

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
SUPERINTENDENCIA NACIONAL DE EDUCACIÓN SUPERIOR
UNIVERSITARIA (SUNEDU)
ESCUELA SUPERIOR DE FORMACIÓN ARTÍSTICA PÚBLICA
“FELIPE GUAMAN POMA DE AYALA” – AYACUCHO
CON RANGO UNIVERSITARIO: LEY 30220



TÍTULO:

Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes de nivel secundario, Ayacucho 2023

PRESENTADO POR:

Collado Sicha, Edgar Jhon

<https://orcid.org/0009-0004-8817-9435>

ASESORA:

Mg. Cordero Aybar, Olimpia

<https://orcid.org/0000-0003-2545-6998>

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO DE EDUCACIÓN ARTÍSTICA**

ESPECIALIDAD: Artes plásticas

AYACUCHO – PERÚ

2024

REPORTE DE ORIGINALIDAD

Edgar Jhon Collado Sicha

Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudian

Universidad Nacional Autónoma de Alto Amazonas

Detalles del documento

Identificador de la entrega

tmcoid=15388-415201228

Fecha de entrega

11 dic 2024, 4:53 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

11 dic 2024, 4:59 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

TESIS APA JHON COLLADO.docx

Tamaño de archivo

6.4 MB

107 Páginas

23,224 Palabras

126,420 Caracteres




20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidos las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 15%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad




N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitan distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 15%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	renati.sunedu.gob.pe	9%
2	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	2%
3	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2018-01-23	1%
4	Internet	repositorio.uladech.edu.pe	1%
5	Internet	46.210.197.104.bc.googleusercontent.com	1%
6	Internet	www.slideshare.net	0%
7	Internet	alida.concytec.gob.pe	0%
8	Internet	repositorio.unh.edu.pe	0%
9	Trabajos entregados	Universidad Católica Nordestana on 2022-04-22	0%
10	Internet	flibrary.co	0%
11	Trabajos entregados	Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez on 2023-08-16	0%

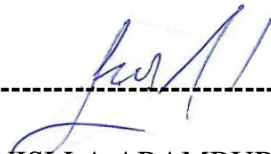
PÁGINA DEL JURADO



Mg. TAIPE CARBAJAL, Marcelino Efraín
PRESIDENTE



Mg. ROJAS CONDE, William
SECRETARIO



Mg. CCONISLLA ARAMBURÚ, Edwin Wilian
VOCAL

METADATOS COMPLEMENTARIOS RENATI

Datos de autor	
Nombres y apellidos	EDGAR JHON COLLADO SICHA
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	70112748
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0004-8817-9435
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	OLIMPIA CORDERO AYBAR
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	40391014
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-2545-6998
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	MARCELINO TAIPE EFRAÍN CARBAJAL
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	28297841
Primer miembro de jurado	
Nombres y apellidos	WILLIAM ROJAS CONDE
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	42208069
Segundo miembro de jurado	
Nombres y apellidos	EDWIN WILIAN CCONISLLA ARAMBURÚ
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	28287730
Datos de investigación	

Línea de investigación	ESPECIALIDAD ARTES PLÁSTICAS Y VISUALES
Grupo de investigación	--
Agencia de financiamiento	--
Ubicación geográfica de la investigación	<p>INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA “MELITÓN CARVAJAL” PAÍS-PERÚ DEPARTAMENTO: AYACUCHO PROVINCIA: HUAMANGA DISTRITO: JESÚS NAZARENO JR. MARIANO MELGAR No: 398 CÓDIGO DE UBICACIÓN GEOGRÁFICA (DD-PP-DI): 05001 ÁREA: URBANA ALTITUD: 2780 m.s.n.m. LONGITUD: 18.71 km2 TIPO DE GESTIÓN: PÚBLICA DE GESTIÓN DIRECTA GÉNERO DE LOS ALUMNOS: MIXTO FORMA DE ATENCIÓN: ESCOLARIZADA TURNO DE ATENCIÓN: TARDE</p>
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2023-2024
URL de disciplinas OCDE	

DEDICATORIA

Este es mi testimonio de vida en forma de un trabajo de investigación, lo dedico a mis padres, hermanos y familiares, quienes me enseñaron a ser fuerte ante la adversidad, gracias por la paciencia y dejar desenvolverme en los espacios necesarios para poder identificar lo que con el tiempo empezaba a ser mi propósito de vida.

A mis niños Nelsi, Jhon, Sully y mis hijos de la Escuela Artística “Cuando Mi Alma Sueña”, recuerden que nada es imposible en la vida y todos tenemos el poder de hacer milagros, llegaremos a ser parte de una mejor sociedad juntos. Aquí un poco de lo que hemos venido trabajando para salvarnos la vida. Ya estaba previsto, sí.

Edgar Jhon.

AGRADECIMIENTO

El agradecimiento a los docentes de la Escuela Superior de Formación Artística Pública “Felipe Guamán Poma de Ayala”, sobre todo a los docentes que con su nobleza llegaron a conectar conmigo, que de una mirada llegaron a entender mis fines en la ESFAP, los que me permitieron ser libre dentro de las pocas posibilidades en una institución estatal, me enseñaron mucho con su comprensión y palabras de aprecio. Gracias por su compañía en este proceso de construcción cognitiva y acumulación de experiencias, siempre serán homenajeados cada vez que lleve sus enseñanzas a las posteriores generaciones. Mi agradecimiento y estima especial a la Mg. Cordero Aybar Olimpia, por su confianza depositada en mi persona y asesorarme en los momentos necesarios.

Agradecimiento particular al director Dr. Ninamango Villegas Pedro Pablo, por la acogida y autorización correspondiente de la aplicación del plan de intervención, así como el recojo de datos correspondientes en la Institución Educativa Pública “Melitón Carvajal” de Ayacucho. Finalmente, mi aprecio y consideración infinita a la maestra Lic. Pillaca Enriquez Sonia, por su sencillez y humanidad al enseñarme con mucha paciencia y admiración, llevaré su carisma a donde vaya.

El autor.

ÍNDICE

PÁGINA DEL JURADO.....	I
METADATOS COMPLEMENTARIOS RENATI.....	II
DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTO.....	V
ÍNDICE.....	VI
RESUMEN	IX
ABSTRACT.....	X
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO I	
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	
1.1. Planteamiento del problema.....	13
1.2. Formulación del problema	16
1.2.1. Problema General.....	16
1.2.2. Problemas específicos.....	16
1.3. Justificación.....	17
1.4. Limitación.....	19
1.5. Antecedentes.....	20
1.6. Objetivos.....	24
1.6.1. Objetivo General.....	24
1.6.2. Objetivos específicos.....	25
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	
2.1. Contexto de la investigación	26
2.1.1. Escuelas y colegios estatales del Perú	26
2.1.2. Arte y cultura en el 2023 según el currículo nacional	27
2.2. Meditación	28
2.2.1. Meditación y educación	29
2.3. Expresión corporal.....	30

2.3.1. Expresión corporal y educación	31
2.3.2. Expresión corporal dancística	32
2.3.3. Danzas en el Perú.....	33
2.4. Meditación y expresión corporal para la vida	34
2.5. La confianza de las personas.....	34
2.5.1. Dimensiones de la Confianza.....	35

CAPÍTULO III.....

MARCO METODOLÓGICO.....

3.1. Hipótesis	39
3.1.1. Hipótesis General	39
3.1.2. Hipótesis específicas.....	39
3.2. Variables y operacionalización de variables.....	39
3.2.1. Operacionalización de variables:.....	39
3.3. Metodología	41
3.3.1. Tipo de estudio	41
3.3.2. Nivel de investigación	41
3.3.3. Diseño de investigación	42
3.4. Método de investigación.....	42
3.5. Población, muestra y muestreo.....	42
3.5.1. Población.....	42
3.5.2. Población muestra.....	43
2.5.3. Muestreo.....	43
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	43
3.6.1. Técnicas de recojo de datos.....	43
3.6.2. Instrumentos de recolección de datos	44
3.6.3. Validación y confiabilidad de datos	45
3.8. Métodos de análisis de datos.....	47

CAPÍTULO IV.....

RESULTADOS.....

4.1. A nivel descriptivo e inferencial	48
4.1.1. Resultados a nivel descriptivo.....	48
4.1.2. Resultados a nivel inferencial	52
4.2. Discusión de resultados	57

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Conclusiones	64
5.2. Recomendaciones	65

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

ANEXOS:

Anexo N° 1: Constancia de aprobación de originalidad

Anexo N° 2: Declaración jurada de autoría

Anexo N° 3: Matriz de consistencia

Anexo N° 4: Constancia de recojo de datos

Anexo N° 5: Instrumento de recojo de datos

Anexo N° 6: Validación y confiabilidad de datos

Anexo N° 7: Base de datos

Anexo N° 8: Galería de fotografías

RESUMEN

Se realizó un trabajo investigativo en donde el objetivo fue determinar la magnitud de influencia de la meditación y expresión corporal en la mejora de la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del cuarto grado “A” del nivel secundario, de la Institución Educativa Pública “Melitón Carvajal” de Ayacucho, 2023. La investigación fue de carácter cuantitativo, de diseño pre experimental. La muestra seleccionada fue de tipo no probabilístico e intencional, con 25 estudiantes del aula descrita. La recolección de datos estuvo apoyada por un plan de intervención o plan experimental, además de la escala valorativa como instrumento de evaluación. El análisis de la información recogida fue de forma descriptiva a través de tablas relativas de frecuencia simple.

La muestra obtenida del pre test arrojan datos de bajo rango, mientras que los datos obtenidos en el post test fueron favorables. Con los resultados comparados llegamos a concluir que la meditación y la expresión corporal, influyen de forma significativa para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas, en los estudiantes investigados.

Palabras clave:

Meditación, expresión corporal, confianza, experiencias pictóricas.

ABSTRACT

A research work was carried out where the objective was to determine the magnitude of influence of meditation and body expression in improving confidence in pictorial experiences in students of the fourth grade "A" of the secondary level, of the Public Educational Institution "Melitón Carvajal" from Ayacucho, 2023. The research was quantitative in nature, with a pre-experimental design. The selected sample was non-probabilistic and intentional, with 25 students from the described classroom. Data collection was supported by an intervention plan or experimental plan, in addition to the rating scale as an evaluation instrument. The analysis of the information collected was descriptive through simple frequency relative tables.

The sample obtained from the pre-test showed low-rank data, while the data obtained from the post-test were favorable. With the compared results, we conclude that meditation and body expression have a significant influence on improving confidence in pictorial experiences in the students investigated.

Keywords:

Meditation, body expression, confidence, pictorial experiences.

INTRODUCCIÓN

En el proceso de la historia el Perú ha vivido una serie de acontecimientos con la finalidad de querer buscar su independencia, así como nuevas miras al desarrollo. Ayacucho como uno de sus departamentos más golpeados, fue protagonista de sucesos de violencia de todo tipo, en diferentes tiempos y niveles, en donde los habitantes buscaron las formas para poder adaptarse y seguir adelante en su convivencia. Una de las consecuencias más resaltantes por la violencia política desde los años 80s, es el miedo desencadenado por sus habitantes y ha ido heredándose hasta nuestros días. El miedo de las nuevas generaciones ha ido afectando en diferentes campos de la educación, teniendo como resultado un padre o hijo en alerta constante, donde su pensamiento creativo se ha visto afectado por el temor a expresarse, por otro lado, los que bloquearon este sentimiento, crearon una coraza llena de desconfianza y el recelo para sentirse incluidos en actividades que tengan que ver con el gobierno peruano.

Hasta nuestros días el sistema educativo, junto a más entidades públicas en conjunto han brindado estrategias para atender y amortiguar los traumas desencadenados, los esfuerzos fueron mostrando resultados favorables, sin embargo, la corrupción, la crisis política y a esto sumada la desatención a las zonas andinas del Perú, le ha dado al habitante Ayacuchano la perspectiva de no fiarse tanto del estado. Esto como tal repercute en la desconfianza de los hijos estudiantes, sumado a ello se empiezan a perder costumbres y tradiciones heredadas por influencia de la tecnología a través de las redes sociales y el pensamiento globalizado.

La tendencia actual, ha desviado la atención de los estudiantes por influencia de los aparatos tecnológicos y el internet. El estudiante participa más en calidad de observador que de ejecutor. Al momento de brindarle los espacios en el campo del arte para poder aflorar sus propias ideas, estos se sienten vacíos, quieren replicar lo que vieron en las redes para justificar su falta de ideas, tienen miedo al sentirse no aptos, y rechazan el arte, llegando así a fracasar en las experiencias artísticas. Esto más de cerca se observa fácilmente en el lenguaje pictórico, un estudiante que mira hacia otros lados se distrae y no sabe que dibujar o pintar y muchos de ellos llegan hasta odiar las artes pictóricas por el estrés que les genera. A esto podríamos denominarle empíricamente, “el temor al arte

Los problemas suscitados llegan de forma secuencial en el tiempo, exigiendo atender varios aspectos, sumado a ello el estudiante trae consigo más problemas de su propio contexto, hay un desequilibrio mental, corporal y hasta espiritual. Aquí es en donde planteamos como estrategia el poder volver a equilibrar al estudiante, usando la meditación junto a la expresión corporal como medios para poder afinar nuevamente su confianza e influir positivamente en la concilia de sus experiencias pictóricas.

Diremos que la meditación buscará el equilibrio mental y espiritual mediante la respiración profunda y consciente, esto acondicionará al estudiante para poder tener mejor paciencia, disponibilidad y voluntad hacia su entorno. Es como reiniciar un dispositivo sobrecalentado.

La expresión corporal irá de la mano con la meditación como un estimulante de desahogo, un medio expresivo principal, pues se conoce al cuerpo como el principal comunicador, esto con la finalidad de estimular el atrevimiento y la pérdida de miedo en las expresiones pictóricas por el estudiante, mejorando sus experiencias artísticas.

La meditación y la expresión corporal en conjunto tienen un efecto eficiente en las experiencias pictóricas, ¿de qué forma?, a grandes rasgos la meditación permite la relajación y la predisposición del artista y la expresión corporal a través del movimiento afina la confianza del artista, permitiéndole finalmente experimentar con las expresiones pictóricas.

En el capítulo I observaremos los problemas y factores por la cual la investigación cobra sentido: La inmersión al sistema, la globalización, la influencia de las redes informáticas, y la violencia en contexto, son claves por la cual el artista pierde su confianza y no se siente con la capacidad de expresarse pictóricamente. En el capítulo II a través del marco teórico y su estructura encontraremos el soporte teórico de que la meditación y expresión corporal son válidos e importantes para la mejora de la confianza y la pérdida del temor en las experiencias pictóricas. En el capítulo III, en el marco metodológico detallaremos el proceso metodológico del como la investigación fue llevada a cabo. En el capítulo IV se describirán los resultados obtenidos en la investigación, esto a diferentes niveles, posterior a ello en la discusión de resultados se contrastarán los antecedentes investigatorios de la misma, para así en el capítulo V obtener las conclusiones.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

El miedo a cometer errores y ser señalado, es lo que ha traído como consecuencia la pérdida de seguridad en uno mismo, por ello, diremos que, la poca confianza para tomar decisiones repercute en las acciones cotidianas, esto obviamente más al momento de querer tener experiencias pictóricas eficientes en un grupo humano, en consecuencia, se tiene un aula de estudiantes con el temor a expresarse. A continuación, Se observan en diferentes contextos espaciales la problemática con posibles soluciones que no son muy tomadas en cuenta, brindando a la vez enfoques en diferentes contextos que cuajen el problema.

1.1.1. A nivel internacional

El problema del temor a la expresión pictórica radica en los estudiantes, sin embargo, alternativas de hábitos para la mejora de la confianza ya fueron planteadas, pero no todos la pusieron en práctica.

Gutiérrez (2023) expresa, si tan solo enseñásemos las herramientas para que nuestros niños se permitan autorregular, estaríamos dando a luz a una generación consciente que este mundo necesita. Propuesta que es casi imposible aplicar en todas las instituciones del mundo, pero por lo menos se buscaría intentar con los más cercanos. En el centro Mindfulness en Monterrey México, sus instructores brindan las herramientas de este tipo a los niños, mostrando resultados positivos.

Por consiguiente, el plano educativo actual, encasilla al estudiantado a una perspectiva sistemática donde se observan cualidades para redirigirse a la productividad, esto por la necesidad de alimentar el consumismo, trayendo en consecuencia la pérdida del pensamiento innovador, desviando el enfoque de lo que el estudiante realmente quiere hacer. Causal para hallar la poca motivación creativa por parte del estudiante y el miedo a ser señalado si este intenta atreverse a expresar pictóricamente. Problema observado en colegios e instituciones públicas sistematizadas por su gobierno.

De la Herrán (2017) plantea que, para superar con la educación tradicional e innovar, podemos mirar hacia el pasado y examinar las primicias en el ámbito educativo, en aquel tiempo nadie se lo esperaba, observando bien, son inéditas, tanto en sus principios pedagógicos como en sus formas metodológicas. La primera concepción de enseñanza no fue la conversación socrática, sino la meditación como tal. El aprendizaje de la meditación no tiene como referencia la didáctica del saber, sino la consideración

prioritaria del ser. Saber mucho no define absolutamente la educación, pues alcanza apenas lo interior de nuestra parte exterior. El ser como tal, es el núcleo de la educación y las experiencias vividas son vitales para ordenar su alrededor. Ser consciente de esto es crucial; por lo tanto, la meditación es necesaria en la sociedad actual. Pues más allá de repercutir positivamente en las experiencias pictóricas, aporta significativa en la educación del ser humano.

Enunciados que inclinan a que se deja de lado a propuestas que le dan prioridad al enfoque personal y más bien optan por el enfoque productivo y de consumo actual. Para una eficiente expresión pictórica sin temor, no es necesario aplicar nuevas técnicas pictóricas, sino de que los estudiantes mismos la descubran a partir de su propia confianza.

