

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DEL PERÚ**

FACULTAD DE EDUCACIÓN



El uso de estrategias de expresión corporal para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años en modalidad de educación a distancia

Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Educación con especialidad en Educación Inicial que presenta:

Maria Alejandra Bellido Cardenas

Asesora:
Vanessa Malca Vela

Lima, 2022

RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado “El uso de estrategias de expresión corporal para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años en modalidad de educación a distancia, tiene por objetivo general: Analizar las estrategias de expresión corporal que utiliza la docente de un aula de 5 años, de una institución educativa pública de Lima para favorecer la regulación de emociones y los objetivos específicos: (i) Identificar las concepciones que tiene la docente sobre la expresión corporal y sus beneficios en niños de 5 años y (ii) Describir las estrategias de expresión corporal propuestas por la docente del aula para favorecer la regulación de emociones.

Esta propuesta está basada en que los niños y niñas por el contexto actual de la pandemia, desarrollan sus clases en modalidad de educación a distancia y es necesario que los docentes realicen sus sesiones de acuerdo a los intereses y necesidades de sus estudiantes. Por lo cual, se ha tenido como informante a la docente del aula, a quien se la entrevista y se observa en ocho sesiones de clases.

Esta tesis pretende evidenciar, la importancia del uso de diferentes estrategias basadas en expresión corporal en las aulas, con mayor énfasis, en esta modalidad de educación a distancia, ya que, de ese modo, los estudiantes podrán expresar sus sentimientos, emociones y pensamientos mediante el movimiento. En relación a los resultados obtenidos, se puede mencionar que la docente del aula de 5 años de edad, utiliza estrategias de expresión corporal en el aula, lo cual permite que los niños y niñas de nivel inicial, regulen sus emociones de manera progresiva.

Palabras clave: Expresión corporal - Regulación de emociones - Educación a distancia - Movimiento - Estrategias docentes

ABSTRACT

The present research work entitled "The use of strategies of corporal expression to favor the regulation of emotions in a classroom of 5 years in distance education modality, has as a general objective: To analyze the strategies of corporal expression used by the teacher of a classroom of 5 years, of a public educational institution in Lima to favor the regulation of emotions and the specific objectives: (i) Identify the conceptions that the teacher has about corporal expression and its benefits in 5-year-old children and (ii) Describe the corporal expression strategies proposed by the classroom teacher to favor the regulation of emotions.

This proposal is based on the fact that children, due to the current context of the pandemic, develop their classes in distance education mode and it is necessary for teachers to carry out their sessions according to the interests and needs of their students. Therefore, the classroom teacher has been taken as an informant, who is interviewed and observed in eight class sessions.

This thesis intends to show the importance of the use of different strategies based on corporal expression in the classroom, with greater emphasis, in this distance education modality, since, in this way, the students will be able to express their feelings, emotions and thoughts through the movement. In relation to the results obtained, it can be mentioned that the 5-year-old classroom teacher uses corporal expression strategies in the classroom, which allows children at the initial level to regulate their emotions progressively.

Keywords: Body expression - Emotion regulation - Distance education - Movement - Teaching strategies

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	6
CAPÍTULO I: LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA ESCUELA	9
1.1 La expresión corporal: Trabajo con uno mismo y con el entorno	9
1.1.1 Definición de expresión corporal	9
1.1.2 Beneficios de la expresión corporal en relación con uno mismo y en relación a los demás	12
1.2 Aspectos que favorecen la expresión corporal en el ámbito educativo	15
1.2.1 El Juego	16
1.2.2 Psicomotricidad	17
1.2.3 Comunicación	18
1.2.4 Socioafectivo	19
CAPÍTULO II: LA EXPRESIÓN CORPORAL Y LA REGULACIÓN DE EMOCIONES EN NIÑOS DE NIVEL PREESCOLAR	21
2.1 Importancia de la regulación de emociones	22
2.1.1 Definición de la regulación de emociones	23
2.1.2 Aspectos vinculados a la regulación emocional	25
2.1.3 Vínculo afectivo del niño y la docente en la modalidad de educación a distancia	27
2.2 La importancia de la expresión corporal como medio para favorecer la regulación de emociones	29
2.3 Estrategias docentes que favorecen la regulación emocional a través de la expresión corporal	31
2.3.1 Reconocimiento del cuerpo	32
2.3.2 Iniciación Lúdica: Juego, Danza, Teatro y Música	33
CAPÍTULO III: DISEÑO METODOLÓGICO	37
3.1 Enfoque y tipo de investigación	37
3.2 Presentación de problema y objetivos	37
3.3 Categorías y subcategorías	38
3.4 Fuentes e informantes	39
3.5 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos	39
3.6 Técnicas para la organización, procesamiento y análisis de datos	41
3.7 Principios de la ética de la investigación	41
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	42
4.1 Expresión Corporal	42
4.1.1 La expresión corporal: Trabajo con uno mismo y con el entorno	42
4.1.2 Aspectos que favorecen la expresión corporal en el campo educativo	43

4.2 Limitaciones para el trabajo de expresión corporal en el nivel inicial.....	45
4.2.1 Espacio físico.....	45
4.2.2 Trabajo con los padres de familia.....	46
4.3 Regulación de emociones.....	47
4.3.1 Importancia de la regulación emocional.....	47
4.3.2 La importancia de la expresión corporal como medio para favorecer la regulación de emociones.....	49
4.3.3 Estrategias docentes que favorecen la regulación emocional a través de la expresión corporal.....	51
CONCLUSIONES.....	53
RECOMENDACIONES.....	54
REFERENCIAS.....	55
ANEXOS.....	62



INTRODUCCIÓN

El tema de estudio de la presente investigación comprende al uso de estrategias de expresión corporal para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años en modalidad de educación a distancia el cual corresponde a la línea de investigación “Desarrollo y Educación Infantil”, propuesto por la Facultad de Educación de la Pontificia Universidad Católica del Perú.

Lo que se desarrolla en esta línea es que se describe y analiza el desarrollo y la educación en la etapa infantil, tales como la atención integral de la niña y el niño menor de tres años, la calidad de la educación infantil de cero a seis años, los procesos de crianza en la primera infancia, la familia y la comunidad en el desarrollo de la infancia, los programas y servicios para niños menores de seis años. (Mendivil et.al, 2020:4). Por este motivo, el problema de investigación planteado es: ¿Cuáles son las estrategias de expresión corporal que utiliza la docente del aula, para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años de una institución educativa pública de Lima?

El objetivo general de esta investigación es analizar las estrategias de expresión corporal que utiliza la docente del aula de 5 años de una institución educativa pública de Lima, para favorecer la regulación emocional. A partir de este, se formularon los siguientes objetivos específicos: (i) Identificar las concepciones que tiene la docente sobre la expresión corporal y sus beneficios en niños de 5 años y (ii) Describir las estrategias de expresión corporal propuestas por la docente del aula para favorecer la regulación de emociones.

Por consiguiente, el enfoque es cualitativo, es decir, se van a dar a conocer los datos en base a la realidad y los puntos de vista de los participantes. Al respecto, Crespo y Salamanca (2007) señalan que el diseño cualitativo, es que este es flexible ya que puede adaptarse a lo que se descubre mientras continúan recopilando la información, los datos pertinentes para la investigación. Suele ser de forma holística, porque normalmente se focaliza en el estudio de forma general y requiere también un análisis continuo de los datos. En suma, el nivel es descriptivo porque explica las características de un área de

interés, en este caso, acerca del ámbito educativo. Tamayo (2020), hace hincapié en que este tipo de estudio busca describir situaciones mediante características, se expresa cómo se va a recoger la información y se da a conocer cómo se informará sobre los resultados obtenidos.

Los antecedentes encontrados relacionados al tema de investigación son los siguientes: Morales (2010) indica que la expresión corporal debe desarrollarse durante la primera infancia ya que se obtiene algunos beneficios como la comunicación interpersonal, como medio de reflexión y observación y de igual forma es posible destacar los aspectos pedagógicos que esta disciplina fomenta, como el uso del cuerpo en la danza, teatro, así como el juego y la psicomotricidad.

Por otro lado, en cuanto a la regulación de emociones, Cepa et al. (2016) hacen mención a las emociones del ser humano, las cuales son importantes y necesarias para reflejar el mundo interno. Asimismo, añaden que, para poder llegar a tener control sobre las emociones, se requiere un proceso en el que se vaya construyendo gradualmente las disposiciones y habilidades, de acuerdo al desarrollo evolutivo de cada niño y niña.

Frente a los antecedentes mencionados, distintos autores reflejan las ventajas que conlleva utilizar la expresión corporal para poder favorecer la regulación de emociones. En definitiva, el aspecto educativo es primordial para que los infantes puedan desenvolverse, expresando sus emociones, sentimientos y con el paso del tiempo y acompañamiento del docente, poder ir regulando sus emociones. El niño y la niña, va a desarrollar su autonomía, autocontrol e interacción con su entorno.

Cabe mencionar que, el presente trabajo de investigación surge a partir de tomar en consideración la expresión corporal como campo de exploración a través del cuerpo, movimiento con el fin de que cada niño y niña pueda transmitir sus ideas, pensamientos y de igual manera, obtener beneficios para él mismo y su relación con el entorno. A su vez, se decidió profundizar en cuanto la regulación emocional ya que desde la primera infancia se debe involucrar los aspectos emocionales de las niñas y niños, para que, por medio del arte, puedan progresivamente tener control de sus emociones.

En segundo lugar, se considera fundamental poder relacionar la disciplina de expresión corporal con la regulación de emociones en un contexto educativo con modalidad a distancia, en la que muchas familias, fuera del ámbito escolar, no encuentran un momento que conlleve el movimiento, el juego con sus hijos. Por lo cual, el rol del docente y las funciones dentro de las sesiones de clase que incorpora, es de gran utilidad para que los estudiantes puedan tener su espacio de expresión no verbal, en este caso, planteando la expresión corporal como una herramienta para facilitar la regulación de emociones, llevando así a que cada uno tenga una retrospcción interna, de acuerdo a lo que siente y también cómo influye en su entorno. Además, apoya en las interacciones con sus pares, a modo que en diversas situaciones pueda obtener control, identificando cómo se siente él mismo y el otro. Como último punto importante, es esencial mencionar que esta investigación está siendo dirigida hacia docentes, quiénes podrán conocer la importancia de llevar a la práctica el uso de diferentes estrategias de movimiento con sus niños y niñas desde nivel inicial, así como el uso de diversas estrategias de movimiento, las cuales van a favorecer un mejor acompañamiento a distancia a los niños y niñas en la regulación de emociones.

La presente investigación cuenta con cuatro capítulos. El primero y el segundo comprenden el marco teórico en el que se tratan aspectos vinculados a la expresión corporal y regulación emocional desde el aporte de distintos autores e investigadores. En el tercer capítulo se encuentra el diseño metodológico, en el cual se describen los componentes principales del trabajo. Se encarga de organizar todos los procesos que se desarrollan como los objetivos, los informantes, las técnicas e instrumentos de recolección. En el último capítulo se presenta el análisis de resultados y finalmente se procede a mostrar las conclusiones y recomendaciones brindadas para una mejora en cuanto al problema de la investigación y las referencias utilizadas.

CAPÍTULO I: LA EXPRESIÓN CORPORAL EN LA ESCUELA

En el presente capítulo se ha querido profundizar el tema de expresión corporal. Cómo es que esta disciplina aparece de forma innata en el cuerpo, cómo los seres humanos la necesitan para expresar sus sentimientos, pensamientos y emociones. También se quiere hacer hincapié en la relación entre expresión corporal y la escuela, precisamente en la primera infancia que es en la etapa en la cual se favorece al infante porque se sabe que los niños y niñas utilizan su cuerpo para transmitir ciertos mensajes cuando no desean usar un lenguaje verbal y cumple un rol muy importante ya que sirve para que se puedan expresar ante el mundo exterior y les sirve a ellos mismos, para llegar a comprenderse.

1.1 La expresión corporal: Trabajo con uno mismo y con el entorno

La expresión corporal aparece en la vida del ser humano de manera genuina y le permite manifestar sus deseos, emociones, pensamientos. Si bien esta disciplina corporal, empieza por uno mismo, no se puede dejar de lado al aspecto colectivo debido a que las personas están en constante vínculo, comunicación y movimiento con otras con quienes interactúan.

De acuerdo a Guerrero (2017):

La expresión corporal se comunica siendo el medio de contacto con el entorno, la familia y la cultura. El cuerpo es el lugar de encuentro, el que reconoce y produce vivencias en la interacción con el mundo, creando unos códigos de comunicación y un propio lenguaje. (p.94)

La autora propone que la base principal del ser humano para comunicarse es el cuerpo y es el punto de partida para la relación con uno mismo y con los demás. Esto lo desarrollaremos con mayor precisión a continuación.

1.1.1 Definición de expresión corporal

La expresión corporal es una forma de comunicación no verbal. Durante los primeros años de vida, las personas están en constante desarrollo del lenguaje y muchas veces, el cuerpo es un apoyo para poder transmitir ideas, pensamientos, sensaciones y emociones. Conforme van creciendo, los gestos y movimientos

acompañan a las palabras y aporta para que el mensaje sea aún más claro. Castañer y Torrents (2009), indican que la expresión corporal se define como la disciplina con la cual las personas pueden descubrir una comunicación propia, interna, por y a través del cuerpo. Esta disciplina se enfatiza en trabajar primero de manera individual, desde lo que uno es y cómo se va construyendo a lo largo del tiempo frente a las experiencias y hechos ocurridos.

Stokoe (como se citó en Armada, 2017), plantea que la expresión corporal es:

Una manera de exteriorizar estados de ánimo y reflejar sentimientos, teniendo como finalidad un desarrollo integral del ser humano. Posteriormente, conceptualizó la expresión corporal como una forma de danza y un lenguaje que da la posibilidad de entrar en contacto consigo mismo, en una fase llamada intracomunicación, y con los demás, generando un mayor conocimiento de estos, así como una expresión y comunicación con el resto del mundo, en lo que define como fase intercomunicativa. (p.6)

Los medios con los cuales el ser humano se expresa son: gestos, posturas, conciencia corporal, la energía del movimiento, entre otros. Justamente lo que se busca en la expresión corporal es encontrar la esencia personal del individuo, considerando sus características, contexto y respetando su tiempo de introspección, ya que debe haber una conexión interna con uno mismo. De igual manera, Amézaga y Carnero (2019) señalan que:

En la expresión corporal, los cuerpos actúan con mayor o menor fuerza muscular dependiendo de la intensidad del movimiento. El grado de tensión muscular con que se desarrolla el movimiento, también origina distintos ritmos, que requieren de un cierto control y dominio del cuerpo para manejar las distintas gamas de intensidades en distintas zonas expresivas corporales (p.6).

Estas características relatadas comprenden el movimiento corporal de manera orgánica ya que como se hace hincapié, al realizarse el movimiento desde las capacidades físicas que uno tenga, esos ejercicios corporales se van desmenuzando

en acciones cotidianas como flexiones, saltos, el movimiento en un espacio determinado. Es decir, la expresión corporal se enlaza y está presente en la vida cotidiana de cada persona.

El cuerpo humano se convierte en una manera de expresión que cada persona emplea de acuerdo a sus necesidades, pensamientos y le sirve para ponerse en contacto con él mismo y con los demás. Cabe destacar que al mencionar que la expresión corporal parte de lo que uno es, no debe tener calificaciones o denotaciones respecto a si el movimiento está correctamente realizado o estéticamente correcto. Lo que se debe tener como elemento primordial es lo que cada individuo puede construir. Por su parte Mora (2015) relata que la expresión corporal es una actividad centrada en la comprensión del propio cuerpo y el fin es transmitir un conocimiento corporal, destacando una incorporación de saberes y actitudes para que se logre internalizar.

Autores como Calvo, et al. (2013), complementan lo dicho de la siguiente manera:

La expresión corporal lo que busca es trascender la expresión cotidiana. Dicho de otro modo, que cada persona a través del estudio en profundidad de su cuerpo encuentre un lenguaje propio y establezca las bases necesarias para la expresión y comunicación con los demás. (p.19)

Vinculando lo expresado a la etapa escolar, Arguedas (2004) sostiene que el objetivo primordial de la expresión corporal focalizada en niños y niñas surge del respeto, identidad y unidad de cada ser humano. Abarca también su manera de procesar la información y el aprendizaje, con el propósito de desarrollar la creatividad, fortaleciendo la sensibilidad y autoestima de cada uno, considerando sus habilidades, limitaciones y posibilidades.

Como bien se detalla en todo este apartado, la expresión corporal se produce de manera innata, es el producto de lo que cada ser humano es y así poder desenvolverse en su entorno, proporcionando a sí mismo ideas, pensamientos o sentimientos conectados con su mismo cuerpo para poder entenderse y manifestar aquello a los demás.

Por consiguiente, lo que se evidencia es que la expresión corporal no puede desligarse de la relación con uno mismo y con los demás. Este aspecto se detalla a continuación.

1.1.2 Beneficios de la expresión corporal en relación con uno mismo y en relación a los demás

La expresión corporal surge de manera innata, ya que, desde que uno nace, y sin tener el desarrollo del lenguaje establecido, uno expresa lo que siente a través de gestos y movimientos; es decir, el cuerpo es el primer medio que utilizamos para comunicarnos. Es a partir de ello que se favorece nuestra relación con el otro; lo corporal si bien empieza por el trabajo individual, existe un momento en que el ser humano tiene la necesidad de conectar e interrelacionarse con los demás. De esta manera, la expresión corporal al empezar a trabajarse a partir de uno mismo conlleva a que la persona tenga una introspección interna, lo cual abre paso a la sensibilidad, conexión y manifestación de lo más profundo. García complementa lo expresado: “Es un medio de expresión artística que propicia la sensibilización, la comunicación, la expresión, la improvisación y la creación, donde el instrumento fundamental es el propio cuerpo” (2011, p.61).

