music therapy). La DMT evoluciona especialmente de la unión entre dos campos: **la danza y la psicología**; Que, basándose principalmente en la conexión entre movimiento, emoción, trabajando con el cuerpo y su propio lenguaje, busca la integración psicofísica del individuo (Payne, 1992).

1.9 La danza y Psicología

Además de proporcionar placer físico, la danza tiene efectos psicológicos, ya que a través de ella los sentimientos y las ideas se pueden expresar y comunicar. El compartir el ritmo y los movimientos puede conseguir que un grupo se sienta unido. En algunas sociedades, la danza puede llevar a estados de trance u otro tipo de alteración de la conciencia. Estos estados pueden ser interpretados como muestras de posesiones de espíritus, o buscados como un medio para liberar emociones.

Se ha desarrollado un nuevo tipo de terapia utilizando la danza para ayudar a las personas a expresarse y a relacionarse con los demás.

1.10 Danza Y Neurociencia

Usualmente, cuando escuchamos un ritmo, movemos el cuerpo de manera acompañada, casi inconscientes de esa acción. Nuestra naturaleza atávica nos atrae a la danza, una de las formas fundamentales de la expresión humana. Esto ha generado un creciente interés para la investigación científica dadas sus

múltiples implicancias: kinestésicas, musicales, fisiológicas, sociales y cognitivas. El arte recibe a la ciencia para abrirse a descubrir su naturaleza evolutiva.

Es creciente el interés de los neurocientíficos de explorar por qué las personas danzan. Las primeras conclusiones indican que la música y la danza son una especie de tela entretejida entre los humanos.

La sintonía emocional y social que acompañan la coordinación física, incluyendo los sentimientos, la empatía, la cooperación y la identidad social hacen que un grupo esté más unificado y conectado.

Como respaldo a esta idea, numerosos estudios científicos han evidenciado que la danza activa regiones cerebrales que sugieren un origen en la necesidad de comunicarse o de expresarse, tal como el lenguaje. Y es que la danza es la quintaesencia del lenguaje de gestos.

La práctica de la danza nos brinda múltiples oportunidades y beneficios. En este arte, la neurociencia tiene el potencial de unificar diversos dominios, incluyendo el control motor, el control del ritmo, el contacto corporal, el aprendizaje por imitación, la producción de gestos, la expresión emocional y el juego de roles teatral, entre muchos otros.

El neurocientífico Lawrence Parsons expresa que cantar, bailar o tocar instrumentos activa el sistema límbico y baña nuestro cerebro de **endorfinas**. Podemos incluir las ventajas de la incrementada neuroplasticidad cerebral que las **neurotrofinas** producidas durante el baile ocasionan, con su mejora sobre los procesos cognitivos. La exposición a la danza y la música tiene ventajas intelectuales que perduran en el tiempo y son útiles aun para otras actividades. Un estudio revela que la danza es capaz de mostrar diferencias en la memoria operativa que es la capacidad de recordar algunas cosas que nos son útiles para decidir algo a corto plazo.

La maestría que adquirimos en el arte de **la danza nos permite incrementar la autoestima**, una cualidad extrapolable a cualquier otra actividad y a la manera de relacionarnos con otros, con nuestros desafíos y con la vida en general. Otra ventaja emergente del aprendizaje de la danza, es la autogestión emocional. Los bailarines no pueden ser demasiado emocionales porque si están distraídos

emocionalmente, no podrán lograr un buen desempeño. Un actor y un bailarín muestran emociones que quieren transmitir, pero no están realmente emocionados, aprenden a regularlo. Sin dudas, muchos aspectos positivos.

1.11 Algunos Beneficios De La Danzaterapia

Según Valdez (2016) refiere que:

a.- Libera el estrés.

La danzaterapia ofrece un espacio perfecto para liberar el estrés. Te permite mover tu cuerpo de una manera libre, soltar el peso psíquico que causan las emociones tóxicas, y participar en una actividad comunitaria.

b.-Reduce la tensión muscular y alivia los dolores crónicos

La danzaterapia trabaja a favor tu cuerpo, no en contra de tu cuerpo. Ayuda a soltar la tensión que se acumula en el cuerpo a causa de emociones tóxicas y traumas mediante los movimientos que sean naturales al cliente.

c.- Ayuda a desarrollar respeto y estima hacia el cuerpo.

La danzaterapia no exige ningún tipo de cuerpo en específico ni ningún nivel de destreza física. Se basa en la aceptación del cuerpo tal como es. No impone moldes ni estándares corporales. En vez, ayuda a explorar la experiencia directa del cuerpo desde adentro, respetando la expresión individual de cada persona. Este ambiente de respeto hacia el cuerpo como la casa de tu alma nutre y fortalece la autoestima corporal.

d.- Despierta un sentido profundo de bienestar.

Uno de los principales beneficios de la danzaterapia para tu salud es el sentido profundo de bienestar que despierta inmediatamente. La danzaterapia toma en cuenta al ser humano en su totalidad: cuerpo, mente, emociones, espíritu y alma. Las personas que reciben danzaterapia de danzaterapia se pueden sentir más conectados y armonizados a su yo y a su mundo.

e.- Es un ejercicio físico que beneficia la salud en general. Al igual que el ejercicio, la danzaterapia ayuda a liberar endorfinas, aumentando de esta manera un sentido profundo de bienestar. Es un tipo de actividad física que incluye al cuerpo en su totalidad. Esta manera de ejercitar al cuerpo ayuda a balancear los ritmos biológicos del cuerpo, tales como la respiración, la circulación sanguínea y el sistema linfático.

f.- Mejora la coordinación, el balance y movilidad.

Los movimientos espontáneos junto a los procesos psicoterapéuticos que se practican en la danzaterapia mejoran el funcionamiento físico. De acuerdo a varios estudios, la danzaterapia puede ayudar a la población de la tercera edad a mantener o mejorar su habilidad de caminar, moverse y evitar caídas

g.- Fortalece la autoestima.

La danzaterapia puede ayudar a sanar las emociones tóxicas y los traumas que hieren la autoestima. Puede ayudar a desarrollar un sentido positivo del yo. También facilita la expresión creativa. Todas estas cualidades de la danzaterapia ayudan a que el cliente fortalezca su autoestima y confianza en sí mismo.

h.- Ayuda a entablar lazos sociales.

Las sesiones de danzaterapia casi siempre se realizan en grupo. Estos procesos colectivos mejoran la capacidad de cada participante a entablar y desarrollar relaciones.

i.- Ayuda a expresar emociones y sentimientos.

La danzaterapia es un método psicoterapéutico que facilita la expresión de emociones y sentimientos mediante el movimiento y la danza. Estas técnicas corporales ayudan a que el cliente sienta, exprese y entienda las emociones que se esconden el subconsciente.

j.- Apoya a las personas que se están recuperando de cáncer.

La danzaterapia podría beneficiar a las personas que se están recuperando de cáncer de numerosas maneras. De acuerdo a un estudio realizado en el 2005, la

danzaterapia puede ayudar a las mujeres que se están recuperando de cáncer de mama a mejorar su autoestima corporal, calidad de vida

II AUTOESTIMA

2.1 DEFINICION DE AUTOESTIMA

La autoestima es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser, de comportarnos, hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. En resumen, es la percepción evaluativa de nosotros mismos. (Bonet 1997)

La importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser, a nuestra manera de ser y al sentido de nuestra valía personal. Por lo tanto, puede afectar a nuestra manera de estar y actuar en el mundo y de relacionarnos con los demás. Nada en nuestra manera de pensar, de sentir, de decidir y de actuar escapa a la influencia de la autoestima. (Bonet 1997)

Abraham Maslow, en su jerarquía de las necesidades humanas, describe la *necesidad de aprecio*, que se divide en dos aspectos, el aprecio que se tiene uno mismo (amor propio, confianza, pericia, suficiencia, etc.), y el respeto y estimación que se recibe de otras personas (reconocimiento, aceptación, etc.). La expresión de aprecio más sana según Maslow es la que se manifiesta «en el respeto que le merecemos a otros, más que el renombre, la celebridad y la adulación».

Carl Rogers, máximo exponente de la psicología humanista, expuso que la raíz de los problemas de muchas personas es que se desprecian y se consideran seres sin valor e indignos de ser amados; de ahí la importancia que le concedía a la aceptación incondicional del cliente. (Bonet 1997).

En efecto, el concepto de autoestima se aborda desde entonces en la escuela humanista como un derecho inalienable de toda persona, sintetizado en el siguiente «axioma»:

“Todo ser humano, sin excepción, por el mero hecho de serlo, es digno del respeto incondicional de los demás y de sí mismo; merece estimarse a sí mismo y que se le estime” . (Bonet 1997)

Todos tenemos una imagen mental de quiénes somos, qué aspecto tenemos, en qué somos buenos y cuáles son nuestros puntos débiles. Nos formamos esa imagen a lo largo del tiempo, empezando en nuestra más tierna infancia. El término autoimagen se utiliza para referirse a la imagen mental que una persona tiene de sí misma. Gran parte de nuestra autoimagen se basa en nuestras interacciones con otras personas y nuestras experiencias vitales. Esta imagen mental (nuestra autoimagen) contribuye a nuestra autoestima.

En virtud de este razonamiento, incluso los seres humanos más viles merecen un trato humano y considerado. Esta actitud, no obstante, no busca entrar en conflicto con los mecanismos que la sociedad tenga a su disposición para evitar que unos individuos causen daño a otros—sea del tipo que sea—. (Bonet 1997)

2.2.- NIVELES DE LA AUTOESTIMA

La autoestima es un concepto *gradual*. En virtud de ello, las personas pueden presentar en esencia uno de tres estados:

A.- Autoestima alta equivale a sentirse confiadamente apto para la vida, o, usando los términos de la definición inicial, sentirse capaz y valioso; o sentirse aceptado como persona. (Branden 1987).

B.- Baja autoestima es cuando la persona no se siente en disposición para la vida; sentirse equivocado como persona. (Branden 1987).

C.- Término medio de autoestima es oscilar entre los dos estados anteriores, es decir, sentirse apto e inútil, acertado y equivocado como persona, y manifestar estas incongruencias en la conducta —actuar, unas veces, con sensatez, otras, con irreflexión—, reforzando, así, la inseguridad. (Branden 1987).

En la práctica, y según la experiencia de Nathaniel Branden, todas las personas son capaces de desarrollar la autoestima positiva, al tiempo que nadie presenta una autoestima totalmente sin desarrollar. Cuanto más flexible es la persona, tanto mejor resiste todo aquello que, de otra forma, la haría caer en la derrota o la desesperación. (Branden 1987).

2.3 Escalera de la autoestima

A.- Auto reconocimiento: Es reconocerse a sí mismo, reconocer las necesidades, habilidades, potencialidades y debilidades, cualidades corporales o psicológicas, observar sus acciones, como actúa, por qué actúa y qué siente.

B.- Auto aceptación: Es la capacidad que tiene el ser humano de aceptarse como realmente es, en lo físico, psicológico y social; aceptar cómo es su conducta consigo mismo y con los otros. Es admitir y reconocer todas las partes de sí mismo como un hecho, como forma de ser y sentir.

Por auto aceptación se entiende:

1. El reconocimiento responsable, ecuánime y sereno de aquellos rasgos físicos y psíquicos que nos limitan y empobrecen, así como de aquellas conductas inapropiadas y/o erróneas de las que somos autores. (Bonet 1997).
2. La consciencia de nuestra dignidad innata como personas que, por muchos errores o maldades que perpetraremos, nunca dejaremos de ser nada más y nada menos que seres humanos falibles. (Bonet 1997)

C.- Auto eficacia y auto dignidad; son los pilares duales de la autoestima. La falta de alguno de ellos afecta enormemente; representan la esencia de la autoestima.

a.- Auto eficacia: confiar en el funcionamiento de mi mente, capacidad de pensar, en los procesos por los cuales juzgo, elijo, decido; confianza en la

capacidad de comprender los hechos de la realidad que entran en la esfera de mis intereses y necesidades; confianza concedora en uno mismo.

b.- Auto dignidad: seguridad de mi valor; una actitud afirmativa hacía mi derecho de vivir y felicidad.

2.4 Los tres Estados de la Autoestima

Martín Ross (2013), distingue tres estados de la Autoestima en comparación con las hazañas (triumfos, honores, virtudes) y las anti-hazañas (derrotas, vergüenzas, etc.) de la persona.

A.- Autoestima Derrumbada

Cuando la persona no se considera apreciable. Puede estar tapada por una derrota o vergüenza o situación que la vive como tal y se da el nombre de su anti-hazaña.

Por ejemplo si considera que pasar de cierta edad es una anti-hazaña, se auto define con el nombre de su anti-hazaña y dice "soy un viejo".

Se tiene lástima. Se auto-insulta. Se lamenta. Puede quedar paralizado con su tristeza.

B.- Autoestima Vulnerable

El individuo se quiere a sí mismo y tiene una buena imagen de sí. Pero su Autoestima es demasiado frágil a la posible llegada de anti-hazañas (derrotas, vergüenzas, motivos de desprestigio) y por eso siempre está nervioso y utiliza mecanismos de defensa. Un típico mecanismo de protección de quienes tienen Autoestima Vulnerable consiste en evitar tomar decisiones: en el fondo se tiene demasiado miedo a tomar la decisión equivocada (anti-hazaña) ya que esto podría poner en peligro su Autoestima Vulnerable.

C.- Autoestima Fuerte

Tiene una buena imagen de sí y fortaleza para que las anti-hazañas no la derriben. Menor miedo al fracaso. Son las personas que se ven Humildes, alegres, y esto demuestra cierta fortaleza para no presumir de las hazañas y no

tenerle tanto miedo a las anti-hazañas. Puede animarse a luchar con todas sus fuerzas para alcanzar sus proyectos porque, si le sale mal, eso no compromete su Autoestima. Puede reconocer un error propio justamente porque su imagen de sí es fuerte y este reconocimiento no la compromete. Viven con menos miedo a la pérdida de prestigio social y con más felicidad y bienestar general.

Sin embargo, ninguna Autoestima es indestructible, y por situaciones de la vida o circunstancias, se puede caer de aquí y desembocar a cualquier otro de los estados de la Autoestima.

2.5 Indicadores de autoestima:

Indicios positivos de autoestima

La persona que se autoestima suficientemente:

1. Cree con firmeza en ciertos valores y principios, y está dispuesta a defenderlos incluso aunque encuentre oposición. Además, se siente lo suficientemente segura de sí misma como para modificarlos si la experiencia le demuestra que estaba equivocada.
2. Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio criterio, y sin sentirse culpable cuando a otros no les parezca bien su proceder.
3. No pierde el tiempo preocupándose en exceso por lo que le haya ocurrido en el pasado ni por lo que le pueda ocurrir en el futuro. Aprende del pasado y proyecta para el futuro, pero vive con intensidad el presente.
4. Confía plenamente en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar fácilmente por fracasos y dificultades. Y, cuando realmente lo necesita, está dispuesta a pedir la ayuda de otros.
5. Como persona, se considera y siente igual que cualquier otro; ni inferior, ni superior; sencillamente, igual en dignidad; y reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.

6. Da por sentado que es interesante y valiosa para otras personas, al menos para aquellos con los que mantiene amistad.
7. No se deja manipular, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
8. Reconoce y acepta en sí misma diferentes sentimientos y pulsiones, tanto positivas como negativas, y está dispuesta a revelárselos a otra persona, si le parece que vale la pena y así lo desea.
9. Es capaz de disfrutar con una gran variedad de actividades.
10. Es sensible a los sentimientos y necesidades de los demás; respeta las normas sensatas de convivencia generalmente aceptadas, y entiende que no tiene derecho —ni lo desea— a medrar o divertirse a costa de otros.

b.- Indicios negativos de autoestima

La persona con autoestima deficiente suele manifestar algunos de los siguientes síntomas:

Autocrítica rigorista, tendente a crear un estado habitual de insatisfacción consigo misma.

- Hipersensibilidad a la crítica, que la hace sentirse fácilmente atacada y a experimentar resentimientos pertinaces contra sus críticos.
- Indecisión crónica, no tanto por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- Deseo excesivo de complacer: no se atreve a decir «no», por temor a desagradar y perder la benevolencia del peticionario.
- Perfeccionismo, o auto exigencia de hacer «perfectamente», sin un solo fallo, casi todo cuanto intenta; lo cual puede llevarla a sentirse muy mal cuando las cosas no salen con la perfección exigida.

- Culpabilidad neurótica: se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y/o los lamenta indefinidamente, sin llegar a perdonarse por completo
- Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aun por cosas de poca importancia; propia del supercrítico a quien todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.
- Tendencias defensivas, un negativo generalizado (todo lo ve negro: su vida, su futuro y, sobre todo, su sí mismo) y una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma.

MARCO CONCEPTUAL

1.- Danza:

Según, Marray (1974) define a la danza como: “Un movimiento puesto en forma rítmica y espacial, una sucesión de movimientos que comienza, se desarrolla y finaliza”.

A sí mismo Robinson (1992) refiere: “La danza es la reacción del cuerpo humano de una impresión o idea captadas por el espíritu, porque cualquier movimiento suele ir acompañado de un gesto”.

Según Willem (1985) refiere: “La danza es un arte que utiliza el cuerpo en movimiento como lenguaje expresivo”.

2.- Danza terapia:

Según la Asociación de Danza Movimiento Terapia Española (2001) refiere que la Danzaterapia es: “El uso psicoterapéutico del movimiento como proceso que tiene como meta integrar al individuo de manera física y emocional”

A su vez Braier (2010) refiere: “La Danzaterapia privilegia la expresión, la expansión de la persona. La música y el movimiento posibilitan un juego creativo, que ayuda a descubrir nuevas formas de expresión, a liberar tensiones, a reencontrar la energía perdida”

Fux, citado por Rodríguez y Méndez (2015) refiere: “A través del movimiento se generan cambios que no son sólo físicos, sino que involucran activamente a nuestro cuerpo interno, muchas veces aislado, ignorado, con miedos o problemas tanto sensoriales como psíquicos”.

3.- Autoestima:

Según Branden (1999) define autoestima como: “La experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades ésta, también la define como la confianza en la capacidad de pensar y de enfrentar los retos que la vida te presenta”.

Según Buznego (2011) infiere: “Estimarse a sí mismo, valorarse, apreciarse y aceptarse, lo cual da lugar, sin duda ninguna, a un mayor bienestar personal y social”.

Según la RAE - Real Academia Española (2016) define la autoestima como: “La valoración generalmente positiva de sí mismo”.

Según Maslow, citado por Valencia (2007) la autoestima se refiere: “A la necesidad de respeto y confianza en sí mismo”.

Según García (1997) infiere que: “La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad.”

4.- Programa de danzas folklóricas:

Conjunto de talleres de danzas, teóricas y prácticas, que tiene como objetivo mejorar el nivel de autoestima de los estudiantes fomentando una mayor autonomía personal e incrementando su autoestima.

5.- Nivel de autoestima:

Son los grados en donde se va a medir nuestra autoestima tomando en cuenta la valoración personal en la conducta y estilo de vida.

CAPITULO III

MARCO METODOLOGÍCO DE LA INVESTIGACIÓN

CAPITULO III

MARCO METODOLOGÍCO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Hipótesis de la investigación

a.- Hipótesis de trabajo:

La aplicación de un programa de danzas folclóricas mejora significativamente el nivel de autoestima en los alumnos del primer grado de educación secundaria de la I.E 88298 "Luis Alberto Sánchez", Nuevo Chimbote _ 2014

b.- Hipótesis estadística:

Hipótesis nula (Ho)

La aplicación de un programa de danzas folclóricas no mejora significativamente el nivel de autoestima en los alumnos del primer grado de educación secundaria de la I.E 88298 "Luis Alberto Sánchez", Nuevo Chimbote _ 2014

c.- Hipótesis alternativa (Ha)

La aplicación de un programa de danzas folclóricas si mejora significativamente el nivel de autoestima en los alumnos del primer grado de educación secundaria de la I.E 88298 "Luis Alberto Sánchez", Nuevo Chimbote _ 2014

3.2 Variables de la investigación:

a.- **Variable Dependiente:** La Autoestima de los alumnos del primer grado de educación secundaria de la I.E 88298 "Luis Alberto Sánchez", Nuevo Chimbote.