1.1.2. A nivel Nacional

La situación en el Perú como país en proceso de desarrollo le sigue la corriente a la gran mole potencial. El entorno se mueve en base a la adaptación de otras realidades, se encamina de manera reflexiva, pero sigue manteniendo el sendero de la alienación. Dejando de lado el enfoque personal y de mejorar la confianza en atreverse a expresar, en este caso pictóricamente de forma original (Espíritu, 2014).

Espíritu (2014) describe que, Salazar Bondy filósofo, en uno de sus libros publicados, *Historia de la idea en el Perú contemporáneo: el proceso del pensamiento filosófico* (1967d: 470) plantea que, la riqueza de las ideas no solo se encuentra en la filosofía extranjera, sino también, en las reflexiones que surgen a partir de conocer la realidad peruana, de conocer sus problemas económicos, políticos y culturales. Espíritu añade, que la acción no es solo repetir lo que otros hacen, sino proponer reflexionando con ideas en función a las circunstancias de la historia que vive la comunidad misma, teniendo en cuenta las investigaciones y reflexiones de otros autores anteriores.

La consecuencia de este fenómeno trae consigo la desconfianza y el miedo a los aportes culturales locales, pero aceptan con normalidad la tendencia extranjera, haciendo que en nuestro país se tenga menos población identificada con las costumbres y tradiciones de las regiones. El temor de no ser aceptado al no practicar lo que la tendencia

mundial pone en moda. En cuanto a la expresión pictórica, la aplicación que se llega a tener solo genera arte comercial o de réplica a lo que ya existe, como, por ejemplo; estudiantes que pintan todo lo que observan en las redes sociales, se olvidan de sí mismos y su propuesta personal queda de lado, sin mostrar la confianza que tienen para las experiencias pictóricas.

Si bien la práctica del arte o la consideración de ella en la vida diaria ha aumentado en estos últimos años, podríamos decir que todavía es insuficiente. El mismo sistema educativo estatal no le da la debida prioridad en colegios y escuelas. Este factor, así como muchos otros desequilibrios de nuestro estado, trae consigo la pérdida de interés en la práctica del arte y sus lenguajes artísticos. Esto mismo conlleva a que la práctica de las artes plásticas y las experiencias pictóricas sean ineficientes, pues el área de arte y cultura es considerada como materia complementaria frente a las de “prioridad”, afectando a los estudiantes de no darle importancia para el desarrollo óptimo de los lenguajes del arte, y así mostrar poca dedicación al momento de la ejecución pictórica.

1.1.3. A nivel local

Ayacucho, ciudad de las 33 iglesias, es considerado uno de los departamentos más ricos en el aporte pluricultural del país, esto por la amplia gama de manifestaciones culturales por zona. Siendo protagonista en propuestas creativas artísticas mostradas en exposiciones y conferencias internacionales. Sin embargo, también es considerada una de las ciudades con más violencia a nivel del Perú. Ángela Béjar y Nelson Pereyra, egresados de la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga en su ponencia investigativa antropológica “*La imagen de la Ciudad de Ayacucho*”, describen que la ciudad de Ayacucho sobrevivió a su último azote de maltrato en los 80s, a causa de la violencia política en el inicio de la lucha armada originada por “Sendero Luminoso”. En este lapso temporal, el proceso migratorio se incrementa. Pero a diferencia de la migración tradicional, ésta es compulsiva y forzada: Viene acompañado del miedo, el terror y la inseguridad como consecuencia a la violencia de todo tipo en su proceso de guerra. Temporada lamentable que indirectamente generaba el crecimiento demográfico. Con el crecimiento acelerado y desordenado elevado en un 65.2% (Pereyra, 2005). Esta información no es ajena a la problemática de la expresión pictórica, pues es uno de los grandes factores para que los artistas sucumban en el temor a expresarse.

Una generación con rasgos de violencia política y con factores de pobreza económica e intelectual, trae hacia la actualidad jóvenes retraídos, con temor a expresarse, además de la imposición de la moda extranjera. Es en donde deducimos y tratamos de intervenir para contrarrestar este declive artístico humano. Por lo que se sintetiza lo siguiente:

1.2. Formulación del problema

Se observa la ineficiencia y la poca participación de los estudiantes en temas artísticos en todos sus lenguajes, debido a diversos factores. Como: todo tipo de violencia, calidad de vida insuficiente, poca estimulación artística, poca relevancia de crecimiento personal, el impacto de las redes sociales, consumismo artístico globalizado, entre otros.

La acumulación o consecuencia de alguno de estos factores trae consigo la “desconfianza”, generando el “temor o miedo”, siendo el causal fundamental de que los estudiantes no se atrevan a expresar pictóricamente despertando la creatividad. Este temor conlleva a que las experiencias pictóricas, así como las artísticas en general sean ineficientes en el desarrollo de los estudiantes.

Teniendo en cuenta la descripción compleja del problema, identificamos el causal general y específico que atenta con la mejora de la confianza en las experiencias artísticas.

1.2.1. Problema General

- ¿Cuál es la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023?.

1.2.2. Problemas específicos

1. ¿Cuál es la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la pérdida del miedo en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023?.
2. ¿Cuál es la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar el crecimiento personal en las experiencias pictóricas en estudiantes del

4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023?.

3. ¿Cuál es la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la creatividad en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023?.

1.3. Justificación

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo lograr la mejora de la confianza en estudiantes del nivel secundario, mediante el uso de la meditación en sincronización con la expresión corporal. Además, el propósito es fomentar talentos y destrezas pictóricas de nuestros estudiantes que a menudo se ven limitados por el miedo y la falta de confianza, mostrando una actitud cautelosa, posiblemente por su formación y factores adicionales. Por lo tanto, buscamos utilizar la meditación y la expresión corporal como una alternativa para fortalecer la confianza de aquellos que las practican.

Para fundamentar nuestra justificación brindamos algunos valores importantes, tales como:

1.3.1. Valor Teórico

El trabajo investigatorio contribuye con la nube de conocimiento global y teórico, sobre todo para los que quieran enfocarse en temas de como afinar la confianza en personas con problemas de temor a la expresión, así como también en el uso de esta técnica como alternativa para el control del ser, aplicado en distintos espacios como: Aulas, auditorios, espacios de interacción, el hogar y entre otros.

1.3.2. Valor práctico

Este estudio se centra en el desarrollo del equilibrio emocional y su interacción con el lenguaje artístico, puntualmente en la expresión artística pictórica. Utilizamos el lenguaje kinestésico como herramienta para promover la práctica expresiva y superar el miedo.

Al meditar fomentamos el hábito de una adecuada respiración como base fundamental en todas las actividades artísticas. A esto mismo, el movimiento del cuerpo aporta en la buena coordinación, promueve el desarrollo cerebral y estimula el pensamiento creativo en las experiencias pictóricas de sus practicantes.

1.3.3. Valor Metodológico

El estudio presenta nuevas formas de aprendizaje, específicamente el autoaprendizaje experimentado a través de la práctica individual y grupal de la meditación y la afinación de la expresión mediante los movimientos corporales. Este enfoque busca la mejora de la expresión en los distintos lenguajes artísticos y proporciona información metodológica para investigaciones futuras.

También diremos que este estudio se centra en acercar a los beneficiarios cercanos, como los estudiantes, al campo temático que se desarrollará en la investigación. De esta manera, se busca involucrar a los estudiantes directamente en el proceso de exploración y crecimiento personal para su pronta independencia cognitiva.

1.3.4. Conveniencia

Este trabajo investigativo sobre la meditación y la expresión corporal en estudiantes de educación secundaria es favorable, conveniente y provechoso, en modo que los educadores contribuirán con la aplicación de una técnica que influirá favorablemente en las experiencias pictóricas de sus educandos a partir de la pérdida de sus miedos y la mejora de su confianza. El uso de la meditación será inducido desde el aula, hasta que los educandos sientan que esta técnica se vuelva un hábito de vida, compartiéndose hasta en el hogar y su futuro. Por otro lado, la expresión corporal sea usada como herramienta de desfogue emocional, como la finalidad principal de todo lenguaje artístico aplicado en las aulas en el área de Arte y Cultura.

1.3.5. Relevancia social

Este estudio fortalece varios aspectos necesarios del ser humano como parte de su desarrollo y crecimiento, nos enfocamos en la eficiente experiencia pictórica en el aula, con un buen desenvolvimiento y con la pérdida de los temores que hacen que el aprendiz se limite a expresarse por sentir el condicionamiento de su entorno.

El presente estudio tiene más beneficios como: Control de estrés, mejora de la calidad de sueño, mejora de la autoconciencia, estímulo del desarrollo de los hemisferios derecho e izquierdo, impulsa la creatividad, mejora la coordinación física, entre otros.

El presente trabajo de investigación es útil, necesario y beneficioso para la sociedad educativa, así como para otros estudios de enfoque similar en la región y el país.

1.4. Limitación

Se encontraron muchas limitaciones que obstaculizaron la eficiencia tanto del plan experimental, así como el uso del instrumento de evaluación.

En primer lugar, se observó la interrupción constante al aula por parte de los auxiliares y la supervisión escolar constante, a esto le sumaremos los ruidos alternos de construcción de las calles del colegio, esto desconecta el ambiente creado por el docente y los estudiantes. Como el tema de trabajo tenía que ver con la meditación, usamos estas aparentes interrupciones como un nivel de dificultad para llegar a centrarse en la relajación.

En segundo lugar, se observó el espacio limitado en el aula. Cuando se buscaba salir al patio escolar, nos topábamos con actividades de otras áreas o talleres extracurriculares. En parte esto ayudó a que los estudiantes traten de empatizar con el docente para lograr con ciertos objetivos de cada sesión. Para que esta empatía salga a flote, motivábamos constantemente al estudiante recalcándoles de que todo ello les iba a ayudar a perder el miedo, y como ello era algo nuevo para ellos, se atrevieron a intentarlo. Además de que para iniciar a confiar primero tenían que hacerlo en un espacio cerrado, donde otros estudiantes ni docentes los vean.

En tercer lugar, se tuvo muy poco tiempo para poder desenvolvernos, las prácticas de talleres de meditación y expresión corporal tienen procesos de introspección en distinto tiempo personal, es decir, que cada uno de los estudiantes se toman un tiempo propio para poder conectar consigo mismos. No todos conectan de forma rápida. Factor que tratamos de enmendar visitándolos en otros horarios de otros cursos, esto en coordinación y disponibilidad con cada docente. Era signficante y cansado quizá para algunos estudiantes, pero se llegó a instalar un pequeño hábito que posteriormente sería favorable.

Por último, la disponibilidad absoluta de los estudiantes y los materiales de trabajo. El trabajo con púberes es complicado, siempre encontraremos a estudiantes que no querrán trabajar como uno quisiera, sea esto por vergüenza o desinterés. La misma situación se reflejaba al momento de conseguir los materiales que se solicitaban, no eran tan difíciles de conseguir, y no toda el aula los traía, aun así, se fue resolviendo conforme la situación.

Cada problema alterno tenía cierta solución viable, son situaciones que es usual encontrar en colegios estatales y los docentes son los que tienen que estar preparados para solucionar estos imprevistos de la forma más práctica posible.

1.5. Antecedentes

Observamos un caso argentino donde en los últimos años la expresión corporal, así como la meditación fueron reconocidas como importante por profesionales en áreas artísticas y de la educación. Sin embargo, el sistema educativo mostró un vacío profundo en el espacio artístico al no proporcionar a estudiantes la posibilidad de que se desenvuelvan socialmente a través de la expresión corporal dancística, ya que ésta no era considerada oficial en su currículo educativo. Todo lo relacionado con este tipo de disciplina en general, formaba parte en la mayoría de casos, sólo en la educación particularizada o en escuelas de danza donde obviamente el objetivo era formar artistas profesionales.

A continuación, brindamos antecedentes del uso de la expresión corporal, así como la meditación en diferentes contextos:

1.5.1. A nivel internacional

Randazzo-Eisemann (2021) realizó un estudio exploratorio sobre el impacto que tiene la meditación en el ámbito educativo como factor protector ante la violencia, teniendo como muestra a 16 jóvenes estudiantes que meditaron, 10 profesores que utilizaron la meditación en sus clases, y 10 voluntarios, aplicándose una investigación exploratoria de carácter cuali-cuantitativo y constructorista, basado en cuestionarios y entrevistas se obtuvo que el 88.9% indican que la meditación les permite una mejor capacidad de comunicación y escucha. Se concluye que la meditación en espacios

educativos promueve factores protectores ante la violencia, viéndose así la paciencia, sensibilidad, bienestar, relajación, entre otros. Teniendo este tipo de clima social armónico las personas tendieron a ser menos conflictivas y mucho más respetuosas, mejorando así el estado de ánimo y autoestima. Resultados que puntúan favorablemente el uso de la meditación en espacios educativos, pues los resultados reflejan la cualidad de la paciencia, sensibilidad y relajación, clave para la eficiente expresión pictórica en las aulas, se tiene claro que el mismo hecho de tener al estudiante atareado con otras materias y desconectado del espacio artístico hacen que tengan una reacción torpe y de poco interés hacia la expresión pictórica. Diremos entonces que es de vital importancia refrescar la mente del estudiante con ayuda de la meditación para motivar el enfoque de la expresión pictórica.

Martínez (2018) efectuó un estudio inusual en Jaén, sobre la práctica de la literatura, expresión corporal y meditación para menores en privación de libertad, donde los objetivos fueron generar ambientes de confianza para la libre expresividad artística, disminuir la ansiedad y mejorar la comunicación asertiva. Investigación de carácter cualitativo porque no pudo ser ejecutada por motivos burocráticos, enfocándose en explorar los aspectos subjetivos de la situación. Fue dirigido a menores en privación de libertad con la metodología de talleres de intervención, en la cual la evaluación que se llegó a dar en ambientes similares fue a través de fichas de observación y cuestionarios de satisfacción personal. Concluyó de forma general que, la práctica de la literatura, expresión corporal y meditación influirían positivamente en el desarrollo de la confianza para la expresión. Argumenta además que, es necesario implementar medios alternativos como éste en menores para la repercusión directa a en la calidad de vida y la adaptación a la sociedad.

Este antecedente es el estudio más cercano al de la presente investigación, en donde una cárcel de menores o un orfanato, no se diferencian de colegios o escuelas estatales, esto en el aspecto de las limitaciones expresivas y la modalidad de educación que plantea el estado (Martínez, 2018).

La meditación usada en la investigación actúa como un estabilizador emocional, y la expresión corporal es usada como medio primordial de expresión. La autora argumenta los motivos por la cual considera la expresión corporal y la meditación para

su investigación: “La expresión corporal porque nuestro cuerpo es con lo primero que nos comunicamos, con el que llegamos al mundo y con el que mayormente nos relacionamos, y la meditación, porque son capaces de extraer lo mejor de cada persona” (Martínez, 2018 p.29). Por ende, son importantes para generar la confianza en las experiencias artísticas.

Correa, Chirva y Valderrama (2015) realizaron un estudio analítico sobre la incidencia que tiene la expresión corporal en la mejora de la comunicación no verbal en el grado 2do del IED. nueva constitución, en donde se tomó como muestra a 108 niños entre mujeres y varones de distinta edad, en donde el estudio corresponde a un análisis cualitativo con el uso de distintas estrategias flexibles, así como el uso de entrevistas y notas de campo para percibir la información diaria. Los resultados diagnosticaron la ausencia de expresión corporal, negándoles a su cuerpo el ser su herramienta vital de comunicación no verbal, concluyendo la importancia de la expresión corporal en el desarrollo comunicativo y además emocional. Como se sabe las artes plásticas tiene relación interdisciplinaria con su ejecutor, por lo tanto, será importante que el artista explore y mejore su comunicación no verbal, con la finalidad de brindarle más opciones creativas. Al estimular el cuerpo con movimientos no solo encontramos una mejor plasticidad para la ejecución de la expresión pictórica sino además sugerimos a la mente nuevas alternativas de aporte artístico. Si rompemos la posición estática del artista y le brindamos movimiento, este mismo mejorará sus perspectivas para afinar su trabajo pictórico (Correa, Chirva, & Valderrama, 2015).

1.5.2. A nivel nacional

Alvarado y Huamani (2021), plantearon un estudio cualitativo, dónde el objetivo fue analizar la influencia de la meditación mindfulness como herramienta de preparación psicofísica actoral para el proceso de encarnación en el training corporal de grotowski en el estudiante actor de la FARES. La metodología de la tesis refirió a una investigación exploratoria desde las artes a través de la observación, documentación y análisis de la experiencia, abarcando temas importantes en la investigación del campo actoral que en el Perú aún no han sido abordados. Para ello se usaron instrumentos de recojo de datos como: Bitácoras virtuales, cuestionarios y grabaciones audio visuales, concluyendo que el mindfulness es una herramienta positiva de preparación psicofísica actoral que puede ser utilizada en el entrenamiento corporal, sobre todo para aquellos estudiantes actores

que tengan problemas para encarnar su papel de manera comprometida y consciente. Investigación de aporte considerable, pues atendiendo el problema del artista pictórico o en este caso el estudiante, necesitaremos que a través de la meditación mindfulness se sienta en el papel y confíe en que logrará una eficiente expresión pictórica, superponiéndose a la cualidad habitual del artista temeroso que inclusive tapa con las manos su trabajo hacia el espectador.

Benavides y Benavides (2021) efectuaron un informe de tesis, dónde el objetivo general es analizar la aplicación del Mindfulness para mejorar las estrategias de enseñanza y aprendizaje en la educación superior. Investigación cualitativa aplicada, teniendo como diseño el tipo bibliográfico documental, donde se tomaron 23 muestras de información como: artículos de revista, documentos web, trabajos de grado, entre otros. Se terminó concluyendo que los procesos del mindfulness tienen repercusión positiva, permitiendo crear una atmósfera mucho más afectiva y productiva tanto para docentes y estudiantes. Los efectos de la meditación generan bienestar para su practicante, por lo tanto, es un factor motivador para intentar atreverse en la expresión pictórica.