Esta disciplina promueve el desarrollo intelectual, sensorial, emocional y físico, haciendo uso de técnicas que aporten en la atención, concentración de cada uno. La importancia de aquello es primordial en la etapa preescolar porque es cuando los infantes se van desarrollando en todos los aspectos y exploran en el mundo exterior, ya sea con los objetos, personas y también las emociones.

En la mayoría de ocasiones los movimientos dependen de las emociones, sensaciones y ritmos que experimente cada persona. De igual forma, es importante que los individuos que hacen uso de esta práctica, deben estar abiertos a valorar distintas posibilidades de expresión del propio cuerpo y no perder la motivación para poder desplegar la imaginación, integración y participación. Prados (2019) enfatiza que la expresión corporal es un proceso de encuentro, diálogo y búsqueda que cada estudiante debe realizar, focalizándose en los lenguajes que ellos mismos desean expresar.

De igual forma, colabora para que los niños y niñas tengan un crecimiento saludable, debido a que, aporta en su sistema cognitivo, motor, emocional, etc. Como también ayuda a controlar el esquema corporal de cada uno y permite conocer de esa manera las limitaciones y capacidades a nivel kinestésico.

Tal y como lo afirma Laban (1978), mientras el infante va creciendo, se le puede hacer tomar conciencia con las distintas posibilidades de juego mediante el cuerpo y sea consciente de sus capacidades y limitaciones, utilizando los hombros, la cabeza, los brazos, y todo lo que esté en sus posibilidades.

Otros autores, como Amézaga y Carnero (2019), afirman que: “La Expresión Corporal como campo de conocimiento de específicas particularidades, tiene el valor de servir como herramienta para encontrar un lenguaje personal con el que poder comunicar y expresar, independientemente del dominio verbal” (p.10).

Como se observa la expresión corporal si bien se trabaja a nivel individual, también existe una relación con el otro que no puede estar ajena al trabajo personal. Es una característica que va enlazada con aquella debido a que parte de uno, pero es necesario entablar relaciones con las demás personas para sobrellevar una convivencia.

En la escuela, que es el lugar donde los niños y niñas pasan más tiempo con sus pares, se puede desarrollar esta disciplina basada en estrategias o actividades que el y la docente proponen para estimular el vínculo que debe haber entre compañeros del aula, ya que, al ser diferentes, también varía en la forma de comunicar. Un aspecto para fundamentar la importancia de este beneficio en relación a lo colectivo y poder trabajarlo en un contexto de emergencia sanitaria es que justamente al estar los niños en casa, encerrados, se necesita reforzar el juego, el movimiento y su creatividad para que no se pierda la conciencia de que existe el otro, que, si bien es distinto porque tiene características diferentes, también existe un punto en común que es el cuerpo y las diversas manifestaciones que se realiza con este. Barboza (2021), complementa dicha información mencionando que se debe promover el dinamismo corporal mediante movimientos libres, coordinados ya que los infantes permanecen sentados por horas en horario escolar, lo que también puede tomarse como contraproducente para su aprendizaje.

Como bien lo menciona García (2011), cuando se trabaja de manera colectiva, se promueve que los niños sean solidarios, responsables y también se les motiva a utilizar las emociones en los cuales se cultiva la interrelación entre los pares, con la familia y con el ámbito escolar a su vez. Frente a lo mencionado, lo que se puede establecer es que es interesante el reconocimiento a uno mismo, el cual va a permitir conocerse, aceptarse para luego también verse a través de los pares y conlleva a volver a tomar una introspección interna de la visión de uno mismo.

Las personas al poder comunicar de manera distinta lo que cada uno es y siente, crea junto al otro una conexión y son capaces de llegar a tener una nueva forma de entendimiento, que puede ser acompañado de los mensajes verbales o no. El poder formar un vínculo con el otro a través del movimiento en ciertas ocasiones puede tomar tiempo ya que debe de haber cierta apertura y confianza para luego, llegar a la conexión antes mencionada. En ese sentido, Calvo, et al. (2013) consideran pertinente una lista de beneficios que conlleva esta disciplina: Permite que se trabaje en equipo y por ende se socializa y establece relaciones con los miembros del grupo, también se desarrolla la capacidad creativa y se disfruta del movimiento mismo como un método para dejar las tensiones y los problemas que pueda tener la persona en este momento. Es decir, promueve una mejor interrelación con los otros en el trabajo grupal. Esto lleva a señalar que en muchas ocasiones, se les pide a los estudiantes que realicen trabajos grupales de ciertas áreas, sin embargo, a través del movimiento ellos expresarán lo que deseen como forma de canalizar sus posibilidades.

Al evidenciar esta lista de beneficios grupales, debemos tomar en cuenta que el movimiento parte de uno mismo, pero genera cierto impacto también en los demás y que, incluso, es un aporte para trabajar de manera colectiva.

Como se refleja en las investigaciones mencionadas, el vínculo entre la relación con uno mismo y los demás con la expresión corporal son muy similares y no se pueden desligar fácilmente. Es por ello que se presenta una síntesis de dichos beneficios en la siguiente tabla:

Tabla 1

Beneficios de la expresión corporal

Beneficios a nivel personal	Beneficios a nivel colectivo
<ul style="list-style-type: none">● Conlleva a que la persona tenga una introspección interna● Apertura a la sensibilidad● Favorece el proceso creativo● Promueve el desarrollo intelectual, sensorial, emocional y físico● Mecanismo de búsqueda y conocimiento personal● Aporta en la respiración, coordinación, reposo y motricidad● Ayuda en tomar conciencia en el esquema corporal y la posición en el espacio● Ayuda a conocer las limitaciones y capacidades	<ul style="list-style-type: none">● Ayuda a tener conciencia grupal● Favorece al entablar relaciones interpersonales● Se promueve la solidaridad, responsabilidad● Aporta en lo emocional● Conciencia de las limitaciones y capacidades● Se llega a otro nivel de conexión con los demás● Construye nuevas relaciones sociales● Posibilidades de comunicación y tolerancia● Se desarrolla la capacidad creativa

Fuente: Elaboración Propia

Además de los beneficios a nivel individual y en relación con los demás, la expresión corporal favorece también ciertos aspectos del ámbito educativo que se verá a continuación.

1.2 Aspectos que favorecen la expresión corporal en el ámbito educativo

Los niños y niñas en la edad preescolar, aprenden mediante el juego, el movimiento y la expresión. Tanto el juego como la psicomotricidad y comunicación son elementos importantes en esta investigación debido a que, se fusionan con el movimiento, el lenguaje, lo motriz y lo dinámico para los pequeños.

“Desarrollar la motricidad en el niño propicia el desarrollo intelectual, físico y emocional, por esta razón, es esencial que los maestros generen espacios de expresión corporal donde conozcan su cuerpo y el espacio. El juego es el medio indicado para motivar el movimiento y el lenguaje gestual a través de la imitación que promueve la desinhibición, el ingenio, la imaginación y la iniciativa.” (Guerrero, 2017, p.95)

El desarrollo de las habilidades motoras de un niño promueve el desarrollo intelectual, físico y emocional. Como lo menciona el autor, existe una relación entre estos aspectos, los cuales van a nutrir al infante en su desarrollo integral, permitiendo que así pueda utilizar su cuerpo como herramienta en los ámbitos educativos presentados a continuación.

1.2.1 El Juego

El juego es una actividad lúdica que permite a los niños y niñas comunicar los mensajes de su interior. Favorece la creatividad y expresión, también estimula los procesos cognitivos como atención, memoria y concentración. Por lo tanto, si de comunicar se trata, así como la expresión corporal es una disciplina que ayuda a transmitir mensajes, el juego también es una forma de potenciar la expresión mediante el cuerpo de los pequeños.

Los autores Gallo, et al. (2019), reflexionan sobre la figura del juego, mencionando que tiene relación con el ser humano en cuanto se observe que es una actividad humana completamente libre. Los niños y niñas durante sus primeros años de vida, aprenden jugando. El juego en esta etapa es primordial y es pertinente darle el espacio, tiempo y responsabilidad que cada uno necesita, de acuerdo a sus intereses y necesidades.

Este momento recreativo, si bien se puede realizar en la escuela, por el contexto actual se debe buscar un espacio en el hogar, ya que será de gran aporte para el niño estar en constante movimiento. Siguiendo la misma línea, en tal caso son los padres de familia quienes acompañan y guían a sus hijos para que puedan expresarse y sentir que se realiza de una forma dinámica y libre. Es por ello, que Levavi, et al. (2019), afirman que: "Parental playfulness was associated with improved emotion regulation in their children. This association was mediated by the parent's emotional awareness and the level of parent-child closeness." (p.1)¹. El apoyo del adulto debe ser constante para que también el vínculo que se pueda construir con los niños y niñas sea cada vez más sólido y ellos encuentren en el padre o madre de

¹ "El juego parental se asoció con una mejor regulación de las emociones en sus hijos. Esta asociación fue mediada por la conciencia emocional de los padres y el nivel de cercanía entre padres e hijos." (Traducción libre)

familia un referente con quien también al igual que el y la docente, lo potencian en las habilidades y capacidades que tenga.

En cuanto a ciertos beneficios del juego mediante la expresión corporal, lo que propone Cáceres (2010) es que los juegos que se emplean son aquellos para que los infantes puedan fortalecer la percepción y control de su cuerpo, con la posibilidad de que puedan explorar su entorno, representen y comuniquen lo que puedan observar.

Por lo que se refiere al juego en la escuela, López y Roger (2012) realizan un análisis en cuanto a los programas curriculares que optan las instituciones educativas con respecto al juego es que este debe implicar movimiento y expresión en diversas formas, tomando en cuenta el bienestar físico y emocional de cada estudiante. Asimismo, dichos autores manifiestan la recomendación que durante las sesiones que se aplique el juego mediante lo corporal, se coloque en primer lugar las necesidades de los alumnos, por lo que el docente debe respetar el espacio y acompañar el proceso.

En ese sentido, se prioriza al juego como una herramienta de aprendizaje y a su vez de exploración personal, que aporta en la interacción con el mundo exterior. Definitivamente, el uso del cuerpo se produce de manera innata y se va tomando noción de su estructura y las múltiples formas de explorarlo conforme haya estímulos externos que provoquen curiosidad, interés o preferencia por la persona. En este caso, el juego toma en consideración el contexto de manera detallada de cada uno, pudiendo favorecer desde la primera infancia los aspectos relacionados a la educación como el equilibrio, la creatividad, el movimiento, la coordinación y la comunicación. Cabe destacar que, si el juego se produce en esta etapa infantil, el niño y la niña serán más autónomos, expresivos, creativos y se sentirán protegidos en lo emocional, ya que el juego comprende conocerse uno mismo y entablar relaciones con sus pares.

1.2.2 Psicomotricidad

Con respecto a la psicomotricidad, ésta es una disciplina encargada de trabajar las facultades sensoriales, motrices, emocionales y cognitivas. Es mediante el movimiento que muchos infantes pueden desinhibirse, transmitir sentimientos, trabajar a través de su esquema corporal y desarrollar su intelecto. La psicomotricidad se trabaja en dos niveles: psicomotricidad fina y gruesa.

Uno de los aportes de este vínculo es que la psicomotricidad está enlazada con lo gestual y la coordinación que cada uno tiene. Asimismo, Ayala (2018) menciona que lo psicomotriz, favorece en la organización espacio temporal ya que al utilizar el espacio mediante los movimientos se toma noción del tiempo y los planos que se utiliza. Además, se hace hincapié en el equilibrio ya que cada niño y niña debe tomar el control de sus habilidades. El mismo autor, considera pertinente nombrar el esquema corporal como un desarrollo progresivo que se le da a través de movimientos.

No obstante, Lacho (2019) hace referencia a la propuesta de Aucouturier, cuya base es realizar actividades en las que el niño se sienta cómodo y le guste. Menciona el momento de la expresión motriz como apoyo en el trabajo de la expresión corporal:

Se da inicio al placer del juego libre, los sectores y materiales versátiles de cada sector permite a los niños tener diversas posibilidades de imaginar y crear situaciones. Por ejemplo. En esta zona el niño explora el desequilibrio, la caída y distintas formas de expresión tónico emocional. (p.12)

El trabajo de cuerpo y mente se enlazan para poder construir el aspecto psicomotor de una persona. El área llamada psicomotricidad permite que el infante pueda llevar el control físico del cuerpo, abarcando la tonicidad, la coordinación, la organización espacial, la velocidad, entre otros principios, destacando de este modo, el esquema corporal, el cual es producto de un desarrollo progresivo. En síntesis, que el niño y la niña descubran estos aspectos favorables para su desarrollo, va a permitir que puedan continuar expresando con su cuerpo y movimiento las habilidades y capacidades que cada uno tiene. De igual forma, se presenta la comunicación en la vida cotidiana de los niños y niñas.

1.2.3 Comunicación

Claro está que, si no se destaca la comunicación en medio de la temática de expresión corporal, sería un poco ilógico. La comunicación está presente desde que uno se encuentra en el vientre materno. Para ello, hay que fundamentar que existen dos tipos de lenguaje: el verbal y no verbal y a los niños de la primera infancia les surge la necesidad de tener una expresión comunicativa. Guerrero (2017), realiza un análisis entre la expresión del cuerpo y el lenguaje:

A partir del cuerpo, la expresión se vincula al mundo, a la realidad existente, recreando el contexto y la cotidianidad de forma activa donde no se es un actor pasivo. Es decir, las representaciones mentales que se poseen, se manifiestan a través del cuerpo, existe una relación directa de la expresión corporal con lo que se dice, se siente y se hace. (p.95)

El bebé se comunica mediante gestos, movimientos y balbuceos. A medida que aparece el lenguaje oral, este, toma más relevancia en su expresión y la comunicación no verbal e incluso corporal pasa a un segundo plano. Lo que cabe resaltar en este punto es que conforme van creciendo, los adultos no son conscientes de ello porque se enfocan más en las palabras, en lo que transmiten de manera oral, sin percatarse que el gesto y los movimientos corporales están presentes en todo momento de comunicar su mensaje. Armada (2017) se refiere a la comunicación como un proceso en que los seres humanos pueden internalizar para llegar a tener contacto con los demás mediante el lenguaje corporal que se utiliza.

Como se puede mencionar, la comunicación se encuentra inmersa en la expresión corporal de manera natural. Desde que los bebés se encuentran en pleno desarrollo, evidencian una necesidad por comunicarse a través del lenguaje verbal y no verbal. Están en constante experimentación con su entorno y a la vez, con los miembros más cercanos para ellos como familiares o si se encuentra institucionalizados, los y las docentes adquieren una gran responsabilidad para poder observar y encontrar en los niños y niñas las diferentes maneras de expresarse, de manifestar sus sentimientos, pensamientos y poder guiar ese proceso formativo completo.

1.2.4 Socioafectivo

El desarrollo socioafectivo o socioemocional se vincula con la capacidad que los niños y niñas puedan comprender los sentimientos de sus pares, así como controlar sus emociones para potenciar sus habilidades, capacidades y mejorar las debilidades que tenga. Los sentimientos de confianza, amistad, seguridad,

cooperación y el poder demostrar el propio control son características pertenecientes al desarrollo emocional de los pequeños.

Es por ello que, Bisquerra (2009), hace referencia a que, el aspecto socioemocional cumple la función de modular las emociones en cuanto el desarrollo de la comunicación y también incrementa la interacción social entre los compañeros de la institución. El que los estudiantes se sientan acompañados por sus pares, y puedan establecer un intercambio de ideas y sentimientos, va a permitir que los niños y las niñas puedan expresar con mayor seguridad lo que desean transmitir.

Mientras que, para un mejor desenvolvimiento del alumno, el docente cumple un rol fundamental en su aprendizaje y desarrollo. Así lo explica Fueguel (citado en Calzado, et al, 2016): “La labor del docente debe observar las características personales de cada uno, debe focalizarse en los valores que él mismo promueve, lo cual permitirá un mejor desempeño de sus estudiantes” (p.197).

Más adelante se evidenciará con puntos más detallados el rol tan imprescindible que tiene el aspecto emocional en la vida cotidiana de los niños y niñas de preescolar y cómo puede ser desarrollado por el o la docente del aula.

La expresión corporal favorece todos estos aspectos educativos. Por lo tanto, si se presenta aquella en medio del juego, la psicomotricidad, la comunicación y se complementa con lo socioafectivo, por las razones antes mencionadas, el desarrollo de los estudiantes en el nivel inicial se verá beneficiado tanto en lo personal como en lo grupal. Por ello, implementar la expresión corporal en la escuela debe ser tan valioso como aprender las otras áreas ya sea ciencias, matemática o cualquier otra materia para lo cual, los y las docentes pueden optar por conocer cómo se vincula esta disciplina con la regulación de emociones.

CAPÍTULO II: LA EXPRESIÓN CORPORAL Y LA REGULACIÓN DE EMOCIONES EN NIÑOS DE NIVEL PREESCOLAR

Como bien se ha puesto en evidencia, en el capítulo uno se ha enfatizado en la importancia de la expresión corporal en la vida del ser humano, en especial durante los primeros años de vida. Sin duda, dicha expresión para la realización de esta investigación se relaciona con la regulación de emociones, ya que ambos involucran al ser humano tanto en su aspecto físico como emocional. Para tal caso, Jaritonsky (citado por Fierro et al, 2021) expresan el valor que conlleva el uso del cuerpo como medio de expresión, permitiendo que:

El niño conozca, descubra su cuerpo, juegue con sus movimientos, dé cuenta de sus sentimientos y emociones, y pueda construir una imagen positiva de sí mismo, una aceptación de su propio cuerpo y el de los otros y que logre conectarse con sus estados de ánimo, sensaciones y aprenda a comunicarlas expresivamente. (p.10)

En definitiva, se va a profundizar en la expresión corporal y la regulación de emociones en niños y niñas de nivel preescolar. La regulación de emociones permite el control de las emociones en el marco de situaciones cotidianas, así como la conciencia de las reacciones que las personas tienen frente a hechos ocurridos en su vida diaria.