- **Definición conceptual:** la autoestima es la evaluación que el individuo hace y habitualmente mantiene con respecto a sí mismo.
- **Niveles De La Autoestima**
 - ✓ Autoestima alta

- ✓ Baja autoestima .
- ✓ Término medio de autoestima
- **Dimensiones:**
 - ✓ Sí mismo o general
 - ✓ Social – pares
 - ✓ Hogar – padres
 - ✓ Escuela
- **Indicadores: Indicios Positivos De Autoestima**
 - 1 Cree con firmeza en ciertos valores y principios, y está dispuesta a defenderlos incluso aunque encuentre oposición. Además, se siente lo suficientemente segura de sí misma como para modificarlos si la experiencia le demuestra que estaba equivocada.
 - 2 Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio criterio, y sin sentirse culpable cuando a otros no les parezca bien su proceder.
 - 3 No pierde el tiempo preocupándose en exceso por lo que le haya ocurrido en el pasado ni por lo que le pueda ocurrir en el futuro.
 - 4 Aprende del pasado y proyecta para el futuro, pero vive con intensidad el presente.
 - 5 Confía plenamente en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar fácilmente por fracasos y dificultades. Y, cuando realmente lo necesita, está dispuesta a pedir la ayuda de otros.
 - 6 Como persona, se considera y siente igual que cualquier otro; ni inferior, ni superior; sencillamente, igual en dignidad; y reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.

b.- .Variable Independiente: programa de Danzas Folclóricas.

- **Definición conceptual:** Es el conjunto de actividades de carácter lúdico participativo de carácter teórico práctico que se llevara a cabo en la Institución Educativa que tiene por objeto sensibilizar y capacitar a

los estudiantes, que participan de él, en la toma de conciencia de su proceso de crecimiento y de su rol como personas, para transformarlos en seres individuales y sociales con sólida formación en el amor de sus propias virtudes más trascendentes: éticas, morales, sociales y espirituales.

➤ **Definición operacional:** el programa de taller de danzas se vincula con el logro de mejorar el nivel de autoestima en los estudiantes participantes en el.

➤ **INDICADORES:**

- 1 Explora las posibilidades de movimientos de su cuerpo
- 2 Flexibiliza sus movimientos adaptándolo a la velocidad del ritmo musical
- 3 Valora los géneros musicales como posibilidades ejecutarse como danza y baile
- 4 Ejecuta con destreza diversos pasos de danza y baile
- 5 Valora su estilo personal
- 6 Participa con entusiasmo en los ensayos y practicas grupales
- 7 Ejecuta un apuesta en escena de una danza folklórica peruana.
- 8 Valora su esfuerzo como un medio de mejorar su autoestima.

PROGRAMA DE DANZAS FOLKLORICAS PARA ELEVAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA EN LOS ALUMNOS DEL 1er AÑO DE SECUNDARIA

I DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1 INSTITUCION EDUCATIVA : 89298 "Luis Alberto Sanchez"
1.2 NIVELES : secundaria
1.3 GRADOS : 1ro,"C"
1.4 PROFESOR RESPONSABLE : Bach. Pablo Aranda Soplas
1.5 AÑO LECTIVO : 2014

II PRESENTACIÓN:

El presente documento se ha elaborado para fundamentar la importancia del funcionamiento del programa de danza en la Institución Educativa respondiendo a la necesidad de ayudar a los estudiantes a elevar su nivel de autoestima para el cumplimiento de las competencias y capacidades en todas las áreas de su vida escolar y la sociedad.

III FINALIDAD Y BENEFICIO:

- Elevar la autoestima en los estudiantes participantes en este programa.
- Fomentar la integración fraterna entre los participantes con su entorno social y familiar.
- Descubrir y potenciar los talentos artísticos en la danza folklórica.

IV OBJETIVOS:

4.1 GENERALES:

- Elevar el nivel de autoestima de los jóvenes participantes en este programa de danza terapia.

4.2 ESPECIFICOS:

- Determinar a los participantes a este programa.
- Determinar el nivel de autoestima antes de iniciarse el programa.
- Preparación anímica, física y artística en el campo de la danza a todos los jóvenes participantes de este programa.

- Determinar el nivel de autoestima al finalizar el programa.

V JUSTIFICACIÓN:

5.1 PROPOSITOS DEL AREA DE ARTE (DCN 2 009):

EXPRESION ARTISTICA	APRECIACION ARTISTICA
Brinda a los estudiantes la posibilidad de expresar su mundo interior, sus ideas, emociones y sentimientos, la manera como percibe el mundo que le rodea, con imaginación y creatividad mediante diversas formas de comunicación artística como son la danza, el teatro, la música y las artes visuales.	Fortalece en el estudiante la valoración por el arte peruano y universal en sus diversas formas de comunicación: la danza, el teatro, la música y las artes Visuales.

5.2 CALENDARIO CIVICO ESCOLAR Y DE LA COMUNIDAD:

En todo el año lectivo hay celebraciones cívicas tanto dentro de la I.E así como en la comunidad, en donde se requiere la participación de números artísticos del taller de danzas; a saber:

FECHAS CIVICAS	MESES	ACTIVIDADES	CELEBRACION
Día de la madre	Mayo	Actuación artística	Interna
Día del padre	Junio	Actuación artística	Interna
Día del maestro	Julio	Actuaciones	Interna
Fiestas patrias	Julio	Desfiles y pasacalles	Comunidad
Aniversario de la I:E	Octubre	Actuaciones y concurso de danzas	Interna
Día de la canción criolla	Octubre	Actuaciones	Interna

El Programa de Danza será un medio de investigación en la mejora de la autoestima de los participantes.

VI. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES		marzo				abril			
		1 S	2 S	3 S	4 S	1 S	2 S	3 S	4S
1	Aplicación de pre test	x							
2	Ejecución del programa de danza terapia: Teoría		x	x	x				
3	Ejecución del programa de danza terapia : Práctica					x	x	x	
4	Aplicación de post test								x

VIII RECURSOS:

▶ HUMANOS

- Docente del curso – taller
- Alumnos de la I.E

▶ MATERIALES:

- Local espacioso, ventilado y sombreado
- Extensiones de corriente eléctrica
- equipo de sonido
- reproductor mp3. mp4. dvd

▶ FINANCIEROS: Todos los costos incurridos serán financiados por el investigador.

VIII PROGRAMACIÓN DE CONTENIDOS

Sesión No.	MOMENTO	TEMARIO
1	Teoría	Motivación:, beneficios de la danza en su autoestima la danza y el baile: definición
	Practica	Juegos y dinámicas de iniciación danzaria. Posibilidades de movimiento, Ejercicios de soltura partes complicadas: hombros, caderas

2	Teoría	El ritmo musical
	Practica	Ejercicios de coordinación rítmica individual y grupal
3	Teoría	El folklore: definición y campos de estudio. La danza folklórica, definición
	Practica	Ejecución de pasos básicos de danza folklórica: huayno, marinera, festejo, vals, saya, otros.
4	Teoría	La coordinación motora: problemas frecuentes, causas
	Practica	Juegos de coordinación motora individual y grupal
5	Teoría	La coreografía: definición: el mensaje en la danza
	Practica	Cultura danzaría: festejo, huayno, marinera, polka Ejecución de coreografías creativas bailes, Juego de roles y danza: marinera limeña
6	Teoría	Sincronización: el ritmo y compás de la música
	Practica	Coordinación grupal de la marinera limeña
7	Teoría	Elementos y accesorios en la ejecución de la danza
	Practica	Manejo de elementos y accesorios en la ejecución de la danza
8		Pasos básicos y Coreografía de la danza zona selva
9		La expresión corporal y la actuación: juego de roles
10		La puesta en escena:

Bach. Pablo Aranda Soplas

Vo. Bo.

c.- Variable interviniente:

Realidad socio afectiva, edad, sexo, grado de interés en participar en los talleres

3.3 Método de la investigación: Se utilizarán los siguientes métodos:

➤ **Inducción - Deducción:** con este método se recogerá datos, hechos, que se dan en la práctica.

a.- Método inductivo: se iniciará de los datos particulares, que serán recogidos mediante los instrumentos de investigación aplicados a nuestra muestra elegida; nos permitirá también corroborar con teorías con relación a nuestro trabajo de estudio.

b.- Método Deductivo: Se inicia del problema de investigación que fue planteado en el enunciado interrogativo sobre: ¿la aplicación de un programa de talleres de danzas mejorará el nivel de autoestima en los alumnos y alumnas del primer año de secundaria de la I.E 88298 "Luis Alberto Sánchez"? en respuesta a este se formuló la hipótesis de investigación, estructurado mediante dos variables.

c.- Analítico-Sintético: Recogido los datos de los efectos del programa recurrimos a la tecnología para estudiar y dar el fundamento teórico a través del análisis y de la síntesis, Se realizará el proceso analítico de la investigación, comparando ambas variables y así demostrar la validez de la hipótesis.

3.4 Diseño de la investigación

El diseño que se utilizara en esta investigación es el de un solo grupo con Pretest y Posttest, ubicado dentro del diseño pre experimental, cuasi experimental, según la clasificación de Hernández (2007), siguiendo las proposiciones hechas originalmente por Campbell & Stánley. Su paradigma esquemático es:

Ge O1 x O2

- Dónde:

Ge : grupo experimental

O1 : nivel inicial de autoestima del grupo experimental

X : aplicacion de un programa de danzas folkloricas.

O2 : nivel de autoestima del grupo Ge después de participar
 en los talleres

3.5 Población y Muestra:

a.- Población: está constituido por todos los alumnos de las 3 secciones de primer año de secundaria de la I.E en un total de 79 estudiantes entre varones y mujeres.

DISTRIBUCIÓN DE LA POBLACIÓN

SECCIONES	SEXO		TOTAL
	MASCULINO	FEMEMNINO	
A	20	12	32
B	12	9	21
C	10	16	26
TOTAL	42	37	79

FUENTE: Nominas de matrícula de la IE

b.- MUESTRA: está constituido por los estudiantes que participaran en los talleres de danza y serán asignados utilizando el muestreo no aleatorio o de juicio.

El muestreo de juicio o criterio es aquel en el que el investigador utiliza su criterio para seleccionar a los miembros de la población que puedan generar muestras representativas.

FUNDAMENTACION: Se optó por este tipo de muestreo debido a la experiencia en la práctica de las danzas

- se requiere de un grupo para formar las coreografías,

- siendo yo el Profesor del área de arte tengo a mi cargo las 3 secciones de primer año de secundaria y cada uno con horarios distintos (turno mañana y tarde).
- Seleccionar una muestra conformada por alumnos de diferentes secciones, supone hacer las sesiones de clase en horarios alternativos donde se corre el riesgo que los alumnos participantes abandonen los ensayos en cualquier momento y aparte de ello la movilización de alumnos siendo ellos dependientes de sus padres.
- Por ello se opto por elegir una sección a mi cargo para hacer las sesiones en un horario adecuado y con la tranquilidad que el proyecto y los alumnos necesitan para su ejecución:
- Siendo la población de 79 alumnos, se optó por determinar que sección tiene un tercio de la población: entonces, en una operación simple:

Tamaño de la población= 79

Muestra: 1/3 (33.33 %)

Entonces: 79 ----- 100 %

M ----- 33.333 %

$$M = \frac{79 \times 33.333}{100} = \text{MUESTRA } 26$$

La sección que tiene un aproximado de 26 alumnos es la sección del 1er Grado "C". La muestra es de 26 alumnos, considerando 17 mujeres y 9 varones la representación de la muestra garantiza el muestreo utilizado.

3.6 ACTIVIDADES DEL PROCESO INVESTIGATIVO:

- Se realiza una revisión bibliográfica respecto a las variables.
- Se aplicara pre test a todos los alumnos
- Procesar toda información a través del análisis de datos.
- Elaboraremos un informe respectivo.
- Sustentar en un informe el resultado de la investigación.

3.7 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

- ✓ **Observación:** Esta técnica nos permite evaluar la autoestima de los alumnos, según indicadores elaborados, tanto antes de aplicar el taller como después de aplicado el taller creciendo.
- ✓ **Análisis Documental:** Nos permite registrar información contenida en documentos pertinentes a la investigación y a los cuadros estadísticos correspondientes.

Para hacer efectivo estas técnicas ,se utilizaran los siguientes instrumentos en la investigación:

- **La Encuesta:** Permitira conocer el grado de conocimiento sobre los temas que se van a tratar en el programa de danzas: que tipo, genero de danzas e s de su preferencia, si les gusta participar en ellos, entre otros datos. Y poder adecuar los contenidos del taller de danzas.
- **El Test De Inventario De Autoestima Stanley Coopersmith:** Permitira conocer el nivel de autoestima de los estudiantes que participaran en los talleres, asi mismo este test se aplicara al iniciar la invetigacion y al final de haber aplicado el programa de danzas, y asi comparar los datos y dar respuesta a la tesis.
- **Guia de observación:** servirá para la observar el desempeño de los alumnos durante el taller.
- **Ficha De Autoevalucaìon** servirá para que los mismos alumnos puedan dar su opinión si el taller tuvo algún beneficio para ellos.

3.8 Procedimiento de la recolección de datos

- Luego de determinarse el tamaño de la muestra se selecciona aleatoriamente los alumnos que tomaran parte del estudio, previa coordinación con la dirección del plantel y el permiso para desarrollar los

fines de semana como estuvo programada. A cada uno de los alumnos seleccionados, se les explicó los objetivos talles y se les invito a participaren el taller (programa de danzas folkloricas).

- El tiempo promedio utilizado en explicar los contenidos y la aplicación del pretest (inventario de autoestima) fue de aproximadamente 20 minutos.

TEST: PRETEST - POST TEST

INVENTARIO DE AUTOESTIMA FORMA ESCOLAR DE STANLEY COOPERSMITH VALIDAD EN PERÚ POR PANIZO (1985)

FICHA TÉCNICA

Nombre : **Inventario de Autoestima Forma Escolar.**

Autor : Stanley Coopersmith

Año y País : 1976 Estados Unidos

Mide : Actitudes valorativas

Áreas o dimensiones :

Sí mismo o general

Social – pares

Hogar – padres

Escuela

Aplicación : 8 a 15 años

Duración : No hay tiempo límite, puede ser aproximadamente 20 minutos.

Administración: Individual o colectiva

Adaptación : Bach. Pablo Aranda Soplas

Descripción : Es una prueba de composición verbal; impresa, está constituida por 58 ítems con respuestas dicotómicas (verdadero o falso) que expone información acerca de cuatro áreas y una escala de mentiras que detallamos a continuación:

DIMENSIONES		ÍTEMS	TOTAL ITEMS
1	SÍ MISMO GENERAL	1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 24, 25, 27, 31, 30, 34, 37, 38, 39, 43, 47, 48, 51, 55, 56, 57	26
2	SOCIAL - PARES	: 5, 8, 14, 21, 28, 40, 49, 52.	8
3	HOGAR - PADRES	6, 9, 11, 16, 20, 22, 29, 44,	8
4	ESCUELA	2, 17, 23, 33, 37, 42, 44, 46, 54	8
5	ESCALA DE MENTIRAS	26, 32, 36, 41, 45, 50, 53, 58.	8

Calificación : El puntaje máximo es de 100 puntos Los puntajes se obtienen sumando el número de ítems respondido correctamente (de acuerdo a la clave) y multiplicado este resultado por 2 sin incluir el puntaje de mentiras.

DIMENSIONES		TOTAL ITEMS	CALCULO DE PUNTAJE	TOTAL	
1	SÍ MISMO GENERAL	26	26 X 2	52	100
2	SOCIAL - PARES	8	8 X 2	16	
3	HOGAR - PADRES	8	8 X 2	16	
4	ESCUELA	8	8 X 2	16	
5	ESCALA DE MENTIRAS	8	8		

La escala de mentiras invalida la prueba si superan 4 ítems marcados.

DIAGNOSTICO:

NIVELES GENERALES:

NIVEL DE AUTOESTIMA	PUNTOS
ALTO	70 a 100
MEDIO	42 a 69
BAJO	0 a 41

POR SUB-NIVELES GENERALES:

NIVEL	PUNTOS	SUB NIVELES	PUNTAJES
ALTO	70 a 100	Muy alto	88 a 100
		Promedio alto	79 a 87
		Moderado alto	70 a 78
MEDIO	42 a 69	Promedio alto	61 a 69
		Promedio	52 a 60
		Moderado medio	42 a 51
BAJO	0 a 41	Moderado bajo	34 a 41
		Bajo	25 a 33
		Muy bajo	0 a 24

POR DIMENSIONES

NIVEL	PUNTO S	SUB NIVELES	PUNTO S	PUNTAJES POR AREAS O DIMENSIONES			
				SI MISM O	SOCIA L	HOGA R	ESCUEL A
ALTO	70 a 100	Muy alto	88 a 100	48-52	16	16	16
		Promedio alto	79 a 87	44-46	14	14	12
		Moderad o alto	70 a 78	40-42	14	12	12
MEDI O	42 a 69	Promedio alto	61 a 69	34-38	12	10	10
		Promedio	52 a 60	30-32	10	8	8
		Moderad o medio	42 a 51	24-28	8	6	6
BAJO	0 a 41	Moderad o bajo	34 a 41	20-22	63	4	4
		Bajo	25 a 33	16-18	4	2	2

		Muy bajo	0 a 24	0-14	0-2	0	0
--	--	-------------	--------	------	-----	---	---

B VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH:

El test (pre test y post test) utilizado y aplicado a los participantes a este taller, ha sido diseñado y aplicado en una investigación anterior en una población similar en la ciudad de Trujillo, a la vez que consultado su contenido aquí en Chimbote a un Magister en Psicología y Pedagogo con Maestría en Educación, laborando el tanto en una IE publica y en las Universidades de Chimbote, manifestó en su opinión de experto su validez. Manifestando a la vez que podría ser aplicada como un primer piloto luego puede ser mejorada.

3.9 Técnicas de procesamiento y análisis de los resultados :

Los datos serán presentados mediante recursos estadísticos como los cuadros, graficos, de barras, tablas de entrada simple y de doble entrada con valores absoluto y relativos en cantidades resultantes y porcentajes respectivos asi como sus respectivos graficos de barra. (por niveles, sub niveles y dimensiones): mediante cuadros, tablas de frecuencias y sus representaciones gráfica de los resultados consolidados del inventario de la autoestima de S. Coopersmith aplicados a los alumnos del 1er año de educación secundaria de la IE que participaron del progaller de danzas año 2014

CAPITULO IV

RESULTADOS

Y

DISCUSIÓN

4.1 RESULTADOS DEL DIAGNÓSTICO

CUADRO DE RESULTADOS GENERALES N°1

PRE TEST

No. Orden	SI MISMO		PARES		HOGAR		ESCUELA		MENTIRA		PUNTAJE	
	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2
1	14	28	7	14	4	8	5	10	0	0	30	60
2	12	24	6	12	4	8	5	10	2	4	27	54
3	13	26	4	8	7	14	5	10	4	8	29	58
4	9	18	6	12	2	4	2	4	3	6	19	38
5	22	44	6	12	3	6	3	6	2	4	34	68
6	15	30	7	14	4	8	4	8	6	12	30	60
7	10	20	3	6	5	10	3	6	5	10	21	42
8	22	44	7	14	4	8	5	10	3	6	38	76
9	12	24	5	10	4	8	3	6	5	10	24	48
10	17	34	5	10	6	12	6	12	2	4	34	68
11	17	34	5	10	6	12	7	14	2	4	35	70
12	17	34	6	12	8	16	7	14	5	10	38	76
13	20	40	8	16	7	14	8	16	2	4	43	86
14	7	14	4	8	5	10	3	6	2	4	19	38
15	19	38	5	10	6	12	5	10	5	10	35	70
16	14	28	6	12	5	10	2	4	3	6	27	54
17	18	36	6	12	7	14	6	12	5	10	37	74
18	20	40	6	12	4	8	6	12	4	8	36	72
19	12	24	7	14	3	6	6	12	2	4	28	56
20	15	30	5	10	5	10	3	6	4	8	28	56
21	9	18	3	6	1	2	6	12	4	8	19	38
22	13	26	7	14	0	0	3	6	1	2	23	46
23	18	36	7	14	6	12	5	10	6	12	36	72
24	17	34	6	12	6	12	7	14	2	4	36	72
25	15	30	8	16	5	10	6	12	1	2	34	68
26	19	38	7	14	6	12	6	12	1	2	38	76

Fuente: Alumnos del primer grado de secundario de la I.E. Luis Alberto Sánchez.

