



**ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET
DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN ARTÍSTICA
SUPERIOR**

DOCENTE EN DANZA CLÁSICA

**SUSTENTACIÓN DE TESIS
EL PORTE Y SU INCIDENCIA EN LA IMAGEN
PERSONAL Y EXPRESIÓN HUMANA**

**Para optar Título Profesional de Licenciada
LICENCIADO EN DOCENTE EN DANZA CLÁSICA**

**AUTOR
NADHIA VICTORIA RUBIO ROJAS**

Asesor: Giancarlo Mancarella Valladares

**Lima - Perú
Año 2025**

Similitud: 4.8

Fuente: StrikePlagiarism

Dedicatoria

A mis padres Edith y José Arcenio que
jamás se rindieron en mi proceso formativo,
a mi hijo Mateo Nicolás
y a la niñez por ser la inspiración del tema.

Agradecimientos

Expreso mi agradecimiento:

A Giancarlo Mancarella Valladares en su condición de Asesor de tesis, por haber guiado el presente trabajo de investigación con su saber, compromiso y dedicación.

A mi Escuela Nacional Superior de Ballet que en su momento me recibió como a una hija y por más de diez años me formó con humanismo para mi bien y el bien de los otros.

A la comunidad educativa de mi Escuela Nacional Superior de Ballet que, con su equipo directivo, docente, administrativo y de servicios han estado siempre a mi lado.

A mis profesoras y profesores que me dedicaron su tiempo, me entregaron su saber con paciencia, disciplina y cuidado.

A María del Rosario Reyes Durand mi primera profesora de Ballet que me llevó con sabiduría de mujer, de madre y de docente durante mi formación artística profesional.

A Jean Philipe Sanchez Mauleon mi compañero de clases, actual Director general (e) de la Escuela Nacional Superior de Ballet por haber gestionado exitosamente el proceso de actualización de los egresados anteriores al nivel universitario en cumplimiento de los estándares académicos y de calidad exigidos por la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU) y la Ley Universitaria N° 30220.

A Manuel Jesús Stagnaro Guillon que en vida fue mi profesor, maestro, docente y amigo generoso al extremo en sus enseñanzas profesionales y de vida.

A José Antonio González Norris por su contribución académica en la presente investigación.

Índice

CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	12
1.1 Planteamiento del problema.....	12
1.2 Formulación del problema	16
1.3 Justificación y relevancia.....	16
1.4 Objetivos de la investigación	16
1.5 Hipótesis.....	17
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	17
2.1 Antecedentes del estudio	17
2.1.1 Antecedentes Internacionales	17
2.1.2 Antecedentes nacionales	20
2.2 Bases teóricas.....	22
2.2.1 El Porte	23
2.2.2 La imagen personal	28
2.3 Definición de términos	32
2.5 Esquema conceptual.....	35
CAPÍTULO III METODOLOGÍA	35
3.1 Enfoque y tipo de investigación.....	36
3.1.1 Enfoque	36
3.1.2 Tipo de investigación.....	37
3.3 Escenario y Sujetos de estudio.....	38
3.3.1 Escenario	38
3.3.2 Población	38
3.3.3 Muestra.....	38
3.4 Definición de categorías, sub categorías y matrices	39
3.4.1 Matriz de categorización.....	39
3.4.2 Matriz de Operacionalización	41
3.4.3 Matriz de consistencia.....	43
3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	44
3.5.1 Técnica de observación	44
3.5.2 Técnica de encuesta	44
3.6 Procedimiento de análisis.....	44
3.7 Consideraciones éticas	44
3.8 Consentimiento informado y asentimiento	45
3.9 Uso ético de la información	45

3.10 Enfoque de derechos humanos y perspectiva de género	45
3.11 Criterios de rigor cualitativo	45
CAPÍTULO IV RESULTADOS	46
4.1 Presentación de resultados	46
4.1.1 Resultados de la Observación	46
4.1.2 Resultados de las Encuestas	56
4.2 Análisis.....	75
4.2.1 Del alumnado observado	76
4.2.2 Alumnado participante encuestado	77
4.2.3 Docentes encuestados.....	79
4.3 Interpretación.....	81
4.3.1 Objetivo específico – OE1	81
4.3.2 Objetivo específico – OE2.....	82
4.3.3 Objetivo específico – OE3.....	84
4.3.4 Objetivo General (OG)	86
CAPÍTULO V DISCUSIÓN	87
5.1 Discusión y contraste con teorías y estudios previos.....	87
5.1.1 Discusiones del OG	87
5.1.2 Discusiones del OE1	88
5.1.3 Discusiones del OE2	89
5.1.4 Discusiones del OE3	90
5.2 Reflexión del investigador	92
CAPÍTULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	92
6.1 Conclusiones.....	92
6.1.1 Con relación al Objetivo General (OG).....	93
6.1.2 Con relación al Objetivo Específico (OE1)	93
6.1.3 Conclusión del Objetivo Específico (OE2).....	93
6.1.4 Conclusión del Objetivo Específico (OE3).....	93
6.2 Recomendación	93
ANEXOS.....	97

Índice de tablas

Tabla 1	<i>El porte, cuadro comparativo de autores y sus teorías</i>	26
Tabla 2	<i>La imagen personal, cuadro comparativo de autores y sus teorías</i>	30
Tabla 3	<i>Definición de términos de la matriz de operacionalización</i>	32
Tabla 4	<i>Cuadro del esquema conceptual</i>	35
Tabla 5	<i>Enfoque de investigación</i>	36
Tabla 6	<i>Tipo de investigación</i>	37
Tabla 7	<i>Diseño de investigación</i>	38
Tabla 8	<i>Definición de categorías y sub categorías</i>	39
Tabla 9	<i>Alineación del cuerpo del alumnado</i>	46
Tabla 10	<i>Equilibrio del cuerpo del alumnado</i>	47
Tabla 11	<i>Cuidado personal del cuerpo del alumnado</i>	48
Tabla 12	<i>Garbo del cuerpo del alumnado</i>	49
Tabla 13	<i>Flexibilidad del cuerpo del alumnado</i>	49
Tabla 14	<i>Movimiento del cuerpo del alumnado</i>	50
Tabla 15	<i>Tono de voz del cuerpo del alumnado</i>	51
Tabla 16	<i>Velocidad de hablar del alumnado</i>	52
Tabla 17	<i>Posición de poder del cuerpo del alumnado</i>	53
Tabla 18	<i>Expresión corporal del cuerpo del alumnado</i>	53
Tabla 19	<i>Habilidades socioemocionales del cuerpo del alumnado</i>	54
Tabla 20	<i>Coherencia del cuerpo del alumnado</i>	55
Tabla 21	<i>Hallazgos de la observación y vinculación con las sub categorías</i>	55
Tabla 22	<i>Alineación al llevar el cuerpo</i>	57
Tabla 23	<i>Equilibrio del cuerpo al caminar y correr</i>	57
Tabla 24	<i>Flexibilidad al estirar y doblar el cuerpo</i>	58
Tabla 25	<i>Movimiento al caminar, correr y girar el cuerpo</i>	59
Tabla 26	<i>Posición de poder con cuerpo erguido, en movimientos y gestos</i>	60
Tabla 27	<i>Expresión corporal causando reacciones</i>	60
Tabla 28	<i>Cuidado personal del cuerpo para estar y verse bien</i>	61
Tabla 29	<i>Garbo al llevar el cuerpo con encanto y elegancia</i>	62
Tabla 30	<i>Tono de voz según lo que va a decir</i>	63
Tabla 31	<i>Velocidad de hablar según lo que va a decir</i>	63
Tabla 32	<i>Habilidades socioemocionales en el trato con los otros</i>	64
Tabla 33	<i>Coherencia en la forma de ser con los otros</i>	65
Tabla 34	<i>Anhelos de llevar siempre bien el cuerpo, con encanto y elegancia</i>	66

Tabla 35 <i>Convicción de mejora al llevar el cuerpo con encanto y elegancia</i>	67
Tabla 36 <i>Postura del alumnado según docentes</i>	67
Tabla 37 <i>Modos del alumnado según docentes</i>	68
Tabla 38 <i>Lenguaje no verbal del alumnado según docentes</i>	69
Tabla 39 <i>Apariencia del alumnado según docentes</i>	70
Tabla 40 <i>Prosodia del alumnado según docentes</i>	71
Tabla 41 <i>Actitud del alumnado según docente</i>	72
Tabla 42 <i>Anhelo del estudiante según docente</i>	73
Tabla 43 <i>Convicción del alumnado según docente</i>	74
Tabla 44 <i>Comentarios de docentes y su vinculación con subcategorías</i>	74

Índice de gráficos

Gráfico 1 <i>Alineación del Alineación cuerpo del alumnado</i>	47
Gráfico 2 <i>Equilibrio del cuerpo del alumnado</i>	47
Gráfico 3 <i>Cuidado personal del cuerpo del alumnado</i>	48
Gráfico 4 <i>Garbo del cuerpo del alumnado</i>	49
Gráfico 5 <i>Flexibilidad del cuerpo del alumnado</i>	50
Gráfico 6 <i>Movimiento del cuerpo del alumnado</i>	50
Gráfico 7 <i>Tono de voz del cuerpo del alumnado</i>	51
Gráfico 8 <i>Velocidad de hablar del cuerpo del alumnado</i>	52
Gráfico 9 <i>Posición de poder del cuerpo del alumnado</i>	53
Gráfico 10 <i>Expresión corporal del cuerpo del alumnado</i>	53
Gráfico 11 <i>Habilidades socioemocionales del cuerpo del alumnado</i>	54
Gráfico 12 <i>Coherencia del cuerpo del alumnado</i>	55
Gráfico 13 <i>Alineación al llevar el cuerpo</i>	57
Gráfico 14 <i>Equilibrio del cuerpo al caminar y correr</i>	58
Gráfico 15 <i>Flexibilidad al estirar y doblar el cuerpo</i>	58
Gráfico 16 <i>Movimiento al caminar, correr y girar el cuerpo</i>	59
Gráfico 17 <i>Posición de poder con cuerpo erguido, en movimientos y gestos</i>	60
Gráfico 18 <i>Expresión corporal causando reacciones favorables</i>	61
Gráfico 19 <i>Cuidado personal del cuerpo para estar y verse bien</i>	61
Gráfico 20 <i>Garbo al llevar el cuerpo con encanto y elegancia</i>	62
Gráfico 21 <i>Tono de voz según lo que va decir</i>	63
Gráfico 22 <i>Velocidad al hablar según lo que va a decir</i>	64
Gráfico 23 <i>Habilidades socioemocionales en el trato con los otros</i>	64
Gráfico 24 <i>Coherencia en la forma de ser con los otros</i>	65
Gráfico 25 <i>Anhelo de llevar siempre bien el cuerpo, con encanto y elegancia</i>	66
Gráfico 26 <i>Convicción de mejora al llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia</i>	67
Gráfico 27 <i>Postura del alumnado según docentes</i>	68
Gráfico 28 <i>Modos del alumnado según docentes</i>	69
Gráfico 29 <i>Lenguaje no verbal del alumnado según docentes</i>	69
Gráfico 30 <i>Apariencia del alumnado según docentes</i>	70
Gráfico 31 <i>Prosodia del alumnado según docentes</i>	71
Gráfico 32 <i>Actitud del alumnado según docentes</i>	72
Gráfico 33 <i>Anhelo del alumnado según docentes</i>	73
Gráfico 34 <i>Convicción del alumnado según docentes</i>	74

Abreviaturas

BSQ	Body shape questionnaire – cuestionario de la figura corporal
C	Categoría
CEB	Centro de Educación Básica.
CETPRO	Centro de Educación Técnico-Productiva
EEUU	Estados Unidos de Norteamérica.
ENSB	Escuela Nacional Superior de Ballet.
HG	Hipótesis General
HS	Hipótesis Secundaria
I	Indicador
IMC	Índice de Masa Corporal.
MINEDU	Ministerio de Educación
MINSA	Ministerio de Salud
NSE	Niveles Socioeconómicos.
ODS	Objetivo de desarrollo sostenible al 2030 (Organización de Naciones Unidas-ONU)
OG	Objetivo General
OE	Objetivo Específico
SC	Sub categoría
SJL	San Juan de Lurigancho.
SSES	Estudio sobre las Competencias Sociales y Emocionales.
UMC	Oficina de Medición de la Calidad de los Aprendizajes en el contexto de Perú.
UNE	“La Cantuta” Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.

Resumen

La investigación tuvo como objetivo principal describir de qué manera el alumnado del 3er grado del CEB de SJL ha formado su porte y su imagen personal y expresión humana. La metodología comprende un enfoque mixto orientado a describir como el porte y la imagen personal mejoran la manifestación o expresión humana del alumnado, el tipo de la investigación es básica, observacional, descriptivo relacional, transversal, el diseño es estudio de caso, el criterio de inclusión de la población es alumnado que manifiesta disconformidad consigo mismos y a la vez está preocupado por su imagen y expresión humana, la muestra es no probabilística, de oportunidad, intencional de conveniencia, admitida en el enfoque de investigación mixto. Los resultados emergen de la observación, las respuestas a los cuestionarios aplicados al alumnado participante y a docentes que además aportaron comentarios. La conclusión principal indica que el alumnado forma su porte en un proceso de mejora continua de su postura, modos y lenguaje no verbal, en su entorno directo influenciado por la sociedad y la cultura y también forma su imagen personal y expresión humana en un proceso simultáneo de mejora continua de su apariencia, prosodia y actitud, motivado por el anhelo y la convicción de alcanzar el saber estar en lo individual y colectivo, de una aceptación social mutua y de una convivencia pacífica en una comunidad cohesionada, equitativa y segura.

Palabras clave: Porte, Imagen Personal, Expresión Humana.

Abstract

The main objective of this research was to describe how third-grade students at the CEB in SJL have developed their posture, personal image, and human expression. The methodology employed a mixed-method approach, focusing on how posture and personal image enhance students' human expression. The research is basic, observational, descriptive-relational, and cross-sectional. The design is a case study. The inclusion criterion for the population is students who express dissatisfaction with themselves and are concerned about their image and human expression. The sample is non-probabilistic, based on convenience, and purposive sampling, as permitted by the mixed-method research approach. The results emerged from observations, responses to questionnaires administered to participating students, and feedback from teachers. The main conclusion indicates that students develop their behavior through a continuous process of improving their posture, mannerisms, and nonverbal language in their immediate environment, influenced by society and culture. They also develop their personal image and human

expression through a simultaneous process of continuous improvement of their appearance, prosody, and attitude, motivated by the desire and conviction to achieve individual and collective good behavior, mutual social acceptance, and peaceful coexistence in a cohesive, equitable, and safe community.

Keywords: Bearing, Personal Image, Human Expression.

CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del problema

Culturas de la antigüedad con influencia en el estado actual de la civilización de esta parte del mundo, como la espartana con su monte Taigeto, a donde según la leyenda llevaban a los niños declarados inaptos y la cultura romana en la que el padre decidía aceptar o rechazar como su hijo, después de ver al recién nacido en el suelo, son evidencia de que el “*ser visto bien*” siempre ha sido un aspecto de importancia en la vida del ser humano en el mundo.

Casanova et al. (2025), respecto del impacto de factores socioculturales llámese medios, redes sociales, cánones de belleza, en la imagen personal de niños y jóvenes, llevaron a cabo una revisión integrativa de estudios realizados en España, Italia, Corea del Sur, China, Alemania, EEUU, Vietnam y Suiza, y de estudios multicéntricos que comprendían los países de España, Bélgica, Corea del Sur y Austria y concluyeron que las redes sociales influyen de modo negativo en el desarrollo de la autoestima y la autopercepción, siendo las mujeres las más afectadas. Además, advirtieron que la percepción de la imagen corporal de las y los adolescentes puede llegar a distorsionarse, generar incomodidad y crear posibles problemas de salud debido al uso de las redes sociales, configurando así un nuevo desafío para la salud mental adolescente en todo el mundo. Es evidente la relación entre el porte corporal y la construcción de la imagen personal.

Acerca de lo mismo, a nivel regional, en Paraguay, Espinola et al. (2025) llevaron a cabo un estudio sobre autopercepción de la imagen corporal en estudiantes de 14 –18 años (nivel medio), aplicando el test de siluetas de Stunkard para comparar la figura percibida vs. la deseada. Los autores encontraron que, el 26% de los adolescentes se veían a sí mismos más delgados de lo que eran en realidad y, aun así, deseaban ser incluso más delgados. Este fenómeno de insatisfacción indica que, en los estudiantes indagados, en un porcentaje mayoritario, existe el deseo de alineación con idealizaciones de delgadez que podrían estar influenciadas por estándares sociales y culturales en contraposición a la realidad de la constitución física propia y a los estándares saludables del IMC. En consecuencia, se evidenció que la problemática de la imagen personal en estudiantes es global y trasciende contextos específicos a través de patrones similares como la insatisfacción relativamente alta, especialmente entre mujeres, y los vínculos estrechos con la autoestima, conducta social y hábitos. De ello emerge la necesidad de un enfoque

psicoeducativo que priorice la promoción de una imagen corporal saludable, adecuada a las particularidades comunitarias y los contextos socioculturales.

En el ámbito peruano, se han realizado estudios casi en todos los niveles educativos. A nivel universitario preprofesional, las investigaciones exploran la imagen personal en la formación de una población joven. La tesis de Cuadrado y Layza (2017), da cuenta del vínculo entre la imagen personal y la autoestima en estudiantes mujeres de la especialidad de Tecnología del Vestido (formación docente en moda). El grupo estudiado evaluó positivamente su imagen propia (vestimenta, manejo del color, proyección pública) en un 70%, y en paralelo, un 60% reportó tener “alta” autoestima en relación a su identidad y respeto personal. Aunque el estudio antecede al año 2020, sugiere que la autopercepción de la imagen personal puede vincularse con la confianza y valores personales de futuros educadores, un tema relevante para las instituciones formadoras.

A nivel secundario, se han desarrollado estudios enfocados en la relación entre la imagen corporal (percepción de la apariencia física propia) y la autoestima de adolescentes. Reyes y Saldaña (2022), en estudiantes de 5.º de secundaria en Ica, encontraron que el 52.6% presentaba insatisfacción con su imagen corporal revelando que a mayor insatisfacción corporal le corresponde una menor autoestima. Sobre lo mismo Hinostroza y Pacheco (2020) en alumnos de 5.º de secundaria en Huancayo, también encontraron una correlación negativa entre insatisfacción con la imagen corporal y la autoestima. Estos estudios cuantitativos correlacionales, confirman que la preocupación por la apariencia física es un factor asociado al bienestar psicológico. Incluso cuando el peso y talla se encuentran dentro de rangos saludables, muchos adolescentes manifiestan deseos de lucir más delgados o mejorar su apariencia, reflejando la presión por alcanzar ideales estéticos.

En el distrito de SJL (Lima), el tema se abordó desde la perspectiva de influencia externa y de intervenciones educativas. Un estudio previo realizado en una escuela de SJL (Bayóvar) demostró cómo los estereotipos de la televisión pueden moldear la imagen personal de los adolescentes. Díaz (2015), encontró que la exposición al reality show “Esto es Guerra” influyó significativamente en estudiantes de 4to. y 5to. del nivel secundario, motivándolos a ejercitarse, cuidar su físico y vestimenta imitando a los modelos televisivos. Aunque esta investigación es anterior al 2020, ilustra la realidad de zonas donde los medios masivos tienen fuerte impacto en los ideales de apariencia de la juventud. Torres (2020), desarrolló una intervención educativa en el CETPRO Jesús Oropeza Chonta de SJL orientada a mejorar las capacidades de estética personal. Mediante el proyecto “Styles” (módulo de peinados), trabajó con un grupo de 15 estudiantes bajo un diseño pre - experimental. Los resultados mostraron mejoras significativas: tras el taller, el 60% de las estudiantes alcanzaron el nivel esperado en habilidades de arreglo personal. La prueba

estadística de Wilcoxon confirmó la influencia positiva de dicha intervención en el cuidado de la imagen (peinado y presentación) de las alumnas. Este estudio es notable por abordar estrategias pedagógicas para fortalecer la imagen personal, un enfoque poco común en la literatura nacional.

A nivel de primaria, en Arequipa, Velarde y Cusi (2022), hicieron un estudio cuantitativo en niños y niñas de 8 a 11 años con sobrepeso u obesidad donde examinaron la relación entre ansiedad e imagen corporal en escolares con dicha condición. Los autores aplicaron la escala de ansiedad manifiesta y una prueba de evaluación de imagen corporal adaptada para niños. Los hallazgos revelaron que efectivamente la ansiedad - especialmente las preocupaciones sociales y síntomas fisiológicos - se relaciona de forma significativa con la autoimagen corporal insatisfecha en estos niños con diagnóstico de obesidad/sobrepeso. Es decir, aquellos menores con mayor ansiedad tendían a mostrar mayor disconformidad con su apariencia. Las autoras subrayan que se trata de un problema poco estudiado en el país, enfatizando la necesidad de prestar más atención a la salud emocional e imagen personal desde temprana edad.

Las investigaciones se han centrado más en la imagen corporal (peso, figura, apariencia estética) y en indicadores psicológicos asociados, dejando un espacio poco explorado: la forma de conducirse y portarse físicamente, desde el punto de vista educativo. Ello plantea interrogantes relevantes: ¿influyen, la postura, los modales y el lenguaje corporal del estudiante en su desempeño académico o en cómo lo tratan sus pares y demás? ¿Qué rol juega enseñar habilidades de porte como la postura adecuada, los movimientos y la expresión corporal positiva en la formación integral?; faltan programas que aborden integralmente el porte en la escuela. Este vacío sugiere una oportunidad para innovar en proyectos que incorporen habilidades socioemocionales orientadas al desarrollo de una imagen personal positiva y auténtica que combine cuidado de la apariencia, higiene, postura, modales y autoaceptación. De esta manera, la escuela y la comunidad educativa podrían fomentar en los alumnos una imagen personal positiva, realista e inclusiva, fortaleciendo tanto su bienestar individual como su convivencia con los demás. En este contexto, se observa una transición del *ser bien visto*, propio de la antigüedad greco - romana, al *saber estar* imperante en la actualidad.

En el distrito de SJL, CEB, parte del alumnado del 3er grado, del nivel primaria, de 9 a 10 años de edad, con frecuencia, a escondidas, con timidez y desesperanza, (interpretando lo escuchado) comentan: mira, ¡qué bien... va, camina, baila, acompaña, lo hace, etc. ... yo quiero ser así!, mira somos monse y cómo, qué seremos ... si seguimos así ... pucha! y cuando se observa al sujeto del comentario, se ve un ser humano de buen aspecto, fuerte, vital y con estilo; de buena postura que proyecta confianza, elegancia y autoridad personal que transmite respeto y distinción, se trata de un ser humano con porte, que sabe llevar su

cuerpo, de buena postura y movimientos, de buenos modales, de expresión corporal positiva. Emerge de los comentarios del alumnado la preocupación por su imagen personal, disconformidad consigo mismos, déficit de la autoestima, riesgos de la salud emocional e imagen personal desde temprana edad. También está en mi recuerdo la pregunta de un adolescente que tuve que absolver, me preguntó: profesora ¿por qué los que bajan del bypass del puente Primavera (vía panamericana sur) caminan lerdos, como *doblandose hacia abajo*, con una *actitud de derrotados* en la vida? y lo dicho por la atleta peruana Gabriela Kimberly García León, “*mi postura no es muy buena, a veces me encorvo demasiado*” (García K. , 2025). Fluye de lo expuesto, que la imagen personal débil, sin impacto, el déficit de autoestima y la autopercepción negativa y sus opuestos, en cada caso, son expresión integrada del cuerpo, mente e interacción social que da sentido al mundo y conecta con otros, por tanto, se requiere de intervenciones oportunas en el proceso formativo la niñez actual para tener a futuro sociedades con mayor sentido común, mejor comunicación, aceptabilidad e integración.

Cabe señalar que, se ha realizado búsqueda sin éxito, de estudios realizados por MINSA, MINEDU sobre la percepción de imagen personal de la niñez de 8 a 9 años; pero se tiene el informe de MINEDU (2024). El Perú en SSES 2023 Informe Nacional de Resultados (p. 66), sobre la Imagen corporal informó que, a nivel nacional, más de la mitad de los estudiantes peruanos de 15 años indicaron sentirse a gusto con su apariencia, cuerpo, atractivo físico y peso. Al considerar las dos alternativas de respuesta (“de acuerdo” y “completamente de acuerdo”), se observó que los más altos niveles de satisfacción fueron su apariencia física (75,5 %), cuerpo (70,3 %) y atractivo (60,1 %). Finalmente, el 50,2 % de estudiantes de 15 años reportó sentirse a gusto con su peso. Si bien es cierto, el informe es de adolescentes, sugiere el estudiar analíticamente la autopercepción de la imagen corporal, que comienza a temprana edad, para encontrar formas que aplicadas asertivamente incrementen el porcentaje de sentirse a gusto con su apariencia, mejorando la postura, el cuerpo y el lenguaje no verbal.

La falta de atención a la importancia del porte, deviene en una sociedad conformada en parte, por seres humanos con imagen personal con baja autoestima, sin autoaceptación y poco aceptada por los otros, escasos de bienestar individual y de habilidades socioemocionales, convivencia en armonía, y hasta de orgullo, que obliga a mirar un camino de mejora basándose en la mejora individual masiva.

Con el presente estudio se pretende la mejora del proceso formativo, que utilizando herramientas del arte como las técnicas de aprestamiento del ballet a partir de la niñez incorpore habilidades socioemocionales orientadas al desarrollo de una imagen personal positiva y auténtica que combine cuidado de la apariencia, higiene, postura, cuerpo y autoaceptación, de modo que la escuela y la comunidad educativa puedan fomentar en el

alumnado una imagen personal positiva, realista e inclusiva, con valores personales y confiables, fortaleciendo tanto su bienestar individual como su convivencia con los demás. En la actualidad, resulta insuficiente el *ser bien visto*, se requiere *saber estar* y eso pasa por la enseñanza – aprendizaje, es imprescindible el conocimiento y su aplicación continua.

1.2 Formulación del problema

Problema general:

¿De qué manera el porte incide en la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL en el año 2025?

Problemas específicos:

- a) ¿De qué manera el alumnado forma su porte y su imagen personal?
- b) ¿De qué manera el alumnado expresa su porte y su imagen personal?
- c) ¿De qué manera el alumnado valora su porte y su imagen personal?

1.3 Justificación y relevancia

Académica. - El presente estudio encuentra su justificación en la obtención de conocimiento del impacto negativo de la disconformidad consigo mismo en la autoestima, salud emocional e imagen personal desde temprana edad, a fin de replantear el proceso formativo en vista de la importancia del porte que debe ser construido, logrado y mantenido a lo largo de la vida.

Artística. - La transición del *ser bien visto* al *saber estar*, justifica la investigación, debido a que, llegar al *saber estar* pasa por la enseñanza - aprendizaje de nuevos saberes creados para *saber estar* positivo y tener aceptación social. Ello implica, la contribución del arte de la danza clásica al proceso formativo desde temprana edad con sus técnicas y herramientas, a fin de superar la baja autoestima y sus consecuencias negativas.

Pedagógica. - La baja autoestima y sus consecuencias desde temprana edad, justifica la investigación dado que para superarlo se requiere de nuevos conocimientos que aplicados mejoren la práctica pedagógica en beneficio del alumnado, razón de ser de la educación, y del ser humano por su efecto multiplicador.

Social. - La investigación encuentra su justificación a futuro por el efecto de la mejor formación del estudiantado que producirá seres con autoestima elevado y orgullo por su comunidad educativa. A partir de las recomendaciones que surjan del estudio, se espera una sociedad con mayor aceptación de sus miembros y consecuentemente una mayor cohesión social.

1.4 Objetivos de la investigación

Objetivo general (OG):

OG. Describir de qué manera el alumnado del 3er grado del CEB de SJL año 2025 forma su porte y su imagen personal y expresión humana.

Objetivos específicos (OE):

OE1. Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal.

OE2. Describir como el alumnado expresa su porte y su imagen personal.

OE3. Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal.

1.5 Hipótesis

Principal (HP)

El porte incide en la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL año 2025.

Secundarias (HS)

HS1. El alumnado forma su porte y su imagen personal.

HS2. El alumnado expresa su porte y su imagen personal.

HS3. El alumnado valora su porte y su imagen personal.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del estudio

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Según Martínez (2025), en su artículo Imagen corporal de los adolescentes de la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora, cuyo propósito fue describir la imagen corporal en los adolescentes de la Universidad, con un enfoque cuantitativo, caracterizado por un tipo de investigación descriptiva, un diseño no experimental de campo y de corte transversal, se tomó una muestra conformada por 30 estudiantes, con edades comprendidas entre 17 a 18 años a través de un cuestionario de imagen corporal (BSQ), tipo Likert con 34 ítems, cuyos datos fueron procesados mediante el programa estadístico S.P.S.S. y analizados con el apoyo de la estadística descriptiva e inferencial. El resultado indica que el 43% de la muestra manifiesta preocupación por su imagen corporal en un nivel moderado, y otro 43% manifiesta insatisfacción por su imagen corporal; sumados hacen un 86% de inconformes con su imagen corporal, concluyendo que la muestra estudiada centra su atención en las expectativas o ideales que tiene con respecto a la imagen de su propio cuerpo. Esta investigación se relaciona con el porte corporal y la imagen personal por su resultado, que da cuenta de la disconformidad manifestada, lo cual se convierte en una oportunidad de intervención para disminuir la insatisfacción frente a la imagen del propio cuerpo.

Sobre el mismo tema, Castillo et al. (2025), en su tesis *Incidencia de las Redes Sociales Sobre la Imagen Corporal en Estudiantes del Grado de Educación Física, en Chile*, cuyo objetivo fue analizar cómo las redes sociales inciden en la percepción de la imagen corporal de estudiantes del grado de Educación Física, se utilizó una metodología cualitativa con enfoque fenomenológico descriptivo. Se tomó una muestra constituida por 80 estudiantes de primer año de la carrera de Pedagogía en Educación Física de la universidad y concluyeron que las redes sociales resultan determinantes en la configuración de la autoimagen y la toma de decisiones estéticas de los usuarios de este grupo etario, con efectos positivos, negativos y desiguales. Para algunos causa desmotivación al compararse con los ideales estéticos que ven en redes sociales, para otros es fuente que motiva la mejora de la salud física, la autoimagen virtual y las relaciones sociales reflejan el deseo de los participantes de proyectar una imagen positiva y saludable. Sin embargo, los ideales no siempre son accesibles ni saludables para todos, derivando ello en afectación de la salud mental y la autoimagen en diferentes contextos.

El impacto de las redes sociales en la imagen corporal se relaciona a la investigación del porte y la imagen personal, debido a que el cuerpo es componente base del porte sobre el que se construye posturas y movimientos, modos y lenguaje corporal que se expresan a fin de configurar una autopercepción agradable con la proyección de una imagen personal favorable y recordable en la mente de los receptores. Por otra parte, la tesis revela el esfuerzo de imitación a lo que ven en redes sociales, lo cual es distinto a la expresión resultante de la construcción del porte con técnicas y herramientas de la danza clásica a través del cuerpo que expresa el espíritu que el individuo lleva dentro.

De otra parte, Carrillo (2023) en su informe de pasantía *Propuesta de diagnóstico y aplicación de los conceptos técnicos del ballet a las danzas de proyección en Danza Kapital*, en la Universidad Distrital Francisco José de Caldas, Colombia, aborda el desarrollo de las cualidades físicas de los estudiantes de la compañía Danza Kapital, siguiendo los principios estéticos y directrices de la danza clásica, en su interacción con las danzas folklóricas. Para ello, propuso la implementación de evaluaciones diagnósticas psicomotoras, con la finalidad de identificar las principales necesidades de los grupos participantes, preinfantil de 3 a 8 años y juvenil de 15 a 20 años. Estructuró un plan de trabajo basado en metodologías específicas enfocadas en la asimilación de los conceptos técnicos del Ballet como herramienta para el desarrollo de cualidades físicas, en la conformación de la conciencia corporal, la estilización del movimiento y el desarrollo de las habilidades propioceptivas. Como resultado indica mejoras en las cualidades físicas, mayor confianza, sensibilidad y mayor expresividad; demostrando la importancia y efectividad del ballet como un medio que contribuye a la formación integral de los participantes, desde su primer acercamiento al ballet y a la rigurosidad técnica quedando cimentada en ellos la

base para el desarrollo de la propiocepción. Enlaza con el porte y la imagen personal en la construcción de mejoras físicas del cuerpo, en la formación de conciencia corporal y base propioceptiva lograda con los conceptos, metodologías y herramientas del ballet.

Por su parte, Cedeño (2021) de la Universidad de Panamá, Facultad de Bellas Artes, en su tesis titulada *El Entrenamiento Propioceptivo como Herramienta para Prevenir Lesiones en Bailarines de Ballet*, dio a conocer la relevancia de la propiocepción en el proceso formativo y desarrollo integral de bailarines clásicos, enfocada en el sistema propioceptivo que busca la estabilidad y la adaptación del cuerpo frente a diferentes estímulos externos al momento de realizar una actividad física estructurada. Indica que, si el sistema propioceptivo óptimo en su funcionamiento, el cerebro estará capacitado para hacer reaccionar inteligentemente al cuerpo cuando enfrente escenarios de riesgo, resultando de gran utilidad integrar ejercicios al entrenamiento habitual a modo de protección. En sus conclusiones resalta la importancia del Entrenamiento Propioceptivo como herramienta preventiva, debido a que la propiocepción ha demostrado optimización de las horas de entrenamiento en el que hasta los descansos son de valor, mayor disfrute, menos fatiga, menos probabilidades de daño. Se trata de conseguir la capacidad del cuerpo para controlar y estabilizar las articulaciones con mejoras importantes en las cualidades físicas y en la ejecución de los movimientos, evitando el daño por sobrecarga y prolongando la vida útil del bailarín; de este modo, el entrenamiento propioceptivo incrementa la productividad en las clases de ballet, fortalece totalmente los músculos requeridos para la actividad, mejora el balance estático y dinámico, sin incremento de horas de entrenamiento y de dolor en el proceso, dado que, al identificar las articulaciones inestables y los errores posturales, se trabaja sobre los hallazgos estimulando el sistema propioceptivo, mejorando sus respuestas reflejas, con aumento de la fuerza y coordinación. Encuentra relación con el porte y la imagen personal en la medida que se interviene sobre el cuerpo identificando las debilidades para trabajar sobre ellas y minimizar los riesgos que implican.

Sobre comunicación no verbal, (Gordo, 2025) de la Universidad Autónoma de Madrid, España, en su tesis titulada *“La comunicación no verbal al servicio de la imagen: Análisis de Barack “*, consideró la trascendencia de los elementos no verbales en la comunicación, de la cual emerge la necesidad de su formación y aprendizaje a fin de ser auténtico. Destaca la actuación de Barack Obama en el ámbito de un político, a quien califica como una imagen pública excelente y un modelo de comunicación no verbal a seguir. El objetivo fue examinar en detalle los componentes fundamentales de comunicación no verbal política, en la figura de Barack Obama, a través de una metodología de Investigación cualitativa mediante revisión bibliográfica. Los hallazgos indicaron que los componentes de

influencia para el logro de su reconocimiento social fueron el dominio natural del lenguaje no verbal, los gestos de apertura, acercamiento, positividad, transparencia y la paraverbalidad. La conclusión de la autora es que el uso natural de la comunicación no verbal es llave para conformar una poderosa identidad, carisma, expresión emocional y capacidad de transmisión e impacto público. Conecta con el porte y la imagen personal, en el personaje estudiado que a prima facie, es algo así, como la excelencia del porte que proyecta una imagen personal óptima, capaz de posicionarse y permanecer en la mente de los perceptores.

Complementando la información precedente, se incluye el estudio publicado el 2017, antes del rango 2020-25, por su valor ilustrativo en el contexto latinoamericano. Delgado et al. (2017), Universidad de La Frontera, Temuco, Chile. Realizaron un estudio en la ciudad de Temuco con 208 niños/as de 11 años (transición de primaria a secundaria) examinando la relación entre actividad física, estado nutricional, autoestima e imagen corporal. Los niños que realizaron mayor actividad física semanal (3 a 4 veces) mostraron menor preocupación por su imagen corporal y niveles más altos de autoestima, en comparación con aquellos sedentarios o con baja participación en actividades físicas. Asimismo, presentaron mejor salud. Los autores concluyeron que los niños con mayor regularidad en la práctica de actividad física por semana evidenciaron beneficios en su desarrollo integral. Este hallazgo infiere que la práctica regular de ejercicio físico se asocia con una imagen corporal más positiva y confianza en sí mismos. En términos de porte, la actividad física provee una postura más firme, coordinación y dominio del cuerpo, es decir, un mejor porte. El estudio incluyó ambos sexos, aporta evidencia de que intervenciones como el deporte inciden en la percepción del cuerpo, siendo una vía de empoderamiento para niñas si se abordan desde la inclusión, rompiendo la idea de que ciertos deportes *no son para niñas*. Conecta con el porte y la imagen personal en el resultado de una mayor firmeza en la postura, coordinación y dominio del cuerpo.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Según Lozano y Flores (2025), en su tesis Imagen corporal y autoestima en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Antonio Arellano Buitron, Huaral, 2024, cuyo objetivo fue determinar la relación existente entre la imagen corporal y la autoestima en estudiantes de secundaria. Se empleó una metodología tipo aplicada, con un diseño correlacional, no experimental, y enfoque cuantitativo. Los resultados principales evidenciaron que la imagen corporal se asocia de manera significativa con la autoestima; es decir, a mayor grado de autoaceptación y autopercepción positiva de la imagen corporal, mayor autoestima; la conexidad con la investigación emerge de la construcción del porte de manera favorable a una imagen corporal vinculada a potenciar la autoestima.

Sobre lo mismo, Chipana (2025), en su tesis titulada Dificultades interpersonales e insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de nivel secundario de la Institución Educativa Manuel de Mendiburu, Tacna 2024, en un tipo de investigación básica, de nivel relacional y con enfoque cuantitativo, donde el diseño fue no experimental, transaccional de tipo descriptivo correlacional, cuyo objetivo fue hallar la relación entre dificultades interpersonales e insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de nivel secundario, se puso en práctica la técnica de psicometría tipo test, se utilizó el cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia (CEDIA). Asimismo, se aplicó el cuestionario evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN) a una muestra de 281 estudiantes de nivel secundario, muestreo no probabilístico de carácter intencional. El resultado de interés indica que el 48.40% se encuentra en un nivel severo de insatisfacción con su imagen corporal. Conecta con el porte y la imagen personal en la medida que amerita intervenir los componentes del porte (postura, modos y lenguaje no verbal) para mejorar la imagen corporal con efecto en el incremento de la autoestima.

Por su parte, Rospigliosi y Helden (2024), en su Tesis titulada Insatisfacción corporal en adolescentes: Un estudio cualitativo de las alteraciones de la imagen corporal, en Lima Metropolitana, realizaron un estudio cualitativo de las alteraciones de la imagen corporal en adolescentes de 10 a 19 años, de carácter descriptivo, diseño fenomenológico, con muestreo por conveniencia, aplicando una entrevista para obtener datos de la insatisfacción con la imagen corporal. El resultado de mayor interés es la conceptualización de la insatisfacción con la imagen corporal como el disgusto con el cuerpo o partes del mismo, experimentando emociones de vergüenza, tristeza, asco o enojo; se produce una autopercepción negativa y el surgimiento del deseo de impactar, ser aceptado y recordado con agrado. Conecta con la investigación en la orientación a describir la manera en que el porte se forja a partir de la buena postura del cuerpo con incidencia en la mejora de la imagen personal que se conforma en parte por la imagen corporal.

Ahora bien, Ramos (2024) en su investigación titulada, Desarrollo de consciencia corporal a través de danza contemporánea en estudiantes de ballet de una escuela superior de Lima, 2023, tuvo el objetivo de proponer el desarrollo de criterios básicos para el logro de una mayor consciencia corporal a través de la danza contemporánea. La investigación fue de tipo básica, diseño fenomenológico, de enfoque cualitativo, con una muestra de 3 estudiantes y 2 egresados de las carreras de docente e intérprete en danza clásica de formación artística superior de la ENSB. Mediante entrevistas semiestructuradas se obtuvieron datos que fueron analizados con software MAXQDA 2020. El autor concluyó que para lograr la conciencia corporal se debe tener en cuenta propiocepción, interocepción y exterocepción. Conecta con el porte y la imagen personal

en la medida que se trabaja el espacio, el movimiento, el cuerpo, las emociones, la respiración, la visión periférica, la audición y el trabajo a través del tacto, elementos materiales e inmateriales que proyectan la imagen personal hacia los perceptores.

De igual manera, García (2022), en su informe de suficiencia profesional, titulado Importancia de la aplicación de la metodología de elongación en el trabajo de aprestamiento de la danza en un centro particular pre - escolar para Optar el Título Profesional de Docente en Danza Clásica dio cuenta de las metodologías aplicadas en sus sesiones de aprendizaje. Concluyó que, la aplicación de la metodología de elongación contribuye al autoconocimiento corporal en la etapa de aprestamiento de la danza y a un trabajo adecuado del movimiento; y por ser una metodología complementaria, permite al alumno trabajar la postura de forma correcta sin exposición al riesgo de lesiones. Conecta con el porte y la imagen personal en la medida que la metodología de elongación trabaja la postura del cuerpo, elemento material que proyecta la imagen personal en parte.

Cabe mencionar que gran parte de la investigación internacional sobre imagen corporal se ha enfocado en adolescentes. Sin embargo, como muestran los antecedentes, en los últimos lustros ha crecido el interés por explorar e intervenir en etapas más tempranas, reconociendo el origen infantil de muchos problemas de autoimagen.

En el Perú, la literatura académica sobre imagen corporal en primaria es todavía limitada; la mayoría de tesis e investigaciones se concentran en adolescentes. No obstante, los trabajos citados evidencian la presencia del tema del porte y la imagen personal en nuestros estudiantes y ofrecen puntos de partida locales para profundizar en poblaciones más jóvenes. Asimismo, la promoción de la actividad física y artística como medios para el bienestar integral del estudiante se alinea con las políticas educativas recientes.

2.2 Bases teóricas

El porte corporal y la imagen personal se refieren a la forma en que las personas se presentan ante el mundo, abarcando de una parte su postura, modos y lenguaje no verbal; y de otra parte su apariencia, prosodia y actitud que, conjuntamente conforman la manifestación o expresión humana.

En el contexto del alumnado participante del tercer grado, estos conceptos están ligados a su formación integral que incluye el arte de la danza con enfoque inclusivo acorde con la Línea de Investigación N.º 1 de la ENSB, de tal manera que se busca comprender cómo las(os) niñas(os) desarrollan su porte corporal y su imagen personal. Este marco teórico aborda las categorías centrales del tema, el porte corporal y la imagen personal, acompañados de la expresión artística y revisa la teoría del cuerpo, de identidad social y del etiquetado. El análisis se sitúa en un enfoque cualitativo interpretativo y orientado al

ODS 5 (igualdad de género), buscando enfatizar la importancia de empoderar a las niñas en la construcción positiva de su porte corporal y su imagen personal.

2.2.1 El Porte

El porte alude al modo de llevar el cuerpo, es decir, la postura, la forma de caminar, sentarse o moverse en el espacio. Refleja frecuentemente la actitud interna y está influido por la educación y la cultura.

2.2.1.2 Teorías del Cuerpo

Desde la perspectiva de Bourdieu (habitus), el porte corporal responde a esquemas internalizados; mientras que, desde Foucault, el cuerpo se configura como objeto de regulación social, lo cual permite interpretar el fenómeno como una construcción social mediada por normas implícitas.

Diversos autores han teorizado cómo el cuerpo es moldeado por la sociedad. Así tenemos que, Capdevielle, (2011) recoge de *Pierre Bourdieu* el concepto de habitus como un conjunto de disposiciones internalizadas que guían cómo sentimos y actuamos, incluyendo la dimensión corporal. Dentro del habitus, la hexis corporal es la manifestación encarnada de esas disposiciones – la postura, los gestos, la entonación de voz – que refleja nuestra posición social y la formación recibida. Bourdieu señala, por ejemplo, que las clases sociales y los contextos culturales enseñan sutilmente a los niños a “llevar el cuerpo” de cierta manera (los modales finos vs. la soltura corporal vulgar). En el caso de las niñas, la hexis incorpora los mandatos de feminidad, desde cómo sentarse correctamente hasta modular la voz de forma dulce. Estos mandatos incorporados en las niñas se vuelven *naturales*, aunque son socialmente aprendidas. Por otro lado, Fair (2010), se remite a *Michel Foucault*, que habla del cuerpo como objeto de disciplina y poder, sostiene que las instituciones como la familia, iglesia y la escuela, adiestran los cuerpos mediante reglas, premios y castigos, para volverlos dóciles y predecibles. Estos antecedentes se observan en la escuela cuando se corrige el porte corporal con la frase “síéntate derecha”, o la presentación personal con uniforme pulcro y cabello recogido de las alumnas. Así, la teoría foucaultiana sugiere que el porte corporal de los y las estudiantes es una expresión individual y el resultado de un proceso de normalización.

Existen “técnicas del cuerpo” inculcadas como aprender a hacer fila, mantener cierta distancia corporal, sonreír al dirigirse a otros, etc., todo lo cual configura la imagen personal acorde a lo esperado socialmente. Si bien estas reglas pueden parecer triviales, *Foucault* las subraya indicando que constituyen micro ejercicios de poder que pueden reforzar roles de género tradicionales como, por ejemplo, exigir a las niñas mayor pulcritud o recato que a los niños.

Las teorías del cuerpo, en resumen, aportan una mirada socio cultural de que el cuerpo es un lienzo donde se inscriben significados de género, clase y poder. Entender esto permite analizar críticamente las prácticas pedagógicas y sociales que afectan la autopercepción corporal de las estudiantes, así como rescatar la posibilidad de resistencias (por ejemplo, cuando una niña adopta un porte desafiante rompiendo con lo esperado, está haciendo una declaración identitaria). Según *Guzmán* (2016), el cuerpo propio es siempre cuerpo-para-sí y cuerpo-para-otro: lo vivimos internamente pero también sabemos que es visto e interpretado por los demás, por ende, las(os) niñas(os) construyen el sentido de su imagen en esa tensión entre autopercepción y mirada ajena.

2.2.1.3 Teoría de la expresión corporal

Para *Lorente* (2023), La expresión corporal es un campo de la educación artística que tiliza el cuerpo como medio de comunicación y creación. En el arte (danza, teatro, expresión rítmica), el cuerpo se convierte en instrumento para expresar emociones, ideas e identidad; por ello, trabajar la expresión corporal con estudiantes influye en su porte, dado que, por ejemplo, la danza enseña a tomar conciencia del cuerpo, mejorar la postura, la coordinación y a expresarse con confianza. Estudios en didáctica del arte señalan que fomentar la expresión corporal en clase desarrolla capacidades creativas, socioemocionales y de autoexpresión en el alumnado. La literatura indica que la expresión corporal favorece el autoconocimiento y el autocontrol espacial y motor, desde la educación infantil, ya que gran parte de la comunicación se realiza mediante el cuerpo y el movimiento (*Soto*, 2024). Desde la perspectiva de género, la expresión corporal en la escuela puede servir para empoderar a las niñas. Al participar en ejercicios de teatro o danza, ellas tienen la oportunidad de reapropiarse de su cuerpo en función de lo que quieren comunicar, y no solo de cómo se ven. Un ambiente de expresión artística promueve la diversidad corporal (diferentes maneras de moverse, distintas apariencias escénicas) y refuerza la idea de respeto a la individualidad, en concordancia con una educación en derechos humanos. En resumen, el enfoque artístico brinda un espacio seguro para que las(os) estudiantes experimenten con su porte corporal sintiendo que se pueden mover con soltura y ocupar el espacio con su cuerpo sin avergonzarse, desarrollando una imagen personal más rica, basada en lo que son capaces de hacer y sentir en cómo lucir.

2.2.1.4 Teoría del Ballet

Según (*Pascual*, 2007), el ballet clásico es una forma artística muy lógica conformado por ejercicios, pasos, posiciones y poses sustentados en principios, reglas y protocolos. Indica como principios a la alineación, rotación, distribución del peso, postura, transferencia del peso, colocación, elongación (pull –up), compensación, contrabalance, aplomo y balance (equilibrio). Enfatiza que estos principios son asimilados de manera progresiva por la mente

(asimilación intelectual) y los músculos, huesos y articulaciones (asimilación kinesiológica) que proveen una base técnica sólida. Está indicando que, en el ballet, el cuerpo es objeto de construcción progresiva mediante las técnicas del ballet.