Este segundo capítulo se organiza en tres subtemas: En primer lugar, se analizará la importancia de la regulación de emociones, haciendo mención en la definición, en los aspectos vinculados y se tomará en consideración el vínculo del niño y la docente en esta modalidad de educación a distancia. Ese punto se refiere al acompañamiento que realiza la docente en esta época tan complicada que es el distanciamiento social ocasionado por la pandemia del Covid-19. En segundo lugar, se opta por desarrollar el nexo entre regulación emocional y cómo favorece a la regulación de emociones en la primera infancia. En tercer y último lugar, se describirán dos grandes estrategias de la expresión corporal, el reconocimiento del cuerpo y la iniciación lúdica.

2.1 Importancia de la regulación de emociones

Uno de los puntos a destacar es que la regulación es un proceso personal y cada persona lo debe manejar a su propio ritmo, tomando en cuenta el contexto y también a las personas de su entorno. En esta sección se da a conocer la definición, los aspectos vinculados a la regulación emocional y el vínculo de los y las docentes con sus estudiantes frente a la educación de modalidad a distancia y su repercusión en cuanto a las emociones de los niños y niñas menores de seis años.

It is important for young children to learn emotional regulation strategies in terms of their levels of resiliency. When young children regulate their emotions and express them according to situations, they will be able to establish positive social relationships and thus, have a higher self-confidence. Solving problems and giving appropriate reactions to positive and negative emotions will also increase young children's resiliency competencies.² (Gülay y Önder, 2019, p.6)

Como también se menciona en la cita previa, el hecho de regular las emociones aporta en un trabajo interno y personal que luego aquello va a traer como consecuencia la interrelación con los demás, de igual forma, se puede aprender cómo desenvolverse ante distintas situaciones de la vida cotidiana.

Un punto indispensable a mencionar en esta investigación es el articulado por Grimaldo y Merino (2020), cuyo texto aporta en que:

Resulta evidente la necesidad de ejecutar programas destinados al desarrollo y mejora del mundo emocional, pues su importancia debe ser contemplada como un contenido más a educar para favorecer el desarrollo integral de las personas. Intervenir a edades tempranas posibilita el desarrollo de conductas saludables en el futuro. (p.73)

² “Es importante que los niños pequeños aprendan estrategias de regulación emocional en términos de sus niveles de resiliencia. Cuando los niños pequeños regulan sus emociones y las expresan de acuerdo con las situaciones, podrán establecer relaciones sociales positivas y, por lo tanto, tener una mayor confianza en sí mismos. Resolver problemas y dar reacciones apropiadas a las emociones positivas y negativas también aumentará las competencias de resiliencia de los niños pequeños.” (Traducción libre)

Lo descrito por los autores destaca la fundamentación del por qué se debe capacitar, informar a los adultos, en especial a los cuidadores, a los profesores y profesoras acerca de la identificación, valoración y regulación emocional durante la etapa preescolar. Que los estudiantes se sientan respetados, queridos y con un acompañamiento seguro, va a permitir que se desenvuelvan en un entorno saludable y su desarrollo se va a realizar de forma integral.

Los niños y niñas van a ir aprendiendo cómo poder regular lo que sienten conforme pasan los años. Para que aquello ocurra, es imprescindible que se identifique y verbalice qué emoción sienten y la razón que la genera, esto va a permitir que puedan ir manejando sus emociones frente a situaciones cotidianas.

2.1.1 Definición de la regulación de emociones

Cuando se desarrolla la regulación emocional desde la primera infancia, los seres humanos son capaces de transitar sus experiencias cotidianas tomando en cuenta tanto sus emociones como las de los demás. Para definir en qué consiste esta regulación, en primer lugar, se debe mencionar de forma breve lo que significan las emociones.

Las emociones permiten que los individuos se conozcan, se manifiesten como tal para luego en su proceso personal, puedan controlarlas para su bienestar y el de su entorno. Muslera (2016) comparte: “Se deberá conocer las propias emociones, para luego ir desarrollando habilidades que nos permitan manejar nuestras emociones, y auto motivarnos” (p.12). Cuando el ser humano va conociendo y experimentando las emociones, se encuentra en el proceso de poder reconocer las capacidades que tiene y saber cómo mejorar en las dificultades que se le presentan.

Por consiguiente, las emociones son definidas como un conjunto de reacciones que responden a estímulos, tomando en cuenta el contexto y la situación de cada individuo. Ibarrola (2014) indica que el desarrollo emocional y afectivo es un proceso mediante el cual, el niño construye su autoestima e identidad. De igual forma, la confianza y seguridad en él mismo. En ese proceso podrá identificar sus emociones para después reconocerlas, expresarlas y manejarlas. Además, es necesario que mantenga interacciones sociales con sus pares, a través de las cuales descubra y consolide su personalidad como un individuo único y distinto.

El término “regulación emocional” comprende, por lo tanto, la capacidad de manejar las emociones de acuerdo a determinados contextos y referente a lo que la situación amerita. Para poder trabajar el equilibrio emocional, es necesario desarrollar una autoestima alta, la seguridad, amor propio y conocer nuestras emociones. Cole et al. (citados en Djambazova, 2016) definen la regulación emocional de la siguiente manera:

As a process of internal modulation of a triggered emotion by applying various behavioural or cognitive strategies. Thompson’s definition of emotion regulation, which is the most frequently adopted and used in emotion regulation studies, refers to “the ability to effectively manage one’s emotions and control the outer expression of one’s internal state in the service of accomplishing one’s goals³. (p.499)

A partir de lo anterior, se entiende que las personas deben regular lo que sienten de forma individual, si cada uno aprende a regular sus emociones, podrá tener una sana convivencia en los acontecimientos futuros, teniendo en cuenta la personalidad, el comportamiento y sus emociones.

Con respecto a los niños y niñas, en la primera infancia y más aun teniendo presente el contexto de emergencia sanitaria, es de suma importancia que se vaya trabajando la regulación emocional para que consolide su autoestima, se promueva la seguridad en sí mismo y que también le permita obtener una relación sana con sus pares. Los autores Cepa et al. (2016), hacen mención que los niños y niñas de educación preescolar deben iniciar a desarrollar la capacidad para manejar sus propias emociones de manera adecuada, aprender a tener estrategias de afrontamiento ante situaciones y poder autogenerar emociones positivas para desarrollar una expresión emocional apropiada:

Asimismo, los autores Gallardo et al. (2021), proponen que el desarrollo emocional es el proceso mediante el cual el niño y la niña construye su identidad, su

³ “Como un proceso de modulación interna de una emoción desencadenada mediante la aplicación de diversas estrategias conductuales o cognitivas. La definición de Thompson (1991) de la regulación de la emoción, que es la más adoptada y utilizada en los estudios de regulación de la emoción, se refiere a “la capacidad de manejar eficazmente las emociones y controlar la expresión externa del estado interno de uno al servicio de cumplir sus objetivos”. (Traducción libre)

autoestima, su seguridad y confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea a través de las interacciones que establece con sus pares significativos, identificándose a sí mismo como persona única y distinta. Otro aspecto resaltante es el informado por Pereyra (2016):

La regulación emocional es una competencia que se desarrolla a través de toda la vida. Cada etapa ofrece nuevos retos en los que la biología y el contexto social deben interactuar y, por lo tanto, abren oportunidades para experimentar y desarrollar la regulación emocional. No obstante, la etapa preescolar es de suma importancia, puesto que se caracteriza por ser el periodo donde la regulación emocional transita de la total dependencia de lo externo. (p.5)

Es decir, es un proceso que se da durante toda la vida, el hecho de cada persona aprenda a controlar, sepa cómo manejar lo que sienten y cómo expresar los sentimientos que experimentan. Si bien es un proceso que va persiste durante todas las etapas del ser humano, es en la etapa de educación inicial en la cual se empieza por dar el soporte tanto físico como emocional a los niños y niñas, que están teniendo experiencias de aprendizaje y conocimientos, los cuales va a permitir que conozcan sus habilidades, capacidades, fortalezcan su autonomía y seguridad. Los infantes, están en constante exploración y experimentación tanto con su entorno como con ellos mismos, que se respete y se guíe esta etapa infantil es fundamental para que puedan ser adultos responsables, con autoestima alta y respetuosos con el otro.

2.1.2 Aspectos vinculados a la regulación emocional

A continuación, se brindarán los aspectos vinculados a la regulación emocional que se han tomado en consideración para esta investigación y es que dicho proceso está fundamentado por lograr que los niños y las niñas durante su etapa preescolar, se sientan libres y a la vez tomen conciencia de qué es lo que sienten y cómo pueden desenvolverse con sus pares y el mundo externo. Para lo cual, Muslera (2016) complementa lo mencionado:

Los objetivos de la educación emocional, están basados en los modelos de Salovey & Mayer y también en el modelo de Goleman, donde se prioriza el conocimiento de

las emociones, propias y de otros, con el fin de poder regular los efectos, de manera que pueda fluir una mejor calidad de vida. (p. 15)

Por lo comprendido, se debe priorizar el bienestar integral de cada persona al momento de equilibrar las emociones y reaccionar frente a diversos acontecimientos que pueden ocurrir en el día a día.

Lo evidenciado es que, durante la primera infancia, trabajar el aspecto emocional es fundamental para poder desenvolverse con el mundo, desarrollar el aspecto cognitivo y poder construir poco a poco su aprendizaje. Además, Djambazova (2016) hace mención a lo siguiente: "It is stated that children with developed emotion regulation skills are able to focus and maintain their attention on the learning task and follow teachers' instructions, which are key contributors to later academic success".⁴ (p. 507).

De igual forma, autores como Poncelis, et al (s/f), afirman que la regulación se vincula con el control del estrés, de las emociones, del comportamiento, actitudes, permitiendo que los niños y niñas piensen antes de actuar, además, que puedan enfocar su atención en una tarea determinada.

Ibarrola (2014), relata que existe una necesidad de que el individuo sea contenido emocionalmente por otro; asimismo, explica que el interés en las relaciones sociales y humanas son cualidades de salud mental que el infante muestra en los primeros años de la infancia. Por lo tanto, se evidencia que la regulación emocional se debe promover desde la primera infancia, puesto que es en esa etapa, mediante el juego y las diferentes actividades cotidianas donde el niño va a experimentar distintas sensaciones y emociones y permitirá fluidez al construir su autonomía, identidad y valores.

En ese sentido, se considera en esta investigación que, la regulación de emociones aporta equilibrio y un manejo adecuado de estas para poder sobrellevar diferentes situaciones que se le presenta al individuo a lo largo de la vida.

⁴ "Se afirma que los niños con habilidades desarrolladas de regulación de las emociones pueden enfocarse y mantener su atención en la tarea de aprendizaje y seguir las instrucciones de los maestros, que son contribuyentes clave para más adelante éxito académico." (Traducción libre)

2.1.3 Vínculo afectivo del niño y la docente en la modalidad de educación a distancia

Todo lo propuesto en esta investigación conlleva a que el rol de la docente es fundamental para un aprendizaje significativo y un desarrollo integral de los niños y niñas. Vale la pena decir, que en este contexto de distanciamiento social ocasionado por Covid-19 y durante la modalidad de educación a distancia, los y las docentes han tenido en primer lugar, que superar brechas tecnológicas y adaptarse tanto a los recursos como observar e interactuar con sus alumnos mediante un método virtual. En segundo lugar, se ha tenido que focalizar el ámbito emocional de cada estudiante y poder empatizar, estar pendiente tanto de su salud emocional y física, incluso mucho más que antes de esta emergencia sanitaria.

Con respecto a la última mención, García (2021) indica que el docente debe promover vínculos emocionales que de todas maneras van a reforzar el ámbito cognitivo. En efecto, lo que también se quiere potenciar son los lazos afectivos, emocionales que a través de la virtualidad es un poco complicado, pero no imposible de lograr. Si el niño y niña durante la etapa preescolar presencia el acompañamiento seguro y sano de la docente del aula, se va a crear de manera natural, el vínculo entre ellos. Va a considerarlo como guía y rol de contención.

Ibarrola (2014) comenta algunas pautas para crear un vínculo afectivo seguro y fuerte como estimular la verbalización y expresión de sus emociones. Se debe utilizar un tono de voz adecuado para dirigirse a los niños y poder aportar en ese sentido, a la confianza y autoestima con ellos mismos. La autora recomienda solo ayudar cuando es necesario, haciendo que el niño sea protagonista y pueda tener opciones a elegir y dar su opinión. Los momentos en los cuales se puede afianzar estas características son las clases de modalidad a distancia, lo cual conlleva el uso de recursos y material didáctico dependiendo del contexto de cada alumno y cada familia. Siguiendo la misma línea, se da a conocer que la escucha también es parte del proceso para fortalecer el vínculo y acompañamiento afectivo dado que:

La escucha se presenta como un factor vital de conocimiento propio y de los demás, donde la oralidad requiere de la escucha para ejecutarse un acto comunicativo, ya que la escucha es natural, dinámica, el sonido articulado es capital del lenguaje formando pensamiento porque donde quiera que esté el ser humano, allí estará el lenguaje hablado y escuchado en el mundo del sonido. (Clavijo y Zambrano, 2015, p.6)

Como bien se menciona en la cita, la escucha y como lo explicaba Ibarrola, tienen una conexión para que se fusionen estos dos componentes y se puedan articular para que la transmisión del mensaje sea clara y precisa. Un punto interesante que abarca el Ministerio de Educación es el que se presenta a continuación:

La comunicación e interacción bidireccional síncrona o asíncrona entre profesor y estudiante, sustentada en medios y materiales cuyo diseño permite sentir la presencia del propio profesor aun cuando este no se encuentre directamente presente en el proceso de enseñanza aprendizaje. (p.5)

De acuerdo a lo presentado por Ministerio de Educación, es importante que el o la profesora del aula pueda sentirse presente así no lo esté. Asimismo, a través de las interacciones generadas en las sesiones de clase, se pueda promover un vínculo afectivo sano, respetuoso y responsable por ambas partes, del estudiante y de la docente.

Además, Bisquerra (2009) indica que la participación e intervención del adulto, posibilita que los niños y niñas tengan opciones para elegir cómo actuar o comportarse en distintas situaciones. Como bien lo menciona este autor, el sentirse acompañados permite que su autoestima crezca y logren mayor seguridad en ellos mismos, para que fortalezca la comunicación y confianza.

A continuación, se detallará la importancia de la expresión corporal y cómo favorece la regulación emocional en los infantes.

2.2 La importancia de la expresión corporal como medio para favorecer la regulación de emociones

Se debe recordar que, a través de gestos y movimientos, durante la primera infancia, el niño y la niña pueden expresar, comunicar y transmitir un mensaje con su cuerpo y también se puede identificar las emociones que acompañan dicha expresión. Como lo mencionan Aviezer et al. (2016) comparten lo siguiente:

Both the face and the body carry emotional information. While perceiving the face and body together resulted in the best recognition of basic emotions, both the face and the body alone provided enough information to identify an emotion above the chance level.⁵ (p.948)

Es decir, el rostro y el cuerpo son medios del ser humano para poder manifestar sus intereses y necesidades. Durante la etapa preescolar, los niños y niñas están predispuestos a utilizar estos medios para poder expresarse debido a que, en varios casos, no desean optar por utilizar el lenguaje verbal.

Siguiendo la misma línea, Romero (2018) apunta que además de la función comunicativa perteneciente a la disciplina de expresión corporal, el infante podrá construir de manera progresiva su identidad, así como también la integración de los movimientos y emociones. Siendo este último aspecto uno de los más importantes dado que, se resalta que, por medio de la expresión corporal, los niños y niñas pueden manifestar sus estados de ánimo, sus sensaciones y percepciones.

Por lo tanto, se entiende que a través de la expresión corporal se puede llegar a manejar las emociones de tal manera que los infantes puedan en primer lugar, reconocer sus sentimientos y emociones y en segundo lugar, las comuniquen para que el docente pueda acompañarlos en el proceso para que puedan aprender a actuar frente a diversas situaciones que se les pueden presentar.