Ccoicca (2018) realizó una tesis, dónde el objetivo eran describir las teorías que son empleadas en el proceso de enseñanza práctica en la expresión corporal. Investigación de tipo descriptiva donde menciona que la expresión corporal como misma se desempeña de diversas formas refiriéndose a muchos exponentes que aportan información valiosa. Tras la recopilación de teorías concluye que la expresión corporal tuvo existencia desde tiempos memorables, además de que es un medio de comunicación importante, y es usada por los docentes en las escuelas, sean estos a través de gestos y movimientos con fines útiles en su pedagogía. Afirmando que la educación artística y sus lenguajes artísticos consideran que la expresión corporal es un medio para enseñar de forma dinámica y afectiva, propiciando el trabajo en equipo de los estudiantes, mejorando también su juicio crítico y creativo.

Como se observa se tiene en consideración de algunos estudios referidos al uso de la meditación o expresión corporal como método efectivo a la mejora tanto en confianza, así como en la mejora de cualidades necesarias que necesita un artista plástico y general para la eficiencia de su expresión artística. También observamos que son temas poco abordados en el aspecto educativo en el país (Ccoicca, 2018).

1.5.3. A nivel local

Condeña (2019) realizó un informe investigativo que tuvo como objetivo determinar de qué manera la expresión corporal como estrategia metodológica influye en la capacidad comunicativa de los niños de 05 años de la institución Educativa N° 922 “Sor Flor de María Vásquez Mendoza” de Cora Cora en Ayacucho. Se trata de una investigación cuantitativa aplicada, de nivel explicativo y pre-experimental, en la que participaron 20 niños de 5 años de edad. El módulo experimental se desarrolló utilizando técnicas de estadística descriptiva e inferencial. Los resultados demostraron una relación causal entre las variables estudiada, evidenciándose una mejora de 13 puntos entre el pre-test y el post-test, con un valor de $t_c=8.77$, superior al $t_t= 1.68$. Estos resultados permitieron concluir que la expresión corporal y musical, como estrategia metodológica, tuvo un impacto significativo en la capacidad comunicativa de los niños de 5 años de la institución mencionada. Este último estudio más reciente es el que se acerca un poco al tema abordado, si bien la aplicación de la expresión corporal es beneficiosa para el desarrollo del artista humano, de por sí también la meditación, pues, la fase inicial de toda actividad humana es la respiración profunda, realizar una cadena de movimientos consecutivos siempre originará respiraciones frecuentes, por lo tanto, una oxigenación cerebral adecuada, dará por resultado un estudiante estable y con mayor disponibilidad para ejecutar su expresión pictórica.

Finalmente, para justificar la ausencia de más antecedentes locales con el tema específico tratado en la presente investigación. Se tomó en cuenta antecedentes de investigación similares en contexto, encontrándose mayormente trabajos investigatorios de aplicación de técnicas pictóricas, mas no con la aplicación de la meditación y expresión corporal como influenciador. Por lo tanto, esta investigación se propone como un primer estudio en la región.

1.6. Objetivos

1.6.1. Objetivo General

- Determinar la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A”

del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

1.6.2. Objetivos específicos

1. Determinar la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la pérdida del miedo en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.
2. Determinar la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar el crecimiento personal en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.
3. Determinar la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la creatividad en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Contexto de la investigación

2.1.1. Escuelas y colegios estatales del Perú

El sistema educativo del Perú se organiza en diversas etapas, según lo establecido por el Consejo Nacional de Educación del Perú (2010), y se divide en niveles como la educación básica y superior, con sus respectivas modalidades (básica regular, básica alternativa y básica especial), así como los niveles de la EBR (inicial, primaria y secundaria), cubriendo un promedio de 20 años de escolaridad. Sin embargo, expertos señalan que las etapas, modalidades y niveles del sistema educativo peruano están mal interconectados, lo que genera problemas estructurales. En el caso de la educación básica, esto se refleja en la forma en que se organiza un servicio educativo, creando instituciones que no aseguran una transición adecuada entre los niveles, desde el inicial hasta el primario, y de este al secundario. En el plano educativo superior la alineación es mucho menos eficiente, vemos la diferencia entre la educación en las universidades y la de los institutos técnicos (Cuenca, 2017).

Entre los años 2012 al 2013 el sistema educativo peruano empezó el cambio en el “quehacer” educativo de las más de 65.000 instituciones educativas públicas del Perú, tanto a nivel docente como el de estudiantes, en relación a “la mejora de los aprendizajes y el cierre de brechas, el empuje al desarrollo profesional docente, y la gestión moderna y descentralizada”,(Ministerio de Educación del Perú, 2013 p.11), Cambios que se empezaron a ver en distintos órdenes: el material didáctico para estudiantes y maestros, atención en cuanto a la salud y alimentación, principalmente en niveles de inicial y primaria. Así como en la asesoría de la pedagogía en profesores para planificar metas en el aprendizaje de los estudiantes, enfocados en la estrategia de eficiencia para alcanzarlo. Si bien, la prioridad de las innovaciones dirige a los niños y niñas de los dos primeros niveles educativos: inicial y primaria, los estudiantes de nivel secundario también se vieron favorecidos (Tafur, 2013).

Situación compleja observada que refleja un desequilibrio en cuanto a la educación óptima esperada.

2.1.1.1. Educación artística peruana. Esta última década en el Perú, el Ministerio de Educación ha tomado la consideración de hacerse más responsable socialmente, se está cumpliendo con primar el derecho que cuentan los estudiantes de todo el territorio nacional, en donde la innovación curricular exige al docente cumplir y considerar la

participación de las actividades artísticas y culturales insentivadas por escuelas y colegios del estado.

En la vida escolar está presente los conocimientos, el disfrute de las experiencias de las artes, a raíz de ello, la UNESCO impone el cumplimiento de la aplicación del Currículo Nacional con herramientas viables para mejorar la actividad artístico cultural. Arte y cultura, área que fue suspendida de mejoras en momentos donde influían positivamente en el desarrollo escolar. El avance de perspectivas sociales, psicológicas y materia educativa permite que los docentes acepten de que el arte y la cultura son vitales para el desarrollo integral de los futuros ciudadanos.

Para Emé (2019) el arte debería brindarse a todas las personas. Nosotros debemos conocer y percibir el arte desde la etapa preescolar y no solo en la educación regular escolar, pues es fundamental que se profundice el área, mucho más importante es que conozcan todas sus cualidades, para así llegar a descubrir su identidad. Saber manejarla de forma equilibrada, al conocer, considerar y dialogar con otras artes. Importante en la labor del educador (Emé, 2019).

El Perú muestra aperturas en la consideración de la educación artística como prioridad, pero, como en todo proceso, aún hay mucho por mejorar y educar. Esto se ve reflejado en la poca importancia que le dan los estudiantes al área de arte y cultura, y los mismos educandos de otras áreas al hacerse ajenos o superponiéndose con su área como prioridad. Esta forma de pensamiento se arrastra desde el siglo anterior, en donde aún se creía que las áreas o materias eran independientes y de que algunas tenían más valor que otras. Todo con la finalidad de generar un ciudadano competitivo.

2.1.2. Arte y cultura en el 2023 según el currículo nacional

El área de Arte y cultura cobra realce cuando el MINEDU mediante el Currículo nacional exige que el estudiante relacione directamente el arte y la cultura nacional al término de su educación básica. Con el objetivo claro de ser ciudadanos dignos y de respeto al momento de su egreso. Esta medida debe ser acatada en las escuelas de todo el territorio nacional, generando conceptos sensibilizadores en donde los estudiantes aprecien las expresiones artístico culturales.

La práctica del Arte y la cultura tiene finalidad de repercusión social, en dónde el aprendiz podrá crear proyectos artísticos con los diferentes lenguajes del arte (artes

plásticas y visuales, música, teatro, danza, entre otros), así apoyarse para comunicar ideas, sentimientos emociones, etc.

El Currículo Nacional (2016) plantea una variedad de dimensiones que en conjunto conforman el objetivo y finalidad del área de Arte y cultura:

Activa los procesos independientes de su aprendizaje.

Cuida su cuerpo, genera el hábito de la vida saludable en beneficio de su bienestar, interactuando con su entorno social.

Reflexiona de su contexto, tomando decisiones a partir de conocimientos adquiridos, aportando en su realidad.

Se presenta como persona de valor frente a la sociedad, se identifica con la cultura con la que creció.

Respalda la vida y el buen vivir.

Se muestra consciente al reconocer sus responsabilidades y derechos en su entorno.

Entiende y reflexiona los sucesos históricos, así como los procesos sociales.

Conoce y utiliza las TIC de forma adecuada.

Realiza proyectos artístico-culturales.

Dentro del área de Arte y cultura, el currículo nacional señala el desarrollo de la sensibilidad artística, la creatividad, además del pensamiento crítico. Capacidades que deben ser proyectadas en el aula, además de reconocer y valorar los elementos culturales de su zona, así como las costumbres del lugar. También considerar los elementos de otras culturas, sus tradiciones y costumbres (Educación, 2016).

2.2. Meditación

La meditación es conceptualizada de muchas formas, los autores que la percibieron tuvieron similitudes en su finalidad e importancia.

Aguilar y Musso (2008) definen a la meditación, como un estado de observación “acrítico” de la consciencia o el saber. Es el medio en donde se descondiciona, por lo que la mayoría de sus practicantes en el oriente lo conocen como el sendero hacia la iluminación o liberación. Refiriendo a la regulación del cuerpo, mente y espíritu tras una acumulación de factores que sobrecargan al ser humano (Aguilar & Musso, 2008).

La meditación es también llamado el arte y hábito para callar los pensamientos de la mente, para que ésta silencie el ruido interno, que normalmente ocupa la consciencia. La persona que practica la meditación silencia la mente, en primera es un observador y

posterior a ello con el tiempo alcanza un nivel de desapego, llegando al estado de conciencia superior, claro con mucha práctica (Weiss, 2003).

La meditación es útil y necesaria desde tiempos remotos, generando estabilidad y equilibrio para su practicante, además de habilitarlo a que éste pueda mostrarse más enfocado en confianza con su entorno.

Clay (1977) anuncia un artículo, donde señala que cada vez la meditación es usada por médicos y psicólogos, con la finalidad de tratar trastornos físicos, mentales y emocionales. Así y tal puede aplicarse en cualesquiera espacios individuales, talleres colectivos, grupos artísticos, escuelas, entre otros.

¿Cómo se medita?, se habla del hábito de la meditación, sus beneficios, en que consiste. Hay muchos tipos de meditación, pero no se puede llegar a más si no educas el cuerpo y la mente desde el inicio, “la práctica hace al maestro”. Posiciónate en posición de loto sentado sobre un cojín un poco alto, la postura erguida y la cabeza elevada, trata de no moverte, se puede cerrar los ojos si quieres y aquí lo siguiente, realiza respiraciones profundas centrándote solamente en la respiración, no te concentres nada más que en como el aire ingresa y sale por las fosas nasales, si por ahí se empieza a observar ciertas visualizaciones de la mente como recuerdos o algunas preocupaciones, déjalos ir lentamente y vuelve a concentrarte en la respiración, todo esto por un intervalo de 5 minutos, a medida que esto mejore prolonga más el tiempo (Boroson, 2010).

2.2.1. Meditación y educación

La meditación, es la forma en la que nos ponemos en contacto con uno mismo, dejando de lado incluso los propios pensamientos, es un espacio de introspección personal útil (Herrera, 2022). Educar con talleres meditativos podría mejorar la construcción y enfoque del estudiante.

En los años 70, un sinnúmero de estudios dieron legitimidad a la meditación como alternativa para lograr el equilibrio interno, en la mejoría de la concentración, ayudar a tener conciencia corporal, eliminar hábitos negativos, etc. La meditación aporta en detectar la inquietud de la mente, que normalmente produce dificultades para concentrarse o prestar atención. Se aprende a concentrarse, notar que la mente viaja, se aleja y regresa cuando te centras en algo. Por momentos es necesario aprender a detenerse, de darle lugar al silencio, llegando a tomar conciencia del propio cuerpo y de reconocer las emociones y las sensaciones que trae consigo, los sentimientos y palabras. Base

importante para poder desarrollarnos socialmente. ¿Cómo los estudiantes podrían trabajar en equipo si no son capaces siquiera de lograr sentir a sus compañeros?. Requieren de experimentar y así trascender sus límites personales con respecto al resto. Estos límites se superan desde la calma y la relajación, y no desde la presión. La práctica continua de la meditación estimula la modificación del estructuramiento del cerebro, mejorando la atención y concentración significativamente (Herradas, 2017). Alternativa puesta para la educación en nuestro contexto. Habilitar talleres de meditación tendría una repercusión positiva en el desarrollo de la confianza y el enfoque de habilidades del educando.

2.3. Expresión corporal

La expresión corporal es el medio mediante el cual podemos hacer llegar un mensaje sin la necesidad de emplear la palabra, utilizando el cuerpo, la gesticulación y el movimiento, como una vía de comunicación (Herrera, 2022). El hombre se comunica corporalmente desde antes de que plantee el lenguaje oral, la comunicación a través de los movimientos relaciona la naturalidad del ser, su fortalecimiento es esencial.

Chazín (2007 p.17) indica que la expresión libre se instala en el aprendiz desde su conciencia y a partir de todo lo que le rodea. Esto fomenta el compañerismo y lazos de amistad por la comunicación eficiente que se desencadena, muy aparte de que gracias a la expresión corporal pueda exteriorizar sus sentimientos de manera eficaz. “Los juegos del movimiento expresivo le invitan a salirse de sí mismo, a proyectar una perspectiva amplia de imaginación”. Este postulado está enlazado de forma directa con la definición anterior, mejor dicho, el juego permite que el niño salga de su zona de confort para desenvolverse en el espacio imaginario.

La comunicación eficiente desencadena la confianza del aprendiz, a atreverse a explorar y expresar sus ideas de diferentes formas como en las artes pictóricas.

Ros (2001) define a la expresión corporal como parte del vivir del hombre, una forma más de lenguaje en la cual podrá comunicarse y expresarse a través del cuerpo. Hoy en día esta disciplina es incluida en diferentes campos de aprendizaje, teniendo cierta diversidad de direcciones en donde se ampliará sus definiciones.

De manera genérica se nombran tres corrientes de la expresión corporal: La corriente escénica, la corriente pedagógica y la corriente psicoterapéutica. De acuerdo a

la corriente incorporada se plantearán los contenidos, el objetivo y la metodología de la disciplina.

Castañer (2000) propone que, la corporalidad se manifiesta en cierta composición de posibilidades expresivas: Propio cuerpo, imagen, esquema, y conciencia de nuestro cuerpo. Es importante para el aprendiz ser consciente de su corporalidad para determinar su plasticidad al momento de querer ejecutar alguna acción expresiva, sea a través las artes pictóricas o en otras áreas.

2.3.1. Expresión corporal y educación

“La expresión corporal es una aptitud específicamente humana que, partiendo de la vivencia del propio cuerpo, permite al individuo conectarse consigo mismo y como consecuencia expresarse, y comunicarse con los demás” (Morales, 2010 p.1).

Asimismo es una buena alternativa para ser aplicada en los colegios y escuelas, se tienen áreas que la incluyen, pero es generalizada.

Mediante la expresión corporal, el aprendiz podrá conocer el significado de posturas y gestos manifestado por otras personas, así también logrará comunicarse con estas personas usando el lenguaje de movimientos del cuerpo. Importante dentro de la actividad expresiva, pues establece la comunicación a través de los gestos y del movimiento. Así como permitimos establecer el conocimiento de los sentimientos que tenemos con nosotros mismos. Los niños y niñas a través de las experiencias con lo que les rodea, irán obteniendo información, es por ello de la importancia de la aplicación de la “acción”, pues estará ligado al desarrollo de sus capacidades (Morales, 2010). Para la ejecución del artista en las expresiones pictóricas esta cualidad es importante, pues le permite desarrollar la habilidad imaginativa de los cánones expresivos de movimiento del ser humano. Por otro lado, el artista como tal requiere de la expresión corporal para potenciar su desenvolvimiento al momento de lograr su producto artístico.

En cuanto a Cañete (2009) nos dice, que la actividad dramática necesita de la participación del cuerpo en su totalidad con la finalidad de obtener “una verdadera comunicación”. La actividad dramática es dinámica, lúdica, integral y democrática. Las experiencias kinestésicas corporales almacenan de manera directa el aprendizaje obtenido en tiempo real. Es decir, el cuerpo tiene la habilidad de generar memoria y aprendizaje a medida que va interactuando con su entorno.

Chazín (2007) manifiesta que, el estudiante debe saber hacer el movimiento como tal, donde él de manera independiente se dé cuenta que puede realizar gestos. Sentir y moverse con varias partes de su cuerpo. Es más eficaz que el niño se mueva libre y espontáneo por su decisión e impulsos que por imitar a otro niño. Con ello podemos dar indicios al inicio de la creatividad. Por lo tanto, es importante y necesario aplicar la expresión corporal en escuelas y colegios para lograr estudiantes con confianza atreverse a ser ellos mismos.

Aparte de la expresión libre, la expresión corporal creativa del niño ayuda a que se desarrollen capacidades que éste integre en otras actividades (Chazín, 2007).

2.3.2. Expresión corporal dancística

Ros (2001) argumenta que, la expresión corporal dancística llega a ser más compleja que la expresión corporal cotidiana, para ello se detalla la relación entre ellos donde la acción básica de sujetar, lanzar, patear, pisotear, etc. Incorporándole la organización temporal, espacial, energética y la creatividad pueda volver a la expresión corporal cotidiana en una expresión con más valor. Como ejemplo claro se observa a la acción de dar “patadas”, en un inicio esta acción no es considerada como danza, pero si le añadimos el aspecto temporal relacionado a la duración y velocidad de este mismo movimiento. Y si usamos música, estos movimientos se relacionarán con el pulso musical dándole ritmo a la acción de patear.

2.3.2.1. Aspecto espacial. Refiere al tamaño del movimiento o formas de la patada. Patadas, largas, cortas, pequeñas, circulares, etc. Por otro lado añadirle un espacio u objeto relacionado al movimiento como el agua, el suelo o algunos productos de la tierra, el carácter de la patada como expresión dancística empezará a cobrar más sentido.