La alineación corporal es entendida como una estructura de bloques, que integra constantemente la cabeza, el torso, los brazos y las piernas en una totalidad coherente, mientras el cuerpo se mueve a través del espacio (movimiento) o mientras se mantiene en una posición (reposo). La rotación (en- dehors) es el sello característico del ballet clásico que consiste en girar los pies hacia afuera mostrando el tobillo perpendicular al piso, de manera que el pie no rueda ni hacia dentro ni hacia fuera de sus bordes, manteniendo la alineación vertical de caderas, piernas, rodillas, tobillos y pies ya sea con las rodillas flexionadas o extendidas. La distribución del peso se manifiesta centrado verticalmente sobre un área triangular formada por el metatarso del dedo gordo, el quinto metatarsiano y el tobillo; el centrado es vertical entre el segundo y tercer metatarsianos para prevenir que el pie se rueda hacia dentro o hacia fuera; de esta manera el arco longitudinal del pie se encuentra perpendicular al piso. La postura es la posición del cuerpo con el peso distribuido en ambos pies en movimiento o en reposo. La transferencia del peso que consiste en trasladar el peso de dos pies a uno, o de uno a dos, de forma fluida y sin que se vea el esfuerzo. La colocación se refiere a la conservación de los hombros y las caderas en el mismo plano y paralelas la una a la otra en relación con el piso, en movimiento o en reposo. La elongación del torso, define la estética del ballet elevando el torso por encima de las caderas para lo cual se estira las piernas desde el piso con esfuerzo abdominal mostrándose ligero y como desafiando la gravedad. La compensación es la acción con su respectiva reacción, para el caso, relación entre la gravedad y el peso corporal con fuerza hacia abajo y los músculos con fuerza hacia arriba para permanecer erguidos que, con una correcta alineación postural, permite facilidad de movimientos, fluidez de la respiración y funcionamiento eficiente del cuerpo. El contrabalance como acción de ligera inclinación del torso hacia arriba y hacia delante cuando levantamos la pierna atrás, el torso se estira hacia arriba durante la inclinación hacia delante del torso, mientras la pierna se estira al elevarse hacia atrás, manteniendo la colocación del cuerpo (hombros y caderas en el mismo plano en paralelo al piso) durante esta acción. El aplomo que permite moverse con confianza, gracia y elegancia, en forma vertical hacia arriba y hacia abajo en el espacio. Es la línea vertical imaginaria de alineación y el centro vertical del cuerpo: visto de frente en primera posición de ballet, la línea de aplomo se desplaza desde la parte superior de la cabeza, a través de la mitad de la nariz, boca, mentón, esternón, ombligo, la pelvis y el punto medio de los talones; y visto de lado, la línea de aplomo desciende desde la parte superior de la cabeza pasando por el frente del oído, a través de la parte media del hombro, cadera y rodilla para caer finalmente en frente del hueso del tobillo. Finalmente, el balance o

equilibrio anatómico y estético que se percibe en todo el cuerpo, en posición de reposo o movimiento y se aprecia intersecando los tres planos del cuerpo: el frontal, que divide el cuerpo plano anterior y posterior; el sagital, que lo divide en lado derecho e izquierdo; y el transversal, que lo divide en plano inferior y superior.

Por su parte, (*Ballerina Gallery*, 2025), destaca que la importancia de la teoría del ballet radica en los principios fundamentales de: posiciones y movimientos, alineación y postura, musicalidad y expresión.

Sostiene que lo esencial del ballet se encuentra en las cinco posiciones básicas de los pies y los brazos para todos los movimientos establecidas por el maestro de ballet francés Pierre Beauchamp que proporcionan el marco estructurado para el equilibrio, la alineación y la fluidez en la danza.

Las posiciones y movimientos son: Primera posición: talones juntos, puntas hacia afuera. Segunda posición: Pies separados, dedos hacia afuera. Tercera Posición: Un pie delante del otro, con el talón del pie delantero tocando el arco del pie trasero.

Cuarta posición: Un pie delante del otro, con un espacio entre los pies. Quinta posición: Un pie delante del otro, con el talón del pie delantero tocando la punta del pie trasero. Además de estas posiciones, la teoría del ballet abarca una amplia gama de movimientos, como flexión de rodillas (*pliés*), estiramiento de piernas (*tendus*) y giros (*piruetas*).

Respecto de la alineación y postura indica que se deben mantener una postura fuerte y erguida, con la columna vertebral alargada y los hombros relajados para la calidad estética de los movimientos; incluye en este acápite a la rotación, donde las piernas se giran hacia afuera desde las caderas.

En cuanto a la musicalidad y expresión manifiesta que el ballet desarrolla un agudo sentido del ritmo que sincroniza con los movimientos y expresiones faciales, gestos y lenguaje corporal. Añade que aspecto interpretativo del ballet transforma la destreza técnica en una expresión artística poderosa y conmovedora. Considera también que el ballet aporta valor educativo mediante la disciplina, concentración y perseverancia del entrenamiento que inculca importantes habilidades para la vida en los estudiantes.

En resumen, como *investigadora* considera que los principios de alineación, postura y movimiento establecidos en el ballet, incluso en estilos de danza populares como el jazz y el hip-hop, en los que se aprecian elementos de la técnica del ballet en la precisión y el control de los movimientos, más allá del arte de la danza-ballet, proporcionan equilibrio, alineación, fluidez y poder expresivo para la vida y vale la pena que sean transferidos a la comunidad en general.

Tabla 1

El porte, cuadro comparativo de autores y sus teorías

Teorías	Postulados clave	Relevancia para el tema
Teoría del cuerpo / habitus (Pierre Bourdieu, 1977 Michel Foucault, 1975)	Bourdieu: la sociedad inculca en el individuo un habitus (esquema de disposiciones perdurables); la hexis corporal es la dimensión física del habitus, es decir, la forma habitual de estar y moverse en el mundo, configurada por la clase social, género, educación, etc. El cuerpo actúa como símbolo de la posición social (gestos <i>refinados</i> vs. <i>rústicos</i> , por ejemplo). (Capdevielle, 2011).	Explica <i>por qué</i> ciertas posturas o imágenes personales se consideran apropiadas o no en distintas culturas. En nuestro caso, ¿por qué se espera que el estudiantado esté bien parecido, quieto, sonriente, de buen talante?: son disposiciones corporales transmitidas socialmente (habitus de género).
	Foucault: el cuerpo es objeto de disciplinamiento por el poder institucional; a través de rutinas, reglas y vigilancia se moldean cuerpos “obedientes”. El individuo aprende a autorregular su postura y conducta conforme a normas sociales. (Fair, 2010).	El porte corporal de cada estudiante refleja tanto su singularidad como la influencia de su entorno. Ej.: niñas de contextos donde se enfatiza la danza o el deporte pueden mostrar un porte más erguido y seguro. Asimismo, la teoría muestra que cuestionar patrones corporales (ej. enseñar a las niñas a ocupar espacio, a moverse con libertad) puede ser un acto de emancipación de las normas tradicionales, alineado con fomentar la igualdad de género.
Teoría del cuerpo	El cuerpo propio es siempre cuerpo-para-sí y cuerpo-para-otro: lo vivimos internamente pero también sabemos que es visto e interpretado por los demás. Las niñas construyen el sentido de su imagen en esa tensión entre autopercepción y mirada ajena. (Guzmán, 2016)	El porte corporal producido por la aplicación de las técnicas de la danza - ballet evidencia el valor elevado del proceso formativo de los que siguen los principios de la danza clásica que, además provee de valores y habilidades que perduran en la vida cotidiana y derivan en una imagen personal favorable a la aceptabilidad e integración social fácil.
Teoría del arte	La expresión corporal es un campo de la educación artística que utiliza el cuerpo como medio de comunicación y creación, así la danza, influye en el porte al enseñar a tomar conciencia del cuerpo, mejorar la postura, la coordinación y a expresarse con confianza. La didáctica del arte que señala expresión corporal desarrolla capacidades creativas, socioemocionales y de autoexpresión. (Lorente, 2023)	El ámbito artístico de la danza brinda un espacio seguro para la expresión corporal permitiendo que las niñas experimenten con su porte sintiendo que se pueden mover con soltura y ocupar el espacio con su cuerpo sin temor alguno, desarrollando habilidades socioemocionales y autoexpresión que envía mensajes y comunica.
Teoría del ballet	El cuerpo es objeto de construcción progresiva mediante las técnicas de la Danza -Ballet. El resultado es un cuerpo estético en reposo y en movimiento, disciplinado y con expresión de poder, al que se suma la concentración y perseverancia del	El porte corporal producido por la aplicación de las técnicas de la Danza - Ballet evidencia el valor elevado del proceso formativo de los que siguen los principios de la Danza clásica que, además provee de valores y habilidades que perduran en la vida cotidiana y

Teorías	Postulados clave	Relevancia para el tema
	entrenamiento que inculca en el tiempo importantes habilidades que se extienden a la vida cotidiana. (Pascual, 2007) y (Ballerina Gallery, 2025)	derivan en una imagen personal favorable a la aceptabilidad e integración social fácil.

Sobre el porte, en síntesis

La *Teoría del cuerpo / habitus* según Bourdieu/Foucault evidencian la manera en que las estructuras y normas sociales se incorporan al cuerpo. Por su parte, Guzmán indica dualidad en la construcción del cuerpo propio, al sostener que existe el mismo cuerpo para sí y para otros; y Lorente añade que dicha construcción en el ámbito de la danza incorpora expresión corporal y habilidades socio – emocionales; a lo que se suma la teoría del ballet que según Pascual proporciona las técnicas para un cuerpo estético, disciplinado y con expresión de poder y habilidades que se extienden a la vida cotidiana. Es de verse que todo fluye hacia el final que viene a ser el porte corporal construido en interacción, con modos y lenguaje no verbal. Sin duda alguna, al mirar el porte corporal estamos haciendo una lectura histórica del cuerpo de quien lo lleva (sujeto) y de la imagen personal que proyecta.

2.2.2 La imagen personal

La Imagen personal es el conjunto de atributos físicos, vestimenta, comunicación no verbal y actitudes con que una persona se presenta ante los demás, más allá de la ropa o arreglo, que incluye gestos, postura, expresiones faciales y el modo de actuar. En otras palabras, es la “carta de presentación” de un individuo, que comunica quién es y cómo se valora a sí mismo. (CESUR, 2025)

2.2.2.1 Teoría de la Identidad Social

Henri Tajfel, John Turner, sostienen que la identidad de una persona se compone en parte significativa por su pertenencia a grupos sociales (familia, género, escuela, etnia, etc.) y por el valor emocional asociado a esa pertenencia. Los individuos tienden a buscar una autoimagen positiva mediante la afiliación a grupos con estatus favorable y la comparación favorable con grupos externos. En el contexto escolar, esta teoría sugiere que los o las estudiantes construyen parte de su autoconcepto como *estudiantes*, *niñas* e incluso miembros de micro grupos (amigas, club de danza, etc.), y que esas pertenencias influyen en su autoestima y conducta. Por ejemplo, si dentro de su grupo de amigas *ser coqueta* o *estar delgada* es valorado, esa norma grupal puede realzar o minar la imagen personal de cada integrante. Para Tajfel et al., la categorización social es un proceso básico donde los

niños aprenden a clasificar a las personas (y a sí mismos) en categorías (niña, niño, popular, machona, etc.), y esas etiquetas vienen cargadas de significados y jerarquías que afectan cómo se valoran. En suma, esta teoría ilumina el aspecto colectivo e interactivo de la imagen personal; es decir, en relación con la aceptación o rechazo de los grupos de pertenencia.

2.2.2.2 Teoría del Etiquetado

Howard Becker, parte de la sociología de la desviación, esta teoría resulta útil para entender cómo las etiquetas sociales pueden influir en la identidad y autoestima de las estudiantes. Becker plantea que la desviación (o, en general, las características *diferentes*) no reside en el acto o la condición en sí, sino en la designación que otros hacen de ella. En otras palabras, *los grupos sociales crean la desviación al establecer reglas y aplicarlas a ciertos individuos, etiquetándolos como outsiders*. Llevado al estudio, si una niña es constantemente etiquetada (por sus pares o maestros) como *desalineada*, *tomboy*, *vanidosa* u otros rótulos relativos a su imagen, es probable que termine internalizando esa etiqueta como parte de su autoconcepto. El proceso de etiquetamiento puede generar profecías autocumplidas: por ejemplo, una alumna señalada despectivamente por su peso como *gordita* podría desarrollar inseguridad y retraimiento, ajustando su porte a esa expectativa negativa, o en casos extremos, conductas poco saludables para intentar cambiar su cuerpo. Por otro lado, etiquetas positivas que resaltan la personalidad más que la apariencia, como *creativa*, *líder*, pueden contrarrestar la obsesión por la imagen física y fortalecer otras facetas de la identidad. La teoría del etiquetado nos recuerda el poder que tienen las percepciones sociales en la conformación del self, en la escuela, los apodos, los comentarios informales sobre el aspecto *qué linda vienes hoy o pareces un chico con ese corte* y hasta las clasificaciones implícitas de *la bonita del salón*, *la alta del grupo*, *la morena*, etc.) son fuerzas modeladoras. Un punto importante es que las etiquetas suelen conllevar juicios de valor; Becker enfatiza que ciertas personas quedan definidas principalmente por una característica a la que la sociedad le otorga significado desviado o indeseable. En el presente estudio, se puede hablar de desviación de la norma estética, la niña que se sale del canon, *sea por su forma de cuerpo, estilo o porte*, puede ser objeto de estigma. Y ese estigma, al ser repetido, puede minar su autoconcepto, por ejemplo, creer que *no encajo, algo anda mal en mí*. Así, la teoría del etiquetado aporta al marco teórico una alerta sobre las narrativas que la escuela y la sociedad construyen alrededor de la apariencia de las niñas, y cómo esas narrativas pueden influir en que ellas mismas se definan en términos limitantes. Un enfoque educativo sensible buscaría evitar y contrarrestar las etiquetas dañinas, promoviendo en cambio una visión plural y libre de juicios sobre la imagen personal.

2.2.2.3 Teoría del Espejo

Charles Cooley sostiene la idea de que la autoestima depende de cómo creemos que nos ven los demás.

2.2.2.4 Teoría del Autopresentación

Erving Goffman señala que, todos manejamos la impresión que damos, *actuando* de ciertas maneras en la interacción social, lo cual aplica a cómo las(os) niñas(os) manejan su vestimenta o conducta para ser aceptadas.

2.2.2.5. Teoría del desarrollo

Erik Erikson señala la importancia de la competencia y la comparación social para la construcción de la autoestima en la etapa de latencia (edad primaria).

2.2.2.5 Teoría de la Objeto-dependencia o cosificación

Fredrickson & Roberts, desde el feminismo psicológico, indica que las(os) niñas(os) aprenden a verse a sí mismas como objetos estéticos bajo la mirada evaluadora, lo que puede llevarlas a autoevaluarse constantemente en función de su apariencia.

Tabla

2

La imagen personal, cuadro comparativo de autores y sus teorías

Teoría	Postulados clave	Relevancia para el tema
Teoría de la identidad social (Tajfel, 1979)	– La identidad individual se deriva en parte de la pertenencia a grupos sociales y del valor emocional de dicha pertenencia, (Canto, 2005)	Las niñas forman su autoconcepto en función de categorías como “soy niña”, “soy alumna de X escuela”, “pertenezco a tal grupo de amigas”. Esto influye en normas de apariencia que adoptan para sentirse parte (por ej., vestir de cierta forma porque su grupo lo hace) y en su autoestima según la aceptación grupal.
	– Las personas tienden a favorecer a su propio grupo (endogrupo) para sostener una autoestima positiva; hay procesos de categorización, comparación y diferenciación entre grupos. (Canto, 2005).	Permite explicar la presión por encajar en la imagen grupal y cómo la identidad de género colectiva moldea la presentación personal.
Teoría del etiquetado (Becker, 1963)	– Las características o conductas se vuelven “desviadas” o socialmente significativas cuando la sociedad les asigna una etiqueta y un juicio. (Unir, 2020)	En la escuela, las etiquetas sobre la apariencia o porte (ej. “la más alta”, “la gordita”, “marimacho”, “coqueta”) pueden condicionar la autoimagen de las niñas. Si una alumna es marcada como “desaliñada”, podría asumir esa identidad y cuidar menos su imagen; si es marcada “vanidosa”, puede desarrollar ansiedad por su apariencia.

Teoría	Postulados clave	Relevancia para el tema
	– Una vez etiquetada, la persona tiende a internalizar esa etiqueta y a actuar acorde a ella (profecía autocumplida). Becker lo aplicó a la desviación social (criminalidad, drogadicción), pero el mecanismo se extiende a otros ámbitos. (Unir, 2020).	La teoría alerta sobre el impacto de los estereotipos y apodos en la construcción de la identidad y autoestima de las estudiantes. Invita a los educadores a reflexionar sobre cómo los discursos (comentarios, motes) pueden fomentar o reducir estigmas relativos a la imagen personal .
Teoría del espejo (Charles Cooley, 1902)	– Cooley: el “<i>yo reflejado</i>” indica que construimos nuestra autoimagen según cómo <i>creemos que los demás nos ven</i>. Las percepciones (reales o imaginadas) del juicio ajeno actúan como un espejo para la valoración propia. (Wikipedia, 2025)	Relevancia combinada: las niñas suelen mirarse “<i>a través de los ojos de otros</i>” – buscando aprobación de maestras, familiares o amigas sobre su aspecto (“<i>¿Estoy bien así?</i>”). Esa dinámica espejo puede incidir en su autoestima (p.ej., un gesto de burla de sus compañeros por su peinado puede hacerla sentir mal consigo misma).
Autopresentación (Erving Goffman, 1959)	– Goffman: la interacción social es semejante a una actuación teatral donde las personas manejan deliberadamente su presentación para influir en las impresiones de los demás (lo que incluye vestir cierto rol, controlar expresiones y contextos). (Bahar, 2025)	A su vez, ellas aprenden tácticas de autopresentación: por ej., adoptar una pose o atuendo particular el día que exponen para proyectar seguridad, o arreglarse más cierto día para ganar aceptación. Entender esto ayuda a guiar a las estudiantes a no basar enteramente su valía en la aprobación externa, y a usar consciente y saludablemente su imagen personal como forma de comunicación, más allá de la complacencia social.
Feminismo psicológico Fredrickson & Roberts	- Desde el feminismo psicológico, las niñas aprenden a verse a sí mismas como objetos estéticos, en función de su apariencia. (Fredrickson, 1997)	Las niñas aprenden a mirarse como objetos de belleza ante la mirada observadora importando más la apariencia.

Sobre la imagen personal, en síntesis,

los autores de las *Teorías revisadas* coinciden en que el entorno social moldea profundamente la autoimagen de las niñas. Tajfel y Turner enfatizan la pertenencia grupal, Becker destaca el rol de las etiquetas sociales, Bourdieu/Foucault nombrados en el porte corporal, demuestran que las estructuras y normas de la sociedad se incorporan en el cuerpo a través del tiempo y de las instituciones sociales formativas (familia, escuela, espiritualidad) y aparecen conformando la imagen personal. La teoría del etiquetado y la identidad social explican cómo esas ideas se diseminan: a través de la presión de pares,

de etiquetas como gordo / flaco que adquieren connotación valorativa. Se tiene también la Teoría del espejo, que evidencia la manera en que las niñas suelen mirarse “*a través de los ojos de otros*” – buscando aprobación de maestras, familiares o amigas sobre su aspecto (“*¿Estoy bien así?*”); la teoría de la autopresentación, referida al uso de tácticas de autopresentación que implica usar consciente y saludablemente la imagen personal como forma de comunicación, más allá de la complacencia social y desde el feminismo psicológico, las niñas aprenden a verse a sí mismas como objetos estéticos, en función de su apariencia. Sin duda, existe un consenso en la literatura sobre la dimensión social del porte corporal y la imagen personal; las niñas aprenden desde temprano *qué cuerpo vale y cómo deben verse* según patrones colectivos. En el fondo, todos señalan que al igual que su base física (el porte corporal) la imagen personal fue construida en interacción. Las teorías contribuyen al abordaje del tema de investigación de manera grupal (identidad social), cultural (habitus corporal), e interactiva (etiquetado, espejo) enriqueciendo la comprensión integral del porte corporal y la imagen personal en los y las estudiantes.

2.3 Definición de términos

La definición de términos comprende los términos y significados utilizados en el presente estudio, para que cualquier persona, sin importar su actividad, arte, profesión, oficio, etc. pueda leer, entender y comprender su contenido por su aporte de valor a la vida, más allá de toda significación en otros campos del conocimiento humano.

Tabla

3

Definición de términos de la matriz de operacionalización

Término	Definición conceptual
CG1 Porte	Es el cuerpo humano en el espacio, llevado de tal manera que comunique y exprese a través de su postura, modos y lenguaje no verbal. (Nota 1: <i>Definición derivada del contenido de los antecedentes y de las bases teóricas</i>)
CG2 Imagen personal	Es la presentación del porte corporal humano, con apariencia y expresión paraverbal, cohesionados en una unidad con significado por la actitud. (Nota 2: <i>Definición derivada del contenido de los antecedentes y de las bases teóricas</i>).
SC1 Postura	Es la manera en que el cuerpo o una parte de él ocupa el espacio. (Adecuado del Diccionario de la RAE). Expresión corporal y forma del cuerpo en el espacio. (Colegio Esteban Echeverría, s/f)

SC2 Modos	Aspectos del cuerpo en flexibilidad y movimiento. (RAE, 2025)
SC3 Lenguaje no verbal	Expresión y comunicación sin palabras utilizando gestos, movimientos y emisión de sonidos. (Agencia Comma, 2025)
SC4 Apariencia	Suma de rasgos físicos, particularidades, actitudes que irradia una persona y que los demás captan. exterioriza lo que se pretende transmitir y comunicar. (Plushlamour, s/f)
SC5 Prosodia	El cómo se dice de lo que se dice, a fin de ser más fluido, claro y convincente. Expresión de elementos vocales no lingüísticos que acompañan al lenguaje hablado, como el tono, volumen, ritmo y las pausas. (Universidad de Murcia, 2020).
SC6 Actitud	Disposición psicológica de ánimo de una persona manifestada a través de su comportamiento que proyecta seguridad, confianza y coherencia. (RAE, 2025)
I1 Alineación	Organización geométrica de las partes del cuerpo humano relacionadas entre sí (Zanzz, 2019). Posición correcta de la cabeza, hombros, columna, caderas, rodillas y tobillos, en relación unas con otras y con la línea de gravedad. (Nursing Hero, 2024).
I2 Equilibrio	Estado de nivelación entre fuerzas opuestas que se compensan y anulan mutuamente para conseguir estabilidad del cuerpo humano en reposo o en movimiento. (Zanzz, 2019)
I3 Flexibilidad	Manera en que los músculos y el tejido conectivo se alargan y estiran. (Thurrott, 2023).
I4 Movimiento	Manera en que se mueve el cuerpo en general o las partes más grandes del mismo. (Thurrott, 2023).
I5 Posición de poder	Ocupar el espacio con movimientos controlados y gestos expansivos del cuerpo erguido que expresan y transmiten confianza, autoridad, dominio y asertividad. (Miles, 2023).
I6 Expresión corporal	Utilizar el cuerpo como medio para expresar sensaciones, sentimientos, emociones y pensamientos, a fin de ponerse en contacto con el medio y con los demás. (Verde, 2024).
I7 Cuidado personal	Es cuidar de sí mismo mediante prácticas y hábitos que ayuden a mantener la salud física, mental y espiritual. Es una

	actividad de todos los días orientada al bien estar. (Grenon, 2022)
I8 Garbo	Forma, gracia y elegancia, desenvoltura, presencia y brío, especialmente en la forma de actuar, estilo de vida y de presentarse en sociedad. (RAE, 2025).
I9 Tono de voz	Modulación de la voz y modo particular de decir algo, según la intención o el estado de ánimo de quien habla. (RAE, 2025).
I10 Velocidad de habla	Rapidez con que una persona articula las palabras en un período de tiempo. (Instituto Cervantes, 2025)
I11 Habilidades socioemocionales	Aptitudes y destrezas para gestionar emociones, relacionarse, tomar decisiones responsables y comunicarse asertivamente evidenciando conciencia y regulación emocional y empatía. (MINEDU, 2021).
I12 Coherencia	Relación lógica entre los componentes físicos del porte corporal y la imagen personal que oscila en función de la ubicación en el tiempo, el contexto, la situación, la oportunidad y los sujetos de la relación, es decir los otros. (Sánchez-Rengifo, 2020).
Anhelo	Deseo por alcanzar a tener un buen porte y buena imagen y expresión. (Real Academia Española, 2024)
Convicción	Convencimiento de gustar de verse bien, ser bien visto y recordado por el porte, gracia, elegancia, presentación y proyectar imagen de impacto. (Real Academia Española, 2024)
Expresión humana	Conjunto de acciones que se realizan con el cuerpo humano para tener una conexión directa o indirecta con los otros y transmitir pensamientos, emociones, sentimientos e ideas, con libertad y espontaneidad de modo corporal, oral, o ambos. (Conoce lo que es la expresión humana, 2026)

2.4 Marco conceptual

Los autores de las teorías más relevantes estudiadas convergen en la importancia de empoderar a las niñas respecto a su porte corporal y su imagen personal, entendiendo ambos como construcciones sociales susceptibles de mejora.

La revisión teórica realizada orienta la investigación hacia la expresión humana, promoviendo la igualdad de género (ODS 5) y en lo educativo significa fomentar que todos los niños se sientan dueños de su cuerpo, orgullosos de quienes son y libres de expresarse sin discriminación.

El aporte original que emerge de articular todas estas fuentes es la idea de que el porte estudiantil observado a través de la parada, la caminata y la forma en que ocupa el espacio, cuenta su historia de mensajes recibidos. Esta investigación mixta (cualitativa – cuantitativa) es precisamente para explorar, describir e interpretar las manifestaciones corporales a fin de comprender el significado que tienen en la vida estudiantil, dando voz a sus experiencias y sentando las bases para intervenciones pedagógicas que acompañen a llevar el cuerpo con el mejor porte de que son capaces y proyectar una imagen personal con la mayor dignidad y confianza, apertura, amabilidad y gozo.

2.5 Esquema conceptual

El porte expresado a través de la postura, los modos y lenguaje no verbal, conjuntamente con la imagen personal conformada por la apariencia, la prosodia y la actitud; constituyen la manifestación o expresión humana, conforme al siguiente esquema

Tabla

4

Cuadro del esquema conceptual

Porte	Postura	Alineación Equilibrio
	Modos	Flexibilidad Movimiento
	Lenguaje no verbal	Posición de poder Expresión corpora
Imagen personal y expresión humana	Apariencia	Cuidado personal Garbo
	Prosodia	Tono de voz Velocidad de habla
	Actitud	Habilidades socioemocionales Coherencia

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1 Enfoque y tipo de investigación

3.1.1 Enfoque

Según (Hernández-Sampieri, 2018), el enfoque de investigación mixto se basa en la integración de datos (integración sistemática de los métodos cualitativo y cuantitativo en un solo estudio para tener percepción más completa), con un diseño de investigación integrado, que permite la complementariedad de los datos, la triangulación, el análisis compuesto, con una perspectiva holística y enfoque pragmático. Los métodos mixtos son la mejor alternativa para indagar científicamente cualquier problema de investigación, conjuntan la información cuantitativa y cualitativa y la convierten en conocimiento sustantivo y profundo. De la parte cualitativa se explora y comprende los fenómenos desde la perspectiva de los participantes, atendiendo a los significados, experiencias y contextos; se busca interpretar la realidad, con énfasis en la subjetividad, el lenguaje simbólico y las vivencias personales. De la parte cuantitativa se obtiene datos numéricos que sirven para medir, contar y analizar fenómenos de forma objetiva, permitiendo identificar patrones y probar hipótesis, entre otros.

En armonía con lo señalado por Hernández-Sampieri, el enfoque de la presente investigación es mixto y se espera de una parte comprender de manera subjetiva y objetiva el porte y la imagen personal con su incidencia en la mejora de la manifestación o expresión humana, mediante la observación, la encuesta y la interpretación de los datos recogidos. Es menester dejar en claro que los datos cualitativos y cuantitativos se utilizan juntos para una comprensión más profunda y una visión integral del problema, combinando la fuerza de ambos enfoques para superar sus limitaciones y enriquecer la interpretación, pero de ninguna manera el uno reemplaza al otro.

El enfoque está concebido bajo los paradigmas y supuestos que se indican en el siguiente esquema:

Tabla

5

Enfoque de investigación

Paradigma	Supuesto epistemológico	Propósito
Interpretativo / constructivista	La realidad es subjetiva y construida socialmente.	Describir interpretativamente la manera en que el alumnado forma, expresa y valora su porte y su imagen personal para mejorar su manifestación o expresión humana.

Sociocrítico o emancipador	La investigación busca identificar la realidad social o educativa.	Describir como el porte y la imagen personal mejoran la manifestación o expresión humana del alumnado.
----------------------------	--	--

3.1.2 Tipo de investigación

Según Martínez R. (2020), el tipo de investigación es básica cuando es de carácter teórico descriptivo, es de nivel observacional cuando comienza con la observación, descriptiva cuando después de observar se procede a describir lo observado y de corte transversal cuando se realiza en un momento específico.

Para Arias, (2021), el tipo de investigación es alcance de campo cuando se realiza en el lugar donde están los participantes a fin de obtener datos primarios, interactuar y observar el comportamiento real de las personas.

Siguiendo los conceptos de los autores antes citados, el tipo de investigación es básica, observacional, descriptivo relacional, transversal, con alcance de campo, en los términos que se indican a continuación:

Tabla

6

Tipo de investigación

Tipo	Propósito principal
Estudio de caso	Estudiar el proceso de formación y conformación del porte y la imagen personal para la manifestación o expresión humana del alumnado de 9 a 10 años del CBE en SJL, Lima. Año 2025.

3.2 Diseño de investigación

Según Hernández-Sampieri y Mendoza, (2018) existe el diseño experimental y el diseño no experimental (descriptivo). Para Sánchez, Reyes y Mejía (2018) el diseño de investigación es el “modelo que adopta el investigador para precisar un control de las variables del estudio” (p.53). En el presente estudio las variables son categorías. Dado que el enfoque es mixto, siguiendo a (Martínez R. , 2020), el diseño es mixto, se obtuvo información de tipo textual, descriptivo y numérico sin el ánimo de solucionar algo y de modo transversal, pues, los datos corresponden a un momento específico.

Se observó y describió en una única etapa a cada uno de los participantes de la muestra seleccionada y se tomó nota de la situación individual en una ficha única elaborada conforme a las características del objeto de investigación y aquellas que resultaron pertinentes en las circunstancias. Además de la observación se aplicaron cuestionarios a

los participantes y a los docentes que además aportaron sus comentarios para luego comparar y relacionar los datos y comentarios con la ficha de observación. El diseño se corresponde con el tipo de investigación como se indica a continuación:

Tabla

7

Diseño de investigación

Diseño	Descripción
Estudio de caso	Se captó datos de la realidad a través de la observación, describiendo lo que se aprecia en el mismo lugar y momento. Se organizaron los datos para construir la información en función de los objetivos específicos y objetivo general.

3.3 Escenario y Sujetos de estudio

3.3.1 Escenario

Centro de Educación Básica – CEB ubicado en el distrito de SJL, Lima, año 2025.

Sujetos del estudio

Estudiantes de nivel primaria, de 9 a 11 años de edad pertenecientes a CEB ubicado en el distrito de SJL, Lima, año 2025.

3.3.2 Población

Según (Hernández-Sampieri, 2018), la población es el conjunto total de sujetos o eventos que comparten características específicas y que son objeto de estudio. Conforme a ello, la población es el conjunto universal de los individuos objeto de estudio por sus características específicas comunes.

Para la presente investigación, el conjunto total o universal incluyó a la parte del alumnado del CEB, 3er grado, del nivel primaria, de 9 a 10 años de edad que, con frecuencia, a escondidas, con timidez y desesperanza, comentan su disconformidad consigo mismos, evidenciando preocupación por su imagen personal. En consecuencia, el criterio de inclusión es alumnado que manifiesta disconformidad consigo mismos, y a la vez está preocupado por su imagen y expresión humana.

3.3.3 Muestra

También (Hernández-Sampieri, 2018) indica que la muestra es, en esencia, un subgrupo de la población. Es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que se le llama población. El mismo Hernández-Sampieri, considera a la muestra en el proceso cualitativo, como el grupo de personas, eventos, sucesos, comunidades, etc., sobre el cual se habrán de recolectar los datos, sin que necesariamente sea estadísticamente representativo del universo o población que se

estudia, por tanto, es no probabilístico; para el tipo de investigación de caso de estudio sugiere un tamaño mínimo de muestra de seis a diez y si son en profundidad, tres a cinco. Asimismo, en lo que se refiere a muestras orientadas a la investigación cualitativa, entre otras, considera:

Muestras por oportunidad, casos que de manera fortuita se presentan ante el investigador justo cuando los necesita.

Muestras por conveniencia, llamada también intencional o dirigida, que están conformadas por los casos disponibles en un mismo lugar y a los cuales tenemos acceso fácil. (Battaglia, 2008 citado por Hernández-Sampieri). Este tipo de muestras son válidas cuando un determinado diseño de investigación lo requiere. Los hallazgos de este tipo de muestra, se aplican solo a la muestra o a muestras similares en tiempo y lugar bajo el criterio de transferibilidad de hallazgos con absoluta prudencia. Nunca se generalizan a la población, tampoco se extrapolan.

En concordancia con los señalamientos teóricos sobre la muestra en los procesos de investigación, la muestra es no probabilística, de oportunidad, intencional de conveniencia admitida en el enfoque de investigación mixto.

3.4 Definición de categorías, sub categorías y matrices

Tabla **8**

Definición de caegorías y sub categorías

Categoría C	Subcategorías SC
C1: Porte	SC1 Postura
	SC2 Modos
	SC3 Lenguaje no verbal
C2: Imagen Personal y expresión humana	SC4 Apariencia exterior
	SC5 Prosodia
	SC6 Actitud

3.4.1 Matriz de categorización

Según Tujillo, (2024), una matriz es una representación tabular en la que se presenta información estructurada en filas y columnas a fin de visualizar las interrelaciones entre diferentes categorías y subcategorías y lograr una fácil comprensión del contenido.

Las categorías principales son los bloques fundamentales que definen el marco de la matriz. Cada categoría agrupa conceptos similares, permitiendo una visualización eficiente y una rápida identificación de temas relevantes.

Las subcategorías desglosan las categorías principales en temas más específicos. Esto permite un análisis más detallado y una conexión lógica entre diferentes conceptos dentro de la misma categoría.

Conforme a lo indicado por Tujillo, (2024), se elaboró la matriz de categorización como la herramienta metodológica a seguir en la presente investigación: VER: Anexo 1. Matrices. 1.1. Matriz de Categorización que, muestra la operacionalización como el proceso por el cual se transforma o traduce una categoría teórica en categorías empíricas, directamente observables, con la finalidad de poder medirlas. Obviamente una categoría que ya es empírica no necesita ser operacionalizada, o, mejor dicho, la operacionalización es mucho más sencilla.

Matriz de Categorización El Porte y su Incidencia en la Imagen Personal y Expresión Humana. Alumnado 3er Grado. CEB de SJL. Año 2025.					
Categoría C	Definición operativa	Variables Subcategorías SC	Instrumento	Indicador I	Relación con objetivos
C1 Porte	Es el cuerpo en el espacio, llevado de tal manera que comunique y exprese a través de su postura, modos y lenguaje no verbal. (RAE, 2025)	SC1 Postura	Ficha única Cuestionario 1 Cuestionario 2	I1 Alineación I2 Equilibrio	Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal y expresión humana.
		SC2 Modos		I3 Flexibilidad I4 Movimiento	Describir como el alumnado expresa su porte y su imagen personal y expresión humana.
		SC3 Lenguaje verbal no verbal		I5 Posición de poder I6 Expresión corporal	Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal y expresión humana.
C2 Imagen personal y expresión humana	Es la presentación del porte con apariencia exterior y expresión prosódica, cohesionados por la actitud en una unidad con significado y	SC4 Apariencia	Ficha única Cuestionario 1 Cuestionario 2	I7 Cuidado personal I8 Garbo	Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal y expresión humana.
		SC5 Prosodia		I9 Tono de voz	Describir como el alumnado

manifestación humana. (RAE, 2025)	I10 Velocidad de habla	expresa su porte y su imagen personal y expresión humana.
SC6 Actitud	I11 Habilidades socioemocionales I12 Coherencia	Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal y expresión humana.

3.4.2 Matriz de Operacionalización

(Ortiz, 2024) indica que la operacionalización se refiere al proceso de definir una variable o categoría de investigación de manera concreta y específica, a través de la identificación de las subcategorías y los indicadores y la determinación de los métodos de medición o manipulación de la variable o categoría. Es decir, se trata de transformar una variable abstracta en una variable observable y medible, estableciendo las operaciones o procedimientos necesarios para llevar a cabo la medición o manipulación de la variable o categoría en un estudio de investigación. En ese sentido, la matriz de operacionalización es una herramienta que se utiliza en la investigación para definir de manera clara y detallada las variables o categorías que se van a medir y cómo se van a medir. En esta matriz se especifican la definición conceptual, definición operacional, dimensiones, indicadores, escala de medición y niveles de rango de manera organizada y estructurada. La matriz de operacionalización es importante porque ayuda a garantizar la validez y fiabilidad de los datos recolectados, al proporcionar una guía sistemática para la medición de las variables y la recopilación de datos.

Siguiendo lo antes indicado se ha elaborado la siguiente matriz de operacionalización:

Matriz de Operacionalización: El Porte y su Incidencia en la Imagen Personal y Expresión Humana. Alumnado 3er Grado. CEB de SJL. Año 2025.					
Variable Categoría C	Definición operativa	Dimensión Subcategorías SC	Instrumento	Indicador I	Relación con objetivos
C1 Porte	Es el cuerpo en el espacio, llevado de tal manera que comunique y exprese a través de su postura, modos y lenguaje no verbal. (RAE, 2025)	SC1 Postura	Ficha única Cuestionario 1 Cuestionario 2	11 Alineación 12 Equilibrio	Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal y expresión humana.
		SC2 Modos		13 Flexibilidad 14 Movimiento	Describir como el alumnado expresa su porte y su imagen personal y expresión humana.
		SC3 Lenguaje no verbal		15 Posición de poder 16 Expresión corporal	Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal y expresión humana.
C2 Imagen personal y expresión humana	Es la presentación del porte corporal humano, con apariencia exterior y expresión prosódica, cohesionados por la actitud en una unidad con significado y manifestación humana. (RAE, 2025)	SC4 Apariencia	Ficha única Cuestionario 1 Cuestionario 2	17 Cuidado personal 18 Garbo	Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal y expresión humana.
		SC5 Prosodia		19 Tono de voz 110 Velocidad de habla	Describir como el alumnado expresa su porte y su imagen personal y expresión humana.
		SC6 Actitud		111 Habilidades socioemocionales 112 Coherencia	Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal y expresión humana.

3.4.3 Matriz de consistencia

Según (Vera, 2016), Una Matriz de Consistencia (MC): Es un cuadro horizontal, conformado por columnas y filas, que consiste en presentar y resumir en forma adecuada, panorámica y sucinta los elementos básicos del proyecto de investigación, para comprender y evaluar la coherencia y conexión lógica entre el problema, los objetivos, las categorías y metodología en la investigación a realizar a fin de constituir una investigación eficaz y dar certeza para que cada uno de los elementos tenga coherencia y se pueda verificar la congruencia de los objetivos de la investigación procurando una estructura lógica al estudio. Acorde con esta conceptualización se elaboró la matriz de consistencia que permite comprender y evaluar la coherencia y conexión lógica del problema con los objetivos, las categorías, dimensiones, subcategorías e indicadores y metodología y técnicas de investigación.

Matriz de Consistencia:
El Porte y su Incidencia en la Imagen Personal y Expresión Humana.
Alumnado 3er Grado. CEB de SJL. Año 2025.

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables Categorías	Dimensiones Subcategorías e indicadores	Sujeto de Estudio	Metodología y Técnicas
Formulación General:	Objetivo General:	Hipótesis general:		- Postura - Alineación - Equilibrio		Enfoque: mixto
¿De qué manera el porte incide en la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL año 2025?	Describir de qué manera el alumnado del 3er grado del CEB de SJL año 2025 forma su porte y su imagen personal y expresión humana	El porte incide en la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL año 2025.	Porte corporal.	- Modos - Flexibilidad - Movimiento - Lenguaje no verbal - Posición de poder - Expresión corporal	Población 9 estudiantes Muestra: 9 estudiantes	Tipo: Básica Descriptivo Observacional Alcance de campo Transversal. Técnicas: - Observación Instrumento: Ficha única (Dicotómica)
Problemas específicos:	Objetivos específicos:	Hipótesis específicas:		- Apariencia - Cuidado personal - Garbo		- Encuesta Instrumentos: Cuestionario 1 (Dicotómica) Cuestionario 2 (Escala Likert)
a) ¿De qué manera el alumnado forma su porte y su imagen personal?	Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal.	El alumnado forma su porte y su imagen personal.	Imagen personal y expresión humana			
b) ¿De qué manera el alumnado expresa su porte y su imagen personal?	Describir el alumnado expresa su porte y su imagen personal.	El alumnado expresa su porte y su imagen personal.		- Prosodia - Tono de voz - Velocidad de habla		

c) ¿De qué manera el alumnado valora su porte y su imagen personal?	Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal.	El alumnado valora su porte y su imagen personal.	- Actitud - Habilidades socioemocionales - Coherencia Adicionales: - Anhelo - Convicción
---	--	---	---

3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.5.1 Técnica de observación

Instrumento: Ficha única de observación para cada conformante de la muestra.

3.5.2 Técnica de encuesta

Instrumento:

Cuestionario 1 aplicado a cada conformante de la muestra.

Cuestionario 2 aplicado a docentes solicitando además comentarios.

3.6 Procedimiento de análisis

El análisis de los datos se realizó mediante un enfoque de análisis temático, siguiendo las etapas de codificación abierta, categorización y construcción de temas, lo cual permitió identificar patrones de significado en la observación del alumnado participante, así como de las respuestas a los cuestionarios y comentarios adicionales aportados por los docentes encuestados. Los datos obtenidos mediante las técnicas de observación y encuesta se organizaron conforme a las categorías y subcategorías, se analizaron mediante el software SPSS versión 25.0 a fin de obtener frecuencias y gráficos; comparar y exponer resultados e interpretar para la discusión.

3.7 Consideraciones éticas

La presente investigación se enmarcó en los principios éticos fundamentales de la investigación en ciencias sociales y educativas, con especial atención al enfoque de derechos humanos, la equidad de género y la protección de la persona humana, en concordancia con los principios éticos y la Declaración Universal de Derechos Humanos reconocidos en la Constitución Política del Estado Peruano. Respeto a la dignidad y autonomía de las personas participantes la investigación se llevó a cabo en un ambiente libre de estereotipos y sin discriminación alguna, con respeto a la persona humana fin supremo de la sociedad y el Estado, titular de los derechos fundamentales y constitucionales, a la dignidad y a la no discriminación de cualquier índole, con capacidad

de libre expresión, autonomía y decisión, en cumplimiento del principio ético del respeto a la persona humana.

3.8 Consentimiento informado y asentimiento

Para obtener el consentimiento informado, a quienes corresponda, se informó ampliamente del propósito de la investigación y de sus beneficios en un lenguaje claro, preciso, entendible, comprensible y con ilustraciones adecuadas a la edad de quienes participan; y se formalizó mediante una declaración jurada de quien corresponda en clara manifestación de conocimiento de lo informado y de aceptación, en cumplimiento del principio ético de la transparencia.

3.9 Uso ético de la información

Los sustentos de toda la información constan en los instrumentos, lo que impide la identificación de la persona. Su utilización es única y exclusivamente con fines académicos, educativos y de mejora de la práctica pedagógica, quedando prohibido todo tipo de divulgación y uso por terceros y toda utilización distinta, bajo responsabilidad del investigador conforme al principio de confidencialidad ética.

3.10 Enfoque de derechos humanos y perspectiva de género

El estudio se orientó a promover la autoestima, autonomía y autoimagen desde un enfoque inclusivo, crítico y libre de sesgos sexistas o capacitistas, con inclusión de la diversidad, en armonía con el respeto de los derechos humanos de los que son titulares quienes participan, en manifiesta observancia del respeto a la persona humana, sus derechos y del principio ético de respeto a la persona humana.

3.11 Criterios de rigor cualitativo

(Castillo, 2003) sobre el rigor metodológico en la investigación cualitativa considera *la credibilidad, la auditabilidad o confirmabilidad y la transferibilidad o aplicabilidad*. La presente investigación cumplió con dichos criterios:

La *credibilidad* se logró con el reconocimiento que hicieron los participantes de lo anotado en las fichas de observación durante el diálogo con la investigadora, datos que fueron contrastados con sus repuestas al cuestionario aplicado y las respuestas y comentarios adicionales aportados por los docentes.

La *transferibilidad o aplicabilidad*, en la línea del principio de transparencia se abundó en detalles del contexto y de los participantes, *lo que facilitaría, de ocurrir, la adecuación entre el contexto del estudio original y el contexto receptor de la transferencia de los hallazgos.*

La *auditabilidad o confirmabilidad* se logra mediante un examen por terceros para lo cual está disponible la evidencia de un proceso lógico, trazable y documentado que acredita la veracidad de las descripciones realizadas y neutralidad de la investigadora. La evidencia material obra en *los instrumentos validados y utilizados: fichas de observación aplicadas, cuestionarios respondidos y comentarios adicionales recibidos que constituyen evidencia de objetividad y certeza de una información completa, ordenada y accesible a los efectos de ser examinada.*

CAPÍTULO IV RESULTADOS

4.1 Presentación de resultados

En el CEB se captó los datos de la realidad de los participantes observándolos de manera visual, auditiva y directa a fin de examinar el porte corporal y la imagen personal teniendo como guía a la ficha única de observación en la que se anotaron los datos, conforme al enfoque mixto, diseño, definición de categorías y subcategorías de la guía matriz de categorización y matriz de consistencia; además se recogieron datos de los participantes y sus docentes mediante cuestionarios respectivos, que incluye siete comentarios de los docentes.

4.1.1 Resultados de la Observación

La formación de el porte corporal y la imagen personal del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría *postura* con sus indicadores: alineación y equilibrio, y la subcategoría *apariencia* con sus indicadores: cuidado personal y garbo.

Del procesamiento de datos de la ficha única de observación se ha obtenido tablas y gráficos que indican:

Postura

Tabla 9

Alineación del cuerpo del alumnado

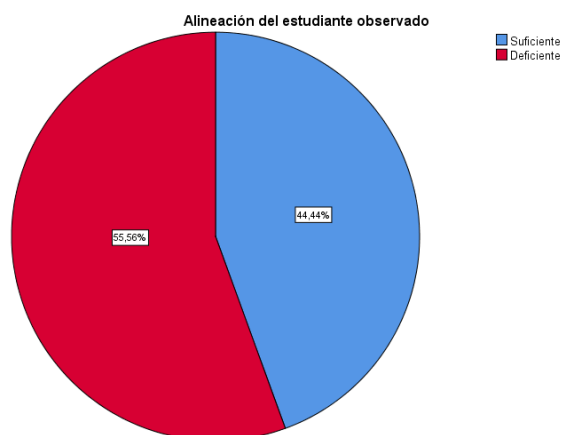
Alineación del alumnado observado

Frecuencia			Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	4	44,4	44,4

Deficiente	5	55,6	100,0
Total	9	100,0	

Gráfico 1

Alineación del Alineación cuerpo del alumnado



Del alumnado observado, el 44.44% presenta cuerpo alineado suficiente y el 55.56% deficiente.

Tabla 10

Equilibrio del cuerpo del alumnado

Equilibrio del alumnado observado

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	9	100,0	100,0

Gráfico 2

Equilibrio del cuerpo del alumnado



Del alumnado observado, el 100% presenta cuerpo en equilibrio.

Apariencia

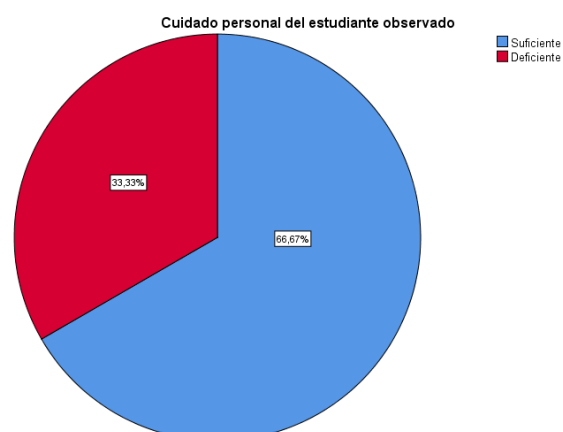
Tabla 11

Cuidado personal del cuerpo del alumnado

Cuidado personal del alumnado observado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	6	66,7	66,7
	Deficiente	3	33,3	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 3

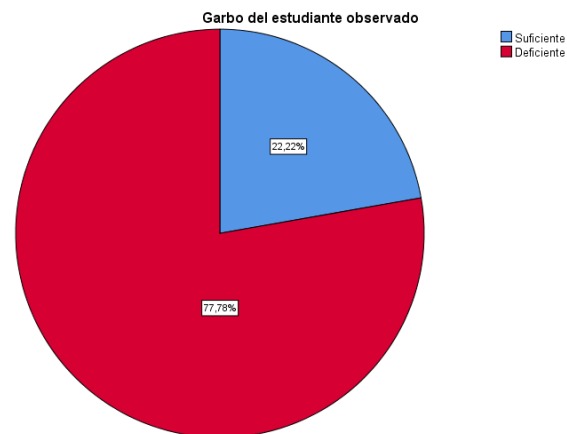
Cuidado personal del cuerpo del alumnado



Del alumnado observado, el 66.67% presenta cuidado personal suficiente y el 33.33% deficiente.