INTERPRETACIÓN:

En este cuadro se presenta la información general obtenida en los 26 estudiantes que participaron en el programa de danzas a quienes se aplicó el pretest. Los datos expuestos expresan en orden de lista, sus puntajes en cada dimensión estudiada la cual sumada dan los resultados en forma general. **CUADRO No. 01**

RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL PRE TEST

PARTICIPAN		SI MISMO		PARES		HOGAR		ESCUELA		MENTIRA		PUNTAJE	
No. orden	cant	Resu It	X2	Resu It	X2	Resu It	X2	Resu It	X2	Resu It	X2	Resu It	X2
4	1	9	18	6	12	2	4	2	4	3	6	19	38
14	2	7	14	4	8	5	10	3	6	2	4	19	38
21	3	9	18	3	6	1	2	6	12	4	8	19	38
7	4	10	20	3	6	5	10	3	6	5	10	21	42
22	5	13	26	7	14	0	0	3	6	1	2	23	46
9	6	12	24	5	10	4	8	3	6	5	10	24	48
2	7	12	24	6	12	4	8	5	10	2	4	27	54
16	8	14	28	6	12	5	10	2	4	3	6	27	54
19	9	12	24	7	14	3	6	6	12	2	4	28	56
20	10	15	30	5	10	5	10	3	6	4	8	28	56
3	11	13	26	4	8	7	14	5	10	4	8	29	58
1	12	14	28	7	14	4	8	5	10	0	0	30	60
6	13	15	30	7	14	4	8	4	8	6	12	30	60
5	14	22	44	6	12	3	6	3	6	2	4	34	68
10	15	17	34	5	10	6	12	6	12	2	4	34	68
25	16	15	30	8	16	5	10	6	12	1	2	34	68

							0							
11	17	17	34	5	10	6	1 2	7	14	2	4	35	70	
15	18	19	38	5	10	6	1 2	5	10	5	10	35	70	
18	19	20	40	6	12	4	8	6	12	4	8	36	72	
23	20	18	36	7	14	6	1 2	5	10	6	12	36	72	
24	21	17	34	6	12	6	1 2	7	14	2	4	36	72	
17	22	18	36	6	12	7	1 4	6	12	5	10	37	74	
8	23	22	44	7	14	4	8	5	10	3	6	38	76	
12	24	17	34	6	12	8	1 6	7	14	5	10	38	76	
26	25	19	38	7	14	6	1 2	6	12	1	2	38	76	
13	26	20	40	8	16	7	1 4	8	16	2	4	43	86	

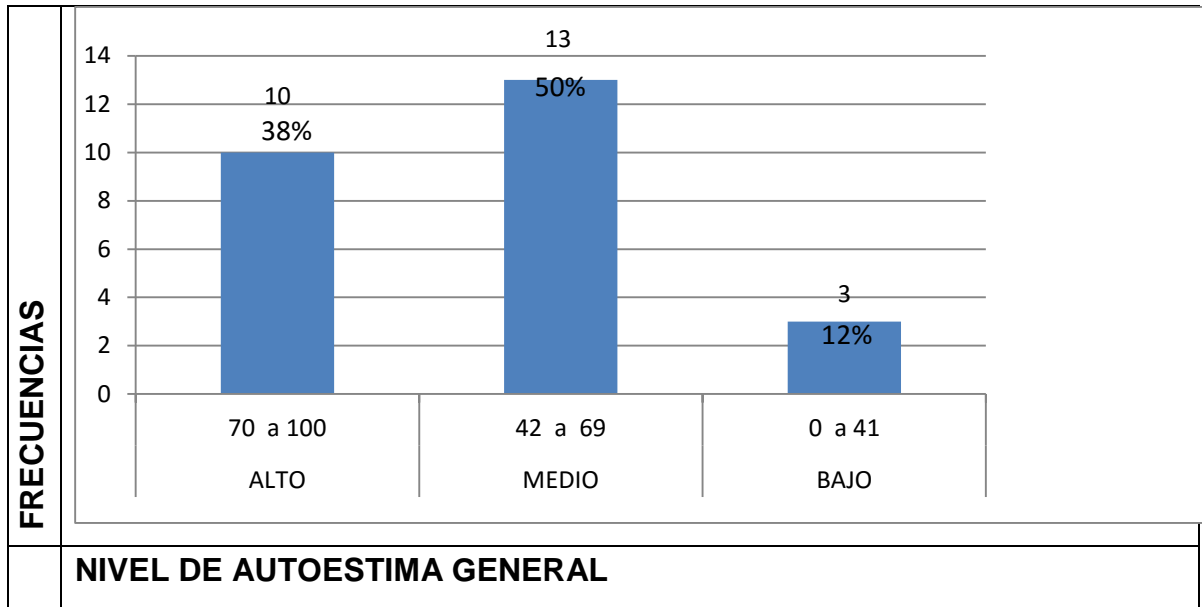
Fuente: Alumnos del primer grado de secundario de la I.E. Luis Alberto Sánchez.

TABLA N° 01

TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL

NIVEL DE AUTOESTIMA	Clave CONTADOR	PUNTOS	FRECUENCIAS	
ALTO	3	70 a 100	10	10
MEDIO	2	42 a 69	13	23
BAJO	1	0 a 41	3	26
TOTALES			26	

GRAFICO No. 01
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL



INTERPRETACIÓN:

En el cuadro N°1 se presenta la información agrupando a los participantes según los puntajes obtenidos correspondientes a cada nivel de autoestima en forma general (sumando las cuatro dimensiones), y se presentan en la tabla N°1, donde se observa que de los 27 estudiantes a quienes se les aplicó el pretest, 10 de ellos (38%) tienen su nivel de autoestima alta, mientras que 13 de ellos (50%) tienen su autoestima en término medio, mientras que tres alumnos (12%) tienen baja autoestima.

Se puede determinar entonces en el gráfico de barras N°1 que predomina la autoestima media pues el 50% los estudiantes oscila entre 42 a 69 puntos que corresponden al nivel de autoestima media.

CUADRO No. 02
RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL TEST POR SUB NIVELES

participan		SI MISMO		PARES		HOGAR		ESCUELA		MENTIRA		PUNTAJE	
No.	cant	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2

orden													
4	1	9	18	6	12	2	4	2	4	3	6	19	38
14	2	7	14	4	8	5	10	3	6	2	4	19	38
21	3	9	18	3	6	1	2	6	12	4	8	19	38
7	4	10	20	3	6	5	10	3	6	5	10	21	42
22	5	13	26	7	14	0	0	3	6	1	2	23	46
9	6	12	24	5	10	4	8	3	6	5	10	24	48
2	7	12	24	6	12	4	8	5	10	2	4	27	54
16	8	14	28	6	12	5	10	2	4	3	6	27	54
19	9	12	24	7	14	3	6	6	12	2	4	28	56
20	10	15	30	5	10	5	10	3	6	4	8	28	56
3	11	13	26	4	8	7	14	5	10	4	8	29	58
1	12	14	28	7	14	4	8	5	10	0	0	30	60
6	13	15	30	7	14	4	8	4	8	6	12	30	60
5	14	22	44	6	12	3	6	3	6	2	4	34	68
10	15	17	34	5	10	6	12	6	12	2	4	34	68
25	16	15	30	8	16	5	10	6	12	1	2	34	68
11	17	17	34	5	10	6	12	7	14	2	4	35	70
15	18	19	38	5	10	6	12	5	10	5	10	35	70
18	19	20	40	6	12	4	8	6	12	4	8	36	72
23	20	18	36	7	14	6	12	5	10	6	12	36	72
24	21	17	34	6	12	6	12	7	14	2	4	36	72
17	22	18	36	6	12	7	14	6	12	5	10	37	74
8	23	22	44	7	14	4	8	5	10	3	6	38	76
12	24	17	34	6	12	8	16	7	14	5	10	38	76
26	25	19	38	7	14	6	12	6	12	1	2	38	76
13	26	20	40	8	16	7	14	8	16	2	4	43	86

En la tabla No. 02 de la siguiente página, se aprecian los valores que determinan los subniveles, que a la vez ha sido codificada por el investigador con la frase “clave contador”, que agrupa a estudiantes que han coincidido en los puntajes,

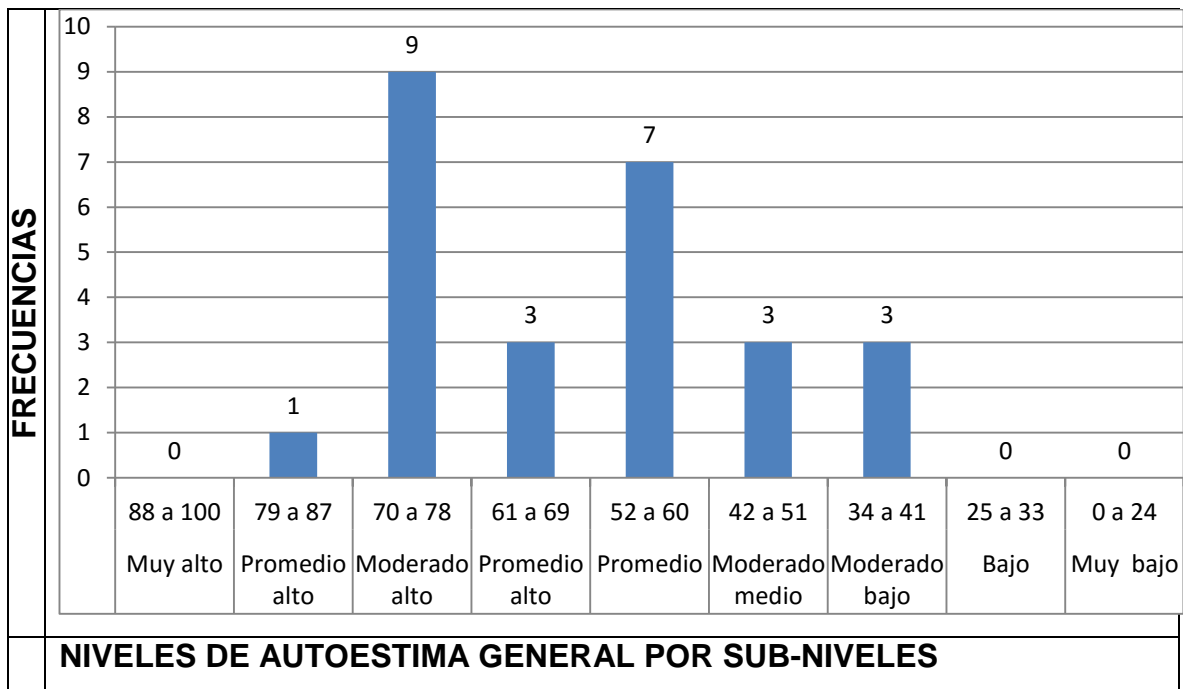
dichos puntajes pertenecen a un sub nivel desprendido del nivel general de autoestima

TABLA Nº 02
TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL POR SUB-NIVELES

NIVEL	PUNTOS	SUB NIVELES	CLAVES	PUNTOS	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	70 a 100	Muy alto	9	88 a 100	0	0	0%	0%
		Promedio alto	8	79 a 87	1	1	4%	4%
		Moderado alto	7	70 a 78	9	10	35%	38%
MEDIO	42 a 69	Promedio alto	6	61 a 69	3	13	12%	50%
		Promedio	5	52 a 60	7	20	27%	77%
		Moderado medio	4	42 a 51	3	23	12%	88%
BAJO	0 a 41	Moderado bajo	3	34 a 41	3	26	12%	100%
		Bajo	2	25 a 33	0	26	0%	100%
		Muy bajo	1	0 a 24	0	26	0%	100%
TOTALES					26		100	

GRAFICO No. 02

DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL POR SUB-NIVELES



Interpretación:

En el cuadro N°2 se presenta la información agrupando a los participantes según los puntajes obtenidos correspondiente a cada subnivel del autoestima que forma parte de la forma general (muy alto, promedio alto, moderadamente alto, etc.) y se presentan en la tabla N°2, que reflejan los resultados de subniveles de autoestima. Así:

- De 10 estudiantes (38%) que tienen su nivel de autoestima alta, 9 estudiantes tienen autoestima moderadamente alto y ahora representan al 35 % de los estudiantes y 1 estudiante tiene autoestima promedio.
- De 13 estudiantes (50%) que tienen un nivel de autoestima medio, 7 estudiantes tienen su autoestima en promedio y ahora representan al 27 % de los 26 estudiantes participantes. 3 estudiantes tienen su autoestima en promedio alto y moderado.

- De 3 estudiantes (12%) que tiene su nivel de autoestima baja, los tres están en subnivel moderado y representan el 12 % de la muestra encuestada.

CUADRO 3
RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL TEST
POR SUB NIVELES EN LA DIMENSION SI MISMO

PARTICIPANTES		CLAVE	SI MISMO		PARTICIPANTES		CLAVE	SI MISMO	
cant	NO ORDEN		Result	X2	Cant	NO ORDEN		Result	X2
1	14	1	7	14	14	25	5	15	30
2	4	2	9	18	15	10	6	17	34
3	21	2	9	18	16	11	6	17	34
4	7	3	10	20	17	12	6	17	34
5	2	4	12	24	18	24	6	17	34
6	9	4	12	24	19	17	6	18	36
7	19	4	12	24	20	23	6	18	36
8	3	4	13	26	21	15	6	19	38
9	22	4	13	26	22	26	6	19	38
10	1	4	14	28	23	13	7	20	40
11	16	4	14	28	24	18	7	20	40
12	6	5	15	30	25	5	8	22	44
13	20	5	15	30	26	8	8	22	44

Fuente: Alumnos del primer grado de secundario de la I.E. Luis Alberto Sánchez.

Interpretación:

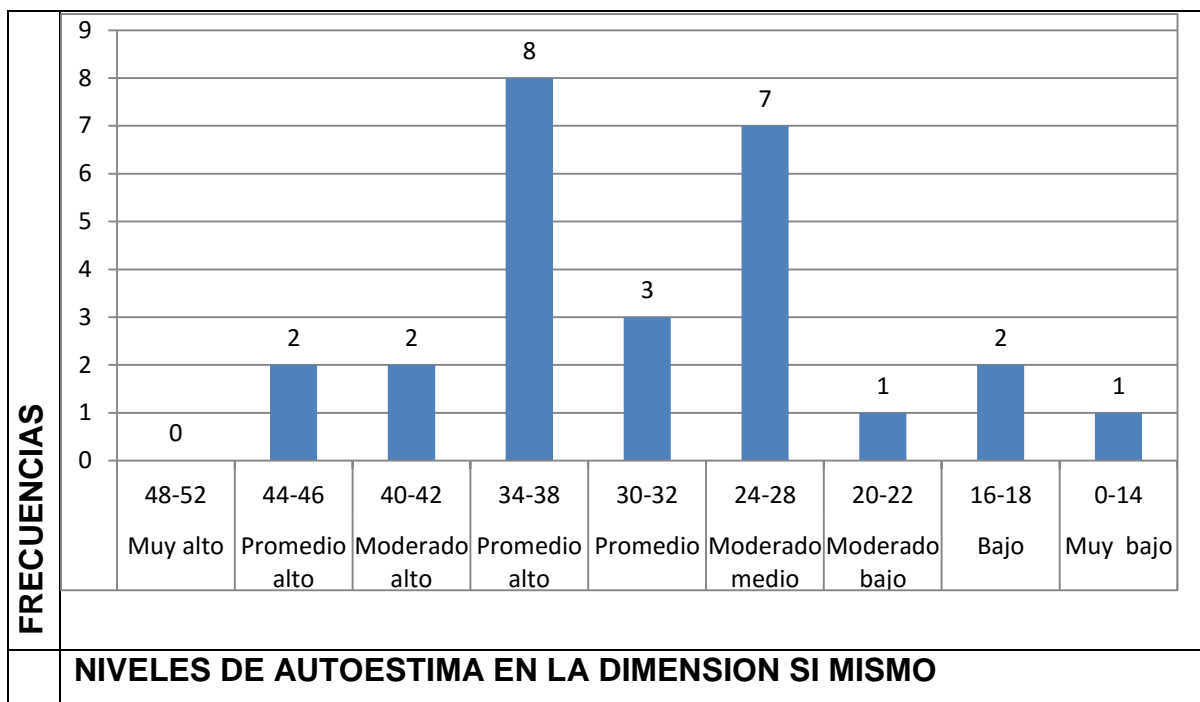
A partir de este cuadro la información se presenta en cada dimensión de autoestima y por subniveles. En “cantidad” significa cada estudiante que participa, en “número de orden” significa el estudiante que se le identifica en la lista de matrícula y ahora esta agrupado según su puntaje, en “clave” significa que

numero determina el subnivel de autoestima, los “resultados obtenidos” en puntajes multiplicado por 2 según la regla de conteo.

TABLA N° 03
TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN LA
DIMENSION SI MISMO

NIVEL	SUB NIVELES	CLAVE	PUNTAJES	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	Muy alto	9	48-52	0	0	0%	0%
	Promedio alto	8	44-46	2	2	8%	8%
	Moderado alto	7	40-42	2	4	8%	15%
MEDIO	Promedio alto	6	34-38	8	12	31%	46%
	Promedio	5	30-32	3	15	12%	58%
	Moderado medio	4	24-28	7	22	27%	85%
BAJO	Moderado bajo	3	20-22	1	23	4%	88%
	Bajo	2	16-18	2	25	8%	96%
	Muy bajo	1	0-14	1	26	4%	100%
TOTALES				26		100	

GRAFICO No. 03
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN LA
DIMENSIÓN SI MISMO



Interpretación:

En el cuadro N° 3 Y LA TABLA N°3 se expone los resultados obtenidos para la dimensión SI MISMO en forma de sub niveles.

De 4 estudiantes que están el nivel de autoestima alto: 2 pertenecen al sub nivel promedio alto y 2 al subnivel de moderado alto, ambos representan a un 8% c/u.

De 18 estudiantes que están el nivel de autoestima medio: 8 pertenecen al sub nivel promedio alto; 3 pertenecen al subnivel promedio, y 7 pertenecen al sub nivel moderado medio.

De 4 estudiantes que están el nivel de autoestima bajo: 1 pertenece al sub nivel moderado bajo, 2 pertenecen al subnivel bajo, y 1 pertenece al sub nivel muy bajo.