2.3.2.2. Aspecto energético. Condiciona al uso de energía empleado en el movimiento, si tiene carácter fuerte, suave o intermedio. Finalmente si a ello le añadimos cierta reflexión al querer explicar finalidades expresivas y de creación, lograremos descubrir una danza nativa donde la base expresiva de ésta sean el de patear. Entonces se habrá logrado con el objetivo de explicar la posible transformación de alguna expresión cotidiana en danza.

La complejidad de la expresión corporal dancística aún sigue en estudio y postulación por especialistas. Ello nos permite sólo tomar como referencia general lo que conocemos de ella (Ros, 2001).

Según Willems (1994), hallamos las danzas folklóricas, las étnicas o danzas de origen africano, refiriendo a las danzas culturales; desde la observación técnica encontramos a la danza jazz, la contemporánea y la danza moderna. Todos los tipos de danza influenciados con la danza clásica. La labor del aprendiz primará en intentar lograr la postura y el movimiento representativo de las danzas mencionadas, mediante la observación, pues en las escuelas no priorizan la correcta ejecución de la danza, más sino la practican con nociones mínimas de aprendizaje.

2.3.2.1. La danza. La danza es un tipo de expresión corporal que relaciona la conexión entre uno a más individuos con cierto vínculo emocional que incluye el movimiento acompañado de la actividad. La práctica de esta disciplina artística nos enseña los posibles movimientos a aprender, además de estimularnos a identificar la conciencia corporal y abrirnos ideas en alternativas que fortalezcan nuestra comunicación, como la de los gestos. El origen de la danza se proyecta a través de los rituales y costumbres de los pueblos, tribus o grupos de interacción. Sus bailes tuvieron fines diversos, una de ellas se identificaría como la celebración de sus victorias (Morales, 2010).

Para Muñoz (2010) la finalidad de la práctica de la danza es la de enseñar a través de actividades, donde los niños puedan saciar las exigencias de motricidad y socialización, dentro de un espacio que los motive a seguir desarrollándose. Actividades como la organización de fiestas o el ensayo de una danza típica, así éste aprende no solo el fenómeno de las formas y movimientos, sino también tiene conciencia de la cultura que los rodea en su contexto.

2.3.3. Danzas en el Perú

No es reciente el estudio de danzas en el Perú. El origen se da aproximadamente en los inicios de las décadas del Siglo XXI. Estada en la que se nutren del indigenismo, el nacionalismo se protagoniza, así como también corrientes de carácter crítico que luchan contra los oligarcas.

Las danzas surgen a finales de los años 30, fomentando la investigación tanto en danzas populares, de origen andino, afroperuano y criollo. Esto fue el inicio a la aparición de la gran cantidad de manifestaciones dancísticas en el país.

Los estudios de las danzas también se sostienen a través de corrientes modernas, aunque en esto en menor medida. La danza impacta en la producción artística y al mismo tiempo critica la naciente actividad de la danza clásica, como también de la danza moderna que viene desde el occidente (Parra, 2006).

2.4. Meditación y expresión corporal para la vida

Herrera (2022) manifiesta que, los niños y jóvenes merecen herramientas que les permitan expresarse y manejar sus emociones. La meditación de la mano con la expresión corporal puede brindar soporte emocional, lo cual es fundamental para su desarrollo a futuro, porque les permitirá tener más conciencia con lo que sientan y hagan.

Se necesitan alternativas para una vida equilibrada, si bien es importante los distintos enfoques transversales en el aspecto educativo, debemos también velar por generar hábitos que hagan más sana la convivencia. La verdadera finalidad de la educación es vivir armónica y eficientemente.

Relacionamos la meditación y la expresión corporal a través de Cholíz (s.f.), donde postula que, la respiración es importante para dar inicio a la actividad metabólica. Añade además dos procedimientos de relajación: La relajación muscular progresiva, para la reducción del tono muscular, así como el control de la conducta y la meditación trascendental, que busca el control mental. La meditación trascendental no es muy conocida de forma científica, pero sí es muy aplicada en la sociedad, importante y de consideración para la psicología experimental. Entonces, aunque parezcan distintos temas para abarcar, la meditación y expresión corporal trabajan como uno.

2.5. La confianza de las personas

Sanz (2009) dice que, la confianza vira a convertirse en el factor esencial en casos donde el hombre se enfrenta a momentos en donde la información y contenido de la que dispone no está completa, reduciendo la sensación de miedo, incertidumbre e inseguridad y por consiguiente se le es fácil tomar decisiones en espacios de tensión, resolviendo los problemas de manera eficiente. La confianza mejorada encamina al trabajo cooperativo y a la coordinación de individuos.

Se le define a la confianza dentro del marco social como “confianza generalizada” hacia todas las personas; visto también como la expectativa positiva o de buena voluntad que tiene el ser humano. Correspondería a los inicios de relación que se tiene sobre cómo se observa a la naturaleza del hombre: En ejemplo, una persona con alta confianza, cree que la mayoría de las personas tienen intenciones transparentes, son respetuosas y honestas (Yañez, 2006). El aprendiz necesita rodearse de ambientes positivos en donde su confianza se fortalezca para poder interactuar sin temor y atreverse a expresar en los diferentes lenguajes artísticos.

2.5.1. Dimensiones de la Confianza

2.5.1.1. El miedo (temor a la expresión). La emoción del temor es caracterizada por ser un sentimiento desagradable, a causa de la sensación de peligro, real o supuesto, en cualquier línea temporal. Esta emoción se desencadena de forma natural en situaciones de riesgo o amenaza, manifestándose en animales y en el mismo hombre. Como fines pedagógicos, se puede tomar en cuenta mediante la observación, que el pánico y el miedo colectivo son variaciones del miedo, sean individuales o colectivas, que surgen a partir de un estímulo amenazante, tales fuentes pueden ser: psicosociales, políticas, económicas, culturales, espirituales, por salud, a causa de la manipulación de los medios de comunicación, entre otros.

El miedo limita la expresión del ser humano en todos los aspectos, y la condiciona a actuar en base a la aceptación grupal generalizada. Países como México en la actualidad vive el estímulo de amenaza de sus habitantes, el cual apunta en las condiciones de violencia, inseguridad, crisis política y económica (Barrera, 2010).

2.5.1.2. Crecimiento personal. Herrera (2022) afirma que, el mundo necesita del arte, necesita conectar con su yo espiritual. Comenta que a raíz de la pandemia estas acciones fueron vitales para mantener una buena salud mental, además recomienda poner un alto a las vidas rutinarias y tener un espacio en el cual uno pueda negociar con sus pensamientos.

El crecimiento personal es el apunte de superación que motive avanzar al individuo, también como aquella evolución que trasciende las capacidades del ser en función a sus límites. Para crecer se plantearán metas, en donde se encontrarán con obstáculos, la que hará lejana el logro. Los reflejos en respuesta a los tropiezos

determinarán la señalización de los objetivos, el éxito radica en aprender a reaccionar positivamente ante los topes y sobremontarlos (Arias, 2008).

El crecimiento personal es lo que un educador busca en sus estudiantes, pues es indicativo del inicio de un ser independiente en su formación.

2.5.1.3. La Creatividad. Todo individuo es creativo, la creatividad se compone de: Experiencia, habilidades de pensamiento creativo y motivación. La primera es el conocimiento adquirido de forma técnica, empírica, procesal e intelectual. El segundo componente determina la flexibilidad y nivel de imaginación con la cuál el individuo resuelve tareas y problemas. El último y tercer componente refiere a la motivación intrínseca o extrínseca que la persona pueda hallar, un posible factor motivante podría ser el dinero. Muchos de nuestros personajes creativos se limitan por la poca aceptación de la sociedad, más si éste avance es de forma individual (Valqui, 2009).

La creatividad es la consecuencia de un individuo seguro y su interacción social en armonía.

2.5.1.4. Experiencia pictórica. Se define a la experiencia pictórica como la experimentación con la pintura, en donde podría mostrarse una infinidad de posibilidades al momento de interactuar.

Larrosa (2006) menciona que, la experiencia tiene posibilidades prácticas y críticas, siempre dándole el empleo preciso y apropiado. La importancia de la experiencia en el ámbito educativo está enlazada a los elementos del aprendizaje y el desarrollo que el estudiante va construyendo en convivencia con el aula. La vivencia del estudiante parte de su subjetividad, en donde algo externo lo impresiona, lo sensibiliza y le permite dar luz a sus ideas, pensamientos y maneras de plasmar en su entorno.

En los estudios pictóricos es esencial considerar distintas nociones, para averiguar que es lo que siente el cuerpo y cómo se expresa con el espacio en las experiencias pictóricas. Hablar de la pintura como tal tiene un sentido más complejo y abarcarlo no es fácil, es un campo muy amplio y a la vez muy estrecho en donde interactúan muchas percepciones o formas de interpretar (Londoño, 2020).

La experiencia artística engloba la sensibilidad, la expresión, la creatividad, así como el sentido estético y de criterio, permitiéndole reflexionar al individuo que la experimenta. Por otro lado, las experiencias artísticas en sus diferentes lenguajes no son percibidas de

la misma manera para todos, irá dependiendo de cada persona, su historial, y la perspectiva que cada uno tenga con su entorno o cómo es su relación con los demás individuos (Mora, 2021).

2.6. Corriente pedagógica

Nietzsche (1883) sugiere acerca del autoconocimiento. El conocimiento de uno mismo implica la integración entre la mente y el cuerpo, y que la experiencia vivida es fundamental para entenderse a sí mismo. Este autor aborda la idea de que conocerse a sí mismo va más allá de nuestras facultades cognitivas, en obras como, “Así habló Zaratustra”, donde plantea la importancia de la experiencia y la vivencia corporal en los procesos del autoconocimiento. También Nietzsche (2009) en su obra, “El nacimiento de la tragedia”, donde se aprecia el interés por la conexión entre el cuerpo, el arte y la experiencia vital. Hay una relación importante de la meditación y expresión corporal en el autoconocimiento, pues sus conceptos instan a su práctica. El autoconocimiento está inmerso en la famosa corriente pedagógica del constructivismo, también es considerada en la educación emocional y en la pedagogía holística.

Hablemos de dos psicólogos y epistemólogos conocidos en sus respectivos bandos; Jean Piaget y Lev Vygotsky, ambos con teorías de aprendizaje muy importante, en donde veremos que Piaget (1970) considera que el aprendizaje se da mediante las experiencias del sujeto con todo su alrededor, construyendo y modificando la información obtenida para sí, esta corriente aplica el aprendizaje individual. Lev Vygotsky (1978) de forma similar y al mismo tiempo distinto por su teoría sociocultural considera que, el sujeto emprende el camino del conocimiento en sus primeros años necesariamente con la sociedad, a través del diálogo, en comunidad, donde se desarrollará la comunicación formal e informal entre personas de mayor y menor experiencia, garantizando así la confianza de la información obtenida. Proponemos unificar la corriente constructivista y sociocultural para complementar una idea equilibrada, Owen (1817) antecedió, acerca del cooperativismo entre ideales y las mismas personas, aplicaremos también este cooperativismo en la corriente constructivista y sociocultural, que ambas son importantes y aportan para la formación del ser desde perspectivas aparentemente opuestas. Complementamos la propuesta cooperativa con la perspectiva de la importancia de la educación y el trabajo desde niños de Froebel (1907) donde, el par Juego-trabajo toman

un rol importante para el aprendizaje del sujeto. Froebel (1907) añade que, el aprendizaje debe darse en interacción constante con la naturaleza; vegetales, animales y formas inertes para poder entender las formas cambiantes de vida y considerar las leyes de la naturaleza, entonces también proponemos vivir como los niños de Froebel, en convivencia con otros ideales y con la importancia del entorno, siempre con ojos de niños, en asombro constante.

Tenemos en consideración formas similares y diferentes de teorías de aprendizaje que al mismo tiempo se complementan para un óptimo desarrollo cognitivo. Lo que se busca con la meditación es que se tenga como prioridad al mismo ser para llegar a que éste tenga un aprendizaje autónomo, y mediante la expresión corporal individual y colectiva, éste aprenda a expresar de manera segura lo que entienda o sienta desde sus propias experiencias hacia el exterior, buscando el equilibrio.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Hipótesis

3.1.1. Hipótesis General

- La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

3.1.2. Hipótesis específicas

1. La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la pérdida del miedo en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.
2. La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar el crecimiento personal en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.
3. La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la creatividad en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

3.2. Variables y operacionalización de variables

- Variable independiente: (X) La meditación y expresión corporal.

- Variable dependiente: (Y) Confianza en experiencias pictóricas.

3.2.1. Operacionalización de variables:

Tabla 1

Operacionalización

Variables	Definición	Definición operacional	Dimensiones e indicadores	Escala de medición
V.I.	- La meditación es también llamado el arte y hábito para	Se plantea el plan	Planificación:	De forma nominal:

La meditación y expresión corporal	<p>callar los pensamientos de la mente, para que esta se silencie de la charla interna, que normalmente ocupa la conciencia. La persona que practica la meditación silencia la mente, en primera es un observador y posterior a ello con el tiempo alcanza un nivel de desapego, llegando a el estado de conciencia superior, claro con mucha práctica (Weiss, 2003).</p> <p>- “La expresión corporal es una aptitud específicamente humana que, partiendo de la vivencia del propio cuerpo, permite al individuo conectarse consigo mismo y como consecuencia expresarse, y comunicarse con los demás” (Morales, 2010 p.1).</p>	<p>experimental considerando las dimensiones de:</p> <p>Planificación, aplicación y la respetiva evaluación.</p>	<p>Elección de la versatilidad en dinámicas y formas de trabajo grupal e individual.</p> <p>Aplicación:</p> <p>La ejecución eficiente de los talleres previa aprobación del docente.</p> <p>Evaluación:</p> <p>Instrumento de medición</p>	Si No
<p>V.D.</p> <p>Confianza en experiencias pictóricas</p>	<p>La confianza vira a convertirse en el factor esencial en casos donde el hombre se enfrenta a momentos en donde la información y contenido de la que dispone no está completa, reduciendo la sensación de miedo, incertidumbre e inseguridad y por consiguiente se le es fácil tomar decisiones en espacios de tensión, resolviendo los problemas. La confianza mejorada encamina al trabajo cooperativo y a la coordinación de individuos (Sanz, 2009).</p>	<p>Para el recojo de datos se elaborará una escala valorativa con tres dimensiones y sus respectivos ítems.</p>	<p>Pérdida del miedo:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Conserva la calma modulando su respiración. -Proyecta confianza propia al realizar sus trabajos artísticos. -Se expresa libremente en público eligiendo el trabajo artístico de su preferencia. -No es dependiente de otros compañeros para expresarse en su trabajo artístico. -Genera un ambiente de confianza y aceptación frente a la expresión de los trabajos artísticos de sus compañeros. <p>Crecimiento personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Manifiesta personalidad mostrando entusiasmo. -Se acepta así mismo y es consciente de su potencial artístico. -Usa el arte como herramienta de desahogo, como cotidiano en su vida (arte para la vida). -Empatiza y respeta el trabajo artístico de sus compañeros. -Interactúa ideas y sugerencias de forma 	<p>Ordinal:</p> <p>No se interesa</p> <p>Regular</p> <p>Bueno</p> <p>Excelente</p>

positiva con sus
compañeros.

Creatividad:

-Es espontáneo y natural en
las sesiones de clase.

-El estudiante se conecta con
su trabajo artístico
centrándose solo en este.

-Expresa su imaginación a
través de ideas propias.

-Plantea propuestas
innovadoras en su trabajo
artístico desde su
personalidad.

-Muestra originalidad con su
trabajo artístico.

3.3. Metodología

El enfoque de estudio es de carácter cuantitativo, así como de manera específica diremos que la investigación es hipotética deductiva.

Gianella (1995) afirma que, el método hipotético-deductivo se basa en brindar respuestas adelantadas afirmando una posible verdad o solución ante un problema. Posterior a ello, estas afirmaciones serán contrastadas con los resultados en donde se concluirá si la hipótesis será refutada en caso de no tener los resultados esperados, o corroborada en caso de tener resultados favorables.

Se tiene presente que este trabajo es de carácter recopilatorio, analítico, aplicativo y demostrativo.

3.3.1. Tipo de estudio

El tipo de investigación es aplicada con recojo de datos y análisis cuantitativo. Por ello, Oré (2015) resalta que, la investigación aplicada tiene puntos característicos de algún problema a partir de las teorías existentes para la solución de la misma, con la finalidad de priorizar la modificación de la realidad en problema, en favor de la sociedad.

3.3.2. Nivel de investigación

El nivel de la investigación es explicativo porque se encarga de buscar la razón o el porqué de los hechos mediante la relación de causa-efecto. Los estudios de tipo

explicativo plantean la hipótesis, los resultados y las conclusiones haciendo de estas dos últimas la constitución del nivel más profundo de conocimientos (Arias, 2012).

3.3.3. Diseño de investigación

Es pre- experimental, donde se realizó el estudio con el mismo grupo en el pre test y el post test. En este caso el aula 4to “A” de nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal.

Arias (2012) manifiesta que, la investigación pre-experimental refiere a una especie de ensayo que se da antes del verdadero experimento, sus límites radican en el control escaso que se tendrá sobre el proceso, por lo que su valor científico es cuestionable.

3.4. Método de investigación

El tipo de metodología viable para este estudio es basado en la aplicación del método científico, en donde seccionan el aspecto: Experimental, estadístico, hipotético deductivo y comparativo. (Gianella, 1995).

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

En la presente investigación se consideraron a los estudiantes del cuarto grado, de secciones “A”, “B”, y “C” de *educación* secundaria de la Institución Educativa Pública “Melitón Carvajal” de Ayacucho, 2023.