En adición, Lago (2012) plantea que, durante la etapa de educación inicial, el desarrollo de vínculos afectivos, la interacción de los niños con sus pares aporta a

⁵ "Tanto la cara como el cuerpo llevan información emocional. Si bien percibir la cara y el cuerpo juntos resultó en el mejor reconocimiento de las emociones básicas, tanto la cara como el cuerpo solo proporcionaron suficiente información para identificar una emoción por encima del nivel de probabilidad." (Traducción libre)

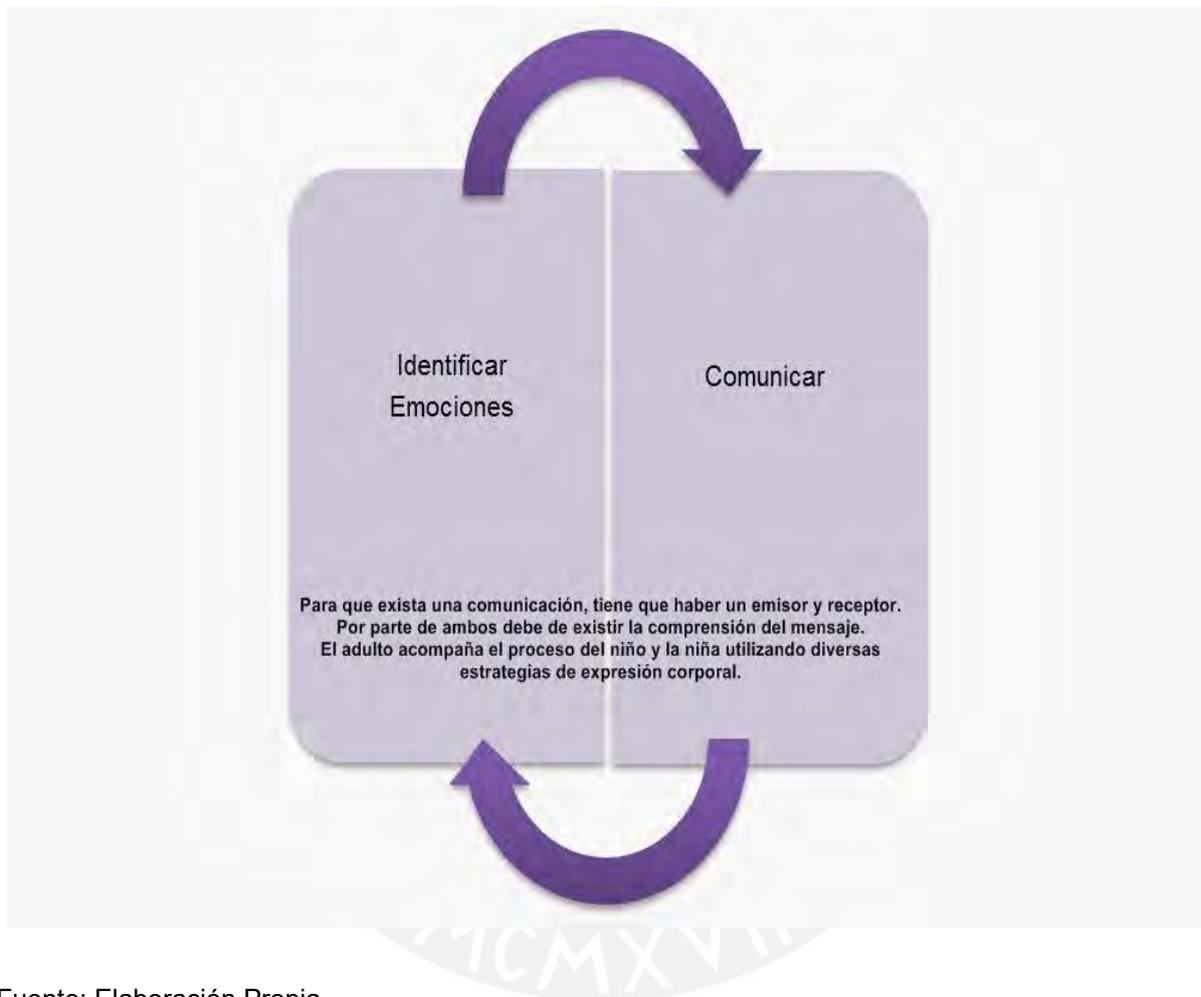
que exista una regulación progresiva de la manifestación de emociones, sentimientos y pensamientos, que contiene a los niños y niñas en la etapa preescolar de manera sólida. Además, se va trabajando el control emocional tomando ciertas características como la empatía, la escucha mutua y el respeto por y con el otro.

A modo de síntesis, se puede señalar que utilizar la disciplina de expresión corporal como estrategia para regular las emociones durante el periodo de la primera infancia se da de forma natural ya que los niños y niñas durante esta etapa están en un proceso de descubrimiento, exploración tanto de su cuerpo como de sus emociones. Más adelante, cuando el niño y la niña tomen conciencia de abarcar el movimiento, de manera libre, fresca y puedan manejar las emociones que siente, va a surgir la necesidad de regularlas para poder evolucionar y convivir con los demás.



Figura 1

Síntesis de los pasos para favorecer regulación de emociones con la expresión corporal



Fuente: Elaboración Propia

2.3 Estrategias docentes que favorecen la regulación emocional a través de la expresión corporal

Comentar sobre las estrategias utilizadas por los y las docentes en el trabajo del cuerpo es una de las tareas que, en la modalidad de educación a distancia, ocasionada por el distanciamiento social provocado por el Covid-19 no podría faltar en las sesiones de clase. Los niños y niñas necesitan tener un espacio libre para poder manifestar lo que les genera a nivel emocional el estar aislados y cómo repercute en ellos que el distanciamiento social se haya extendido. En la educación

a distancia los docentes de nivel preescolar deben hacer prevalecer la salud emocional y por supuesto, la física de los estudiantes. De modo que, poner en práctica ciertas estrategias de expresión corporal, pueden ser fundamentales para un desarrollo sólido y adecuado en los niños y niñas.

En ese sentido, el siguiente apartado se ha dividido en dos grandes estrategias que los y las profesores pueden utilizar en los centros educativos: el reconocimiento del cuerpo y la iniciación lúdica, compuesta por el juego, la danza, el teatro y la música.

2.3.1 Reconocimiento del cuerpo

Esta estrategia brinda al estudiante un espacio para que pueda entablar un reconocimiento con su cuerpo, mediante la exploración tanto del propio cuerpo como del entorno, el espacio y también los demás compañeros si fuera el caso. Tratándose de una investigación con modalidad a distancia, se procura que la experiencia brindada sea de manera dinámica, tomando las necesidades e intereses de cada estudiante.

Cuando se trabaja el esquema corporal, se debe observar y analizar de manera global los distintos aspectos del movimiento que el niño y la niña logra ejecutar, ya sea el equilibrio, la conciencia de su cuerpo, el tono muscular, entre otros.

Duarte y Rodríguez (2017) mencionan que: “La importancia del Esquema Corporal en los niños, radica en que, a partir de su construcción, la exploración de todas sus posibilidades de movimientos y las limitaciones que le imponen distintas situaciones, se crea la historia corporal personal” (p.16). De igual manera, indican que este elemento, el esquema corporal, tiene aportaciones en cuanto la construcción de la identidad debido a que, ayuda que cada niño y niña pueda diferenciar sus capacidades, emociones y pensamientos de los demás.

El control del cuerpo es porque este va adquiriendo madurez física y neurológica. Una vez que haya adquirido la madurez necesaria para poder explorar, es en esa exploración corporal que va a reconocer su cuerpo, sus limitaciones y capacidades. Implica descubrir sus propios límites, romper la monotonía de movimientos cotidianos, exploración y dominio del espacio corporal. Darian (2012),

comenta el beneficio de que los infantes trabajen el movimiento desde la edad preescolar:

“The active nature of movement not only affects a child’s thinking but also their perceptions of their physical body and environment, other people and the lesson or activity at hand. Potentially, movement can change both thinking and the learner in myriad ways”.⁶ (p.12)

En definitiva, que los niños y niñas en la etapa preescolar, vayan adquiriendo según su proceso evolutivo, conocimiento sobre su propio cuerpo y tomando nociones con él mismo, el entorno y los demás va a ser de gran ayuda para que logren expresar lo que verdaderamente son y sienten. De igual modo, aquello se relaciona con lo observado en las aulas, ya que los estudiantes realizaban las actividades de movimiento, reconociendo las partes de su cuerpo, su estado anímico y brindando explicaciones por las cuales se sentían y se veían a sí mismos de esa forma. Que lo puedan verbalizar, es un indicio de que cada uno empieza a formar su propia identidad, reconoce sus habilidades y trabaja en los aspectos a mejorar.

2.3.2 Iniciación Lúdica: Juego, Danza, Teatro y Música

La iniciación lúdica comprende categorías que se relacionan entre sí como el juego, la danza, el teatro y la música. Con estos elementos, el niño puede llegar a realizar composiciones corporales creativas y dinámicas. Por ello, Saarni (2011), plantea que los niños a través de las actividades artísticas pueden aprender a expresar y conocer los sentimientos de los demás y comprender la situación en la que se encuentran.

En primer lugar, haremos el análisis del juego como componente de esta estrategia. Lo que opinan Gallo et al. (2019), es que el juego va tomando presencia mientras los niños y niñas van experimentando el entorno y abre el camino a una exploración entre pares. Justamente como en el juego es donde los niños se sienten

⁶ “La naturaleza activa del movimiento no solo afecta el pensamiento de un niño, sino también sus percepciones de su cuerpo físico y su entorno, otras personas y la lección o actividad en cuestión. Potencialmente, el movimiento puede cambiar tanto el pensamiento como el alumno de innumerables formas”. (Traducción libre)

más libres en cuanto a su expresión, es donde más se pueden identificar las habilidades y los o las docentes pueden evaluar las posibilidades para trabajar las dificultades que se presenten.

En ese sentido, como se analiza, el juego es el canal por el cual el infante puede llenarse de experiencias para incrementar su aprendizaje. Si aquello, se acompaña del movimiento, se potencia de manera externa y también interna. Vilaró (2014) relata que el juego ayuda al niño a contribuir al conocimiento de sí mismo y favorece a su autonomía; por lo que integra la acción con la emoción y el pensamiento.

Como se precisa, el juego se incluye en la vida del infante de manera natural, ya que, al explorar, investigar y por curiosidad, el niño y niña van a optar por querer jugar de forma dinámica, lúdica y, por consiguiente, también puede aprender. Es por ello, que, en estos dos años de confinamiento, por Covid-19, desde el Ministerio de Educación se ha creado “Aprendo en Casa”, una plataforma que ofrecen experiencias de aprendizaje, herramientas y recursos educativos a través de distintas dinámicas y juegos.

Sin duda, el juego es una herramienta que desencadena a otras, como en este segundo lugar, la danza:

A través de la inserción del juego en las actividades de danza, el niño va a disfrutar de su entorno, de las artes, de la música y de él mismo, sintiéndose un ser libre y creador. De esta forma el juego resulta ser motivador, energético y facilitador para el aprendizaje de algunos temas como los valores. (Barboza, 2021, p.10)

Según la autora mencionada, en la danza, el juego está inmerso para poder realizar diferentes actividades y que las personas se involucren tanto con ellos mismos como con el entorno de forma general. De esa manera, van a poder crear y representar libremente sus intereses, emociones y pensamientos.

La danza es un arte que consiste en utilizar el movimiento corporal como medio para expresar un mensaje. Así lo argumenta Castillo (2019), la cual considera a la danza un medio, a través del cual la persona va creando y trabaja la apreciación sobre

su propio cuerpo. Es decir, que cada uno es responsable de los conocimientos y principios de su propio cuerpo, que, mediante un proceso de exploración, se manifiesta lo que cada uno es.

Por otro lado, señalando el vínculo de la danza con el valor educativo, se obtiene que es beneficioso el uso de esta herramienta en las sesiones de clase. Gutiérrez y Salgado (2014) complementan lo dicho:

La danza, interviene y pone en juego el esquema corporal, ya que mediante la experiencia del movimiento danzado emergen las relaciones del individuo con el mundo, que se reconstruyen y modifican, generando unidad entre el desarrollo motor, la actividad cognitiva y afectiva. (p.13)

Los movimientos deben ser espontáneos. Los elementos que contribuyen a que sea de ese modo son: el entorno, la energía del mismo y el espacio utilizado, tomando en cuenta al cuerpo como instrumento sensible que interactúa con él y el ambiente. Así es que cada niño y niña puede trabajar el aspecto motor, cognitivo, corporal y emocional, haciendo que el cuerpo se ejecute de forma holística.

En tercer lugar, está el teatro, el mismo que puede presentar diversidad en sus dramatizaciones. Herranz y López (2014), presentan el recurso de teatro de sombras, el cual: "Permite desarrollar la capacidad expresiva en el alumnado, contenidos motrices como el esquema corporal, la percepción y orientación espacial, lo cual posibilita conocerse a sí mismo y relacionarse con los demás". (p.27). En el teatro, el instrumento es la voz y el cuerpo. Los movimientos que se van generando ayudan a poder transmitir alguna historia, alguna recreación o mensaje.

Otro recurso, presentado por Munte (2020), es la inversión de roles, en la que cada estudiante se pone en el lugar del otro y se comunica lo que cada uno desea hacia el compañero. Por lo tanto, al momento de practicarlo, puede favorecer a los niños y niñas en cuanto la expresión de sus ideas. Permite que el movimiento surja desde lo natural para poder comprender al otro.

Finalmente, se hará mención a la música. Esta consiste en el arte de mezclar sonidos, voces y melodías, mediante las cuales se pretende expresar y crear un ambiente ligado a una emoción. Los mismos autores, Herranz y López (2014),

proponen utilizar canciones motrices que es un elemento relevante en dicha disciplina corporal, porque motiva el interés de los niños en cuanto el uso de herramientas dinámicas. El objetivo central es que por medio de las canciones se llegue a provocar una respuesta deseada y transmitida de forma libre.

Lázaro (citado por Alfonso, 2014) refiere que mediante la música se puede: “Ayudar al niño a saber qué corresponde hacer en ese momento, dándole seguridad sobre qué tarea realizar o qué viene a continuación, ayudando a desarrollar la organización temporal, tan difícil de lograr en estas edades”. (p.19). Aquello se evidencia al aporte que realiza la música en las aulas de clase ya que desarrolla en el infante, aspectos integrales y brinda que se organice mediante sus capacidades y habilidades.

Justamente, estas estrategias de arte corporal para el niño, permitirán que de manera gradual se produzca la regulación de emociones mediante el conocimiento de uno mismo, de las capacidades y limitaciones para luego conocer a los demás y llegar a entenderse mutuamente. Los y las docentes del aula, al practicar dichas estrategias de forma constante y dinámica, van a permitir a través del movimiento, que los estudiantes puedan explorar las emociones, identificarlas y reconocerlas para desenvolverse en las actividades cotidianas.

CAPÍTULO III: DISEÑO METODOLÓGICO

El siguiente capítulo contiene el diseño metodológico de la investigación, el cual presenta el enfoque y tipo de investigación, los objetivos, las categorías y subcategorías. Asimismo, se definen las fuentes e informantes que han apoyado en esta investigación, las técnicas e instrumentos para el recojo y análisis de información y, finalmente, se presentan los principios de la ética de la investigación de la Pontificia Universidad Católica del Perú, que orientan el presente trabajo de investigación.

3.1 Enfoque y tipo de investigación

El enfoque de esta investigación es cualitativo, pues se ha basado en evidencias y fuentes académicas pertinentes al problema planteado. Al respecto, Martínez (2011) afirma lo siguiente:

La investigación cualitativa trata de identificar la naturaleza profunda de las realidades, su estructura dinámica, aquella que da razón plena de su comportamiento y manifestaciones. De aquí, que lo cualitativo (que es el todo integrado) no se opone a lo cuantitativo (que es sólo un aspecto), sino que lo implica e integra, especialmente donde sea importante. (p. 128)

Asimismo, se trata de una investigación descriptiva ya que, la función primordial de este tipo de investigación es la capacidad de cada investigador de seleccionar las características del objeto de estudio (Sierra, 2012). En ese sentido, el objeto de estudio de esta investigación son las estrategias docentes vinculadas a la expresión corporal, las cuáles se analizaron luego de realizar el trabajo de investigación en el espacio educativo a distancia.

3.2 Presentación de problema y objetivos

El problema de investigación es: ¿Cuáles son las estrategias de expresión corporal que utiliza la docente del aula, para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años de una institución educativa pública de Lima? Para dar respuesta a ello, se definieron un objetivo general y dos objetivos específicos:

Objetivo general:

Analizar las estrategias de expresión corporal que utiliza la docente del aula de 5 años de una institución educativa pública de Lima, para favorecer la regulación emocional.

Objetivos específicos:

- Identificar las concepciones que tiene la docente sobre la expresión corporal y sus beneficios en niños de 5 años.
- Describir las estrategias de expresión corporal propuestas por la docente del aula para favorecer la regulación de emociones.

3.3 Categorías y subcategorías

Con la finalidad de responder a los objetivos propuestos, se definieron las siguientes categorías y subcategorías, las cuales ayudaron a diseñar los instrumentos de recojo de información:

Tabla 2

Categorías y subcategorías de estudio

Categorías	Subcategorías
Expresión Corporal	<ul style="list-style-type: none">● La expresión corporal: Trabajo con uno mismo y con el entorno<ul style="list-style-type: none">- Definición de expresión corporal- Beneficios de la expresión corporal en relación con uno mismo y en relación a los demás● Aspectos que favorecen la expresión corporal en el campo educativo<ul style="list-style-type: none">- El Juego- Psicomotricidad- Comunicación- Socioafectivo
Regulación de emociones en niños de 5 años	<ul style="list-style-type: none">● Importancia de la regulación emocional<ul style="list-style-type: none">- Definición de regulación emocional- Aspectos vinculados a la regulación emocional- Vínculo afectivo del niño y la docente en la modalidad de educación a distancia● La importancia de la expresión corporal como medio para favorecer la regulación de emociones● Estrategias docentes que favorecen la regulación emocional a través de la expresión corporal<ul style="list-style-type: none">- Reconocimiento del cuerpo- Iniciación lúdica: juego, danza, teatro y música

Fuente: Elaboración Propia

3.4 Fuentes e informantes

De acuerdo al objetivo general de la investigación, la informante seleccionada que participó del estudio fue la docente del aula. Su apoyo ha requerido para consultar por medio de una entrevista semiestructurada, las distintas concepciones y beneficios de la expresión corporal y la importancia de la regulación emocional. Así como también al momento de la observación lo que se hizo fue visualizar las estrategias de esta disciplina propuestas por la docente del aula, para luego contrastar la información recogida.