En el grafico N°3 se observa que los valores más elevados pertenecen al nivel promedio alto con el 31 % y al nivel moderadamente medio y representa al 27% de los estudiantes participantes

CUADRO No. 04

**RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL TEST
POR SUB NIVELES EN LA DIMENSION PARES**

PARTICIPANTES		CLAVE	PARES			PARTICIPANTES		PARES	
cant	No.		Result	X2	No.	cant	No.	Result	X2

	ORDEN				ORDEN		ORDEN		
1	7	3	3	6	14	16	6	12	12
2	21	3	3	6	15	17	6	12	12
3	3	4	4	8	16	18	6	12	12
4	14	4	4	8	17	24	6	12	12
5	9	5	5	10	18	1	7	14	12
6	10	5	5	10	19	6	7	14	10
7	11	5	5	10	20	8	7	14	10
8	15	5	5	10	21	19	7	14	10
9	20	5	5	10	22	22	7	14	10
10	2	6	6	12	23	23	7	14	8
11	4	6	6	12	24	26	7	14	6
12	5	6	6	12	25	13	9	16	6
13	12	6	6	12	26	25	9	16	4

Fuente: Alumnos del primer grado de secundario de la I.E. Luis Alberto Sánchez

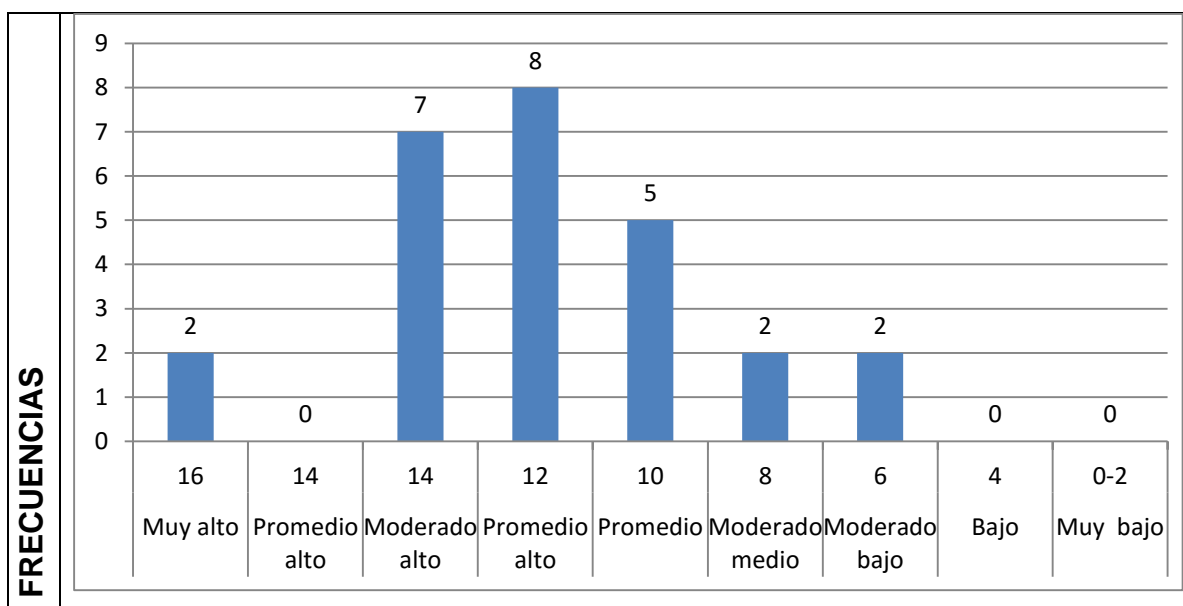
TABLA N° 04

TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN LA DIMENSION: PARES

NIVEL	SUB NIVELES	CLAVE	PUNTAJES	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	Muy alto	9	16	2	2	8%	8%
	Promedio alto	8	14	0	2	0%	8%
	Moderado alto	7	14	7	9	27%	35%
MEDIO	Promedio alto	6	12	8	17	31%	65%
	Promedio	5	10	5	22	19%	85%
	Moderado medio	4	8	2	24	8%	92%
B A	Moderado	3	6	2	26	8%	100%

	bajo						
	Bajo	2	4	0	26	0%	100%
	Muy bajo	1	0-2	0	26	0%	100%
				26		100%	

GRAFICO No. 04
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN LA
DIMENSION PARES



INTERPRETACION

En el cuadro N°4 y la tabla N°4 se exponen los resultados obtenidos para la dimensión PARES en forma de sub niveles

De 9 estudiantes que están en el nivel de autoestima alto: 2 pertenecen al sub nivel promedio alto y 7 al sub nivel de moderado alto, ambos representan a un 8% y 27% respectivamente.

De 15 estudiantes que están en el nivel de autoestima medio: 8 pertenecen al sub nivel promedio alto, 5 pertenecen al sub nivel promedio, y 2 pertenecen al sub nivel moderado medio. Ellos representan a un 31%, 19% y 8% respectivamente.

De 2 estudiantes que están de autoestima bajo: los 2 pertenecen al sub nivel moderado bajo, y representa al 8% del total.

En el grafico N°4 se observa que los valores más elevados pertenecen al nivel promedio alto con el 31% y al nivel moderadamente alto y representa al 27% de los estudiantes participantes

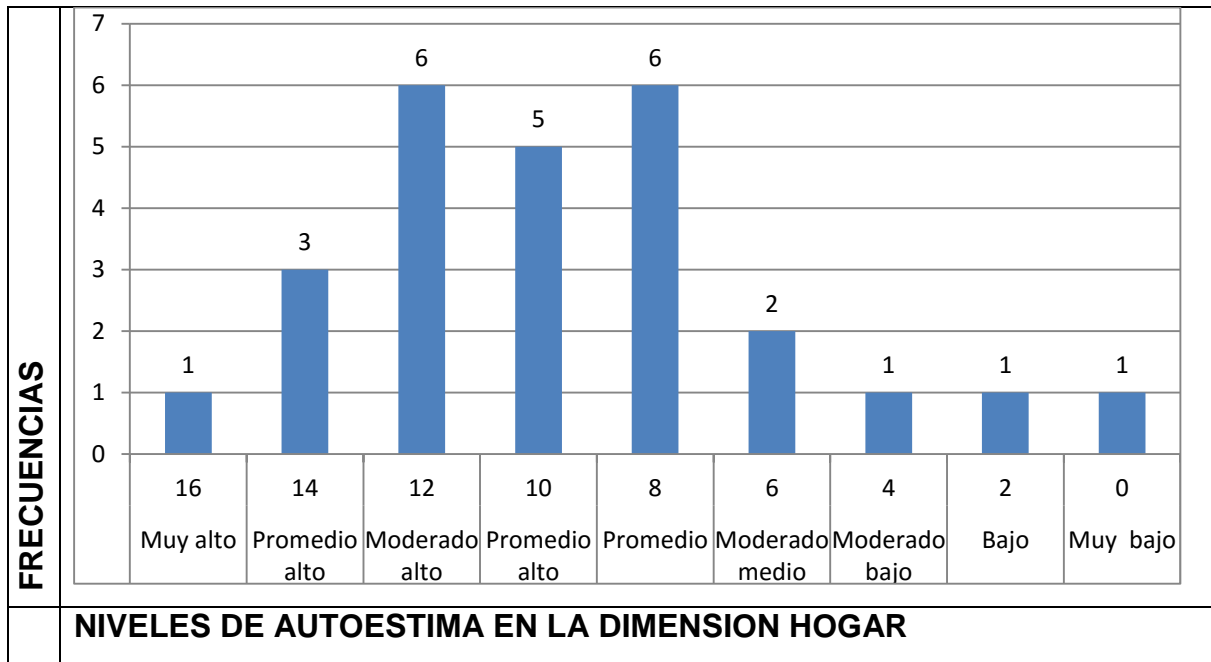
CUADRO No. 05
RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL TEST
POR SUB NIVELESEN AL DIMENSION: HOGAR-PARES

PARTICIPANTES		CLAVE	HOGAR		PARTICIPANTES		
cant	NO ORDEN		Result	X2	cant	NO ORDEN	X2
1	22	1	0	0	14	16	10
2	21	2	1	2	15	20	10
3	4	3	2	4	16	25	10
4	5	4	3	6	17	10	12
5	19	4	3	6	18	11	12
6	1	5	4	8	19	15	12
7	2	5	4	8	20	23	12
8	6	5	4	8	21	24	12
9	8	5	4	8	22	26	12
10	16	7	7	12	23	22	8
11	19	7	7	12	24	20	4
12	25	7	7	12	25	21	4
13	26	7	7	12	26	4	2

TABLA N° 05
TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES
EN LA DIMENSION HOGAR-PARES

NIVEL	SUB NIVELES	CLAVE	PUNTAJES	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	Muy alto	9	16	1	1	4%	4%
	Promedio alto	8	14	3	4	12%	15%
	Moderado alto	7	12	6	10	23%	38%
MEDIO	Promedio alto	6	10	5	15	19%	58%
	Promedio	5	8	6	21	23%	81%
	Moderado medio	4	6	2	23	8%	88%
BAJO	Moderado bajo	3	4	1	24	4%	92%
	Bajo	2	2	1	25	4%	96%
	Muy bajo	1	0	1	26	4%	100%
	TOTALES			26		100%	

GRAFICO No. 05
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES
EN LA DIMENSIÓN HOGAR



Interpretación

En el cuadro N°5 y la tabla N°5 se expone los resultados obtenidos para la dimencion HOGAR en forma de sub niveles.

De 10 estudiantes que están el nivel de autoestima alto: 1 pertenece al sub nivel promedio alto y 3 al sub nivel de promedio alto y 6 pertenecen al moderado alto, ellos representan al 4%, 12% y 23% respectivamente.

De 13 estudiantes que están el nivel de autoestima medio: 5 pertenecen al sub nivel promedio alto y 6 al sub nivel de promedio, y 2 pertenecen al sub nivel moderado medio, ellos representan al 19%, 23% y 8% respectivamente.

CUADRO No. 06
RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL TEST
POR SUB NIVELES EN LA DIMENSION ESCUELA

PARTICIPAN	CLA	ESCUELA	PARTICIPANT	CLAVE	ESCUELA
-------------------	------------	----------------	--------------------	--------------	----------------

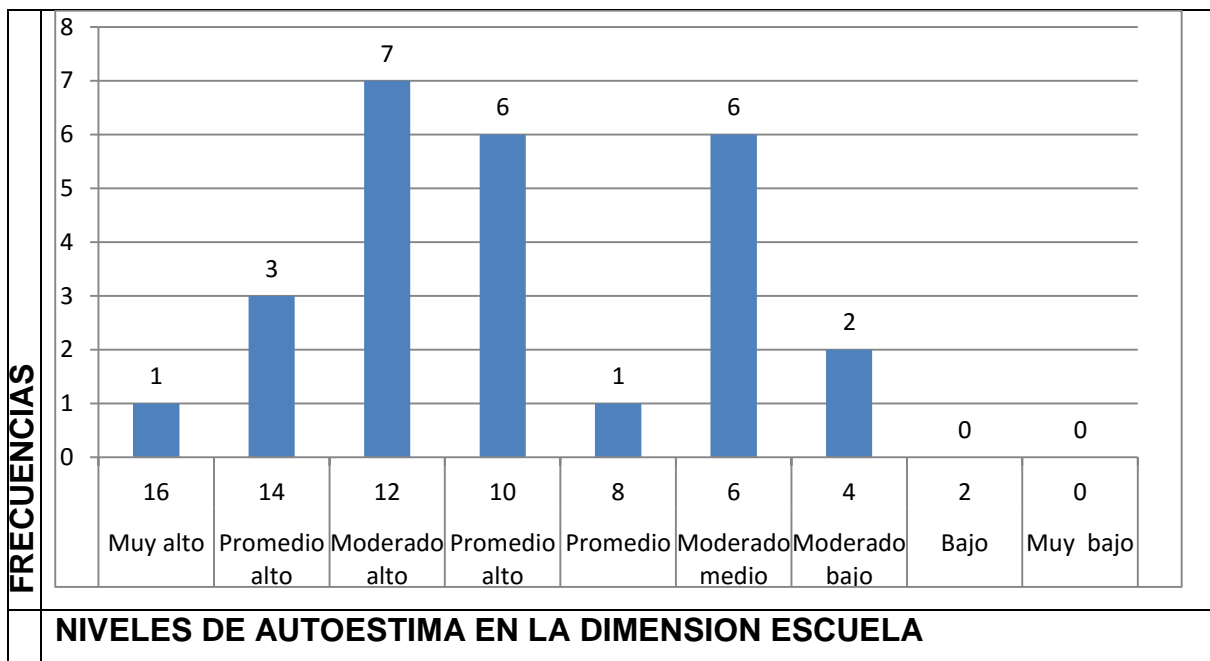
TES		VE			ES				
can t	NO ORDEN		Res ult	X2	cant	NO ORDE N	Resul t	X2	
1	4	3	2	4	14	15	6	5	10
2	16	3	2	4	15	23	6	5	10
3	5	4	3	6	16	10	7	6	12
4	7	4	3	6	17	17	7	6	12
5	9	4	3	6	18	18	7	6	12
6	14	4	3	6	19	19	7	6	12
7	20	4	3	6	20	21	7	6	12
8	22	4	3	6	21	25	7	6	12
9	6	5	4	8	22	26	7	6	12
10	1	6	5	10	23	11	8	7	14
11	2	6	5	10	24	12	8	7	14
12	3	6	5	10	25	24	8	7	14
13	8	6	5	10	26	13	9	8	16

TABLA N° 06
TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES
EN LA DIMENSION ESCUELA

NIVEL	SUB NIVELES	CLAVE	PUNTAJES	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	Muy alto	9	16	1	1	4%	4%
	Promedio alto	8	14	3	4	12%	15%
	Moderado alto	7	12	7	11	27%	42%
MEDIO	Promedio alto	6	10	6	17	23%	65%
	Promedio	5	8	1	18	4%	69%
	Moderado	4	6	6	24	23%	92%

	medio						
BAJO	Moderado bajo	3	4	2	26	8%	100%
	Bajo	2	2	0	26	0%	100%
	Muy bajo	1	0	0	26	0%	100%
				26		100%	

GRAFICO No. 06
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES
EN LA DIMENSION ESCUELA



CUADRO No. 07

Cálculos de la Media Aritmética y de la desviación estándar en las cuatro áreas y total del inventario de autoestima S. Copersmith

DIMENSION	PROMEDIO	MEDIA ARITMETICA	DESVIACION STANDAR	MODA
GENERAL	61.38	58.08	13.62	38
SI MISMO	30.46	28.04	8.11	34
PARES	11.69	10.95	2.70	12
HOGAR	9.46	8.40	3.78	8
ESCUELA	9.76	8.43	3.36	12

Esta sección muestra los resultados que se han obtenido en la aplicación del pretest

RESULTADOS DE APLICAR EL POST TEST

CUADRO DE RESULTADOS GENERALES

No. Orden	SI MISMO		PARES		HOGAR		ESCUELA		MENTIRA		PUNTAJE	
	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2
1	17	34	8	16	4	8	5	10	1	2	34	68
2	17	34	6	12	6	12	6	12	3	6	35	70
3	23	46	8	16	7	14	5	10	1	2	43	86
4	8	16	6	12	1	2	2	4	2	4	17	34
5	15	30	4	8	4	8	6	12	4	8	29	58
6	13	26	6	12	4	8	5	10	6	12	28	56
7	10	20	3	6	5	10	3	6	5	10	21	42
8	15	30	6	12	6	12	8	16	1	2	35	70
9	14	28	7	14	4	8	4	8	3	6	29	58
10	21	42	7	14	6	12	7	14	1	2	41	82
11	17	34	5	10	6	12	7	14	2	4	35	70
12	17	34	5	10	7	14	8	16	6	12	37	74
13	21	42	8	16	4	8	7	14	2	4	40	80
14	8	16	2	4	5	10	1	2	4	8	16	32
15	19	38	5	10	6	12	5	10	5	10	35	70
16	15	30	6	12	6	12	3	6	5	10	30	60
17	18	36	7	14	5	10	5	10	0	0	35	70
18	20	40	6	12	4	8	6	12	4	8	36	72
19	11	22	6	12	6	12	5	10	1	2	28	56
20	16	32	5	10	2	4	3	6	4	8	26	52
21	10	20	3	6	2	4	2	4	7	14	17	34
22	18	36	6	12	4	8	4	8	1	2	32	64
23	18	36	6	12	7	14	7	14	5	10	38	76
24	22	44	7	14	7	14	8	16	4	8	44	88

25	19	38	6	12	6	12	6	12	0	0	37	74
----	----	----	---	----	---	----	---	----	---	---	----	----

CUADRO No. 01
RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL POST TEST

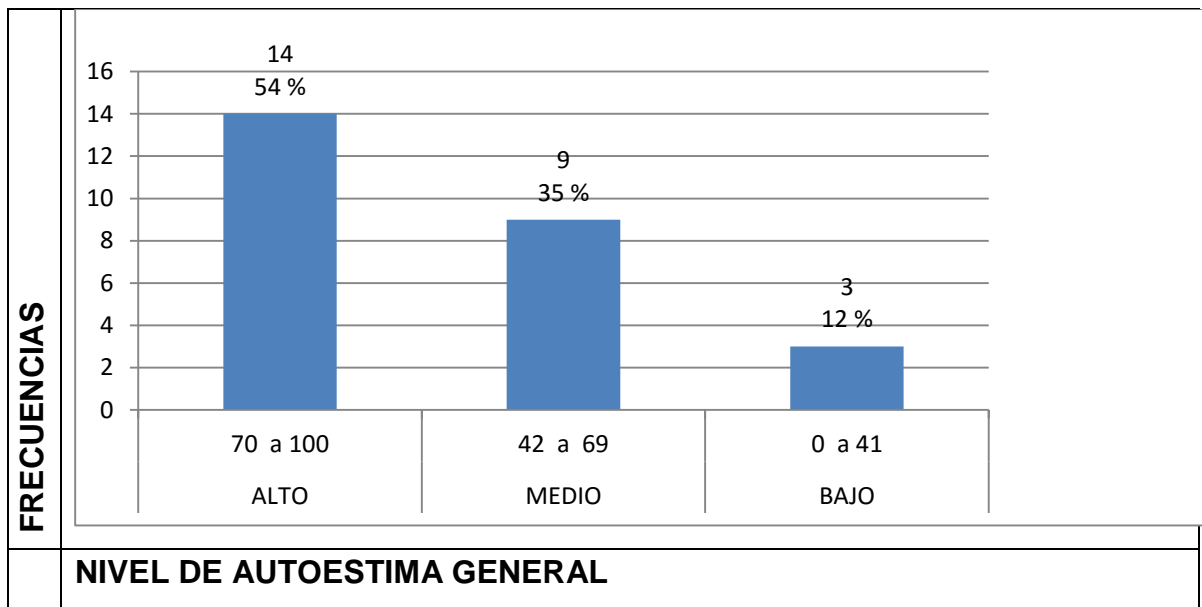
PARTICIPANTES		SI MISMO		PARES		HOGAR		ESCUELA		MENTIRA		PUNTAJE		clave
No. orden	cant	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	
14	1	8	16	2	4	5	10	1	2	4	8	16	32	1
4	2	8	16	6	12	1	2	2	4	2	4	17	34	1
21	3	10	20	3	6	2	4	2	4	7	14	17	34	1
7	4	10	20	3	6	5	10	3	6	5	10	21	42	2
20	5	16	32	5	10	2	4	3	6	4	8	26	52	2
6	6	13	26	6	12	4	8	5	10	6	12	28	56	2
19	7	11	22	6	12	6	12	5	10	1	2	28	56	2
5	8	15	30	4	8	4	8	6	12	4	8	29	58	2
9	9	14	28	7	14	4	8	4	8	3	6	29	58	2
16	10	15	30	6	12	6	12	3	6	5	10	30	60	2
22	11	18	36	6	12	4	8	4	8	1	2	32	64	2
1	12	17	34	8	16	4	8	5	10	1	2	34	68	2
2	13	17	34	6	12	6	12	6	12	3	6	35	70	3
8	14	15	30	6	12	6	12	8	16	1	2	35	70	3
11	15	17	34	5	10	6	12	7	14	2	4	35	70	3
15	16	19	38	5	10	6	12	5	10	5	10	35	70	3
17	17	18	36	7	14	5	10	5	10	0	0	35	70	3
18	18	20	40	6	12	4	8	6	12	4	8	36	72	3
12	19	17	34	5	10	7	14	8	16	6	12	37	74	3
25	20	19	38	6	12	6	12	6	12	0	0	37	74	3
23	21	18	36	6	12	7	14	7	14	5	10	38	76	3
13	22	21	42	8	16	4	8	7	14	2	4	40	80	3
10	23	21	42	7	14	6	12	7	14	1	2	41	82	3
3	24	23	46	8	16	7	14	5	10	1	2	43	86	3