Tabla 12*Garbo del cuerpo del alumnado*

Garbo del alumnado observado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	2	22,2	22,2
	Deficiente	7	77,8	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 4*Garbo del cuerpo del alumnado*

Del alumnado observado, el 22.22% presenta garbo suficiente y el 77.78% deficiente.

La expresión de el porte corporal y la imagen personal del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría *modos* con sus indicadores: Flexibilidad y Movimiento, y la subcategoría *prosodia* con sus indicadores: Tono de voz y Velocidad de habla.

Del procesamiento de datos de la ficha única de observación se ha obtenido tablas y gráficos que indican:

Modos

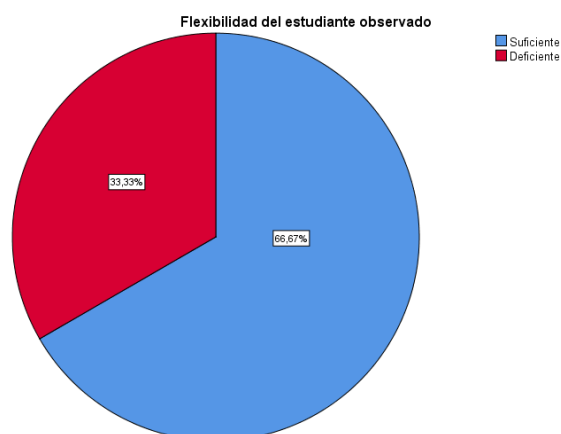
Tabla 13*Flexibilidad del cuerpo del alumnado*

Flexibilidad del alumnado observado

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	6	66,7	66,7
	Deficiente	3	33,3	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 5

Flexibilidad del cuerpo del alumnado



Del alumnado observado, el 66.67% presenta flexibilidad suficiente y el 33.33% deficiente.

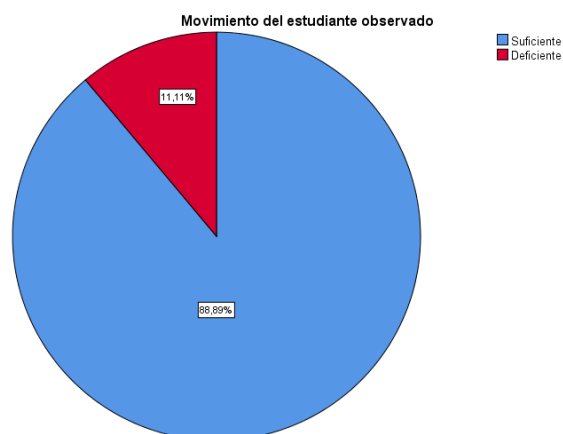
Tabla 14

Movimiento del cuerpo del alumnado

Movimiento del alumnado observado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	8	88,9	88,9
	Deficiente	1	11,1	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 6

Movimiento del cuerpo del alumnado



Del alumnado observado, el 88.89% presenta movimiento suficiente y el 11.11% deficiente.

Prosodia

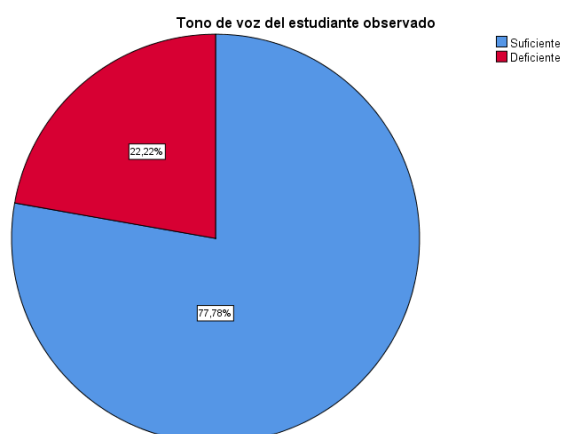
Tabla 15

Tono de voz del cuerpo del alumnado

Tono de voz del alumnado observado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	7	77,8	77,8
	Deficiente	2	22,2	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 7

Tono de voz del cuerpo del alumnado



Del alunado observado, el 77.78% presenta tono de voz suficiente y el 22.22% deficiente.

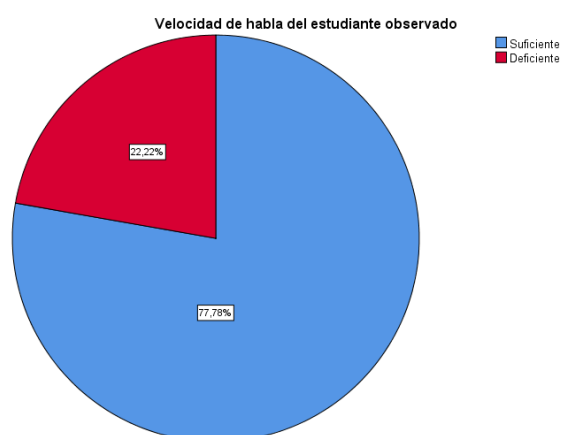
Tabla 16

Velocidad de hablar del alumnado

Velocidad de habla del alumnado observado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	7	77,8	77,8
	Deficiente	2	22,2	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 8

Velocidad de hablar del cuerpo del alumnado



Del alumnado observado, el 77.78% presenta velocidad de hablar suficiente y el 22.22% deficiente.

La valoración de el porte corporal y la imagen personal del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría lenguaje no verbal con sus indicadores: posición de poder y expresión corporal, y la subcategoría actitud con sus indicadores: habilidades socioemocionales y coherencia, a todos ellos se suma el anhelo y convicción del alumnado según los encuestados: alumnado y docentes.

Del procesamiento de datos de la ficha única de observación se ha obtenido tablas y gráficos que indican:

Lenguaje no verbal

Tabla 17*Posición de poder del cuerpo del alumnado*

Posición de poder del alumnado observado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	6	66,7	66,7
	Deficiente	3	33,3	100,0
	Total	9	100,0	

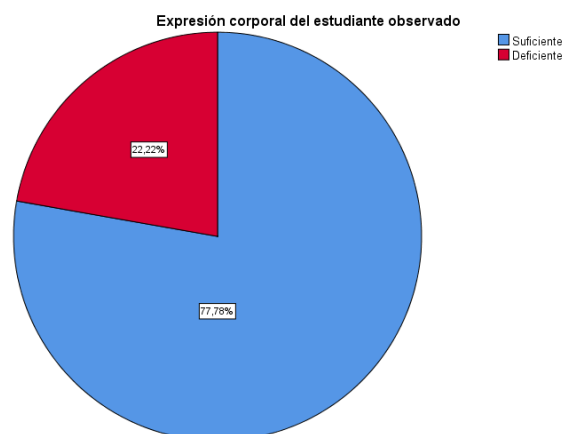
Gráfico 9*Posición de poder del cuerpo del alumnado*

Del alumnado observado, el 66.67% presenta posición de poder suficiente y el 33.33% deficiente.

Tabla 18*Expresión corporal del cuerpo del alumnado*

Expresión corporal del alumnado observado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	7	77,8	77,8
	Deficiente	2	22,2	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 10*Expresión corporal del cuerpo del alumnado*



Del alumnado observado, el 77.78% presenta expresión corporal suficiente y el 22.22% deficiente.

Tabla 19

Habilidades socioemocionales del cuerpo del alumnado

**Habilidades socioemocionales del alumnado
observado**

			Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	8	88,9	88,9
	Deficiente	1	11,1	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 11

Habilidades socioemocionales del cuerpo del alumnado



Del alumnado observado, el 88.89% presenta habilidades socioemocionales suficiente y el 11.11% deficiente.

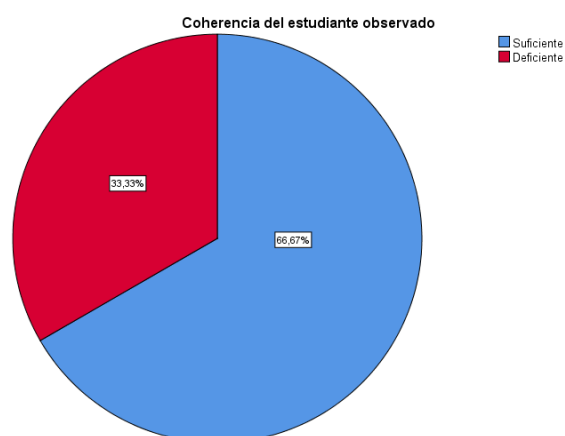
Tabla 20

Coherencia del cuerpo del alumnado

Coherencia del alumnado observado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Suficiente	6	66,7	66,7
	Deficiente	3	33,3	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 12

Coherencia del cuerpo del alumnado



Del alumnado observado, el 66.67% presenta coherencia suficiente y el 33.33% deficiente.

Tabla 21

Hallazgos de la observación y vinculación con las sub categorías

Indicador	Hallazgo	Subcategoría vinculada
I 1 alineación	1. Hombros caídos	Postura
	2. Hombros desnivelados	
	3. Punta de pies hacia adentro	
	4. Punta de pies hacia adentro	
	5. Punta de pies hacia adentro	
I 3	6. Rigidez moderada al pararse	Modos
	7. Rigidez moderada al flexionar	

Indicador	Hallazgo	Subcategoría vinculada
Flexibilidad I 4 Movimiento	8. Rigidez moderada al pararse 9. Pausado al girar	
I 5 Posición de poder I 6 Expresión corporal	10. Timidez al expresar enojo 11. Timidez al hacer posición de poder 12. Manos entrelazadas 13. Sin expresión corporal 14. Sin expansión de brazos	Lenguaje no verbal
I 7 Cuidado personal	15. Cabello desordenado 16. Despeinado 17. Falta de asepsia del vestido	
I 8 Garbo	18. Chacota sin manifestar libertad y sin gracia 19. Poca gracia; requiere validación de sus amigas 20. Timidez y poca gracia 21. Vestimenta impropia 22. Poca elegancia, al pararse se apoya en la pared 23. Sin gracia y sin elegancia, escasa transmisión a través del cuerpo y apariencia	Apariencia
I 9 Tono de voz	24. Voz plana. Sin ningún tipo de variación 25. Voz sin tono. no grita, no responde a nada	Prosodia
I 10 Velocidad de habla	26. Lentitud al hablar 27. Sin respuesta a ninguna pregunta	
I 11 Habilidades socioemocionales	28. es tímido y se ve tímido 29. Serio con deseo de mostrarse alegre	
I 12 Coherencia	30. Sonriente con deseo de mostrarse alegre 31. Contrario a como quiere verse 32. Sin reacción alguna	Actitud

Nota. Tabla elaborada por el autor con datos recopilados durante el estudio.

4.1.2 Resultados de las Encuestas

Se encuestó al alumnado participante como objeto de estudio y a los docentes para obtener información de sus percepciones respecto del alumnado.

4.1.2.1 Resultados de la encuesta al alumnado Participantes

El alumnado participante en sus respuestas al cuestionario de 14 preguntas, indicó

A la pregunta 1 ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?

Tabla 22

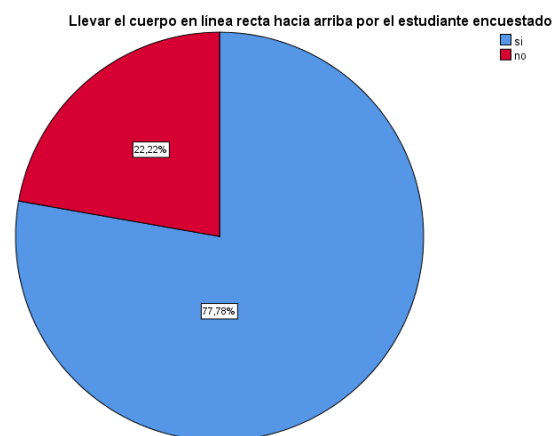
Alineación al llevar el cuerpo

**Llevar el cuerpo en línea recta hacia arriba
por el estudiante encuestado**

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	7	77,8	77,8
	no	2	22,2	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 13

Alineación al llevar el cuerpo



Del alumnado participante encuestado, el 77.78% afirmó que tiene su cuerpo en línea recta hacia arriba y el 22.22% negó.

A la pregunta 2 ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuándo caminas y cuándo corres?

Tabla 23

Equilibrio del cuerpo al caminar y correr

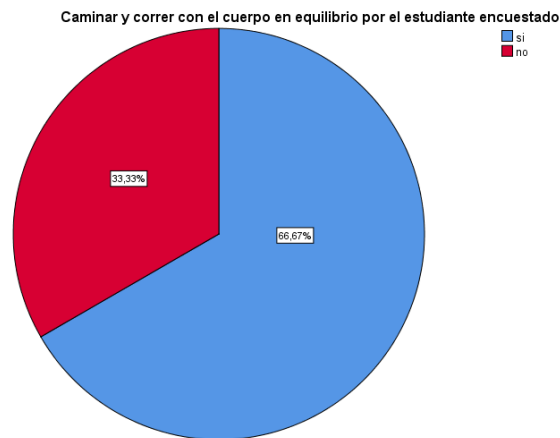
**Caminar y correr con el cuerpo en equilibrio por el
estudiante encuestado**

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	6	66,7	66,7
	no	3	33,3	100,0
	Total	9	100,0	

Total	9	100,0	
-------	---	-------	--

Gráfico 14

Equilibrio del cuerpo al caminar y correr



Del alumnado participante encuestado, el 66.67% afirmó que tiene estabilidad cuando camina y cuando corre y el 33.33% lo negó.

A la pregunta 3 ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?

Tabla 24

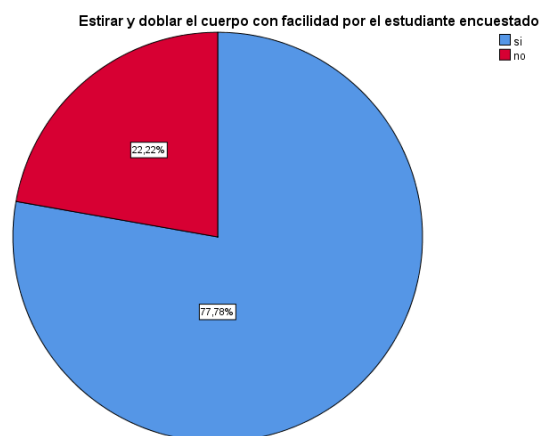
Flexibilidad al estirar y doblar el cuerpo

***Estirar y doblar el cuerpo con facilidad por el
estudiante encuestado***

			Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Frecuencia				
Válido	si	7	77,8	77,8
	no	2	22,2	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 15

Flexibilidad al estirar y doblar el cuerpo



Del alumnado participante encuestado, el 77.78% afirmó que se estira y dobla con facilidad y el 22.22% negó.

A la pregunta 4 ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?

Tabla 25

Movimiento al caminar, correr y girar el cuerpo

Caminar, correr y girar el cuerpo con facilidad por el estudiante encuestado

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	9	100,0	100,0

Gráfico 16

Movimiento al caminar, correr y girar el cuerpo



Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que camina bien, corre bien y gira con facilidad y nadie lo negó.

A la Pregunta 5 ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?

Tabla 26

Posición de poder con cuerpo erguido, en movimientos y gestos

Mantener erguido, controlar movimientos y hacer gestos expansivos con el cuerpo por el estudiante encuestado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	9	100,0	100,0

Gráfico 17

Posición de poder con cuerpo erguido, en movimientos y gestos



Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó mantener su cuerpo erguido, controla sus movimientos y hace gestos expansivos con su cuerpo y nadie negó.

A la pregunta 6 ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?

Tabla 27

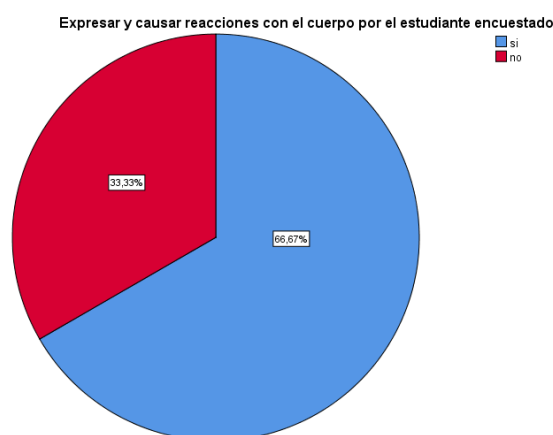
Expresión corporal causando reacciones

Expresar y causar reacciones con el cuerpo por el estudiante encuestado	
---	--

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	6	66,7	66,7
	no	3	33,3	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 18

Expresión corporal causando reacciones



Del alumnado participante encuestado, el 66.67% afirmó que se expresa con su cuerpo y causa reacciones y el 33.33% negó.

A la pregunta 7 ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?

Tabla 28

Cuidado personal del cuerpo para estar y verse bien

Cuidar siempre el cuerpo para estar bien y verse bien por el estudiante encuestado

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	9	100,0	100,0

Gráfico 19

Cuidado personal del cuerpo para estar y verse bien



Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que *cuida siempre su cuerpo para estar bien y verse bien* y nadie lo negó.

A la pregunta 8 ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?

Tabla 29

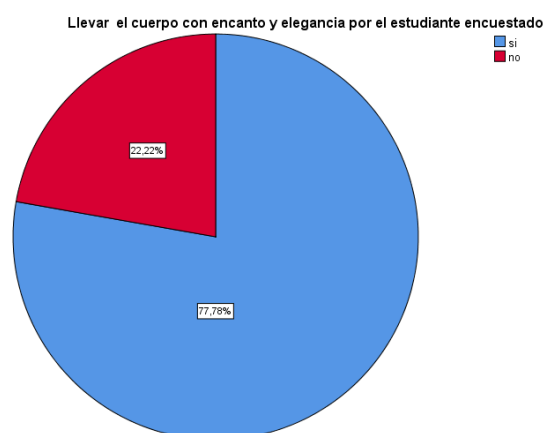
Garbo al llevar el cuerpo con encanto y elegancia

Llevar el cuerpo con encanto y elegancia por el estudiante encuestado

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	7	77,8	77,8
	no	2	22,2	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 20

Garbo al llevar el cuerpo con encanto y elegancia



Del alumnado participante encuestado, el 77.78% afirmó que lleva su cuerpo con encanto y elegancia y el 22.22% lo negó.

A la pregunta 9 ¿Modulas tu voz según lo qué vas a decir?

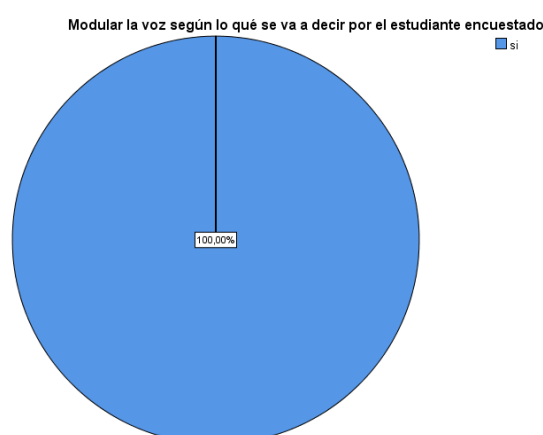
Tabla 30

Tono de voz según lo que va a decir

Modular la voz según lo qué va a decir por el estudiante encuestado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	9	100,0	100,0

Gráfico 21

Tono de voz según lo que va a decir



Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que modula su voz según lo qué va a decir y nadie lo negó.

Pregunta 10 ¿Hablas rápido o hablas despacio según lo que vas a decir?

Tabla 31

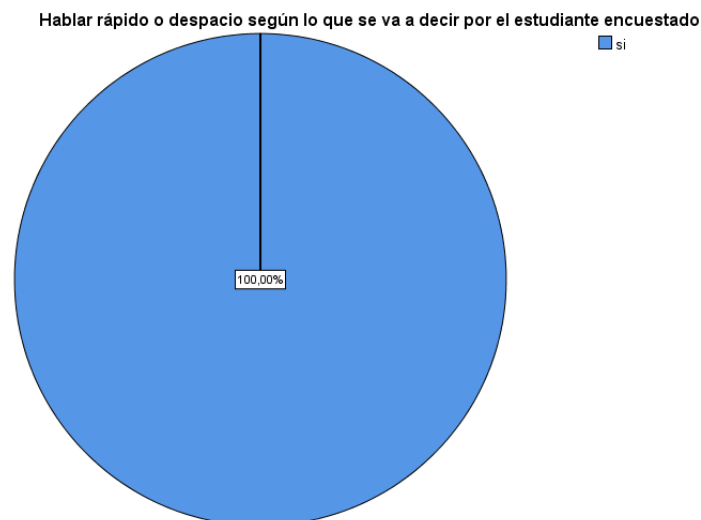
Velocidad de hablar según lo que va a decir

Hablar rápido o despacio según lo que se va a decir por el estudiante encuestado		
	Frecuencia	Porcentaje válido
		Porcentaje acumulado

Válido	si	9	100,0	100,0
--------	----	---	-------	-------

Gráfico 22

Velocidad al hablar según lo que va a decir



Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que habla rápido o despacio según lo que va a decir y nadie lo negó.

Pregunta 11 ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?

Tabla 32

Habilidades socioemocionales en el trato con los otros

Usar buenas maneras en casa y en la escuela con los demás por el estudiante encuestado

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	8	88,9	88,9
	no	1	11,1	100,0
	Total	9	100,0	

Gráfico 23

Habilidades socioemocionales en el trato con los otros



Del alumnado participante encuestado, el 88.89% afirmó que usa sus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los otros y el 11.11% lo negó.

Pregunta 12 ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?

Tabla 33

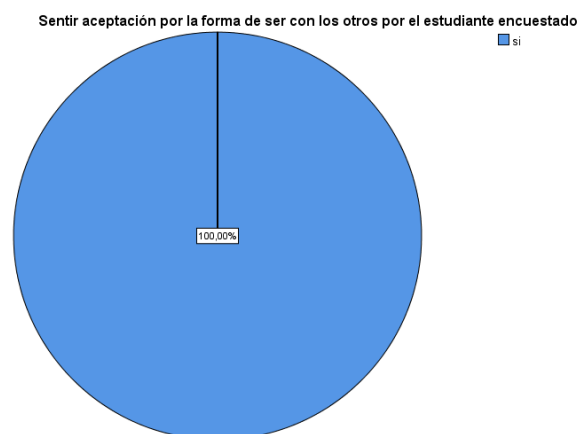
Coherencia en la forma de ser con los otros

**Sentir aceptación por la forma de ser con los otros
por el estudiante encuestado**

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	9	100,0	100,0

Gráfico 24

Coherencia en la forma de ser con los otros



Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó sentir aceptación por tu forma de ser y por cómo son con ellos (coherencia) y nadie negó.

Pregunta 13¿ Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?

Tabla 34

Anhelo de llevar siempre bien el cuerpo, con encanto y elegancia

Gustar llevar bien el cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento por el estudiante encuestado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	9	100,0	100,0

Gráfico 25

Anhelo de llevar siempre bien el cuerpo, con encanto y elegancia



Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que gustaría de llevar bien u cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento y nadie lo negó.

Pregunta 14 ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

Tabla 35

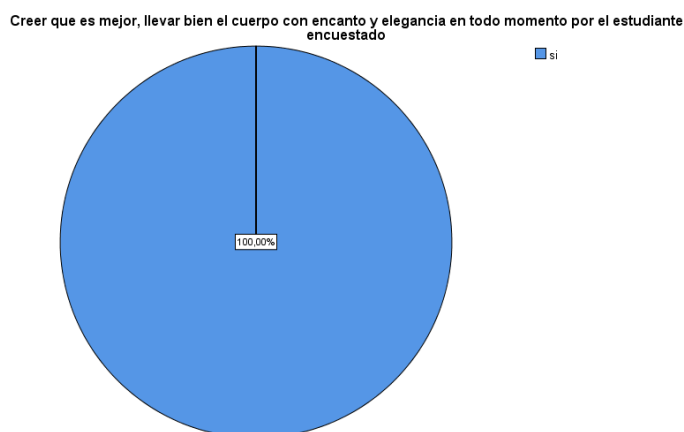
Convicción de mejora al llevar el cuerpo con encanto y elegancia

Creer que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento por el estudiante encuestado

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	si	9	100,0	100,0

Gráfico 26

Convicción de mejora al llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia



Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que cree que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento y nadie lo negó.

4.1.2.2 Docentes encuestados

Los docentes encuestados en sus respuestas al cuestionario de ocho preguntas, indicaron

Pregunta 1 ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?

Tabla 36

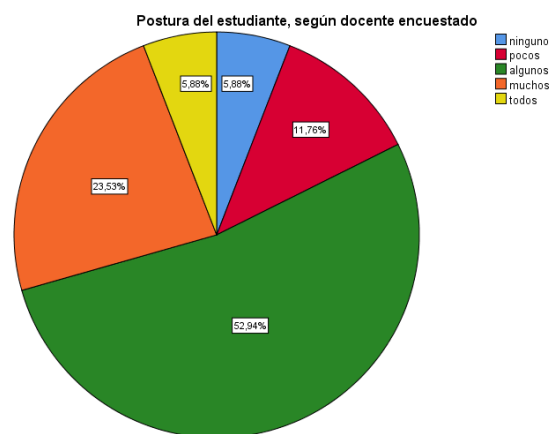
Postura del alumnado según docentes

Postura del alumnado, según docente encuestado

		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ninguno	1	5,9	5,9
	pocos	2	11,8	17,6
	algunos	9	52,9	70,6
	muchos	4	23,5	94,1
	todos	1	5,9	100,0
	Total	17	100,0	

Gráfico 27

Postura del alumnado según docentes



De docentes encuestados, el 52.94 % consideran que algunos estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr, 23.53% que muchos, otro 11.76% que pocos y en los extremos el 5.88% indica ninguno y 5.88% todos.

Pregunta 2 ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?

Tabla 37

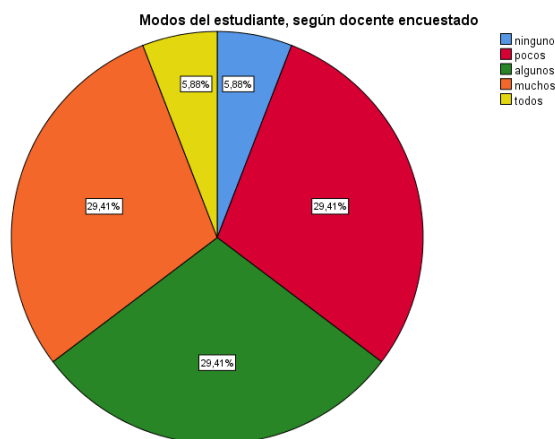
Modos del alumnado según docentes

Modos del alumnado, según docente encuestado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ninguno	1	5,9	5,9
	pocos	5	29,4	35,3
	algunos	5	29,4	64,7
	muchos	5	29,4	94,1
	todos	1	5,9	100,0

Total	17	100,0	
-------	----	-------	--

Gráfico 28

Modos del alumnado según docentes



De docentes encuestados, el 29.41% considera que, algunos estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos, 29.41% que muchos, 29.41% que pocos y en los extremos el 5.88% indica ninguno y 5.88% todos.

Pregunta 3 ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

Tabla 38

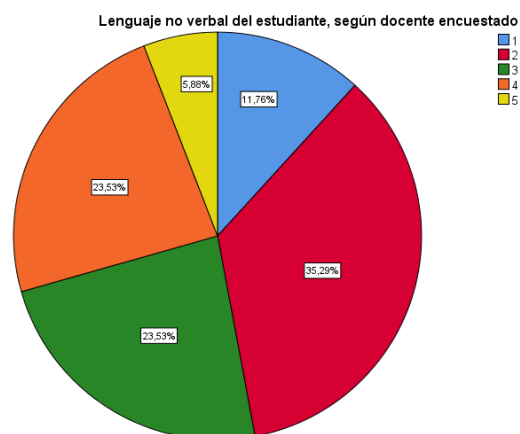
Lenguaje no verbal del alumnado según docentes

Lenguaje no verbal del alumnado, según docente encuestado

	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
ninguno	2	11,8	11,8
pocos	6	35,3	47,1
algunos	4	23,5	70,6
muchos	4	23,5	94,1
todos	1	5,9	100,0
Total	17	100,0	

Gráfico 29

Lenguaje no verbal del alumnado según docentes



De docentes encuestados, el 35.29 % considera que, pocos estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal, 23.53% que muchos, 23.53% que algunos, 11.76% indica ninguno y el 5.88% todos.

Pregunta 4 ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

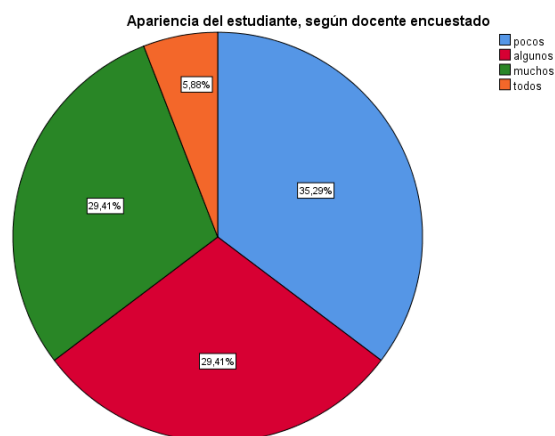
Tabla 39

Apariencia del alumnado según docentes

Apariencia del alumnado, según docente encuestado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	pocos	6	35,3	35,3
	algunos	5	29,4	64,7
	muchos	5	29,4	94,1
	todos	1	5,9	100,0
	Total	17	100,0	

Gráfico 30

Apariencia del alumnado según docentes



De docentes encuestados, el 35.29 % considera que, pocos estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia, 29.41% que algunos, otro 29.41% que muchos, 5.88% indica todos y nadie ninguno.

Pregunta 5 ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de modular su expresión oral según lo que van a decir?

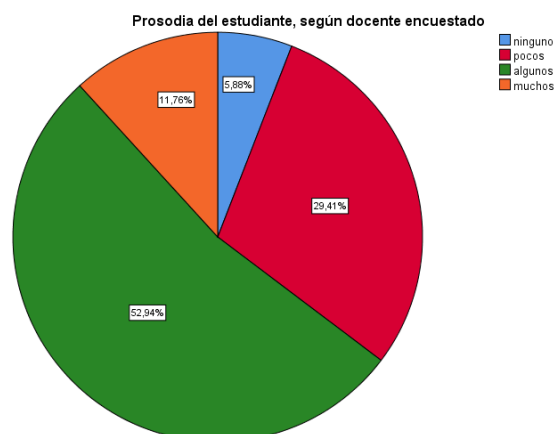
Tabla 40

Prosodia del alumnado según docentes

Prosodia del alumnado, según docente encuestado				
		Frecuencia	Porcentaje	
			Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ninguno	1	5,9	5,9
	pocos	5	29,4	35,3
	algunos	9	52,9	88,2
	muchos	2	11,8	100,0
	Total	17	100,0	

Gráfico 31

Prosodia del alumnado según docentes



De docentes encuestados, el 52.94% considera que algunos estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de modular su expresión oral según lo que van a decir, 29.41% que pocos, 11.76% que muchos, 5.88% indica ninguno y nadie todos.

Pregunta 6 ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

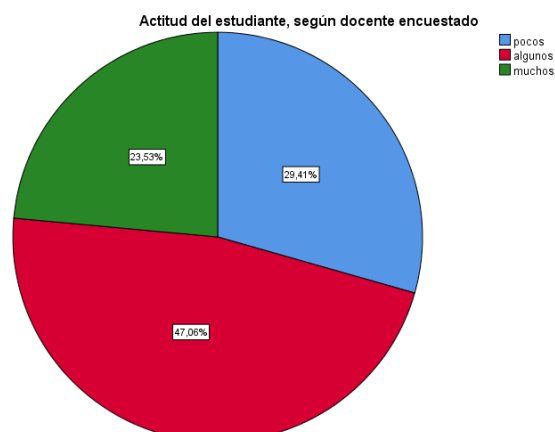
Tabla 41

Actitud del alumnado según docente

Actitud del alumnado, según docente encuestado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	pocos	5	29,4	29,4
	algunos	8	47,1	76,5
	muchos	4	23,5	100,0
	Total	17	100,0	

Gráfico 32

Actitud del alumnado según docentes



De docentes encuestados, el 47.06 % cree que algunos estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos, 29.41% que pocos, 23.53% que muchos, nadie indica ninguno, ni todos.

Pregunta 7 ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?

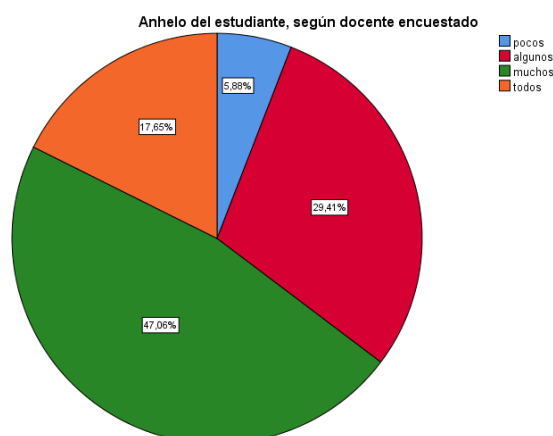
Tabla 42

Anhelo del estudiante según docente

Anhelo del alumnado, según docente encuestado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	pocos	1	5,9	5,9
	algunos	5	29,4	35,3
	muchos	8	47,1	82,4
	todos	3	17,6	100,0
	Total	17	100,0	

Gráfico 33

Anhelo del alumnado según docentes

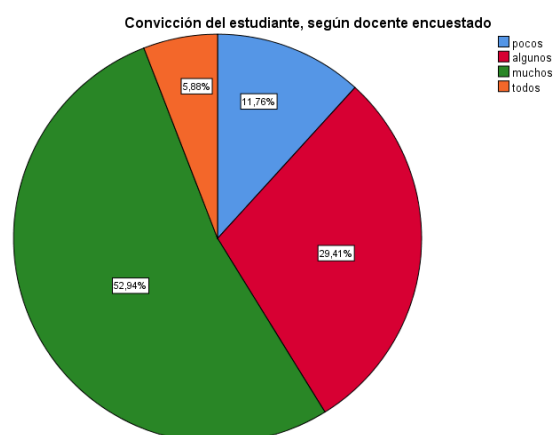


De docentes encuestados, el 47.06 % considera que, muchos estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia, 29.41% que algunos, 17.65% que todos, 5.88% indica pocos y nadie ninguno.

Pregunta 8 ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

Tabla 43*Convicción del alumnado según docente*

Convicción del alumnado, según docente encuestado				
		Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	pocos	2	11,8	11,8
	algunos	5	29,4	41,2
	muchos	9	52,9	94,1
	todos	1	5,9	100,0
	Total	17	100,0	

Gráfico 34*Convicción del alumnado según docentes*

De docentes encuestados, el 52.94% considera que muchos estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan, 29.41% que algunos, 11.76% que pocos, 5.88% indica todos y nadie ninguno.

4.1.2.3. Comentarios aportados por los docentes encuestados

Tabla 44*Comentarios de docentes y su vinculación con subcategorías*

Nro.	Descripción del comentario	Subcategoría vinculada
1	Los niños en el colegio practican danzas, tienen un profesor excelente y su garbo y presentación es adecuado y acorde al acontecimiento o evento.	Apariencia

2	Sería conveniente que visiten a las instituciones educativas para recomendar y motivar a los estudiantes en a buena postura corporal para mejorar su presentación personal y mejorar su salud física.	Postura Apariencia
3	Todos deben tener una buena postura al caminar y expresarse corporalmente.	Postura Lenguaje no verbal
4	La mayoría o todas las personas siempre desean ser bien vistos por los demás, por tanto, siempre desean caminar y mantener su cuerpo bien elegante y siempre quieren impresionar.	Postura Apariencia
5	El porte corporal es importante para el desarrollo normal de su columna vertebral.	Postura (crecimiento sin desviaciones)
6	En mi opinión los estudiantes deben tener o adquirir la costumbre de caminar erguidos, creo que uno de los factores que no ayuda a esta conducta, es el uso del celular por tiempos prolongados.	Postura (adquirida por formación)
7	Es necesario el baile y la danza en sus días, aún más, estos últimos días (fin de año).	Lenguaje no verbal Actitud (influencia del arte)

Nota. Tabla elaborada por la autora con datos recopilados durante el estudio.

4.2 Análisis

Sobre la formación de el porte y la imagen personal y expresión humana del alumnado

Según las matrices, se vincula a través de la subcategoría *postura* - SC1 con sus indicadores: alineación y equilibrio, y la subcategoría *apariencia* - SC4 con sus indicadores: cuidado personal y garbo.

La expresión de el porte y la imagen personal y expresión humana del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría *modos* - SC2 con sus indicadores: Flexibilidad y Movimiento, y la subcategoría *prosodia* - SC5 con sus indicadores: Tono de voz y Velocidad de habla

La valoración de el porte y la imagen personal y expresión humana del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría *lenguaje no verbal* - SC3 con sus indicadores: posición de poder y expresión corporal, y la subcategoría *actitud* - SC6 con sus indicadores: habilidades socioemocionales y coherencia.

Deficiencias emergentes de la observación al alumnado participante

I 1 alineación

1. Hombros caídos
2. Hombros desnivelados
3. Punta de pies hacia adentro
4. Punta de pies hacia adentro
5. Punta de pies hacia adentro

I 3 Flexibilidad

- 6. Rigidez moderada al pararse
- 7. Rigidez moderada al flexionar
- 8. Rigidez moderada al sentarse
- I 4 Movimiento*
 - 9. Pausado al girar
- I 5 Posición de poder*
 - 10. Timidez al expresar enojo
 - 11. Timidez al hacer posición de poder
- I 6 Expresión corporal*
 - 12. Manos entrelazadas
 - 13. Sin expresión corporal
 - 14. Sin expansión de brazos
- I 7 Cuidado personal*
 - 15. Cabello desordenado
 - 16. Despeinado
 - 17. Falta de asepsia del vestido
- I 8 Garbo*
 - 18. Chacota sin manifestar libertad y sin gracia
 - 19. Poca gracia; requiere validación de sus amigas
 - 20. Timidez y poca gracia
 - 21. Vestimenta impropia
 - 22. Poca elegancia, al pararse se apoya en la pared
 - 23. Sin gracia y sin elegancia, escasa transmisión a través del cuerpo y apariencia
- I 9 Tono de voz*
 - 24. Voz plana. Sin ningún tipo de variación
 - 25. Voz sin tono. no grita, no responde a nada
- I 10 Velocidad de habla*
 - 26. Lentitud al hablar
 - 27. Sin respuesta a ninguna pregunta
- I 11 Habilidades socioemocionales*
 - 28. es tímido y se ve tímido
- I 12 Coherencia*
 - 29. Serio con deseo de mostrarse alegre
 - 30. Sonriente con deseo de mostrarse alegre
 - 31. Contrario a como quiere verse
 - 32. Sin reacción alguna

4.2.1 Del alumnado observado

I 1 Alineación

Del alumnado observado, el 44.44% presenta cuerpo alineado suficiente y el 55.56% deficiente.

I 2 Equilibrio

Del alumnado observado, el 100% presenta cuerpo en equilibrio.

I 3 Cuidado personal

Del alumnado observado, el 66.67% presenta cuidado personal suficiente y el 33.33% deficiente.

I 4 Garbo

Del alumnado observado, el 22.22% presenta garbo suficiente y el 77.78% deficiente

I 5 Flexibilidad

Del alumnado observado, el 66.67% presenta flexibilidad suficiente y el 33.33% deficiente.

I 6 Movimiento

Del alumnado observado, el 88.89% presenta movimiento suficiente y el 11.11% deficiente.

I 7 Tono de voz

Del alumnado observado, el 77.78% presenta tono de voz suficiente y el 22.22% deficiente.

I 8 Velocidad de habla

Del alumnado observado, el 77.78% presenta velocidad de hablar suficiente y el 22.22% deficiente.

I 9 Posición de poder

Del alumnado observado, el 66.67% presenta posición de poder suficiente y el 33.33% deficiente.

I 10 Expresión corporal

Del alumnado observado, el 77.78% presenta expresión corporal suficiente y el 22.22% deficiente.

I 11 Habilidades socioemocionales

Del alumnado observado, el 88.89% presenta habilidades socioemocionales suficientes y el 11.11% deficiente.

I 12 Coherencia

Del alumnado observado, el 66.67% presenta coherencia suficiente y el 33.33% deficiente.

4.2.2 Alumnado participante encuestado

Pregunta 1

¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?

Del alumnado participante, el 77.78% afirmó que tiene su cuerpo en línea recta hacia arriba y el 22.22% lo negó.

Pregunta 2

¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuándo caminas y cuándo corres?

Del alumnado participante encuestado, el 66.67% afirmó que tiene estabilidad cuando camina y cuando corre y el 33.33% negó.

Pregunta 3

¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?

Del alumnado participante, el 77.78% afirmó que se estira y dobla con facilidad y el 22.22% negó.

Pregunta 4

¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que camina bien, corre bien y gira con facilidad y nadie negó.

Pregunta 5

¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que mantiene su cuerpo erguido, controla sus movimientos y hace gestos expansivos con su cuerpo y nadie negó.

Pregunta 6

¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?

Del alumnado participante encuestado, el 66.67% afirmó que se expresa con su cuerpo y causa reacciones y el 33.33% negó

Pregunta 7

¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que cuida siempre su cuerpo para estar bien y verse bien y nadie lo negó.

Pregunta 8

¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?

Del alumnado participante encuestado, el 77.78% afirmó que lleva su cuerpo con encanto y elegancia y el 22.22% negó.

Pregunta 9

¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que modula su voz según lo que va a decir y nadie negó.

Pregunta 10

¿Hablas rápido o hablas despacio según lo que vas a decir?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que habla rápido o despacio según lo que va a decir y nadie lo negó

Pregunta 11

¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?

Del alumnado participante encuestado, el 88.89% afirmó que usa sus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás y el 11.11% negó.

Pregunta 12

¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que siente que los demás le aceptan y están con él por tu forma de ser y por cómo es con ellos y nadie lo negó.

Pregunta 13

¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que gustaría llevar bien su cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento y nadie lo negó.

Pregunta 14

¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que considera que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento y nadie lo negó.

4.2.3 Docentes encuestados

Pregunta 1

¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?

De docentes encuestados, el 53 % considera que algunos estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr, 24% que muchos, 12% que pocos y en los extremos el 6% indica ninguno y 6% todos.

Pregunta 2

¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?

De docentes encuestados, el 29% considera que algunos estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos, 29% que muchos, 29% que pocos y en los extremos el 6% indica ninguno y 6% todos.

Pregunta 3

¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

De docentes encuestados, el 35 % considera que pocos estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal, 24% que muchos, 24% que algunos, 12% que ninguno y el 6% indica todos.

Pregunta 4

¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

De docentes encuestados, el 35 % considera que pocos estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia, el 29% que algunos, otro 29% que muchos, 6% indica todos y nadie ninguno.

Pregunta 5

¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de modular su expresión oral según lo que van a decir?

De docentes encuestados, el 47% considera que algunos estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de modular su expresión oral según lo que van a decir, 29% que pocos, 24% que muchos, nadie indica ninguno ni todos.

Pregunta 6

¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

De docentes encuestados, el 47 % considera que algunos estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos, 29% que pocos, 24% que muchos, , nadie indica ninguno ni todos.

Pregunta 7

¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?

De docentes encuestados, el 47 % considera que muchos estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia, 29% que algunos, 18% que todos, 6% que pocos y nadie indica ninguno.

Pregunta 8

¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

De docentes encuestados, el 52.94% considera que muchos estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la

imagen que proyectan, 29.41% que algunos, 11.76% que pocos, 5.88% indica todos y nadie ninguno.

4.3 Interpretación

Es de lo particular a lo general. A partir de las sub categorías (SC) en pares vinculados: postura (SC1) y apariencia (SC4), modos (SC2) y prosodia (SC5), lenguaje no verbal (SC3) y actitud (SC6), y sus indicadores (del 1 al 12) respectivos, finalizando con las categorías (C1 y C2). Se interpretan los resultados de la observación, las respuestas del alumnado participante y de docentes, se integran estos resultados, se exponen las teorías vinculadas, y se hace un resumen que incluye la vinculación con el objetivo y la hipótesis, respectiva.

4.3.1 Objetivo específico – OE1

Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal.

De la observación de la **postura** - SC1 se tiene que, el 44.44% presentó alineación suficiente, y el 55.56% deficiente con posición de pies hacia adentro y minoritariamente hombros caídos y desnivelados; y el 100% presentó equilibrio suficiente. En la contraparte **apariencia** - SC4 se tiene que, el 66.67% presentó cuidado personal suficiente y el 33.33% deficiente en arreglo corporal y vestuario, y el 77,78% presentó garbo suficiente y el 22.22% deficiente por falta de gracia y elegancia, timidez y escasa capacidad de transmitir con el cuerpo y aparecer bien.

Del alumnado participante encuestado, sobre **postura** se tiene que, el 77.78% indicó tener su cuerpo en línea recta hacia arriba (alineación) y el 22.22% lo negó; el 66.67% afirmó tener estabilidad (equilibrio) cuando camina y corre, el 33.33% lo negó. En la contraparte **apariencia** el 100% afirmó que cuida siempre su cuerpo para estar bien y verse bien (cuidado personal) y el 77,78% afirmó que lleva su cuerpo con encanto y elegancia (garbo) y el 22,22% lo negó. Se aprecia que el alumnado participante encuestado, mayoritariamente percibe su postura y su apariencia como buena.

De docentes encuestados, sobre **postura** se tiene que, el 94.13% (52.94% algunos, 23.53% muchos, 11.76% pocos y 5.88% todos) indicaron que el alumnado lleva su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr. En la contraparte **apariencia** se tiene que, el 99.99% (35.29 % pocos, 29.41% algunos, 29.41% muchos, 5.88% todos) indicaron que el alumnado aprende a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia. Añaden comentarios favorables al fomento y tenencia de una buena postura corporal vinculándola a la presentación personal, salud física, expresividad corporal, ser bien vistos y tener una presencia de impacto positivo en reposo y en movimiento.

Observando se identificó que la postura y la apariencia de los participantes cuenta parte de la historia de cada uno de ellos, proveniente de su entorno directo: la familia y la escuela, pues, la alineación corporal deficiente (corregible) sin falta de equilibrio evidencia que nadie del entorno se fijó en ello y se manifiesta en parte en la apariencia descuidada y tímida, carente de gracia y elegancia y sin capacidad de expresión corporal y bien parecer. De otra parte, es destacable que más de las tres cuartas partes de los participantes afirman tener una buena postura corporal, esto indica que, de alguna manera, aun son inmunes a las deficiencias posturales observadas; sobre lo mismo, los docentes indicaron mayoritariamente que perciben al alumnado con una buena postura corporal y apariencia por aprendizaje, manifestando en sus comentarios adicionales que una buena postura corporal conlleva una apariencia de impacto positivo.

Las teorías del cuerpo sostienen que el porte corporal alude al modo de llevar el cuerpo, es decir, posar el cuerpo al caminar, sentarse o moverse en el espacio reflejando una actitud interna, producto de la educación y la cultura, que según Bourdieu es el *habitus* conformado por las disposiciones perdurables impuestas por la sociedad de diferentes maneras y la *hexis* corporal como dimensión física, forma habitual de estar y moverse en el mundo, en la que el cuerpo es símbolo de posición social según el diseño de la clase social, género, educación y otros como el disciplinamiento a cargo del poder institucional que a través de rutinas, reglas y vigilancia moldea la obediencia del cuerpo logrando que el individuo en automático regule su postura y conducta en función de las normas sociales, así lo sostiene Foucault. En la apariencia se comprueba las teorías de la identidad social, como la de Tajfel que indica que la identidad individual deriva de los grupos sociales y del valor emocional que surge de pertenecer a determinado grupo y se evidencia en la favorabilidad de cada uno a su respectivo grupo. Se evidencia manifestaciones de apariencia grupal siendo interesante lo manifestado como el gusto de ser visto bien por sí mismos y por lo demás.

Del análisis e interpretación de las sub categorías *postura* y *apariencia* y de las teorías, se identificó que el alumnado forma su porte y su imagen personal (OE1) siguiendo el decurso de sus vidas en su entorno más próximo: hogar – escuela, sin acceso a las ciencias, técnicas y herramientas de formación; en el caso del cuerpo, siguiendo por gravedad el *habitus*, la *hexis* corporal, el disciplinamiento institucional y en el caso de la imagen personal, siguiendo su identidad social y el valor emocional producto de su relación de pertenencia grupal.

4.3.2 Objetivo específico – OE2.

Describir como el alumnado expresa su porte y su imagen personal.

De la observación de **modos** - SC2 se tiene que, el 66.67% de los participantes presentó flexibilidad suficiente de su cuerpo y el 33.33% deficiente con rigidez mínima al pararse y al doblarse, y el movimiento del 88.89% es suficiente mientras que, el 11.11% deficiente con giro de cuerpo con lentitud. En la contraparte **prosodia** - SC5, se tiene que el 78% presentó tono de voz suficiente y el 22% deficiente con falta de variación; y el 77.78% presentó velocidad de habla suficiente y el 22.22% deficiente con lentitud al hablar.

Del *alumnado participante encuestado*, sobre **modos** se tiene que, el 77.78% afirmó que se estira y dobla con facilidad (*flexibilidad*) y el 22.22% negó; el 100% afirmó que camina y corre bien, y gira con facilidad (*movimiento*). En la contraparte **prosodia** se tiene que, el 100% de participantes afirmó que modula su voz según lo que va a decir (*tono*) y también el 100% de participantes afirmó que habla rápido o despacio según lo que va a decir (*velocidad*), evidenciando el manejo de su tono de voz y velocidad de habla en función de sus intereses y fines.