Tabla 2

Población de estudio

GRADO	SECCIÓN	No DE ESTUDIANTES
Cuarto	A	25
Cuarto	B	25
Cuarto	C	25

TOTAL	A, B, C	75
-------	---------	----

Nota: N6mina de matr6cula de la I.E. Melit6n Carbajal 2023

3.5.2. Poblaci6n muestra

El estudio tom6 de muestra a los estudiantes del cuarto grado, secci6n "A", de la Instituci6n Educativa P6blica "Melit6n Carvajal" de Ayacucho, 2023.

Tabla 3

Poblaci6n muestra de estudio

No	Grado y secci6n	Mujeres	Varones	Total
01	4to grado "A"	8 mujeres	17 varones	25

Nota: N6mina de matr6cula de la I.E. Melit6n Carbajal 2023

2.5.3. Muestreo

El muestreo fu6 de tipo No probabil6stico- Intencional. La muestra no probabil6stica es aquella donde la selecci6n de los individuos para el estudio se dar6 por criterio del investigador, lo que indica que no toda la poblaci6n tiene la igualdad de oportunidad de ser elegida (Castro, 2003).

3.6. T6cnicas e instrumentos de recolecci6n de datos

Tabla 4

T6cnicas e instrumentos

VARIABLES	T6CNICAS	INSTRUMENTOS
V.I.: Meditaci6n y expresi6n corporal	Experimentaci6n	Plan experimental
V.D.: Confianza en las experiencias pict6ricas	Observaci6n	Escala valorativa

3.6.1. T6cnicas de recojo de datos

Se usaron las t6cnicas de experimentaci6n y observaci6n: La experimentaci6n con la meditaci6n y la expresi6n corporal, y la observaci6n hacia la confianza en las experiencias pict6ricas.

3.6.1.1. La experimentación. Tiene lugar al hecho insitu de la manipulación de una o más variables de forma consciente con la finalidad emitir el resultado que pronto será observado y analizado. “La experimentación se caracteriza por la provocación del fenómeno que se estudia, la manipulación de las variables, el control de la situación experimental y la utilización de la comparación” (Rodríguez, 2011 p.149).

3.6.1.2. La observación. Van Dalen, Moyano, Muslera, y Meyer (1981), mencionan que la observación es importante en la investigación porque brinda uno de los elementos más fundamentales; lo cual son los hechos. Con la finalidad de percibir y llegar a analizar algún fenómeno ocurrente.

3.6.2. Instrumentos de recolección de datos

3.6.2.1. Plan experimental. El plan experimental dirige el proceso de investigación acción. Presenta de forma esquemática las actividades que el investigador realizará en el tiempo previsto.

El plan de intervención busca ordenar las acciones prontas a realizar, este tiene que ser de carácter flexible y ajustarse a la realidad en la cuál se aplique (Regueyra, 2013).

3.6.2.2. Escala valorativa. Mejía (2005) define que, la escala valorativa es un instrumento de medición que ejerce un conjunto de valores numéricos, esto con la finalidad de cuantificarla y así medir los niveles de desempeño de varios individuos asignados.

Se usó la herramienta de escala valorativa a modo de ficha que contienen los indicadores y criterios representado por los ítems del investigador, en donde la valoración fué de: No se interesa (1), Regular (2), Bueno (3), Excelente (4).

3.6.2.1. Ficha técnica del instrumento

Tabla 5

Ficha técnica

Nombre original	Escala valorativa de la confianza
-----------------	-----------------------------------

Autor	Br. Collado Sicha, Edgar Jhon (2023). Escuela Superior de Formación Artística Pública “Felipe Guamán Poma de Ayala” - Ayacucho, Perú.
Administración	Individual
Duración	30 minutos aproximadamente
Objetivo	Medir la confianza en las experiencias pictóricas
Descripción	El instrumento tiene 15 ítems, repartido en tres dimensiones: Pérdida del miedo (05 ítems), Crecimiento personal (05 ítems), Creatividad (05 ítems).
Validez	Fue validado por conocedores y expertos en el tema propuesto, entre ellos, magíster de la Escuela Superior de Formación Artística Pública “FelipeGuamán Poma de Ayala” – Ayacucho. Así como licenciados de la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas. Actuales docentes en las respectivas instituciones mencionadas. El promedio de calificación fue de 92.76 (validez alta).
Confiabilidad	Fiabilidad de 0,838 puntos (excelente confiabilidad).

Tabla 6

Norma de Evaluación

Confianza en las experiencias pictóricas	No se interesa (1)	Regular (2)	Bueno (3)	Excelente (4)
	15-25	26-35	36-45	46-60
Pérdida del miedo	5-9	10-13	14-17	18-20
Crecimiento personal	5-9	10-13	14-17	18-20
Creatividad	5-9	10-13	14-17	18-20

3.6.3. Validación y confiabilidad de datos

La validez de un instrumento buscará la variable e indicador preciso de lo que se quiere medir (Hernández, 2006).

3.6.3.1. Validación. En el presente estudio, el instrumento de medición fue validado por el docente experto conocedor de la ESFAP “Felipe Guamán Poma de

Ayala”, así como los docentes de la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas. Con la finalidad de garantizar la calidad para su aplicación.

Tabla 7

Valoración de expertos

Experto	Descripción profesional	Valoración
Lic. Huaccachi Quispe, Angel Guillermo	Docente en Escuela Nacional de Folklore José María Arguedas	91.70 Aplicable
Lic. Valverde Arce, Juan Carlos	Docente en Escuela Nacional de Folklore José María Arguedas	91.60 Aplicable
Mg. Rojas Conde, William	Docente en Escuela de Formación Superior Felipe Guamán Poma de Ayala “Bellas Artes”.	95.00 Aplicable
PROMEDIO		92.76 Válido y aplicable

3.6.3.2. Confiabilidad. Hernández, Fernández y Baptista (2014) definen que, un instrumento se somete a diversas técnicas para determinar su confiabilidad, refiriéndose a la aplicación repetida del mismo sujeto de estudio, produciendo resultados iguales.

Se ejecutó una prueba piloto en un grupo similar de aproximadamente 10 estudiantes que reúnan las mismas condiciones de la población en estudio, calculándose mediante el coeficiente de alfa de Cronbach y determinar la fiabilidad del instrumento.

Tabla 8

Confiabilidad

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
.0838	.0838	10

El instrumento de tipo escala valorativa arroja un coeficiente de 0.838.

Ubicamos el resultado entre los rangos de confiabilidad.

RANGO	CONFIABILIDAD
0.53 a menos	Confiabilidad nula
0.54 a 0.59	Confiabilidad baja
0.60 a 0.65	Confiable
0.66 A 0.71	Muy confiable
0.72 a 0.99	Excelente confiabilidad
1	confiabilidad perfecta

Nota: rangos de Cronbach

Es de excelente confiabilidad; por lo tanto, el instrumento es óptimo para su aplicación.

3.8. Métodos de análisis de datos

Una vez recogida la información con nuestro instrumento de evaluación, que en este caso es una escala valorativa, se procedió a procesarlas y analizarlas. Se usaron tablas de frecuencia relativa simple, y la aplicación de estadística inferencial para aceptar o rechazar la hipótesis nula, de acuerdo a la distribución de normalidad se determinó usar el estadígrafo no paramétrico, que en este caso es el Rango de Wilcoxon 95% confianza y 5% de error o significancia. Todo este análisis se llevó a cabo con el uso del programa estadístico en modo prueba IBM SPSS Statistics 30.

Los resultados tomados con el instrumento de evaluación se efectuaron de forma confidencial, respetando la privacidad y voluntad de la población muestra. Para su mejor eficiencia, también se tomaron en cuenta las sugerencias y citas vertidas de los especialistas en el presente trabajo de investigación.

CAPÍTULO IV
RESULTADOS

4.1. A nivel descriptivo e inferencial

4.1.1. Resultados a nivel descriptivo

Tabla 9

Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas, PRE-TEST Y POST-TEST en estudiantes del cuarto grado “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Melitón Carvajal”, Ayacucho 2023.

MEJORA DE CONFIANZA EN EXPERIENCIAS PICTÓRICAS	ANTES (PRE-TEST)		DESPUÉS (POST-TEST)	
	fi	fi%	fi	fi%
NO SE INTERESA	23	92.0%	0	0.0%
REGULAR	2	8.0%	12	48.00%
BUENO	0	0.0%	10	40.00%
EXCELENTE	0	0.0%	3	12.00%
TOTAL	25	100%	25	100%

Nota: Base de datos

En la tabla 9 vemos que, en el PRE-TEST, del 100% (25) estudiantes del cuarto grado “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Melitón Carvajal” de Ayacucho, el 92.0% (23) de estudiantes marcan el nivel *No se interesa* en cuanto a la mejora de su confianza en las experiencias pictóricas, el 8.0%(2) de estudiantes que marcan el nivel *Regular*, y ninguno de ellos marcan el nivel *Bueno* y *Excelente* de la prueba. En el POST-TEST apreciamos que, 48.0% (12) estudiantes se encuentran en el nivel *Regular*, 40.0% (10) estudiantes están en el nivel *Bueno* y 12.0% (3) estudiantes califican con el nivel *Excelente* en la prueba. También se observa que ninguno de ellos marca en el nivel *No se interesa* en cuanto a la mejora de su confianza en las experiencias pictóricas.

Según los datos obtenidos podemos decir que en el PRE-TEST encontramos niveles de escala baja, y tras la aplicación del plan experimental en el POST-TEST podemos observar una respuesta con más de 90.0% de mejora, confirmando que la aplicación de la meditación y expresión corporal es viable para la mejora de la confianza en las experiencias pictóricas de los estudiantes en investigación.

Tabla 10

*Influencia de la meditación y expresión corporal en las dimensiones: **Pérdida del miedo, Crecimiento personal y Creatividad.** PRE-TEST Y POST-TEST en estudiantes del cuarto grado “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Melitón Carvajal”, Ayacucho 2023.*

PÉRDIDA DEL MIEDO, CRECIMIENTO PERSONAL Y CREATIVIDAD EXPERIENCIAS PICTÓRICAS	ANTES (PRE-TEST)						DESPUÉS (POST-TEST)					
	Pérdida del miedo		Crecimiento o personal		Creatividad		Pérdida del miedo		Crecimiento personal		Creatividad	
	fi	fi%	fi	fi%	fi	fi%	fi	fi%	fi	fi%	fi	fi%
No se interesa	14	56.0 %	24	96.0 %	19	76.0 %	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Regular	11	44.0 %	1	4.0 %	6	24.0 %	7	28.0 %	9	36.0 %	11	44.0 %
Bueno	0	0.0	0	0.0	0	0.0	14	56.0 %	12	48.0 %	11	44.0 %
Excelente	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	16.0 %	4	16.0 %	3	11.0 %
Total	25	100 %	25	100 %	25	100 %	25	100 %	25	100 %	25	100 %

Nota: Base de datos

En la tabla 10 describimos que, en el PRE-TEST, antes de aplicar el plan experimental, en la dimensión Pérdida del miedo, se observa que el 56.0% (14) de estudiantes están ubicados en el nivel *No se interesa*, y el 44.0% (11) de estudiantes se encuentran en el nivel *Regular* y ningún porcentaje marca el nivel *Bueno* ni *Excelente*. Posterior a aplicar el plan experimental, en el POST-TEST podemos ver que, el 56.0% (14) de estudiantes se ubican en el nivel *Bueno*, el 28.0% (7) de estudiantes están en el nivel *Regular*, el 16.0% (4) estudiantes marcan el nivel *Excelente* y ningún estudiante se encuentra en el nivel *No se interesa*. En la dimensión Crecimiento personal podemos ver que, en el PRE-TEST, ubicamos al 96.0% (24) de estudiantes que están en el nivel *No se interesa*, mientras que el 4.0% (1) de estudiantes se ubica en el nivel *Regular*, y no encontramos ningún porcentaje en los niveles *Bueno* ni *Excelente*. En el POST-TEST observamos el 48.0% (12) de estudiantes en el nivel *Bueno*, 36.0% (9) estudiantes en el nivel *Regular*, 16.0% (4) estudiantes en el nivel *Excelente* y ninguno en el nivel *No se interesa*. En la última dimensión Creatividad en el PRE-TEST observamos que, el 76.0%

(19) de estudiantes se ubican en el nivel *No se interesa*, mientras que el 24.0% (6) de estudiantes se encuentran en el nivel *Regular* y no se observa ningún estudiante en los niveles *Bueno* y *Excelente*. Al realizar el POST-TEST, después de la aplicación del plan experimental observamos que, hay 44.0% (11) estudiantes en el nivel *Bueno*, 44.0% (11) estudiantes en el nivel *Regular*, 11.0% (3) de estudiantes en el nivel *Excelente* y ningún estudiante en el nivel *No se interesa*.

Con la descripción de los resultados concluimos anticipadamente que la meditación y expresión corporal aportan significativamente en las dimensiones (Pérdida del miedo, Crecimiento personal y Creatividad).

Tabla 11

Medidas de resumen en la mejora de la confianza en las experiencias pictóricas, PRE-TEST Y POST-TEST en estudiantes del cuarto grado “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Melitón Carvajal”, Ayacucho 2023.

Medidas de resumen		(PRE-TEST)	(POST-TEST)
N	Válidos	25	25
	Perdidos	0	0
	Media	18.80	39.56
	Mediana	19.00	38.00
	Moda	19	39
	Desv. Están.	2.739	6.151
	Varianza	7.500	37.840
	Rango	11	22
	Mínimo	15	34
	Máximo	26	56

Nota: Base de datos

En la tabla 11 observamos que, en el PRE-TEST antes de aplicar el plan experimental de la meditación y la expresión corporal, la media aritmética resulta ser 18.80 ± 2.73 puntos, con una mediana de 19.00 puntos (escala baja) y el rango de 11 puntos. Posterior a aplicar el plan experimental de la meditación y la expresión corporal, en el POST-TEST, observamos una puntuación de 39.56 ± 6.15 , y su mediana en 38.00 puntos (escala alta) con un rango de 22 puntos. Si comparamos las medias aritméticas observamos un incremento de 20.76 puntos.

La tabla indica puntuaciones de PRE-TEST hacia el POST-TEST, en donde vemos el ascenso de las medias aritméticas de 18.80 puntos a 39.56 puntos, anticipándonos a afirmar que la meditación y la expresión corporal influyen

significativamente en la mejora de la confianza en las experiencias pictóricas de los estudiantes.

Tabla 12

Medidas de resumen de las dimensiones (Pérdida del miedo, Crecimiento personal y Creatividad), PRE-TEST Y POST-TEST en estudiantes del cuarto grado “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública “Melitón Carvajal”, Ayacucho 2023.

Confianza en las experiencias artísticas	ANTES (PRE-TEST)			DESPUÉS (POST-TEST)		
	Pérdida del miedo	Crecimiento personal	Creatividad	Pérdida del miedo	Crecimiento personal	Creatividad
Media	6.56	5.84	6.40	13.56	12.96	13.04
Mediana	6.00	6.00	6.00	13.00	12.00	12.00
Moda	6	5 ^a	5 ^a	12	12	12
Desv. Están.	1.083	.850	1.384	2.567	1.904	2.336
Varianza	1.173	.723	1.917	6.590	3.623	5.457
Rango	4	3	4	8	7	9
Mínimo	5	5	5	11	11	10
Máximo	9	8	9	19	18	19

a.Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

Nota: Base de datos.

En la tabla 12 describimos que, en el PRE-TEST las tres dimensiones tienen puntuaciones semejantes en la media aritmética: con 6.56 ± 1.08 en la dimensión Pérdida del miedo, 5.84 ± 0.85 en la dimensión Crecimiento personal y 6.40 ± 1.3 en la dimensión Creatividad. Todos con la mediana de 6.00 (escala baja) y el rango de 4 puntos. En el POST-TEST, después de la aplicación del plan experimental observamos que, las tres dimensiones arrojan datos similares en la mediana aritmética: con 13.56 ± 2.5 en la dimensión Pérdida del miedo, 12.96 ± 1.9 en la dimensión Crecimiento personal y 13.04 ± 2.3 en la dimensión Creatividad. Todos con la mediana 12.00 (escala regular), y el rango de 8 puntos en promedio. Si comparamos las puntuaciones del PRE-TEST y el POST-TEST, afirmamos que hay una diferencia de 6.00 puntos de las medianas entre el antes y después, confirmando la influencia ascendente de la meditación y expresión corporal en las dimensiones (Pérdida del miedo, Crecimiento personal y Creatividad).

4.1.2. Resultados a nivel inferencial

Prueba de normalidad de datos

a. Hipótesis:

H₀: Los datos obtenidos con la aplicación del instrumento escala valorativa en la mejora de la confianza en las experiencias pictóricas, en el PRE-TEST y POST-TEST son de distribución normal.

H₁: Los datos obtenidos con la aplicación del instrumento escala valorativa en la mejora de la confianza en las experiencias pictóricas, en el PRE-TEST y POST-TEST son de distribución NO normal.

b. Regla de decisión para la prueba estadística:

Donde **p-valor** es el valor de la probabilidad y α es el nivel de significancia.

-Si **p-valor** > α (0.05) se acepta la H₀ y se rechaza la H₁ (los datos TIENEN una distribución normal, entonces empleamos pruebas PARAMÉTRICAS).

-Si **p-valor** ≤ α (0.05) se rechaza la H₀ y se acepta la H₁ (los datos NO TIENEN una distribución normal, entonces empleamos pruebas NO PARAMÉTRICAS).

c. Prueba estadística:

Tabla 13

Prueba de Shapiro-Wilk

SHAPIRO -WILK					
PRE-TEST			POST-TEST		
Estadístico	gl	Sig. (p)	Estadístico	gl	Sig. (p)
.308	25	0.001	.767	25	0.001

Nota: Base de datos.

En la tabla 13 se observa, el resultado de la prueba estadística en el PRE-TEST y POST-TEST, que determina que el significativo **p-valor** es de 0.001; menor al nivel de significancia (0,05), diremos entonces que se rechaza la H₀ y se acepta la H₁ (los datos

NO TIENEN una distribución normal, entonces empleamos pruebas NO PARAMÉTRICAS).

d. Decisión:

Los datos obtenidos en el PRE-TEST y POST-TEST no tienen una configuración normal y la escala de medición de la variable confianza en las experiencias pictóricas es ordinal, en lo que se determina que se debe usar estadística no paramétrica. En este estudio se empleó el estadígrafo de pruebas no paramétricas Rango de Wilcoxon al 95% de confianza y 5% de significancia.