26	25	22	44	8	16	6	12	7	14	4	8	43	86	3
24	26	22	44	7	14	7	14	8	16	4	8	44	88	3

TABLA Nº 01
TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL

NIVEL DE AUTOESTIMA	PUNTOS	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	70 a 100	14	14	54%	54%
MEDIO	42 a 69	9	23	35%	88%
BAJO	0 a 41	3	26	12%	100%

GRAFICO No. 01
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL



En este grafico se demuestra que de la aplicación del post test se determina que de los 26 estudiantes 14 tienen el nivel de autoestima alto, 9 siguen en el nivel medio y 3 tienen el nivel de autoestima baja

CUADRO No. 02

No. orden	SI MISMO		PARES		HOGAR		ESCUELA		MENTIRA		PUNTAJE	
	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2	Result	X2
1	8	16	2	4	5	10	1	2	4	8	16	32
2	8	16	6	12	1	2	2	4	2	4	17	34
3	10	20	3	6	2	4	2	4	7	14	17	34
4	10	20	3	6	5	10	3	6	5	10	21	42
5	16	32	5	10	2	4	3	6	4	8	26	52
6	13	26	6	12	4	8	5	10	6	12	28	56
7	11	22	6	12	6	12	5	10	1	2	28	56
8	15	30	4	8	4	8	6	12	4	8	29	58
9	14	28	7	14	4	8	4	8	3	6	29	58
10	15	30	6	12	6	12	3	6	5	10	30	60
11	18	36	6	12	4	8	4	8	1	2	32	64
12	17	34	8	16	4	8	5	10	1	2	34	68
13	17	34	6	12	6	12	6	12	3	6	35	70
14	15	30	6	12	6	12	8	16	1	2	35	70
15	17	34	5	10	6	12	7	14	2	4	35	70
16	19	38	5	10	6	12	5	10	5	10	35	70
17	18	36	7	14	5	10	5	10	0	0	35	70
18	20	40	6	12	4	8	6	12	4	8	36	72
19	17	34	5	10	7	14	8	16	6	12	37	74
20	19	38	6	12	6	12	6	12	0	0	37	74
21	18	36	6	12	7	14	7	14	5	10	38	76
22	21	42	8	16	4	8	7	14	2	4	40	80
23	21	42	7	14	6	12	7	14	1	2	41	82
24	23	46	8	16	7	14	5	10	1	2	43	86
25	22	44	8	16	6	12	7	14	4	8	43	86
26	22	44	7	14	7	14	8	16	4	8	44	88
424	848	152	304	130	260	135	270	81	162	841	1682	

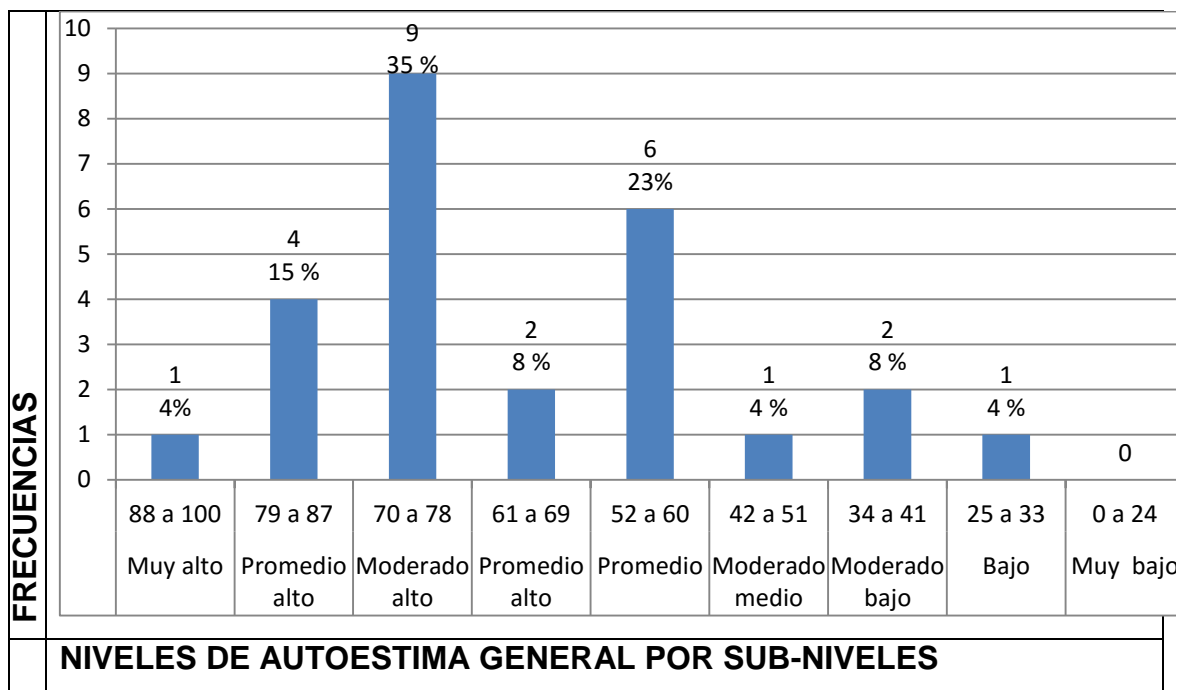
TABLA N° 02

TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL POR SUB-NIVELES

NIVEL	PUNTOS	SUB NIVELES	CLAVE	PUNTOS	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	70 a 100	Muy alto	9	88 a 100	1	1	4%	4%
		Promedio alto	8	79 a 87	4	5	15%	19%
		Moderado alto	7	70 a 78	9	14	35%	54%
MEDIO	42 a 69	Promedio alto	6	61 a 69	2	16	8%	62%
		Promedio	5	52 a 60	6	22	23%	85%
		Moderado medio	4	42 a 51	1	23	4%	88%
BAJO	0 a 41	Moderado bajo	3	34 a 41	2	25	8%	96%
		Bajo	2	25 a 33	1	26	4%	100%
		Muy bajo	1	0 a 24	0	26		
TOTALES					26		100	

GRAFICO No. 02

DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL POR SUB-NIVELES



CUADRO 3

**RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL TEST
POR SUB NIVELES EN LA DIMENSION SI MISMO**

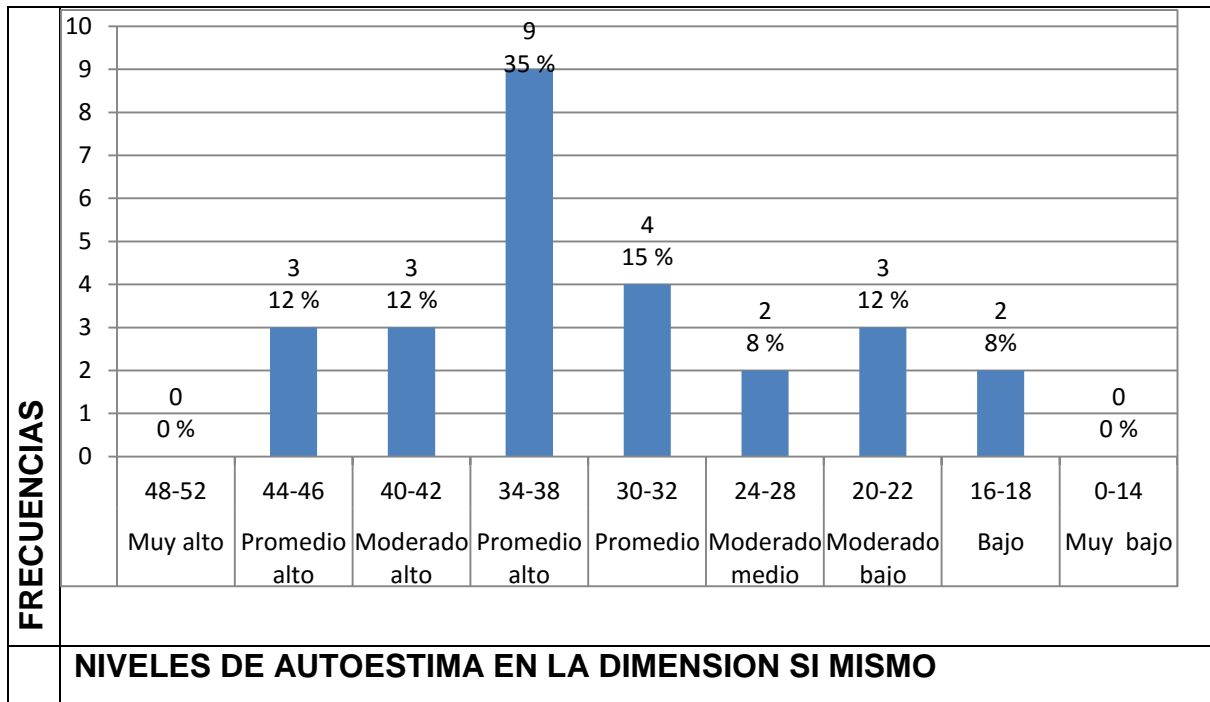
PARTICIPANTES		CLAVE	SI MISMO		PARTICIPANTES		CLAVE	SI MISMO	
cantidad	NO ORDEN		Result	X2	cant	NO ORDEN		Result	X2
1	4	2	8	16	14	11	6	17	34
2	14	2	8	16	15	12	6	17	34
3	7	3	10	20	16	17	6	18	36
4	21	3	10	20	17	22	6	18	36
5	19	3	11	22	18	23	6	18	36
6	6	4	13	26	19	15	6	19	38
7	9	4	14	28	20	25	6	19	38
8	5	5	15	30	21	18	7	20	40
9	8	5	15	30	22	10	7	21	42
10	16	5	15	30	23	13	7	21	42

11	20	5	16	32	24	24	8	22	44
12	1	6	17	34	25	26	8	22	44
13	2	6	17	34	26	3	8	23	46

TABLA N° 03
TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN LA
DIMENSION SI MISMO

NIVEL	SUB NIVELES	CLAVE	PUNTAJES	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	Muy alto	9	48-52	0	0	0%	0%
	Promedio alto	8	44-46	3	3	12%	12%
	Moderado alto	7	40-42	3	6	12%	23%
MEDIO	Promedio alto	6	34-38	9	15	35%	58%
	Promedio	5	30-32	4	19	15%	73%
	Moderado medio	4	24-28	2	21	8%	81%
BAJO	Moderado bajo	3	20-22	3	24	12%	92%
	Bajo	2	16-18	2	26	8%	100%
	Muy bajo	1	0-14	0	26	0%	100%
TOTALES				26		100	

GRAFICO No. 03
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN LA
DIMENSIÓN SI MISMO



CUADRO No. 04
RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL TEST
POR SUB NIVELES EN LA DIMENSION PARES

PARTICIPANTES		PARES		PARTICIPANTES		PARES		
cant	No. ORDEN	Result	X2	No. ORDEN	cant	No. ORDEN	Result	X2
1	1	8	16	7	14	18	6	12
2	3	8	16	14	15	19	6	12
3	13	8	16	17	16	22	6	12
4	26	8	16	1	17	23	6	12
5	9	7	14	5	18	25	6	12
6	10	7	14	6	19	11	5	10
7	17	7	14	9	20	12	5	10
8	24	7	14	13	21	15	5	10
9	2	6	12	18	22	20	5	10
10	4	6	12	22	23	5	4	8
11	6	6	12	20	24	7	3	6
12	8	6	12	21	25	21	3	6

13	16	6	12	4	26	14	2	4
----	----	---	----	---	----	----	---	---

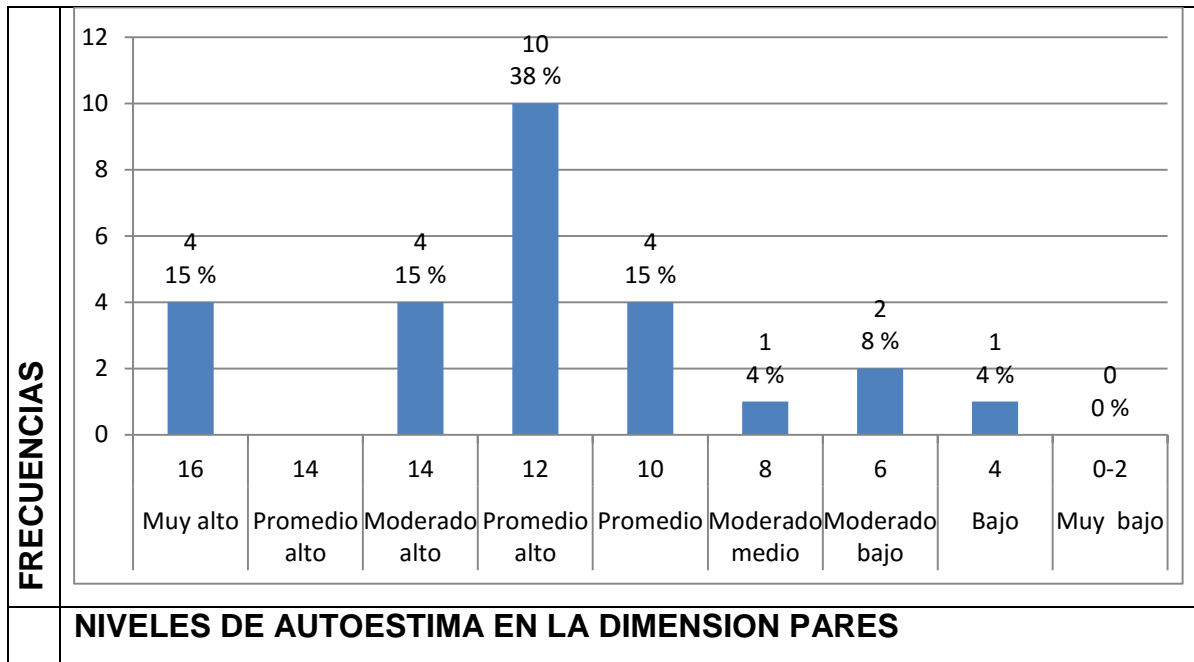
TABLA N° 04

**TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN LA
DIMENSION: PARES**

NIVEL	SUB NIVELES	CLAVE	PUNTAJES	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	Muy alto	9	16	4	4	15%	15%
	Promedio alto	8	14		4	0%	15%
	Moderado alto	7	14	4	8	15%	31%
MEDIO	Promedio alto	6	12	10	18	38%	69%
	Promedio	5	10	4	22	15%	85%
	Moderado medio	4	8	1	23	4%	88%
BAJO	Moderado bajo	3	6	2	25	8%	96%
	Bajo	2	4	1	26	4%	100%
	Muy bajo	1	0-2	0	26	0%	100%
				26		100	

GRAFICO No. 04

**DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES EN LA
DIMENSION PARES**



CUADRO No. 05
RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL TEST
POR SUB NIVELESEN AL DIMENSION: HOGAR

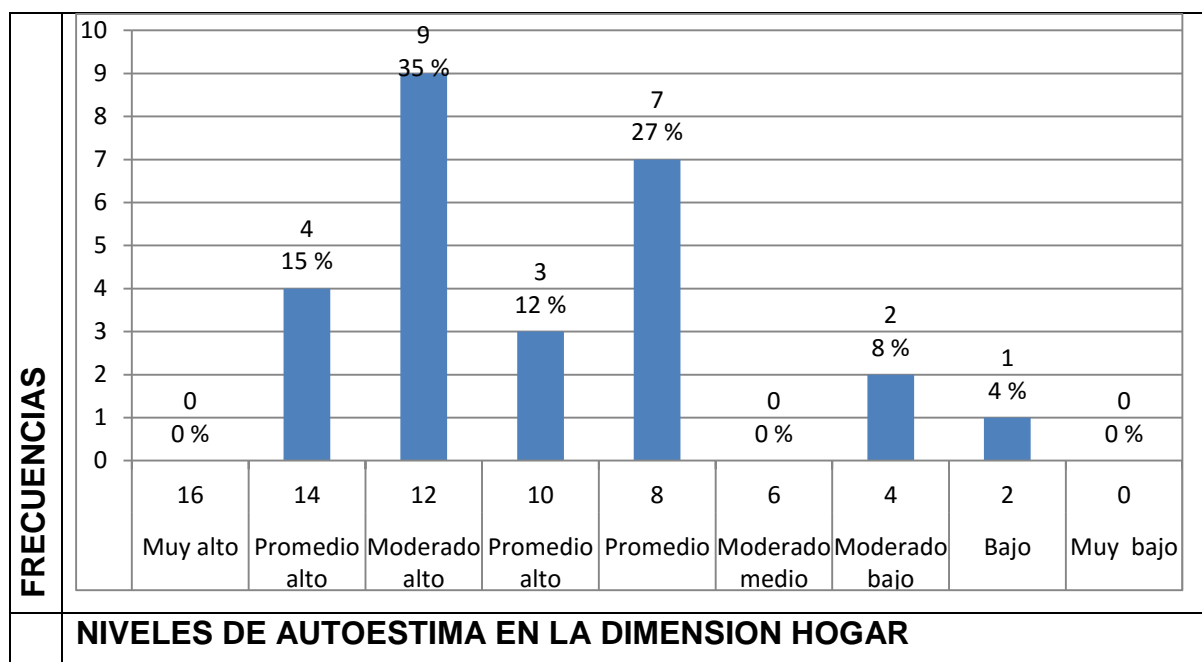
PARTICIPANTES		CLAVE	HOGAR		PARTICIPANTES		CLAVE	HOGAR	
cant	NO ORDEN		Result	X2	cant	NO ORDEN		Result	X2
1	3	8	8	14	14	7	6	6	10
2	12	8	8	14	15	14	6	6	10
3	23	8	8	14	16	17	6	6	10
4	24	8	8	14	17	1	5	5	8
5	2	7	7	12	18	5	5	5	8
6	8	7	7	12	19	6	5	5	8
7	10	7	7	12	20	9	5	5	8
8	11	7	7	12	21	13	5	5	8
9	15	7	7	12	22	18	5	5	8
10	16	7	7	12	23	22	5	5	8
11	19	7	7	12	24	20	3	3	4
12	25	7	7	12	25	21	3	3	4
13	26	7	7	12	26	4	2	2	2

TABLA N° 05

**TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES
EN LA DIMENSION HOGAR**

NIVEL	SUB NIVELES	CLAVE	PUNTAJES	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	Muy alto	9	16	0	0	0%	0%
	Promedio alto	8	14	4	4	15%	15%
	Moderado alto	7	12	9	13	35%	50%
MEDIO	Promedio alto	6	10	3	16	12%	62%
	Promedio	5	8	7	23	27%	88%
	Moderado medio	4	6	0	23	0%	88%
BAJO	Moderado bajo	3	4	2	25	8%	96%
	Bajo	2	2	1	26	4%	100%
	Muy bajo	1	0	0	26	0%	100%
	TOTALES			26		100	

GRAFICO No. 05
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES
EN LA DIMENSIÓN HOGAR



CUADRO No. 06

RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL TEST
POR SUB NIVELES EN LA DIMENSION ESCUELA

PARTICIPANTES		CLAVE	ESCUELA		PARTICIPANTES		CLAVE	ESCUELA	
can	NO ORDEN		Res ult	X2	cant	NO ORDEN		Resul t	X2
1	8	9	8	16	14	3	6	5	10
2	12	9	8	16	15	6	6	5	10
3	24	9	8	16	16	15	6	5	10
4	10	8	7	14	17	17	6	5	10
5	11	8	7	14	18	19	6	5	10
6	13	8	7	14	19	9	5	4	8
7	23	8	7	14	20	22	5	4	8