Para ello, existieron algunas características de selección, las cuales se resaltan porque la docente que ha participado en esta investigación ha cumplido ciertos criterios de inclusión: La docente del aula fue la persona que acompañó a los estudiantes desde que tenían 3 años de edad hasta la edad de 5 años. Cabe mencionar, que el primer año junto a este grupo de estudiantes fue de manera presencial, mientras que los otros dos, fue virtual. Esa compañía permitió tener conocimientos en cuanto a sus intereses y necesidades a nivel grupal e individual. Además, la docente generó vínculos afectivos debido al acompañamiento constante y tuvo nociones en cuanto la educación en modalidad presencial y a distancia, lo que permitió que el trabajo de investigación, presente detalles completos. De igual manera, la docente seleccionada, ha realizado sus estudios en un instituto público y lo ha complementado en una universidad privada obteniendo el título de bachiller y licenciatura, lo que sustenta una mejor calidad en su trabajo y atención a los estudiantes que tiene a cargo.

3.5 Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

Para responder al primer objetivo específico, a la categoría y subcategorías de estudio que derivaron del mismo, se eligió la técnica de entrevista ya que así se pudo anotar datos concisos y verídicos que aportaron al tema de investigación. Según lo expuesto por Martínez, et al. (2013), en su texto, la entrevista tiene como propósito ser un canal por el cual se brinda una comunicación interpersonal establecida por el investigador y su objeto de estudio a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes formuladas.

En este sentido, por medio de la entrevista, se pudo recoger información sobre la expresión corporal: trabajo con uno mismo y con el entorno, los aspectos que

favorecen la expresión corporal en el ámbito educativo, la importancia de la regulación emocional, la importancia de la expresión corporal como medio para favorecer la regulación de emociones y las estrategias docentes que favorecen la regulación emocional a través de la expresión corporal. El instrumento utilizado fue el guion de entrevista semi estructurada. (Anexo 1)

La segunda técnica utilizada fue la observación no participante. Martínez et al. (s/f) definen que, en este tipo de aproximación a la realidad que se requiere observar, se registra lo que sucede en un determinado contexto, poniendo énfasis en la capacidad de atención y reflexión por parte de los investigadores. Por último, a nivel educativo cuenta con ciertas ventajas como tener una nueva construcción en cuanto al conocimiento que se va generando de manera holística y comprensible.

El instrumento que se ha definido para esta técnica fue el cuaderno de campo que se eligió para responder el segundo objetivo específico. Este instrumento se utilizó para registrar de acuerdo a las categorías y subcategorías, la observación no estructurada, la cual permitió tener una mirada más flexible a los hechos que sucedieron en el aula, con la finalidad de poder profundizar la información de la realidad con respecto a las estrategias que la docente aplica.

El cuaderno de campo, fue de gran apoyo para poder obtener una información más precisa al finalizar la investigación Su soporte es de gran relevancia debido al contenido que se ha podido procesar para llevar a cabo el análisis de los datos.

Macazaga et al. (2014) revelan que el cuaderno de campo sirve para ver algunas similitudes y diferencias entre los contextos de aprendizajes, sobre un tema y grupo determinado para nombrar, describir y detallar el tema a estudiar. (Ver anexo 2)

Para la validación del guion de entrevista semi estructurada y para el cuaderno de campo, se realizó bajo juicio de expertos. En este caso, las personas que brindaron sus comentarios son: la Mag. Irene Elvira Castillo Miyasaki, especialista en la primera infancia, educación por el movimiento con experiencia en capacitación docente e investigación educativa. En sumatoria, también se contó con la intervención de la Mag. Sobeida del Pilar López Vega, especialista en juegos y movimiento. Ellas aplicaron una matriz de evaluación (Ver anexos 3 y 4) y a partir de ello se realizó el ajuste de los instrumentos y por ello, se presenta la versión final de lo mencionado. (Ver anexo 5)

3.6 Técnicas para la organización, procesamiento y análisis de datos

Con respecto al procesamiento de la información, se realizaron tablas de codificación por cada instrumento aplicado. En cada tabla se encuentran extractos según las categorías correspondientes de lo mencionado en la entrevista y lo escrito en el cuaderno de campo. (Ver anexo 6) y para el análisis, se utilizó una matriz que agrupó tanto la entrevista, el cuaderno de campo, la fundamentación y el análisis. Enseguida, se procedió a transcribir y contrastar luego de obtener los resultados. (Ver anexo 7).

3.7 Principios de la ética de la investigación

Los principios éticos que orientaron la presente investigación fueron los siguientes:

- Respeto por las personas, el cual propone el reconocimiento de la autonomía y protección de la identidad de la docente del aula, para lo cual se aplicará los protocolos de consentimiento informado. Asimismo, se resguardó la identidad de la informante mediante la asignación de determinados códigos.
- Integridad científica, el cual alude a la acción honesta y veraz en la obtención, uso y conservación de los datos registrados que sirven como base de la investigación. En tal sentido, se tuvo especial cuidado de usar la información obtenida a través de la observación no participante estrictamente en el marco del estudio y no fuera de él.

Para todo lo mencionado, se adjunta el consentimiento informado, para la aplicación de los instrumentos de la entrevista en esta tesis. (Ver anexo 8)

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

4.1 Expresión Corporal

Esta categoría se plasma de acuerdo al tema de investigación planteado y a lo encontrado en el trabajo de campo. Lo que se detalla a continuación son los conceptos y características de la expresión corporal al momento de utilizarla en el campo educativo, según lo conversado y observado por la docente del aula.

4.1.1 La expresión corporal: Trabajo con uno mismo y con el entorno

De acuerdo a la entrevista realizada a la docente, ella mencionó que la expresión corporal es: “La expresión a través del cuerpo, los movimientos, la expresividad que se pueden dar a través de diferentes movimientos de nuestro cuerpo en forma integrada” (P1-1). Además, hizo mención que no solo lo corporal se involucra en esta disciplina: “También el gestual para que los pequeños puedan expresar sus emociones” (P2-1). En adición, cuando se le preguntó sobre cuáles son las actividades que realiza en el aula, la entrevistada hace referencia a: “Cuando han reconocido las partes de su cuerpo, cuando identifican las diferentes partes de su cuerpo” (P5-1). En esta parte, a modo de síntesis la docente menciona ciertas características de acuerdo al término expresión corporal.

Todo lo mencionado se vincula con lo observado en las sesiones sincrónicas con el grupo de niños, ya que las evidencias muestran que mientras la docente da la indicación para que ellos se muevan de forma libre, a partir de la consigna, los estudiantes crean con su cuerpo (D2-1, D8-1). Por lo tanto, existe coherencia entre lo mencionado por la docente, y lo que realiza en las sesiones.

Frente a ello, Laban (1978) expresa, mientras el infante va creciendo, se le puede hacer tomar conciencia con las distintas posibilidades de juego mediante el cuerpo y sea consciente de sus capacidades y limitaciones, utilizando los hombros, la cabeza, los brazos, y todo lo que esté en sus posibilidades.

Por otro lado, la docente comentó en base a su experiencia: “Nos dicen mucho que el niño es el que tiene que crear sus pasos, ¿no? Ya les damos pasos a seguir, como coreografías” (P3-1). Continuó diciendo: “Nosotros no le decimos al papá, vamos a trabajar expresión corporal, sino ya está dentro” (P4-1). Añade que, “Es difícil

realizar como por ejemplo una dramatización” (P5-1). Por lo cual reconoce: “Dentro de otro tipo de expresión corporal como dramatización” (P7-1). Con respecto a cómo podría incorporar la expresión corporal en las sesiones, alude: “Está dentro de psicomotricidad o dentro de artes plásticas” (P9-1).

De acuerdo con las respuestas brindadas por la docente, se evidencia que llega a contradecirse y no tiene en clara la concepción de expresión corporal ni cómo se trabaja esta disciplina en el nivel inicial. Además, menciona que en esta etapa se les brinda a los infantes secuencias como coreografías ya elaboradas. Este punto difiere en cuanto a lo observado ya que, la entrevistada, permite en sus sesiones que los niños y niñas se muevan de forma libre. Haciendo referencia al autor, Laban propone que se involucre todo el cuerpo para conectar cada uno con sus capacidades y habilidades y es justamente lo que la profesora practica con sus estudiantes sin conocer los fundamentos teóricos.

4.1.2 Aspectos que favorecen la expresión corporal en el campo educativo

Para esta subcategoría la mayoría de respuestas planteadas por la docente responden a lo indicado: “Cuando jugamos con los pequeños, es a través de la expresión, de mover el cuerpo, de que ellos conozcan su cuerpo, ¿no? A través del movimiento como la psicomotricidad, que exploren con diferentes materiales” (P4-2). Siguiendo el mismo hilo de información resaltó que: “La exploración de su cuerpo, movimiento, utilizando diferentes materiales, a través del movimiento van identificando las diferentes partes de su cuerpo” (P8-1).

Lo que se ha rescatado tiene coherencia con lo observado dado que, la docente en algunas oportunidades ha podido realizar sesiones tomando en consideración la exploración del cuerpo a través del juego y la psicomotricidad. Las situaciones son las siguientes: La similitud encontrada bajo dos días de observación, fue que la docente en las dos sesiones brinda la indicación de que los estudiantes puedan copiar algunas imágenes que se presentan en el video (D1-1, D8-2). Después, la profesora realiza un juego para que los alumnos mencionen qué sonidos son los que aparecen en la imagen (D4-1).

Tomando en cuenta, lo expresado, algunos autores responden a los aspectos que favorecen la expresión corporal en el campo educativo, señalando lo siguiente:

“Desarrollar la motricidad en el niño propicia el desarrollo intelectual, físico y emocional, por esta razón, es esencial que los maestros generen espacios de expresión corporal donde conozcan su cuerpo y el espacio. El juego es el medio indicado para motivar el movimiento y el lenguaje gestual a través de la imitación que promueve la desinhibición, el ingenio, la imaginación y la iniciativa.” (Guerrero, 2017, p.95).

Gallo, et al. (2019), resaltan la importancia del juego en la primera infancia y es que ellos utilizan su cuerpo como vía de experimentación y como forma de comunicación, teniendo en cuenta las formas particulares de su personalidad, experiencia y actitud, así como también sus propias sensaciones y emociones que van percibiendo y sintiendo.

Lo mencionado por la profesora, con respecto a si considera que los docentes podemos incorporar la expresión corporal, mencionó: “No tenemos área de expresión corporal, sino está dentro de psicomotricidad o dentro de las artes plásticas que está en el área de comunicación, que abarca de forma general. Ahí está lo que es música, danza, teatro” (P9-2).

Según el Currículo Nacional de Educación Inicial (2016), la expresión corporal está inmersa con mayor intensidad, dentro de las áreas de Psicomotricidad y Comunicación. Dado así que, en el nivel de educación inicial, se trabaja desde los distintos campos educativos como el juego, la psicomotricidad, comunicación e incluso, se parte desde lo socioafectivo. Lo que se demuestra es que, definitivamente maneja la convicción de que se trabaja con el cuerpo, que los niños y niñas van identificando, reconociendo y valorando a través de su cuerpo, los distintos movimientos. Los autores que me respaldan, brindan referencias de la valoración que conlleva esta disciplina enfocada desde los diferentes ámbitos educativos, los cuales van a permitir que el niño y la niña se beneficien y puedan tener sesiones de aprendizaje donde se les brinde varias posibilidades de exploración, intercambio de ideas y expresión de su cuerpo con apoyo desde los enfoques respectivos.

4.2 Limitaciones para el trabajo de expresión corporal en el nivel inicial

Esta categoría emergente, surgió al momento de aplicar los instrumentos. Como bien lo expresa, se ha concebido que la docente ha encontrado limitaciones para el trabajo de expresión corporal en el nivel inicial. Ella se refiere al espacio físico que puede tener y de igual manera, al trabajo con los padres de familia.

4.2.1 Espacio físico

Para tal categoría, la docente hizo referencia a que: “Si, hay expresión corporal, pero en el Estado no”. (P4-3). A su vez, mencionó: “Es difícil trabajar la expresión corporal, pero parte de ahí” (P5-2). Con respecto a la educación en la modalidad a distancia: “Que yo lo he trabajado con ellos si, ahora a distancia no mucho” (P8-2). Con respecto a tener un espacio físico en las instituciones: “Inclusive si estuviéramos en presencial, no todos los colegios tienen su área de psicomotricidad, son colegios pequeños, como el caso de nuestro colegio. Tiene un área pequeña, no es lo ideal pero ahí se trata de hacer expresión corporal, movimiento” (P9-3). Asimismo, destaca: “Hay actividades que sí se pueden realizar, pero otras no. Te pueden seguir, pero es muy limitado” (P12-1).

Lo observado se vincula parcialmente a lo mencionado en la entrevista, debido a que, en dos oportunidades, se ha analizado situaciones distintas, una por parte de la docente y otra se ha podido evidenciar con mayor claridad la respuesta de los estudiantes frente a las estrategias utilizadas por la docente: El espacio que utiliza para moverse es limitado y aquello hace que sus movimientos sean cortos (D3-1). Por otro lado, uno de los días se comprobó lo siguiente: Cada uno tiene pequeñas limitaciones para realizar dicha actividad, sin embargo, la ejecutan utilizando un espacio amplio (D6-1).

Cabe mencionar que, Alcivar et al. (2019) enfatizan la importancia del uso en los espacios físicos:

La organización del espacio físico del aula, la disposición del mobiliario y de los diferentes materiales didácticos motiva a los niños a moverse en diferentes direcciones, jugar en un determinado lugar o moverse hacia otro, seleccionar los materiales, comunicarse, desplazarse, etc. (s/n)

En ese sentido, considero que, una de las limitaciones encontradas por la docente es la de espacio físico que, si bien como expresan los autores es de gran soporte, en las escuelas públicas y privadas, las docentes son las responsables en poder planificar las sesiones de acuerdo al contexto y a su vez ser flexibles en cuanto las adaptaciones que puedan realizar para que cada aprendizaje que reciban sus alumnos sea trascendente y valioso. En adición, comentar sobre la educación a distancia y las dificultades que conlleva brindar sesiones de movimiento, como en la observación se hace referencia, los estudiantes logran poder adaptarse y realizar su sesión, modificando en muchos casos, la posición de los objetos que hay a su alrededor. De acuerdo a la información recogida se observa el interés de los estudiantes por llevar estas sesiones, en las cuales el cuerpo es el elemento principal.

4.2.2 Trabajo con los padres de familia

Una de las subcategorías, de esta categoría emergente, es la del trabajo con los padres de familia. Lo que la profesora menciona en la entrevista es que, para trabajar expresión corporal, previamente el padre de familia, debe entender cuál es el concepto: “Tendría que ser con participación del padre. Que ellos puedan entender qué es expresión corporal” (P6-1). “Todavía hay que seguir manejando y si el papá no colabora, no ayuda, no” (P13-1).

Aquello, se contradice con lo observado ya que, en las sesiones, los padres de familia no participan. A pesar de eso, la Dirección Regional de Educación de Lima Metropolitana (2021), da a conocer que, desde el rol de padres y madres de familia, los adultos deben crear un vínculo cercano con el profesor para que el trabajo sea integrado con la finalidad de apoyar al estudiante en el logro de sus aprendizajes.

Por lo cual, es beneficioso que los adultos comiencen a participar en las experiencias de aprendizaje que se realizan todos los días de manera virtual sincrónica, para que así se les puede sugerir que intervengan de forma activa en las sesiones de expresión corporal al momento de programarlas. Como se expresa en la cita anterior, es responsabilidad y pertenece a la función de los padres poder involucrarse en las sesiones de niños y niñas de nivel inicial y de igual forma, mantener comunicación con el o la docente. Lo mencionado puede favorecer al aula de 5 años de edad en la medida de que se trabaje de manera conjunta las sesiones de expresión corporal y pueda promover la regulación de emociones en los estudiantes.

4.3 Regulación de emociones

Con respecto a esta categoría, se puede relacionar la importancia de aquella y cómo se logra el vínculo mediante la expresión corporal. La docente ha tomado en consideración el bienestar socioafectivo de los estudiantes para poder desarrollar sus sesiones.

4.3.1 Importancia de la regulación emocional

En relación a la subcategoría mencionada, en la entrevista que se ha ejecutado, la docente indicó: “Está como parte de nuestra labor. Porque nosotras somos muy expresivas, tenemos que ser expresivas para los pequeños” (P4-4). Inmediatamente, hizo referencia a los sentimientos en los niños y niñas: “Que digan cómo se han sentido, ¿no?, qué les pareció la actividad o qué les gustó, pero eso es como tipo expresión, no tanto como el nombre de expresión corporal” (P5-3). Conforme avanzaba la entrevista, refleja: “La regulación emocional es cuando el niño maneja sus emociones. Al trabajar con los pequeños la expresión corporal que ellos ya regulan sus emociones, los pequeñitos ya manejan. Son tolerantes, ya no lloran de todo, comparten con su amigo porque ellos de pequeños son egocéntricos, todo lo quieren para ellos. Es por eso la importancia de trabajar la regulación de los pequeñitos” (P10-1). Adicionalmente, comenta la importancia del rol del docente al momento de que los niños y niñas regulan sus emociones: “Primero es acompañando a los pequeños en los juegos, ¿no? y poco a poco ir alejándote de ellos. Cuando son pequeñitos, hay que jugar con ellos para que ellos se relacionen, interactúen entre

ellos. Primero se les acompaña, generalmente vamos a jugar con ellos. Nuestro papel es muy importante. Ya cuando son más grandes, ya no tanto. Pero cada niño es diferente, todavía hay niños que todavía necesitan que los acompañemos, los integremos porque cada niño tiene su propia personalidad” (P12-2). Por último: “Con respecto a los pequeñitos de tres años, ellos van aprendiendo a través del juego, de diferentes actividades, en el camino van regulando” (P14-1).