De *docentes encuestados*, sobre **modos** se tiene que, el 94.11% (29.41% algunos, 29.41% muchos, 29.41% pocos, 5.88% todos) considera que los estudiantes *forman su cuerpo* para tener facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos (*flexibilidad y movimiento*), asimismo sobre **prosodia** el 94.11% (52.94% algunos, 29.41% pocos, 11.76% muchos) considera que los estudiantes educan su voz y la velocidad de hablar (*tono y velocidad del habla*), para ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir. En sus comentarios consideran de necesidad la práctica del baile y la danza en la formación del alumnado.

Los *modos* del alumnado participante, al provenir del entorno directo, expresan dicho entorno a través de una *flexibilidad* mayoritariamente suficiente al lado de una minoría deficiente que, adolece de rigidez mínima al pararse y al doblarse y un buen *movimiento* con un mínimo del giro del cuerpo con lentitud; en cuanto a la *prosodia* las tres cuartas partes posee un *tono de voz suficiente* con una minoría de voz plana, esto es, sin ningún tipo de variación, y más de las tres cuartas partes posee una *velocidad de habla* suficiente con una minoría de habla lenta; por su lado el alumnado participante mayoritariamente afirma tener suficiente *flexibilidad* y totalmente afirman tener un buen movimiento corporal, modulación de voz y velocidad de habla según lo que van a decir, evidenciando el manejo del *tono y velocidad de hablar* en función de sus intereses y fines. De parte docentes encuestados, mayoritariamente consideran que el alumnado forma su flexibilidad y movimiento; asimismo, consideran necesario la práctica del baile y la danza para mejor formar su parte expresiva; y la totalidad cree que los estudiantes educan su voz y la velocidad de hablar, para expresarse.

Además de las teorías del cuerpo, respecto de los **modos del cuerpo**, Guzmán sostiene que el cuerpo propio es siempre cuerpo-para-sí y cuerpo-para-otro, que se vive al interior del individuo a sabiendas de que es visto y es interpretado por los demás; y Lorente, considera que la educación artística utiliza el cuerpo como medio de comunicación y creación, y dice: así la danza, influye en el porte corporal al enseñar a tomar conciencia del cuerpo, mejorar la postura, la coordinación y a expresarse con confianza, desarrollando capacidades creativas, socioemocionales y de autoexpresión. Respecto de **prosodia**, cabe la teoría del espejo de Cooley que se refiere al *yo reflejado*, indicando que la autoimagen se construye según cómo creemos que los demás nos ven y que las percepciones (reales o imaginadas) del juicio ajeno actúan como un espejo para la valoración propia, aplicado a la prosodia, sería teniendo en cuenta el *tono de voz* y *velocidad de habla* con la que se cree quieren escucharnos y según el parecer de los demás; también cabría la teoría de la autopresentación de Goffman sosteniendo que las personas manejan deliberadamente su presentación para influir en las impresiones de los demás conforme a su rol y controlando sus expresiones y contextos, aplicado a la prosodia sería modulando el *tono de voz* y *velocidad de habla* en función de su quehacer en frente.

Del análisis e interpretación de las sub categorías *modos* y *prosodia*, y las teorías, la descripción de como el alumnado expresa su porte y su imagen personal (OE2), se tiene que se inicia con el origen y estado de formación de la postura del cuerpo y la apariencia que van recibiendo en el devenir, la primera los agregados de los modos a través del desarrollo de la flexibilidad y el movimiento; y la segunda los agregados de la prosodia, a través del desarrollo del *tono de voz* y la *velocidad de hablar* aplicables según las circunstancias, sin duda alguna, con influencia educativa, social y cultural.

4.3.3 Objetivo específico – OE3.

Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal.

De la observación de **lenguaje no verbal** - SC3, se tiene que, el 66.67% presentó *posición de poder* suficiente y el 33.33% deficiente presentó timidez; y el 78% presentó *expresión corporal* suficiente, y el 22% deficiente presentó manos entrelazadas y ningún tipo de *expresión corporal*. En la contraparte **actitud** - SC6, se tiene que 88.89% presentó *habilidades socioemocionales* suficiente, y el 11.11% deficiente presentó timidez; el 66.67% presentó *coherencia* suficiente, y el 33.33% deficiente presentó seriedad con deseo de mostrarse alegre, contrario a como quiere verse y sin reacción alguna.

Del alumnado participante encuestado, sobre **lenguaje no verbal**, se tiene que, el 100% afirmó que mantiene su cuerpo erguido, controla sus movimientos y hace gestos expansivos con su cuerpo en *posición de poder*, y el 66.67% afirmó que cuando se expresa con su cuerpo causa reacciones, es decir tiene *expresión corporal* y el 33.33% negó. En la

contraparte sobre **actitud**, se tiene que, el 88.89% afirmó que usa sus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los otros, dando cuenta de poseer *habilidades socioemocionales* y el 11.11% negó; asimismo, el 100% afirmó que siente que los demás los aceptan y están con ellos por su forma de ser y por cómo son con ellos, evidencia manifiesta de total *coherencia*. *Adicionalmente*, el 100% del alumnado participante afirmó que *anhelan* llevar siempre bien su cuerpo, con encanto y elegancia; y están convencidos de que es mejor, llevar bien el cuerpo, con encanto y elegancia en todo momento, de esta manera *confirman el reconocimiento de que el porte corporal y la imagen personal son atributos personales de alto valor para ellos*.

De docentes encuestados, sobre **lenguaje no verbal**, se tiene que, el 88.23% (35.29 % pocos, 23.53% muchos, 23.53% algunos, 5.88% todos) considera que, el alumnado forma su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal, y el 11.76% ninguno. Sobre la contraparte **actitud** se tiene que, el 100% de docentes (47.06% algunos, 29.41% pocos, 23.53% muchos,) considera que los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos. *Adicionalmente*, de docentes encuestados sobre actitud, se tiene que, el 100% (47.06 % muchos, 29.41% algunos, 17.65% todos, 5.88% pocos) el alumnado gusta y anhela verse siempre bien, ser bien visto y bien recordado por su porte corporal, su gracia y elegancia, también se tiene que, el 100% (52.94% muchos, 29.41% algunos, 11.76% pocos, 5.88% todos) considera que el alumnado mejora y es mejor visto por su porte corporal, su gracia y elegancia, por su presentación y la imagen personal que proyecta. El *anhelo de saber estar* y la *convicción de mejora* manifestado por el alumnado participante se confirma con la precepción de los docentes encuestados.

Las teorías del cuerpo y otras se vinculan al *lenguaje no verbal* y *actitud* a los fines de la presente investigación y tienen que ver con la *posición de poder* y *expresión corporal* junto a las *habilidades socioemocionales* y *coherencia*, en ese sentido, Pascual sostiene el cuerpo es objeto de construcción progresiva mediante las técnicas de la Danza -Ballet. El resultado es un cuerpo estético en reposo y en movimiento, disciplinado y con *expresión de poder*, al que se suma la disciplina, concentración y perseverancia del entrenamiento que inculca en el tiempo importantes *habilidades* que se extienden a la vida cotidiana, y Lorente agrega que la expresión corporal es un campo de la educación artística que utiliza el cuerpo como medio de comunicación y creación, así la danza, *influye en el porte al enseñar a tomar conciencia del cuerpo*, mejorar la postura, la coordinación, a expresarse con confianza y con capacidades *socioemocionales* y de autoexpresión. También se tiene la teoría del etiquetado de Becker al sostener que una vez etiquetada, la persona tiende a internalizar esa etiqueta y a actuar acorde a ella, si bien esta teoría inicia vinculada a la criminalidad y drogadicción, por extensión, en el ámbito de la presente investigación la

internalización de una etiqueta de bien ser, bien verse, bien estar, hará que la persona actúe en esa dirección, el etiquetado también significa entonces, estímulos positivos durante el proceso formativo del lenguaje no verbal y la actitud, aprendiendo a mirarse como objetos de belleza ante la mirada observadora con énfasis en la apariencia conforme a la teoría del feminismo psicológico en la línea del buen porte corporal y la buena imagen personal.

Del análisis e interpretación de las sub categorías *lenguaje no verbal* y *actitud*, y las teorías, es de indicar que el porte corporal y la imagen personal el alumnado lo valora (OE3) a partir de la autoevaluación y valoración de la postura corporal, apariencia, los modos corporales, la prosodia, y finalmente el *lenguaje no verbal* y *actitud* revelados mediante la *posición de poder y expresión corporal* y a través de las *habilidades socioemocionales y coherencia, anhelos y convicciones*, se trata de una autoevaluación y valoración física (cuerpo) y mental (mente) de la forma y el contenido de la unidad cohesionada por la actitud.

4.3.4 Objetivo General (OG)

Describir de qué manera el porte incide en la mejora de la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL.

Los resultados revelan que el porte a través de la postura corporal, modos corporales y lenguaje no verbal, y la imagen personal y expresión humana a través de la apariencia, prosodia y actitud (porte e imagen), inciden en la mejora de la expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL, producto de la integración del cuerpo (interno y externo) y la mente (conciencia, espiritualidad, emoción, valores, talento, deseos o anhelos, convicciones y conocimiento) con influencia directa de su entorno educativo, social y cultural, individual y grupal.

Los resultados del porte corporal tienen respaldo en las teorías del cuerpo, arte y ballet; y los resultados de la imagen personal y expresión humana encuentran respaldo de las teorías la identidad social, etiquetado, espejo, autopresentación y feminismo psicológico.

CAPÍTULO V DISCUSIÓN

5.1 Discusión y contraste con teorías y estudios previos

5.1.1 Discusiones del OG

Describir de qué manera el porte incide en la mejora de la imagen personal y expresión humana del alumnado.

Los resultados revelan que el porte corporal y la imagen personal son atributos personales constituyentes de la manifestación humana que el alumnado en su entorno directo forma, expresa y valora altamente, con el agregado de una mejora continua. Esta comprensión coincide con las teorías del cuerpo, en que Pierre Bourdieu conceptúa el *habitus* como un conjunto de disposiciones internalizadas que guían el cómo sentir y actuar; y la *hexis corporal* como manifestación encarnada de esas disposiciones (del *habitus*) – la postura, los gestos, la entonación de voz –reflejando posición social y formación recibida; y por Michel Foucault, que sostiene el disciplinamiento institucional y poder del cuerpo a cargo de la familia, iglesia y la escuela que adiestran los cuerpos con reglas, premios y castigos, para volverlos dóciles y predecibles. Del lado de la imagen personal coincide con la teoría de la Identidad Social en la que Henri Tajfel y John Turner, sostienen que la identidad de una persona se compone en parte significativa por su pertenencia a grupos sociales (familia, género, escuela, etnia, etc.) y por el valor emocional de la aceptación o rechazo de los grupos de pertenencia.

Los estudios previos internacionales del porte corporal como el de Martínez (2025) de Venezuela, indica que los estudiantes centran su atención en las *expectativas o ideales* que tienen con respecto a la imagen de su propio cuerpo; esto sugiere *mejora continua* del cuerpo; y sobre la imagen personal, (Gordo, 2025) de España indica que el *uso natural de la comunicación no verbal* es la *llave maestra para conformar una poderosa identidad, carisma, expresión emocional y capacidad de transmisión e impacto público*.

Los estudios previos nacionales como el de Chipana (2025), sobre la imagen corporal revelan que una parte significativa de estudiantes se encuentra en un nivel severo de insatisfacción con su imagen corporal, en el mismo sentido, Rospigliosi y Helden (2024), señalan que el disgusto con el cuerpo o partes del mismo, lleva a emociones de vergüenza, tristeza, asco o enojo y al surgimiento del deseo de impactar, ser aceptado y recordado con agrado. Los estudios revelan la necesidad de intervenciones orientadas a revertir el disgusto y sacar adelante el deseo de saber estar.

En resumen, de conformidad con los resultados de la investigación, las teorías y los estudios previos internacionales y nacionales, el porte corporal y la imagen personal son

elementos constituyentes de la expresión o manifestación humana del alumnado, cuya aprobación o desaprobación dependerá de la atención que se brinde al proceso formativo del cuerpo y la mente, en lo individual y colectivo del alumnado participante de la presente investigación; confirmando así, la hipótesis principal (HP) de que, *el porte incide en la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL y la originalidad del trabajo al introducir el porte como objeto de investigación.*

5.1.2 Discusiones del OE1

Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal.

Los resultados identifican que el porte y la imagen personal son en parte la postura corporal y apariencia, respectivamente. El porte se forma siguiendo el decurso de las vidas en el entorno más próximo: hogar – escuela (sin acceso a las ciencias, técnicas y herramientas de formación), construyendo su *habitus* (disposiciones guía de cómo sentir y actuar) y su *hexis* corporal acompañado del disciplinamiento institucional. En el caso de la imagen personal, se forma conforme a su identidad social y el valor emocional producto de su relación de pertenencia grupal, en línea con las teorías del cuerpo y de la identidad social que, para el porte corporal aluden a posar el cuerpo al caminar, sentarse o moverse en el espacio reflejando una actitud interna producto de la educación y la cultura, que para Bourdieu es el *habitus* (disposiciones perdurables impuestas por la sociedad) y la *hexis corporal* como forma habitual de estar y moverse en el mundo, irradiando posición social según el diseño de la clase social, género, educación y otros como el disciplinamiento a cargo del poder institucional que a través de rutinas, reglas y vigilancia moldea la obediencia del cuerpo logrando que el individuo en automático regule su postura y conducta en función de las normas sociales, sostenido por Foucault; y para la apariencia indica que la identidad individual deriva de los grupos sociales y del valor emocional que surge de la relación de pertenencia a determinado grupo que se evidencia con la favorabilidad de cada uno a su respectivo grupo, según *Tajfel*. Se ve manifestaciones de apariencia grupal siendo interesante el gusto de ser visto bien por sí mismos y por lo demás manifestado por la totalidad del alumnado participante.

El estudio internacional de Delgado et al. (2017), Chile, respecto del porte corporal, indica que en términos de porte, la actividad física provee una postura más firme, coordinación y dominio del cuerpo, evidenciando que intervenciones como el deporte inciden en la percepción del cuerpo, siendo una vía de empoderamiento para niñas si se abordan desde la inclusión, rompiendo la idea de que ciertos deportes *no son para niñas*; y Castillo et al. (2025), también de Chile, respecto de la imagen corporal de los estudiantes indica que para unos las redes sociales resultan determinantes en la configuración de la autoimagen y la toma de decisiones estéticas de los estudiantes con efectos positivos, negativos y

desiguales, y que para otros es fuente que motiva la mejora de la salud física, la autoimagen virtual y reflejan el deseo de proyectar una imagen positiva y saludable. La tesis revela el esfuerzo de imitación a lo que ven en redes sociales, distinto a la expresión resultante de la construcción del porte con técnicas y herramientas del deporte o la danza clásica que llegan a expresar con el cuerpo el espíritu que llevan dentro.

El estudio nacional de Lozano y Flores (2025), Imagen corporal y autoestima indica que la imagen corporal se asocia de manera significativa con la autoestima; es decir, a mayor grado de autoaceptación y autopercepción positiva de la imagen corporal, mayor autoestima; sugiere que un cuerpo trabajado será más aceptado, mejor percibido y producirá incremento de la autoestima.

En resumen, de conformidad con los resultados de la investigación, las teorías y los estudios previos internacionales y nacionales, el porte corporal y la imagen personal son formados por el alumnado en su entorno más próximo: hogar – escuela, sin acceso a las ciencias, técnicas y herramientas de formación, y grupalmente manifiestan su gusto de ser visto bien por sí mismos y por lo demás; confirmándose la Hipótesis Secundaria (HS1) de que, *el alumnado forma su porte y su imagen personal y la originalidad del trabajo al introducir el porte como objeto de formación.*

5.1.3 Discusiones del OE2

Describir como el alumnado expresa su porte y su imagen personal.

Los resultados describen que el porte y la imagen personal expresan al alumnado a través de los *modos corporales* y *prosodia* que tienen su origen y estado de formación de la postura corporal y la apariencia que van recibiendo en el devenir, los agregados de los modos corporales de flexibilidad y movimiento del cuerpo y los agregados de la prosodia, *tono de voz* y *velocidad de hablar*, contenido al que se suma la influencia socioeducativa y cultural que hacen del porte y la imagen personal expresión del alumnado.

Las teorías del cuerpo y de identidad social citadas en la discusión del OE1 validan los resultados, agregándose a Guzmán (2016) respecto de los *modos del cuerpo* sosteniendo que *el cuerpo propio es siempre cuerpo-para-sí y cuerpo-para-otro*, que se vive al interior del individuo a sabiendas de que es visto y es interpretado por los demás; y Lorente (2023), que considera a la educación artística usuaria del cuerpo para comunicar y crear, y dice: *así la danza, influye en el porte corporal* al enseñar a tomar conciencia del cuerpo, mejorar la postura, la coordinación y a expresarse con confianza, desarrollando capacidades creativas, socioemocionales y de autoexpresión. Respecto de *prosodia*, la teoría del espejo de Cooley indicando que la autoimagen se construye según, cómo creemos que los demás

nos ven y que las percepciones (reales o imaginadas) del juicio ajeno son el espejo para la autovaloración propia, aplicado a la prosodia, sería teniendo en cuenta el *tono de voz* y *velocidad de habla* con la que se cree quieren escucharnos y según el parecer de los demás; también cabría la teoría de la autopresentación de Goffman sosteniendo que las personas manejan deliberadamente su presentación para influir en las impresiones de los demás conforme a su rol y controlando sus expresiones y contextos, aplicado a la prosodia sería modulando el *tono de voz* y *velocidad de habla* en función de su quehacer.

El estudio internacional de Cedeño (2021) de la Universidad de Panamá, respecto de los modos corporales, aporta al presente trabajo la importancia del entrenamiento propioceptivo como herramienta preventiva para conseguir la capacidad del cuerpo de controlar y estabilizar las articulaciones con mejoras importantes en las cualidades físicas y en la ejecución de los movimientos; y Carrillo (2023) de México complementa indicando que la aplicación de los conceptos técnicos del ballet mejora las cualidades físicas, mayor confianza, sensibilidad y mayor expresividad; demostrando la importancia y efectividad del ballet como un medio que contribuye a la *formación integral de los participantes*, desde su primer acercamiento al ballet y a la rigurosidad técnica quedando cimentada en ellos la base para el desarrollo de la propiocepción.

El estudio nacional de Ramos (2024) sobre la consciencia corporal indica que en el logro de la conciencia corporal se debe tener en cuenta propiocepción, interocepción y exterocepción coincidiendo en la propiocepción con los estudios internacionales citados. Teorías y estudios coinciden en la medida que en el porte corporal y la imagen personal se trabaja el espacio, el movimiento, el cuerpo, las emociones, la respiración, la visión periférica, la audición y el trabajo a través del tacto, elementos materiales e inmateriales que proyectan la imagen personal hacia los receptores.

En resumen, de conformidad con los resultados de la investigación, las teorías y los estudios previos internacionales y nacionales, el porte corporal y la imagen personal expresan al alumnado con sus modos corporales y su prosodia a través del cuerpo en reposo y movimiento, con su tono de voz y velocidad de habla, confirmándose la hipótesis secundaria (HS2) de que, *el alumnado expresa su porte y su imagen personal y la originalidad del trabajo al introducir el porte como objeto de expresión*.

5.1.4 Discusiones del OE3

Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal.

Los resultados indican que el porte y la imagen personal son autoevaluados y valorados por el alumnado a través del *lenguaje no verbal* y *actitud* sostenidos respectivamente en

los modos corporales y la prosodia que, a su vez se sostienen en la postura corporal y apariencia, es decir como una unidad física y mental, forma y contenido, cohesionadas por la actitud desde el inicio y que para el presente caso culmina en la mirada de acercamiento del alumnado participante a la aspiración de ser visto bien por sí mismos y por lo demás. El alumnado gusta llevar siempre bien su cuerpo, con encanto y elegancia en todo momento, lo que evidencia que *el porte y la imagen personal son atributos personales de alto valor* para ellos.

Las teorías del cuerpo, arte y ballet; y las teorías la identidad social, etiquetado, espejo, autopresentación y feminismo psicológico coinciden en el sentido que las primeras se ocupan de la parte tangible, lo físico; y de la otra parte intangible, lo inmaterial se ocupan las segundas, y ambas aportan lo suyo dando el marco para la autoevaluación y la valoración, por ejemplo al decir soy del colegio equis, me veo bien y lo demás así lo dicen, se está evaluando y valorando las realizaciones teóricas expuestas.

Los estudios internacionales antes citados también se alinean con los resultados de valoración, desde la convicción de que la actividad física deportiva, las redes sociales que motivan lo bueno y la aplicación de los conceptos técnicos del ballet incorporados en el proceso formativo, también están dando el marco de valoración del porte y la imagen personal que se logra con su práctica. El estudio de Gordo (2025) sobre Barack Obama, destaca el *uso natural* de la comunicación no verbal como la llave para conformar una poderosa identidad, carisma, expresión emocional y capacidad de transmisión e impacto público, es decir, la excelencia del porte que proyecta una imagen personal óptima, capaz de posicionarse y permanecer en la mente de los perceptores. Este estudio también conlleva a fijarse en el personaje estudiado como *unidad física y mental*.

Los estudios nacionales, igual proveen un marco de valoración al asociar la imagen corporal con la autoestima, al revelar insatisfacción y disgusto con el cuerpo o partes del mismo que sugiere a la vez el deseo de impactar, ser aceptado y recordado con agrado por su imagen corporal, al desarrollar la propiocepción y consciencia corporal, con el agregado de García (2022), afirmando que la aplicación de la metodología de elongación permite al alumno trabajar la postura de forma correcta sin exposición al riesgo de lesiones. Todos los estudios proveen un marco para la evaluación y valoración del porte y la imagen personal.

En resumen, de conformidad con los resultados de la investigación, las teorías y los estudios previos internacionales y nacionales, el alumnado valora su porte y su imagen personal como unidad física y mental, de forma y contenido cohesionados por la actitud, afirmando su convicción de que son atributos personales de alto valor a los que aspira. De

esta manera se confirma la hipótesis secundaria (HS3) de que, *el alumnado valora su porte y su imagen personal y la originalidad del trabajo al introducir el porte como objeto de valoración.*

5.2 Reflexión del investigador

El porte y la imagen personal inicial del ser humano es su estado de naturaleza, que en la antigüedad (Grecia y Roma) era el *ser bien visto* con proyección al resto de su vida, al siglo XXI se llega en el mismo estado de naturaleza, siendo irrelevante el estado inicial. Las ciencias, las técnicas y sus herramientas han dotado al proceso formativo humano de los agregados suficientes que permiten en el devenir un acercamiento al *saber estar*, concepto abstracto, integrante actual del vivir humano individual y colectivo, vinculado al Objetivo de Desarrollo Sostenible al 2030 número cinco que, entre otros, busca asegurar la convivencia pacífica que implica un incremento de la aceptación social mutua. Se aprecia también de las respuestas del alumnado participante, el interés respecto de ellos mismos y una línea de base de autopercepción a partir de la cual se auto examinan y por teleología descubren aquello a mejorar, a sabiendas de que el porte es la base física de la imagen personal y expresión humana.

CAPÍTULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

En la presente investigación surgen de haber encontrado un grupo pequeño de estudiantes de un CEB manifestándose a escondidas, con timidez y desesperanza por verse distantes de los poseedores de buen cuerpo y buena imagen personal, pero deseosos de *ser bien vistos* corporalmente y *saber estar*; de comentarios recibidos sobre peatones cabizbajos que caminan por las calles como derrotados en la vida y de la declaración de la atleta peruana Gabriela Kimberly García León que sobre ella misma dijo, *mi postura no es muy buena, a veces me encorvo demasiado*. Todo ello motivó preguntarse de *qué manera el porte incide en la mejora de la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL* y en base a esta interrogante se formularon preguntas específicas sobre la formación, expresión y valoración que el alumnado hace de su porte y su imagen personal.

Las conclusiones de la investigación son:

6.1.1 Con relación al Objetivo General (OG)

El alumnado participante de la presente investigación, forma su porte en un proceso de mejora continua de su postura, modos y lenguaje no verbal, en su entorno directo influenciado por la sociedad y la cultura; del mismo modo forma su imagen personal y expresión humana en un proceso simultáneo de mejora continua de su apariencia, prosodia y actitud, motivado por el anhelo y convicción orientados al *saber estar* en lo individual y colectivo en pro de una aceptación social mutua y convivencia pacífica en una comunidad cohesionada, equitativa y segura.

6.1.2 Con relación al Objetivo Específico (OE1)

El alumnado forma su porte y su imagen personal en el entorno familiar y escolar con influencia educativa, social y cultural, sin acceso a las ciencias, técnicas y herramientas de formación corporal, orientado al *saber estar* para sí mismos y para los otros.

6.1.3 Conclusión del Objetivo Específico (OE2)

El alumnado expresa su porte y su imagen personal con sus modos y su prosodia a través del cuerpo en reposo y movimiento, con su tono de voz y velocidad de habla, respectivamente.

6.1.4 Conclusión del Objetivo Específico (OE3)

El alumnado valora su porte corporal y su imagen personal a través del lenguaje no verbal y actitud, construido sobre la base de los modos del cuerpo y la prosodia que a su vez se sostienen en la postura del cuerpo y apariencia. El alumnado valora el porte y la imagen personal como una unidad física y mental, de forma y contenido, cohesionadas por la actitud, afirmando a su vez que son atributos personales de alto valor a los que aspiran llegar llevando siempre bien su cuerpo, con encanto y elegancia en todo momento.

6.2 Recomendación

Debido al impacto del porte y la imagen personal y expresión humana en la vida diaria, personal y colectiva, considero válido recomendar la realización de estudios longitudinales anuales y quinquenales de mayor alcance, a fin de obtener mayor evidencia que lleve a decisiones de incorporar en el proceso formativo educativo los aportes científicos, las técnicas y herramientas del arte, específicamente del ballet en favor de la mejor formación del porte para una mejor imagen personal y expresión humano de la población estudiantil peruana.

Referencias bibliográficas

- Bahar, V. (2025). Teoría de la autopresentación: Una revisión . . *TheoryHub - Reseñas de teorías académicas*. doi:<https://open.ncl.ac.uk> / ISBN: 9781739604400
- Ballerina Gallery. (2025). *La importancia de la teoría del ballet: comprensión de la historia y la forma de arte*. Obtenido de BallerinaGallery.com Ballerina Gallery - Honoring the Beauty and Magic of Ballet: <https://www.ballerinagallery.com/the-importance-of-ballet-theory-understanding-the-history-and-art-form/>
- Canto, J. y. (2005). El sí mismo desde la teoría de la identidad social. *Escritos de psicología*, Nº 7 , pp. 59-70. doi:<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1457431>
- Capdevielle, J. (28 de 11 de 2011). *El Concepto de Habitus: "Con Bourdieu y contra Bourdieu"*. doi:[Dialnet-ElConceptoDeHabitus-3874067.pdf](https://dialnet-elconceptodehabitus-3874067.pdf)
- Castillo, E. y. (2003). El rigor metodológico en la investigación cualitativa. *Sistema de Información Científica Redalyc*, 34(3). Recuperado el 26 de abril de 2026, de <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=28334309>
- CESUR. (2025). ¿Qué es la imagen personal y por qué es importante cuidarla? *¿Qué es la imagen personal y por qué es importante cuidarla?* Madrid, España. Obtenido de <https://www.cesurformacion.com/blog/que-es-la-imagen-personal>
- Colegio Esteban Echeverría. (s/f). *Vaneduc*. Obtenido de Colegio Esteban Echeverría: <https://echeverria.vaneduc.edu.ar/actividades/escuela-para-padres/la-postura/>
- Fair, H. (ene./jun de 2010). Scielo. 6(1). doi:https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-23332010000100002
- Fredrickson, B. &.-A. (01 de 06 de 1997). Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173-206. doi:[10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x](https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x)
- García, K. (14 de abril de 2025). (Reportaje: Kimberly García, la Atleta Peruana más Importante del Perú PE RECorriendo - Karina Loayza, minuto 13.35 – 13-45). <https://www.youtube.com/watch?v=wzxssrZOOTU>. (Karina Loayza, Entrevistador) Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=wzxssrZOOTU>
- Gordo, A. M. (21 de 01 de 2025). La comunicación no verbal al servicio de la imagen: Análisis de Barack Obama. *Revista: European Public & Social Innovation Review*, 10, 1–21. doi:<https://doi.org/10.31637/epsir-2025-1506>
- Grenon, T. (31 de 08 de 2022). *Southern New Hampshire University*. doi:<https://es.snhu.edu/blog/que-es-el-cuidado-personal-y-por-que-es-importante>

- Guzmán, A. (2016). *Revelación del cuerpo. La elocuencia del gesto*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/368780002_Revelacion_del_cuerpo_La_elocuencia_del_gesto
- Hernández-Sampieri, R. &. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México, México: Editorial Mc Graw Hill Education. doi:<https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
- Instituto Cervantes. (2025). Obtenido de Centro virtual Cervantes: https://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/diccio_ele/diccionario/velocidadhabla.htm
- Martínez, R. (2020). *El secreto detrás de una tesis*. Obtenido de <https://es.slideshare.net/slideshow/el-secreto-detras-de-una-tesis-rosario-martinez-ccesa007-pdf/283906673>
- Miles, M. (2 de mayo de 2023). *BetterUp*. Obtenido de BetterUp: <https://www.betterup.com/blog/power-poses>
- MINEDU. (2021). Programa de habilidades. Obtenido de [http://www.Programa%20de%20habilidades%20socioemocionales%20orientaciones%20para%20el%20desarrollo%20\(1\).pdf](http://www.Programa%20de%20habilidades%20socioemocionales%20orientaciones%20para%20el%20desarrollo%20(1).pdf)
- Nursing Hero. (11 de abril de 2024). *Nursing Hero*. Obtenido de <https://www.nursinghero.com/study-files/7213823>
- Ortiz, N. A. (24 de 08 de 2024). *JP Investigación y Asesoría*. Obtenido de <https://jpconsultoriatesis.com/blog/la-matriz-de-operacionalizacion-de-variables/>
- Pascual, C. d. (30 de enero de 2007). La correcta danza clásica para jóvenes y adultos. La técnica del ballet clásico en jóvenes y adultos. *Danza Ballet Revista de Colección*. Obtenido de <https://www.danzaballet.com/danza-ballet-tecnica-del-ballet-clasico/>
- Plushlamour. (s/f). Obtenido de Plushlamour: <https://plushlamour.com.ar/articulo/descubre-como-mejorar-tu-apariencia-personal-y-profesional/>
- RAE. (27 de noviembre de 2025). *Diccionario de la lengua española*. Obtenido de Diccionario de la lengua española: <https://dle.rae.es/>
- Real Academia Española. (2024). Obtenido de <https://dle.rae.es/anhelo>
- Real Academia Española,. (2024). Obtenido de <https://dle.rae.es/convicci%C3%B3n?m=form>
- Sánchez-Rengifo, I. M. (30 de diciembre de 2020). Coherencia, integridad y vida cotidiana. *Prospectiva*(30), 1-22. doi:<https://doi.org/10.25100/prts.v0i29.7195>
- Tajfel, H. &. (1979).

- Thurrott, S. (15 de setiembre de 2023). *Banner Health*. doi:<https://www.bannerhealth.com/es/healthcareblog/advise-me/the-key-benefits-of-flexibility-and-mobility>
- Unir. (30 de 11 de 2020). ¿En qué consiste la teoría del etiquetamiento o labeling approach? *Unir Revista*. Obtenido de <https://www.unir.net/revista/derecho/teoria-de-etiquetamiento/#:~:text=desviaci%C3%B3n%20no%20es%20una%20cualidad,la%20gente%E2%80%9D%2C%20a%C3%B1ade%20el%20soci%C3%B3logo>
- Verde, S. F. (21 de junio de 2024). *Educaweb.com*. Obtenido de Educaweb: <https://www.educaweb.com/noticia/2005/03/28/expresion-corporal-movimiento-creatividad-comunicacion-juego-364/>
- Wikipedia. (23 de abril de 2025). Teoria del "Yo Esepejo". Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Charles_Cooley#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20del%202yo%20espejo,felicidad%2C%20culpabilidad%20o%20pena%E2%80%8B
- Zanzz, P. J. (ene/mar de 2019). Fundamentos teóricos de la mecánica corporal en la movilización de pacientes en el ámbito de enfermería. *Mas Vita Revista de ciencias de la salud*, 2(1), 8-15. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/08/1255331/58-texto-del-articulo-172-1-10-20200430.pdf>

ANEXOS

1. Guías e instrumentos de recolección de datos

1.1. Ficha única de observación

EL PORTE CORPORAL Y LA IMAGEN PERSONAL

FICHA ÚNICA DE OBSERVACIÓN Nro. _____					
CEB_SJL		Fecha:		Observador:	
C	SC	Indicadores I	Datos		
			S	D	Notas
C1 Porte Corporal	SC1 Postura	I1 Alineación			
		I2 Equilibrio			
	SC2 Modos	I3 Flexibilidad			
		I4 Movimiento			
	SC3 Lenguaje no verbal	I5 Posición de poder			
		I6 Expresión corporal			
C2 Imagen Personal	SC4 Apariencia	I7 Cuidado personal			
		I8 Garbo			
	SC5 Prosodia	I9 Tono de voz			
		I10 Velocidad de habla			
	SC6 Actitud	I11 Habilidades socioemocionales			
		I12 Coherencia			
Código observado: _____ Conclusión / recomendación:					
Hora inicio:					
Hora término:					
Observador: <i>Nadhia Victoria Rubio Rojas</i>			Firma		

Legenda: **S= suficiente** **D= deficiente**

1.2. Cuestionario 1. Aplicable al alumnado participante

El Porte y la Imagen Personal

Cuestionario 1 aplicable a participantes

Pregunta	SÍ	NO
1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?		
2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?		
3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?		
4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?		
5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?		
6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?		
7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?		
8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?		
9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?		
10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?		
11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?		
12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?		
13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?		
14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?		

Comentarios:

Lima,

Graduanda: Nadhia Victoria Rubio

2.2.1. Calificaciones de cuestionario 1

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO 1								
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.								
Cate- goría	Sub - cate - gorí a	Indicador	Pregunta Distinguido Señor: En su respuesta CALIFICAR: 1 de acuerdo 0 en desacuerdo	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	observación
C1 Porte Corporal	SC 1 Po s- tur a	I 1 Alineación	1. ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?	1	1	1	1	
		I 2 Equilibrio	2. ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?	1	1	1	1	
	SC 2 Modos	I 3 Flexibilidad	3. ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?	1	1	1	1	
		I 4 Movimiento	4. ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?	1	1	1	1	
	SC 3 Len- guaje no verba l	I 5 Posición de poder	5. ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?	1	1	1	1	
		I 6 Expresión corporal	6. ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?	1	1	1	1	
C2 Ima- gen Per- sonal	SC 4 Apa- rienci a	I 7 Cuidado personal	7. ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?	1	1	1	1	
		I 8 Garbo	8. ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?	1	1	1	1	
	SC 5 Prosodia	I 9 Tono de voz	9. ¿Modulas tu voz según lo qué vas a decir?	1	1	1	1	
		I 10 Velocidad de habla	10. ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?	1	1	1	1	
	SC 6 Actitud	I 11 Habilidades socioemocionales	11. ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?	1	1	1	1	
		I 12 Coherencia	12. ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?	1	1	1	1	
Validado por: Jean Philipe Sánchez Mauleon DNI.: 41663478 Lima, 6 de Diciembre de 2025.  Firma			13. ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?	1	1	1	1	
			14. ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?	1	1	1	1	

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO								
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.								
Cate- goría	Sub – cate- goría	Indicador	Pregunta	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	observación
C1 Porte Cor- poral	SC 1 Pos- tura	I 1 Alineación	1. ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?	1	1	1	1	
		I 2 Equilibrio	2. ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?	1	1	1	1	
	SC 2 Modos	I 3 Flexibilidad	3. ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?	1	1	1	1	
		I 4 Movimiento	4. ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?	1	1	1	1	
	SC 3 Len- guaje no verbal	I 5 Posición de poder	5. ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?	1	1	1	1	
		I 6 Expresión corporal	6. ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?	1	1	1	1	
C2 Ima- gen Per- sonal	SC 4 Apa- riencia	I 7 Cuidado personal	7. ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?	1	1	1	1	
		I 8 Garbo	8. ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?	1	1	1	1	
	SC 5 Prosodia	I 9 Tono de voz	9. ¿Adecúas tu voz según lo que vas a decir?	1	1	1	1	
		I 10 Velocidad de habla	10. ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?	1	1	1	1	
	SC 6 Actitud	I 11 Habilidades socioemocionales	11. ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?	1	1	1	1	
		I 12 Coherencia	12. ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?	1	1	1	1	
Validado por: <u>Rose Antonio GONZALEZ NORRIS</u> DNI.: <u>08774110</u> Lima, <u>6</u> de <u>diciembre</u> de 2025.			13. ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?	1	1	1	1	
 Firma			14. ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?	1	1	1	1	

Graduanda: Nadhia Victoria Rubio Rojas.

CALIFICACIÓN:

1 de acuerdo

0 en desacuerdo

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO								
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.								
Cate- goría	Sub - cate- goría	Indicador	Pregunta Distinguido Señor: En su respuesta CALIFICAR: 1 de acuerdo 0 en desacuerdo	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	observación
C1 Porte Cor- poral	SC 1 Pos- tura	I 1 Alineación	1. ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?	1	1	1	1	
		I 2 Equilibrio	2. ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?	1	1	1	1	
	SC 2 Modos	I 3 Flexibilidad	3. ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?	1	1	1	1	
		I 4 Movimiento	4. ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?	1	1	1	1	
	SC 3 Len- guaje no verbal	I 5 Posición de poder	5. ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?	1	1	1	1	
		I 6 Expresión corporal	6. ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?	1	1	1	1	
C2 Ima- gen Per- sonal	SC 4 Apa- riencia	I 7 Cuidado personal	7. ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?	1	1	1	1	
		I 8 Garbo	8. ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?	1	1	1	1	
	SC 5 Prosodi a	I 9 Tono de voz	9. ¿Adecúas tu voz según lo qué vas a decir?	1	1	1	1	
		I 10 Velocidad de habla	10. ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?	1	1	1	1	
	SC 6 Actitud	I 11 Habilidades socioemocionales	11. ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?	1	1	1	1	
		I 12 Coherencia	12. ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?	1	1	1	1	
Validado por: Kateryna Kryvoviaz DNI.: 48974949 Lima, 6 de diciembre de 2025.  Firma			13. ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?	1	1	1	1	
			14. ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?	1	1	1	1	

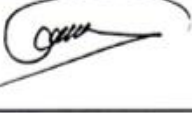
MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO								
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.								
Cate- goría	Sub – cate- goría	Indicador	Pregunta Distinguido Señor: En su respuesta CALIFICAR: 1 de acuerdo 0 en desacuerdo	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	observación
C1 Porte Corporal	SC 1 Pos- tura	I 1 Alineación	1. ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?	1	1	1	1	
		I 2 Equilibrio	2. ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?	1	1	1	1	
	SC 2 Modos	I 3 Flexibilidad	3. ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?	1	1	1	1	
		I 4 Movimiento	4. ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?	1	1	1	1	
	SC 3 Len- guaje no verbal	I 5 Posición de poder	5. ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?	1	1	1	1	
		I 6 Expresión corporal	6. ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?	1	1	1	1	
C2 Ima- gen Per- sonal	SC 4 Apa- riencia	I 7 Cuidado personal	7. ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?	1	1	1	1	
		I 8 Garbo	8. ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?	1	1	1	1	
	SC 5 Prosodia	I 9 Tono de voz	9. ¿Adecúas tu voz según lo qué vas a decir?	1	1	1	1	
		I 10 Velocidad de habla	10. ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?	1	1	1	1	
	SC 6 Actitud	I 11 Habilidades socioemocionales	11. ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?	1	1	1	1	
		I 12 Coherencia	12. ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?	1	1	1	1	
Validado por: Rudy Jesús Quispe Escobar DNI.: 40398632 Lima, 06 de diciembre del 2025. 			13. ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?	1	1	1	1	
			14. ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?	1	1	1	1	

2.2.2. Fichas de validación de juicio de expertos. Cuestionario 1

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Cuestionario 1
Nombres y apellidos del experto	Jean Philipe Sánchez Mauleon
Documento de identidad	41663478
Años de experiencia laboral	18 años
Máximo grado académico	Magister en Docencia Universitaria
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Escuela Nacional Superior de Ballet
Labor que desempeña	Docente
Número telefónico	998765566
Correo electrónico	elotrojean@hotmail.com
Firma	
Fecha	06/12/2025

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Cuestionario
Nombres y apellidos del experto	José Antonio González Norris
Documento de identidad	08774110
Años de experiencia laboral	48 años
Máximo grado académico	Magister en Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Ex Director Ejecutivo de la Agencia Peruana de Cooperación Internacional
Labor que desempeña	Ex profesor de la Academia Diplomática del Perú
Número telefónico	999452499
Correo electrónico	agonzaleznorris@gmail.com
Firma	
Fecha	06/12/25

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Cuestionario 1
Nombres y apellidos del experto	Kateryna Kryvoviaz
Documento de identidad	48974949
Años de experiencia laboral	19 años
Máximo grado académico	Magister en Educación
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Idiomas PUCP
Labor que desempeña	Docente de idioma Inglés
Número telefónico	945126822
Correo electrónico	katkriaz@gmail.com
Firma	
Fecha	06/12/2025

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Cuestionario 1
Nombres y apellidos del experto	Rudy Jesús Quispe Escobar
Documento de identidad	40398632
Años de experiencia laboral	10 años
Máximo grado académico	Magister en Educación con mención en Docencia e Investigación Universitaria
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Labor que desempeña	Docente
Número telefónico	993077034
Correo electrónico	Rudyjm1219@gmail.com
Firma	
Fecha	06/12/2025

2.2.2. Cálculo de validez de juicio de expertos. Cuestionario 1

SUFICIENCIA							
Validez de Instrumento: Cuestionario 1							
Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Total (S) Sumatoria de acuerdo	Validez s/(n(c- 1))	Validez por ítems ESCALAS
1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
Total: Validez del Instrumento						1.00	Aceptable validez

CLARIDAD							
Validez de Instrumento: Cuestionario 1							
Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Total (S) Sumatoria de acuerdo	Validez s/(n(c-1))	Validez por ítems ESCALAS
1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
Total: Validez del Instrumento						1.00	Aceptable validez

COHERENCIA							
Validez de Instrumento: Cuestionario 1							
Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Total (S) Sumatoria de acuerdo	Validez s/(n(c- 1))	Validez por ítems ESCALAS
1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
Total: Validez del Instrumento						1.00	Aceptable validez

RELEVANCIA							
Validez de Instrumento: Cuestionario 1							
Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Total (S) Sumatoria de acuerdo	Validez s/(n(c-1))	Validez por ítems ESCALAS
1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
Total: Validez del Instrumento						1.00	Aceptable validez

2.3. Cuestionario 2. Aplicable a docentes.

El Porte Corporal y la Imagen Personal

Cuestionario 2 aplicable a Docentes

Pregunta	Ninguno	Pocos	Algunos	Muchos	Todos	Comentarios
Distinguido Docente: En su respuesta marcar X						
1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?						
2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?						
3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?						
4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?						
5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, a fin de modular su expresión oral según lo que van a decir?						
6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?						
7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?						
8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?						

Muy agradecida por su contribución.

ENSB / Graduanda. Nadhia Victoria Rubio Rojas

2.3.1. Calificaciones de cuestionario 2

APLICABLE A PERSONAL DOCENTE							
MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CUESTIONARIO 2							
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.							
Categoría	Sub – categoría	Pregunta Distinguido Señor: En su respuesta CALIFICAR: 1 de acuerdo 0 en desacuerdo	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	observación
C1 Porte Corporal	SC 1 Postura	1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?	1	1	1	1	
	SC 2 Modos	2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?	1	1	1	1	
	SC 3 Lenguaje no verbal	3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?	1	1	1	1	
C2 Imagen Personal	SC 4 Apariencia	4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?	1	1	1	1	
	SC 5 Prosodia	5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?	1	1	1	1	
	SC 6 Actitud	6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?	1	1	1	1	
Validado por: Jean Philippe Sánchez Mauleon DNI.: 41663478 Lima, 6 de Diciembre de 2025.  Firma		7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?	1	1	1	1	
		8.- ¿Los estudiantes mejoran como persona humana y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?	1	1	1	1	

APLICABLE A PERSONAL DOCENTE						
MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CUESTIONARIO						
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.						
Categoría	Sub – categoría	Pregunta Distinguido Señor: En su respuesta CALIFICAR: 1 de acuerdo 0 en desacuerdo	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia
C1 Porte Corporal	SC 1 Postura	1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?	1	1	1	1
	SC 2 Modos	2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?	1	1	1	1
	SC 3 Lenguaje no verbal	3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?	1	1	1	1
C2 Imagen Personal	SC 4 Apariencia	4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?	1	1	1	1
	SC 5 Prosodia	5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?	1	1	1	1
	SC 6 Actitud	6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?	1	1	1	1
Validado por: <i>Jose Antonio...</i> <i>ANALEZ MORRIS</i> DNI.: 08.774110 Lima, 6. de diciembre de 2025.  Firma		7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?	1	1	1	1
		8.- ¿Los estudiantes mejoran como persona humana y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?	1	1	1	1

APLICABLE A PERSONAL DOCENTE							
MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CUESTIONARIO 2							
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.							
Categoría	Sub – categoría	Pregunta Distinguido Señor: En su respuesta CALIFICAR: 1 de acuerdo 0 en desacuerdo	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	observación
C1 Porte Corporal	SC 1 Postura	1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?	1	1	1	1	
	SC 2 Modos	2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?	1	1	1	1	
	SC 3 Lenguaje no verbal	3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?	1	1	1	1	
C2 Imagen Personal	SC 4 Apariencia	4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?	1	1	1	1	
	SC 5 Prosodia	5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?	1	1	1	1	
	SC 6 Actitud	6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?	1	1	1	1	
Validado por: Kateryna Kryvoviaz DNI.: 48974949 Lima, 6 de diciembre de 2025.  Firma		7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?	1	1	1	1	
		8.- ¿Los estudiantes mejoran como persona humana y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?	1	1	1	1	

APLICABLE A PERSONAL DOCENTE							
MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CUESTIONARIO 2							
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.							
Categoría	Sub – categoría	Pregunta Distinguido Señor: En su respuesta CALIFICAR: 1 de acuerdo 0 en desacuerdo	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	observación
C1 Porte Corporal	SC 1 Postura	1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?	1	1	1	1	
	SC 2 Modos	2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?	1	1	1	1	
	SC 3 Lenguaje no verbal	3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?	1	1	1	1	
C2 Imagen Personal	SC 4 Apariencia	4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?	1	1	1	1	
	SC 5 Prosodia	5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?	1	1	1	1	
	SC 6 Actitud	6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?	1	1	1	1	
Validado por: Rudy Jesús Quispe Escobar DNI.: 40398632 Lima, 06 de diciembre del 2025.  Firma		7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?	1	1	1	1	
		8.- ¿Los estudiantes mejoran como persona humana y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?	1	1	1	1	

2.3.2. Fichas de validaciones de juicio de expertos. Cuestionario 2

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Cuestionario 2
Nombres y apellidos del experto	Jean Philipe Sánchez Mauleon
Documento de identidad	41663478
Años de experiencia laboral	18 años
Máximo grado académico	Magister en Docencia Universitaria
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Escuela Nacional Superior de Ballet
Labor que desempeña	Docente
Número telefónico	998765566
Correo electrónico	elotrojean@hotmail.com
Firma	
Fecha	06/12/2025

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Cuestionario
Nombres y apellidos del experto	José Antonio González Norris
Documento de identidad	08774110
Años de experiencia laboral	48 años
Máximo grado académico	Magister en Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Ex Director Ejecutivo de la Agencia Peruana de Cooperación Internacional
Labor que desempeña	Ex profesor de la Academia Diplomática del Perú
Número telefónico	999452499
Correo electrónico	agonzaleznorris@gmail.com
Firma	
Fecha	06/12/25

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Cuestionario 2
Nombres y apellidos del experto	Kateryna Kryvoviaz
Documento de identidad	48974949
Años de experiencia laboral	19 años
Máximo grado académico	Magister en Educación
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Idiomas PUCP
Labor que desempeña	Docente de idioma Inglés
Número telefónico	945126822
Correo electrónico	katkriaz@gmail.com
Firma	
Fecha	06/12/2025

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento	Cuestionario 2
Nombres y apellidos del experto	Rudy Jesús Quispe Escobar
Documento de identidad	40398632
Años de experiencia laboral	10 años
Máximo grado académico	Magister en Educación con mención en Docencia e Investigación Universitaria
Nacionalidad	Peruana
Institución laboral	Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Labor que desempeña	Docente
Número telefónico	993077034
Correo electrónico	Rudyjm1219@gmail.com
Firma	
Fecha	06/12/2025

2.3.3. Cálculo de validez de juicio de expertos. Cuestionario 2

SUFICIENCIA							
Validez de Instrumento: Cuestionario							
Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Total (S) Sumatoria de acuerdo	Validez s/(n(c-1))	Validez por ítems ESCALAS
1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez
Total: Validez del Instrumento						1.00	Aceptable validez

CLARIDAD								
Validéz de Instrumento: Cuestionario								
Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Total (S) Sumatoria de acuerdo	Validez s/(n(c-1))	Validez por ítems ESCALAS	
1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
Total: Validéz del Istrumento						1.00	Aceptable validez	

COHERENCIA							
Validéz de Instrumento: Cuestionario							
Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Total (S) Sumatoria de acuerdo	Validez s/(n(c-1))	Validez por ítems ESCALAS
1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?	1	1	1	1	4	1.00	Acceptable validez
2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?	1	1	1	1	4	1.00	Acceptable validez
3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?	1	1	1	1	4	1.00	Acceptable validez
4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Acceptable validez
5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Acceptable validez
6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?	1	1	1	1	4	1.00	Acceptable validez
7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Acceptable validez
8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?	1	1	1	1	4	1.00	Acceptable validez
Total: Validéz del Istrumento						1.00	Acceptable validez

RELEVANCIA								
Validéz de Instrumento: Cuestionario								
Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Total (S) Sumatoria de acuerdo	Validez s/(n(c-1))	Validez por ítems ESCALAS	
1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?	1	1	1	1	4	1.00	Aceptable validez	
Total: Validez del Istrumento						1.00	Aceptable validez	

2.3.4. Resumen del cálculo de validez de instrumentos

Resumen Cuestionario 1		
Criterio	Puntaje de validez	Validez por escalas
SUFICIENCIA	1.00	Aceptable validez
CLARIDAD	1.00	Aceptable validez
COHERRENCIA	1.00	Aceptable validez
RELEVANCIA	1.00	Aceptable validez
TOTAL	1	Aceptable validez

Resumen Cuestionario 2		
Criterio	Puntaje de validez	Validez por escalas
SUFICIENCIA	1.00	Aceptable validez
CLARIDAD	1.00	Aceptable validez
COHERRENCIA	1.00	Aceptable validez
RELEVANCIA	1.00	Aceptable validez
TOTAL	1	Aceptable validez

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Invitación a participar en estudio – taller

Hacemos de conocimiento de la comunidad educativa que hemos recibido el ofrecimiento de la Bachiller en Danza Clásica – Ballet Nadhia Victoria de la Escuela Nacional Superior de Ballet para realizar un estudio - taller sobre *el Porte Corporal y la Imagen Personal* en nuestra institución educativa.