4.1.2.2. Prueba de hipótesis general

a. Planteamiento de la hipótesis:

H₀: La meditación y la expresión corporal NO influye significativamente para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

H₁: La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

b. Prueba estadística

Tabla 14

Prueba de Wilcoxon basándose en rangos negativos

	Estadísticos de prueba
CONFIANZA EN LAS EXPERIENCIAS PICTÓRICAS POST TEST-	
CONFIANZA EN LAS EXPERIENCIAS PICTÓRICAS PRE TEST	
Z	- 4.490 ^b
Significativo asintótico (bilateral)	0.001

c. Decisión

En la tabla 14 se observa, los resultados de la prueba de la hipótesis general, con Rango de Wilcoxon, nivel de confianza 95% y 5% de significancia, donde el significativo asintótico bilateral es 0.001, menor al nivel de significancia 0.05; por lo que se rechaza la hipótesis nula H_0 y se acepta la hipótesis alterna H_i , entonces diremos que: la meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023 ($Z = -4.490^b$; $p < 0.05$).

4.1.2.3. Prueba de hipótesis específica 1

a. Planteamiento de la hipótesis:

H_0 : La meditación y la expresión corporal NO influye significativamente para mejorar la pérdida del miedo en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

H_i : La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la pérdida del miedo en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

b. Prueba estadística

Tabla 15

Prueba de Wilcoxon basándose en rangos negativos

	Estadísticos de prueba
	PÉRDIDA DEL MIEDO POST TEST-
	PÉRDIDA DEL MIEDO PRE TEST
Z	- 4.406 ^b
Significancia asintótica (bilateral)	0.001

c. Decisión

En la tabla 15 se observa, los resultados de la prueba de la hipótesis específica 1, con Rango de Wilcoxon, nivel de confianza 95% y 5% de significancia, donde el significativo asintótico bilateral es 0.001, menor al nivel de significancia 0.05; por lo que

se rechaza la hipótesis nula H_0 y se acepta la hipótesis alterna H_i , entonces diremos que: la meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la pérdida del miedo en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023 ($Z = -4.406^b$; $p < 0.05$).

4.1.2.4. Hipótesis específica 2

a. Planteamiento de la hipótesis:

H_0 : La meditación y la expresión corporal NO influye significativamente para mejorar el crecimiento personal en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

H_i : La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar el crecimiento personal en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

b. Prueba estadística

Tabla 16

Prueba de Wilcoxon basándose en rangos negativos

	Estadísticos de prueba
	CRECIMIENTO PERSONAL POST TEST-
	CRECIMIENTO PERSONAL PRE TEST
Z	- 4.472 ^b
Significancia asintótica (bilateral)	0.001

c. Decisión

En la tabla 16 se observa, los resultados de la prueba de la hipótesis específica 2, con Rango de Wilcoxon, nivel de confianza 95% y 5% de significancia, donde el significativo asintótico bilateral es 0.001, menor al nivel de significancia 0.05; por lo que

se rechaza la hipótesis nula H_0 y se acepta la hipótesis alterna H_i , entonces diremos que: la meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar el crecimiento personal en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023 ($Z = -4.472^b$, $p < 0.05$).

4.1.2.5. Hipótesis específica 3

a. Planteamiento de la hipótesis:

H_0 : La meditación y la expresión corporal NO influye significativamente para mejorar la creatividad en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

H_i : La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la creatividad en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

b. Prueba estadística

Tabla 17

Prueba de Wilcoxon basándose en rangos negativos

	Estadísticos de prueba CREATIVIDAD POST TEST-
Z	CREATIVIDAD PRE TEST - 4.308 ^b
Significancia asintótica (bilateral)	0.001

c. Decisión

En la tabla 17 se observa, los resultados de la prueba de la hipótesis específica 3, con Rango de Wilcoxon, nivel de confianza 95% y 5% de significancia, donde el significativo asintótico bilateral es 0.001, menor al nivel de significancia 0.05; por lo que se rechaza la hipótesis nula H_0 y se acepta la hipótesis alterna H_i , entonces diremos que: la meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la

creatividad en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023 ($Z=-4.308^b$ $p<0.05$).

4.2. Discusión de resultados

Las expresiones artísticas se han venido dando siempre, quizá aún no con esa denominación, pero sabemos claramente que toda acción voluntaria del ser humano tiene que ver con la expresividad original, tras la consideración y aceptación de este hecho se la ha venido dando el nombre de arte, el argumento puede ser debatible, pero sabemos a lo que nos referimos. Hoy en día hemos entrado una era en donde hay disposición de información masiva y más con el internet, esto hace que el ser humano y específicamente los estudiantes en formación se vean en calidad de espectadores y no de hacedores. Por lo cual se privan de sentirse con el derecho de actuar, perdiendo la confianza y generando el miedo a sentirse cuestionados en sus experiencias artísticas. Se han brindado alternativas para solucionar algunos factores de este problema, pero así mismo han ido surgiendo más factores, como el contexto del educando, su desarrollo, formación, relación familiar, entorno social, entre otros. Para proponer este trabajo investigatorio se revisaron antecedentes internacionales, nacionales y locales, en las cuales en esta última observamos más trabajos investigatorios proponiendo técnicas y más técnicas. Tomando temas como: el pensamiento divergente y la creatividad. Temas que no han sido abordados satisfactoriamente por ser de carácter complejo. Sin embargo, en las mismas propuestas que tendrían denotarse utópicas, se encuentran irónicamente las respuestas. No se trata de brindar soluciones buscando incluir materiales o recursos modernos, mas sino centrarnos en lo básico. Y esto mismo es brindarle atención a nuestro cuerpo, nuestras funciones biológicas y la consideración de nuestra energía. Muchos buscan soluciones afuera, sin embargo, la solución está en nosotros mismos, en nuestros sentidos, en este caso nuestra respiración. Hemos olvidado respirar para vivir y solo lo hacemos para sobrevivir, la respiración consciente trae consigo el equilibrio de todo nuestro sistema biológico. Uno de los hábitos que consideran esta propuesta es la meditación, muchos niños meditan inconscientemente, se encuentran presentes al estar en interacción con su entorno, no tienen preocupaciones y viven el presente, sin embargo, esto se va perdiendo cuando se les inserta al sistema, se le añaden cargas mentales, emocionales, sobreinformación y quizá imposición de perspectivas, lo vemos fácilmente en los púberes

y adolescentes que se encuentran dudosos y cohibidos de no saber qué hacer con su vida, llenos de inseguridad y a la defensiva queriendo encajar con la aceptación social. Claro que este problema no incluye a toda la población, pero sí a la mayoría de estudiantes. Con la práctica meditativa consciente se puede lograr el equilibrio fisiológico del ser humano, librarse de sobre pensamientos, atribuirle confianza y disponerlo para el actuar. La expresión corporal es la reacción innata del ser vivo. Estar vivo es sinónimo de respirar y movernos, pero hemos olvidado de hacerlo conscientemente, todo por volvernos espectadores y sumergirnos en nuestros pensamientos. Así es como entonces tras lograr los resultados en esta investigación los contrastaremos con antecedentes investigatorios similares.

Posterior a aplicar el plan experimental acerca de la meditación y expresión corporal, se procesaron y analizaron los siguientes datos entre el PRE-TEST y POST-TEST. En la tabla 9 se observaron que, en el inicio del 100% (25) estudiantes, el 92.0% (23) de estudiantes marcaron el nivel *No se interesa*, posterior a ello se logró apreciar que ninguno más volvió a estar en ese nivel, haciendo que estos asciendan a los niveles *Regular* 48.0% (12), *Bueno* 40.0% (10) y *Excelente* 12.0% (3) respectivamente. Datos que tienen complicidad con las medidas de resumen en la tabla 11, donde en el PRE-TEST se pudo apreciar la media de 18.80 ± 2.73 puntos y una mediana de escala baja, por otro lado, en el POST-TEST, se observó una media de 39.56 ± 6.15 y una mediana de escala alta, en donde se hizo la comparación y se pudo apreciar un incremento de 20.76 puntos. Resultados descriptivos que fueron confirmados con los resultados inferenciales. Se usó el estadígrafo no paramétrico Rango de Wilcoxon, con nivel de confianza al 95% y 5% de significancia, en donde al observar la tabla 14, el significativo asintótico fue 0.001, menor que el nivel de significancia 0.05; por lo que se rechaza la hipótesis nula H_0 y se acepta la hipótesis alterna H_1 , y se concluye que, la meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023. Postulados semejantes a las de Martínez (2018) en su investigación en Jaén sobre la literatura, expresión corporal y meditación para menores en privación de libertad, que por motivos burocráticos no llegaron a ser aplicadas y la investigación terminó siendo de carácter cualitativa, en donde concluye de forma general, que la práctica de la literatura, expresión corporal y meditación, influyen positivamente

en el desarrollo de la confianza para la expresión. También argumenta los motivos por la cual considera a la meditación y expresión corporal en su investigación, “la expresión corporal porque nuestro cuerpo es con lo primero que nos comunicamos, con el que llegamos al mundo y con el que mayormente nos relacionamos, y la meditación, porque son capaces de extraer lo mejor de cada persona” (Martínez, 2018 p.29). Afirmación en donde la mejora de la confianza repercute en nuestras experiencias pictóricas. Condeña (2019), realizó una investigación en donde tenía el objetivo de determinar la influencia de la expresión corporal en la capacidad comunicativa de los niños de 5 años de su institución educativa en estudio. En donde se evidencia una mejora de 13.0 puntos entre el pre y post-test, concluyendo así que, la expresión corporal y musical es beneficiosa para fortalecer la capacidad comunicativa entre los niños, por crear grupos de confianza asertivos. Antecedente que se relaciona con nuestra investigación. Según Sanz (2009) la confianza mejorada encamina al trabajo cooperativo y a la coordinación de individuos. Medidas que buscan tener apertura en espacios educativos como menciona Randazzo-Eisemann (2021) en donde a través de un estudio exploratorio sobre el impacto de la meditación en el ámbito educativo como factor protector ante la violencia, pudo confirmar que el 88.9 % de estudiantes afirman que la meditación les permite mayor capacidad de comunicación y escucha. Permitiéndole concluir que la meditación en espacios educativos promueve factores protectores ante la violencia. Viéndose así, la paciencia, sensibilidad, bienestar y relajación, esta última cualidad es la que busca la meditación en nuestra investigación. Que el estudiante pueda relajarse para poder predisponerse a las experiencias pictóricas, añadiéndole voluntad y/o gestionando sus miedos para expresarse.

Las prácticas de las artes son una ventana al descubrimiento del ser, busca el cuestionamiento, despierta la curiosidad, genera nuevos espacios. En donde se practiquen las artes sin inconvenientes se estarán dando espacios de mucha información, saludables y de armonía.

En cuanto a las dimensiones de la Confianza en las experiencias pictóricas, nos referiremos a la Pérdida del miedo en donde al aplicar el plan experimental, se tienen los siguientes datos entre el PRE-TEST y POST-TEST. En la tabla 10 se observó que en el inicio, del 100%(25) estudiantes, el 56.0% (14) de estudiantes marcaron el nivel *No se interesa* y el 44.0% (11) en el nivel *Regular*, posterior a ello se logró apreciar que ninguno más volvió a estar en el nivel *No se interesa*, haciendo que estos asciendan a los niveles

Regular 28.0% (7), *Buena* 56.0% (14) y *Excelente* 16.0% (4) respectivamente. Datos que se corroboraron con las medidas de resumen en la tabla 12, donde en el PRE-TEST se apreció la media de 6.56 ± 1.08 puntos y una mediana de escala baja, por otro lado, en el POST-TEST, se observó una media de 13.56 ± 2.5 y una mediana de escala regular, al comparar las medianas se aprecia un incremento de 6.00 puntos. Resultados descriptivos que se confirman con los resultados inferenciales. Usándose el estadígrafo no paramétrico Rango de Wilcoxon, con nivel de confianza al 95% y 5% de significancia, se observa la tabla 15, donde el significativo asintótico fue 0.001, menor que el nivel de significancia 0.05; por lo que se rechaza la hipótesis nula H_0 y se acepta la hipótesis alterna H_1 , y se determina que, la meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la pérdida del miedo en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023. Aproximándose a nuestra investigación, Alvarado y Huamani (2021) en su estudio de analizar la influencia de la meditación mindfulness como herramienta de preparación psicofísica actoral para el proceso de encarnación del personaje, (problemas similares que se encuentran al momento de realizar una expresión pictórica, pues el miedo a expresar o a hacerlo erróneamente es lo que detiene al artista), entonces Alvarado y Huamani (2021) sugieren que a través de la meditación mindfulness y la relajación que ésta genera, el artista pueda sentirse en el papel, confiando en que logrará una eficiente expresión artística, perdiendo de a poco el miedo y la tensión al que se encuentre sujeto. La respiración consciente, que es la base de la meditación, es factor indispensable de la relajación, ayudan a despejar los pensamientos y con ella los temores generados. Cholí (s.f.) relaciona la meditación y la expresión corporal para la pérdida del miedo, postula que, la respiración es importante por dar el inicio a la actividad metabólica, además de brindar el control mental y el movimiento con relajación muscular de por medio para la actividad mecánica corporal. Entonces, aunque parezcan distintos temas para abarcar, la meditación y la expresión corporal trabajan como uno Cholí (s.f.).

Según (Barrera, 2010) el miedo limita la expresión del ser humano en todos los aspectos, y la condiciona a actuar en base a la aceptación grupal generalizada, sin embargo una vez gestionada y logrando generar la confianza necesaria, el ser humano es capaz de superarse en propias pruebas logrando su crecimiento personal.

Respecto a la dimensión Crecimiento personal diremos que, entre el PRE-TEST y POST-TEST en la tabla 10 se observa que del 100% (25) estudiantes, el 96.0% (24) de estudiantes se encuentran en el nivel *No se interesa* y el 4.0% (1) en el nivel *Regular*, consecutivo a ello se logra apreciar que ninguno más volvió a estar en el nivel *No se interesa*, haciendo que estos asciendan a los niveles *Regular* 36.0% (9), *Bueno* 48.0% (12) y *Excelente* 16.0% (4) respectivamente. Datos que se reafirmaron con las medidas de resumen en la tabla 12, en donde el PRE-TEST reveló que su media aritmética es de 5.84 ± 0.8 y una mediana de escala baja, ulterior a ello, en el POST-TEST, se observó una media de 12.96 ± 1.9 y una mediana de escala regular que, al compararlas con la mediana del PRE-TEST, apreciamos un incremento de 6.00 puntos. Resultados descriptivos que se comprueban con los resultados inferenciales. Se usó el estadígrafo no paramétrico Rango de Wilcoxon, de nivel de confianza al 95% y 5% de significancia. En la tabla 16 se aprecia el resultado en donde el significativo asintótico fue 0.001, menor que el nivel de significancia 0.05; por lo que se procede a rechazar la hipótesis nula H_0 y a aceptar la hipótesis alterna H_1 , concluyendo que, la meditación y la expresión corporal influyen significativamente para mejorar el crecimiento personal en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023. Los resultados de esta información se suman a lo que otros investigadores quieren decirnos con respecto a la influencia de la meditación y expresión corporal, como Benavides y Benavides (2021) que, realizaron un informe de tesis para analizar la repercusión del mindfulness para mejorar las estrategias de enseñanza y aprendizaje en la educación superior, determinando resultados positivos para su entorno. Relacionando al tema (Arias, 2008) menciona que, el crecimiento personal es el apunte de superación que motive avanzar al individuo, también como aquella evolución que trasciende las capacidades del ser en función a sus límites, esto a causa de un desarrollo saludable en su contexto. Benavides y Benavides (2021) afirman que, el mindfulness permite crear una atmósfera mucho más afectiva y productiva tanto para docentes y estudiantes. Los efectos de la meditación generan bienestar para su practicante, por lo tanto, es un factor motivador para intentar atreverse en la expresión pictórica. Herrera (2022) argumenta, que los niños y jóvenes merecen herramientas que les permitan expresarse y manejar sus emociones. La meditación de la mano con la expresión corporal puede brindar soporte emocional, lo cual es fundamental para su desarrollo a futuro, porque les permitirá tener más conciencia con lo que sientan y hagan.

Un artista que gestione adecuadamente sus miedos y tenga presente su crecimiento personal, al mismo tiempo será práctico con su creatividad, pues son cualidades que se desarrollan casi en paralelo. En el PRE-TEST y POST-TEST de la dimensión Creatividad describimos datos similares en la tabla 10, pues previo a aplicar el plan experimental, del 100% (25) estudiantes, el 76.0% (19) se encontraron en el nivel *No se interesa*, mientras que el 24.0% (6) de estudiantes en el nivel *Regular*, y al finalizar el plan experimental, no se encontró a ningún estudiante en el nivel *No se interesa*, logrando que estos se promuevan a los niveles *Regular* 44.0% (11), *Bueno* 44.0% (11) y al nivel *Excelente* 11.0% (3) respectivamente. Datos que se afianzan con las medidas de resumen en la tabla 12, donde el PRE-TEST exhibe la media de 6.40 ± 1.3 y su mediana con valores de escala baja, tras la aplicación del plan experimental, en el POST-TEST, se observó una media de 13.04 ± 2.3 con mediana de escala regular, que si las comparamos nos muestra un ascenso de 6.00 puntos. Se añadieron los resultados inferenciales para revalidar la postura. Usando el estadígrafo no paramétrico Rango de Wilcoxon, de nivel de confianza al 95% y 5% de significancia, en la tabla 17 apreciamos el resultado, donde el significativo asintótico fue 0.001, menor que el nivel de significancia 0.05; rechazando así la hipótesis nula H_0 y aceptando la hipótesis alterna H_1 , diremos que, la meditación y la expresión corporal influyen significativamente para mejorar la creatividad en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023. La creatividad está ligada con la meditación y expresión corporal, con inclinación más al hacer, con la investigación de Correa, Chirva y Valderrama (2015) acerca del estudio analítico de la incidencia de la expresión corporal en la mejora de la comunicación no verbal, en donde concluye la importancia de la práctica de la expresión corporal en el desarrollo comunicativo y además emocional, al estimular el cuerpo con movimientos no solo se encontrará una mejor plasticidad para la expresión, sino también la de sugerir a la mente nuevas alternativas de aporte artístico, en pocos términos el artista mejorará su creatividad. Ccoicca (2018) en su investigación por describir las teorías que son empleadas en el proceso de enseñanza práctica en la expresión corporal, sostiene que, la expresión corporal tuvo existencia desde tiempos memorables y que ésta es usada actualmente por los docentes en las escuelas, con fines útiles en su pedagogía, siendo efectivo en la educación artística para fomentar el trabajo individual y colectivo en sus estudiantes, fortaleciendo su juicio crítico y creativo.