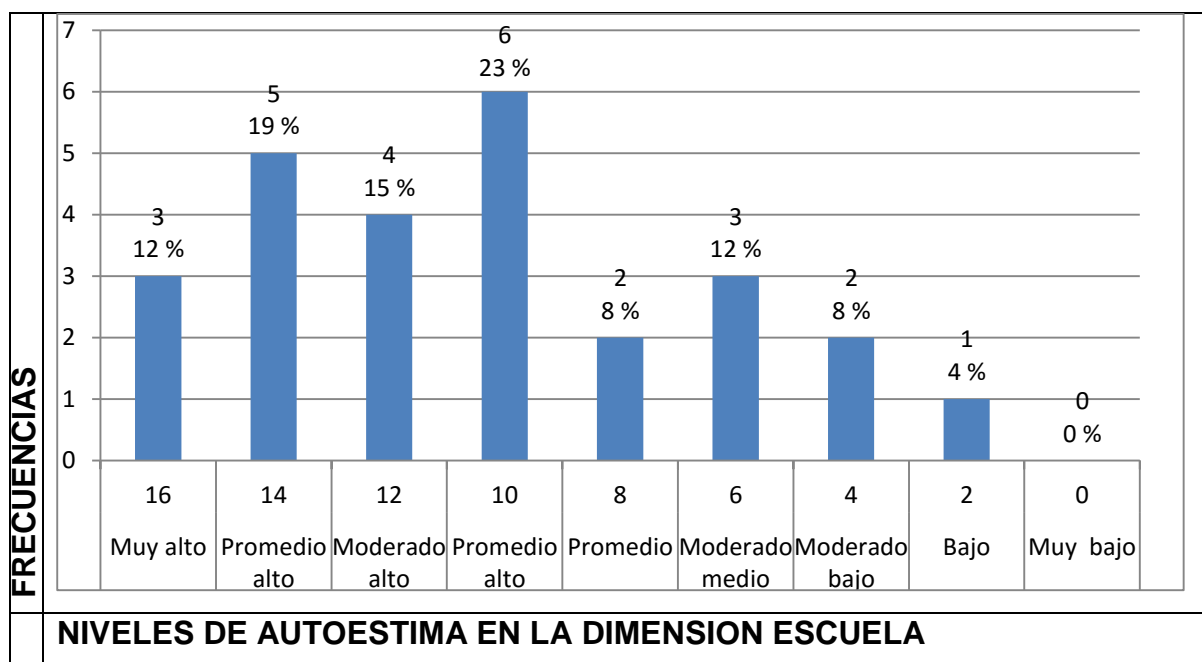
8	26	8	7	14	21	7	4	3	6
9	2	7	6	12	22	16	4	3	6
10	5	7	6	12	23	20	4	3	6
11	18	7	6	12	24	4	3	2	4
12	25	7	6	12	25	21	3	2	4
13	1	6	5	10	26	14	2	1	2

TABLA N° 06

**TABLA DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES
EN LA DIMENSION ESCUELA**

NIVEL	SUB NIVELES	CLAVE	PUNTAJES	FRECUENCIAS		FRECUENCIAS RELATIVAS	
ALTO	Muy alto	9	16	3	3	12%	12%
	Promedio alto	8	14	5	8	19%	31%
	Moderado alto	7	12	4	12	15%	46%
MEDIO	Promedio alto	6	10	6	18	23%	69%
	Promedio	5	8	2	20	8%	77%
	Moderado medio	4	6	3	23	12%	88%
BAJO	Moderado bajo	3	4	2	25	8%	96%
	Bajo	2	2	1	26	4%	100%
	Muy bajo	1	0	0	26	0%	100%
				26		100	

GRAFICO No. 06
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE PUNTAJES
EN LA DIMENSION ESCUELA



CUADRO No. 07

Cálculos de la Media Aritmética y de la desviación estándar en las cuatro áreas y total del inventario de autoestima S. Copersmith Del Post Test

DIMENSION	PROMEDIO	MEDIA ARITMETICA	DESVIACION STANDAR	MODA
GENERAL	64.69	59.75	15.98	70
SI MISMO	32.62	29.91	8.58	34
PARES	11.60	10.49	3.14	12
HOGAR	10	8.10	3.25	12
ESCUELA	10.38	8.06	3.96	10

COMPARACION DE RESULTADOS

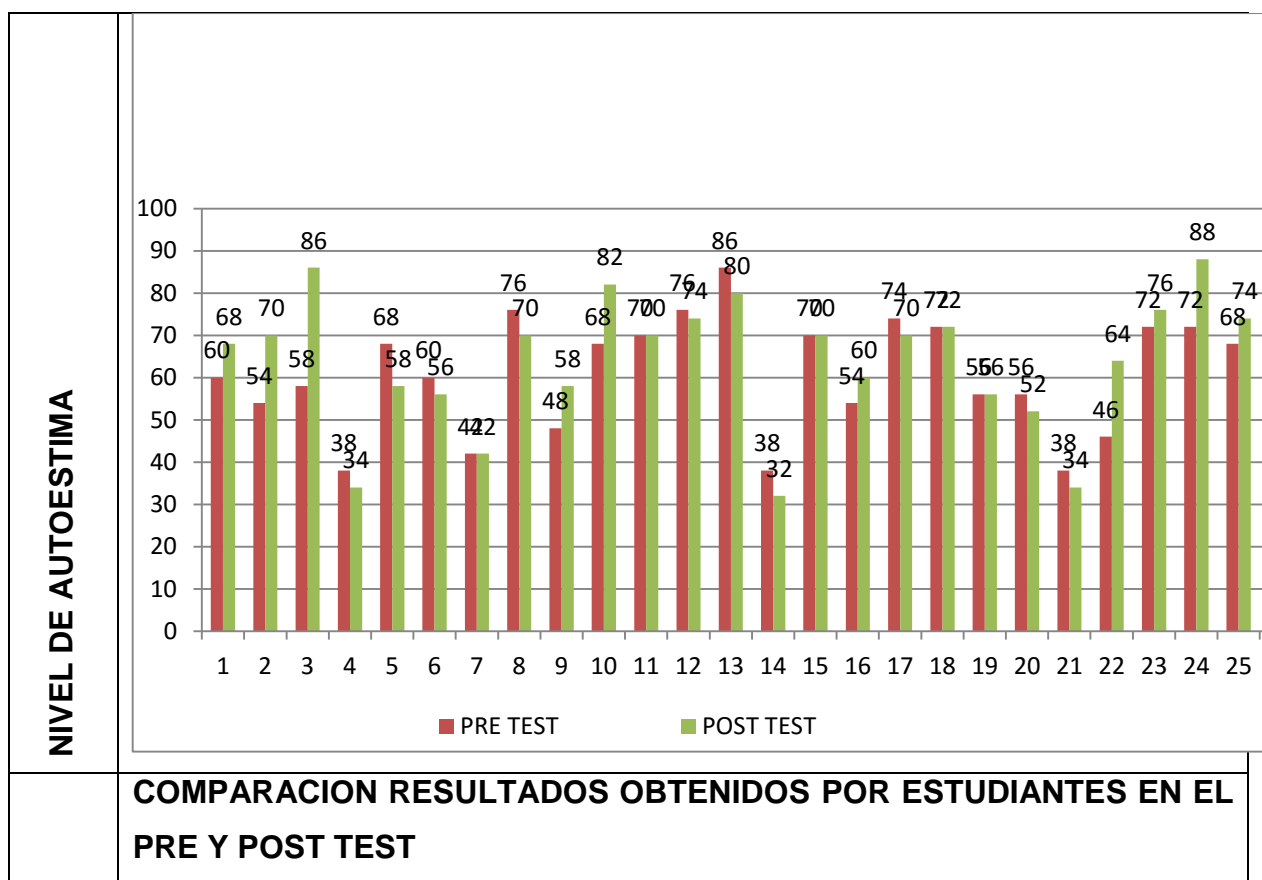
TABLA No. 01

COMPARACION DE RESULTADOS GENERALES OBTENIDOS EN EL PRE TEST Y POST TEST

ALUMNOS	RESULTADOS ENCONTRADOS		COMPARACION	
	PRE TEST	POST TEST	DIFERENCIA	CUADRADO
1	60	68	-8	64
2	54	70	-16	256
3	58	86	-28	784
4	38	34	4	16
5	68	58	10	100
6	60	56	4	16
7	42	42	0	0
8	76	70	6	36
9	48	58	-10	100
10	68	82	-14	196
11	70	70	0	0
12	76	74	2	4
13	86	80	6	36
14	38	32	6	36
15	70	70	0	0
16	54	60	-6	36
17	74	70	4	16
18	72	72	0	0
19	56	56	0	0
20	56	52	4	16
21	38	34	4	16
22	46	64	-18	324
23	72	76	-4	16
24	72	88	-16	256
25	68	74	-6	36

26	76	86	-10	100
TOTALES	1596	1682	-86	2460

GRAFICO No. 01
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS
COMPARACION DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL
PRE Y POST TEST



Se observa los resultados comparativos por cada estudiante

TABLA N° 02
TABLA DE COMPARACION DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL

NIVEL DE AUTOESTIMA	PUNTOS	RESULTADOS		PROGRESO
		POST TEST	PRE TEST	
ALTO	70 a 100	14	10	4
MEDIO	42 a 69	9	13	-4

BAJO	0 a 41	3	3	0
TOTALES		26	26	

GRAFICO No. 02
DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS
COMPARACION DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL

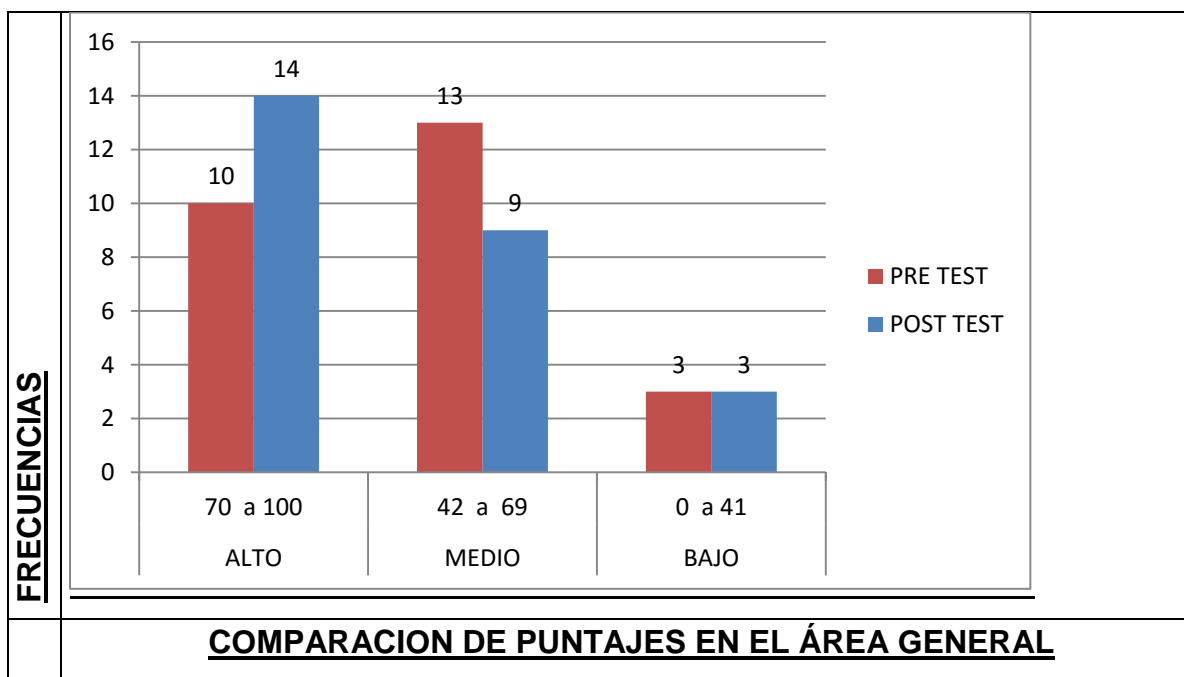


TABLA N° 03
TABLA DE COMPARACION DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL POR
SUB-NIVELES

NIVEL DE AUTOESTIMA	PUNTOS	SUB NIVELES	PUNTOS	RESULTADOS		PROGRESO
				POST TEST	PRE TEST	
ALTO	70 a 100	Muy alto	88 a 100	1	0	1
		Promedio alto	79 a 87	4	1	3
		Moderado alto	70 a 78	9	9	0
Medio	42 a 69	Promedio	61 a 69	2	3	-1

		alto				
		Promedio	52 a 60	6	7	-1
		Moderado o medio	42 a 51	1	3	-2
BAJO	0 a 41	Moderado o bajo	34 a 41	2	3	-1
		Bajo	25 a 33	1	0	1
		Muy bajo	0 a 24	0	0	0
	TOTAL			26	26	

GRAFICO No. 03

DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS

COMPARACION DE PUNTAJES EN EL ÁREA GENERAL POR SUB-NIVELES

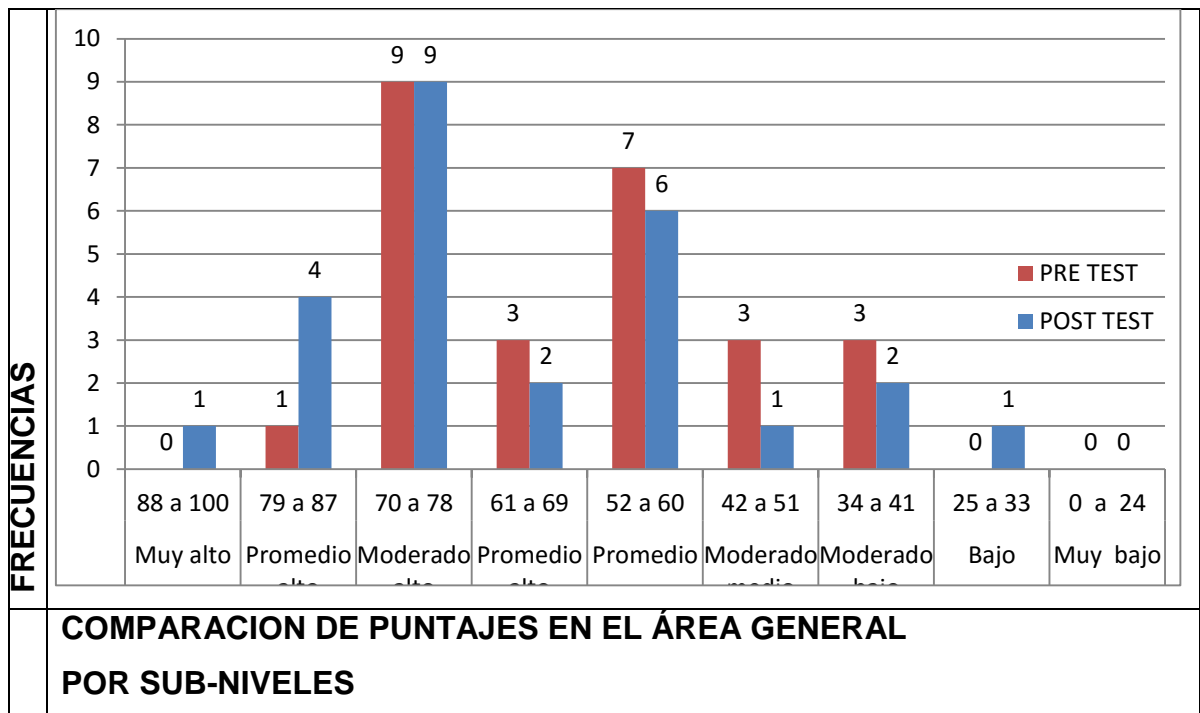


TABLA N° 04

TABLA DE COMPARACION DE PUNTAJES

EN LA DIMENSION SI MISMO

NIVEL	PUNTOS	SUB	RESULTADOS	PROGRESO
-------	--------	-----	------------	----------

		NIVELES	POST TEST	PRE TEST	
ALTO	Muy alto	48-52	0	0	0
	Promedio alto	44-46	3	2	1
	Moderado alto	40-42	3	2	1
MEDIO	Promedio alto	34-38	9	8	1
	Promedio	30-32	4	3	1
	Moderado medio	24-28	2	7	-5
BAJO	Moderado bajo	20-22	3	1	2
	Bajo	16-18	2	2	0
	Muy bajo	0-14	0	1	-1

**AFICO
No. 04**

**DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS
COMPARACION DE PUNTAJES EN LA DIMENSIÓN SI MISMO**

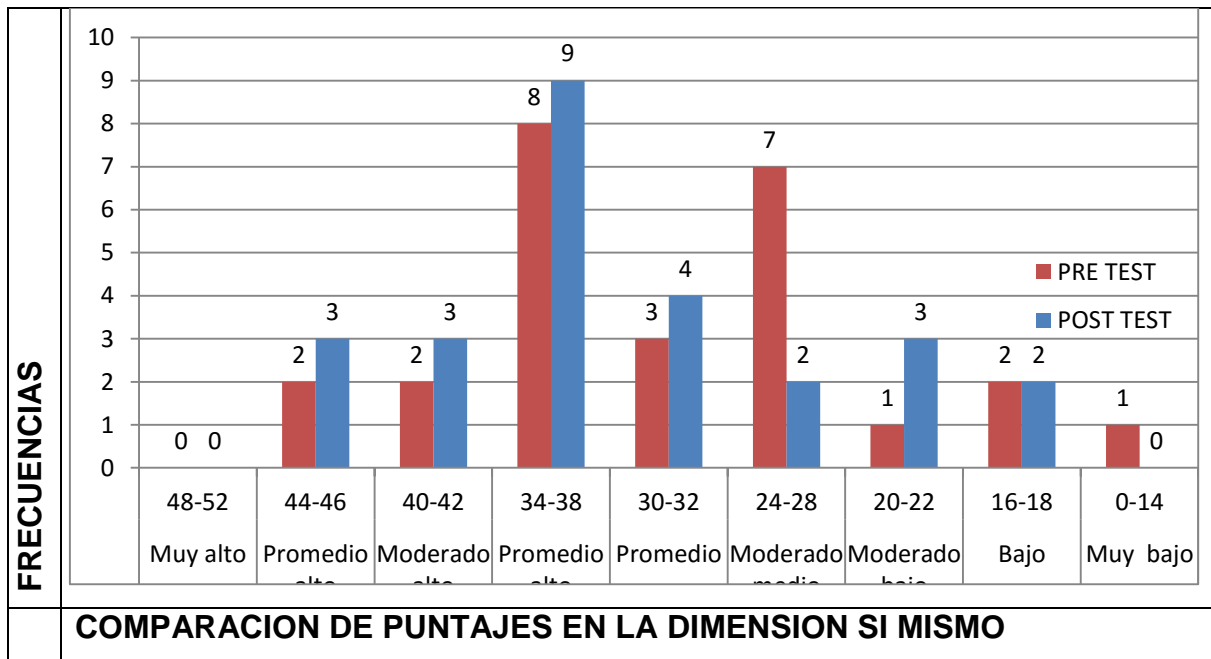


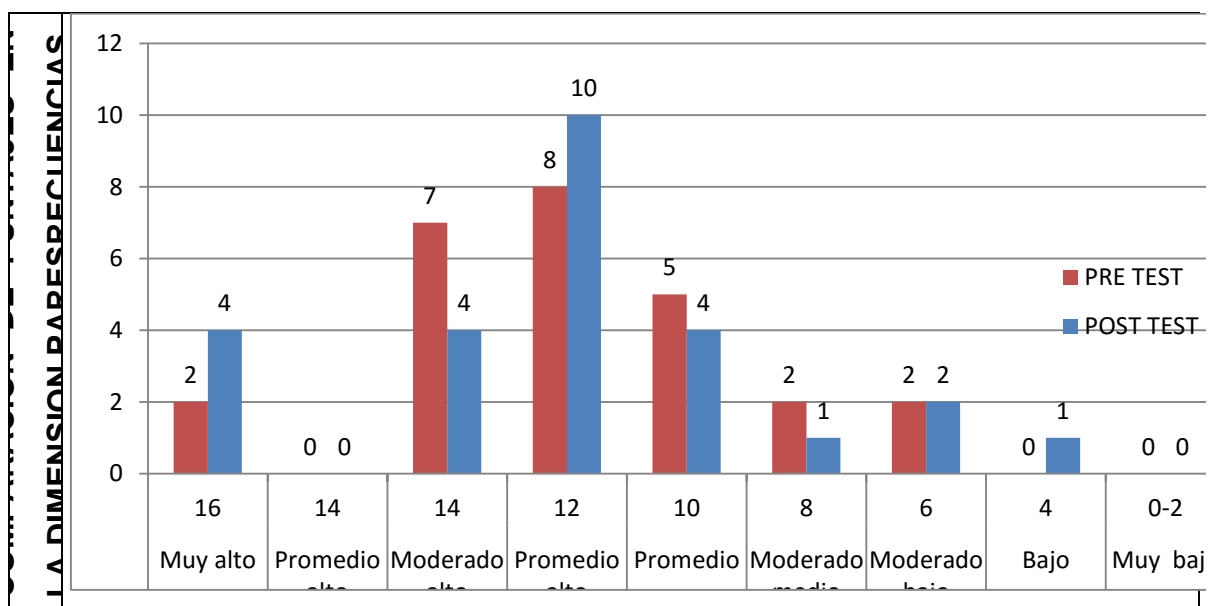
TABLA N° 05

**TABLA DE COMPARACION DE PUNTAJES
EN LA DIMENSION: PARES**

NIVEL	PUNTOS	SUB NIVELES	RESULTADOS		PROGRESO
			POST TEST	PRE TEST	
ALTO	Muy alto	16	4	2	2
	Promedio alto	14	0	0	0
	Moderado alto	14	4	7	-3
MEDIO	Promedio alto	12	10	8	2
	Promedio	10	4	5	-1
	Moderado medio	8	1	2	-1
BAJO	Moderado bajo	6	2	2	0
	Bajo	4	1	0	1
	Muy bajo	0-2	0	0	0