Aquello, coincide con lo observado en las sesiones. Se evidencia que la docente presta atención en cuanto a las emociones de los estudiantes. En primer lugar, algunos de los estudiantes bostezan, es por ello que la docente señala: “Esta actividad va apoyar a despertarlos y sentirse anímicamente mejor” (D1-2). En segundo lugar, durante una sesión pregunta: ¿Qué sonidos escuchó? ¿Cuál le gustó más? ¿Por qué? La docente hace mención a que expresen cómo se han sentido frente a los sonidos. ¿Qué les genera? (D4-2). En tercer lugar, realiza preguntas sobre cómo se sienten ese día y permite que los estudiantes interactúen entre sí (D5-2).

Para dar mayor soporte con respecto a la importancia de la regulación emocional, se presentan dos autores que contemplan el desarrollo progresivo de las emociones y de igual forma, hacen hincapié en el rol del adulto que acompaña: Ibarrola (2014) indica que el desarrollo emocional y afectivo es un proceso mediante el cual, el niño construye su autoestima e identidad. De igual forma, la confianza y seguridad en él mismo. En ese proceso podrá identificar sus emociones para después reconocerlas, expresarlas y manejarlas.

La participación e intervención del adulto, posibilita que los niños y niñas tengan opciones para elegir cómo actuar o comportarse en distintas situaciones. El sentirse acompañados va a permitir que su autoestima crezca, van a tener mayor seguridad en ellos mismos y también se va a fortalecer la comunicación y la confianza (Bisquerra, 2019).

Mi punto de vista, es que la docente tiene noción en cuanto la identificación y regulación de emociones en la primera infancia. Según lo observado, se evidencia su interés por identificar y reconocer cuáles son las emociones de los niños y les brinda un espacio para poder comunicarlas. Se interesa por saber sus gustos e intereses, lo

cual, lo vincula con su función como docente, aportando que cada uno tiene sus propias características e individualidad por lo que, cuando son bebés o menores de tres años de edad, se debe tener un acompañamiento más presente y luego ir fomentando la interacción con sus pares para que cada uno también pueda identificar, valorar y expresar sus emociones y así aprender cómo regularlas en medio de un proceso acompañado por el adulto con seguridad y afecto.

4.3.2 La importancia de la expresión corporal como medio para favorecer la regulación de emociones

La profesora brindó respuestas frente a la siguiente subcategoría: “Por parte como te digo si, trabajamos las emociones, identificación de las emociones, en el baile también” (P6-2). En añadidura expresa cuántas veces considera pertinente la aplicación de la disciplina: “Lo ideal es todos los días. Para que los pequeños estén en movimiento, se activen, se despierten” (P7-2). También, agregó: “La expresión de las emociones, no solamente hablando, sino a través del movimiento también pueden expresar pues” (P8-3). Asimismo, brindó nociones de la importancia del movimiento para regular las emociones: “Yo sí creo, los pequeñitos con el movimiento, el control de su cuerpo, el equilibrio. Al manejar su cuerpo ¿no? Van regulando tanto el control de su cuerpo como también las emociones. Que se pueda caer o que pueda compartir el espacio con los amigos. Ahí van aprendiendo, el compartir, el ser tolerante con sus compañeros. Aprender a manejar los conflictos que se les pueda presentar dentro de la actividad” (P11-1). Siguiendo la misma línea la docente hace referencia a puntos claves: “Primero el niño tiene que ir manejando las emociones y eso lo va a hacer a través de expresar lo que siente, a través del movimiento y del baile. Porque te puede decir contento y su cara no lo demuestra o te puede decir me siento muy feliz y su cara es de tristeza. Entonces ellos van interiorizando que la alegría es sentirse alegres, el cuerpo está activo. Entonces va el niño diferenciando las diferentes emociones, cuando se sienta triste te lo va a expresar y va a manejar su cuerpo. Por ejemplo, cuando está enojado, entonces ya sabe que está enojado y le va a dar un significado, el porqué de su enojo, va a ir manejando, regulando, ya no va a tirar las cosas, ya no va a ponerse a llorar, manejando. Yo te podría decir, que los pequeños de 5 años, ya manejan ¿no? Obvio que no se puede decir que ya lo lograron” (P13-2).

Lo que la docente mencionó se relaciona parcialmente a lo observado en sus sesiones. Los niños participan activamente y se mueven con el ritmo de la música (D1-3). Además, se ha supervisado que la docente tiene presente la música para poder animar a los niños y niñas del aula: Para poder animar a los niños y niñas, como ella lo expresa. La participación de los estudiantes ha sido dividida, es decir, mientras algunos se quedaron sentados observando el video, los demás bailaban, saltaban y sonreían. Este momento se repite en dos oportunidades. (D2-2, D7-1). En contraste, se presentó otra oportunidad en el día tres: La mayoría de estudiantes realizan los movimientos mostrando sonrisas (D3-2). Finalmente, para la última sesión observada se evidenció que la docente utiliza un video motivador sobre los distintos movimientos que realiza el agua. Luego, expresa: “Eso nos apoya para sentirnos mejor” (D8-3).

En ese sentido, Romero indica lo siguiente:

El infante podrá construir de manera progresiva su identidad, así como también la integración de los movimientos y emociones. Siendo este último aspecto uno de los más importantes dado que, se resalta que, por medio de la expresión corporal, los niños y niñas pueden manifestar sus estados de ánimo, sus sensaciones y percepciones (2018, p.14).

Considero que, la profesora comprende teóricamente lo que significa regular las emociones y sabe cómo vincularlo con el movimiento. A pesar de ello, no pone en práctica ese nexo que, sin lugar a dudas, sería mucho más beneficioso que se trabaje con los niños y niñas en sesiones que sean completamente de expresión corporal, porque como bien lo indica, favorece en varios aspectos, entre ellos personales e interpersonales. Un factor clave para rescatar, es la frase que la docente del aula utiliza, la cual es que se coloca una canción por medio de un video para que los estudiantes se despierten, estén más activos y anímicamente mejor. Pues bien, si tenemos en cuenta que las sesiones con los estudiantes duran cuarenta minutos, con las canciones para activarse, la docente trabaja solamente cinco minutos en que los niños y niñas realicen dichos movimientos corporales. Por ese motivo, se menciona lo positivo que sería que, dentro de sus planificaciones, la docente realice sesiones de expresión corporal y pueda enfatizar en favorecer la regulación emocional.

4.3.3 Estrategias docentes que favorecen la regulación emocional a través de la expresión corporal

Referente a la presente subcategoría, se pudo registrar mediante las respuestas de la docente sobre las estrategias de expresión corporal que conoce: “El baile que también tiene música, coreografías. Otro es el mimo, el teatro también” (P3-2). Luego, hace mención sobre algunas estrategias utilizadas por ella: “A través del movimiento. De los juegos, cuando trabajamos las emociones. Cuando bailamos para que el niño cuando está triste, para que se despierte, se levante. Se les ha mandado a su casa para que realicen danza, baile” (P5-4).

Lo cual se vincula a lo que se observa en las sesiones, debido a que los niños y niñas saludan utilizando las manos y cantan. (D3-3). La profesora comparte el video de la canción de algunos sonidos para que los niños y niñas puedan identificar los sonidos y luego realizarlo con el cuerpo. (D4-3)

Algunos autores mencionan que:

La importancia del Esquema Corporal en los niños, radica en que, a partir de su construcción, la exploración de todas sus posibilidades de movimientos y las limitaciones que le imponen distintas situaciones, se crea la historia corporal personal (Duarte y Rodríguez, 2017, p.16).

La danza se convierte en un instrumento que contribuye a la construcción del esquema corporal, el descubrimiento del propio cuerpo y la formación de un lenguaje específico, que busca siempre la libre expresión por medio del cuerpo, a favor del desenvolvimiento del niño de acuerdo a su edad (Ramírez, 2007, p.23).

A partir de lo anterior, considero que existe poca información o conocimiento por parte de la docente con respecto a la expresión corporal y cómo ésta se puede utilizar con amplitud en las sesiones de clase, en este caso virtuales o con modalidad de educación a distancia. Ello evidencia una falta de aplicación de esta disciplina en las sesiones. La docente ha podido hacer hincapié en el reconocimiento de cuerpo y danza como estrategias, las cuales favorecen a los niños y niñas, sin embargo, su uso es limitado por los motivos también ya brindados por la docente.

Frente a lo evidenciado, la docente presenta interés por promover el área artística, corporal y emocional de sus estudiantes. Sin embargo, al no tener información teórica, aún demuestra ciertas dudas en cuanto a poder ejecutar por medio de estrategias la expresión corporal de los niños y niñas. En relación a la regulación de emociones, ha demostrado tener un mejor manejo en el tema para poder llevarlo a la práctica de forma gradual.



CONCLUSIONES

- A partir de los resultados encontrados, se puede decir que la docente implementa estrategias de expresión corporal que favorecen la regulación de emociones en el aula, tales como, el reconocimiento del cuerpo, especialmente en el momento de verbalizar lo que sienten y la forma en que lo vivencian, así como la iniciación lúdica, a través del juego, la música y danza, inmersos en las actividades que presenta en las sesiones sincrónicas.
- La docente del aula considera la expresión corporal como una disciplina formal, que puede trabajarse a través del cuerpo y el movimiento, favoreciendo a los estudiantes de forma individual ya que permite que cada uno exprese sus emociones, ideas, pensamientos y beneficia la interrelación con los demás en cuanto a la comunicación, el juego y la relación con el otro.
- Las concepciones sobre expresión corporal que maneja la docente son escasas, aun cuando implementa acciones relacionadas con dicha expresión. Sin embargo, demuestra conocimiento sobre la regulación emocional en niños y niñas de 5 años de edad, priorizando un tiempo para que los estudiantes puedan expresar sus emociones, cómo se sienten y por qué.
- Entre los beneficios que ofrece a nivel educativo la expresión corporal, la docente destaca el reconocimiento de las partes de su cuerpo, la interrelación con sus pares, ayuda a que cada estudiante conozca sus limitaciones y aporta en el aspecto socioemocional.
- Como parte de la investigación surge una categoría emergente sobre las limitaciones al realizar actividades de expresión corporal, propuestos por la docente. Dentro de estas, se encuentran el espacio físico y el trabajo con los padres de familia. Definitivamente, la respuesta de ellos ha sido un factor motivador para que la docente pueda ejecutar en algunos momentos actividades de expresión corporal.

RECOMENDACIONES

- Se requiere una mayor capacitación hacia las docentes tanto con fundamentación teórica como práctica de expresión corporal y así poder ejecutar las estrategias con los niños y niñas del aula.
- Se sugiere fortalecer la sensibilización a los padres de familia sobre la importancia de la expresión corporal en el desarrollo integral de sus hijos.
- Se recomienda que la docente implemente actividades de expresión corporal, siguiendo una secuencia de las sesiones, incluyendo las estrategias que trabaja en clase, pero con el propósito que los niños y niñas encuentren este espacio para explorar movimientos corporales, poder expresar sus ideas y emociones de manera libre.
- Dar énfasis a los espacios tanto en modalidad de educación presencial como a distancia. Cada miembro de la institución educativa debe promover el uso de espacios, aulas para poder realizar actividades de movimiento, de creatividad y expresión. Si fuera el caso y no se cuenta con este tipo de recursos, es responsabilidad de cada docente el poder flexibilizar y transformar el aula para poder ejecutar dichas actividades, con los recursos necesarios.
- Ampliar el número de informantes para desarrollar una investigación más compleja, dando a conocer si otras docentes de las aulas de esta institución pública utilizan estrategias de expresión corporal y la repercusión de estas en la regulación emocional de sus alumnos.

REFERENCIAS

- Alcívar A, Pinagorte A y Rojas J (2019). Los espacios físicos dentro y fuera del aula y su incidencia en el desarrollo de la motricidad de los niños y niñas de educación inicial. *Tlatemoani*.
<https://www.eumed.net/rev/tlatemoani/30/motricidad-infantil.html>
- Alfonso, S (2014). *Importancia de la educación musical en la educación infantil*. (Tesis de pregrado). Universidad Internacional de la Rioja.
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2494/alfonso.amezua.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Amézaga, A., y Carnero, S. (2019). La expresión corporal como forma de comunicación esencial. *Holos*. 5 (e8477),1-14.
www.researchgate.net/publication/338662766_La_Expresion_Corporal_como_forma_de_comunicacion_esencial
- Arguedas, C. (2004). La expresión corporal y la transversalidad como un eje metodológico construido a partir de la expresión artística. *Revista Educación*. 28 (1),123 - 131.
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44028110.pdf>
- Armada, J (2017). *La expresión corporal como herramienta para el desarrollo de habilidades socioafectivas en el alumnado de educación secundaria obligatoria*. (Tesis de doctorado). Instituto de Estudios de Postgrado.
<https://helvia.uco.es/xmlui/bitstream/handle/10396/14985/2017000001644.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aviezer, H., Falvello, B., Martinez, L., y Todorov, A. (2016). Contributions of facial expressions and body language to the rapid perception of dynamic emotions. *Cognition and Emotion*, 30(5), 939-952.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25964985/>
- Ayala, S (2018). La expresión corporal, el lenguaje del cuerpo y la psicomotricidad en niños de preescolar. *Asociación Mexicana de Psicoterapia y Educación*.
<https://www.psicoedu.org/la-expresion-corporal-el-lenguaje-del-cuerpo-y-la-psicomotricidad-en-ninos-de-preescolar/?v=55f82ff37b55>
- Barboza, G. (2021). *La danza moderna como herramienta para el desarrollo de las habilidades sociales básicas en los niños del primer grado de primaria de una institución educativa estatal de Lima Metropolitana*. (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú .
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/19503>
- Bisquerra, R. (2009). *Educación Emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
<http://otrasvoceseneducacion.org/wp-content/uploads/2019/04/Educaci%C3%B3n-Emocional.-Propuestas-para-educadores-y-familias-Rafael-Bisquerra-Alzina-2.pdf>

- Cáceres, M (2010). La expresión corporal, el gesto y el movimiento en la edad infantil. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*.
<https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7343.pdf>
- Calvo, A; García, I y Pérez, R. (2013). Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propio mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. *Retos*. 23, pp. 19-22.
<https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732289004.pdf>
- Calzado, Z; Gordillo, M; Sánchez, S y Ruiz, M (2016). Clima afectivo en el aula: vínculo emocional maestro-alumno. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), pp.195-201.
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851776022.pdf>
- Castañer, M y Torrents, C. (2009). Las consignas en la expresión corporal: una puerta abierta para la creatividad y la creación coreográfica. *Tándem*. 30, pp.111 – 120.
<http://www.observesport.com/desktop/images/docu/4z3etz2s.pdf>
- Castillo, S (2019). *Los procesos de creación en danza: una exploración de las experiencias creativas de un grupo de alumnos de la especialidad de Danza de la PUCP*. (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú.
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/15052>
- Cepa, A., Heras, D., y Lara, F. (2016). Desarrollo Emocional en la infancia, un estudio de las competencias emocionales de niños y niñas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 1 (1), 67 – 73.
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851776008.pdf>
- Clavijo, L y Zambrano, F. (2015). Potenciar la escucha en el preescolar. pp. 1 – 25.
https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/4046/TELEC_ClavijoAvilanLuz_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Crespo, C y Salamanca, A (2007). El diseño de la investigación cualitativa. *Nure*. 26. pp 1-6.
<https://www.postgradoune.edu.pe/pdf/documentos-academicos/ciencias-de-la-educacion/8.pdf>
- Darian, A. (2012). *Taking action. Movement based learning for the kindergarten through grade three learner. A case of study of a waldorf education early childhood program*. (Tesis de pregrado). Arizona State University.
https://repository.asu.edu/attachments/93990/content/tmp/package-DSqeTE/Darian_asu_0010E_12032.pdf

- Díaz, L, Martínez, M, Torruco, U & Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica*, 2 (7), pp. 162-167.
<http://www.redalyc.org/pdf/3497/349733228009.pdf>
- Djambazova, S. (2016). Implications of emotion regulations on young children's emotional wellbeing and educational achievement. *Educational Review*, 68 (4), 497-515.
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00131911.2016.1144559?journalCode=cedr20>
- Duarte, J y Rodriguez, L (2017). *Concepciones, intenciones y prácticas docentes que usan el cuerpo y el movimiento para potencializar el desarrollo integral de los niños en la Educación Inicial*. (Tesis de pregrado). Universidad del Rosario.
<https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/13485/Trabajo%20de%20grado%20final%20Alejandra%20Duarte%20y%20Laura%20Rodr%EDguez.pdf;jsessionid=E26F245F517038FB19B46624BAE5A390?sequence=1>
- Fierro, N; Montenegro, C y Tardón, N (2021). Arte en la primera infancia: aproximación a los procesos de enseñanza-aprendizaje en la Región Metropolitana-Chile. *ArtsEduca* 29. 29(29). Pp. 9-22.
<https://www.e-revistas.uji.es/index.php/artseduca/article/view/4366>
- Gallardo, F; Gallardo, J; Gallardo P. (2021). Fundamentos teóricos de la educación emocional: Claves para la transformación educativa.
https://books.google.com.pe/books/about/Fundamentos_te%C3%B3ricos_de_la_educaci%C3%B3n_e.html?id=c7wvEAAAQBAJ&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Gallo, L., Vargas, J., y Ospina, T. (2019). Una experiencia educativa de lo sensible en clave de Educación Corporal. *Revista Kavilando*, 11(1), 78-88.
<http://kavilando.org/revista/index.php/kavilando/article/view/285>
- García, L (2021). Covid 19 y educación a distancia digital: preconfinamiento, confinamiento y posconfinamiento. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia* (24). 1. pp.09 -32.
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/3314/331464460001/331464460001.pdf>
- Garcia, M. (2011). La expresión corporal en el desarrollo integral de la personalidad del niño en edad preescolar. *Varona*. 52, pp. 59-66.
<https://www.redalyc.org/pdf/3606/360635574010.pdf>
- Grimaldo, M y Merino, C (2020). Efectos de un programa de intervención sobre las habilidades emocionales en niños/as preescolares. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*. (31). 1, pp. 62-80

- Guerrero, H. (2017) La expresión corporal como medio de comunicación educacional. *Innova research*. 2, 1, pp. 92-08.
<https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/3765/7/%E2%80%9CLa%20expresi%C3%B3n%20corporal%2C%20como%20medio%20de%20comunicaci%C3%B3n%20educacional%E2%80%9D.pdf>
- Gülay, H y Önder, A. (2019). Emotional regulation strategies of 5-6 year old children and their levels of resiliency. *Early Child Development and Care*. 1-9.
<https://www-tandfonline-com.ezproxybib.pucp.edu.pe/doi/full/10.1080/03004430.2019.1613650>
- Gutiérrez, V y Salgado, A (2014). *Integración de la danza en la educación preescolar formal chilena. (Tesis de pregrado)*. Universidad de Chile.
https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/117142/Gutierrez_victoria.pdf
- Herranz, A. y López, V. (12 de diciembre de 2014). La expresión corporal en educación infantil. *Revista La Peonza, de Educación Física para la paz*. (10), pp.23 – 43.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5367747>
- Ibarrola, B. (Marzo del 2014). La Educación Emocional en la Etapa 0 – 3. La crianza como base de la salud mental. Conferencia llevada a cabo en la Fundación El Maresme, Brasil.
<https://www.fundacionmaresme.cat/wp-content/uploads/2014/07/21a-PON%C3%88NCIA-2.pdf>
- La Dirección Regional de educación de Lima Metropolitana (2021). Recomendaciones para promover la continuidad y permanencia en el servicio educativo en Lima Metropolitana.
- Laban, R. (1978). *Danza Educativa Moderna*. Buenos Aires, Piados.
- Lacho, S. (2019). *Regulación emocional en la práctica psicomotriz de Aucouturier* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú.
<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/15983>
- Lago, T (2012). *La expresión corporal en educación infantil. Diseño y elaboración de una unidad didáctica*. (Tesis de pregrado). Universidad de Valladolid.
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/2837/TFG-L153.pdf?sequence=1>

Levavi, P., Shorer, M., Swissa, A., y Swissa, O. (2019). Parental playfulness and children emotional regulation: the mediating role of parents' emotional regulation and the parent-child relationship. *Early Child Development and Care*. 1-11.