Consideramos que el estudio - taller es de valor para nuestras alumnas debido a que versará sobre los beneficios de llevar el cuerpo alineado, en equilibrio, con fluidez y poder expresivo, que derivan en la mejora de la autoestima, integración social progresiva y perduran en la vida diaria.

La participación es voluntaria y anónima, por tanto, los datos y la información emergente, también son de carácter anónimo y confidencial, dado que la finalidad es netamente académica. El tiempo estimado es de una hora y termina con recomendaciones útiles para cultivar el porte, los valores y las habilidades socioemocionales practicando posiciones corporales muy sencillas.

El modo de participación es contestando un cuestionario de catorce (14) preguntas en la medida que se va desarrollando el estudio – taller.

De considerarlo y estar de acuerdo con la participación de su menor representada, por favor, sírvase firmar el presente consentimiento:

Consentimiento informado

Después de haber leído, entendido y comprendido el contenido y el fin académico del estudio – taller sobre *el Porte Corporal y la Imagen Personal*, en forma voluntaria doy mi consentimiento para que mi menor representada participe y autorizo la publicación de los resultados manteniendo el anonimato.

Lima, de de 2025.

Nombres y apellidos:

DNI Nro.

El Porte Corporal y la Imagen Personal

Cuestionario aplicable a participantes

Pregunta	SÍ	NO
1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?		
2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?		
3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?		
4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?		
5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?		
6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?		
7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?		
8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?		
9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?		
10.- ¿Hablas rápido o hablas despacio según lo que vas a decir?		
11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?		
12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?		
13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?		
14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?		

Comentarios:

Lima,
Graduanda: Nadhia Victoria Rubio Rojas

CONSTANCIA DE SIMILITUD Y ORIGINALIDAD N° 009-2026-ENSB/DG-DIRA-DAFAS

El que suscribe, jefe del Departamento Académico de Formación Artística Superior (DAFAS) de la Escuela Nacional Superior de Ballet (ENSB), en cumplimiento de las normativas de integridad académica y el Reglamento de Grados y Títulos vigente de la institución:

CERTIFICA:

Que, la Tesis titulada: "**EL PORTE Y SU INCIDENCIA EN LA IMAGEN PERSONAL Y EXPRESIÓN HUMANA**", presentado por la bachiller / estudiante detallado a continuación, ha sido sometido a la evaluación formal del software de detección de similitud de contenido textual autorizado por la institución, habiéndose obtenido los siguientes resultados:

Concepto / Campo de Evaluación	Datos de Registro para Llenado
Autores del Trabajo:	RUBIO ROJAS NADHIA VICTORIA
Códigos de los Estudiantes:	202216
Carrera Profesional:	Docente en Danza Clásica
Software Utilizado:	StrikePlagiarism
Porcentaje de Similitud:	4.8
Fecha de Análisis:	28/04/2026

De la revisión exhaustiva del reporte final emitido por el software y de los criterios metodológicos de exclusión aplicados (citaciones textuales debidamente referenciadas, bibliografía y coincidencias menores), se concluye que el presente trabajo de investigación CUMPLE con los topes de similitud permitidos y respeta estrictamente los estándares internacionales y nacionales de propiedad intelectual y ética académica.

Se expide la presente constancia a solicitud de la interesada para los fines de tramitación y expedición del correspondiente Diploma de Título Profesional, según lo estipulado en el Artículo 12 de la Resolución Directoral General N° 0029-2024-ENSB.



Carmen FAU 20600641035
soft

Jefa(E) del Departamento
Académico de Formación
Artística Superior - ENSB

Soy el autor del documento

2026/07/10 09:33:28

firmado digitalmente

MARÍA DEL CARMEN QUIROZ GARCIA
DEPARTAMENTO ACADEMICO DE FORMACION ARTISTICA SUPERIOR
ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET

Surquillo, de 09 de julio 2026



Metadatos

DOCUMENTO

Título

2da VERSION 2 TESIS Nadhia Rubio obs absueltas

Autor

Nadhia Rubio

Profesor

Giancarlo Mancarella

ID del Documento

333703134

Organización

Nombre de la organización

ESCUELA SUPERIOR NACIONAL DE BALLET

Unidades organizativas

ESCUELA SUPERIOR NACIONAL DE BALLET

INFORME

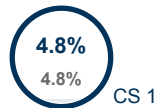
Fecha del informe

4/28/2026

Fecha de edición

Registro de similitudes

Los SCs muestran el porcentaje de palabras de tu documento que también aparecen en otros textos. Un valor alto no significa automáticamente plagio. El informe siempre debe revisarlo una persona autorizada.



32981
Longitud en palabras



225265
Longitud en caracteres

Indicador de contenido de IA

0%

Alertas

En esta sección, puede encontrar información sobre modificaciones de texto que pueden tener como objetivo moderar los resultados del análisis. Invisible para la persona que evalúa el contenido del documento en una copia impresa o en un archivo, influyen en las frases comparadas durante el análisis de texto (al causar errores ortográficos intencionados) para ocultar préstamos y falsificar valores en el Informe de similitud. Debe evaluarse si las modificaciones son intencionales o no.

Cambio de alfabeto		0
Extensiones		0
Micro espacios		0
Caracteres ocultos		0
Paráfrasis (SmartMarks)		85

Listas activas de similitudes

En particular, los fragmentos requieren atención, que se han incluido en el CS 2 (marcado en negrita). Use el enlace "Marcar fragmento" y vea si son frases cortas dispersas en el documento (similitudes casuales), numerosas frases cortas cerca de otras (plagio mosaico) o fragmentos extensos sin indicar la fuente (plagio directo).

Los 10 fragmentos más largos

Color de la fuente

#	TÍTULO O FUENTE URL (BASE DE DATOS)	NÚMERO DE PALABRAS IDÉNTICAS (FRAGMENTOS)
1	https://www.danzaballet.com/danza-ballet-tecnica-del-ballet-clasico/	71 (0.22 %)
2	https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/huejutla/n8/m1.html	55 (0.17 %)
3	https://blogs.ugto.mx/mdued/wp-content/uploads/sites/66/2022/10/Tipos-alcances-y-disenos-de-investigacion-paginas-66-79.pdf	44 (0.13 %)
4	https://www.danzaballet.com/danza-ballet-tecnica-del-ballet-clasico/	38 (0.12 %)
5	https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/huejutla/n8/m1.html	35 (0.11 %)
6	https://www.danzaballet.com/danza-ballet-tecnica-del-ballet-clasico/	34 (0.1 %)
7	https://kaffec.com/article/que-es-la-muestra-en-una-investigacion-segun-autores	31 (0.09 %)
8	https://www.danzaballet.com/danza-ballet-tecnica-del-ballet-clasico/	31 (0.09 %)
9	https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/10080882.pdf	30 (0.09 %)
10	https://www.danzaballet.com/danza-ballet-tecnica-del-ballet-clasico/	29 (0.09 %)
Base de datos RefBooks (0.12 %)		
#	TÍTULO	NÚMERO DE PALABRAS IDÉNTICAS (FRAGMENTOS)
Fuente: Paperity - abstrakty		
1	Dificultades interpersonales y adicción al internet en estudiantes de bachillerato de una unidad educativa fiscomisional, 2023 Tiffany Geraldine Procel Guerrero, Christian Rolando Silva Paredes;	12 (1) (0.04 %)
Fuente: Paperity		
2	Los componentes de la condición física, su relación con el estado de salud en estudiantes universitarios Alexis Rodrí guez Madera, Annette Núñez González, Jesús Costa Acosta, Manuel Rafael Valdés López Portilla;	12 (1) (0.04 %)
3	Guidance for Male Mentors to Support the Safety and Success of Female Mentees. S. Laguado, L. Hill;	8 (1) (0.02 %)
4	Programa para Mejorar la Composición Corporal en Adultos del Santa Ana Médical Center (Usaquén) Álvaro José Gracia Díaz., Julián David Londoño Sandoval;	7 (1) (0.02 %)
Base de datos localo		
#	TÍTULO	NÚMERO DE PALABRAS IDÉNTICAS (FRAGMENTOS)
Intercambio de bases de datos (0.31 %)		
#	TÍTULO	NÚMERO DE PALABRAS IDÉNTICAS (FRAGMENTOS)
5	juegos ludicos-1.pdf	42 (6) (0.13 %)

6	Altas capacidades (borrador TFG).docx 1/5/2024 Universitat de València (Universitat de València)	23 (1) (0.07 %)
7	La Monomarentalidad En Colombia. Desarrollo Jurídico y Realidad 11/26/2024 Fundación Universitaria de San Gil (FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS Y POLÍTICAS SAN GIL)	11 (2) (0.03 %)
8	Proyecto de Grado Impacto de un Plan de Bienestar y Desarrollo Organizacional en los Procesos Operativos y Administrativos de Eminser S.A.S (1).docx 10/15/2025 Corporación Unificada Nacional CUN (Corporación Unificada Nacional CUN)	10 (1) (0.03 %)
9	BUSTAMANTE_PARODI_PL64479_20240927_3106_c062.pdf 3/26/2025 Universitat de València (Universitat de València)	10 (1) (0.03 %)
10	Trabajo individual Psicología Social 1°.pdf 1/14/2024 Universitat de València (UV)	6 (1) (0.02 %)

Internet (4.37 %)



#	FUENTE URL	NÚMERO DE PALABRAS IDÉNTICAS (FRAGMENTOS)
11	https://www.danzaballet.com/danza-ballet-tecnica-del-ballet-clasico/	425 (23) (1.29 %)
12	https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/huejutla/n8/m1.html	98 (3) (0.3 %)
13	https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/153406/S_Martinez_GV-SD.pdf?sequence=1	93 (6) (0.28 %)
14	https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/11733/TESIS_ultimo.pdf?sequence=5	88 (16) (0.27 %)
15	http://geb.uni-giessen.de/geb/volltexte/2006/2688/pdf/RehmGeorg-2006-01-23.pdf	68 (12) (0.21 %)
16	https://sientosalud.com/la-teoria-de-la-identidad-social-de-tajfel/	59 (9) (0.18 %)
17	https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/10080882.pdf	56 (5) (0.17 %)
18	https://kaffec.com/articulo/que-es-la-muestra-en-una-investigacion-segun-autores	55 (2) (0.17 %)
19	https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412025000100017	54 (5) (0.16 %)
20	https://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14095/1102/Muro_Emily_tesis_2021.pdf?sequence=1	53 (6) (0.16 %)
21	https://blogs.ugto.mx/mdued/wp-content/uploads/sites/66/2022/10/Tipos-alcances-y-disenos-de-investigacion-paginas-66-79.pdf	44 (1) (0.13 %)
22	http://repository.udistrital.edu.co/bitstream/11349/3340/1/GutierrezLopezYennyLeidy2016.pdf	44 (8) (0.13 %)
23	http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf	37 (5) (0.11 %)
24	https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/11020/TESIS_ultimo.pdf?sequence=5	35 (4) (0.11 %)
25	https://psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-7-1-10-8.pdf	24 (3) (0.07 %)
26	https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30089/CONDICION_SANITARIA	22 (2) (0.07 %)

	SISTEMA_DE_SANEAMIENTO_BASICO_VASQUEZ_QUISPE_EDITH_YENY.pdf?sequence=1	
27	https://www.gocongr.com/mapamental/11073914/muestreo-en-la-investigacion-cualitativa	20 (2) (0.06 %)
28	https://repositorio.unu.edu.pe/bitstreams/c6e3cff8-ed46-4828-a71f-393ad902b66d/download	20 (1) (0.06 %)
29	https://uecceducacionfisicaoctavo.blogspot.com/2018/	19 (2) (0.06 %)
30	http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/9433/Imagen_corporal.pdf	18 (1) (0.05 %)
31	https://conocimientosweb.net/portal/article2594.html	17 (2) (0.05 %)
32	https://psicologiaya.com/desarrollo/habilidades-sociales-inteligencia-emocional-y-autoestima/	16 (2) (0.05 %)
33	http://repositorio.ensb.edu.pe/bitstream/ENSB/14/3/EL%20ESPACIO%20COMO%20PRINCIPIO%20IMPORTANTE%20EN%20LA%20EJECUCI%C3%93N%20DE%20LA%20DANZA.pdf	14 (1) (0.04 %)
34	https://ccfprosario.com/que-es-una-fundamentacion-teorica/	12 (1) (0.04 %)
35	https://view.genially.com/6276499bb2633400185c1996/learning-experience-didactic-unit-investigacion-cualitativa-tres	12 (2) (0.04 %)
36	https://www.clubensayos.com/Temas-Variados/Las-mejores-Competencias-investigativas-del-docente-universitario/3068292.html	11 (1) (0.03 %)
37	https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstreams/be39916c-d6af-4a4e-a85f-515293b08293/download	8 (1) (0.02 %)
38	https://investigar1.files.wordpress.com/2018/02/metodologia_de_la_investigacion_5ta_edicion_-_sampleri-2.pdf	8 (1) (0.02 %)
39	https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1623/TESIS%20FINAL-FLORES-VILLANUEVA1.pdf?sequence=2	6 (1) (0.02 %)
40	https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35893/CARACTERIZACION_DER_ECHO_TORRES_PRADO_IVON_KARINA.pdf?sequence=1	6 (1) (0.02 %)



Lista de fragmentos aceptados

#	CONTENIDO	NÚMERO DE PALABRAS IDÉNTICAS (FRAGMENTOS)

1

33 ESCUELA NACIONAL SUPERIOR DE BALLET DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN ARTÍSTICA SUPERIOR DOCENTE EN DANZA CLÁSICA

TESIS

EL PORTE Y SU INCIDENCIA EN LA IMAGEN

PERSONAL Y EXPRESIÓN HUMANA

Para optar Título Profesional de Licenciada

NADHIA VICTORIA RUBIO ROJAS

Asesor: Giancarlo Mancarella Valladares

ORCID 0000-0002-4913-7214

Lima - Perú

Año 2025

2

Dedicatoria

A mis padres Edith y José Arcenio que
jamás se rindieron en mi proceso formativo,
a mi hijo Mateo Nicolás
y a la niñez por ser la inspiración del tema.

3

Agradecimientos

Expreso mi agradecimiento:

A Giancarlo Mancarella Valladares en su condición de Asesor de tesis, por haber guiado el presente trabajo de investigación con su saber, compromiso y dedicación.

A mi Escuela Nacional Superior de Ballet que en su momento me recibió como a una hija y por más de diez años me formó con humanismo para mi bien y el bien de los otros.

A la comunidad educativa de mi Escuela Nacional Superior de Ballet que, con su equipo directivo, docente, administrativo y de servicios han estado siempre a mi lado.

A mis profesoras y profesores que me dedicaron su tiempo, me entregaron su saber con paciencia, disciplina y cuidado.

A María del Rosario Reyes Durand mi primera profesora de Ballet que me llevó con sabiduría de mujer, de madre y de docente durante mi formación artística profesional.

A Jean Philippe Sanchez Mauleon mi compañero de clases, actual Director general (e) de la Escuela Nacional Superior de Ballet por haber gestionado exitosamente el proceso de actualización de los egresados anteriores al nivel universitario en cumplimiento de los estándares académicos y de calidad exigidos por la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU) y la Ley Universitaria N° 30220.

A Manuel Jesús Stagnaro Guillon que en vida fue mi profesor, maestro, docente y amigo generoso al extremo en sus enseñanzas profesionales y de vida.

A José Antonio González Norris por su contribución académica en la presente investigación.

4

20	Índice CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	12
	1.1 Planteamiento del problema	12
	1.2 Formulación del problema	16
	1.3 Justificación y relevancia	16
20	1.4 Objetivos de la investigación	17
	1.5 Hipótesis	20
	CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	20
	2.1 Antecedentes del estudio	17
39	2.1.1 Antecedentes Internacionales	17
	2.1.2 Antecedentes nacionales	20
	2.2 Bases teóricas	22
	2.2.1 El Porte	23
	2.2.2 La imagen personal	29
	2.3 Definición de términos	33
	2.5 Esquema conceptual	36
	CAPÍTULO III METODOLOGÍA	36
	3.1 Enfoque y tipo de investigación	36
	3.1.1 Enfoque	36
	3.1.2 Tipo de investigación	37
	3.3 Escenario y Sujetos de estudio	39
	3.3.1 Escenario	39
	3.3.2 Población	39
	3.3.3 Muestra	39
	3.4 Definición de categorías, sub categorías y matrices	40
	3.4.1 Matriz de categorización	40
	3.4.2 Matriz de Operacionalización	42
	3.4.3 Matriz de consistencia	43
26	3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	45
	3.5.1 Técnica de observación	45
	3.5.2 Técnica de encuesta	45
	3.6 Procedimiento de análisis	45
	3.7 Consideraciones éticas	45
	3.8 Consentimiento informado y asentimiento	45
	3.9 Uso ético de la información	46

3.10 Enfoque de derechos humanos y perspectiva de género	46
3.11 Criterios de rigor cualitativo	46
CAPÍTULO IV RESULTADOS	47
4.1 Presentación de resultados	47
4.1.1 Resultados de la Observación	47
4.1.2 Resultados de las Encuestas	57
4.2 Análisis	76
4.2.1 Del alumnado observado	77
4.2.2 Alumnado participante encuestado	78
4.2.3 Docentes encuestados	80
4.3 Interpretación	82
4.3.1 Objetivo específico – OE1	82
4.3.2 Objetivo específico – OE2	84
4.3.3 Objetivo específico – OE3	85
4.3.4 Objetivo General (OG)	87
CAPÍTULO V DISCUSIÓN	87
5.1 Discusión y contraste con teorías y estudios previos	88
5.1.1 Discusiones del OG	88
5.1.2 Discusiones del OE1	89
5.1.3 Discusiones del OE2	90
5.1.4 Discusiones del OE3	91
5.2 Reflexión del investigador	93
CAPÍTULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	93
6.1 Conclusiones	93
6.1.1 Con relación al Objetivo General (OG)	94
6.1.2 Con relación al Objetivo Específico (OE1)	94
6.1.3 Conclusión del Objetivo Específico (OE2)	94
6.1.4 Conclusión del Objetivo Específico (OE3)	94
6.2 Recomendación	94
ANEXOS	98

Índice de tablas

Tabla 1 El porte, cuadro comparativo de autores y sus teorías	27
Tabla 2 La imagen personal, cuadro comparativo de autores y sus teorías	30
Tabla 3 Definición de términos de la matriz de operacionalización	33
Tabla 4 Cuadro del esquema conceptual	36
Tabla 5 Enfoque de investigación	37
Tabla 6 Tipo de investigación	38
Tabla 7 Diseño de investigación	38
Tabla 8 Definición de categorías y sub categorías	40
Tabla 9 Alineación del cuerpo del alumnado	47
Tabla 10 Equilibrio del cuerpo del alumnado	48
Tabla 11 Cuidado personal del cuerpo del alumnado	49
Tabla 12 Garbo del cuerpo del alumnado	49
Tabla 13 Flexibilidad del cuerpo del alumnado	50
Tabla 14 Movimiento del cuerpo del alumnado	51
Tabla 15 Tono de voz del cuerpo del alumnado	52
Tabla 16 Velocidad de hablar del alumnado	53
Tabla 17 Posición de poder del cuerpo del alumnado	54
Tabla 18 Expresión corporal del cuerpo del alumnado	54
Tabla 19 Habilidades socioemocionales del cuerpo del alumnado	55
Tabla 20 Coherencia del cuerpo del alumnado	56
Tabla 21 Hallazgos de la observación y vinculación con las sub categorías	56
Tabla 22 Alineación al llevar el cuerpo	58
Tabla 23 Equilibrio del cuerpo al caminar y correr	58
Tabla 24 Flexibilidad al estirar y doblar el cuerpo	59
Tabla 25 Movimiento al caminar, correr y girar el cuerpo	60
Tabla 26 Posición de poder con cuerpo erguido, en movimientos y gestos	61
Tabla 27 Expresión corporal causando reacciones	61
Tabla 28 Cuidado personal del cuerpo para estar y verse bien	62
Tabla 29 Garbo al llevar el cuerpo con encanto y elegancia	63
Tabla 30 Tono de voz según lo que va a decir	64
Tabla 31 Velocidad de hablar según lo que va a decir	64

Tabla 32	Habilidades socioemocionales en el trato con los otros	65
Tabla 33	Coherencia en la forma de ser con los otros	66
Tabla 34	Anhelos de llevar siempre bien el cuerpo, con encanto y elegancia	67

7

Tabla 35	Convicción de mejora al llevar el cuerpo con encanto y elegancia	68
Tabla 36	Postura del alumnado según docentes.....	68
Tabla 37	Modos del alumnado según docentes	69
Tabla 38	Lenguaje no verbal del alumnado según docentes	70
Tabla 39	Apariencia del alumnado según docentes	71
Tabla 40	Prosodia del alumnado según docentes	72
Tabla 41	Actitud del alumnado según docente	73
Tabla 42	Anhelos del estudiante según docente	74
Tabla 43	Convicción del alumnado según docente	75
Tabla 44	Comentarios de docentes y su vinculación con subcategorías	75

8

Índice de gráficos

Gráfico 1	Alineación del Alineación cuerpo del alumnado	47
Gráfico 2	Equilibrio del cuerpo del alumnado	48
Gráfico 3	Cuidado personal del cuerpo del alumnado	49
Gráfico 4	Garbo del cuerpo del alumnado	49
Gráfico 5	Flexibilidad del cuerpo del alumnado	50
Gráfico 6	Movimiento del cuerpo del alumnado	51
Gráfico 7	Tono de voz del cuerpo del alumnado	52
Gráfico 8	Velocidad de hablar del cuerpo del alumnado	53
Gráfico 9	Posición de poder del cuerpo del alumnado	54
Gráfico 10	Expresión corporal del cuerpo del alumnado	54
Gráfico 11	Habilidades socioemocionales del cuerpo del alumnado	55
Gráfico 12	Coherencia del cuerpo del alumnado	56
Gráfico 13	Alineación al llevar el cuerpo	58
Gráfico 14	Equilibrio del cuerpo al caminar y correr	59
Gráfico 15	Flexibilidad al estirar y doblar el cuerpo	59
Gráfico 16	Movimiento al caminar, correr y girar el cuerpo	60
Gráfico 17	Posición de poder con cuerpo erguido, en movimientos y gestos.....	61
Gráfico 18	Expresión corporal causando reacciones favorables	62
Gráfico 19	Cuidado personal del cuerpo para estar y verse bien	62
Gráfico 20	Garbo al llevar el cuerpo con encanto y elegancia	63
Gráfico 21	Tono de voz según lo que va a decir	64
Gráfico 22	Velocidad al hablar según lo que va a decir	65
Gráfico 23	Habilidades socioemocionales en el trato con los otros	65
Gráfico 24	Coherencia en la forma de ser con los otros	66
Gráfico 25	Anhelos de llevar siempre bien el cuerpo, con encanto y elegancia	67
Gráfico 26	Convicción de mejora al llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia.....	68
Gráfico 27	Postura del alumnado según docentes	69
Gráfico 28	Modos del alumnado según docentes	70
Gráfico 29	Lenguaje no verbal del alumnado según docentes	70
Gráfico 30	Apariencia del alumnado según docentes	71
Gráfico 31	Prosodia del alumnado según docentes	72
Gráfico 32	Actitud del alumnado según docentes	73
Gráfico 33	Anhelos del alumnado según docentes	74
Gráfico 34	Convicción del alumnado según docentes	75

9

Abreviaturas

BSQ Body shape questionnaire – cuestionario de la figura corporal
C Categoría
CEB Centro de Educación Básica.
CETPRO Centro de Educación Técnico-Productiva
EEUU Estados Unidos de Norteamérica.
ENSB Escuela Nacional Superior de Ballet.
HG Hipótesis General
HS Hipótesis Secundaria

I Indicador
IMC Índice de Masa Corporal.
MINEDU Ministerio de Educación
MINSa Ministerio de Salud
NSE Niveles Socioeconómicos.
ODS Objetivo de desarrollo sostenible al 2030 (Organización de Naciones Unidas-ONU)
OG Objetivo General
OE Objetivo Específico
SC Sub categoría
SJL San Juan de Lurigancho.
SSES Estudio sobre las Competencias Sociales y Emocionales.
UMC Oficina de Medición de la Calidad de los Aprendizajes en el contexto de Perú.
UNE ⁹ La Cantuta" Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.

10

Resumen

La investigación tuvo como objetivo principal describir de qué manera el alumnado del 3er grado del CEB de SJL ha formado su porte y su imagen personal y expresión humana. La metodología comprende un enfoque mixto orientado a describir como el porte y la imagen personal mejoran la manifestación o expresión humana del alumnado, el tipo de la investigación es básica, observacional, descriptivo relacional, transversal, el diseño es estudio de caso, el criterio de inclusión de la población es alumnado que manifiesta disconformidad consigo mismos y a la vez está preocupado por su imagen y expresión humana, la muestra es no probabilística, de oportunidad, intencional de conveniencia, admitida en el enfoque de investigación mixto. Los resultados emergen de la observación, las respuestas a los cuestionarios aplicados al alumnado participante y a docentes que además aportaron comentarios. La conclusión principal indica que el alumnado forma su porte en un proceso de mejora continua de su postura, modos y lenguaje no verbal, en su entorno directo influenciado por la sociedad y la cultura y también forma su imagen personal y expresión humana en un proceso simultáneo de mejora continua de su apariencia, prosodia y actitud, motivado por el anhelo y la convicción de alcanzar el saber estar en lo individual y colectivo, de una aceptación social mutua y de una convivencia pacífica en una comunidad cohesionada, equitativa y segura.

Palabras clave: Porte, Imagen Personal, Expresión Humana.

Abstract

The main objective of this research was to describe how third-grade students at the CEB in SJL have developed their posture, personal image, and human expression. The methodology employed a mixed-method approach, focusing on how posture and personal image enhance students' human expression. The research is basic, observational, descriptive-relational, and cross-sectional. The design is a case study. The inclusion criterion for the population is students who express dissatisfaction with themselves and are concerned about their image and human expression. The sample is non-probabilistic, based on convenience, and purposive sampling, as permitted by the mixed-method research approach. The results emerged from observations, responses to questionnaires administered to participating students, and feedback from teachers. The main conclusion indicates that students develop their behavior through a continuous process of improving their posture, mannerisms, and nonverbal language in their immediate environment, influenced by society and culture. They also develop their personal image and human

11

expression through a simultaneous process of continuous improvement of their appearance, prosody, and attitude, motivated by the desire and conviction to achieve individual and collective good behavior, mutual social acceptance, and peaceful coexistence in a cohesive, equitable, and safe community.

Keywords: Bearing, Personal Image, Human Expression.

12

²⁰ CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del problema

Culturas de la antigüedad con influencia en el estado actual de la civilización de esta parte del mundo, como la espartana con su monte Taigeto, a donde según la leyenda llevaban a los niños declarados inaptos y la cultura romana en la que el padre decidía aceptar o rechazar como su hijo, después de ver al recién nacido en el suelo, son evidencia de que el "ser visto bien" siempre ha sido un aspecto de importancia en la vida del ser humano en el mundo.

Casanova et al. (2025), respecto del impacto de factores socioculturales llámese medios, redes sociales, cánones de belleza, en la imagen personal de niños y jóvenes, llevaron a cabo una revisión integrativa de estudios realizados en España, Italia, Corea del Sur, China, Alemania, EEUU, Vietnam y Suiza, y de estudios multicéntricos que comprendían los países de España, Bélgica, Corea del Sur y Austria y concluyeron que las redes sociales influyen de modo negativo en el desarrollo de la autoestima y la autopercepción, siendo las mujeres las más afectadas. Además, advirtieron que la percepción de la imagen corporal de las y los adolescentes puede llegar a distorsionarse, generar incomodidad y crear posibles problemas de salud debido al uso de las redes sociales, configurando así un nuevo desafío para la salud mental adolescente en todo el mundo. Es evidente la relación entre el porte corporal y la construcción de la imagen personal.

Acerca de lo mismo, a nivel regional, en Paraguay, Espinola et al. (2025) llevaron a cabo un estudio sobre autopercepción de la imagen corporal en estudiantes de 14 –18 años (nivel medio), aplicando el test de siluetas de Stunkard para comparar la figura percibida vs. la deseada. Los autores encontraron que, el 26% de los adolescentes se veían a sí mismos más delgados de lo que eran en realidad y, aun así, deseaban ser incluso más delgados. Este fenómeno de insatisfacción indica que, en los estudiantes indagados, en un porcentaje mayoritario, existe el deseo de alineación con idealizaciones de delgadez que podrían estar influenciadas por estándares sociales y culturales en contraposición a la realidad de la constitución física propia y a los estándares saludables del IMC. En consecuencia, se evidenció que la problemática de la imagen personal en estudiantes es global y trasciende contextos específicos a través de patrones similares como la insatisfacción relativamente alta, especialmente entre mujeres, y los vínculos estrechos con la autoestima, conducta social y hábitos. De ello emerge la necesidad de

13

un enfoque psicoeducativo que priorice la promoción de una imagen corporal saludable, adecuada a las particularidades comunitarias y los contextos socioculturales.

En el ámbito peruano, se han realizado estudios casi en todos los niveles educativos.

A nivel universitario preprofesional, las investigaciones exploran la imagen personal en la formación de una población joven. La tesis de Cuadrado y Layza (2017), da cuenta del vínculo entre la imagen personal y la autoestima en estudiantes mujeres de la especialidad de Tecnología del Vestido (formación docente en moda). El grupo estudiado evaluó positivamente su imagen propia (vestimenta, manejo del color, proyección pública) en un 70%, y en paralelo, un 60% reportó tener "alta" autoestima en relación a su identidad y respeto personal. Aunque el estudio antecede al año 2020, sugiere que la autopercepción de la imagen personal puede vincularse con la confianza y valores personales de futuros educadores, un tema relevante para las instituciones formadoras.

A nivel secundario, se han desarrollado estudios enfocados en la relación entre la imagen corporal (percepción de la apariencia física propia) y la autoestima de adolescentes. Reyes y Saldaña (2022), en estudiantes de 5.º de secundaria en Ica, encontraron que el 52.6% presentaba insatisfacción con su imagen corporal revelando que a mayor insatisfacción corporal le corresponde una menor autoestima. Sobre lo mismo Hinostroza y Pacheco (2020) en alumnos de 5.º de secundaria en Huancayo, también encontraron una correlación negativa entre insatisfacción con la imagen corporal y la autoestima. Estos estudios cuantitativos correlacionales, confirman que la

preocupación por la apariencia física es un factor asociado al bienestar psicológico.

Incluso cuando el peso y talla se encuentran dentro de rangos saludables, muchos adolescentes manifiestan deseos de lucir más delgados o mejorar su apariencia, reflejando la presión por alcanzar ideales estéticos.

En el distrito de SJL (Lima), el tema se abordó desde la perspectiva de influencia externa y de intervenciones educativas. Un estudio previo realizado en una escuela de SJL (Bayóvar) demostró cómo los estereotipos de la televisión pueden moldear la imagen personal de los adolescentes. Díaz (2015), encontró que la exposición al reality show "Esto es Guerra" influyó significativamente en estudiantes de 4to. y 5to. del nivel secundario, motivándolos a ejercitarse, cuidar su físico y vestimenta imitando a los modelos televisivos. Aunque esta investigación es anterior al 2020, ilustra la realidad de zonas donde los medios masivos tienen fuerte impacto en los ideales de apariencia de la juventud. Torres (2020), desarrolló una intervención educativa en el CETPRO Jesús Oropeza Chonta de SJL orientada a mejorar las capacidades de estética personal.

Mediante el proyecto “Styles” (módulo de peinados), trabajó con un grupo de 15 estudiantes bajo un diseño pre - experimental. Los resultados mostraron mejoras significativas: tras el taller, el 60% de las estudiantes alcanzaron el nivel esperado en

14

habilidades de arreglo personal. La prueba estadística de Wilcoxon confirmó la influencia positiva de dicha intervención en el cuidado de la imagen (peinado y presentación) de las alumnas. Este estudio es notable por abordar estrategias pedagógicas para fortalecer la imagen personal, un enfoque poco común en la literatura nacional.

A nivel de primaria, en Arequipa, Velarde y Cusi (2022), hicieron un estudio cuantitativo en niños y niñas de 8 a 11 años con sobrepeso u obesidad donde examinaron la relación entre ansiedad e imagen corporal en escolares con dicha condición. Los autores aplicaron la escala de ansiedad manifiesta y una prueba de evaluación de imagen corporal adaptada para niños. Los hallazgos revelaron que efectivamente la ansiedad - especialmente las preocupaciones sociales y síntomas fisiológicos - se relaciona de forma significativa con la autoimagen corporal insatisfecha en estos niños con diagnóstico de obesidad/sobrepeso. Es decir, aquellos menores con mayor ansiedad tendían a mostrar mayor disconformidad con su apariencia. Las autoras subrayan que se trata de un problema poco estudiado en el país, enfatizando la necesidad de prestar más atención a la salud emocional e imagen personal desde temprana edad.

Las investigaciones se han centrado más en la imagen corporal (peso, figura, apariencia estética) y en indicadores psicológicos asociados, dejando un espacio poco explorado: la forma de conducirse y portarse físicamente, desde el punto de vista educativo. Ello plantea interrogantes relevantes: ¿influyen, la postura, los modales y el lenguaje corporal del estudiante en su desempeño académico o en cómo lo tratan sus pares y demás? ¿Qué rol juega enseñar habilidades de porte como la postura adecuada, los movimientos y la expresión corporal positiva en la formación integral?; faltan programas que aborden integralmente el porte en la escuela. Este vacío sugiere una oportunidad para innovar en proyectos que incorporen habilidades socioemocionales orientadas al desarrollo de una imagen personal positiva y auténtica que combine cuidado de la apariencia, higiene, postura, modales y autoaceptación. De esta manera, la escuela y la comunidad educativa podrían fomentar en los alumnos una imagen personal positiva, realista e inclusiva, fortaleciendo tanto su bienestar individual como su convivencia con los demás. En este contexto, se observa una transición del ser bien visto, propio de la antigüedad greco - romana, al saber estar imperante en la actualidad. En el distrito de SJL, CEB, parte del alumnado del 3er grado, del nivel primaria, de 9 a 10 años de edad, con frecuencia, a escondidas, con timidez y desesperanza, (interpretando lo escuchado) comentan: mira, ¡qué bien... va, camina, baila, acompaña, lo hace, etc. ... yo quiero ser así!, mira somos monse y cómo, qué seremos ... si seguimos así ... pucha! y cuando se observa al sujeto del comentario, se ve un ser humano de buen aspecto, fuerte, vital y con estilo; de buena postura que proyecta

15

confianza, elegancia y autoridad personal que transmite respeto y distinción, se trata de un ser humano con porte, que sabe llevar su cuerpo, de buena postura y movimientos, de buenos modales, de expresión corporal positiva. Emerge de los comentarios del alumnado la preocupación por su imagen personal, disconformidad consigo mismos, déficit de la autoestima, riesgos de la salud emocional e imagen personal desde temprana edad. También está en mi recuerdo la pregunta de un adolescente que tuve que absolver, me preguntó: profesora ¿por qué los que bajan del bypass del puente Primavera (vía panamericana sur) caminan lerdos, como doblándose hacia abajo, con una actitud de derrotados en la vida? y lo dicho por la atleta peruana Gabriela Kimberly García León, “mi postura no es muy buena, a veces me encorvo demasiado” (García K. , 2025). Fluye de lo expuesto, que la imagen personal débil, sin impacto, el déficit de autoestima y la autopercepción negativa y sus opuestos, en cada caso, son expresión integrada del cuerpo, mente e interacción social que da sentido al mundo y conecta con otros, por tanto, se requiere de intervenciones oportunas en el proceso formativo la niñez actual para tener a futuro sociedades con mayor sentido común, mejor comunicación, aceptabilidad e integración.

Cabe señalar que, se ha realizado búsqueda sin éxito, de estudios realizados por MINSA, MINEDU sobre la percepción de imagen personal de la niñez de 8 a 9 años; pero se tiene el informe de MINEDU (2024). El Perú en SSES 2023 Informe Nacional de Resultados (p. 66), sobre la Imagen corporal informó que, a nivel nacional, más de la mitad de los estudiantes peruanos de 15 años indicaron sentirse a gusto con su

apariciencia, cuerpo, atractivo físico y peso. Al considerar las dos alternativas de respuesta ("de acuerdo" y "completamente de acuerdo"), se observó que los más altos niveles de satisfacción fueron su apariciencia física (75,5 %), cuerpo (70,3 %) y atractivo (60,1 %). Finalmente, el 50,2 % de estudiantes de 15 años reportó sentirse a gusto con su peso. Si bien es cierto, el informe es de adolescentes, sugiere el estudiar analíticamente la autopercepción de la imagen corporal, que comienza a temprana edad, para encontrar formas que aplicadas asertivamente incrementen el porcentaje de sentirse a gusto con su apariciencia, mejorando la postura, el cuerpo y el lenguaje no verbal.

La falta de atención a la importancia del porte, deviene en una sociedad conformada en parte, por seres humanos con imagen personal con baja autoestima, sin autoaceptación y poco aceptada por los otros, escasos de bienestar individual y de habilidades socioemocionales, convivencia en armonía, y hasta de orgullo, que obliga a mirar un camino de mejora basándose en la mejora individual masiva.

Con el presente estudio se pretende la mejora del proceso formativo, que utilizando herramientas del arte como las técnicas de aprestamiento del ballet a partir de la niñez incorpore habilidades socioemocionales orientadas al desarrollo de una imagen personal

16

positiva y auténtica que combine cuidado de la apariciencia, higiene, postura, cuerpo y autoaceptación, de modo que la escuela y la comunidad educativa puedan fomentar en el alumnado una imagen personal positiva, realista e inclusiva, con valores personales y confiables, fortaleciendo tanto su bienestar individual como su convivencia con los demás. En la actualidad, resulta insuficiente el ser bien visto, se requiere saber estar y eso pasa por la enseñanza – aprendizaje, es imprescindible el conocimiento y su aplicación continua.

1.2 Formulación del problema

Problema general:

¿De qué manera el porte incide en la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL en el año 2025?

Problemas específicos:

- a) ¿De qué manera el alumnado forma su porte y su imagen personal?
- b) ¿De qué manera el alumnado expresa su porte y su imagen personal?
- c) ¿De qué manera el alumnado valora su porte y su imagen personal?

1.3 Justificación y relevancia

Académica. - El presente estudio encuentra su justificación en la obtención de conocimiento del impacto negativo de la disconformidad consigo mismo en la autoestima, salud emocional e imagen personal desde temprana edad, a fin de replantear el proceso formativo en vista de la importancia del porte que debe ser construido, logrado y mantenido a lo largo de la vida.

Artística. - La transición del ser bien visto al saber estar, justifica la investigación, debido a que, llegar al saber estar pasa por la enseñanza - aprendizaje de nuevos saberes creados para saber estar positivo y tener aceptación social. Ello implica, la contribución del arte de la danza clásica al proceso formativo desde temprana edad con sus técnicas y herramientas, a fin de superar la baja autoestima y sus consecuencias negativas.

Pedagógica. - La baja autoestima y sus consecuencias desde temprana edad, justifica la investigación dado que para superarlo se requiere de nuevos conocimientos que aplicados mejoren la práctica pedagógica en beneficio del alumnado, razón de ser de la educación, y del ser humano por su efecto multiplicador.

Social. - La investigación encuentra su justificación a futuro por el efecto de la mejor formación del estudiantado que producirá seres con autoestima elevado y orgullo por su comunidad educativa. A partir de las recomendaciones que surjan del estudio, se espera una sociedad con mayor aceptación de sus miembros y consecuentemente una mayor cohesión social.

17

1.4 Objetivos de la investigación

Objetivo general (OG):

OG. Describir de qué manera el alumnado del 3er grado del CEB de SJL año 2025 forma su porte y su imagen personal y expresión humana.

Objetivos específicos (OE):

- OE1. Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal.
- OE2. Describir como el alumnado expresa su porte y su imagen personal.
- OE3. Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal.

1.5 Hipótesis

Principal (HP)

El porte incide en la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL año 2025.

Secundarias (HS)

HS1. El alumnado forma su porte y su imagen personal.

HS2. El alumnado expresa su porte y su imagen personal.

HS3. El alumnado valora su porte y su imagen personal.

20 CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del estudio

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Según Martínez (2025), en su artículo Imagen corporal de los adolescentes ³⁶ de la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora, cuyo propósito fue describir la imagen corporal en los adolescentes de la Universidad, con un enfoque cuantitativo, caracterizado por un tipo de investigación descriptiva, un diseño no experimental de campo y de corte transversal, se tomó una muestra conformada por 30 estudiantes, con edades comprendidas entre 17 a 18 años a través de un cuestionario de imagen corporal (BSQ), tipo Likert con 34 ítems, cuyos datos fueron procesados mediante el programa estadístico S.P.S.S. y analizados con el apoyo de la estadística descriptiva e inferencial. El resultado indica que el 43% de la muestra manifiesta preocupación por su imagen corporal en un nivel moderado, y otro 43% manifiesta insatisfacción por su imagen corporal; sumados hacen un 86% de inconformes con su imagen corporal, concluyendo que la muestra estudiada centra su atención en las expectativas o ideales que tiene con respecto a la imagen de su propio cuerpo. Esta investigación se relaciona con el porte corporal y la imagen personal por su resultado,

18

que da cuenta de la disconformidad manifestada, lo cual se convierte en una oportunidad de intervención para disminuir la insatisfacción frente a la imagen del propio cuerpo.

Sobre el mismo tema, Castillo et al. (2025), en su tesis Incidencia de las Redes

Sociales Sobre la Imagen Corporal en Estudiantes del Grado de Educación Física, en

Chile, cuyo objetivo fue analizar ¹⁹ como las redes sociales inciden en la percepción de la imagen corporal de estudiantes del grado de Educación Física, se utilizó una metodología

cualitativa con enfoque fenomenológico descriptivo. Se tomó una muestra constituida por

² 86 estudiantes de primer año de la carrera de Pedagogía en Educación Física de la universidad y concluyeron que las redes sociales resultan determinantes en la

configuración de la autoimagen y la toma de decisiones estéticas de los usuarios de este grupo etario, con efectos positivos, negativos y desiguales. Para algunos causa desmotivación al compararse con los ideales estéticos que ven en redes sociales, para otros es fuente que motiva la mejora de la salud física, la autoimagen virtual y las relaciones sociales reflejan el deseo de los participantes de proyectar una imagen positiva y saludable. Sin embargo, los ideales no siempre son accesibles ni saludables para todos, derivando ello en afectación de la salud mental y la autoimagen en diferentes contextos.

El impacto de las redes sociales en la imagen corporal se relaciona a la investigación del porte y la imagen personal, debido a que el cuerpo es componente base del porte sobre el que se construye posturas y movimientos, modos y lenguaje corporal que se expresan a fin de configurar una autopercepción agradable con la proyección de una imagen personal favorable y recordable en la mente de los receptores. Por otra parte, la tesis revela el esfuerzo de imitación a lo que ven en redes sociales, lo cual es distinto a la expresión resultante de la construcción del porte con técnicas y herramientas de la danza clásica a través del cuerpo que expresa el espíritu que el individuo lleva dentro.

De otra parte, Carrillo (2023) en su informe de pasantía Propuesta de diagnóstico y aplicación de los conceptos técnicos del ballet a las danzas de proyección en Danza Kapital, en la Universidad Distrital Francisco José de Caldas, Colombia, aborda el desarrollo de las cualidades físicas de los estudiantes de la compañía Danza Kapital, siguiendo los principios estéticos y directrices de la danza clásica, en su interacción con las danzas folklóricas. Para ello, propuso la implementación de evaluaciones diagnósticas psicomotoras, con la finalidad de identificar las principales necesidades de los grupos participantes, preinfantil de 3 a 8 años y juvenil de 15 a 20 años. Estructuró un plan de trabajo basado en metodologías específicas enfocadas en la asimilación de los conceptos técnicos del Ballet como herramienta para el desarrollo de cualidades físicas, en la conformación de la conciencia corporal, la estilización del movimiento y el desarrollo de las habilidades propioceptivas. Como resultado indica mejoras en las cualidades físicas,

mayor confianza, sensibilidad y mayor expresividad; demostrando la importancia y efectividad del ballet como un medio que contribuye a la formación integral de los participantes, desde su primer acercamiento al ballet y a la rigurosidad técnica quedando cimentada en ellos la base para el desarrollo de la propiocepción. Enlaza con el porte y la imagen personal en la construcción de mejoras físicas del cuerpo, en la formación de conciencia corporal y base propioceptiva lograda con los conceptos, metodologías y herramientas del ballet.

Por su parte, Cedeño (2021) de la Universidad de Panamá, Facultad de Bellas Artes, en su tesis titulada *El Entrenamiento Propioceptivo como Herramienta para Prevenir Lesiones en Bailarines de Ballet*, dio a conocer la relevancia de la propiocepción en el proceso formativo y desarrollo integral de bailarines clásicos, enfocada en el sistema propioceptivo que busca la estabilidad y la adaptación del cuerpo frente a diferentes estímulos externos al momento de realizar una actividad física estructurada. Indica que, si el sistema propioceptivo óptimo en su funcionamiento, el cerebro estará capacitado para hacer reaccionar inteligentemente al cuerpo cuando enfrente escenarios de riesgo, resultando de gran utilidad integrar ejercicios al entrenamiento habitual a modo de protección. En sus conclusiones resalta la importancia del Entrenamiento Propioceptivo como herramienta preventiva, debido a que la propiocepción ha demostrado optimización de las horas de entrenamiento en el que hasta los descansos son de valor, mayor disfrute, menos fatiga, menos probabilidades de daño. Se trata de conseguir la capacidad del cuerpo para controlar y estabilizar las articulaciones con mejoras importantes en las cualidades físicas y en la ejecución de los movimientos, evitando el daño por sobrecarga y prolongando la vida útil del bailarín; de este modo, el entrenamiento propioceptivo incrementa la productividad en las clases de ballet, fortalece totalmente los músculos requeridos para la actividad, mejora el balance estático y dinámico, sin incremento de horas de entrenamiento y de dolor en el proceso, dado que, al identificar las articulaciones inestables y los errores posturales, se trabaja sobre los hallazgos estimulando el sistema propioceptivo, mejorando sus respuestas reflejas, con aumento de la fuerza y coordinación. Encuentra relación con el porte y la imagen personal en la medida que se interviene sobre el cuerpo identificando las debilidades para trabajar sobre ellas y minimizar los riesgos que implican.