GRAFICO No. 05

DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS



	COMPARACION DE PUNTAJES EN LA DIMENSION PARES
--	--

TABLA Nº 06

**TABLA DE COMPARACION DE PUNTAJES
EN LA DIMENSION HOGAR**

NIVEL	PUNTOS	SUB NIVELES	RESULTADOS		PROGRESO
			POST TEST	PRE TEST	
ALTO	Muy alto	16	0	1	-1
	Promedio alto	14	4	3	1
	Moderado alto	12	9	6	3
MEDIO	Promedio alto	10	3	5	-2
	Promedio	8	7	6	1
	Moderado medio	6	0	2	-2
BAJO	Moderado bajo	4	2	1	1
	Bajo	2	1	1	0
	Muy bajo	0	0	1	-1

GRAFICO No. 06

**DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS
COMPARACION DE PUNTAJES EN LA DIMENSIÓN HOGAR**

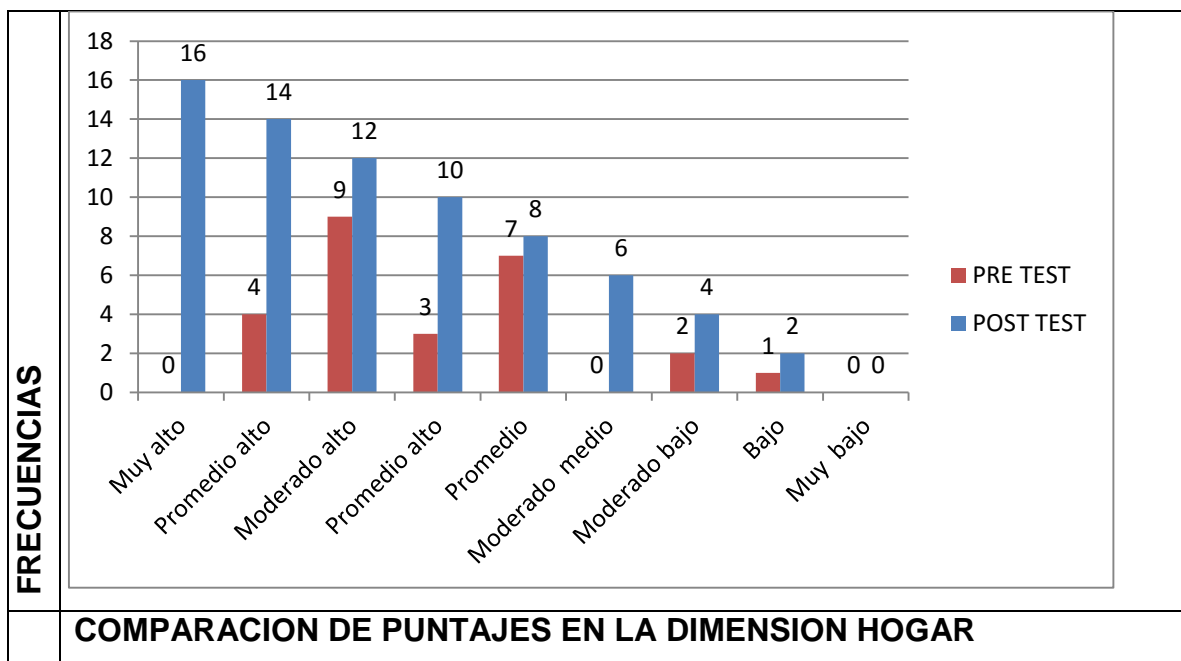


TABLA N° 07

**TABLA DE COMPARACION DE PUNTAJES
EN LA DIMENSION ESCUELA**

NIVEL	PUNTOS	SUB NIVELES	RESULTADOS		PROGRESO
			POST TEST	PRE TEST	
ALTO	Muy alto	16	3	1	2
	Promedio alto	14	5	3	2
	Moderado alto	12	4	7	-3
MEDIO	Promedio alto	10	6	6	0
	Promedio	8	2	1	1
	Moderado medio	6	3	6	-3
BAJO	Moderado bajo	4	2	2	0
	Bajo	2	1	0	1
	Muy bajo	0	0	0	0

GRAFICO No. 07

DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS

COMPARACION DE PUNTAJES EN LA DIMENSION ESCUELA

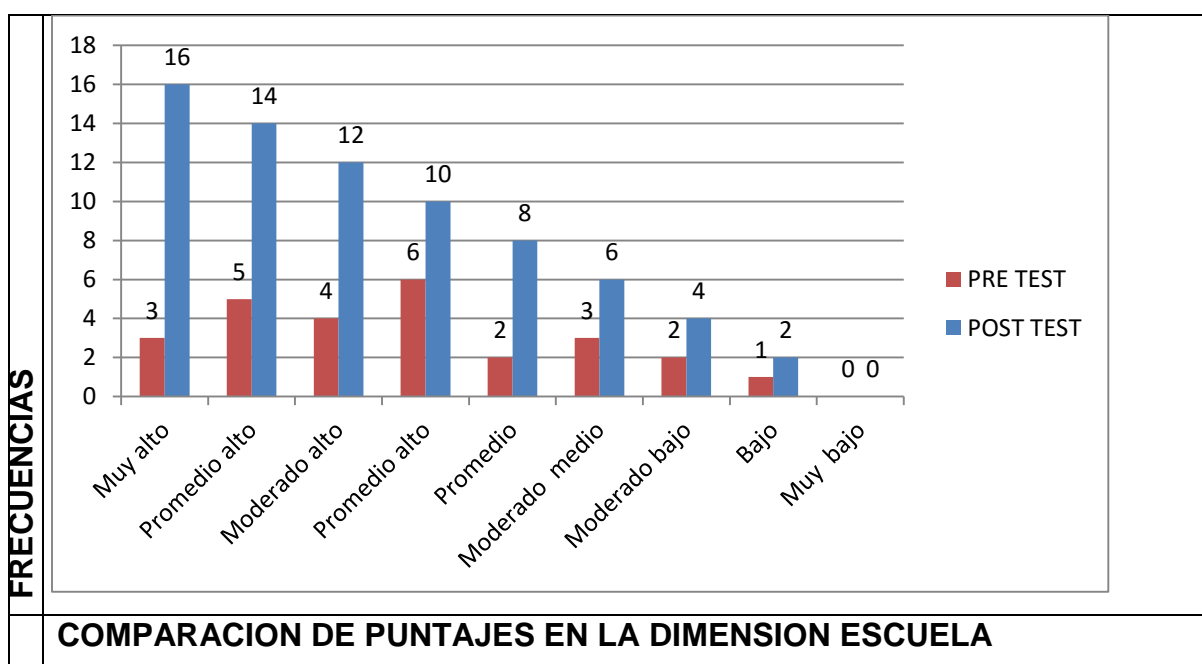


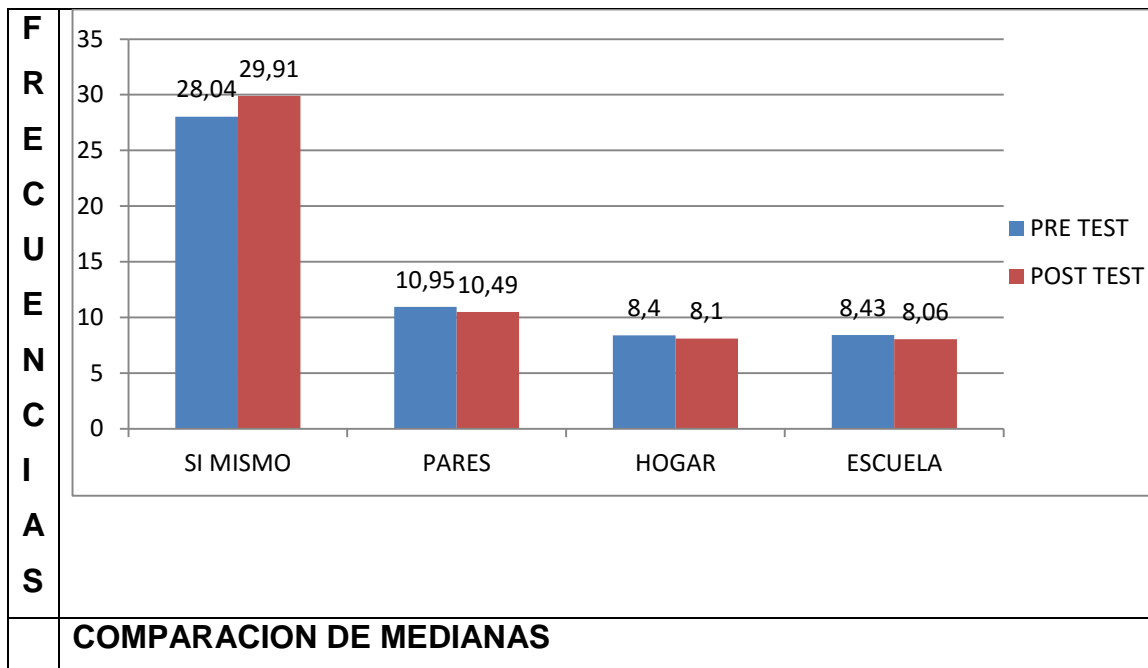
TABLA Nº 08

TABLA DE FRECUENCIAS DE COMPARACION DE MEDIANAS

ÁREAS DE AUTOESTIMA	PRE TEST	POST TEST	PROGRESO
SI MISMO	28.04	29.91	-1.87
PARES	10.95	10.49	0.46
HOGAR	8.4	8.1	0.3
ESCUELA	8.43	8.06	0.37
TOTAL	55.82	56.56	-0.74

GRAFICO No. 08

DIAGRAMA DE BARRAS DE FRECUENCIAS DE COMPARACION DE MEDIANAS



4.2 DISCUSION DE LOS RESULTADOS:

Al observar los cuadros y gráficos estadísticos con los resultados generales obtenidos en esta investigación se puede determinar que ha habido una mejora significativa de 86 puntos, la que resulta de la diferencia de la sumatorias de los puntajes de todos los estudiantes participantes tanto en el pre test y el post test; así mismo al observar los cuadros de comparación por cada estudiante uno por uno se aprecia que no todos los participantes a este programa de danzas han mejorado su nivel de autoestima: 11 estudiantes (42.30%) han mejorado su autoestima, 10 estudiantes han retrocedido (38.46 %) y 5 estudiantes (19.23%) han mantenido su nivel de autoestima y si los clasificamos en los niveles de autoestima en el nivel general (nivel alto, nivel medio, nivel bajo), se podría apreciar un ganancia de 4 alumnos en el nivel alto, un retroceso de 4 alumnos en el nivel medio y una igualdad o no mejora ni retroceso en el nivel bajo.

Esta investigación también se ha ocupado de determinar las mejoras en los niveles de autoestima en cada dimensión (si mismo, pares, hogar y escuela: componentes del resultado general).

Se aprecia que los resultados son muy alentadores, pues todos los participantes han mejorado sus niveles de autoestima en más de una de las dimensiones y también se han mantenido o retrocedido en otras dimensiones, a mi parecer los participantes mantienen cierta discreción y se reserva mucho en una dimensión pero se han abierto en otra dimensión.

Tal es así que en el cuadro de resultados generales de la dimensión SI MISMO, se aprecia que 2 estudiantes han mejorado en el nivel alto, 3 estudiantes han retrocedido en el nivel medio y 1 alumno ha descendido al nivel bajo, sin embargo al observar el gráfico de resultado por sub niveles, se puede apreciar la migración desde el nivel BAJO con una tendencia de superación desde el sub nivel MUY BAJO hacia el sub nivel superior MODERADO BAJO, significando ello una mejora en ese nivel y la migración o abandonen el sub nivel MODERADO MEDIO hacia los subniveles mejorados PROMEDIO ALTO hasta el nivel medio y alto, según los promedios generales. De igual modo se puede apreciar la migración de un subnivel inferior a otro sub nivel superior en señal de mejora, según los gráficos que muestran los resultados en dimensiones Pares, Hogar y Escuela. Haciendo una comparación de investigación en casos parecidos se aprecia resultados similares y fluctuantes.

En la tesis de Música basada en valores, para la mejora de la autoestima de los niños del Asentamiento Humano “El Milagro”- Trujillo, concluyendo la investigación manifiesta que después de la aplicación de su programa de música, los participantes que se encontraban en un nivel de autoestima pasaron a otro sub nivel evidenciando una considerable mejora. Así mismo las áreas en que se han mejorado han sido en este orden: área escuela, seguido de sí mismo general y social pares.

En la tesis programa educativo no formal para mejorar la autoestima en adolescentes concluye que los 4 ejes de estudio los más evidentes en generar cambios son: consideración de sí mismo y socialización, en tanto que los que generan menores cambios son relación con padres y relación en la escuela.

En la tesis Efectos de la Aplicación del Taller Creciendo en el Nivel de Autoestima de los alumnos del 2do. Año de educación secundaria de la Institución Educativa N° 80824 “José Carlos Mariátegui” Distrito del Porvenir Trujillo Año 2007, en su conclusión manifiesta resultados similares aduce: “esto se explica ya que una de las características de la autoestima según Calero M. (1997), es que la autoestima es dinámica, se desarrolla permanentemente de acuerdo a etapas y actividades que se realizan, así mismo Rodríguez M. (1991) dice que la autoestima no es innata es adquirida y que su naturaleza es dinámica por eso puede crecer, arraigarse, o interconectarse con otras actividades que se realizan y que además es perfectible en mayor o menor grado”.

Entonces, la comparación entre los resultados del pre test con el post test, para contrastar la hipótesis nos muestra que el resultado del post test es superior al resultado del pre test, lo cual refuerza lo que nos muestran los promedios comparativos, es decir que los efectos del programa de danzas han sido positivos y los alumnos que participaron en el obtuvieron un mejoramiento significativamente en el desarrollo de su autoestima.

CAPITULO V
CONCLUSIONES
Y

RECOMENDACIONES
CAPITULO V
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

1. Antes de aplicar el programa de danzas folclóricas el nivel de autoestima de los alumnos del 1er año de Educación Secundaria de la I.E “Luis Alberto Sanchez” se encontró en un nivel inferior al nivel que logro mejorar después de participar en el programa como se demuestra al observar las pruebas estadísticas, representando un progreso del 0,74%.

2. las dimensiones de autoestima SOCIAL y ESCUELA han tenido mayor mejora significattiva observándose una migración de un buen grupo de estudiantes hasta el nivel alto en su sub nivel muy alto, mientras que en la dimensión HOGAR que aun teniendo significancia se ha llegado hasta el nivel alto en su sub nivel promedio alto.

3. El efecto logrado, mediante el desarrollo del **programa de danzas folkloricas** , ha sido muy positivo en el mejoramiento cualitativo de la autoestima de los alumnos del 1er años de secundaria de la I.E “Luis Alberto Sanchez”, apreciándose mediante la observación de actitudes de seguridad, compañerismo y mejora en su proceso comunicativo.

4. Al concluir el estudio propuesto se puede afirmar que los talleres son una alternativa valida para desarrollar y mejorar la autoestima y contribuir con la personalidad de nuestros estudiantes.

5.2 RECOMENDACIONES

1. Que los programas de danzas folkloricas se hagan con los alumnos desde el inicio del año escolar, para poder ayudarlos en la solución de sus problemas.

2. La participación de los padres de familia se hace necesaria, para poder entender y comprender mejor a sus hijos, por esto sugerimos la adecuación de éstos talleres para ellos.

3.. En las actividades de aprendizaje, los docentes deben dar mayor importancia a las necesidades e intereses personales de los alumnos y no sólo a los aspectos teóricos cognoscitivos. Para ello, también es bueno involucrar a otros jóvenes, para que compartiendo sus inquietudes y dificultades puedan hallar solución a las mismas.

4. Con los alumnos que participan en el **programa de danzas** organizar y formar equipos para ser parte de otros talleres con sus compañeros y amigos, ya que ellos pueden compartir sus experiencias vividas.

5. Difundir y sugerir la aplicación del taller de danzas en las diferentes

Instituciones educativas nacionales, particulares y parroquiales en Chimbote y Nuevo Chimbote

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

A.D.T. (2013). Recuperado de: <http://www.adta.org/> About_DMT.

- Adler, J. (2002). *Offering From the Conscious Body: The Discipline of Authentic Movement*. Rochester,VT: Inner Traditions.
- Berrol, C.F., Ooi, W.L., & Katz, S.S. (1997). Dance/movement therapy with older adults who have sustained neurological insult: a demonstration project. *Am J Dance Therapy*(19), 135-160.
- Blair, S.N., Kohl, H.W., Paffenbarger, R.S., Clark, D.G., Cooper, K.H., & Gibbons, L.W. (1989). Physical fitness and allcause mortality. A prospective study of healthy men and women. *JAMA*, 262(17), 2395-2401.
- Doody, R.S., Stevens, J.C., Beck, C., Dubinsky, R.M., Kaye, J.A., Gwyther, L. (2001). Practice parameter: management Número 24, 2013 (2º semestre) RETOS. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación – 197 of dementia (an evidence-based review). Report of the Quality Standards Subcommittee of the American Academy of Neurology. *Neurology*, 56(9), 1154-1166.
- García, H. (1997). *La danza en la escuela*. Barcelona: Inde.
- Gardner, H. (1987). *Estructuras de la mente. la teoría de las múltiples inteligencias*. México: Fondo de Cultura Económica.
- GARDNER, Howard. La danza. En: *Revista Kinesis* Vol 2 N°. 6. Bogotá. D. E. (abril de 1991). Res. Min. Gobierno 2113/89.
- Jeong, Y.-J., Hong, S.-C., Lee, M.S., Park, M.-C., Kim, Y.-K., & Suh, C.-M. (2005). Dance movement therapy improves emotional responses and modulates neurohormones in adolescents with mild depression. *International Journal of Neuroscience*, 115(12), 1711- 1720.
- LE BOULCH, Jean. *El movimiento en el desarrollo de la persona*. Barcelona: Paidotribo, 1997. 339p. ISBN 84-8019-304-2.