<https://www.tandfonline-com.ezproxybib.pucp.edu.pe/doi/full/10.1080/03004430.2019.1612385>

López, G., y Roger, S. (2012). Desarrollo emocional de niños con altas capacidades a través de un taller de expresión corporal. *Revista de Investigación y Divulgación en Psicología y Logopedia*. 2 (2), 47-54.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6369132>

Macazaga, A. Rekalde, I. y Vizcarra, M. (2014). La observación como estrategia de investigación para construir contextos de aprendizaje y fomentar procesos participativos. *Educación XX1*, 17 (1), 199-220.

<https://www.redalyc.org/pdf/706/70629509009.pdf>

Martínez, M (2011). La Investigación Cualitativa (Síntesis Conceptual). *Revista IIPSI*. 9 (1), pp. 123 – 148.

https://sisbib.unmsm.edu.pe/Bvrevistas/Investigacion_Psicologia/v09_n1/pdf/a09v9n1.pdf

Martínez, M; Olivares, S; Peralta, L; Pizarro, M y Quiroga, P. (s/f). La observación de aula.

https://maristas.org.mx/gestion/web/doctos/la_observacion_aula.pdf

Mendivil, L.; Sánchez, A.; Cabrera, L. & Bustamante, G. (2020). Estado del Arte. Guía académica para elaborar el trabajo de investigación. Pontificia Universidad Católica del Perú, Facultad de Educación.

Ministerio de Educación del Perú (2016). *Currículo Nacional de la Educación*.

<http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>

Ministerio de Educación. Unidad 1: La mediación y el uso pedagógico de herramientas y recursos en la educación a distancia.

Mora, A. (2015). El cuerpo como medio de expresión y como instrumento de trabajo: dualismos persistentes en el mundo de la danza. *Cuadernos De Música, Artes Visuales y Artes Escénicas*, 10(1), 117-130.

<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/cma/article/view/9532>

Morales, A. (2010). La expresión corporal en la educación infantil. *Innovación y experiencias educativas*. pp. 1-8.

https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_31/ANA_MORALES_GOMEZ_01.pdf

- Muente, G (2020). El uso de herramientas teatrales para trabajar el reconocimiento de emociones propias a través de la liberación del mundo interior: Una experiencia de juego teatral con niños de 7 a 9 años. (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú.
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/17443>
- Muslera, M. (2016). Educación Emocional en niños de 3 a 6 años.
<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Taller-pr%C3%A1ctico-Educacion-Emocional.pdf>
- Pereyra, M (2016). Sensibilidad materna y regulación de emociones en niños/as de edad preescolar. (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú.
<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/7709>
- Poncelis, M; Vega, L; Villanueva, L (s/f). Creciendo Juntos: Estrategias para promover la autorregulación en niños preescolares. *Puentes para Crecer*. pp.1-56.
http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/Creciendo_juntos_Estrategias_de_autorregulacion_en_ninos_de_preescolar_Villanueva_Vega_y_Poncelis.pdf
- Prados, M. (2019). Pensar el cuerpo. De la expresión corporal a la conciencia expresivocorporal, un camino creativo narrativo en la formación inicial del profesorado. *Retos*, 37(37), pp.643-651.
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/74256>
- Ramírez, M (2007). *La danza, como estrategia pedagógica para desarrollar el lenguaje corporal en el preescolar*. (Tesis de pregrado). Universidad de la Sabana.
<https://core.ac.uk/download/pdf/47066276.pdf>
- Romero, S (2018). *La expresión corporal en educación infantil*. (Tesis de pregrado). Universidad de Valladolid.
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/34955/TFG-O-1484.pdf;jsessionid=4D957498354B8FF4C2012DC8AC90A27E?sequence=1>
- Saarni, C. (2011). Emocional development in childhood. Encyclopedia on early childhood development, pp.1-6.
<http://www.child-encyclopedia.com/emotions/according-experts/emotional-development-childhood>

Sierra, M (2012). Tipos más usuales de investigación. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo
https://www.uaeh.edu.mx/docencia/P_Presentaciones/prepa3/tipos_investigacion.pdf

Tamayo, M (2020). La investigación. *Icfes*. 17. pp. 3-40.
<https://www.postgradoune.edu.pe/pdf/documentos-academicos/ciencias-de-la-educacion/19.pdf>

Vilaró, M. (2014). *El desarrollo emocional a través del juego: Propuesta de intervención para alumnos del segundo ciclo de Educación Infantil* (Tesis de pregrado). Universidad Internacional de La Rioja.
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2459/vilaro.tio.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



ANEXOS

Anexo 1. Entrevista semi estructurada

I. DATOS GENERALES

- *Código de documento: P, D*
P: pregunta de la entrevista, D: respuesta de la docente

- *Objetivo de la entrevista: Identificar las concepciones que tiene la docente sobre la expresión corporal y sus beneficios en niños de 5 años.*

- *Datos generales:*
 - *Participante: Docente del aula*
 - *Sexo del entrevistado: Femenino*
 - *Aula en la que enseña: 5 años*
 - *Tiempo de servicio: 18 años*
 - *Medio por el cual se entrevista: Zoom*
 - *Fecha: 25 - Octubre - 2021*
 - *Hora de inicio y fin: 6:00pm a 6:40pm*

II. PRESENTACIÓN

Brindar un saludo de bienvenida a la informante, que en este caso es la docente del aula de 5 años de edad, comentarle que la siguiente entrevista tiene como finalidad conocer cuáles son las concepciones que ella tiene sobre la expresión corporal y sus beneficios a niños de 5 años. Asimismo, dar a conocer que esta entrevista responde a la investigación: *El uso de estrategias de expresión corporal para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años en modalidad de educación a distancia.* Cabe mencionar, que se guardará la identidad de su participación con total confidencialidad. Para proseguir preguntarle a la informante si tiene alguna consulta y si no, se continúa.

III. PREGUNTAS SEMI ESTRUCTURADAS

1. ¿Qué es la expresión corporal para usted?

D:

2. ¿Qué tipos de expresión corporal considera usted que existen?

D:

3. ¿De qué manera se favorece la expresión corporal en los niños y niñas menores de seis años? ¿Ha tenido alguna experiencia? Descríbalo

D:

4. Actualmente, ¿Usted desarrolla actividades de expresión corporal en sus clases? ¿Cuáles son?

D:

5. ¿Con qué frecuencia realiza actividades de expresión corporal con los niños de la sesión? ¿Por qué?

D:

6. ¿Le parece beneficioso trabajarlo desde los primeros años de edad? ¿Por qué?

D:

7. ¿Considera que es posible desarrollar actividades de expresión corporal a distancia? ¿Por qué?

D:

8. ¿Cómo cree usted que los docentes podemos incorporar la expresión corporal en las sesiones?

D:

9. ¿Podría comentarme sobre lo que significa para usted la regulación emocional?

D:

10. De acuerdo a lo que indica, ¿Considera que la expresión corporal se relaciona con la regulación emocional? ¿De qué manera?

D:

11. ¿Considera que la expresión corporal puede favorecer la regulación de emociones en los niños de 5 años?

D:

12. Desde su experiencia, ¿A partir de qué edad usted considera que se podría denominar propiamente como “regulación emocional”? ¿Podría darnos un ejemplo?

D:

IV. COMENTARIO DE CIERRE

Agradezco su tiempo y consideración para brindarme sus respuestas. Aquellas me servirán en mi desempeño docente y de igual forma, en esta investigación. Ha sido una charla muy interesante.

Anexo 2. Cuaderno de Campo

DATOS GENERALES DEL CUADERNO DE CAMPO			
Nombre del observador:	María Alejandra Bellido Cárdenas	Institución a la que pertenece:	PUCP
Gestión de la IE:	Pública	Edad de los estudiantes:	5 años
Informante:	Docente del aula de 5 años		
Objetivo específico:	Describir las estrategias de expresión corporal propuestas por la docente del aula para favorecer la regulación de emociones.		

Fecha de observación:			
Evidencias:		Comentarios:	

Anexo 3. Evaluación y validación de instrumentos: Profesora Irene Elvira Castillo Miyasaki

Profesora

Irene Elvira Castillo Miyasaki

Presente.

Estimada profesora:

En primer lugar, deseo expresarle mi saludo, con la intención de invitarla a ser parte importante en mi proceso de validación del instrumento de investigación. La presente investigación lleva como título: *El uso de estrategias de expresión corporal para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años en modalidad de educación a distancia.*

La presente investigación es de tipo cualitativa descriptiva, en la cual se busca analizar las estrategias de expresión corporal que utiliza la docente del aula para favorecer la regulación emocional. El problema de investigación planteado es: ¿Cuáles son las estrategias de expresión corporal que realiza la docente del aula, para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años de una institución educativa pública de Lima?

Cabe mencionar, que su participación y aporte referidos a los instrumentos de la guía de entrevista semiestructurada y el cuaderno de campo, son de suma importancia y constituirán la validación que garantice que los instrumentos sean adecuados para el logro de una investigación de calidad. A efectos de la evaluación de los instrumentos se adjunta el correspondiente formato.

Ante todo, expreso mi más profundo agradecimiento con usted por su disponibilidad y aportes para la contribución a la tesis en la cual estoy trabajando.

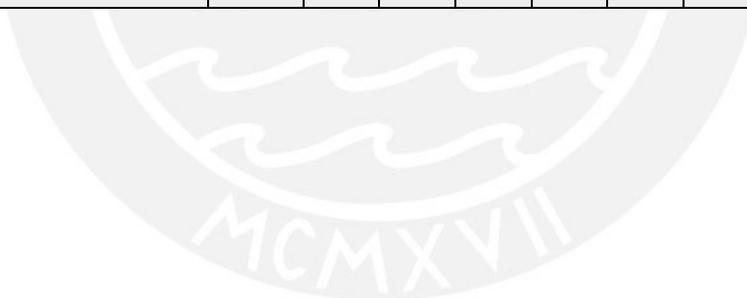
Se adjunta el formato de la matriz de evaluación de los instrumentos correspondientes

Atte.,

María Alejandra Bellido Cárdenas

PREGUNTAS ORIENTADORAS	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta		Contribuye a los objetivos de la investigación		Comentarios u observaciones
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
¿Qué es la expresión corporal para usted?	X		X			X	X		
¿Qué tipos de expresión corporal considera usted que existen?	X		X			X	X		
¿De qué manera se puede favorecer la expresión corporal en los niños y niñas menores de seis años? ¿Ha tenido alguna experiencia? Descríbalo	X		X			X	X		
Actualmente, ¿Cree utilizar actividades de expresión corporal? ¿Cuáles?		X		X	X			X	
¿Cada cuánto tiempo realiza estas actividades? ¿Por qué?		X		X	X		X		
¿Le parece beneficioso trabajar desde la primera infancia? ¿Por qué?		X		X	X		X		
¿Es posible trabajar esta disciplina de expresión corporal a distancia? ¿Por qué?		X		X		X		X	
¿Cómo cree usted que los docentes podemos		X		X		X		X	

incorporar la expresión corporal en las aulas?									
¿Qué significa regulación emocional para usted, qué conocimientos recuerda del tema?		X		X		X		X	
¿Considera que la expresión corporal se relaciona con la regulación emocional? ¿De qué manera?		X		X	X			X	
¿Desde qué edad se puede hablar de regulación emocional?		X		X		X		X	
¿Los niños durante la primera infancia logran regularse? ¿Tiene algún ejemplo?		X		X	X			X	



Anexo 4. Evaluación y validación de instrumentos: Profesora Sobeida del Pilar López Vega

Profesora

Sobeida del Pilar López Vega

Presente.

Estimada profesora:

En primer lugar, deseo expresarle mi saludo, con la intención de invitarla a ser parte importante en mi proceso de validación del instrumento de investigación. La presente investigación lleva como título: *El uso de estrategias de expresión corporal para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años en modalidad de educación a distancia.*

La presente investigación es de tipo cualitativa descriptiva, en la cual se busca analizar las estrategias de expresión corporal que utiliza la docente del aula para favorecer la regulación emocional. El problema de investigación planteado es: ¿Cuáles son las estrategias de expresión corporal que realiza la docente del aula, para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años de una institución educativa pública de Lima?

Cabe mencionar, que su participación y aporte referidos a los instrumentos de la guía de entrevista semiestructurada y el cuaderno de campo, son de suma importancia y constituirán la validación que garantice que los instrumentos sean adecuados para el logro de una investigación de calidad. A efectos de la evaluación de los instrumentos se adjunta el correspondiente formato.

Ante todo, expreso mi más profundo agradecimiento con usted por su disponibilidad y aportes para la contribución a la tesis en la cual estoy trabajando.

Se adjunta el formato de la matriz de evaluación de los instrumentos correspondientes

Atte.,

María Alejandra Bellido Cárdenas

PREGUNTAS ORIENTADORAS	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Inducción a la respuesta		Contribuye a los objetivos de la investigación		Comentarios u observaciones
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
¿Qué es la expresión corporal para usted?	x		x		x		x		
¿Qué tipos de expresión corporal considera usted que existen?	x		x		x		x		
¿De qué manera se puede favorecer la expresión corporal en los niños y niñas menores de seis años? ¿Ha tenido alguna experiencia? Descríbalo	x		x		x		x		Ver sugerencia en instrumento
Actualmente, ¿Cree utilizar actividades de expresión corporal? ¿Cuáles?		x		x		x		x	Ver comentario en instrumento
¿Cada cuánto tiempo realiza estas actividades? ¿Por qué?	x		x		x		x		
¿Le parece beneficioso trabajarla desde la primera infancia? ¿Por qué?	x		x		x		x		Ver sugerencia
¿Es posible trabajar esta disciplina de expresión	x		x		x		x		

corporal a distancia? ¿Por qué?									
¿Cómo cree usted que los docentes podemos incorporar la expresión corporal en las aulas?	x		x		x		x		Ver sugerencias en instrumento
¿Qué significa regulación emocional para usted, qué conocimientos recuerda del tema?		x	x			x	x		Ver sugerencias en instrumento
¿Considera que la expresión corporal se relaciona con la regulación emocional? ¿De qué manera?	x		x		x		x		Ver sugerencia
¿Desde qué edad se puede hablar de regulación emocional?	x		x		x		x		Ver sugerencias instrumento
¿Los niños durante la primera infancia logran regularse? ¿Tiene algún ejemplo?		x		x		x		x	

Anexo 5. Reporte de los resultados de la validación de instrumentos

Con respecto a la validación de instrumentos, las recomendaciones brindadas por la profesora Irene para el guion de entrevista, fueron las siguientes: En la pregunta 4, comentó: ¿Usted desarrolla actividades de expresión corporal con los niños de su sección de 5 años? De ser así ¿Cuáles son? En vez de: ¿Cree utilizar actividades de expresión corporal? Para la pregunta 5, sugirió: ¿Con qué frecuencia realiza actividades de expresión corporal con los niños de la sección? En la 6, ¿Considera beneficioso realizar actividades de expresión corporal con los niños de 5 años en la modalidad a distancia? ¿Por qué?