Sobre comunicación no verbal, (Gordo, 2025) de la Universidad Autónoma de Madrid, España, en su tesis titulada *“La comunicación no verbal al servicio de la imagen: Análisis de Barack”*, consideró la trascendencia de los elementos no verbales en la comunicación, de la cual emerge la necesidad de su formación y aprendizaje a fin de ser auténtico. Destaca la actuación de Barack Obama en el ámbito de un político, a quien

20

califica como una imagen pública excelente y un modelo de comunicación no verbal a seguir. El objetivo fue examinar en detalle los componentes fundamentales de comunicación no verbal política, en la figura de Barack Obama, a través de una metodología de Investigación cualitativa mediante revisión bibliográfica. Los hallazgos indicaron que los componentes de influencia para el logro de su reconocimiento social fueron el dominio natural del lenguaje no verbal, los gestos de apertura, acercamiento, positividad, transparencia y la paraverbalidad. La conclusión de la autora es que el uso natural de la comunicación no verbal es llave para conformar una poderosa identidad, carisma, expresión emocional y capacidad de transmisión e impacto público. Conecta con el porte y la imagen personal, en el personaje estudiado que a prima facie, es algo así, como la excelencia del porte que proyecta una imagen personal óptima, capaz de posicionarse y permanecer en la mente de los perceptores.

Complementando la información precedente, se incluye el estudio publicado el 2017, antes del rango 2020-25, por su valor ilustrativo en el contexto latinoamericano. Delgado et al. (2017), Universidad de La Frontera, Temuco, Chile. Realizaron un estudio en la ciudad de Temuco con 208 niños/as de 11 años (transición de primaria a secundaria) examinando la relación entre actividad física, estado nutricional, autoestima e imagen corporal. Los niños que realizaron mayor actividad física semanal (3 a 4 veces) mostraron menor preocupación por su imagen corporal y niveles más altos de autoestima, en comparación con aquellos sedentarios o con baja participación en actividades físicas. Asimismo, presentaron mejor salud. Los autores concluyeron que los niños con mayor regularidad en la práctica de actividad física por semana evidenciaron beneficios en su desarrollo integral. Este hallazgo infiere que la práctica regular de ejercicio físico se asocia con una imagen corporal más positiva y confianza en sí mismos. En términos de porte, la actividad física provee una postura más firme, coordinación y dominio del cuerpo, es decir, un mejor porte. El estudio incluyó ambos sexos, aporta evidencia de que

intervenciones como el deporte inciden en la percepción del cuerpo, siendo una vía de empoderamiento para niñas si se abordan desde la inclusión, rompiendo la idea de que ciertos deportes no son para niñas. Conecta con el porte y la imagen personal en el resultado de una mayor firmeza en la postura, coordinación y dominio del cuerpo.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Según Lozano y Flores (2025), en su tesis ²⁴ Imagen corporal y autoestima en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Antonio Arellano Buitron, Huaral, 2024, cuyo objetivo fue determinar la relación existente ²⁴ entre la imagen corporal y la autoestima en estudiantes de secundaria. Se empleó una metodología tipo aplicada, con un diseño correlacional, no experimental, y enfoque cuantitativo. Los resultados

21

principales evidenciaron que la imagen corporal se asocia de manera significativa con la autoestima; es decir, a mayor grado de autoaceptación y autopercepción positiva de la imagen corporal, mayor autoestima; la conexidad con la investigación emerge de la construcción del porte de manera favorable a una imagen corporal vinculada a potenciar la autoestima.

Sobre lo mismo, Chipana (2025), en su tesis titulada Dificultades interpersonales e insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de nivel secundario de la Institución Educativa Manuel de Mendiburu, Tacna 2024, en un tipo de investigación básica, de nivel relacional y con enfoque cuantitativo, donde el diseño fue no experimental, transaccional de tipo descriptivo correlacional, cuyo objetivo fue hallar la relación entre dificultades interpersonales e insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de nivel secundario, se puso en práctica la técnica de psicometría tipo test, se utilizó el ¹ cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia (CEDIA) . Asimismo, se aplicó el cuestionario evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN) a una muestra de 281 estudiantes de nivel secundario, muestreo no probabilístico de carácter intencional. El resultado de interés indica que el 48.40% se encuentra en un nivel severo de insatisfacción con su imagen corporal. Conecta con el porte y la imagen personal en la medida que amerita intervenir los componentes del porte (postura, modos y lenguaje no verbal) para mejorar la imagen corporal con efecto en el incremento de la autoestima.

Por su parte, Rospigliosi y Helden ²⁴ (2024), en su Tesis titulada Insatisfacción corporal en adolescentes: Un estudio cualitativo de las alteraciones de la imagen corporal, en Lima Metropolitana, realizaron un estudio cualitativo de las alteraciones ²⁴ de la imagen corporal en adolescentes de 10 a 19 años, de carácter descriptivo, diseño fenomenológico, con muestreo por conveniencia, aplicando una entrevista para obtener datos ²⁵ de la insatisfacción con la imagen corporal. El resultado de mayor interés es la conceptualización ²⁵ de la insatisfacción con la imagen corporal como el disgusto con el cuerpo o partes del mismo, experimentando emociones de vergüenza, tristeza, asco o enojo; se produce una autopercepción negativa y el surgimiento del deseo de impactar, ser aceptado y recordado con agrado. Conecta con la investigación en la orientación a describir la manera en que el porte se forja a partir de la buena postura del cuerpo con incidencia en la mejora de la imagen personal que se conforma en parte por la imagen corporal.

Ahora bien, Ramos (2024) en su investigación titulada, Desarrollo de consciencia corporal a través de danza contemporánea en estudiantes de ballet de una escuela superior de Lima, 2023, tuvo el objetivo de proponer el desarrollo de criterios básicos

22

para el logro de una mayor consciencia corporal a través de la danza contemporánea. La investigación fue de tipo básica, diseño fenomenológico, de enfoque cualitativo, con una muestra de 3 estudiantes y 2 egresados de las carreras de docente e intérprete en danza clásica de formación artística superior de la ENSB. Mediante entrevistas semiestructuradas se obtuvieron datos que fueron analizados con software MAXQDA 2020. El autor concluyó que para lograr la conciencia corporal se debe tener en cuenta propiocepción, interocepción y exterocepción. Conecta con el porte y la imagen personal en la medida que se trabaja el espacio, el movimiento, el cuerpo, las emociones, la respiración, la visión periférica, la audición y el trabajo a través del tacto, elementos materiales e inmateriales que proyectan la imagen personal hacia los receptores. De igual manera, García (2022), en su informe de suficiencia profesional, titulado Importancia de la aplicación de la metodología de elongación en el trabajo de aprestamiento de la danza en un centro particular pre - escolar para Optar el Título Profesional de Docente en Danza Clásica dio cuenta de las metodologías aplicadas en sus sesiones de aprendizaje. Concluyó que, la aplicación de la metodología de

elongación contribuye al autoconocimiento corporal en la etapa de aprestamiento de la danza y a un trabajo adecuado del movimiento; y por ser una metodología complementaria, permite al alumno trabajar la postura de forma correcta sin exposición al riesgo de lesiones. Conecta con el porte y la imagen personal en la medida que la metodología de elongación trabaja la postura del cuerpo, elemento material que proyecta la imagen personal en parte.

Cabe mencionar que gran parte de la investigación internacional sobre imagen corporal se ha enfocado en adolescentes. Sin embargo, como muestran los antecedentes, en los últimos lustros ha crecido el interés por explorar e intervenir en etapas más tempranas, reconociendo el origen infantil de muchos problemas de autoimagen.

En el Perú, la literatura académica sobre imagen corporal en primaria es todavía limitada; la mayoría de tesis e investigaciones se concentran en adolescentes. No obstante, los trabajos citados evidencian la presencia del tema del porte y la imagen personal en nuestros estudiantes y ofrecen puntos de partida locales para profundizar en poblaciones más jóvenes. Asimismo, la promoción de la actividad física y artística como medios para el bienestar integral del estudiante se alinea con las políticas educativas recientes.

2.2 Bases teóricas

El porte corporal y la imagen personal se refieren a la forma en que las personas se presentan ante el mundo, abarcando de una parte su postura, modos y lenguaje no

23

verbal; y de otra parte su apariencia, prosodia y actitud que, conjuntamente conforman la manifestación o expresión humana.

En el contexto del alumnado participante del tercer grado, estos conceptos están ligados a su formación integral que incluye el arte de la danza con enfoque inclusivo acorde con la Línea de Investigación N.º 1 de la ENSB, de tal manera que se busca comprender cómo las(os) niñas(os) desarrollan su porte corporal y su imagen personal. Este marco teórico aborda las categorías centrales del tema, el porte corporal y la imagen personal, acompañados de la expresión artística y revisa la teoría del cuerpo, de identidad social y del etiquetado. El análisis se sitúa en un enfoque cualitativo interpretativo y orientado al ODS 5 (igualdad de género), buscando enfatizar la importancia de empoderar a las niñas en la construcción positiva de su porte corporal y su imagen personal.

2.2.1 El Porte

El porte alude al modo de llevar el cuerpo, es decir, la postura, la forma de caminar, sentarse o moverse en el espacio. Refleja frecuentemente la actitud interna y está influido por la educación y la cultura.

2.2.1.2 Teorías del Cuerpo

Desde la perspectiva de Bourdieu (habitus), el porte corporal responde a esquemas internalizados; mientras que, desde Foucault, el cuerpo se configura como objeto de regulación social, lo cual permite interpretar el fenómeno como una construcción social mediada por normas implícitas.

Diversos autores han teorizado cómo el cuerpo es moldeado por la sociedad. Así tenemos que, Capdevielle, (2011) recoge de Pierre Bourdieu el concepto de habitus como un conjunto de disposiciones internalizadas que guían cómo sentimos y actuamos, incluyendo la dimensión corporal. Dentro del habitus, la hexis corporal es la manifestación encarnada de esas disposiciones – la postura, los gestos, la entonación de voz – que refleja nuestra posición social y la formación recibida. Bourdieu señala, por ejemplo, que las clases sociales y los contextos culturales enseñan sutilmente a los niños a “llevar el cuerpo” de cierta manera (los modales finos vs. la soltura corporal vulgar). En el caso de las niñas, la hexis incorpora los mandatos de feminidad, desde cómo sentarse correctamente hasta modular la voz de forma dulce. Estos mandatos incorporados en las niñas se vuelven naturales, aunque son socialmente aprendidas. Por otro lado, Fair (2010), se remite a Michel Foucault, que habla del cuerpo como objeto de disciplina y poder, sostiene que las instituciones como la familia, iglesia y la escuela, adiestran los cuerpos mediante reglas, premios y castigos, para volverlos dóciles y predecibles. Estos antecedentes se observan en la escuela cuando se corrige el porte corporal con la frase

24

“**siéntate derecha**”, o la presentación personal con uniforme pulcro y cabello recogido de las alumnas. Así, la teoría foucaultiana sugiere que el porte corporal de los y las estudiantes es una expresión individual y el resultado de un proceso de normalización. Existen “**técnicas del cuerpo**” inculcadas como aprender a hacer fila, mantener cierta

distancia corporal, sonreír al dirigirse a otros, etc., todo lo cual configura la imagen personal acorde a lo esperado socialmente. Si bien estas reglas pueden parecer triviales, Foucault las subraya indicando que constituyen micro ejercicios de poder que pueden reforzar roles de género tradicionales como, por ejemplo, exigir a las niñas mayor pulcritud o recato que a los niños.

Las teorías del cuerpo, en resumen, aportan una mirada socio cultural de que el cuerpo es un lienzo donde se inscriben significados de género, clase y poder. Entender esto permite analizar críticamente las prácticas pedagógicas y sociales que afectan la autopercepción corporal de las estudiantes, así como rescatar la posibilidad de resistencias (por ejemplo, cuando una niña adopta un porte desafiante rompiendo con lo esperado, está haciendo una declaración identitaria). Según Guzmán (2016), el cuerpo propio es siempre cuerpo-para-sí y cuerpo-para-otro: lo vivimos internamente pero también sabemos que es visto e interpretado por los demás, por ende, las(os) niñas(os) construyen el sentido de su imagen en esa tensión entre autopercepción y mirada ajena.

2.2.1.3 Teoría de la expresión corporal

Para Lorente (2023), La expresión corporal es un campo de la educación artística que utiliza el cuerpo como medio de comunicación y creación. En el arte (danza, teatro, expresión rítmica), el cuerpo se convierte en instrumento para expresar emociones, ideas e identidad; por ello, trabajar la expresión corporal con estudiantes influye en su porte, dado que, por ejemplo, la danza enseña a tomar conciencia del cuerpo, mejorar la postura, la coordinación y a expresarse con confianza. Estudios en didáctica del arte señalan que fomentar la expresión corporal en clase desarrolla capacidades creativas, socioemocionales y de autoexpresión en el alumnado. La literatura indica que la expresión corporal favorece el autoconocimiento y el autocontrol espacial y motor, desde la educación infantil, ya que gran parte de la comunicación se realiza mediante el cuerpo y el movimiento (Soto, 2024). Desde la perspectiva de género, la expresión corporal en la escuela puede servir para empoderar a las niñas. Al participar en ejercicios de teatro o danza, ellas tienen la oportunidad de reapropiarse de su cuerpo en función de lo que quieren comunicar, y no solo de cómo se ven. Un ambiente de expresión artística promueve la diversidad corporal (diferentes maneras de moverse, distintas apariencias escénicas) y refuerza la idea de respeto a la individualidad, en concordancia con una educación en derechos humanos. En resumen, el enfoque artístico brinda un espacio

25

seguro para que las(os) estudiantes experimenten con su porte corporal sintiendo que se pueden mover con soltura y ocupar el espacio con su cuerpo sin avergonzarse, desarrollando una imagen personal más rica, basada en lo que son capaces de hacer y sentir en cómo lucir.

2.2.1.4 Teoría del Ballet

Según (Pascual, 2007), el ballet clásico es una forma artística muy lógica conformado por ejercicios, pasos, posiciones y poses sustentados en principios, reglas y protocolos.

Indica como principios a la alineación, rotación, distribución del peso, postura, transferencia del peso, colocación, elongación (pull –up), compensación, contrabalance, aplomo y balance (equilibrio). Enfatiza que estos principios son asimilados de manera

progresiva por la mente (asimilación intelectual) y los músculos, huesos y articulaciones (asimilación kinesiológica) que proveen una base técnica sólida. Está indicando que, en el ballet, el cuerpo es objeto de construcción progresiva mediante las técnicas del ballet.

La alineación corporal es entendida como una estructura de bloques, que integra constantemente la cabeza, el torso, los brazos y las piernas en una totalidad coherente, mientras el cuerpo se mueve a través del espacio (movimiento) o mientras se mantiene en una posición (reposo). La rotación (en- dehors) es el sello característico del ballet clásico que consiste en girar los pies hacia afuera mostrando el tobillo perpendicular al piso, de manera que el pie no rueda ni hacia dentro ni hacia fuera de sus bordes, manteniendo la alineación vertical de caderas, piernas, rodillas, tobillos y pies ya sea con las rodillas flexionadas o extendidas. La distribución del peso se manifiesta centrado

verticalmente sobre un área triangular formada por el metatarso del dedo gordo, el quinto metatarsiano y el tobillo; el centrado es vertical entre el segundo y tercer metatarsianos

para prevenir que el pie se rueda hacia dentro o hacia fuera; de esta manera el arco longitudinal del pie se encuentra perpendicular al piso. La postura es la posición del cuerpo con el peso distribuido en ambos pies en movimiento o en reposo. La

transferencia del peso que consiste en trasladar el peso de dos pies a uno, o de uno a dos, de forma fluida y sin que se vea el esfuerzo. La colocación se refiere a la

conservación de los hombros y las caderas en el mismo plano y paralelas la una a la otra en relación con el piso, en movimiento o en reposo. La elongación del torso, define la estética del ballet elevando el torso por encima de las caderas para lo cual se estira las

piernas desde el piso con esfuerzo abdominal mostrándose ligero y como desafiando la gravedad. La compensación es la acción con su respectiva reacción, para el caso,

relación entre la gravedad y el peso corporal con fuerza hacia abajo y los músculos con fuerza hacia arriba para permanecer erguidos que, con una correcta alineación postural,

cuerpo. El contrabalance como acción de ¹¹ ligera inclinación del torso hacia arriba y hacia delante cuando levantamos la pierna atrás, el torso se ¹¹ estira hacia arriba durante la inclinación hacia delante del torso, mientras la pierna se estira al elevarse hacia atrás, manteniendo la colocación del cuerpo ¹¹ (hombros y caderas en el mismo plano) en paralelo al piso) durante esta acción. El aplomo que permite moverse con confianza, gracia y elegancia, en forma vertical ¹¹ hacia arriba y hacia abajo en el espacio. ¹¹ Es la línea vertical imaginaria de alineación ¹¹ y el centro vertical del cuerpo: visto de frente en primera posición de ballet, la línea de aplomo ¹¹ se desplaza desde la parte superior de la cabeza, a través de la mitad de la nariz, boca, mentón, esternón, ombligo, la pelvis y el punto medio de los talones; y visto de lado, la línea de aplomo desciende desde la parte superior de la cabeza pasando por el frente del oído, a través de la parte media del hombro, cadera y rodilla para caer finalmente en frente del hueso del tobillo. Finalmente, el balance o equilibrio anatómico y estético que se percibe en todo el cuerpo, en posición de reposo o movimiento y se aprecia intersectando ¹¹ los tres planos del cuerpo: el frontal, que divide el cuerpo plano anterior y posterior; el sagital, que lo divide en lado derecho e izquierdo; y el transverso, que lo divide en plano inferior y superior.

Por su parte, (Ballerina Gallery, 2025), destaca que la importancia de la teoría del ballet radica en los principios fundamentales de: posiciones y movimientos, alineación y postura, musicalidad y expresión.

Sostiene que lo esencial del ballet se encuentra en las cinco posiciones básicas de los pies y los brazos para todos los movimientos establecidas por el maestro de ballet francés Pierre Beauchamp que proporcionan el marco estructurado para el equilibrio, la alineación y la fluidez en la danza.

Las posiciones y movimientos son: Primera posición: talones juntos, puntas hacia afuera. Segunda posición: Pies separados, dedos hacia afuera. Tercera Posición: Un pie delante del otro, con el talón del pie delantero tocando el arco del pie trasero.

Cuarta posición: Un pie delante del otro, con un espacio entre los pies. Quinta posición: Un pie delante del otro, con el talón del pie delantero tocando la punta del pie trasero.

Además de estas posiciones, la teoría del ballet abarca una amplia gama de movimientos, como flexión de rodillas (pliés), estiramiento de piernas (tendus) y giros (piruetas).

Respecto de la alineación y postura indica que se deben mantener una postura fuerte y erguida, con la columna vertebral alargada y los hombros relajados para la calidad estética de los movimientos; incluye en este acápite a la rotación, donde las piernas se giran hacia afuera desde las caderas.

En cuanto a la musicalidad y expresión manifiesta que el ballet desarrolla un agudo sentido del ritmo que sincroniza con los movimientos y expresiones faciales, gestos y lenguaje corporal. Añade que aspecto interpretativo del ballet transforma la destreza técnica en una expresión artística poderosa y conmovedora. Considera también que el ballet aporta valor educativo mediante la disciplina, concentración y perseverancia del entrenamiento que inculca importantes habilidades para la vida en los estudiantes.

En resumen, como investigadora considera que los principios de alineación, postura y movimiento establecidos en el ballet, incluso en estilos de danza populares como el jazz y el hip-hop, en los que se aprecian elementos de la técnica del ballet en la precisión y el control de los movimientos, más allá del arte de la danza-ballet, proporcionan equilibrio, alineación, fluidez y poder expresivo para la vida y vale la pena que sean transferidos a la comunidad en general.

Tabla 1

El porte, cuadro comparativo de autores y sus teorías

Teorías Postulados clave Relevancia para el tema

Teoría del
cuerpo /
habitus
(Pierre
Bourdieu,
1977
Michel
Foucault,
1975)

Bourdieu: la sociedad inculca en el

individuo un habitus (esquema de disposiciones perdurables); la hexis corporal es la dimensión física del habitus, es decir, la forma habitual de estar y moverse en el mundo, configurada por la clase social, género, educación, etc. El cuerpo actúa como símbolo de la posición social (gestos refinados vs. rústicos, por ejemplo). (Capdevielle, 2011).
Explica por qué ciertas posturas o imágenes personales se consideran apropiadas o no en distintas culturas. En nuestro caso, ¿por qué se espera que el estudiantado esté bien parecido, quieto, sonriente, de buen talante?: son disposiciones corporales transmitidas socialmente (habitus de género).

Foucault: el cuerpo es objeto de disciplinamiento por el poder institucional; a través de rutinas, reglas y vigilancia se moldean cuerpos "obedientes". El individuo aprende a autorregular su postura y conducta conforme a normas sociales. (Fair, 2010).

El porte corporal de cada estudiante refleja tanto su singularidad como la influencia de su entorno. Ej.: niñas de contextos donde se enfatiza la danza o el deporte pueden mostrar un porte más erguido y seguro. Asimismo, la teoría muestra que cuestionar patrones corporales (ej. enseñar a las niñas a ocupar espacio, a moverse con libertad) puede ser un acto de emancipación de las normas tradicionales, alineado con fomentar la igualdad de género.

Teoría del
cuerpo

El cuerpo propio es siempre cuerpo-para-sí y cuerpo-para-otro: lo vivimos internamente pero también sabemos que es visto e interpretado por los demás. Las niñas construyen el
El porte corporal producido por la aplicación de las técnicas de la danza - ballet evidencia el valor elevado del proceso formativo de los que siguen los principios de la danza clásica que,

28

Teorías Postulados clave Relevancia para el tema
sentido de su imagen en esa tensión entre autopercepción y mirada ajena. (Guzmán, 2016)
además provee de valores y habilidades que perduran en la vida cotidiana y derivan en una imagen personal favorable a la aceptabilidad e integración social fácil.
Teoría del
arte

La expresión corporal es un campo de la educación artística que utiliza el cuerpo como medio de comunicación y creación, así la danza, influye en el porte al enseñar a tomar conciencia del cuerpo, mejorar la postura, la coordinación y a expresarse con confianza. La didáctica del arte que señala expresión corporal desarrolla capacidades creativas, socioemocionales y de autoexpresión.

(Lorente, 2023)

El ámbito artístico de la danza brinda un espacio seguro para la expresión corporal permitiendo que las niñas experimenten con su porte sintiendo que se pueden mover con soltura y ocupar el espacio con su cuerpo sin temor alguno, desarrollando habilidades socioemocionales y autoexpresión que envía mensajes y comunica.

Teoría del
ballet

El cuerpo es objeto de construcción progresiva mediante las técnicas de la Danza -Ballet. El resultado es un cuerpo estético en reposo y en movimiento, disciplinado y con expresión de poder, al que se suma la concentración y perseverancia del entrenamiento que inculca en el tiempo importantes habilidades que se extienden a la vida cotidiana.

(Pascual, 2007) y (Ballerina Gallery, 2025)

El porte corporal producido por la aplicación de las técnicas de la Danza -Ballet evidencia el valor elevado del proceso formativo de los que siguen los principios de la Danza clásica que, además provee de valores y habilidades que perduran en la vida cotidiana y derivan en una imagen personal favorable a la aceptabilidad e integración social fácil.

Sobre el porte, en síntesis

La Teoría del cuerpo / habitus según Bourdieu/Foucault evidencian la manera en que las estructuras y normas sociales se incorporan al cuerpo. Por su parte, Guzmán indica dualidad en la construcción del cuerpo propio, al sostener que existe el mismo cuerpo para sí y para otros; y Lorente añade que dicha construcción en el ámbito de la danza incorpora expresión corporal y habilidades socio – emocionales; a lo que se suma la teoría del ballet que según Pascual proporciona las técnicas para un cuerpo estético, disciplinado y con expresión de poder y habilidades que se extienden a la vida cotidiana. Es de verse que todo fluye hacia el final que viene a ser el porte corporal construido en interacción, con modos y lenguaje no verbal. Sin duda alguna, al mirar el porte corporal estamos haciendo una lectura histórica del cuerpo de quien lo lleva (sujeto) y de la imagen personal que proyecta.

29

2.2.2³¹ La imagen personal

La Imagen personal es el conjunto de atributos físicos, vestimenta, comunicación no verbal y actitudes con que una persona se presenta ante los demás, más allá de la ropa o arreglo, que incluye gestos, postura, expresiones faciales y el modo de actuar. En otras palabras, es la "carta de presentación" de un individuo, que comunica quién es y cómo se

valora a sí mismo. (CESUR, 2025)

2.2.2.1 Teoría de la Identidad Social

Henri Tajfel, John Turner, sostienen que la identidad de una persona se compone en parte significativa por su pertenencia a grupos sociales (familia, género, escuela, etnia, etc.) y por el valor emocional asociado a esa pertenencia. Los individuos tienden a buscar una autoimagen positiva mediante la afiliación a grupos con estatus favorable y la comparación favorable con grupos externos. En el contexto escolar, esta teoría sugiere que los o las estudiantes construyen parte de su autoconcepto como estudiantes, niñas e incluso miembros de micro grupos (amigas, club de danza, etc.), y que esas pertenencias influyen en su autoestima y conducta. Por ejemplo, si dentro de su grupo de amigas ser coqueta o estar delgada es valorado, esa norma grupal puede realzar o minar la imagen personal de cada integrante. Para Tajfel et al., la categorización social es un proceso básico donde los niños aprenden a clasificar a las personas (y a sí mismos) en categorías (niña, niño, popular, machona, etc.), y esas etiquetas vienen cargadas de significados y jerarquías que afectan cómo se valoran. En suma, esta teoría ilumina el aspecto colectivo e interactivo de la imagen personal; es decir, en relación con la aceptación o rechazo de los grupos de pertenencia.

2.2.2.2 Teoría del Etiquetado

Howard Becker, parte de la sociología de la desviación, esta teoría resulta útil para entender cómo las etiquetas sociales pueden influir en la identidad y autoestima de las estudiantes. Becker plantea que la desviación (o, en general, las características diferentes) no reside en el acto o la condición en sí, sino en la designación que otros hacen de ella. En otras palabras, los grupos sociales crean la desviación al establecer reglas y aplicarlas a ciertos individuos, etiquetándolos como outsiders. Llevado al estudio, si una niña es constantemente etiquetada (por sus pares o maestros) como desalineada, tomboy, vanidosa u otros rótulos relativos a su imagen, es probable que termine internalizando esa etiqueta como parte de su autoconcepto. El proceso de etiquetamiento puede generar profecías autocumplidas: por ejemplo, una alumna señalada despectivamente por su peso como gordita podría desarrollar inseguridad y retraimiento, ajustando su porte a esa expectativa negativa, o en casos extremos, conductas poco saludables para intentar cambiar su cuerpo. Por otro lado, etiquetas positivas que

30

resaltan la personalidad más que la apariencia, como creativa, líder, pueden contrarrestar la obsesión por la imagen física y fortalecer otras facetas de la identidad. La teoría del etiquetado nos recuerda el poder que tienen las percepciones sociales en la conformación del self, en la escuela, los apodos, los comentarios informales sobre el aspecto qué linda vienes hoy o pareces un chico con ese corte y hasta las clasificaciones implícitas de la bonita del salón, la alta del grupo, la morena, etc.) son fuerzas modeladoras. Un punto importante es que las etiquetas suelen conllevar juicios de valor; Becker enfatiza que ciertas personas quedan definidas principalmente por una característica a la que la sociedad le otorga significado desviado o indeseable. En el presente estudio, se puede hablar de desviación de la norma estética, la niña que se sale del canon, sea por su forma de cuerpo, estilo o porte, puede ser objeto de estigma. Y ese estigma, al ser repetido, puede minar su autoconcepto, por ejemplo, creer que no encaja, algo anda mal en mí. Así, la teoría del etiquetado aporta al marco teórico una alerta sobre las narrativas que la escuela y la sociedad construyen alrededor de la apariencia de las niñas, y cómo esas narrativas pueden influir en que ellas mismas se definan en términos limitantes. Un enfoque educativo sensible buscaría evitar y contrarrestar las etiquetas dañinas, promoviendo en cambio una visión plural y libre de juicios sobre la imagen personal.

2.2.2.3 Teoría del Espejo

Charles Cooley sostiene la idea de que la autoestima depende de cómo creemos que nos ven los demás.

2.2.2.4 Teoría del Autopresentación

Erving Goffman señala que, todos manejamos la impresión que damos, actuando de ciertas maneras en la interacción social, lo cual aplica a cómo las(os) niñas(os) manejan su vestimenta o conducta para ser aceptadas.

2.2.2.5. Teoría del desarrollo

Erik Erikson señala la importancia de la competencia y la comparación social para la construcción de la autoestima en la etapa de latencia (edad primaria).

2.2.2.5 Teoría de la Objeto-dependencia o cosificación

Fredrickson & Roberts, desde el feminismo psicológico, indica que las(os) niñas(os) aprenden a verse a sí mismas como objetos estéticos bajo la mirada evaluadora, lo que puede llevarlas a autoevaluarse constantemente en función de su apariencia.

Tabla 2

Teoría Postulados clave Relevancia para el tema

¹⁶ Teoría de la identidad social
(Tajfel, 1979)

– La identidad individual se deriva en parte de la ¹⁶ pertenencia a grupos sociales y del valor emocional de dicha pertenencia, (Canto, 2005)

¹⁶ Las personas tienden a favorecer a su propio grupo (endogrupo) para sostener una autoestima positiva; hay ¹⁰ procesos de categorización, comparación y diferenciación entre grupos. (Canto, 2005).

Las niñas forman su autoconcepto en función de categorías como “soy niña”, “soy alumna de X escuela”, “pertenezco a tal grupo de amigas”. Esto influye en normas de apariencia que adoptan para sentirse parte (por ej., vestir de cierta forma porque su grupo lo hace) y en su autoestima según la aceptación grupal.

Permite explicar la presión por encajar en la imagen grupal y cómo la identidad de género colectiva moldea la presentación personal.

Teoría del
etiquetado
(Becker,
1963)

– Las características o conductas se vuelven “desviadas” o socialmente significativas cuando la sociedad les asigna una etiqueta y un juicio. (Unir, 2020)

– Una vez etiquetada, la persona tiende a internalizar esa etiqueta y a actuar acorde a ella (profecía autocumplida). Becker lo aplicó a la desviación social (criminalidad, drogadicción), pero el mecanismo se extiende a otros ámbitos. (Unir, 2020).

En la escuela, las etiquetas sobre la apariencia o porte (ej. “la más alta”, “la gordita”, “marimacho”, “coqueta”) pueden condicionar la autoimagen de las niñas. Si una alumna es marcada como “desaliñada”, podría asumir esa identidad y cuidar menos su imagen; si es marcada “vanidosa”, puede desarrollar ansiedad por su apariencia.

La teoría alerta sobre el impacto de los estereotipos y apodos en la construcción de la identidad y autoestima de las estudiantes. Invita a los educadores a reflexionar sobre cómo los discursos

(comentarios, motes) pueden fomentar o reducir estigmas relativos a la imagen personal

Teoría del espejo
(Charles Cooley, 1902)

– Cooley: el “yo reflejado” indica que construimos nuestra autoimagen según cómo creemos que los demás nos ven. Las percepciones (reales o imaginadas) del juicio ajeno actúan como un espejo para la valoración propia. (Wikipedia, 2025)

Relevancia combinada: las niñas suelen mirarse “a través de los ojos de otros” – buscando aprobación de maestras, familiares o amigas sobre su aspecto (“¿Estoy bien así?”). Esa dinámica espejo puede incidir en su autoestima (p.ej., un gesto de burla de sus compañeros por su peinado puede hacerla sentir mal consigo misma). Autopresentación

– Goffman: la interacción social es semejante a una actuación teatral donde las personas manejan deliberadamente su presentación. A su vez, ellas aprenden tácticas de autopresentación: por ej., adoptar una pose o atuendo particular el día que exponen para proyectar seguridad, o

32

Teoría Postulados clave Relevancia para el tema
(Erving Goffman, 1959)

para influir en las impresiones de los demás (lo que incluye vestir cierto rol, controlar expresiones y contextos). (Bahar, 2025)

arreglarse más cierto día para ganar aceptación. Entender esto ayuda a guiar a las estudiantes a no basar enteramente su valía en la aprobación externa, y a usar consciente y saludablemente su imagen personal como forma de comunicación, más allá de la complacencia social.

Feminismo psicológico
Fredrickson & Roberts

- Desde el feminismo psicológico, las niñas aprenden a verse a sí mismas como objetos estéticos, en función de su apariencia.

(Fredrickson, 1997)
Las niñas aprenden a mirarse como
objetos de belleza ante la mirada
observadora importando más la
apariencia.

Sobre la imagen personal, en síntesis,
los autores de las Teorías revisadas coinciden en que el entorno social moldea
profundamente la autoimagen de las niñas. Tajfel y Turner enfatizan la pertenencia
grupal, Becker destaca el rol de las etiquetas sociales, Bourdieu/Foucault nombrados en
el porte corporal, demuestran que las estructuras y normas de la sociedad se incorporan
en el cuerpo a través del tiempo y de las instituciones sociales formativas (familia,
escuela, espiritualidad) y aparecen conformando la imagen personal. La teoría del
etiquetado y la identidad social explican cómo esas ideas se diseminan: a través de la
presión de pares, de etiquetas como gordo / flaco que adquieren connotación valorativa.
Se tiene también la Teoría del espejo, que evidencia la manera en que las niñas suelen
mirarse “a través de los ojos de otros” – buscando aprobación de maestras, familiares o
amigas sobre su aspecto (“¿Estoy bien así?”); la teoría de la autopercepción, referida al
uso de tácticas de autopercepción que implica usar consciente y saludablemente la
imagen personal como forma de comunicación, más allá de la complacencia social y
desde el feminismo psicológico, las niñas aprenden a verse a sí mismas como objetos
estéticos, en función de su apariencia. Sin duda, existe un consenso en la literatura sobre
la dimensión social del porte corporal y la imagen personal; las niñas aprenden desde
temprano qué cuerpo vale y cómo deben verse según patrones colectivos. En el fondo,
todos señalan que al igual que su base física (el porte corporal) la imagen personal fue
construida en interacción. Las teorías contribuyen al abordaje del tema de investigación
de manera grupal (identidad social), cultural (habitus corporal), e interactiva (etiquetado,
espejo) enriqueciendo la comprensión integral del porte corporal y la imagen personal en
los y las estudiantes.

33

2.3 Definición de términos

La definición de términos comprende los términos y significados utilizados en el presente
estudio, para que cualquier persona, sin importar su actividad, arte, profesión, oficio, etc.
pueda leer, entender y comprender su contenido por su aporte de valor a la vida, más allá
de toda significación en otros campos del conocimiento humano.

Tabla 3
Definición de términos de la matriz de operacionalización
Término Definición conceptual

CG1 Porte

Es el cuerpo humano en el espacio, llevado de tal manera
que comunique y exprese a través de su postura, modos y
lenguaje no verbal. (Nota 1: Definición derivada del
contenido de los antecedentes y de las bases teóricas)

CG2 Imagen personal

Es la presentación del porte corporal humano, con
apariencia y expresión paraverbal, cohesionados en una
unidad con significado por la actitud. (Nota 2: Definición
derivada del contenido de los antecedentes y de las bases
teóricas).

SC1 Postura

Es la manera en que el cuerpo o una parte de él ocupa el
espacio. (Adecuado del Diccionario de la RAE). Expresión
corporal y forma del cuerpo en el espacio. (Colegio Esteban
Echeverría, s/f)

SC2 Modos

Aspectos del cuerpo en flexibilidad y movimiento. (RAE,
2025)

SC3 Lenguaje no

verbal

Expresión y comunicación sin palabras utilizando gestos,

movimientos y emisión de sonidos. (Agencia Comma, 2025)

SC4 Apariencia

Suma de rasgos físicos, particularidades, actitudes que irradia una persona y que los demás captan. exterioriza lo que se pretende transmitir y comunicar. (Plushlamour, s/f)

SC5 Prosodia

El cómo se dice de lo que se dice, a fin de ser más fluido, claro y convincente. Expresión de elementos vocales no lingüísticos que acompañan al lenguaje hablado, como el tono, volumen, ritmo y las pausas. (Universidad de Murcia, 2020).

34

SC6 Actitud

Disposición psicológica de ánimo de una persona manifestada a través de su comportamiento que proyecta seguridad, confianza y coherencia. (RAE, 2025)

I1 Alineación

Organización geométrica de las partes del cuerpo humano relacionadas entre sí (Zanazzi, 2019). Posición correcta de la cabeza, hombros, columna, caderas, rodillas y tobillos, en relación unas con otras y con la línea de gravedad. (Nursing Hero, 2024).

I2 Equilibrio

Estado de nivelación entre fuerzas opuestas que se compensan y anulan mutuamente para conseguir estabilidad del cuerpo humano en reposo o en movimiento. (Zanazzi, 2019)

I3 Flexibilidad

Manera en que los músculos y el tejido conectivo se alargan y estiran. (Thurrott, 2023).

I4 Movimiento

Manera en que se mueve el cuerpo en general o las partes más grandes del mismo. (Thurrott, 2023).

I5 Posición de poder

Ocupar el espacio con movimientos controlados y gestos expansivos del cuerpo erguido que expresan y transmiten confianza, autoridad, dominio y asertividad. (Miles, 2023).

I6 Expresión corporal

Utilizar el cuerpo como medio para expresar sensaciones, sentimientos, emociones y pensamientos, a fin de ponerse en contacto con el medio y con los demás. (Verde, 2024).

I7 Cuidado personal

Es cuidar de sí mismo mediante prácticas y hábitos que ayuden a mantener la salud física, mental y espiritual. Es una actividad de todos los días orientada al bien estar. (Grenon, 2022)

I8 Garbo

Forma, gracia y elegancia, desenvoltura, presencia y brío, especialmente en la forma de actuar, estilo de vida y de presentarse en sociedad. (RAE, 2025).

I9 Tono de voz

Modulación de la voz y modo particular de decir algo, según la intención o el estado de ánimo de quien habla. (RAE, 2025).

I10 Velocidad de

habla

Rapidez con que una persona articula las palabras en un período de tiempo. (Instituto Cervantes, 2025)

I11 Habilidades

socioemocionales

Aptitudes y destrezas para gestionar emociones, relacionarse, tomar decisiones responsables y comunicarse

asertivamente evidenciando conciencia y regulación emocional y empatía. (MINEDU, 2921).

I12 Coherencia

Relación lógica entre los componentes físicos del porte corporal y la imagen personal que oscila en función de la ubicación en el tiempo, el contexto, la situación, la oportunidad y los sujetos de la relación, es decir los otros. (Sánchez-Rengifo, 2020).

Anhelos

Deseo por alcanzar a tener un buen porte y buena imagen y expresión. (Real Academia Española, 2024)

Convicción

Convencimiento de gustar de verse bien, ser bien visto y recordado por el porte, gracia, elegancia, presentación y proyectar imagen de impacto. (Real Academia Española,, 2024)

Expresión humana

Conjunto de acciones que se realizan con el cuerpo humano para tener una conexión directa o indirecta con los otros y transmitir pensamientos, emociones, sentimientos e ideas, con libertad y espontaneidad de modo corporal, oral, o ambos. (Conoce lo que es la expresión humana, 2026)

2.4 Marco conceptual

Los autores de las teorías más relevantes estudiadas convergen en la importancia de empoderar a las niñas respecto a su porte corporal y su imagen personal, entendiendo ambos como construcciones sociales susceptibles de mejora.

La revisión teórica realizada orienta la investigación hacia la expresión humana, promoviendo la igualdad de género (ODS 5) y en lo educativo significa fomentar que todos los niños se sientan dueños de su cuerpo, orgullosos de quienes son y libres de expresarse sin discriminación.

El aporte original que emerge de articular todas estas fuentes es la idea de que el porte estudiantil observado a través de la parada, la caminata y la forma en que ocupa el espacio, cuenta su historia de mensajes recibidos. Esta investigación mixta (cualitativa – cuantitativa) es precisamente para explorar, describir e interpretar las manifestaciones corporales a fin de comprender el significado que tienen en la vida estudiantil, dando voz a sus experiencias y sentando las bases para intervenciones pedagógicas que acompañen a llevar el cuerpo con el mejor porte de que son capaces y proyectar una imagen personal con la mayor dignidad y confianza, apertura, amabilidad y gozo.

2.5 Esquema conceptual

El porte expresado a través de la postura, los modos y lenguaje no verbal, conjuntamente con la imagen personal conformada por la apariencia, la prosodia y la actitud; constituyen la manifestación o expresión humana, conforme al siguiente esquema

Tabla 4

Cuadro del esquema conceptual

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1 Enfoque y tipo de investigación

3.1.1 Enfoque

Según (Hernández-Sampieri, 2018), el enfoque de investigación mixto se basa en la integración de datos (integración sistemática de los métodos cualitativo y cuantitativo en un solo estudio para tener percepción más completa), con un diseño de investigación integrado, que permite la complementariedad de los datos, la triangulación, el análisis compuesto, con una perspectiva holística y enfoque pragmático.

Los métodos mixtos son ⁶la mejor alternativa para indagar científicamente cualquier problema de investigación, conjuntan la información cuantitativa y cualitativa y la convierten en conocimiento sustantivo y profundo. De la parte cualitativa se explora y

comprende los fenómenos desde la perspectiva de los participantes, atendiendo a los

Porte

Postura

Alineación
Equilibrio
Modos

Flexibilidad
Movimiento
Lenguaje no verbal
Posición de poder
Expresión corporal

Imagen personal y
expresión humana
Apariencia
Cuidado personal
Garbo
Prosodia
Tono de voz
Velocidad de habla
Actitud
Habilidades socioemocionales
Coherencia

37

significados, experiencias y contextos; se busca interpretar la realidad, con énfasis en la subjetividad, el lenguaje simbólico y las vivencias personales. De la parte cuantitativa se obtiene datos numéricos que sirven para medir, contar y analizar fenómenos de forma objetiva, permitiendo identificar patrones y probar hipótesis, entre otros.

En armonía con lo señalado por Hernández-Sampieri, el enfoque de la presente investigación es mixto y se espera de una parte comprender de manera subjetiva y objetiva el porte y la imagen personal con su incidencia en la mejora de la manifestación o expresión humana, mediante la observación, la encuesta y la interpretación de los datos recogidos.

Es menester dejar en claro que los datos cualitativos y cuantitativos se utilizan juntos para una comprensión más profunda y una visión integral del problema, combinando la fuerza de ambos enfoques para superar sus limitaciones y enriquecer la interpretación, pero de ninguna manera el uno reemplaza al otro.

El enfoque está concebido bajo los paradigmas y supuestos que se indican en el siguiente esquema:

Tabla 5

Enfoque de investigación

Paradigma

Supuesto

epistemológico

Propósito

Interpretativo /

constructivista

La realidad es subjetiva y
construida socialmente.

Describir interpretativamente la
manera en que el alumnado forma,
expresa y valora su porte y su
imagen personal para mejorar su
manifestación o expresión humana.

Sociocrítico o

emancipador

La investigación busca

identificar la realidad

social o educativa.

Describir como el porte y la imagen
personal mejoran la manifestación o
expresión humana del alumnado.

3.1.2 Tipo de investigación

Según Martínez R. (2020), el tipo de investigación es básica cuando es de carácter

teórico descriptivo, es de nivel observacional cuando comienza con la observación, descriptiva cuando después de observar se procede a describir lo observado y de corte transversal cuando se realiza en un momento específico.

Para Arias, (2021), el tipo de investigación es alcance de campo cuando se realiza en el lugar donde están los participantes a fin de obtener datos primarios, interactuar y observar el comportamiento real de las personas.

38

Siguiendo los conceptos de los autores antes citados, el tipo de investigación es básica, observacional, descriptivo relacional, transversal, con alcance de campo, en los términos que se indican a continuación:

Tabla 6

Tipo de investigación
Tipo Propósito principal
Estudio de caso
Estudiar el proceso de formación y conformación del porte y la imagen personal para la manifestación o expresión humana del alumnado de 9 a 10 años del CBE en SJL, Lima. Año 2025.

3.2 ²¹ Diseño de investigación

Según Hernández-Sampieri y Mendoza, (2018) existe el diseño experimental y el diseño no experimental (descriptivo). Para Sánchez, Reyes y Mejía (2018) el diseño de investigación es el "modelo que adopta el investigador para precisar un control de las variables del estudio" (p.53). En el presente estudio las variables son categorías. Dado que el enfoque es mixto, siguiendo a (Martínez R. , 2020), el diseño es mixto, se obtuvo información de tipo textual, descriptivo y numérico sin el ánimo de solucionar algo y de modo transversal, pues, los datos corresponden a un momento específico. Se observó y describió en una única etapa a cada uno de los participantes de la muestra seleccionada y se tomó nota de la situación individual en una ficha única elaborada conforme a las características del objeto de investigación y aquellas que resultaron pertinentes en las circunstancias. Además de la observación se aplicaron cuestionarios a los participantes y a los docentes que además aportaron sus comentarios para luego comparar y relacionar los datos y comentarios con la ficha de observación. El diseño se corresponde con el tipo de investigación como se indica a continuación:

Tabla 7

Diseño de investigación
Diseño Descripción
Estudio de caso
Se captó datos de la realidad a través de la observación, describiendo lo que se aprecia en el mismo lugar y momento. Se organizaron los datos para construir la información en función de los objetivos específicos y objetivo general.

39

3.3 Escenario y Sujetos de estudio

3.3.1 Escenario

Centro de Educación Básica – CEB ubicado en el distrito de SJL, Lima, año 2025.

Sujetos del estudio

Estudiantes de nivel primaria, de 9 a 11 años de edad pertenecientes a CEB ubicado en el distrito de SJL, Lima, año 2025.

3.3.2 Población

Según (Hernández-Sampieri, 2018), la población es el conjunto total de sujetos o eventos ⁸ que comparten características específicas y que son objeto de estudio. Conforme a ello, la población es el conjunto universal de los individuos objeto de estudio por sus características específicas comunes.

Para la presente investigación, el conjunto total o universal incluyó a la parte del alumnado del CEB, 3er grado, del nivel primaria, de 9 a 10 años de edad que, con frecuencia, a escondidas, con timidez y desesperanza, comentan su disconformidad consigo mismos, evidenciando preocupación por su imagen personal. En consecuencia, el criterio de inclusión es alumnado que manifiesta disconformidad consigo mismos, y a la vez está preocupado por su imagen y expresión humana.

3.3.3 Muestra

También (Hernández-Sampieri, 2018) indica que la muestra es, en esencia, un subgrupo de la población. Es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que se le llama población. El mismo Hernández-Sampieri, considera a la muestra en el proceso cualitativo, como el grupo de personas, eventos, sucesos, comunidades, etc., sobre el cual se habrán de recolectar los datos, sin que necesariamente sea estadísticamente representativo del universo o población que se estudia, por tanto, es no probabilístico; para el tipo de investigación de caso de estudio sugiere un tamaño mínimo de muestra de seis a diez y si son en profundidad, tres a cinco. Asimismo, en lo que se refiere a muestras orientadas a la investigación cualitativa, entre otras, considera:

Muestras por oportunidad, casos que de manera fortuita se presentan ante el investigador justo cuando los necesita.

Muestras por conveniencia, llamada también intencional o dirigida, que están conformadas por los casos disponibles en un mismo lugar y a los cuales tenemos acceso fácil. (Battaglia, 2008 citado por Hernández-Sampieri). Este tipo de muestras son válidas cuando un determinado diseño de investigación lo requiere. Los hallazgos de este tipo de muestra, se aplican solo a la muestra o a muestras similares en tiempo y lugar bajo el

40

criterio de transferibilidad de hallazgos con absoluta prudencia. Nunca se generalizan a la población, tampoco se extrapolan.

En concordancia con los señalamientos teóricos sobre la muestra en los procesos de investigación, la muestra es no probabilística, de oportunidad, intencional de conveniencia admitida en el enfoque de investigación mixto.

3.4 Definición de categorías, sub categorías y matrices

Tabla 8

Definición de caegorías y sub categorías

Categoría

C

Subcategorías

SC

C1:

Porte

SC1 Postura

SC2 Modos

SC3 Lenguaje no verbal

C2:

Imagen Personal

y expresión

humana

SC4 Apariencia exterior

SC5 Prosodia

SC6 Actitud

3.4.1 Matriz de categorización

Según Tujillo, (2024), una matriz es una representación tabular en la que se presenta información estructurada en filas y columnas a fin de visualizar las interrelaciones entre diferentes categorías y subcategorías y lograr una fácil comprensión del contenido.

Las categorías principales son los bloques fundamentales que definen el marco de la matriz. Cada categoría agrupa conceptos similares, permitiendo una visualización eficiente y una rápida identificación de temas relevantes.

Las subcategorías desglosan las categorías principales en temas más específicos. Esto permite un análisis más detallado y una conexión lógica entre diferentes conceptos dentro de la misma categoría.

Conforme a lo indicado por Tujillo, (2024), se elaboró la matriz de categorización como la herramienta metodológica a seguir en la presente investigación: VER: Anexo 1.

Matrices. 1.1. Matriz de Categorización que, muestra la operacionalización como el proceso por el cual se transforma o traduce una categoría teórica en categorías empíricas, directamente observables, con la finalidad de poder medirlas. Obviamente una categoría que ya es empírica no necesita ser operacionalizada, o, mejor dicho, la operacionalización es mucho más sencilla.

41

Matriz de Categorización

El Porte y su Incidencia en la Imagen Personal y Expresión Humana.
Alumnado 3er Grado. CEB de SJL. Año 2025.

Categoría

C

Definición

operativa

Variables

Subcategorías

SC

Instrumento Indicador I

Relación con

objetivos

C1

Porte

Es el cuerpo en

el espacio,

llevado de tal

manera que

comunique y

exprese a

través de su

postura, modos

y lenguaje no

verbal.