□ Levy, F. J. (1992). *Dance movement therapy A healing art* (2nd Ed.). Virginia: National Dance Association American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance.

□ LIFAR, Serge. *La danza*. París: Tubor . S.A., 1968.

LIFAR, Serge. *La danza*. París: Tubor . S.A., 1968.

Merom, D., Cumming, R., Mathieu, E., Anstey, K.J., Rissel, C., Simpson, J.M. (2013). Can social dancing prevent falls in older adults? A protocol of the Dance, Aging, Cognition, Economics (DAnCE) fall prevention randomised controlled trial. *BMC Public Health*, 13(1), 477.

□ Marcial Pérez, Presidente de Neuraltis “danza y neurociencia”

□ Pate RR, O'Neill JR, & Lobelo F. (2008). The evolving definition of «sedentary». *Exerc Sport Sci Rev*, 36, 173-178.

□ Payne, H. (1992). *Dance Movement Therapy: theory and practice*. London: Routledge.

□ Penedo, F.J., & Dahn, J.R. (2005). Exercise and well-being: a review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Curr Opin Psychiatry*, 18(2), 189-193.

□ Sarah Rodríguez Cigarán (Dra. en Psicología por la Universidad de Deusto. Licenciada en Psicopedagogía) Avances en Salud Mental Relacional / Advances in relational mental health Vol. 8, núm. 2 – Julio 2009 Órgano Oficial de expresión de la Fundación OMIE Revista Internacional On-Line / An International On-Line Journal

□ Tremblay, M.S., LeBlanc, A.G., Kho, M.E., Saunders, T.J., Larouche, R., Colley, R.C. (2011). Systematic review of sedentary behavior and health indicators

□ BONET, JOSÉ-VICENTE. Sé amigo de ti mismo: manual de autoestima. 1997. Ed. Sal Terrae. Maliaño (Cantabria, España). ISBN 978-84-293-1133-4

BRANDEN , NATHANIEL. Cómo mejorar su autoestima. 1987. Versión traducida: 1990. 1ª edición en formato electrónico: enero de 2010. Ediciones Paidós Ibérica. ISBN 978-84-493-2347-8.

□ ROSS, MARTÍN. El Mapa de la Autoestima. 2013. Dunken. ISBN 978-987-02-6773-7

□ MIRANDA, CHRISTIAN (2005). «La autoestima profesional: una competencia mediadora para la innovación en las prácticas pedagógicas» (PDF). Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación 3 (1).

ANEXOS

IE 89298 "Luis Alberto Sanchez"

HUP. David Dasso Hocke

Nvo. Chimbote

**INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH
PRE TEST**

NOMBRES Y APELLIDOS :

.....

EDAD : **GRADO Y SECCION**

FECHA.....

SEXO: Masculino () Femenino ()

A continuación hay una lista de frases sobre como TÚ te sientes generalmente ya sea en tu casa, en el colegio, con tus amigos y en diferentes situaciones de tu vida diaria.

Si una frase describe cómo te sientes generalmente, escribe la V de "verdadero" en la columna de V.

Si la frase no describe cómo te sientes generalmente, escribe F de "falso". En la columna de las F.

	V	F
1. Generalmente las cosas que pasan no me afectan.	()	()
2. Es muy difícil hablar frente a la clase.	()	()
3. Si pudiera cambiaría muchas cosas de mí.	()	()
4. Puedo tomar decisiones fácilmente.	()	()
5. Soy una persona divertida.	()	()
6. En mi me casa me enojo fácilmente.	()	()
7. Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo.	()	()
8. Soy conocido(a) entre los chico(a)s de mi edad	()	()
9. Mis padres mayormente toman en cuenta mis sentimientos.	()	()
10. Me rindo fácilmente.	()	()
11. Mis padres esperan mucho de mí.	()	()
12. Es bastante difícil ser "yo mismo".	()	()

13. Mi vida está llena de problemas. () ()
14. mis amigos mayormente aceptan mis ideas. () ()
15. Tengo una mala opinión acerca de mi mismo(a). () ()
16. Muchas veces me gustaría irme de casa. () ()
17. Mayormente me siento fastidiado(a) en la escuela. () ()
18. Físicamente no soy tan simpático(a) como la mayoría de personas. () ()
19. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo. () ()
20. Mis padres me comprenden. () ()
21. La mayoría de las personas caen mejor de lo que yo caigo. () ()
22. Mayormente siento como si mis padres estuvieran presionados. () ()
23. Me siento demasiado triste en la escuela. () ()
24. Desearía ser otra persona. () ()
25. No se puede confiar en mí. () ()
26. No me preocupo de nada. () ()
27. Estoy seguro de mi mismo. () ()
28. Me aceptan fácilmente un grupo. () ()
29. Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos. () ()
30. Paso bastante tiempo soñando despierto. () ()
31. Desearía tener menos edad de la que tengo. () ()
32. Siempre hago lo correcto. () ()
33. Estoy orgulloso(a) de mi rendimiento en la escuela. () ()
34. Alguien siempre tiene que decirme lo que tengo que hacer. () ()
35. Generalmente me arrepiento de las cosas que hago. () ()
36. Nunca estoy contento(a). () ()
37. Estoy haciendo lo mejor que puedo. () ()
38. Generalmente puedo cuidarme solo(a). () ()
39. Soy bastante feliz. () ()
40. Preferiría jugar con niño(a)s más pequeño(a)s que yo. () ()
41. Me gustan todas las personas que conozco. () ()
42. Me gusta cuando me llaman a la pizarra. () ()
43. Me entiendo a mi mismo. () ()
44. Nadie me presta mucha atención en casa. () ()
45. Nunca me resonbran. () ()

46. No me está yendo tan bien en la escuela. () ()
47. Puedo tomar una decisión y mantenerla. () ()
48. Realmente no me gusta ser un(a) niño(a). () ()
49. No me gusta estar con otras personas. () ()
50. Nunca soy tímido(a). () ()
51. Generalmente me avergüenzo de mí mismo(a). () ()
52. mis amigos generalmente se agarran conmigo. () ()
53. Siempre digo la verdad. () ()
54. Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz. () ()
55. No me importa lo que me pase. () ()
56. Soy un(a) fracasado(a). () ()
57. Me fastidio fácilmente cuando me llaman la atención. () ()
58. Siempre se lo que digo. () ()

HOJA DE CLAVES DE RESPUESTAS PARA EL

INVENTARIO DE AUTOESTIMA (S.COOPERSMITH)

V	F	ITEM	()	(X)	ITEM	(X)	()	ITEM
			()	(X)	21.	(X)	()	41.
(X)	()	1.	()	(X)	22.	(X)	()	42.
()	(X)	2.	()	(X)	23.	(X)	()	43.
()	(X)	3.	()	(X)	24.	()	(X)	44.
(X)	()	4.	()	(X)	25.	(X)	()	45.
(X)	()	5.	(X)	()	26.	()	(X)	46.
()	(X)	6.	(X)	()	27.	(X)	()	47.
()	(X)	7.	(X)	()	28.	()	(X)	48.
(X)	()	8.	(X)	()	29.	()	(X)	49.
(X)	()	9.	()	(X)	30.	(X)	()	50.
()	(X)	10.	()	(X)	31.	()	(X)	51.
()	(X)	11.	(X)	()	32.	()	(X)	52.
()	(X)	12.	(X)	()	33.	(X)	()	53.
()	(X)	13.	()	(X)	34.	()	(X)	54.
(X)	()	14.	()	(X)	35.	()	(X)	55.
()	(X)	15.	(X)	()	36.	()	(X)	56.
()	(X)	16.	(X)	()	37.	()	(X)	57.
()	(X)	17.	(X)	()	38.	(X)	()	58.
()	(X)	18.	(X)	()	39.			
(X)	()	19.	()	(X)	40.			
(X)	()	20.						

CLAVES DE RESPUESTAS PARA LAS PLANTILLAS

DIMENSIONES (subescalas)		REACTIVOS	PUNTAJE MAXIMO	
1	SÍ MISMO GENERAL	1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 24, 25, 27,,31, 30. 34,37 38, 39, 43, 47, 48, 51, 55, 56, 57	26	52
2	SOCIAL - PARES	: 5, 8, 14, 21, 28, 40, 49, 52.	8	16
3	HOGAR - PADRES	6, 9, 11, 16, 20, 22, 29, 44,	8	16
4	ESCUELA	2, 17, 23, 33, 37, 42, 44, 46, 54	8	16
5	ESCALA DE MENTIRAS	26, 32, 36, 41, 45, 50, 53, 58.	8	

NIVELES DE AUTOESTIMA SEGÚN COOPERSMITH

NIVELES			PUNTAJES				
GENERA L	PUNTO S	SUB NIVEL S	PUNTO S	AREAS			
				SI MISM O	SOCIA L	HOGA R	ESCUEL A
ALTO	70 a 100	Muy alto	88 a 100	48-52	16	16	16
		Promedi o alto	79 a 87	44-46	14	14	12
		Moderad o alto	70 a 78	40-42	14	12	12
MEDIO	42 a 69	Promedi o alto	61 a 69	34-38	12	10	10
		Promedi o	52 a 60	30-32	10	8	84
		Moderad o medio	42 a 51	24-28	8	6	6
BAJO	0 a 41	Moderad o bajo	34 a 41	20-22	63	4	4
		Bajo	25 a 33	16-18	4	2	2

		Muy bajo	0 a 24	0-14	0-2	0	0
--	--	----------	--------	------	-----	---	---

IE 89298 "Luis Alberto Sanchez"

HUP. David Dasso Hocke

Nvo. Chimbote

LISTA DE COTEJOS

Lista de cotejos para observar como manifiesta su autoestima en el grado de relación que demuestra los alumnos del 1er año de Educación Secundaria de la I. E. Nº 88298 "Luis Alberto Sanchez" Nuevo Chimbote

DATOS INFORMATIVOS:

1. Nombres y apellidos del docente:.....
2. Nombre y apellidos del alumno.....
3. Fecha de Observación.....

Nº	INDICADORES A OBSERVAR	SI	N O
	Acepta los elogios que el dan sus compañeros		
	Acepta su personalidad tal como es		
	Actúa y esta seguro de lo que hace llevar a la práctica el concepto que se ha madurado respecto a sí mismo, con un comportamiento consecuente y coherente, al aprecio personal «Yo actúo así porque me quiero o valoro»		
	Apoya la creatividad y dice lo que sabe a los demás		
	Confía en el mismo para iniciar nuevas tarea		
	Creen en si mismas y en sus decisiones		
	Da sus opiniones, el modo, dice lo que el piensa y conoce		
	Es dinámico y demuestra confianza entre sus compañeros		
	Es abierto espontáneo dice lo que siente		

	Es acrílico y no teme decir la verdad		
	Es agresivo y causa daño a las cosas y a los demás		
	Es asertivo en sus conversaciones		
	Es asertivo y solidario y tiene muchos amigos entre sus compañeros		
	Es autónomo y cumple sus obligaciones escolares		
	Es tímido y así misma y con los demás		
	Es vanidosos y altanero ante sus compañeros		
	Esta dispuesto aceptar algunas críticas		
	Hace desorden en clase y molesta a sus compañeros		
	Identifica las cualidades de sus compañeros		
	Mantienen mejor sus relaciones interpersonales		
	Muestra su capacidad de expresiones emocionales, «como se siento»		
	Muestran entusiasmo en las nuevas actividades		
	Piensa en el futuro sin caer en ideas negativas «Jamás lo conseguiré» o «Lo bueno siempre les sucede a los demás.		
	Reconoce con facilidad sus cualidades y defectos		
	Reconoce la importancia de su familia		
	Reconoce sus habilidades y competencias que posee		
	Reconoce y valora a sus padres		
	Se a ama a el mismo y a acepta sus cualidades y sus defectos		
	Se acepta así mismo y a los demás		
	Se centras en las cosas buenas que hace y en sus grandes cualidades		
	Se considera querido y necesitado o los demás		
	Se integra con sus amigos		
	Se quiere a pesar de sus propios defectos y limitaciones		
	Se siente envidiado por algún logro personal		
	Siempre es dispuesto a realizar sus tareas		
	Superan sus problemas		
	Tiene autonomía personal facilita un manejo acertado de las		

	dificultades personales		
	Tiene Una imagen positiva y creer en el a pesar de la adversidad y de las contrariedades de la vida		
	Tiene una opinión equivocada de sí mismo		
	Tienen confianza en si misma y en sus habilidades		

IE 89298 "Luis Alberto Sanchez"

HUP. David Dasso Hocke

Nvo. Chimbote

SESION DE APRENDIZAJE No.....

PROYECTO : "APLICACIÓN DE UN PROGRAMA DE DANZAS PARA MEJORAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA EN LOS ALUMNOS DEL PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA I.E 88298 "LUIS ALBERTO SÁNCHEZ", NVO CHIMBOTE _ 2014

I DATOS INFORMATIVOS:

GRADO FECHA HORA TIEMPO

.....

II EXPECTATIVAS DE LOGRO:

CRITERIOS	CONOCIMIENTO	CAPACIDAD	EVALUACION	
			INDICADOR	INST
EXPRESION ARTISTICA				
APRECIACION ARTISTICA				
ACTITUD ANTE EL				

AREA		
------	--	--

III SITUACION DE APRENDIZAJE:

MOMENTOS		ACTIVIDADES Y ESTRATEGIAS	TIEMPO	M.M.E
INICIO	Motivación Exploración Problematización Desequilibrio cognitivo			
	Declaración del tema			
PROCESO	Básico -leen -conceptualizan -socializan			
	Practico -producen -representan			
	Evaluación -Meta cognición -Autoevaluación Hetero evaluación			
FINAL	Transferencia Extension			

Bach. Pablo Aranda Soplas
Investigador

Vo. Bo.
Direccion

IE 89298 "Luis Alberto Sanchez"

HUP. David Dasso Hocke

Nvo. Chimbote

LISTA DE PARTICIPANTES AL TALLER

PROYECTO : "APLICACIÓN DE UN PROGRAMA DE DANZAS PARA MEJORAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA EN LOS ALUMNOS DEL PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA I.E 88298 "LUIS ALBERTO SÁNCHEZ", NVO CHIMBOTE _ 2014

GRADO Y SECCION: 1 ERO AÑO "C" NIVEL SECUNDARIA

ORDEN	CODIGO	APELLIDOS Y NOMBRES	SEXO
1	08063754600130	BERRU CASTILLO, Johana Stefany	M
2	06100252600370	CABANILLAS CUEVA, Lesli Lizet	M
3	07021644000920	CASTAÑEDA GASPAS, Alexander Renzo	H
4	00000072099889	CASTAÑEDA ROMERO, Yunely Mabel	M
5	07100252600110	CHAVEZ HENRRRIQUEZ, Kelly Jasmin	M
6	00000074537099	CURO REYES, Viky	M
7	00000060992065	FLORES PINTO, Irwin Joseph	H
8	07100381300040	GUEVARA SOLANO, Leslie Yamile	M
9	00000075156414	HUIÑAC VERGARAY, Yoshira Elizabet	M
10	07063754600130	MARTINEZ RAMOS, Emerson Esidio	H
11	07057028300100	PEREZ VARAS, Anabel Nayeli	M

12	07057028300090	PEREZ VARAS, Angel Abel	H
13	08072427800580	RODAS CONTRERAS, Nayely Elizabeth	M
14	04100252600310	RODRIGUEZ TAPIA, Noemi Loyda	M
15	09063754604740	ROSALES RAMOS, Jesus Angel	H
16	06100252600490	SILVESTRE QUIÑONES, David Anthony	H
17	05060596400140	SOLORZANO ESTRADA, Marleny Rocio	M
18	04050901800880	TRUJILLO PAREDES, Jean Carlos	H
19	08063754600220	UYPAN CAPUÑAY, Luz Marina	M
20	06063754600110	VALLAGARES CAGUALLAY, Jesus	H
21	04063754600890	VASQUEZ QUIROZ, Lady Ghilary	M
22	06131944100240	VIDAL TORRES, Ariana Jackeline	M
23	07131931800420	VILLANUEVA LEON, Karina Celeste	M
24	07002200400590	VILLANUEVA RAMOS, Maria Fernanda	M
25	06057028300310	YUPAN TARAZONA, Maricruz Jhenyfer	M
26	06035991900940	ZAVALETA RODRIGUEZ, Armando Jean Piere	H

 Bach.. Pablo Aranda Soplas
 Investigador

IE 89298 "Luis Alberto Sanchez"

HUP. David Dasso Hocke

Nvo. Chimbote

LISTA DE COTEJO

PROYECTO : "APLICACIÓN DE UN PROGRAMA DE DANZAS PARA MEJORAR EL NIVEL DE AUTOESTIMA EN LOS ALUMNOS DEL PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA I.E 88298 "LUIS ALBERTO SÁNCHEZ", NVO CHIMBOTE _ 2014

FECHA :

GRADYOY SECCION : NIVEL :

SECUNDARIA

TEMA

.....

ESCALA VALORATIVA			CAPACIDAD//ACTITUD	INDICADORES	
✓	SI			1	
X	NO			2	

No.	CODIGO	APELLIDOS Y NOMBRES	INDICADORES				OBSERVACIONES
			1	2	3	4	
1	08063754600130	BERRU CASTILLO, Johana Stefany					
2	06100252600370	CABANILLAS CUEVA, Lesli Lizet					
3	07021644000920	CASTAÑEDA GASPAS, Alexander Renzo					
4	00000072099889	CASTAÑEDA ROMERO, Yunely Mabel					

5	07100252600110	CHAVEZ HENRRIQUEZ, Kelly Jasmin					
6	00000074537099	CURO REYES, Viky					
7	00000060992065	FLORES PINTO, Irwin Joseph					
8	07100381300040	GUEVARA SOLANO, Leslie Yamile					
9	00000075156414	HUIÑAC VERGARAY, Yoshira Elizabet					
10	07063754600130	MARTINEZ RAMOS, Emerson Esidio					
11	07057028300100	PEREZ VARAS, Anabel Nayeli					
12	07057028300090	PEREZ VARAS, Angel Abel					
13	08072427800580	RODAS CONTRERAS, Nayely Elizabeth					
14	04100252600310	RODRIGUEZ TAPIA, Noemi Loyda					
15	09063754604740	ROSALES RAMOS, Jesus Angel					
16	06100252600490	SILVESTRE QUIÑONES, David Anthony					
17	05060596400140	SOLORZANO ESTRADA, Marleny Rocio					
18	04050901800880	TRUJILLO PAREDES, Jean Carlos					
19	08063754600220	UYPAN CAPUÑAY, Luz Marina					
20	06063754600110	VALLAGARES CAGUALLAY, Jesus					
21	04063754600890	VASQUEZ QUIROZ, Lady Ghilary					

22	06131944100240	VIDAL TORRES, Ariana Jackeline					
23	07131931800420	VILLANUEVA LEON, Karina Celeste					
24	07002200400590	VILLANUEVA RAMOS, Maria Fernanda					
25	06057028300310	YUPAN TARAZONA, Maricruz Jhenyfer					
26	06035991900940	ZAVALETA RODRIGUEZ, Armando Jean Piere					

Bach.. Pablo Aranda Soplas

Investigador

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

DE TRABAJOS REALIZADOS COMO ANTECEDENTES AL PROYECTO



1er grupo de presentacion para el "Dia dela Madre" Danza:"los Shacshas"

Demuestran compañerismo, trabajo de equipo y seguridad



2do grupo de presentacion
para el "Dia dela Madre"

Danza:"la cajamarquina

Demuestran seguridad y confianza frente al público

”



Grupo de presentación
Para el “Día del Padre”



Danza “Festejo”



GRUPO DE PRESENTACION
ANIVERSARIO DE LA IE.



ENSAYANDO