Con respecto a la pregunta 7, mencionó: ¿Considera que es posible desarrollar la expresión corporal en la modalidad a distancia? ¿Por qué? En la pregunta 9 hizo referencia a que solo se incluya la primera parte de la pregunta. Mientras que para la 10 lo ajustó: ¿Considera que la expresión corporal puede favorecer la regulación de emociones en los niños de 5 años? En referencia a la pregunta 11, sugirió: ¿A partir de qué edad usted considera que se podría denominar propiamente como “regulación emocional”? y finalmente, ¿Considera que los niños de 5 años pueden regular sus emociones?

Por otro lado, la profesora Sobeida, hizo referencia a recomendaciones para la entrevista a realizar. Haciendo mención a la pregunta 3, realiza el comentario de modificar el verbo favorecer. En la 4, presenta inquietud en cuanto al objetivo y claridad en la pregunta. Mientras que, en la pregunta 6, mencionó que sea modificado a “desde los primeros años o ciclos”. Al igual que la docente anterior, sugirió: ¿Considera que es posible realizar actividades de expresión corporal a distancia? en la pregunta 7. Por otra parte, para la pregunta 9 recomendó: ¿Podría comentarnos sobre lo que significa para usted la regulación emocional? Para la pregunta 10, brindó detalles de redacción. Mientras que para la pregunta 11 comentó: Desde su experiencia ¿desde qué edad se puede hablar de regulación emocional? ¿podría darnos un ejemplo? Para concluir, con respecto a la pregunta 12, mencionó que era redundante. En cuanto al cuaderno de campo, la profesora brindó una sugerencia, la cual fue realizar algunos indicadores para recoger las evidencias con mayor precisión.

Finalmente, se ha utilizado las recomendaciones de ambas docentes en el guion de entrevista, las cuales sirvieron para que las respuestas obtenidas por la docente fueran claras y respondan al objetivo específico, las categorías y subcategorías. Por lo que se comentó sobre el cuaderno de campo, se desistió en utilizar indicadores debido a que, las anotaciones durante las sesiones de clase abarcaban analizar la secuencia pedagógica de cada sesión, es decir, el inicio, el desarrollo y cierre.



Anexo 6. Matriz de codificación de entrevista y cuaderno de campo

N° de pregunta	Categoría/Subcategoría	Evidencia	Código de evidencia

N° de día	Categoría/Subcategoría	Evidencia	Código de evidencia



Anexo 7. Matriz análisis de la información

Categoría: Subcategorías	Entrevista	Cuaderno de campo	Fundamentación
<p>EXPRESIÓN CORPORAL: La expresión corporal: Trabajo con uno mismo y con el entorno</p>	<p>Es la expresión a través del cuerpo, los movimientos, la expresividad que se pueden dar a través de diferentes movimientos de nuestro cuerpo en forma integrada. (P1-1)</p> <p>También el gestual para que los pequeños puedan expresar sus emociones. (P2-1)</p> <p>Nos dicen mucho de que el niño es el que tiene que crear sus pasos, ¿no? , sino que ya les damos los pasos a seguir, como coreografías. (P3-1)</p> <p>Nosotros no le decimos al papá: vamos a trabajar expresión corporal, sino ya está dentro. (P4-1)</p> <p>Cuando han reconocido las partes de su cuerpo, cuando identifican las diferentes partes de su cuerpo. Es difícil realizar como por ejemplo una dramatización. (P5-1)</p>	<p>Da la indicación que se muevan como ellos deseén. (D2-1)</p> <p>“Lo ideal es movernos, crear con nuestro cuerpo”. (D8-1)</p>	<p>Laban (1978), mientras el infante va creciendo, se le puede hacer tomar conciencia con las distintas posibilidades de juego mediante el cuerpo y sea consciente de sus capacidades y limitaciones, utilizando los hombros, la cabeza, los brazos, y todo lo que esté en sus posibilidades.</p>

	<p>Dentro de otro tipo de expresión corporal como dramatización. (P7-1)</p> <p>Está dentro de la psicomotricidad o dentro de las artes plásticas. (P9-1)</p>		
<p>EXPRESIÓN CORPORAL: Aspectos que favorecen la expresión corporal en el campo educativo</p>	<p>Cuando jugamos con los pequeños, es a través de la expresión, de mover el cuerpo, de que ellos conozcan su cuerpo, ¿no? A través del movimiento como la psicomotricidad, que exploren con diferentes materiales. (P4-2)</p> <p>La exploración de su cuerpo, movimiento, utilizando diferentes materiales, a través del movimiento van identificando las diferentes partes del cuerpo. (P8-1)</p> <p>No tenemos un área de expresión corporal, sino está dentro de la psicomotricidad o dentro de las artes plásticas que está en el área de comunicación, que abarca de forma general. Ahí está lo que es música,</p>	<p>La indicación de la profesora es que los niños y niñas copien la figura que hacen en el video. (D1-1)</p> <p>La profesora realiza un juego para que los alumnos mencionen qué sonidos son los que aparecen en la imagen. (D4-1)</p> <p>Da la indicación que puedan copiar algunas imágenes que se presentan en el video. (D8-2)</p>	<p>“Desarrollar la motricidad en el niño propicia el desarrollo intelectual, físico y emocional, por esta razón, es esencial que los maestros generen espacios de expresión corporal donde conozcan su cuerpo y el espacio. El juego es el medio indicado para motivar el movimiento y el lenguaje gestual a través de la imitación que promueve la desinhibición, el ingenio, la imaginación y la iniciativa.” (Guerrero, 2017, p.95).</p> <p>Gallo et al. (2019), resaltan la importancia del juego en la primera infancia y es que ellos utilizan su cuerpo como vía de experimentación y como forma de comunicación, teniendo en cuenta las formas particulares de su personalidad,</p>

	<p>danza, teatro. (P9-2)</p>		<p>experiencia y actitud, así como también sus propias sensaciones y emociones que van percibiendo y sintiendo.</p>
<p>LIMITACIONES PARA EL TRABAJO DE EXPRESIÓN CORPORAL EN EL NIVEL INICIAL: Espacio físico</p>	<p>Si, hay expresión corporal, pero en el Estado no. (P4-3)</p> <p>Es difícil trabajar la expresión corporal, pero parte de ahí. (P5-2)</p> <p>Que yo lo he trabajado con ellos si, ahora a distancia no mucho. (P8-2)</p> <p>Inclusive si estuviéramos en presencial, no todos los colegios tienen su área de psicomotricidad, son colegios pequeños, como el caso de nuestro colegio. Tiene un área pequeña, no es lo ideal pero ahí se trata de hacer expresión corporal, movimiento. (P9-3)</p> <p>Hay actividades que sí se pueden realizar, pero otras no... Te pueden seguir, pero es muy limitado. (P12-1)</p>	<p>El espacio que utiliza para moverse es limitado y aquello hace que sus movimientos sean cortos. (D3-1)</p> <p>Cada uno tiene pequeñas limitaciones para realizar dicha actividad, sin embargo, la ejecutan utilizando un espacio amplio. (D6-1)</p>	<p>La organización del espacio físico del aula, la disposición del mobiliario y de los diferentes materiales didácticos motiva a los niños a moverse en diferentes direcciones, jugar en un determinado lugar o moverse hacia otro, seleccionar los materiales, comunicarse, desplazarse, etc. (Alcivar et al, 2019, s/n).</p>
<p>LIMITACIONES PARA EL TRABAJO DE EXPRESIÓN CORPORAL EN</p>	<p>Tendría que ser con participación del padre. Que ellos puedan entender</p>	<p>En las sesiones no participaron los padres de familia.</p>	<p>La dirección regional de educación de Lima Metropolitana (2021), da a conocer que desde el rol de padres</p>

<p>EL NIVEL INICIAL: Trabajo con los padres de familia</p>	<p>qué es expresión corporal. (P6-1)</p> <p>Todavía hay que seguir manejando y si el papá no colabora, no ayuda. no. (P13-1)</p>		<p>y madres de familia, los adultos deben crear un vínculo cercano con el profesor para que el trabajo sea integrado con la finalidad de apoyar al estudiante en el logro de sus aprendizajes (p.9)</p>
<p>REGULACIÓN DE EMOCIONES: Importancia de la regulación emocional</p>	<p>Está como parte de nuestra labor. Porque nosotras somos muy expresivas, tenemos que ser expresivas para los pequeños. (P4-4)</p> <p>Que digan cómo se han sentido ¿no?, qué les pareció la actividad o qué les gustó, pero eso es como tipo expresión, no tanto como el nombre de expresión corporal (P5-3)</p> <p>La regulación emocional es cuando el niño maneja sus emociones. Al trabajar con los pequeños la expresión corporal que ellos regulan sus emociones, los pequeñitos ya manejan... Son tolerantes, ya no lloran de todo, comparten con su amigo porque ellos de pequeños son egocéntricos, todo lo</p>	<p>Algunos de los estudiantes bostezan. "Esta actividad va a apoyar a despertarlos y sentirse anímicamente mejor". (D1-2)</p> <p>¿Qué sonidos escuchó? ¿Cuál le gustó más? ¿Por qué? La docente hace mención a que expresen cómo se han sentido frente a los sonidos. ¿Qué les genera? (D4-2)</p> <p>Realiza preguntas sobre cómo se sienten hoy y permite que los estudiantes interactúen entre sí. (D5-2)</p>	<p>Ibarrola (2014) indica que el desarrollo emocional y afectivo es un proceso mediante el cual, el niño construye su autoestima e identidad. De igual forma, la confianza y seguridad en él mismo. En ese proceso podrá identificar sus emociones para después reconocerlas, expresarlas y manejarlas.</p> <p>La participación e intervención del adulto, posibilita que los niños y niñas tengan opciones para elegir cómo actuar o comportarse en distintas situaciones. El sentirse acompañados va a permitir que su autoestima crezca, van a tener mayor seguridad en ellos mismos y también se va a fortalecer la comunicación y la confianza.</p>

	<p>quieren para ellos. Es por eso la importancia de trabajar la regulación de los pequeñitos. (P10-1)</p> <p>Primero es acompañando a los pequeños en los juegos, ¿no? y poco a poco ir alejándote de ellos. Cuando son pequeñitos, hay que jugar con ellos para que ellos se relacionen, interactuen entre ellos. Primero se les acompaña, generalmente vamos a jugar con ellos. Nuestro papel es muy importante. Ya cuando son más grandes, ya no tanto. Pero cada niño es diferente, todavía hay niños que todavía necesitan que los acompañemos, los integremos porque cada niño tiene su propia personalidad. (P12-2)</p> <p>Con respecto a los pequeñitos de tres años, ellos van aprendiendo a través del juego, de diferentes actividades, en el camino van regulando. (P14-1)</p>		<p>(Bisquerra, 2019, p.14).</p>
--	--	--	---------------------------------

<p>REGULACIÓN DE EMOCIONES: La importancia de la expresión corporal como medio para favorecer la regulación de emociones</p>	<p>Por parte como te digo si, trabajamos las emociones, identificación de las emociones, en el baile también. (P6-2)</p> <p>Lo ideal es todos los días. Para que los pequeños estén en movimiento, se activen, se despierten. (P7-2)</p> <p>La expresión de las emociones, no solamente hablando, sino a través del movimiento también pueden expresar pues. (P8-3)</p> <p>Yo sí creo, los pequeñitos con el movimiento, el control de su cuerpo, el equilibrio. Al manejar su cuerpo ¿no? Van regulando tanto el control de su cuerpo como también las emociones. Que se pueda caer o que pueda compartir el espacio con los amigos. Ahí van aprendiendo, el compartir, el ser tolerante con sus compañeros. Aprender a manejar los conflictos que se les pueda presentar dentro de la actividad. (P11-1)</p>	<p>Los niños participan activamente y se mueven con el ritmo de la música. (D1-3)</p> <p>Para poder animar a los niños y niñas, como ella lo expresa. La participación de los estudiantes ha sido dividida, es decir, mientras algunos se quedaron sentados observando el video, los demás bailaban, saltaban y sonreían. (D2-2)</p> <p>La mayoría de estudiantes realizan los movimientos mostrando sonrisas. (D3-2)</p> <p>Los estudiantes empiezan a moverse, bailar con todo el cuerpo, mientras algunos se quedan sentados mirando el video. (D7-1)</p> <p>La docente utiliza un video motivador sobre los distintos</p>	<p>Durante la etapa de educación inicial, el desarrollo de vínculos afectivos, la interacción de los niños con sus pares aporta a que exista una regulación progresiva de la manifestación de emociones, sentimientos y pensamientos, que contiene a los niños y niñas en la etapa preescolar de manera sólida. (Lago, 2012)</p> <p>El infante podrá construir de manera progresiva su identidad, así como también la integración de los movimientos y emociones. Siendo este último aspecto uno de los más importantes dado que, se resalta que, por medio de la expresión corporal, los niños y niñas pueden manifestar sus estados de ánimo, sus sensaciones y percepciones. (Romero, 2018)</p>
--	--	---	--

	<p>Primero el niño tiene que ir manejando las emociones y eso lo va a hacer a través de expresar lo que siente, a través del movimiento y del baile.</p> <p>Porque te puede decir contento y su cara no lo demuestra o te puede decir me siento muy feliz y su cara es de tristeza. Entonces ellos van interiorizando que la alegría es sentirse alegres, el cuerpo está activo.</p> <p>Entonces va el niño diferenciando las diferentes emociones, cuando se sienta triste te lo va a expresar y va a manejar su cuerpo. Por ejemplo, cuando está enojado, entonces ya sabe que está enojado y le va a dar un significado, el porqué de su enojo, va a ir manejando, regulando, ya no va a tirar las cosas, ya no va a ponerse a llorar, manejando. Yo te podría decir, que los pequeños de 5 años, ya manejan ¿no? Obvio que no se puede decir que ya lo lograron. (P13-2)</p>	<p>movimientos que realiza el agua. “Eso nos apoya para sentirnos mejor”. (D8-3)</p>	
REGULACIÓN DE	El baile que también tiene música,	Los niños y niñas saludan	La importancia del Esquema Corporal en

<p>EMOCIONES: Estrategias docentes que favorecen la regulación emocional a través de la expresión corporal</p>	<p>coreografías. Otros es el mimo, el teatro también. (P3-2)</p> <p>A través del movimiento. De los juegos, cuando trabajamos las emociones. Cuando bailamos para que el niño cuando está triste, para que se despierte, se levante. Se les ha mandado a su casa para que realicen danza, baile. (P5-4)</p>	<p>utilizando las manos y cantan. (D3-3)</p> <p>Los niños y niñas saludan cantando y saludando con la mano. La profesora comparte el video de la canción de algunos sonidos para que los niños y niñas puedan identificar los sonidos y luego realizarlo con el cuerpo. (D4-3)</p>	<p>los niños, radica en que, a partir de su construcción, la exploración de todas sus posibilidades de movimientos y las limitaciones que le imponen distintas situaciones, se crea la historia corporal personal (Duarte y Rodríguez, 2017, p.16).</p> <p>La danza se convierte en un instrumento que contribuye a la construcción del esquema corporal, el descubrimiento del propio cuerpo y la formación de un lenguaje específico, que busca siempre la libre expresión por medio del cuerpo, a favor del desenvolvimiento del niño de acuerdo a su edad. (Ramírez, 2007, p.23).</p>
--	---	--	---

Anexo 8. Consentimiento informado

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENTREVISTAS PARA PARTICIPANTES

Estimado/a participante,

Le pedimos su apoyo en la realización de una investigación conducida por *María Alejandra Bellido Cárdenas*, estudiante de la especialidad de Educación Inicial de la Facultad de Educación de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesorada por la docente *Vanessa Malca Vela*. La investigación, denominada “*El uso de estrategias de expresión corporal para favorecer la regulación de emociones en un aula de 5 años en modalidad de educación a distancia*”, tiene como propósito *describir las estrategias de expresión corporal que utiliza la docente del aula de 5 años de una institución educativa pública de Lima, para favorecer la regulación emocional*.

Se le ha contactado a usted en calidad de funcionario público. Si usted accede a participar en esta entrevista, se le solicitará responder diversas preguntas sobre el tema antes mencionado, lo que tomará aproximadamente entre 30 y 60 minutos. La información obtenida será únicamente utilizada para la elaboración de una tesis. A fin de poder registrar apropiadamente la información, se solicita su autorización para grabar la conversación. La grabación y las notas de las entrevistas *serán almacenadas únicamente por la investigadora en su computadora personal por un periodo de tres años, luego de haber publicado la investigación, y solamente ella y su asesora tendrán acceso a la misma*. Al finalizar este periodo, la información será borrada.

Su participación en la investigación es completamente voluntaria. Usted puede interrumpir la misma en cualquier momento, sin que ello genere ningún perjuicio. Además, si tuviera alguna consulta sobre la investigación, puede formularla cuando lo estime conveniente, a fin de clarificarla oportunamente.

Al concluir la investigación, si usted brinda su correo electrónico, le enviaremos un informe ejecutivo con los resultados de la tesis a su correo electrónico.

En caso de tener alguna duda sobre la investigación, puede comunicarse al siguiente correo electrónico: mabellidoc@pucp.edu.pe o al número 999046558. Además, si tiene alguna consulta sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad, al correo electrónico etica.investigacion@pucp.edu.pe.

Yo, _____, doy mi consentimiento para participar en el estudio y autorizo que mi información se utilice en este.

Asimismo, estoy de acuerdo que mi identidad sea tratada de manera (*marcar una de las siguientes opciones*):

<input type="checkbox"/>	Declarada , es decir, que en la tesis se hará referencia expresa de mi nombre.
--------------------------	---

Confidencial , es decir, que en la tesis no se hará ninguna referencia expresa de mi nombre y la tesista utilizará un código de identificación o pseudónimo.
--

Finalmente, entiendo que recibiré una copia de este protocolo de consentimiento informado.

Nombre completo del (de la) participante Firma Fecha

Correo electrónico del participante:

Nombre del Investigador responsable Firma Fecha