(RAE, 2025)

SC1

Postura

Ficha única

Cuestionario

1

Cuestionario

2

I1 Alineación

I2 Equilibrio

Identificar como

el alumnado

forma su porte y

su imagen

personal y

expresión

humana.

SC2

Modos

I3 Flexibilidad

I4 Movimiento

Describir como

el alumnado

expresa su porte

y su imagen

personal y

expresión

humana.

SC3

Lenguaje no

verbal

I5 Posición de

poder

I6 Expresión

corporal

Indicar como el
alumnado valora
su porte y su
imagen personal
y expresión
humana.

C2
Imagen
personal y
expresión
humana
Es la
presentación del
porte con
apariencia
exterior y
expresión
prosódica,
cohesionados
por la actitud en
una unidad con
significado y
manifestación
humana. (RAE,
2025)
SC4
Apariencia

Ficha única
Cuestionario
1
Cuestionario
2

I7 Cuidado
personal
I8 Garbo

Identificar como
el alumnado
forma su porte y
su imagen
personal y
expresión
humana.

SC5 Prosodia
I9 Tono de voz
I10 Velocidad de
habla

Describir como
el alumnado
expresa su porte
y su imagen
personal y
expresión
humana.

SC6 Actitud
I11 Habilidades
socioemocionales
I12 Coherencia

Indicar como el
alumnado valora
su porte y su
imagen personal
y expresión
humana.

42

3.4.2 Matriz de Operacionalización

(Ortiz, 2024) indica que la operacionalización se refiere al proceso de definir una variable o categoría de investigación de manera concreta y específica, a través de la identificación de las subcategorías y los indicadores y la determinación de los métodos de medición o manipulación de la variable o categoría. Es decir, se trata de transformar una variable abstracta en una variable observable y medible, estableciendo las operaciones o procedimientos necesarios para llevar a cabo la medición o manipulación de la variable o categoría en un estudio de investigación. En ese sentido, la matriz de operacionalización es una herramienta que se utiliza en la investigación para definir de manera clara y detallada ³⁴ las variables o categorías que se van a medir y cómo se van a medir. En esta matriz se especifican la definición conceptual, definición operacional, dimensiones, indicadores, escala de medición y niveles de rango de manera organizada y estructurada. La matriz de operacionalización es importante porque ayuda a garantizar la validez y fiabilidad de los datos recolectados, al proporcionar una guía sistemática para la medición de las variables y la recopilación de datos.

Siguiendo lo antes indicado se ha elaborado la siguiente matriz de operacionalización:

43

Matriz de Operacionalización:
El Porte y su Incidencia en la Imagen Personal y Expresión Humana.
Alumnado 3er Grado. CEB de SJL. Año 2025.
Variable
Categoría
C
Definición
operativa
Dimensión
Subcategorías
SC
Instrumento Indicador I
Relación con
objetivos

C1
Porte

Es el cuerpo en
el espacio,
llevado de tal
manera que
comunique y
exprese a
través de su
postura, modos
y lenguaje no
verbal.
(RAE, 2025)

SC1
Postura

Ficha única
Cuestionario
1
Cuestionario
2

I1 Alineación

I2 Equilibrio

Identificar como el
alumnado forma su
porte y su imagen
personal y expresión
humana.

SC2

Modos

I3 Flexibilidad

I4 Movimiento

Describir como el
alumnado expresa
su porte y su imagen
personal y expresión
humana.

SC3

Lenguaje no
verbal

I5 Posición de

poder

I6 Expresión

corporal

Indicar como el
alumnado valora su
porte y su imagen
personal y expresión
humana.

C2

Imagen

personal y

expresión

humana

Es la

presentación del

porte corporal

humano, con

apariencia

exterior y

expresión

prosódica,

cohesionados

por la actitud en

una unidad con

significado y

manifestación

humana. (RAE,

2025)

SC4

Apariencia

Ficha única

Cuestionario

1

Cuestionario

2

I7 Cuidado

personal

Identificar como el
alumnado forma su
porte y su imagen
personal y expresión
humana.

SC5 Prosodia
I9 Tono de voz
I10 Velocidad de
habla

Describir como el
alumnado expresa
su porte y su imagen
personal y expresión
humana.

SC6 Actitud
I11 Habilidades
socioemocionales
I12 Coherencia
Indicar como el
alumnado valora su
porte y su imagen
personal y expresión
humana.

3.4.3 ⁴⁰ Matriz de consistencia

Según (Vera, 2016), ¹² una Matriz de Consistencia (MC): Es un cuadro horizontal, conformado por columnas y filas, que consiste en presentar y resumir en forma adecuada, panorámica y sucinta los elementos básicos del proyecto de investigación, para comprender y evaluar la coherencia y conexión lógica entre el problema, los objetivos, las categorías y metodología en la investigación a realizar a fin ¹² de constituir una investigación eficaz y dar certeza para que cada uno de los elementos tenga coherencia y se pueda verificar la congruencia de los objetivos de la investigación procurando una estructura lógica al estudio. Acorde con esta conceptualización se

44

elaboró la matriz de consistencia que permite ¹² comprender y evaluar la coherencia y conexión lógica del problema con los objetivos, las categorías, dimensiones, subcategorías e indicadores y metodología y técnicas de investigación.

Matriz de Consistencia:

El Porte y su Incidencia en la Imagen Personal y Expresión Humana.

Alumnado 3er Grado. CEB de SJL. Año 2025.

Formulación
del

Problema

Objetivos

Hipótesis

Variables

Categorías

Dimensiones

Subcategorías

e indicadores

Sujeto de

Estudio

Metodología

y Técnicas

Formulación

General:

¿De qué
manera el
porte incide
en la imagen

personal y
expresión
humana del
alumnado del
3er grado del
CEB de SJL
año 2025?

Objetivo
General:

Describir de
qué manera el
alumnado del
3er grado del
CEB de SJL
año 2025
forma su
porte y su
imagen
personal y
expresión
humana

Hipótesis
general:

El porte
incide en la
imagen
personal y
expresión
humana del
alumnado del
3er grado del
CEB de SJL
año 2025.

.
Porte
corporal.

- Postura
- Alineación
- Equilibrio

- Modos
- Flexibilidad
- Movimiento

- Lenguaje no
verbal
- Posición de
poder
- Expresión
corporal

Población
9
estudiantes

Muestra:
9
estudiantes

Enfoque:
mixto

Tipo:

Básica

Descriptivo

Observacional

Alcance de

campo

Transversal.

Técnicas:

- Observación

Instrumento:

Ficha única

(Dicotómica)

- Encuesta

Instrumentos:

Cuestionario

1

(Dicotómica)

Cuestionario

2

(Escala Likert)

Problemas

específicos:

a) ¿De qué

manera el

alumnado

forma su

porte y su

imagen

personal?

b) ¿De qué

manera el

alumnado

expresa su

porte y su

imagen

personal?

c) ¿De qué

manera el

alumnado

valora su

porte y su

imagen

personal?

Objetivos

específicos:

Identificar

como el

alumnado

forma su

porte y su

imagen

personal.

Describir

como el

alumnado

expresa su

porte y su
imagen
personal.

Indicar como
el alumnado
valora su
porte y su
imagen
personal.

Hipótesis
específicas:

El alumnado
forma ³¹ su
porte y su
imagen
personal.

El alumnado
expresa su
porte y su
imagen
personal.

El alumnado
valora su
porte y su
imagen
personal.

Imagen
personal y
expresión
humana

- Apariencia
- Cuidado
personal
- Garbo

- Prosodia
- Tono de voz
- Velocidad de
habla

- Actitud
- Habilidades
socioemocionales
-Coherencia

Adicionales:
- Anhelo
- Convicción

45

²⁶ 3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.5.1 Técnica de observación

Instrumento: Ficha única de observación para cada conformante de la muestra.

3.5.2 Técnica de encuesta

Instrumento:

Cuestionario 1 aplicado a cada conformante de la muestra.

Cuestionario 2 aplicado a docentes solicitando además comentarios.

3.6 Procedimiento de análisis

El análisis de los datos se realizó mediante un enfoque de análisis temático, siguiendo las

etapas de codificación abierta, categorización y construcción de temas, lo cual permitió identificar patrones de significado en la observación del alumnado participante, así como de las respuestas a los cuestionarios y comentarios adicionales aportados por los docentes encuestados. Los datos obtenidos mediante las técnicas de observación y encuesta se organizaron conforme a las categorías y subcategorías, se analizaron mediante el software SPSS versión 25.0 a fin de obtener frecuencias y gráficos; comparar y exponer resultados e interpretar para la discusión.

3.7 Consideraciones éticas

La presente investigación se enmarcó en los principios éticos fundamentales de la investigación en ciencias sociales y educativas, con especial atención al enfoque de derechos humanos, la equidad de género y la protección de la persona humana, en concordancia con los principios éticos y la Declaración Universal de Derechos Humanos reconocidos en la Constitución Política del Estado Peruano. Respeto a la dignidad y autonomía de las personas participantes la investigación se llevó a cabo en un ambiente libre de estereotipos y sin discriminación alguna, con respeto a la persona humana fin supremo de la sociedad y el Estado, titular de los derechos fundamentales y constitucionales, a la dignidad y a la no discriminación de cualquier índole, con capacidad de libre expresión, autonomía y decisión, en cumplimiento del principio ético del respeto a la persona humana.

3.8 Consentimiento informado y asentimiento

Para obtener el consentimiento informado, a quienes corresponda, se informó ampliamente del propósito de la investigación y de sus beneficios en un lenguaje claro, preciso, entendible, comprensible y con ilustraciones adecuadas a la edad de quienes participan; y se formalizó mediante una declaración jurada de quien corresponda en clara

46

manifestación de conocimiento de lo informado y de aceptación, en cumplimiento del principio ético de la transparencia.

3.9 Uso ético de la información

Los sustentos de toda la información constan en los instrumentos, lo que impide la identificación de la persona. Su utilización es única y exclusivamente con fines académicos, educativos y de mejora de la práctica pedagógica, quedando prohibido todo tipo de divulgación y uso por terceros y toda utilización distinta, bajo responsabilidad del investigador conforme al principio de confidencialidad ética.

3.10 Enfoque de derechos humanos y perspectiva de género

El estudio se orientó a promover la autoestima, autonomía y autoimagen desde un enfoque inclusivo, crítico y libre de sesgos sexistas o capacitistas, con inclusión de la diversidad, en armonía con el respeto de los derechos humanos de los que son titulares quienes participan, en manifiesta observancia del respeto a la persona humana, sus derechos y del principio ético de respeto a la persona humana.

3.11 Criterios de rigor cualitativo

(Castillo, 2003) sobre el rigor metodológico en la investigación cualitativa considera la credibilidad, la auditabilidad o confirmabilidad y la transferibilidad o aplicabilidad. La presente investigación cumplió con dichos criterios:

La credibilidad se logró con el reconocimiento que hicieron los participantes de lo anotado en las fichas de observación durante el diálogo con la investigadora, datos que fueron contrastados con sus repuestas al cuestionario aplicado y las respuestas y comentarios adicionales aportados por los docentes.

La transferibilidad o aplicabilidad, en la línea del principio de transparencia se abundó en detalles del contexto y de los participantes, lo que facilitaría, de ocurrir, la adecuación entre el contexto del estudio original y el contexto receptor de la transferencia de los hallazgos.

La auditabilidad o confirmabilidad se logra mediante un examen por terceros para lo cual está disponible la evidencia de un proceso lógico, trazable y documentado que acredita la veracidad de las descripciones realizadas y neutralidad de la investigadora. La evidencia material obra en los instrumentos validados y utilizados: fichas de observación aplicadas, cuestionarios respondidos y comentarios adicionales recibidos que constituyen evidencia

47

de objetividad y certeza de una información completa, ordenada y accesible a los efectos de ser examinada.

CAPÍTULO IV RESULTADOS

4.1 Presentación de resultados

En el CEB se captó los datos de la realidad de los participantes observándolos de manera visual, auditiva y directa a fin de examinar el porte corporal y la imagen personal teniendo como guía a la ficha única de observación en la que se anotaron los datos, conforme al enfoque mixto, diseño, definición de categorías y subcategorías de la guía matriz de categorización y matriz de consistencia; además se recogieron datos de los participantes y sus docentes mediante cuestionarios respectivos, que incluye siete comentarios de los docentes.

4.1.1 Resultados de la Observación

La formación de el porte corporal y la imagen personal del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría postura con sus indicadores: alineación y equilibrio, y la subcategoría apariencia con sus indicadores: cuidado personal y garbo.

Del procesamiento de datos de la ficha única de observación se ha obtenido tablas y gráficos que indican:

Postura

Tabla 9

Alineación del cuerpo del alumnado

Alineación del alumnado observado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido

Suficiente 4 44,4 44,4

Deficiente 5 55,6 100,0

Total 9 100,0

Gráfico 1

Alineación del Alineación cuerpo del alumnado

48

Del alumnado observado, el 44.44% presenta cuerpo alineado suficiente y el 55.56% deficiente.

Tabla 10

Equilibrio del cuerpo del alumnado

Equilibrio del alumnado observado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido Suficiente 9 100,0 100,0

Gráfico 2

Equilibrio del cuerpo del alumnado

Del alumnado observado, el 100% presenta cuerpo en equilibrio.

Apariencia

49

Tabla 11

Cuidado personal del cuerpo del alumnado

Cuidado personal del alumnado observado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje
acumulado
Válido Suficiente 6 66,7 66,7
Deficiente 3 33,3 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 3
Cuidado personal del cuerpo del alumnado

Del alumnado observado, el 66.67% presenta cuidado personal suficiente y el 33.33% deficiente.

Tabla 12
Garbo del cuerpo del alumnado
Garbo del alumnado observado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado
Válido
Suficiente 2 22,2 22,2
Deficiente 7 77,8 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 4
Garbo del cuerpo del alumnado

50

Del alumnado observado, el 22.22% presenta garbo suficiente y el 77.78% deficiente.

La expresión de el porte corporal y la imagen personal del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría modos con sus indicadores: Flexibilidad y Movimiento, y la subcategoría prosodia con sus indicadores: Tono de voz y Velocidad de habla.
Del procesamiento de datos de la ficha única de observación se ha obtenido tablas y gráficos que indican:

Modos
Tabla 13
Flexibilidad del cuerpo del alumnado
Flexibilidad del alumnado observado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado
Válido
Suficiente 6 66,7 66,7
Deficiente 3 33,3 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 5
Flexibilidad del cuerpo del alumnado

51

Del alumnado observado, el 66.67% presenta flexibilidad suficiente y el 33.33% deficiente.

Tabla 14
Movimiento del cuerpo del alumnado

Movimiento del alumnado observado
Frecuencia
Porcentaje

válido
Porcentaje
acumulado
Válido
Suficiente 8 88,9 88,9
Deficiente 1 11,1 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 6
Movimiento del cuerpo del alumnado

52

Del alumnado observado, el 88.89% presenta movimiento suficiente y el 11.11% deficiente.

Prosodia
Tabla 15
Tono de voz del cuerpo del alumnado
Tono de voz del alumnado observado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado
Válido
Suficiente 7 77,8 77,8
Deficiente 2 22,2 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 7
Tono de voz del cuerpo del alumnado

Del alunado observado, el 77.78% presenta tono de voz suficiente y el 22.22% deficiente.

53

Tabla 16
Velocidad de hablar del alumnado

Velocidad de habla del alumnado observado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado
Válido
Suficiente 7 77,8 77,8
Deficiente 2 22,2 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 8
Velocidad de hablar del cuerpo del alumnado

Del alumnado observado, el 77.78% presenta velocidad de hablar suficiente y el 22.22% deficiente.

La valoración de el porte corporal y la imagen personal del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría lenguaje no verbal con sus indicadores: posición de poder y expresión corporal, y la subcategoría actitud con sus indicadores: habilidades socioemocionales y coherencia, a todos ellos se suma el anhelo y convicción del alumnado según los encuestados: alumnado y docentes.

Del procesamiento de datos de la ficha única de observación se ha obtenido tablas y gráficos que indican:

Lenguaje no verbal

Tabla 17

Posición de poder del cuerpo del alumnado
Posición de poder del alumnado observado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado
Válido
Suficiente 6 66,7 66,7
Deficiente 3 33,3 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 9

Posición de poder del cuerpo del alumnado

Del alumnado observado, el 66.67% presenta posición de poder suficiente y el 33.33% deficiente.

Tabla 18

Expresión corporal del cuerpo del alumnado
Expresión corporal del alumnado observado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado
Válido
Suficiente 7 77,8 77,8
Deficiente 2 22,2 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 10

Expresión corporal del cuerpo del alumnado

Del alumnado observado, el 77.78% presenta expresión corporal suficiente y el 22.22% deficiente.

Tabla 19

Habilidades socioemocionales del cuerpo del alumnado
Habilidades socioemocionales del alumnado observado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado
Válido Suficiente 8 88,9 88,9
Deficiente 1 11,1 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 11

Habilidades socioemocionales del cuerpo del alumnado

Del alumnado observado, el 88.89% presenta habilidades socioemocionales suficiente y el 11.11% deficiente.

Tabla 20

Coherencia del cuerpo del alumnado
Coherencia del alumnado observado
Frecuencia
Porcentaje

válido
Porcentaje
acumulado
Válido
Suficiente 6 66,7 66,7
Deficiente 3 33,3 100,0
Total 9 100,0

Gráfico 12
Coherencia del cuerpo del alumnado

Del alumnado observado, el 66.67% presenta coherencia suficiente y el 33.33% deficiente.

Tabla 21
Hallazgos de la observación y vinculación con las sub categorías
Indicador Hallazgo
Subcategoría
vinculada

I 1
alineación

- 1. Hombros caídos
 - 2. Hombros desnivelados
 - 3. Punta de pies hacia adentro
 - 4. Punta de pies hacia adentro
 - 5. Punta de pies hacia adentro
- Postura

I 3
6. Rigidez moderada al pararse
7. Rigidez moderada al flexionar
Modos

57

Indicador Hallazgo
Subcategoría
vinculada
Flexibilidad 8. Rigidez moderada al pararse

I 4
Movimiento
9. Pausado al girar

I 5
Posición de poder
10. Timidez al expresar enojo
11. Timidez al hacer posición de poder
Lenguaje no verbal

I 6
Expresión corporal

- 12. Manos entrelazadas
- 13. Sin expresión corporal
- 14. Sin expansión de brazos

I 7
Cuidado personal

- 15. Cabello desordenado
- 16. Despeinado
- 17. Falta de asepsia del vestido

Apariencia
I 8
Garbo

18. Chacota sin manifestar libertad y sin gracia
19. Poca gracia; requiere validación de sus amigas
20. Timidez y poca gracia
21. Vestimenta impropia
22. Poca elegancia, al pararse se apoya en la pared
23. Sin gracia y sin elegancia, escasa transmisión a través del cuerpo y apariencia
I 9
Tono de voz

24. Voz plana. Sin ningún tipo de variación
25. Voz sin tono. no grita, no responde a nada Prosodia
I 10
Velocidad de habla

26. Lentitud al hablar
27. Sin respuesta a ninguna pregunta
I 11
Habilidades socioemocionales
28. es tímido y se ve tímido
Actitud

I 12
Coherencia

29. Serio con deseo de mostrarse alegre
30. Sonriente con deseo de mostrarse alegre
31. Contrario a como quiere verse
32. Sin reacción alguna

Nota. Tabla elaborada por el autor con datos recopilados durante el estudio.

4.1.2 Resultados de las Encuestas

Se encuestó al alumnado participante como objeto de estudio y a los docentes para obtener información de sus percepciones respecto del alumnado.

4.1.2.1 Resultados de la encuesta al alumnado Participantes

El alumnado participante en sus respuestas al cuestionario de 14 preguntas, indicó

58

A la pregunta 1 ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?

Tabla 22

Alineación al llevar el cuerpo

Llevar el cuerpo en línea recta hacia arriba por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido

si 7 77,8 77,8

no 2 22,2 100,0

Total 9 100,0

Gráfico 13

Alineación al llevar el cuerpo

Del alumnado participante encuestado, el 77.78% afirmó que tiene su cuerpo en línea recta hacia arriba y el 22.22% negó.

A la pregunta 2 ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuándo caminas y cuándo corres?

Tabla 23

Equilibrio del cuerpo al caminar y correr

Caminar y correr con el cuerpo en equilibrio por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido

si 6 66,7 66,7

no 3 33,3 100,0

59

Total 9 100,0

Gráfico 14

Equilibrio del cuerpo al caminar y correr

Del alumnado participante encuestado, el 66.67% afirmó que tiene estabilidad cuando camina y cuando corre y el 33.33% lo negó.

A la pregunta 3 ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?

Tabla 24

Flexibilidad al estirar y doblar el cuerpo

Estirar y doblar el cuerpo con facilidad por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido

si 7 77,8 77,8

no 2 22,2 100,0

Total 9 100,0

Gráfico 15

Flexibilidad al estirar y doblar el cuerpo

60

Del alumnado participante encuestado, el 77.78% afirmó que se estira y dobla con facilidad y el 22.22% negó.

A la pregunta 4 ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?

Tabla 25

Movimiento al caminar, correr y girar el cuerpo

Caminar, correr y girar el cuerpo con facilidad por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido si 9 100,0 100,0

Gráfico 16

Movimiento al caminar, correr y girar el cuerpo

61

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que camina bien, corre bien y gira con facilidad y nadie lo negó.

A la Pregunta 5 ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?

Tabla 26

Posición de poder con cuerpo erguido, en movimientos y gestos

Mantener erguido, controlar movimientos y hacer gestos expansivos con el cuerpo por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido si 9 100,0 100,0

Gráfico 17

Posición de poder con cuerpo erguido, en movimientos y gestos

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó mantener su cuerpo erguido, controla sus movimientos y hace gestos expansivos con su cuerpo y nadie negó.

A la pregunta 6 ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?

Tabla 27

Expresión corporal causando reacciones

Expresar y causar reacciones con el cuerpo por el estudiante encuestado

62

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido

si 6 66,7 66,7

no 3 33,3 100,0

Total 9 100,0

Gráfico 18

Expresión corporal causando reacciones

Del alumnado participante encuestado, el 66.67% afirmó que se expresa con su cuerpo y causa reacciones y el 33.33% negó.

A la pregunta 7 ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?

Tabla 28

Cuidado personal del cuerpo para estar y verse bien

Cuidar siempre el cuerpo para estar bien y verse bien por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido si 9 100,0 100,0

Gráfico 19

Cuidado personal del cuerpo para estar y verse bien

63

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que cuida siempre su cuerpo para estar bien y verse bien y nadie lo negó.

A la pregunta 8 ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?

Tabla 29

Garbo al llevar el cuerpo con encanto y elegancia

Llevar el cuerpo con encanto y elegancia por el
estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido

si 7 77,8 77,8

no 2 22,2 100,0

Total 9 100,0

Gráfico 20

Garbo al llevar el cuerpo con encanto y elegancia

64

Del alumnado participante encuestado, el 77.78% afirmó que lleva su cuerpo con encanto y elegancia y el 22.22% lo negó.

A la pregunta 9 ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?

Tabla 30

Tono de voz según lo que va a decir

Modular la voz según lo que va a decir por el
estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido si 9 100,0 100,0

Gráfico 21

Tono de voz según lo que va a decir

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que modula su voz según lo que va a decir y nadie lo negó.

Pregunta 10 ¿Hablas rápido o hablas despacio según lo que vas a decir?

Tabla 31

Velocidad de hablar según lo que va a decir

Hablar rápido o despacio según lo que se va a decir
por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

65

Válido si 9 100,0 100,0

Gráfico 22

Velocidad al hablar según lo que va a decir

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que habla rápido o despacio según lo que va a decir y nadie lo negó.

Pregunta 11 ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?

Tabla 32

Habilidades socioemocionales en el trato con los otros

Usar buenas maneras en casa y en la escuela con los

demás por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido

si 8 88,9 88,9

no 1 11,1 100,0

Total 9 100,0

Gráfico 23

Habilidades socioemocionales en el trato con los otros

66

Del alumnado participante encuestado, el 88.89% afirmó que usa sus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los otros y el 11.11% lo negó.

Pregunta 12 ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?

Tabla 33

Coherencia en la forma de ser con los otros

Sentir aceptación por la forma de ser con los otros
por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido si 9 100,0 100,0

Gráfico 24

Coherencia en la forma de ser con los otros

67

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó sentir aceptación por tu forma de ser y por cómo son con ellos (coherencia) y nadie negó.

Pregunta 13 ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?

Tabla 34

Anhelos de llevar siempre bien el cuerpo, con encanto y elegancia

Gustar llevar bien el cuerpo, con encanto y elegancia,
en todo momento por el estudiante encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido si 9 100,0 100,0

Gráfico 25

Anhelos de llevar siempre bien el cuerpo, con encanto y elegancia

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que gustaría de llevar bien u cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento y nadie lo negó.

68

Pregunta 14 ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

Tabla 35

Convicción de mejora al llevar el cuerpo con encanto y elegancia

Crear que es mejor, llevar bien el cuerpo con
encanto y elegancia en todo momento por el

estudiante encuestado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado
Válido si 9 100,0 100,0

Gráfico 26
Convicción de mejora al llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que cree que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento y nadie lo negó.

4.1.2.2 Docentes encuestados
Los docentes encuestados en sus respuestas al cuestionario de ocho preguntas, indicaron

Pregunta 1 ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?
Tabla 36
Postura del alumnado según docentes
Postura del alumnado, según docente encuestado

69

Frecuencia	
Porcentaje	
válido	
Porcentaje	
acumulado	
Válido	
ninguno 1	5,9 5,9
pocos 2	11,8 17,6
algunos 9	52,9 70,6
muchos 4	23,5 94,1
todos 1	5,9 100,0
Total 17	100,0

Gráfico 27
Postura del alumnado según docentes

De docentes encuestados, el 52.94 % consideran que algunos estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr, 23.53% que muchos, otro 11.76% que pocos y en los extremos el 5.88% indica ninguno y 5.88% todos.

Pregunta 2 ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?
Tabla 37
Modos del alumnado según docentes
Modos del alumnado, según docente encuestado

Frecuencia	
Porcentaje	
válido	
Porcentaje	
acumulado	
Válido	
ninguno 1	5,9 5,9
pocos 5	29,4 35,3
algunos 5	29,4 64,7
muchos 5	29,4 94,1
todos 1	5,9 100,0

Gráfico 28
Modos del alumnado según docentes

De docentes encuestados, el 29.41% considera que, algunos estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos, 29.41% que muchos, 29.41% que pocos y en los extremos el 5.88% indica ninguno y 5.88% todos.

Pregunta 3 ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

Tabla 38
Lenguaje no verbal del alumnado según docentes
Lenguaje no verbal del alumnado, según docente encuestado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado

ninguno	2	11,8	11,8
pocos	6	35,3	47,1
algunos	4	23,5	70,6
muchos	4	23,5	94,1
todos	1	5,9	100,0
Total	17	100,0	

Gráfico 29
Lenguaje no verbal del alumnado según docentes

71

De docentes encuestados, el 35.29 % considera que, pocos estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal, 23.53% que muchos, 23.53% que algunos,11.76% indica ninguno y el 5.88% todos.

Pregunta 4 ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

Tabla 39
Apariencia del alumnado según docentes
Apariencia del alumnado, según docente encuestado
Frecuencia
Porcentaje
válido
Porcentaje
acumulado
Válido pocos 6 35,3 35,3
algunos 5 29,4 64,7
muchos 5 29,4 94,1
todos 1 5,9 100,0
Total 17 100,0

Gráfico 30
Apariencia del alumnado según docentes

72

De docentes encuestados, el 35.29 % considera que, pocos estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia, 29.41% que algunos, otro 29.41% que muchos, 5.88% indica todos y nadie ninguno.

Pregunta 5 ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de modular su expresión oral según lo que van a decir?

Tabla 40
Prosodia del alumnado según docentes

Prosodia del alumnado, según docente encuestado

Frecuencia Porcentaje válido

Porcentaje

acumulado

Válido

ninguno 1 5,9 5,9

pocos 5 29,4 35,3

algunos 9 52,9 88,2

muchos 2 11,8 100,0

Total 17 100,0

Gráfico 31

Prosodia del alumnado según docentes

73

De docentes encuestados, el 52.94% considera que algunos estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de modular su expresión oral según lo que van a decir, 29.41% que pocos, 11.76% que muchos, 5.88% indica ninguno y nadie todos.

Pregunta 6 ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

Tabla 41

Actitud del alumnado según docente

Actitud del alumnado, según docente encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido

pocos 5 29,4 29,4

algunos 8 47,1 76,5

muchos 4 23,5 100,0

Total 17 100,0

Gráfico 32

Actitud del alumnado según docentes

74

De docentes encuestados, el 47.06 % cree que algunos estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos, 29.41% que pocos, 23.53% que muchos, nadie indica ninguno, ni todos.

Pregunta 7 ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?

Tabla 42

Anhelo del estudiante según docente

Anhelo del alumnado, según docente encuestado

Frecuencia

Porcentaje

válido

Porcentaje

acumulado

Válido

pocos 1 5,9 5,9

algunos 5 29,4 35,3

muchos 8 47,1 82,4

todos 3 17,6 100,0

Total 17 100,0

Gráfico 33

Anhelo del alumnado según docentes

De docentes encuestados, el 47.06 % considera que, muchos estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia, 29.41% que algunos, 17.65% que todos, 5.88% indica pocos y nadie ninguno.

Pregunta 8 ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

75

Tabla 43

Convicción del alumnado según docente		
Convicción del alumnado, según docente encuestado		
Frecuencia		
Porcentaje		
válido		
Porcentaje		
acumulado		
Válido		
pocos	2	11,8
algunos	5	29,4
muchos	9	52,9
todos	1	5,9
Total	17	100,0

Gráfico 34

Convicción del alumnado según docentes

De docentes encuestados, el 52.94% considera que muchos estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan, 29.41% que algunos, 11.76% que pocos, 5.88% indica todos y nadie ninguno.

4.1.2.3. Comentarios aportados por los docentes encuestados

Tabla 44

Comentarios de docentes y su vinculación con subcategorías		
Nro.	Descripción del comentario	
Subcategoría		
vinculada		
1	Los niños en el colegio practican danzas, tienen un profesor excelente y su garbo y presentación es adecuado y acorde al acontecimiento o evento.	

Apariencia

76

2

Sería conveniente que visiten a las instituciones educativas para recomendar y motivar a los estudiantes en a buena postura corporal para mejorar su presentación personal y mejorar su salud física.

Postura
Apariencia

3

Todos deben tener una buena postura al caminar y expresarse corporalmente.

Postura
Lenguaje no verbal

4

La mayoría o todas las personas siempre desean ser bien vistos por los demás, por tanto, siempre desean caminar y mantener su cuerpo bien elegante y siempre quieren impresionar.

Postura
Apariencia

5

El porte corporal es importante para el desarrollo normal de su columna vertebral.

Postura (crecimiento sin desviaciones)

6

En mi opinión los estudiantes deben tener o adquirir la costumbre de caminar erguidos, creo que uno de los factores que no ayuda a esta conducta, es el uso del celular por tiempos prolongados.

Postura (adquirida por formación)

7

Es necesario el baile y la danza en sus días, aún más, estos últimos días (fin de año).

Lenguaje no verbal

Actitud (influencia del arte)

Nota. Tabla elaborada por la autora con datos recopilados durante el estudio.

4.2 Análisis

Sobre la formación de el porte y la imagen personal y expresión humana del alumnado

Según las matrices, se vincula a través de la subcategoría postura - SC1 con sus indicadores: alineación y equilibrio, y la subcategoría apariencia - SC4 con sus indicadores: cuidado personal y garbo.

La expresión de el porte y la imagen personal y expresión humana del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría modos - SC2 con sus indicadores: Flexibilidad y Movimiento, y la subcategoría prosodia - SC5 con sus indicadores: Tono de voz y Velocidad de habla

La valoración de el porte y la imagen personal y expresión humana del alumnado, según las matrices, se vincula a través de la subcategoría lenguaje no verbal - SC3 con sus indicadores: posición de poder y expresión corporal, y la subcategoría actitud - SC6 con sus indicadores: habilidades socioemocionales y coherencia.

Deficiencias emergentes de la observación al alumnado participante

I 1 alineación

1. Hombros caídos

2. Hombros desnivelados

3. Punta de pies hacia adentro

4. Punta de pies hacia adentro

5. Punta de pies hacia adentro

I 3 Flexibilidad

77

6. Rigidez moderada al pararse

7. Rigidez moderada al flexionar

8. Rigidez moderada al sentarse

I 4 Movimiento

9. Pausado al girar

I 5 Posición de poder

10. Timidez al expresar enojo

11. Timidez al hacer posición de poder

I 6 Expresión corporal

12. Manos entrelazadas

13. Sin expresión corporal

14. Sin expansión de brazos

I 7 Cuidado personal

15. Cabello desordenado

16. Despeinado

17. Falta de asepsia del vestido

I 8 Garbo

18. Chacota sin manifestar libertad y sin gracia

19. Poca gracia; requiere validación de sus amigas

20. Timidez y poca gracia

21. Vestimenta impropia
22. Poca elegancia, al pararse se apoya en la pared
23. Sin gracia y sin elegancia, escasa transmisión a través del cuerpo y apariencia
- I 9 Tono de voz
24. Voz plana. Sin ningún tipo de variación
25. Voz sin tono. no grita, no responde a nada
- I 10 Velocidad de habla
26. Lentitud al hablar
27. Sin respuesta a ninguna pregunta
- I 11 Habilidades socioemocionales
28. es tímido y se ve tímido
- I 12 Coherencia
29. Serio con deseo de mostrarse alegre
30. Sonriente con deseo de mostrarse alegre
31. Contrario a como quiere verse
32. Sin reacción alguna

4.2.1 Del alumnado observado

I 1 Alineación

Del alumnado observado, el 44.44% presenta cuerpo alineado suficiente y el 55.56% deficiente.

I 2 Equilibrio

Del alumnado observado, el 100% presenta cuerpo en equilibrio.

I 3 Cuidado personal

Del alumnado observado, el 66.67% presenta cuidado personal suficiente y el 33.33% deficiente.

I 4 Garbo

Del alumnado observado, el 22.22% presenta garbo suficiente y el 77.78% deficiente

I 5 Flexibilidad

Del alumnado observado, el 66.67% presenta flexibilidad suficiente y el 33.33% deficiente.

78

I 6 Movimiento

Del alumnado observado, el 88.89% presenta movimiento suficiente y el 11.11% deficiente.

I 7 Tono de voz

Del alunado observado, el 77.78% presenta tono de voz suficiente y el 22.22% deficiente.

I 8 Velocidad de habla

Del alumnado observado, el 77.78% presenta velocidad de hablar suficiente y el 22.22% deficiente.

I 9 Posición de poder

Del alumnado observado, el 66.67% presenta posición de poder suficiente y el 33.33% deficiente.

I 10 Expresión corporal

Del alumnado observado, el 77.78% presenta expresión corporal suficiente y el 22.22% deficiente.

I 11 Habilidades socioemocionales

Del alumnado observado, el 88.89% presenta habilidades socioemocionales suficiente y el 11.11% deficiente.

I 12 Coherencia

Del alumnado observado, el 66.67% presenta coherencia suficiente y el 33.33% deficiente.

4.2.2 Alumnado participante encuestado

Pregunta 1

¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?

Del alumnado participante, el 77.78% afirmó que tiene su cuerpo en línea recta hacia arriba y el 22.22% lo negó.

Pregunta 2

¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuándo caminas y cuándo corres?

Del alumnado participante encuestado, el 66.67% afirmó que tiene estabilidad cuando camina y cuando corre y el 33.33% negó.

Pregunta 3

¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?

Del alumnado participante, el 77.78% afirmó que se estira y dobla con facilidad y el 22.22% negó.

Pregunta 4

¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que camina bien, corre bien y gira con facilidad y nadie negó.

79

Pregunta 5

¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que mantiene su cuerpo erguido, controla sus movimientos y hace gestos expansivos con su cuerpo y nadie negó.

Pregunta 6

¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?

Del alumnado participante encuestado, el 66.67% afirmó que se expresa con su cuerpo y causa reacciones y el 33.33% negó.

Pregunta 7

¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que cuida siempre su cuerpo para estar bien y verse bien y nadie lo negó.

Pregunta 8

¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?

Del alumnado participante encuestado, el 77.78% afirmó que lleva su cuerpo con encanto y elegancia y el 22.22% negó.

Pregunta 9

¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que modula su voz según lo que va a decir y nadie negó.

Pregunta 10

¿Hablas rápido o hablas despacio según lo que vas a decir?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que habla rápido o despacio según lo que va a decir y nadie lo negó.

Pregunta 11

¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?

Del alumnado participante encuestado, el 88.89% afirmó que usa sus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás y el 11.11% negó.

80

Pregunta 12

¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que siente que los demás le aceptan y están con él por su forma de ser y por cómo es con ellos y nadie lo negó.

Pregunta 13

¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que gustaría llevar bien su cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento y nadie lo negó.

Pregunta 14

¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

Del alumnado participante encuestado, el 100% afirmó que considera que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento y nadie lo negó.

4.2.3 Docentes encuestados

Pregunta 1

¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?

De docentes encuestados, el 53 % considera que algunos estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr, 24% que muchos, 12% que pocos y en los extremos el 6% indica ninguno y 6% todos.

Pregunta 2

¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?

De docentes encuestados, el 29% considera que algunos estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos, 29% que muchos, 29% que pocos y en los extremos el 6% indica ninguno y 6% todos.

Pregunta 3

¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

81

De docentes encuestados, el 35 % considera que pocos estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal, 24% que muchos, 24% que algunos, 12% que ninguno y el 6% indica todos.

Pregunta 4

¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

De docentes encuestados, el 35 % considera que pocos estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia, el 29% que algunos, otro 29% que muchos, 6% indica todos y nadie ninguno.

Pregunta 5

¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de modular su expresión oral según lo que van a decir?

De docentes encuestados, el 47% considera que algunos estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de modular su expresión oral según lo que van a decir, 29% que pocos, 24% que muchos, nadie indica ninguno ni todos.

Pregunta 6

¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

De docentes encuestados, el 47 % considera que algunos estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos, 29% que pocos, 24% que muchos, , nadie indica ninguno ni todos.

Pregunta 7

¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?

De docentes encuestados, el 47 % considera que muchos estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia, 29% que algunos, 18% que todos, 6% que pocos y nadie indica ninguno.

Pregunta 8

¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

De docentes encuestados, el 52.94% considera que muchos estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la

82

imagen que proyectan, 29.41% que algunos, 11.76% que pocos, 5.88% indica todos y nadie ninguno.

4.3 Interpretación

Es de lo particular a lo general. A partir de las sub categorías (SC) en pares vinculados: postura (SC1) y apariencia (SC4), modos (SC2) y prosodia (SC5), lenguaje no verbal (SC3) y actitud (SC6), y sus indicadores (del 1 al 12) respectivos, finalizando con las categorías (C1 y C2). Se interpretan los resultados de la observación, las respuestas del alumnado participante y de docentes, se integran estos resultados, se exponen las teorías vinculadas, y se hace un resumen que incluye la vinculación con el objetivo y la hipótesis, respectiva.

4.3.1 Objetivo específico – OE1

Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal.

De la observación de la postura - SC1 se tiene que, el 44.44% presentó alineación suficiente, y el 55.56% deficiente con posición de pies hacia adentro y minoritariamente hombros caídos y desnivelados; y el 100% presentó equilibrio suficiente. En la contraparte apariencia - SC4 se tiene que, el 66.67% presentó cuidado personal suficiente y el 33.33% deficiente en arreglo corporal y vestuario, y el 77.78% presentó garbo suficiente y el 22.22% deficiente por falta de gracia y elegancia, timidez y escasa capacidad de transmitir con el cuerpo y aparecer bien.

Del alumnado participante encuestado, sobre postura se tiene que, el 77.78% indicó tener su cuerpo en línea recta hacia arriba (alineación) y el 22.22% lo negó; el 66.67% afirmó tener estabilidad (equilibrio) cuando camina y corre, el 33.33% lo negó. En la contraparte apariencia el 100% afirmó que cuida siempre su cuerpo para estar bien y verse bien (cuidado personal) y el 77.78% afirmó que lleva su cuerpo con encanto y elegancia (garbo) y el 22.22% lo negó. Se aprecia que el alumnado participante encuestado, mayoritariamente percibe su postura y su apariencia como buena.

De docentes encuestados, sobre postura se tiene que, el 94.13% (52.94% algunos, 23.53% muchos, 11.76% pocos y 5.88% todos) indicaron que el alumnado lleva su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr. En la contraparte apariencia se tiene que, el 99.99% (35.29 % pocos, 29.41% algunos, 29.41% muchos, 5.88% todos) indicaron que el alumnado aprende a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia. Añaden comentarios favorables al fomento y tenencia de una buena postura corporal vinculándola a la presentación personal, salud física,

83

expresividad corporal, ser bien vistos y tener una presencia de impacto positivo en reposo y en movimiento.

Observando se identificó que la postura y la apariencia de los participantes cuenta parte de la historia de cada uno de ellos, proveniente de su entorno directo: la familia y la escuela, pues, la alineación corporal deficiente (corregible) sin falta de equilibrio evidencia que nadie del entorno se fijó en ello y se manifiesta en parte en la apariencia descuidada y tímida, carente de gracia y elegancia y sin capacidad de expresión corporal y bien parecer. De otra parte, es destacable que más de las tres cuartas partes de los participantes afirman tener una buena postura corporal, esto indica que, de alguna manera, aun son inmunes a las deficiencias posturales observadas; sobre lo mismo, los docentes indicaron mayoritariamente que perciben al alumnado con una buena postura corporal y apariencia por aprendizaje, manifestando en sus comentarios adicionales que una buena postura corporal conlleva una apariencia de impacto positivo.

Las teorías del cuerpo sostienen que el porte corporal alude al modo de llevar el cuerpo, es decir, posar el cuerpo al caminar, sentarse o moverse en el espacio reflejando una actitud interna, producto de la educación y la cultura, que según Bourdieu es el habitus conformado por las disposiciones perdurables impuestas por la sociedad de diferentes maneras y la hexis corporal como dimensión física, forma habitual de estar y moverse en el mundo, en la que el cuerpo es símbolo de posición social según el diseño de la clase social, género, educación y otros como el disciplinamiento a cargo del poder institucional que a través de rutinas, reglas y vigilancia moldea la obediencia del cuerpo logrando que el individuo en automático regule su postura y conducta en función de las normas sociales, así lo sostiene Foucault. En la apariencia se comprueba las teorías de la identidad social, como la de Tajfel que indica que la identidad individual deriva de los grupos sociales y del valor emocional que surge de pertenecer a determinado grupo y se evidencia en la favorabilidad de cada uno a su respectivo grupo. Se evidencia manifestaciones de apariencia grupal siendo interesante lo manifestado como el gusto de ser visto bien por sí mismos y por lo demás.

Del análisis e interpretación de las sub categorías postura y apariencia y de las teorías, se identificó que el alumnado forma su porte y su imagen personal (OE1) siguiendo el decurso de sus vidas en su entorno más próximo: hogar – escuela, sin acceso a las ciencias, técnicas y herramientas de formación; en el caso del cuerpo, siguiendo por gravedad el habitus, la hexis corporal, el disciplinamiento institucional y en el caso de la imagen personal, siguiendo su identidad social y el valor emocional producto de su relación de pertenencia grupal.

84

4.3.2 Objetivo específico – OE2.

Describir como el alumnado expresa su porte y su imagen personal.

De la observación de modos - SC2 se tiene que, el 66.67% de los participantes presentó flexibilidad suficiente de su cuerpo y el 33.33% deficiente con rigidez mínima al pararse y al doblarse, y el movimiento del 88.89% es suficiente mientras que, el 11.11% deficiente

con giro de cuerpo con lentitud. En la contraparte prosodia - SC5, se tiene que el 78% presentó tono de voz suficiente y el 22% deficiente con falta de variación; y el 77.78% presentó velocidad de habla suficiente y el 22.22% deficiente con lentitud al hablar.

Del alumnado participante encuestado, sobre modos se tiene que, el 77.78% afirmó que se estira y dobla con facilidad (flexibilidad) y el 22.22% negó; el 100% afirmó que camina y corre bien, y gira con facilidad (movimiento). En la contraparte prosodia se tiene que, el 100% de participantes afirmó que modula su voz según lo que va a decir (tono) y también el 100% de participantes afirmó que habla rápido o despacio según lo que va a decir (velocidad), evidenciando el manejo de su tono de voz y velocidad de habla en función de sus intereses y fines.

De docentes encuestados, sobre modos se tiene que, el 94.11% (29.41% algunos, 29.41% muchos, 29.41% pocos, 5.88% todos) considera que los estudiantes forman su cuerpo para tener facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre sí mismos (flexibilidad y movimiento), asimismo sobre prosodia el 94.11% (52.94% algunos, 29.41% pocos, 11.76% muchos) considera que los estudiantes educan su voz y la velocidad de hablar (tono y velocidad del habla), para ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir. En sus comentarios consideran de necesidad la práctica del baile y la danza en la formación del alumnado.

Los modos del alumnado participante, al provenir del entorno directo, expresan dicho entorno a través de una flexibilidad mayoritariamente suficiente al lado de una minoría deficiente que, adolece de rigidez mínima al pararse y al doblarse y un buen movimiento con un mínimo del giro del cuerpo con lentitud; en cuanto a la prosodia las tres cuartas partes posee un tono de voz suficiente con una minoría de voz plana, esto es, sin ningún tipo de variación, y más de las tres cuartas partes posee una velocidad de habla suficiente con una minoría de habla lenta; por su lado el alumnado participante mayoritariamente afirma tener suficiente flexibilidad y totalmente afirman tener un buen movimiento corporal, modulación de voz y velocidad de habla según lo que van a decir, evidenciando el manejo del tono y velocidad de hablar en función de sus intereses y fines. De parte docentes encuestados, mayoritariamente consideran que el alumnado forma su flexibilidad y movimiento; asimismo, consideran necesario la práctica del baile y

85

la danza para mejor formar su parte expresiva; y la totalidad cree que los estudiantes educan su voz y la velocidad de hablar, para expresarse.

Además de las teorías del cuerpo, respecto de los modos del cuerpo, Guzmán sostiene que el cuerpo propio es siempre cuerpo-para-sí y cuerpo-para-otro, que se vive al interior del individuo a sabiendas de que es visto y es interpretado por los demás; y Lorente, considera que la educación artística utiliza el cuerpo como medio de comunicación y creación, y dice: así la danza, influye en el porte corporal al enseñar a tomar conciencia del cuerpo, mejorar la postura, la coordinación y a expresarse con confianza, desarrollando capacidades creativas, socioemocionales y de autoexpresión. Respecto de prosodia, cabe la teoría del espejo de Cooley que se refiere al yo reflejado, indicando que la autoimagen se construye según cómo creemos que los demás nos ven y que las percepciones (reales o imaginadas) del juicio ajeno actúan como un espejo para la valoración propia, aplicado a la prosodia, sería teniendo en cuenta el tono de voz y velocidad de habla con la que se cree quieren escucharnos y según el parecer de los demás; también cabría la teoría de la autopresentación de Goffman sosteniendo que las personas manejan deliberadamente su presentación para influir en las impresiones de los demás conforme a su rol y controlando sus expresiones y contextos, aplicado a la prosodia sería modulando el tono de voz y velocidad de habla en función de su quehacer en frente.

Del análisis e interpretación de las sub categorías modos y prosodia, y las teorías, la descripción de como el alumnado expresa su porte y su imagen personal (OE2), se tiene que se inicia con el origen y estado de formación de la postura del cuerpo y la apariencia que van recibiendo en el devenir, la primera los agregados de los modos a través del desarrollo de la flexibilidad y el movimiento; y la segunda los agregados de la prosodia, a través del desarrollo del tono de voz y la velocidad de hablar aplicables según las circunstancias, sin duda alguna, con influencia educativa, social y cultural.

4.3.3 Objetivo específico – OE3.

Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal.

De la observación de lenguaje no verbal - SC3, se tiene que, el 66.67% presentó posición de poder suficiente y el 33.33% deficiente presentó timidez; y el 78% presentó expresión corporal suficiente, y el 22% deficiente presentó manos entrelazadas y ningún tipo de expresión corporal. En la contraparte actitud - SC6, se tiene que 88.89% presentó habilidades socioemocionales suficiente, y el 11.11% deficiente presentó timidez; el 66.67% presentó coherencia suficiente, y el 33.33% deficiente presentó seriedad con

Del alumnado participante encuestado, sobre lenguaje no verbal, se tiene que, el 100% afirmó que mantiene su cuerpo erguido, controla sus movimientos y hace gestos expansivos con su cuerpo en posición de poder, y el 66.67% afirmó que cuando se expresa con su cuerpo causa reacciones, es decir tiene expresión corporal y el 33.33% negó. En la contraparte sobre actitud, se tiene que, el 88.89% afirmó que usa sus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los otros, dando cuenta de poseer habilidades socioemocionales y el 11.11% negó; asimismo, el 100% afirmó que siente que los demás los aceptan y están con ellos por su forma de ser y por cómo son con ellos, evidencia manifiesta de total coherencia. Adicionalmente, el 100% del alumnado participante afirmó que anhelan llevar siempre bien su cuerpo, con encanto y elegancia; y están convencidos de que es mejor, llevar bien el cuerpo, con encanto y elegancia en todo momento, de esta manera confirman el reconocimiento de que el porte corporal y la imagen personal son atributos personales de alto valor para ellos.