Como se mencionó, estas dimensiones están relacionadas entre sí, y van mejorándose de forma equivalente conforme se tomen en cuenta. Valqui (2009) afirma que, muchos de los personajes creativos se limitan por la poca aceptación de la sociedad, más si éste avance es de forma individual. Así es necesario fortalecer la confianza adquirida a través de la meditación y expresión corporal.

CAPÍTULO V
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

1. Tras la aplicación del plan experimental de la meditación y la expresión corporal, se ha observado el incremento del nivel en la confianza de los estudiantes en las experiencias pictóricas en 20.76 puntos. Al realizar la prueba de hipótesis con el estadígrafo de Wilcoxon se determina aceptar la hipótesis alterna concluyendo que: “La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023” ($Z = -4.490^b$; $p < 0.05$).
2. Consecuente a la aplicación del plan experimental de la meditación y la expresión corporal, se observa incremento en la pérdida de miedo de los estudiantes en las experiencias pictóricas con 6.00 puntos en ascenso. Al realizar la prueba de hipótesis con el estadígrafo de Wilcoxon se determina aceptar la hipótesis alterna concluyendo que: “La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la pérdida del miedo en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023” ($Z = -4.406^b$; $p < 0.05$).
3. Después de la aplicación del plan experimental de la meditación y la expresión corporal, se incrementó el nivel del crecimiento personal de los estudiantes en las experiencias pictóricas con 6.00 puntos en ascenso. Al realizar la prueba de hipótesis con el estadígrafo de Wilcoxon se determinó aceptar la hipótesis alterna concluyendo que: “La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar el crecimiento personal en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023” ($Z = -4.472^b$; $p < 0.05$).
4. Posterior a la aplicación del plan experimental de la meditación y la expresión corporal, se incrementó el nivel de la creatividad de los estudiantes en las experiencias pictóricas con 6.00 puntos en ascenso. Al realizar la prueba de hipótesis con el estadígrafo de Wilcoxon se determinó aceptar la hipótesis alterna concluyendo

que: “La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la creatividad en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023” ($Z=-4.308^b$ $p<0.05$).

5.2. Recomendaciones

1. La aplicación de la meditación y la expresión corporal, no solo sirve para las instituciones de aprendizaje, sino para cualquier espacio de interacción pública, en nuestra vida diaria, por la misma salud, la presente investigación en su brevedad, prueba su importancia, es lo que ha hecho en mí, me ayudó a superarme y me ha mantenido con vida, así como a los que les he compartido esta información, quizá así le daríamos una esperanza a nuevas generaciones que puedan gestionarse de manera sostenible.
2. A los docentes de institución Educativa Pública “Melitón Carvajal” de Ayacucho, espacio en donde realicé este trabajo de investigación. A raíz del respaldo podrían tomar la evidencia de este informe de tesis en homenaje y además practicarla, con al menos 5 minutos de este hábito antes o después de sus sesiones de clase estamos ayudando. Sería interesante observar la repercusión a largo plazo.
3. Hacia los estudiantes y egresados de la Escuela Superior de Formación Artística Pública “Felipe Guamán Poma de Ayala” de Ayacucho, les deseo la libertad de pensamiento y propuestas en el arte, las ideas nuevas, la perseverancia, la originalidad. Recomiendo que busquen y se atrevan a usar su esencia como inspiración para creer en sí mismos, confíen al máximo.
4. Recomendamos a los especialistas de arte cultura, a las direcciones regionales de educación, en tomar en cuenta la aplicación de este hábito en los estudiantes de las escuelas, colegios y porque no a los del nivel superior, se ha podido observar que la meditación y la expresión corporal es aplicable en todos los niveles educativos.

CAPÍTULO VI
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Aguilar, G., & Musso, A. (2008). La meditación como proceso cognitivo conductual. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*.
- Alvarado, A., & Huamani, M. (2021). El entrenamiento psicofísico: La herramienta mindfulness para. *Pontificia Universidad Católica del Perú*. Obtenido de [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/21796/ALVARADO_A%
c3%91O_HUAMANI_SERVELLON%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/21796/ALVARADO_A%c3%91O_HUAMANI_SERVELLON%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Arias, F. (2012). El proyecto de investigación. *Introducción a la metodología científica, 6ta.*
- Arias, P. V. (2008). El desarrollo personal en el proceso de crecimiento individual. *Scientia et technica*, 117-119.
- Barrera, J. (2010). Miedo colectivo, el paso de la experiencia individual a la experiencia colectiva. *El cotidiano*.
- Benavides, L. D., y Benavides, A. L. (2021). La aplicación del Mindfulness para mejorar las estrategias de enseñanza y aprendizaje en la educación superior. *Horizontes Revista de investigación en ciencias de la educación*, 5(21), 1554-1562. doi:<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i21.297>
- Borson, M. (2010). Obtenido de <https://www.youtube.com/watch?v=0tzIQFJxtpw>
- Campos, C. (2007). *Tradición Andina Edad de Oro*. (T. C. C, Ed.) Lima, Perú.
- Cañete, M. (2009). La expresión corporal en la etapa infantil. *Revista innovación y experiencias educativas*, 25, 1-11.
- Castañer, M. (2000). Expresión corporal y danza. *INDE*.
- Castro, M. (2003). *El proyecto de investigación y su esquema de elaboración* (Vol. 2a. Ed.). Caracas: Uyapal.
- Ccoicca, J. S. (2018). Teorías para la enseñanza y práctica de la expresión corporal. *Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle*. consultado de

<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/4837/Ccoicca%20Magui%C3%B1a%2C%20Joshelyn%20Sabina%20-%20MONOGRAF%C3%8DA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Chazín, S. (2007). Juegos de expresión corporal para niños. CCS.

Cholíz, M. (s.f.). Técnicas para el control de la activación. Valencia- España: Facultad de Psicología Universidad de Valencia.

Clay, R. (1977). Meditation is becoming more mainstream. USA.

Condeña, I. (2019). Estrategias metodológicas basadas en la expresión corporal y musical para mejorar la capacidad comunicativa en los estudiantes de una institución educativa de inicial en Cora Cora - Ayacucho. *Universidad Nacional de Huancavelica*. Obtenido de <https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d7421839-dd6a-42ce-b48c-390edd355ac4/content>

Correa, J., Chirva, C., & Valderrama, J. (2015). Expresión corporal: Una propuesta didáctica para mejorar la comunicación no verbal en el grado 2do del IED la nueva constitución. *Tesis Universidad Libre Colombia*. Obtenido de <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8514/PROYECTO%20DE%20TESIS%2012-9-2015.pdf;sequence=1>

Cuenca, C. D. (Lima-Perú de 2017). La calidad y equidad de la educación secundaria en el Perú. *Instituto de Estudios Peruanos, IEP*.

De la Herrán, A. (Junio de 2017). Meditación y Educación. *Apuntes de pedagogía*.

Educación, M. (2016). Currículo nacional de Educación Básica. Perú: Ministerio de Educación.

Emé, G. (2019). La educación artística, historia y los aportes que realiza en la educación primaria. *EDK Anuario de Arte y diseño* (págs. 4-4). Lima Perú: Universidad del Pacífico.

- Espíritu, A. (2014). El concepto de Alienación según Augusto Salazar Bondy. Lima-Perú, Perú: Universidad de Ciencias y Humanidades, Fondo Editorial.
- Froebel, F. (1907). *La educación del hombre*. Kegan Paul, Trench, Trubner & Co.
- Gianella, A. (1995). Introducción a la Epistemología y a la Metodología de la Ciencia. *Editorial Universidad Nacional de La Plata*.
- Gutiérrez, J. (24 de Enero de 2023). Niños Mindful. *El Horizonte*.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Vol. 6a. Ed.). México D.F.: McGraw-Hill.
- Hernández, R. (2006). *Metodología de la investigación*. D.F México: Ultra S.
- Herradas, S. (junio de 2017). En el aula... ¿Meditación o mindfulness? *Apuntes de pedagogía*, pág. 27.
- Herrera, S. (18 de noviembre de 2022). Desde mi experiencia. (J. Collado, Entrevistador) Lima- Perú.
- Larrosa Bondía, J. (2006). Sobre la experiencia. *Aloma: revista de psicología, ciencias de l'educació i de l'esport Blanquerna*.
- Lodoño, E. (Diciembre de 2011). Consolidación de las. *Revista Comunicación N° 28*, 141.
- Londoño Zapata, S. (2020). Cuerpo y espacio, exploraciones pictóricas. *Institución Universitaria Facultad de Artes y Humanidades*. Obtenido de file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Sebastian_LondonoZapata_2020.pdf
- Martínez Barella, V. (14 de noviembre de 2018). Literatura, expresión corporal y meditación dirigida a menores en privación de libertad. *Crea: Colección de recursos educativos abiertos Universidad de Jaén*. Obtenido de <https://hdl.handle.net/10953.1/8607>
- Mejía Mejía, E. (2005). Técnicas e instrumentos de investigación. *UNMSM*.

- Mora Martínez, A. (2021). Elementos reflexivos de la experiencia artística en la licenciatura de la educación infantil. *Universidad Pedagógica Nacional Facultad de educación - Departamento de psicopedagogía*.
- Morales, A. (2010). La expresión corporal en Educación infantil. *Revista innovación y experiencias educativas*, 1-31. Obtenido de Recup. http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_31/ANA_MORALES_GOMEZ_01.pdf
- Muñoz, M. (2010). Un viaje al pasado: Juegos y danzas populares en Educación Infantil. *Revista innovación y experiencias educativas*, 34,1-8.
- Nietzsche, F. (1883). *Así habló Zaratustra*. Verlag von E. W. Fritzsch.
- Nietzsche, F. (2009). *El nacimiento de la tragedia*. Ediciones Akal.
- Oré, E. (2015). El ABC de las tesis con contrastación de hipótesis. Ayacucho-Perú: Multiservicios Publigarf.
- Owen, R. (1817). *A new view of society: Or, essays on the principle of the formation of the human character*. Printed for Longman, Hurst, Rees, Orme, and Brown.
- Parra, Y. (2006). Poder y estudios de las danzas en el Perú. *Universidad nacional de San Marcos- Facultad de ciencias sociales*.
- Pereyra, B. (2005). La imagen de la ciudad de Ayacucho. Lima: Universidad Nacional San Cristobal de Huamanga.
- Piaget, J. (1970). *The science of education and the psychology of the child*. Orion press.
- Randazzo-Eisemann, F. (2021). La meditación en espacios educativos como factor protector ante la violencia. *Revista Electrónica Educare*, 25. doi:<https://doi.org/10.7440/res64.2018.03>
- Regueyra Edelman, M. G. (2013). Trazando Líneas: La elaboración del plan de investigación acción. *Revista Reflexiones*, 81 (1). Obtenido de <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/reflexiones/article/view/11309>

- Rodríguez Trujillo, N. (2011). Diseños Experimentales en Educación. *Revista de Pedagogía, XXXII*, p. 149.
- Ros, N. (2001). Expresión corporal en educación, aportes para la formación docente. *OEI-Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653)*.
- Sanz, R. P. (2009). Concepto, dimensiones y antecedentes de la confianza en los entornos virtuales. *Teorías y praxis*.
- Tafur, S. (2013). La institución educativa del nivel secundario y su relación con el entorno. *Pontificia Universidad Católica del Perú*, 142.
- Tamayo y Tamayo, M. (2007). El Proceso de la Investigación Científica: Incluye evaluación y administración de proyectos de investigación. *4a. ed.*
- Ticona, M., Zela, N., & Vásquez, L. (2021). Ansiedad y estrés en la educación virtual en el periodo de. *Revista Científica de Sistemas e Informática*, 1(2), 31. Obtenido de <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/535/5352640004/5352640004.pdf>
- Valqui, R. (2009). Creatividad: Conceptos, métodos y aplicaciones. *Revista Iberoamericana de educación*.
- Van Dalen, D., Moyano, C., Muslera, O., & Meyer, W. (1981). Manual de técnica de la investigación educacional. España: Barcelona : Paidós, D.L. 1981.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The developmetn of higher psychological processes*. Harvard Unversity Press.
- Weiss, B. (2003). MEDITACIÓN Cómo dejar atrás las tensiones y el estrés y alcanzar la paz. Estados Unidos: Libros Tauro.
- Willems, E. (1994). El valor humano de la educación musical. *Paidós Studio*.
- Yañez, A. C. (2006). Confianza y desconfianza: Dos factores necesarios para el desarrollo de la confianza social. *Universidad de concepción y pontificia universidad católica de valparaiso*.

ANEXOS

ANEXO 1

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo, Mg. Cordero Aybar, Olimpia, docente de la Escuela Superior de Formación Artística Pública "Felipe Guamán Poma de Ayala" de Ayacucho y revisora de la tesis titulada: **Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes de nivel secundario, Ayacucho 2023**, he verificado a través de la herramienta anti-plagio lo siguiente:

El trabajo en cuestión presenta un índice de coincidencia del, según lo reportado por el ORIGINALITY REPORT de TURNITIN. Dado que este índice es inferior al límite permitido, el trabajo es aceptable y no constituye plagio.

Ayacucho, 11 de diciembre del 2024



Mg. Cordero Aybar, Olimpia

DNI N° 40391014

ANEXO 2

DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA

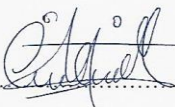
DECLARACIÓN JURADA

Yo, COLLADO SICHA, Edgar Jhon; Egresado de la Escuela Superior de Formación Artística Pública " Felipe Guamán Poma de Ayala", Carrera Profesional: Educación Artística, especialidad: Artes Plásticas; identificado con DNI N° 70112748, con el trabajo de investigación que tiene por título: "MEDITACIÓN Y EXPRESIÓN CORPORAL PARA MEJORAR LA CONFIANZA EN LAS EXPERIENCIAS PICTÓRICAS EN ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO, AYACUCHO 2023"; con la finalidad de obtener el título profesional en educación artística.

Declaro bajo juramento, que:

1. La presente investigación mostrada es de mi autoría.
2. El presente trabajo de investigación, no ha sido plagiada, ni total ni parcialmente.
3. La tesis presentada no ha sido publicada, ni presentada anteriormente para su publicación en un documento virtual ni físico.
4. En el caso de encontrar algún fraude, asumo las sanciones y responsabilidades correspondientes derivados por mis actos, además de someterme a las normativas vigentes de la institución.
5. Si la tesis es aprobada para su publicación en una revista u otro documento de difusión, cedo mis derechos patrimoniales y autorizo en acuerdo con la Escuela, en las condiciones, medios y procedimientos que dispone la institución de nivel superior.

Ayacucho, 11 de diciembre del 2024



.....