De docentes encuestados, sobre lenguaje no verbal, se tiene que, el 88.23% (35.29 % pocos, 23.53% muchos, 23.53% algunos, 5.88% todos) considera que, el alumnado forma su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal, y el 11.76% ninguno. Sobre la contraparte actitud se tiene que, el 100% de docentes (47.06% algunos, 29.41% pocos, 23.53% muchos,) considera que los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos. Adicionalmente, de docentes encuestados sobre actitud, se tiene que, el 100% (47.06 % muchos, 29.41% algunos, 17.65% todos, 5.88% pocos) el alumnado gusta y anhela verse siempre bien, ser bien visto y bien recordado por su porte corporal, su gracia y elegancia, también se tiene que, el 100% (52.94% muchos, 29.41% algunos, 11.76% pocos, 5.88% todos) considera que el alumnado mejora y es mejor visto por su porte corporal, su gracia y elegancia, por su presentación y la imagen personal que proyecta. El anhelo de saber estar y la convicción de mejora manifestado por el alumnado participante se confirma con la precepción de los docentes encuestados.

Las teorías del cuerpo y otras se vinculan al lenguaje no verbal y actitud a los fines de la presente investigación y tienen que ver con la posición de poder y expresión corporal junto a las habilidades socioemocionales y coherencia, en ese sentido, Pascual sostiene el cuerpo es objeto de construcción progresiva mediante las técnicas de la Danza -Ballet. El resultado es un cuerpo estético en reposo y en movimiento, disciplinado y con expresión de poder, al que se suma la disciplina, concentración y perseverancia del entrenamiento que inculca en el tiempo importantes habilidades que se extienden a la vida cotidiana, y Lorente agrega que la expresión corporal es un campo de la educación artística que utiliza el cuerpo como medio de comunicación y creación, así la danza, influye en el porte al enseñar a tomar conciencia del cuerpo, mejorar la postura, la

coordinación, a expresarse con confianza y con capacidades socioemocionales y de autoexpresión. También se tiene la teoría del etiquetado de Becker al sostener que una vez etiquetada, la persona tiende a internalizar esa etiqueta y a actuar acorde a ella, si bien esta teoría inicia vinculada a la criminalidad y drogadicción, por extensión, en el ámbito de la presente investigación la internalización de una etiqueta de bien ser, bien verse, bien estar, hará que la persona actúe en esa dirección, el etiquetado también significa entonces, estímulos positivos durante el proceso formativo del lenguaje no verbal y la actitud, aprendiendo a mirarse como objetos de belleza ante la mirada observadora con énfasis en la apariencia conforme a la teoría del feminismo psicológico en la línea del buen porte corporal y la buena imagen personal.

Del análisis e interpretación de las sub categorías lenguaje no verbal y actitud, y las teorías, es de indicar que el porte corporal y la imagen personal el alumnado lo valora (OE3) a partir de la autoevaluación y valoración de la postura corporal, apariencia, los modos corporales, la prosodia, y finalmente el lenguaje no verbal y actitud revelados mediante la posición de poder y expresión corporal y a través de las habilidades socioemocionales y coherencia, anhelos y convicciones, se trata de una autoevaluación y valoración física (cuerpo) y mental (mente) de la forma y el contenido de la unidad cohesionada por la actitud.

4.3.4 Objetivo General (OG)

Describir de qué manera el porte incide en la mejora de la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL.

Los resultados revelan que el porte a través de la postura corporal, modos corporales y lenguaje no verbal, y la imagen personal y expresión humana a través de la apariencia,

prosodia y actitud (porte e imagen), inciden en la mejora de la expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL, producto de la integración del cuerpo (interno y externo) y la mente (conciencia, espiritualidad, emoción, valores, talento, deseos o anhelos, convicciones y conocimiento) con influencia directa de su entorno educativo, social y cultural, individual y grupal.

Los resultados del porte corporal tienen respaldo en las teorías del cuerpo, arte y ballet; y los resultados de la imagen personal y expresión humana encuentran respaldo de las teorías la identidad social, etiquetado, espejo, autopresentación y feminismo psicológico.

CAPÍTULO V DISCUSIÓN

88

5.1 Discusión y contraste con teorías y estudios previos

5.1.1 Discusiones del OG

Describir de qué manera el porte incide en la mejora de la imagen personal y expresión humana del alumnado.

Los resultados revelan que el porte corporal y la imagen personal son atributos personales constituyentes de la manifestación humana que el alumnado en su entorno directo forma, expresa y valora altamente, con el agregado de una mejora continua. Esta comprensión coincide con las teorías del cuerpo, en que Pierre Bourdieu conceptúa el habitus como un conjunto de disposiciones internalizadas que guían el cómo sentir y actuar; y la hexis corporal como manifestación encarnada de esas disposiciones (del habitus) – la postura, los gestos, la entonación de voz –reflejando posición social y formación recibida; y por Michel Foucault, que sostiene el disciplinamiento institucional y poder del cuerpo a cargo de la familia, iglesia y la escuela que adiestran los cuerpos con reglas, premios y castigos, para volverlos dóciles y predecibles. Del lado de la imagen personal coincide con la teoría de la Identidad Social en la que Henri Tajfel y John Turner, sostienen que la identidad de una persona se compone en parte significativa por su pertenencia a grupos sociales (familia, género, escuela, etnia, etc.) y por el valor emocional de la aceptación o rechazo de los grupos de pertenencia.

Los estudios previos internacionales del porte corporal como el de Martínez (2025) de Venezuela, indica que los estudiantes centran su atención en las expectativas o ideales que tienen con respecto a la imagen de su propio cuerpo; esto sugiere mejora continua del cuerpo; y sobre la imagen personal, (Gordo, 2025) de España indica que el uso natural de la comunicación no verbal es la llave maestra para conformar una poderosa identidad, carisma, expresión emocional y capacidad de transmisión e impacto público. Los estudios previos nacionales como el de Chipana (2025), sobre la imagen corporal revelan que una parte significativa de estudiantes se encuentra en un nivel severo de insatisfacción con su imagen corporal, en el mismo sentido, Rospigliosi y Helden (2024), señalan que el disgusto con el cuerpo o partes del mismo, lleva a emociones de vergüenza, tristeza, asco o enojo y al surgimiento del deseo de impactar, ser aceptado y recordado con agrado. Los estudios revelan la necesidad de intervenciones orientadas a revertir el disgusto y sacar adelante el deseo de saber estar.

En resumen, de conformidad con los resultados de la investigación, las teorías y los estudios previos internacionales y nacionales, el porte corporal y la imagen personal son elementos constituyentes de la expresión o manifestación humana del alumnado, cuya aprobación o desaprobación dependerá de la atención que se brinde al proceso formativo

89

del cuerpo y la mente, en lo individual y colectivo del alumnado participante de la presente investigación; confirmando así, la hipótesis principal (HP) de que, el porte incide en la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL y la originalidad del trabajo al introducir el porte como objeto de investigación.

5.1.2 Discusiones del OE1

Identificar como el alumnado forma su porte y su imagen personal.

Los resultados identifican que el porte y la imagen personal son en parte la postura corporal y apariencia, respectivamente. El porte se forma siguiendo el decurso de las vidas en el entorno más próximo: hogar – escuela (sin acceso a las ciencias, técnicas y herramientas de formación), construyendo su habitus (disposiciones guía de cómo sentir y actuar) y su hexis corporal acompañado del disciplinamiento institucional. En el caso de la imagen personal, se forma conforme a su identidad social y el valor emocional producto de su relación de pertenencia grupal, en línea con las teorías del cuerpo y de la identidad social que, para el porte corporal aluden a posar el cuerpo al caminar, sentarse o moverse en el espacio reflejando una actitud interna producto de la educación y la cultura, que para Bourdieu es el habitus (disposiciones perdurables impuestas por la

sociedad) y la hexis corporal como forma habitual de estar y moverse en el mundo, irradiando posición social según el diseño de la clase social, género, educación y otros como el disciplinamiento a cargo del poder institucional que a través de rutinas, reglas y vigilancia moldea la obediencia del cuerpo logrando que el individuo en automático regule su postura y conducta en función de las normas sociales, sostenido por Foucault; y para la apariencia indica que la identidad individual deriva de los grupos sociales y del valor emocional que surge de la relación de pertenencia a determinado grupo que se evidencia con la favorabilidad de cada uno a su respectivo grupo, según Tajfel. Se ve manifestaciones de apariencia grupal siendo interesante el gusto de ser visto bien por sí mismos y por lo demás manifestado por la totalidad del alumnado participante. El estudio internacional de Delgado et al. (2017), Chile, respecto del porte corporal, indica que en términos de porte, la actividad física provee una postura más firme, coordinación y dominio del cuerpo, evidenciando que intervenciones como el deporte inciden en la percepción del cuerpo, siendo una vía de empoderamiento para niñas si se abordan desde la inclusión, rompiendo la idea de que ciertos deportes no son para niñas; y Castillo et al. (2025), también de Chile, respecto de la imagen corporal de los estudiantes indica que para unos las redes sociales resultan determinantes en la configuración de la autoimagen y la toma de decisiones estéticas de los estudiantes con efectos positivos, negativos y desiguales, y que para otros es fuente que motiva la mejora de la salud física, la autoimagen virtual y reflejan el deseo de proyectar una imagen positiva y saludable. La

90

tesis revela el esfuerzo de imitación a lo que ven en redes sociales, distinto a la expresión resultante de la construcción del porte con técnicas y herramientas del deporte o la danza clásica que llegan a expresar con el cuerpo el espíritu que llevan dentro.

El estudio nacional de Lozano y Flores (2025), Imagen corporal y autoestima indica que la imagen corporal se asocia de manera significativa con la autoestima; es decir, a mayor grado de autoaceptación y autopercepción positiva de la imagen corporal, mayor autoestima; sugiere que un cuerpo trabajado será más aceptado, mejor percibido y producirá incremento de la autoestima.

En resumen, de conformidad con los resultados de la investigación, las teorías y los estudios previos internacionales y nacionales, el porte corporal y la imagen personal son formados por el alumnado en su entorno más próximo: hogar – escuela, sin acceso a las ciencias, técnicas y herramientas de formación, y grupalmente manifiestan su gusto de ser visto bien por sí mismos y por lo demás; confirmándose la Hipótesis Secundaria (HS1) de que, el alumnado forma su porte y su imagen personal y la originalidad del trabajo al introducir el porte como objeto de formación.

5.1.3 Discusiones del OE2

Describir como el alumnado expresa su porte y su imagen personal.

Los resultados describen que el porte y la imagen personal expresan al alumnado a través de los modos corporales y prosodia que tienen su origen y estado de formación de la postura corporal y la apariencia que van recibiendo en el devenir, los agregados de los modos corporales de flexibilidad y movimiento del cuerpo y los agregados de la prosodia, tono de voz y velocidad de hablar, contenido al que se suma la influencia socioeducativa y cultural que hacen del porte y la imagen personal expresión del alumnado.

Las teorías del cuerpo y de identidad social citadas en la discusión del OE1 validan los resultados, agregándose a Guzmán (2016) respecto de los modos del cuerpo sosteniendo que el cuerpo propio es siempre cuerpo-para-sí y cuerpo-para-otro, que se vive al interior del individuo a sabiendas de que es visto y es interpretado por los demás; y Lorente (2023), que considera a la educación artística usuaria del cuerpo para comunicar y crear, y dice: así la danza, influye en el porte corporal al enseñar a tomar conciencia del cuerpo, mejorar la postura, la coordinación y a expresarse con confianza, desarrollando capacidades creativas, socioemocionales y de autoexpresión. Respecto de prosodia, la teoría del espejo de Cooley indicando que la autoimagen se construye según, cómo creemos que los demás nos ven y que las percepciones (reales o imaginadas) del juicio ajeno son el espejo para la autovaloración propia, aplicado a la prosodia, sería

91

teniendo en cuenta el tono de voz y velocidad de habla con la que se cree quieren escucharnos y según el parecer de los demás; también cabría la teoría de la autopresentación de Goffman sosteniendo que las personas manejan deliberadamente su presentación para influir en las impresiones de los demás conforme a su rol y controlando sus expresiones y contextos, aplicado a la prosodia sería modulando el tono de voz y velocidad de habla en función de su quehacer.

El estudio internacional de Cedeño (2021) de la Universidad de Panamá, respecto de los

modos corporales, aporta al presente trabajo la importancia del entrenamiento propioceptivo como herramienta preventiva para conseguir la capacidad del cuerpo de controlar y estabilizar las articulaciones con mejoras importantes en las cualidades físicas y en la ejecución de los movimientos; y Carrillo (2023) de México complementa indicando que la aplicación de los conceptos técnicos del ballet mejora las cualidades físicas, mayor confianza, sensibilidad y mayor expresividad; demostrando la importancia y efectividad del ballet como un medio que contribuye a la formación integral de los participantes, desde su primer acercamiento al ballet y a la rigurosidad técnica quedando cimentada en ellos la base para el desarrollo de la propiocepción.

El estudio nacional de Ramos (2024) sobre la consciencia corporal indica que en el logro de la conciencia corporal se debe tener en cuenta propiocepción, interocepción y exterocepción coincidiendo en la propiocepción con los estudios internacionales citados. Teorías y estudios coinciden en la medida que en el porte corporal y la imagen personal se trabaja el espacio, el movimiento, el cuerpo, las emociones, la respiración, la visión periférica, la audición y el trabajo a través del tacto, elementos materiales e inmateriales que proyectan la imagen personal hacia los perceptores.

En resumen, de conformidad con los resultados de la investigación, las teorías y los estudios previos internacionales y nacionales, el porte corporal y la imagen personal expresan al alumnado con sus modos corporales y su prosodia a través del cuerpo en reposo y movimiento, con su tono de voz y velocidad de habla, confirmándose la hipótesis secundaria (HS2) de que, el alumnado expresa su porte y su imagen personal y la originalidad del trabajo al introducir el porte como objeto de expresión.

5.1.4 Discusiones del OE3

Indicar como el alumnado valora su porte y su imagen personal.

Los resultados indican que el porte y la imagen personal son autoevaluados y valorados por el alumnado a través del lenguaje no verbal y actitud sostenidos respectivamente en los modos corporales y la prosodia que, a su vez se sostienen en la postura corporal y

92

apariencia, es decir como una unidad física y mental, forma y contenido, cohesionadas por la actitud desde el inicio y que para el presente caso culmina en la mirada de acercamiento del alumnado participante a la aspiración de ser visto bien por sí mismos y por lo demás. El alumnado gusta llevar siempre bien su cuerpo, con encanto y elegancia en todo momento, lo que evidencia que el porte y la imagen personal son atributos personales de alto valor para ellos.

Las teorías del cuerpo, arte y ballet; y las teorías la identidad social, etiquetado, espejo, autopresentación y feminismo psicológico coinciden en el sentido que las primeras se ocupan de la parte tangible, lo físico; y de la otra parte intangible, lo inmaterial se ocupan las segundas, y ambas aportan lo suyo dando el marco para la autoevaluación y la valoración, por ejemplo al decir soy del colegio equis, me veo bien y lo demás así lo dicen, se está evaluando y valorando las realizaciones teóricas expuestas.

Los estudios internacionales antes citados también se alinean con los resultados de valoración, desde la convicción de que la actividad física deportiva, las redes sociales que motivan lo bueno y la aplicación de los conceptos técnicos del ballet incorporados en el proceso formativo, también están dando el marco de valoración del porte y la imagen personal que se logra con su práctica. El estudio de Gordo (2025) sobre Barack Obama, destaca el uso natural de la comunicación no verbal como la llave para conformar una poderosa identidad, carisma, expresión emocional y capacidad de transmisión e impacto público, es decir, la excelencia del porte que proyecta una imagen personal óptima, capaz de posicionarse y permanecer en la mente de los perceptores. Este estudio también conlleva a fijarse en el personaje estudiado como unidad física y mental.

Los estudios nacionales, igual proveen un marco de valoración al asociar la imagen corporal con la autoestima, al revelar insatisfacción y disgusto con el cuerpo o partes del mismo que sugiere a la vez el deseo de impactar, ser aceptado y recordado con agrado por su imagen corporal, al desarrollar la propiocepción y consciencia corporal, con el agregado de García (2022), afirmando que la aplicación de la metodología de elongación permite al alumno trabajar la postura de forma correcta sin exposición al riesgo de lesiones. Todos los estudios proveen un marco para la evaluación y valoración del porte y la imagen personal.

En resumen, de conformidad con los resultados de la investigación, las teorías y los estudios previos internacionales y nacionales, el alumnado valora su porte y su imagen personal como unidad física y mental, de forma y contenido cohesionados por la actitud, afirmando su convicción de que son atributos personales de alto valor a los que aspira. De esta manera se confirma la hipótesis secundaria (HS3) de que, el alumnado valora su

porte y su imagen personal y la originalidad del trabajo al introducir el porte como objeto de valoración.

5.2 Reflexión del investigador

El porte y la imagen personal inicial del ser humano es su estado de naturaleza, que en la antigüedad (Grecia y Roma) era el ser bien visto con proyección al resto de su vida, al siglo XXI se llega en el mismo estado de naturaleza, siendo irrelevante el estado inicial. Las ciencias, las técnicas y sus herramientas han dotado al proceso formativo humano de los agregados suficientes que permiten en el devenir un acercamiento al saber estar, concepto abstracto, integrante actual del vivir humano individual y colectivo, vinculado al Objetivo de Desarrollo Sostenible al 2030 número cinco que, entre otros, busca asegurar la convivencia pacífica que implica un incremento de la aceptación social mutua. Se aprecia también de las respuestas del alumnado participante, el interés respecto de ellos mismos y una línea de base de autopercepción a partir de la cual se auto examinan y por teleología descubren aquello a mejorar, a sabiendas de que el porte es la base física de la imagen personal y expresión humana.

CAPÍTULO VI CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

En la presente investigación surgen de haber encontrado un grupo pequeño de estudiantes de un CEB manifestándose a escondidas, con timidez y desesperanza por verse distantes de los poseedores de buen cuerpo y buena imagen personal, pero deseosos de ser bien vistos corporalmente y saber estar; de comentarios recibidos sobre peatones cabizbajos que caminan por las calles como derrotados en la vida y de la declaración de la atleta peruana Gabriela Kimberly García León que sobre ella misma dijo, mi postura no es muy buena, a veces me encorvo demasiado. Todo ello motivó preguntarse de qué manera el porte incide en la mejora de la imagen personal y expresión humana del alumnado del 3er grado del CEB de SJL y en base a esta interrogante se formularon preguntas específicas sobre la formación, expresión y valoración que el alumnado hace de su porte y su imagen personal.

Las conclusiones de la investigación son:

94

6.1.1 Con relación al Objetivo General (OG)

El alumnado participante de la presente investigación, forma su porte en un proceso de mejora continua de su postura, modos y lenguaje no verbal, en su entorno directo influenciado por la sociedad y la cultura; del mismo modo forma su imagen personal y expresión humana en un proceso simultáneo de mejora continua de su apariencia, prosodia y actitud, motivado por el anhelo y convicción orientados al saber estar en lo individual y colectivo en pro de una aceptación social mutua y convivencia pacífica en una comunidad cohesionada, equitativa y segura.

6.1.2 Con relación al Objetivo Específico (OE1)

El alumnado forma su porte y su imagen personal en el entorno familiar y escolar con influencia educativa, social y cultural, sin acceso a las ciencias, técnicas y herramientas de formación corporal, orientado al saber estar para sí mismos y para los otros.

6.1.3 Conclusión del Objetivo Específico (OE2)

El alumnado expresa su porte y su imagen personal con sus modos y su prosodia a través del cuerpo en reposo y movimiento, con su tono de voz y velocidad de habla, respectivamente.

6.1.4 Conclusión del Objetivo Específico (OE3)

El alumnado valora su porte corporal y su imagen personal a través del lenguaje no verbal y actitud, construido sobre la base de los modos del cuerpo y la prosodia que a su vez se sostienen en la postura del cuerpo y apariencia. El alumnado valora el porte y la imagen personal como una unidad física y mental, de forma y contenido, cohesionadas por la actitud, afirmando a su vez que son atributos personales de alto valor a los que aspiran llegar llevando siempre bien su cuerpo, con encanto y elegancia en todo momento.

6.2 Recomendación

Debido al impacto del porte y la imagen personal y expresión humana en la vida diaria, personal y colectiva, considero válido recomendar la realización de estudios

longitudinales anuales y quinquenales de mayor alcance, a fin de obtener mayor evidencia que lleve a decisiones de incorporar en el proceso formativo educativo los aportes científicos, las técnicas y herramientas del arte, específicamente del ballet en favor de la mejor formación del porte para una mejor imagen personal y expresión humano de la población estudiantil peruana.

95

Referencias bibliográficas

- Bahar, V. (2025). Teoría de la autopercepción: Una revisión . . TheoryHub - Reseñas de teorías académicas. doi:<https://open.ncl.ac.uk/> / ISBN: 9781739604400
- Ballerina Gallery. (2025). La importancia de la teoría del ballet: comprensión de la historia y la forma de arte. Obtenido de BallerinaGallery.com Ballerina Gallery - Honoring the Beauty and Magic of Ballet: <https://www.ballerinagallery.com/the-importance-of-ballet-theory-understanding-the-history-and-art-form/>
- Canto, J. y. (2005). El sí mismo desde la teoría de la identidad social. Escritos de psicología, No 7 , pp. 59-70. doi:<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1457431>
- Capdevielle, J. (28 de 11 de 2011). El Concepto de Habitus: "Con Bourdieu y contra Bourdieu". doi:[Dialnet-ElConceptoDeHabitus-3874067.pdf](https://dialnet-elconceptodehabitus-3874067.pdf)
- Castillo, E. y. (2003). El rigor metodológico en la investigación cualitativa. Sistema de Información Científica Redalyc, 34(3). Recuperado el 26 de abril de 2026, de <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=28334309>
- CESUR. (2025). ³² ¿Qué es la imagen personal y por qué es importante cuidarla? ³² ¿Qué es la imagen personal y por qué es importante cuidarla? Madrid, España. Obtenido de <https://www.cesurformacion.com/blog/que-es-la-imagen-personal>
- Colegio Esteban Echeverría. (s/f). Vaneduc. Obtenido de Colegio Esteban Echeverría: <https://echeverria.vaneduc.edu.ar/actividades/escuela-para-padres/la-postura/>
- Fair, H. (ene./jun de 2010). Scielo. 6(1). doi:https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-23332010000100002
- Fredrickson, B. & amp;.-A. (01 de 06 de ³⁰1997). Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. Psychology of Women Quarterly, ³21(2), 173- 206. doi:[10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x](https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x)
- García, K. (14 de abril de 2025). (Reportaje: Kimberly García, la Atletista Peruana más Importante del Perú RECorriendo - Karina Loayza, minuto 13.35 – 13-45). <https://www.youtube.com/watch?v=wzxssrZOOTU>. (Karina Loayza, Entrevistador) Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=wzxssrZOOTU>
- Gordo, A. M. (21 de 01 de 2025). La comunicación no verbal al servicio de la imagen: Análisis de Barack Obama. Revista: European Public & Social Innovation Review, 10, 1–21. doi:<https://doi.org/10.31637/epsir-2025-1506>

96

- Grenon, T. (31 de 08 de 2022). Southern New Hampshire University. doi:<https://es.snhu.edu/blog/que-es-el-cuidado-personal-y-por-que-es-importante>
- Guzmán, A. (2016). Revelación del cuerpo. La elocuencia del gesto. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/368780002_Revelacion_del_cuerpo_La_elocuencia_del_gesto
- ²⁸ Hernández-Sampieri, R. & amp;.- (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México, México: Editorial McGraw Hill Education. doi:<https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
- Instituto Cervantes. (2025). Obtenido de Centro virtual Cervantes: https://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/diccio_ele/diccionario/velocidadhabla.htm
- Martínez, R. (2020). El secreto detrás de una tesis. Obtenido de <https://es.slideshare.net/slideshow/el-secreto-detras-de-una-tesis-rosario-martinez-ccesa007-pdf/283906673>
- Miles, M. (2 de mayo de 2023). BetterUp. Obtenido de BetterUp: <https://www.betterup.com/blog/power-poses>
- MINEDU. (2921). Programa de habilidades. Obtenido de <http://www.MinisterioEducativo.gob.pe/medu/programa-de-habilidades>
- Nursing Hero. (11 de abril de 2024). Nursing Hero. Obtenido de <https://www.nursinghero.com/study-files/7213823>
- Ortiz, N. A. (24 de 08 de 2024). JP Investigación y Asesoría. Obtenido de <https://jpconsultoriatesis.com/blog/la-matriz-de-operacionalizacion-de-variables/>
- Pascual, C. d. (30 de enero de 2007). ¹¹ La correcta danza clásica para jóvenes y adultos. La técnica del ballet clásico en jóvenes y adultos. Danza Ballet Revista de Colección. Obtenido de

<https://www.danzaballet.com/danza-ballet-tecnica-del-ballet-clasico/>
Plushlamour. (s/f). Obtenido de Plushlamour: <https://plushlamour.com.ar/articulo/descubre-como-mejorar-tu-apariencia-personal-y-profesional/>
RAE. (27 de noviembre de 2025). Diccionario de la lengua española. Obtenido de [Diccionario de la lengua española: https://dle.rae.es/](https://dle.rae.es/)
[Real Academia Española](https://dle.rae.es/). (2024). Obtenido de <https://dle.rae.es/>
<https://dle.rae.es/convicci%C3%B3n?m=form>
Sánchez-Rengifo, I. M. (30 de diciembre de 2020). Coherencia, integridad y vida cotidiana. Prospectiva(30), 1-22. doi:<https://doi.org/10.25100/prts.v0i29.7195>
Tajfel, H. &. (1979).

97

Thurrott, S. (15 de setiembre de 2023). Banner Health.
doi:<https://www.bannerhealth.com/es/healthcareblog/advise-me/the-key-benefits-of-flexibility-and-mobility>
Unir. (30 de 11 de 2020). ¿En qué consiste la teoría del etiquetamiento o labeling approach? Unir Revista. Obtenido de <https://www.unir.net/revista/derecho/teoria-de-etiquetamiento/#:~:text=desviaci%C3%B3n%20no%20es%20una%20cualidad,la%20gente%E2%80%9D%2C%20a%C3%B1ade%20el%20soci%C3%B3logo>
Verde, S. F. (21 de junio de 2024). Educaweb.com. Obtenido de Educaweb: <https://www.educaweb.com/noticia/2005/03/28/expresion-corporal-movimiento-creatividad-comunicacion-juego-364/>
Wikipedia. (23 de abril de 2025). Teoria del "Yo Esepejo". Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Charles_Cooley#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20del%2022yo%20espejo,felicidad%2C%20culpabilidad%20o%20pena%E2%80%8B
Zanzz, P. J. (ene/mar de 2019). Fundamentos teóricos de la mecánica corporal en la movilización de pacientes en el ámbito de enfermería. Mas Vita Revista de ciencias de la salud, 2(1), 8-15. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpccpgclefindmkaj/<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/08/1255331/58-texto-del-articulo-172-1-10-20200430.pdf>

98

ANEXOS

99

1. Guías e instrumentos de recolección de datos
1.1. Ficha única de observación
EL PORTE CORPORAL Y LA IMAGEN PERSONAL
FICHA ÚNICA DE OBSERVACIÓN Nro. _____

CEB_SJL Fecha: Observador:
C SC Indicadores I
Datos
S D Notas
C1
Porte
Corporal
SC1
Postura
I1
Alineación

I2
Equilibrio

SC2
Modos
I3
Flexibilidad

I4
Movimiento

SC3
Lenguaje

no verbal

I5

Posición de poder

I6

Expresión corporal

C2

Imagen

Personal

SC4

Apariencia

I7

Cuidado personal

I8

Garbo

SC5

Prosodia

I9

Tono de voz

I10

Velocidad de habla

SC6

Actitud

I11

Habilidades

socioemocionales

I12

Coherencia

Código observado: _____ Conclusión / recomendación:

Hora inicio:

Hora término:

Observador: Nadhia Victoria Rubio Rojas Firma

Leyenda: S= suficiente D= deficiente

100

1.2. Cuestionario 1. Aplicable al alumnado participante

El Porte y la Imagen Personal

Cuestionario 1 aplicable a participantes

Pregunta SÍ NO

1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?

2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?

3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?

4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?

5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?

6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?

7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?

8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?

- 9.- ¿Modulas tu voz según lo qué vas a decir?
- 10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir?
- 11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?
- 12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?
- 13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?
- 14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

Comentarios:
Lima,
Graduanda: Nadhia Victoria Rubio
Rojas

101

2.2.1. Calificaciones de cuestionario 1
MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO 1
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.
Cate-
goría
Sub
-
cate
-
gorí
a

Indicador
Pregunta
Distinguido Señor:
En su respuesta CALIFICAR:
1 de acuerdo
0 en desacuerdo

S
u
fi
c
ie
n
c
ia

13

la
ri
d
a
d

C
o
h
e
re
n
c
ia

R
e
le
v
a
n
c
ia

observación

C1
Porte
Cor-
poral

SC 1
Po
s-
tur
a
I 1

Alineación

1. ¿Tu cuerpo está en línea recta
hacia arriba?

1 1 1 1

I 2
Equilibrio

2. ¿Tu cuerpo tiene estabilidad
cuando caminas y cuando
corres?

1

1

1

1

SC 2
Modos

I 3
Flexibilidad

3. ¿Tu cuerpo se estira y dobla
con facilidad?

1 1 1 1

I 4
Movimiento

4. ¿Caminas bien, corres bien y
giras con facilidad?

1 1 1 1

SC 3
Len-
guaje
no
verba

I
I 5
Posición de
poder

5. ¿Mantienes tu cuerpo
erguido, controlas tus
movimientos y haces gestos

expansivos con tu cuerpo?

1

1

1

1

I 6

Expresión
corporal

6. ¿A veces te expresas con tu
cuerpo y causas reacciones?

1

1

1

1

C2

Ima-
gen
Per-
sonal

SC 4

Apa-
rienci

a

I 7

Cuidado personal

7. ¿Cuidas siempre tu cuerpo
para estar bien y verte bien? 1 1 1 1

I 8

Garbo

8. ¿Llevas tu cuerpo
con
encanto y elegancia?

1 1 1 1

SC 5

Prosodia

I 9

Tono de voz

9. ¿Modulas tu voz según lo qué
vas a decir?

1 1 1 1

I 10

Velocidad de
habla

10. ¿Hablas rápido o hablas lento
según lo que vas a decir?

1

1

1

1

SC 6

Actitud

I 11

Habilidades

socioemocionales

11. ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?

1

1

1

1

I 12

Coherencia

12. ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?

1

1

1

1

Validado por: Jean Philipe Sánchez
Mauleon
DNI.: 41663478
Lima, 6 de Diciembre de 2025.

Firma

13. ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?

1

1

1

1

14. ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

1

1

1

1

102

103

Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.

Cate-
goría
Sub –
cate-
goría

Indicador
Pregunta
Distinguido Señor:
En su respuesta CALIFICAR:
1 de acuerdo
0 en

desacuerdo Su
fi
ci
e
n
ci
a

13. Claridad Co.h

e
re
n
ci
a

R
e
le
v
an
ci
a

observación

C1
Porte Cor-
poral

SC 1
Pos- tura
I 1
Alineación
1. ¿Tu cuerpo está en línea recta
hacia arriba?
1 1 1 1
I 2
Equilibrio
2. ¿Tu cuerpo tiene estabilidad
cuando caminas y cuando
corres?

1

1

1

1

SC 2
Modos
I 3

Flexibilidad

3. ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?

1 1 1 1

I 4

Movimiento

4. ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?

1 1 1 1

SC 3

Len-

guaje no

verbal

I 5

Posición de

poder

5. ¿Mantienes tu cuerpo

erguido, controlas tus

movimientos y haces gestos

expansivos con tu cuerpo?

1

1

1

1

I 6

Expresión

corporal

6. ¿A veces te expresas con tu

cuerpo y causas reacciones?

1

1

1

1

C2

Ima- gen

Per- sonal

SC 4

Apa-

riencia

I 7

Cuidado

personal

7. ¿Cuidas siempre tu cuerpo

para estar bien y verte bien?

1 1 1 1

I 8

Garbo

8. ¿Llevas tu cuerpo con encanto

y elegancia?

1 1 1 1

SC 5

Prosodi a

I 9

Tono de voz

9. ¿Adecúas tu voz según lo qué

vas a decir?

1 1 1 1

I 10

Velocidad de

habla

10. ¿Hablas rápido o hablas lento
según lo que vas a decir?

1

1

1

1

SC 6

Actitud

I 11

Habilidades

socioemociona

les

11. ¿Usas tus buenas maneras de
ser en casa y en la escuela con
los demás?

1

1

1

1

I 12

Coherencia

12. ¿Sientes que los demás te
aceptan y están contigo por tu
forma de ser y por como
eres tú con ellos?

1

1

1

1

Validado por: Kateryna Kryvoviaz

DNI.: 48974949

Lima, 6 de diciembre de 2025.

Firma

13. ¿Te gustaría llevar bien tu
cuerpo, con encanto y elegancia,
en todo momento?

1

1

1

1

14. ¿Crees que es mejor, llevar

bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

1

1

1

1

104

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.
Cate-
goría
Sub –
cate-
goría
Indicador
Pregunta
Distinguido Señor:
En su respuesta CALIFICAR:

1 de acuerdo
0 en desacuerdo S

u
fi
c
ie
n
c
ia

13

la
ri
d
a
d

C
o
h
e
re
n
c
ia

R
e
le
v
a
n
c
ia

observación

C1
Porte
Cor-
poral
SC 1
Pos-

tura

I 1

Alineación

1. ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?

1 1 1 1

I 2

Equilibrio

2. ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?

1 1 1 1

SC 2

Modos

I 3

Flexibilidad

3. ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?

1 1 1 1

I 4

Movimiento

4. ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?

1 1 1 1

SC 3

Len-

guaje

no

verbal

I 5

Posición de poder

5. ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?

1

1

1

1

I 6

Expresión

corporal

6. ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones? 1 1 1 1

C2

Ima-

gen

Per-

sonal

SC 4

Apa-

riencia

I 7

Cuidado personal

7. ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien? 1 1 1 1

I 8

Garbo

8. ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?

1 1 1 1

SC 5

Prosodia

I 9

Tono de voz

9. ¿Adecúas tu voz según lo qué vas a decir?

1 1 1 1

I 10

Velocidad de

habla

10. ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir? 1 1 1 1

SC 6

Actitud

I 11

Habilidades

socioemocionales

11. ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?

1 1 1 1

I 12

Coherencia

12. ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?

1

1

1

1

Validado por: Rudy Jesús Quispe

Escobar

DNI.: 40398632

Lima, 06 de diciembre del 2025.

Firma

13. ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?

1 1 1 1

14. ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

1

1

1

1

2.2.2. Fichas de validación de juicio de expertos. Cuestionario 1

105

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento Cuestionario 1

Nombres y apellidos del
experto

Jean Philipe Sánchez Mauleon

Documento de identidad 41663478

Años de experiencia laboral 18 años

Máximo grado académico Magister en Docencia Universitaria

Nacionalidad Peruana

Institución laboral Escuela Nacional Superior de Ballet

Labor que desempeña Docente

Número telefónico 998765566

Correo electrónico elotrojean@hotmail.com

Firma

Fecha 06/12/2025

106

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento Cuestionario 1

Nombres y apellidos del experto Kateryna Kryvoviaz

Documento de identidad 48974949

Años de experiencia laboral 19 años

Máximo grado académico Magister en Educación

Nacionalidad Peruana

Institución laboral Idiomas PUCP

Labor que desempeña Docente de idioma Inglés

Número telefónico 945126822

Correo electrónico katkriaz@gmail.com

Firma

Fecha 06/12/2025

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento Cuestionario 1

Nombres y apellidos del experto Rudy Jesús Quispe Escobar

Documento de identidad 40398632

Años de experiencia laboral 10 años

Máximo grado académico Magister en Educación con mención en Docencia e

Investigación Universitaria

Nacionalidad Peruana

Institución laboral Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Labor que desempeña Docente

Número telefónico 993077034

Correo electrónico Rudyjm1219@gmail.com

Firma

Fecha 06/12/2025

107

2.2.2. Cálculo de validez de juicio de expertos. Cuestionario 1

SUFICIENCIA

Ítem Juez 1 Juez 2 Juez 3 Juez 4

Total (S)

Sumatoria de

acuerdo

Validez s/(n(c-

1))

Validez por ítems

ESCALAS

- 1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 1.00 Aceptable validezTotal: Validez del Instrumento
- Validez de Instrumento: Cuestionario 1

108

CLARIDAD

Ítem Juez 1 Juez 2 Juez 3 Juez 4

Total (S)

Sumatoria de

acuerdo

Validez s/(n(c-

1))

Validez por ítems

ESCALAS

- 1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
- 1.00 Aceptable validezTotal: Validez del Instrumento
- Validez de Instrumento: Cuestionario 1

COHERENCIA

Ítem Juez 1 Juez 2 Juez 3 Juez 4

Total (S)

Sumatoria de

acuerdo

Validez s/(n(c-
1))

Validez por ítems

ESCALAS

1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

1.00 Aceptable validezTotal: Validez del Instrumento

Validez de Instrumento: Cuestionario 1

110

RELEVANCIA

Ítem Juez 1 Juez 2 Juez 3 Juez 4

Total (S)

Sumatoria de

acuerdo

Validez s/(n(c-
1))

Validez por ítems

ESCALAS

1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

10.- ¿Hablas rápido o hablas lento según lo que vas a decir? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento? 1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

1.00 Aceptable validezTotal: Validez del Instrumento

2.3. Cuestionario 2. Aplicable a docentes.

El Porte Corporal y la Imagen Personal

Cuestionario 2 aplicable a Docentes

Pregunta

N

in

g

u

n

o

P

o

co

s

A

lg

u

n

o

s

M

u

c

h

o

s

T

o

d

o

s

Comentarios Distinguido Docente:

En su respuesta marcar X

1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?

2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?

3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, a fin de modular su expresión oral según lo que van a decir?

6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien,

ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?

8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

Muy agradecida por su contribución.
ENSB / Graduanda. Nadhia Victoria Rubio Rojas

112

2.3.1. Calificaciones de cuestionario 2

5) APLICABLE A PERSONAL DOCENTE

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CUESTIONARIO 2

Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.

Categoría

Sub –

categoría

Pregunta Distinguido

Señor:

En su respuesta CALIFICAR:

1 de acuerdo

0 en desacuerdo

S
u
fi
c
ie
n
c
ia

13) C
la
ri
d
a
d

C
o
h
e
re
n
c
ia

R
e
le
v
a
n
c
ia

observación

C1
Porte
Corporal
SC 1

Postura

1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?

1

1

1

1

SC 2

Modos

2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?

1

1

1

1

SC 3

Lenguaje

no verbal

3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

1

1

1

1

C2

Imagen

Personal

SC 4

Apariencia

4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

1

1

1

1

SC 5

Prosodia

5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?

1

1

1

1

SC 6

Actitud

6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

1

1

1

1

Validado por: Jean
Philippe Sánchez
Mauleon
DNI.: 41663478
Lima, 6 de Diciembre de
2025.

7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?

1

1

1

1

8.- ¿Los estudiantes mejoran como persona humana y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

1

1

1

1

Firma

113

114

5 APLICABLE A PERSONAL DOCENTE
MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CUESTIONARIO 2
Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.

Categoría

Sub –
categoría
Pregunta
Distinguido Señor:
En su respuesta CALIFICAR:
1 de acuerdo
0 en desacuerdo Su

fi
ci
en
ci

a
13
la
ri
d
ad

C
o
h
er
en
ci
a
R
el
ev
an
ci
a

observación

C1
Porte
Corpor
al

SC 1
Postura
1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo
erguido y balanceado al caminar y al
correr?

1

1

1

1

SC 2
Modos
2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo
para que tenga facilidad de
estiramiento, doblamiento y
movilidad
sobre si mismos?

1

1

1

1

SC 3

Lenguaje

no verbal

3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

1

1

1

1

C2

Imagen

Person

al

SC 4

Aparienci

a

4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

1

1

1

1

SC 5

Prosodia

5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?

1

1

1

1

SC 6

Actitud

6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

1

1

1

1

Validado por:
Kateryna
Kryvoviaz
DNI.: 48974949
Lima, 6 de diciembre
de 2025.
7.- ¿Los estudiantes gustan de verse
bien, ser bien vistos y bien
recordados por su porte corporal,
su
gracia y elegancia?

1

1

1

1

8.- ¿Los estudiantes mejoran como
persona humana y son mejor
vistos por su porte corporal, su
gracia y elegancia, y por su
presentación y la imagen que
proyectan?

1

1

1

1

Firma

115

5 APLICABLE A PERSONAL DOCENTE

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CUESTIONARIO 2

Definición de las categorías: C1 El Porte Corporal y C2 la Imagen Personal.

Categoría

Sub –

categoría

Pregunta

Distinguido Señor:

En su respuesta CALIFICAR:

1 de acuerdo

0 en desacuerdo S

u

fi

ci

e

n

ci

a

13

la r i d a d C o h e r e n

ci

a

R

e

le

v
a
n
ci
a

observación

C1

Porte

Corporal

SC 1

Postura

1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?

1

1

1

1

SC 2

Modos

2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?

1

1

1

1

SC 3

Lenguaje

no verbal

3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

1

1

1

1

C2

Imagen

Personal

SC 4

Apariencia

4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

1

1

1

1

SC 5

Prosodia

5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin de ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?

1

1

1

1

SC 6

Actitud

6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

1

1

1

1

Validado por: Rudy

Jesús Quispe Escobar

DNI.: 40398632

Lima, 06 de diciembre
del 2025.

7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?

1

1

1

1

8.- ¿Los estudiantes mejoran como persona humana y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

1

1

1

1

Firma

2.3.2. Fichas de validaciones de juicio de expertos. Cuestionario 2

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento Cuestionario 2

Nombres y apellidos del
experto

Jean Philipe Sánchez Mauleon

Documento de identidad

41663478

Años de experiencia laboral 18 años

Máximo grado académico Magister en Docencia Universitaria

Nacionalidad

Peruana

Institución laboral

Escuela Nacional Superior de Ballet

Labor que desempeña

Docente

Número telefónico 998765566

Correo electrónico

elotrojean@hotmail.com

Firma

Fecha

06/12/2025

117

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento Cuestionario 2

Nombres y apellidos del
experto

Kateryna Kryvoviaz

Documento de identidad 48974949

Años de experiencia laboral 19 años

Máximo grado académico Magister en Educación

Nacionalidad Peruana

Institución laboral Idiomas PUCP

Labor que desempeña Docente de idioma Inglés

Número telefónico 945126822

Correo electrónico katkriaz@gmail.com

Firma

Fecha 06/12/2025

FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO

Nombre del instrumento Cuestionario 2

Nombres y apellidos del
experto

Rudy Jesús Quispe Escobar

Documento de identidad 40398632

Años de experiencia

laboral

10 años

Máximo grado académico Magister en Educación con mención en Docencia
e

Investigación Universitaria

Nacionalidad Peruana

Institución laboral Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Labor que desempeña Docente

Número telefónico 993077034

Correo electrónico Rudyjm1219@gmail.com

Firma

2.3.3. Cálculo de validez de juicio de expertos. Cuestionario 2

SUFICIENCIA

Ítem Juez 1 Juez 2 Juez 3 Juez 4

Total (S)

Sumatoria de

acuerdo

Validez

$s/(n(c-1))$

Validez por ítems

ESCALAS

1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

1.00 Aceptable validez

Validéz de Instrumento: Cuestionario

Total: Validéz del Istrumento

CLARIDAD

Ítem Juez 1 Juez 2 Juez 3 Juez 4

Total (S)

Sumatoria

de acuerdo

Validez

$s/(n(c-1))$

Validez por ítems

ESCALAS

1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
1.00 Aceptable validez

Validéz de Instrumento: Cuestionario

Total: Validéz del Istrumento

120

COHERENCIA

Ítem Juez 1 Juez 2 Juez 3 Juez 4

Total (S)

Sumatoria
de acuerdo
Validez

$s/(n(c-1))$

Validez por ítems

ESCALAS

1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?
1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez
1.00 Aceptable validez
Validéz de Instrumento: Cuestionario
Total: Validéz del Istrumento

121

RELEVANCIA

Ítem Juez 1 Juez 2 Juez 3 Juez 4

Total (S)

Sumatoria

de acuerdo

Validez

$s/(n(c-1))$

Validez por ítems

ESCALAS

1. ¿Los estudiantes llevan su cuerpo erguido y balanceado al caminar y al correr?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

2. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para que tenga facilidad de estiramiento, doblamiento y movilidad sobre si mismos?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

3. ¿Los estudiantes forman su cuerpo para expresarse y ser entendidos por su expresión corporal?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

4. ¿Los estudiantes aprenden a tener buena apariencia, presentarse bien, y moverse con gracia y elegancia?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

5. ¿Los estudiantes educan su voz y la velocidad de su habla, con el fin ser capaces de modular su expresión oral según lo que van a decir?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

6. ¿Los estudiantes actúan utilizando sus buenos modales y según cómo desean ser percibidos?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

7.- ¿Los estudiantes gustan de verse bien, ser bien vistos y bien recordados por su porte corporal, su gracia y elegancia?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

8.- ¿Los estudiantes mejoran y son mejor vistos por su porte corporal, su gracia y elegancia, y por su presentación y la imagen que proyectan?

1 1 1 1 4 1.00 Aceptable validez

1.00 Aceptable validez

Validéz de Instrumento: Cuestionario

Total: Validéz del Istrumento

122

2.3.4. Resumen del cálculo de validez de instrumentos

Resumen Cuestionario 1

Criterio

Puntaje de

validez

Validez por escalas

SUFICIENCIA 1.00 Aceptable validez

CLARIDAD 1.00 Aceptable validez

COHERRENCIA 1.00 Aceptable validez

RELEVANCIA 1.00 Aceptable validez

TOTAL 1 Aceptable validez

Resumen Cuestionario 2

Criterio

Puntaje de
validez
Validez por escalas
SUFICIENCIA 1.00 Aceptable validez
CLARIDAD 1.00 Aceptable validez
COHERENCIA 1.00 Aceptable validez
RELEVANCIA 1.00 Aceptable validez
TOTAL 1 Aceptable validez

123

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Invitación a participar en estudio – taller

Hacemos de conocimiento de la comunidad educativa que hemos recibido el ofrecimiento de la Bachiller en Danza Clásica – Ballet Nadhia Victoria de la Escuela Nacional Superior de Ballet para realizar un estudio - taller sobre el Porte Corporal y la Imagen Personal en nuestra institución educativa.

Consideramos que el estudio - taller es de valor para nuestras alumnas debido a que versará sobre los beneficios de llevar el cuerpo alineado, en equilibrio, con fluidez y poder expresivo, que derivan en la mejora de la autoestima, integración social progresiva y perduran en la vida diaria.

La participación es voluntaria y anónima, por tanto, los datos y la información emergente, también son de carácter anónimo y confidencial, dado que la finalidad es netamente académica. El tiempo estimado es de una hora y termina con recomendaciones útiles para cultivar el porte, los valores y las habilidades socioemocionales practicando posiciones corporales muy sencillas.

El modo de participación es contestando un cuestionario de catorce (14) preguntas en la medida que se va desarrollando el estudio – taller.

De considerarlo y estar de acuerdo con la participación de su menor representada, por favor, sírvase firmar el presente consentimiento:

Consentimiento informado

Después de haber leído, entendido y comprendido el contenido y el fin académico del estudio – taller sobre el Porte Corporal y la Imagen Personal, en forma voluntaria doy mi consentimiento para que mi menor representada participe y autorizo la publicación de los resultados manteniendo el anonimato.

Lima, de _____ de 2025.

Nombres y apellidos:

DNI Nro.

124

El Porte Corporal y la Imagen Personal

Cuestionario aplicable a participantes

Pregunta SÍ NO

1.- ¿Tu cuerpo está en línea recta hacia arriba?

2.- ¿Tu cuerpo tiene estabilidad cuando caminas y cuando corres?

3.- ¿Tu cuerpo se estira y dobla con facilidad?

4.- ¿Caminas bien, corres bien y giras con facilidad?

5.- ¿Mantienes tu cuerpo erguido, controlas tus movimientos y haces gestos expansivos con tu cuerpo?

6.- ¿A veces te expresas con tu cuerpo y causas reacciones?

7.- ¿Cuidas siempre tu cuerpo para estar bien y verte bien?

8.- ¿Llevas tu cuerpo con encanto y elegancia?

9.- ¿Modulas tu voz según lo que vas a decir?

10.- ¿Hablas rápido o hablas despacio según lo que vas a decir?

11.- ¿Usas tus buenas maneras de ser en casa y en la escuela con los demás?

12.- ¿Sientes que los demás te aceptan y están contigo por tu forma de ser y por como eres tú con ellos?

13.- ¿Te gustaría llevar bien tu cuerpo, con encanto y elegancia, en todo momento?

14.- ¿Crees que es mejor, llevar bien el cuerpo con encanto y elegancia en todo momento?

Comentarios:

Lima,

Graduanda: Nadhia Victoria Rubio Rojas