Collado Sicha, Edgar Jhon

DNI N° 70112748

ANEXO 3

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias artísticas en estudiantes de secundaria, Ayacucho 2023

Investigador: Edgar Jhon Collado Sicha

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	DIMENSIONES INDICADORES	MARCO TEÓRICO	MARCO METODOLOGICO
<p>GENERAL.</p> <p>¿Cuál es la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la confianza en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023?</p> <p>ESPECÍFICO</p> <p>¿Cuál es la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la pérdida del miedo en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023?.</p>	<p>GENERAL</p> <p>Determinar la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la confianza en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.</p> <p>ESPECÍFICO</p> <p>Determinar la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la pérdida del miedo en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.</p>	<p>GENERAL</p> <p>La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la confianza en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023</p> <p>ESPECÍFICO</p> <p>La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la pérdida del miedo en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.</p>	<p>V.I.: LA MEDITACIÓN Y EXPRESIÓN CORPORAL</p> <p>PLANIFICACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> - Plan de clases (Sesiones dinámicas de interacción). - Preparación de materiales y recursos para la aplicación de las dinámicas. <p>APLICACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> -Desarrollo en aula -Desarrollo en patios de colegio o espacios abiertos. <p>EVALUACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> -Monitoreo en clases -Trabajos artísticos libres (se harán de acuerdo a contexto de colegio, pueden ser artes plásticas, danza, música o teatro) <p>V.D.: CONFIANZA EN EXPERIENCIAS ARTÍSTICAS.</p>	<p>CONTEXTO DE LA INVESTIGACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> -Antecedentes de la investigación -Escuelas y colegios estatales del Perú -Educación artística peruana -Arte y cultura en el 2023 según el currículo nacional <p>MEDITACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo se medita? - Meditación y educación <p>EXPRESIÓN CORPORAL</p> <ul style="list-style-type: none"> -Expresión corporal y educación. -Expresión corporal dancística. <p>Aspecto espacial</p>	<p>ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN</p> <p>Cuantitativo</p> <p>TIPO DE INVESTIGACIÓN</p> <p>Aplicada</p> <p>NIVEL DE INVESTIGACIÓN</p> <p>Explicativo</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</p> <p>Pre-experimental</p> <p>MÉTODO</p> <p>Experimental, estadístico, hipotético deductivo y comparativo.</p> <p>POBLACIÓN</p> <p>4to “A”,”B”,”C” de la Institución Educativa Pública</p>

<p>¿Cuál es la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar el crecimiento personal en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023?.</p> <p>- ¿Cuál es la influencia de la aplicación de la meditación y la expresión corporal para mejorar la creatividad en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023?</p>	<p>Determinar la magnitud de influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar el crecimiento personal en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.</p> <p>- Determinar la influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la creatividad en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.</p>	<p>La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar el crecimiento personal en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023</p> <p>- La meditación y la expresión corporal influye significativamente para mejorar la creatividad en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023</p>	<p>Pérdida del miedo:</p> <p>-Conserva la calma modulando su respiración.</p> <p>-Proyecta confianza propia al realizar sus trabajos artísticos.</p> <p>-Se expresa libremente en público eligiendo el trabajo artístico de su preferencia.</p> <p>-No es dependiente de otros compañeros para expresarse en su trabajo artístico.</p> <p>-Genera un ambiente de confianza y aceptación frente a la expresión de los trabajos artísticos de sus compañeros.</p> <p>Crecimiento personal:</p> <p>-Manifiesta personalidad mostrando entusiasmo.</p> <p>-Se acepta así mismo y es consciente de su potencial artístico.</p> <p>-Usa el arte como herramienta de desahogo, como cotidiano en su vida (arte para la vida).</p> <p>-Empatiza y respeta el trabajo artístico de sus compañeros.</p> <p>-Interactúa ideas y sugerencias de forma positiva con sus compañeros.</p> <p>Creatividad:</p> <p>-Es espontáneo y natural en las sesiones de clase.</p>	<p>Aspecto energético</p> <p>La danza</p> <p>-Danzas en el Perú</p> <p>MEDITACIÓN Y EXPRESIÓN CORPORAL PARA LA VIDA</p> <p>-La confianza de las personas</p> <p>Dimensiones de la confianza</p> <p>-El miedo (temor a la expresión)</p> <p>-Crecimiento personal</p> <p>-Creatividad</p> <p>Glosario de términos</p> <p>Armonía</p> <p>Arte</p> <p>Comunicación</p> <p>Confianza</p> <p>Corporalidad</p> <p>Creatividad</p> <p>Espontaneidad</p> <p>Expresión</p>	<p>Melitón Carvajal con un total de 75 estudiantes</p> <p>MUESTRA</p> <p>4to “A” con un total de 25 estudiantes</p> <p>MUESTREO</p> <p>No probabilístico - Intencional</p> <p>TECNICAS INSTRUMENTOS</p> <p>- Plan experimental</p> <p>-Escala valorativa</p> <p>ANÁLISIS DE DATOS</p> <p>Se emplearán tablas, gráficos y estadísticos. Prueba de hipótesis con el estadígrafo no paramétrico, que en este caso es el Rango de Wilcoxon 95% confianza y 5% de error o significancia.</p>
--	--	--	---	--	---

			<p>-El estudiante se conecta con su trabajo artístico centrándose solo en este.</p> <p>-Expresa su imaginación a través de ideas propias.</p> <p>-Plantea propuestas innovadoras en su trabajo artístico desde su personalidad.</p> <p>-Muestra originalidad con su trabajo artístico.</p>	<p>Expresión Corporal</p> <p>Expresividad</p> <p>Meditación</p> <p>Miedo</p> <p>Motivación</p> <p>Personalidad.</p> <p>Relajación</p> <p>Respiración</p> <p>Naturalidad</p>	
--	--	--	--	---	--

ANEXO 4

CONSTANCIA DE RECOJO DE DATOS

CONSTANCIA DE PLAN EXPERIMENTAL Y RECOJO DE DATOS



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA
MELITÓN CARVAJAL
AYACUCHO

Dr. NINAMANGO VILLEGAS PEDRO

DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA "MELITÓN CARVAJAL" DE AYACUCHO, QUIEN SUSCRIBE EN USO DE SUS ATRIBUCIONES Y FACULTADES, EXPIDE LA PRESENTE:

CONSTANCIA:

Que, el estudiante **COLLADO SICHA, Edgar Jhon** de la casa de estudios de la Escuela Superior de Formación Artística Pública "Felipe Guamán Poma de Ayala" de Ayacucho de la carrera profesional de Educación Artística, especialidad artes plásticas, quien ha realizado el desarrollo del plan experimental y el recojo de datos del trabajo de investigación titulado "**Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes de nivel secundario, Ayacucho 2023**". en estudiantes del 4° "A" del nivel secundario de la Institución Educativa Pública "Melitón Carvajal" de Ayacucho.

Se expide la presente a la solicitud del interesado, para los fines que estime por conveniente.

Ayacucho, 12 de diciembre 2023.



ANEXO 5

INSTRUMENTO DE RECOJO DE DATOS

Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la Institución Educativa Pública Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

Nombre y Apellido de evaluador: Edgar Jhon Collado Sicha Fecha:

N°	DIMENSIONES E INDICADORES	PÉRDIDA DEL MIEDO				CRECIMIENTO PERSONAL				CREATIVIDAD					
	<p>LEYENDA</p> <p>1. No se interesa = 1</p> <p>2. Regular = 2</p> <p>3. Bueno = 3</p> <p>4. Excelente = 4</p> <p>MUESTRA</p>	Conserva la calma modulando su respiración.	Proyecta confianza al realizar sus trabajos artísticos.	Se expresa libremente en público eligiendo el trabajo artístico de su preferencia.	No es dependiente de otros compañeros para expresarse en su trabajo artístico.	Genera un ambiente de confianza y aceptación hacia la expresión de los trabajos artísticos de sus compañeros.	Manifiesta personalidad mostrando entusiasmo.	Se acepta así mismo y es consciente de su potencial artístico.	Usa el arte como herramienta de desahogo, como cotidiano en su vida (arte para la vida).	Empatiza y respeta el trabajo artístico de sus compañeros.	Interactúa ideas y sugerencias de forma positiva con sus compañeros.	Es espontáneo y natural en las sesiones de clase.	El estudiante se conecta con su trabajo artístico centrándose solo en este.	Expresa su imaginación a través de ideas propias.	Plantea propuestas innovadoras en su trabajo artístico desde su personalidad.

PLAN EXPERIMENTAL

1. Denominación

Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias artísticas en estudiantes de secundaria, Ayacucho 2023.

2. Fundamentos teóricos

Teniendo en cuenta el hábito oriental de la meditación, lo que se quiere es lograr que dicha práctica se institucionalice en los colegios de Ayacucho. Llegando así hasta la práctica independiente en sus vidas diarias. Junto a ello la expresión corporal se suma como disciplina y complementa al dúo perfecto para el control personal y la afinación de la confianza.

3. Fundamentos prácticos

La importancia de la investigación propone el uso de la meditación y la expresión corporal en las aulas o cualquier espacio requerido con la finalidad de ser beneficiarios de sus efectos positivos. Asimismo, la aplicación de este hábito hará que el educador considere y valore como estrategia didáctica para el control personal, además de la mejora de la confianza de sus estudiantes.

Por otro lado, la práctica de los distintos tipos de movimientos dentro de la expresión corporal acompañado de la correcta respiración, genera conocimientos nuevos en los estudiantes, que probablemente lleguen a proponer nuevas formas de expresión. La interacción individual y colectiva de la expresión corporal junto a la meditación da a luz a los valores transversales, como: Empatía, solidaridad, respeto, entre otros.

4. Fundamentos pedagógicos

Nietzsche (1883) sugiere acerca del autoconocimiento. El conocimiento de uno mismo implica la integración entre la mente y el cuerpo, y que la experiencia vivida es fundamental para entenderse a sí mismo. Este autor aborda la idea de que conocerse a sí mismo va más allá de nuestras facultades cognitivas, en obras como, “Así habló Zaratustra”, donde plantea la importancia de la experiencia y la vivencia corporal en los procesos del autoconocimiento. También Nietzsche (2009) en su obra, “El nacimiento de la tragedia”, donde se aprecia el interés por la conexión entre el cuerpo, el arte y la experiencia vital. Hay una relación importante de la meditación y expresión corporal en el autoconocimiento, pues sus conceptos instan a su práctica. El autoconocimiento está

inmerso en la famosa corriente pedagógica del constructivismo, también es considerada en la educación emocional y en la pedagogía holística.

Hablemos de dos psicólogos y epistemólogos conocidos en sus respectivos bandos; Jean Piaget y Lev Vygotsky, ambos con teorías de aprendizaje muy importante, en donde veremos que Piaget (1970) considera que el aprendizaje se da mediante las experiencias del sujeto con todo su alrededor, construyendo y modificando la información obtenida para sí, esta corriente aplica el aprendizaje individual. Lev Vygotsky (1978) de forma similar y al mismo tiempo distinto por su teoría sociocultural considera que, el sujeto emprende el camino del conocimiento en sus primeros años necesariamente con la sociedad, a través del diálogo, en comunidad, donde se desarrollará la comunicación formal e informal entre personas de mayor y menor experiencia, garantizando así la confianza de la información obtenida. Proponemos unificar la corriente constructivista y sociocultural para complementar una idea equilibrada, Owen (1817) antecedía, acerca del cooperativismo entre ideales y las mismas personas, aplicaremos también este cooperativismo en la corriente constructivista y sociocultural, que ambas son importantes y aportan para la formación del ser desde perspectivas aparentemente opuestas. Complementamos la propuesta cooperativa con la perspectiva de la importancia de la educación y el trabajo desde niños de Froebel (1907) donde, el par Juego-trabajo toman un rol importante para el aprendizaje del sujeto. Froebel (1907) añade que, el aprendizaje debe darse en interacción constante con la naturaleza; vegetales, animales y formas inertes para poder entender las formas cambiantes de vida y considerar las leyes de la naturaleza, entonces también proponemos vivir como los niños de Froebel, en convivencia con otros ideales y con la importancia del entorno, siempre con ojos de niños, en asombro constante.

Tenemos en consideración formas similares y diferentes de teorías de aprendizaje que al mismo tiempo se complementan para un óptimo desarrollo cognitivo. Lo que se busca con la meditación es que se tenga como prioridad al mismo ser para llegar a que éste tenga un aprendizaje autónomo, y mediante la expresión corporal individual y colectiva, éste aprenda a expresar de manera segura lo que entienda o sienta desde sus propias experiencias hacia el exterior, buscando el equilibrio.

Metodología

La metodología desarrollada en las sesiones de aprendizaje fueron activos dinámicos y participativos donde los estudiantes trabajarán de manera individual y grupal, en un inicio realizaron una evaluación planificada y ellos lo resolvieron a su manera para

diagnosticar y marcar el inicio, posterior a ello fué reforzándolos con talleres de meditación y expresión corporal.

Muy importante señalar que parte de la metodología innovadora que propongo como investigador, es la de puntualmente romper los esquemas de la pedagogía sistemática tradicional, rompiendo el esquema preparado dando lugar a la espontaneidad, esto con la finalidad de llegar a conectar con el estudiante y garantizar la mejoría de lo que se quiere conseguir. El acuerdo fue aclarado con el docente de Área encargado.

Finalmente se realizó una evaluación final comparando el inicio y el final de toda la experimentación.

5. Objetivos

Objetivos generales

Determinar la influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la confianza en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la I.E. Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

Objetivos específicos

O.E.1

Determinar la influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la pérdida del miedo en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la I.E. Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

O.E.2

Determinar la influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar el crecimiento personal en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la I.E. Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

O.E.3

Determinar la influencia de la meditación y la expresión corporal para mejorar la creatividad en experiencias pictóricas en estudiantes del 4to “A” del nivel secundario de la I.E. Melitón Carvajal, Ayacucho 2023.

6. Institución Educativa

Melitón Carvajal Ayacucho

7. Organización de actividades

No ses.	Nombre de la actividad	Descripción	Fecha	Responsabilidad	Recursos
1	Introducción de evaluación de entrada	<p>DESCRIPCIÓN</p> <p>Los estudiantes del aula tendrán una bienvenida al curso, se les explicará lo que se realizará acerca de todo el plan, a continuación, se les evalúa con los siguientes ítems.</p> <p>Pérdida del miedo:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Conserva la calma modulando su respiración. -Proyecta confianza propia al realizar sus trabajos artísticos. -Se expresa libremente en público eligiendo el trabajo artístico de su preferencia. -No es dependiente de otros compañeros para expresarse en su trabajo artístico. -Genera un ambiente de confianza y aceptación frente a la expresión de los trabajos artísticos de sus compañeros. <p>Crecimiento personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Manifiesta personalidad mostrando entusiasmo. -Se acepta así mismo y es consciente de su potencial artístico. -Usa el arte como herramienta de desahogo, como cotidiano en su vida (arte para la vida). -Empatiza y respeta el trabajo artístico de sus compañeros. -Interactúa ideas y sugerencias de forma positiva con sus compañeros. <p>Creatividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Es espontáneo y natural en las sesiones de clase. -El estudiante se conecta con su trabajo artístico centrándose solo en este. -Expresa su imaginación a través de ideas propias. -Plantea propuestas innovadoras en su trabajo artístico desde su personalidad. -Muestra originalidad con su trabajo artístico. -Interactúa sus ideas y sugerencias de forma positiva con sus compañeros. <p>(Se obtienen los resultados)</p>	Sem. 1 22/08 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	estudiantes enlazados, aula, patio o parque

2	Título: Conecto y me expreso	Para lograr una enseñanza fluida creamos espacio por los estudiantes, donde tengan que decir lo que quieran, además de intentar que hablen de manera libre haciendo que la conexión sea interesante, en el trayecto genero estrategias de como interactuar. -Aprendemos a respirar para todo. Desempeños: En esta sesión los estudiantes lograrán abrirse expresivamente y conectarse con el docente.	Sem. 2 29/08 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	ropa adecuada para ejercicio, estudiantes enlazados, aula, patio o parque, equipo de sonido, material alternativo de apoyo (elementos relacionados)
3	Título: Confía (introspección y dinámica de la confianza)	DESCRIPCIÓN. - Iniciamos con un tema significativo y relacionado elegido por los estudiantes, logrando introspectar y haciendo que Las distintas dinámicas de confianza cobren mayor voluntad por toda el aula. Dinámicas: -Meditación y visualización (confianza). - El túnel - Caída al vacío reacción empática, - Cuéntame tus secretos - Libertad y no libertinaje - Cree lo increíble Desempeños: En esta sesión toda el aula tendrá mayor confianza al finalizarla.	Sem. 3 05/09 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	-Traer Cojines o mantas -Buffer (música) - Buzo o ropa adecuada para hacer ejercicio.
4	Título: ¿Todos tienen miedo? (introspección y taller del miedo)	DESCRIPCIÓN Iniciamos con un tema significativo y relacionado elegido por los estudiantes, (no igual al anterior) logrando introspectar y haciendo que Las distintas dinámicas de confianza cobren mayor voluntad por toda el aula. Dinámicas: -Meditación y visualización, (superación del miedo), -El túnel, -Mar de gente -Círculo espontaneo de expresión -Habla y falla -Representa algo descrito por el aula -mullicaras - Todos somos niños. Desempeños: En esta sesión alumnos como el docente fortalecerán su confianza, así como la asimilación y la interacción positiva con sus más grandes miedos.	Sem. 4 12/09 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	-Traer Cojines o mantas -Buffer (música) - Buzo o ropa adecuada para hacer ejercicio.
5	Título: Me vuelvo más seguro (introspección y taller de seguridad)	DESCRIPCIÓN (insitu)	Sem. 5 19/09 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	-Traer Cojines o mantas -Buffer (música) - Buzo o ropa adecuada para hacer ejercicio.

6	Título: Expreso libremente viendo al pasado (opcional)	DESCRIPCIÓN (insitu)	Sem. 6 26/09 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	-Traer Cojines o mantas -Buffer (música) - Buzo o ropa adecuada para hacer ejercicio.
7	Título: Expresión libre introducción a la expresión corporal	DESCRIPCIÓN (insitu)	Sem. 7 03/10 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	-Traer Cojines o mantas -Buffer (música) - Buzo o ropa adecuada para hacer ejercicio.
8	Título: Expresión facial	DESCRIPCIÓN (insitu)	Sem. 8 10/10 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	-Traer Cojines o mantas -Buffer (música) - Buzo o ropa adecuada para hacer ejercicio.
9	Expresión teatral (pantomima)	DESCRIPCIÓN (insitu)	Sem. 9 17/10 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	-Traer Cojines o mantas -Buffer (música) - Buzo o ropa adecuada para hacer ejercicio.
.10	Danza y educación física	DESCRIPCIÓN (insitu)	Sem. 10 24/10 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	-Traer Cojines o mantas -Buffer (música) - Buzo o ropa adecuada para hacer ejercicio.
11	Tipos de expresión en base a los sentidos (alternativo)	DESCRIPCIÓN (insitu)	Sem. 11 31/10 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	-Traer Cojines o mantas -Buffer (música) - Buzo o ropa adecuada para hacer ejercicio.
12	Evaluación final	DESCRIPCIÓN Los estudiantes del aula ya con los talleres y sesiones realizadas pondrán a prueba su mejora de confianza en las	Sem. 12 07/11 /2023	Investigador: Collado Sicha Edgar Jhon	

	<p>experiencias artísticas, a continuación, se les evalúa con los siguientes ítems.</p> <p>Pérdida del miedo:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Conserva la calma modulando su respiración. -Proyecta confianza propia al realizar sus trabajos artísticos. -Se expresa libremente en público eligiendo el trabajo artístico de su preferencia. -No es dependiente de otros compañeros para expresarse en su trabajo artístico. -Genera un ambiente de confianza y aceptación frente a la expresión de los trabajos artísticos de sus compañeros. <p>Crecimiento personal:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Manifiesta personalidad mostrando entusiasmo. -Se acepta así mismo y es consciente de su potencial artístico. -Usa el arte como herramienta de desahogo, como cotidiano en su vida (arte para la vida). -Empatiza y respeta el trabajo artístico de sus compañeros. -Interactúa ideas y sugerencias de forma positiva con sus compañeros. <p>Creatividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Es espontáneo y natural en las sesiones de clase. -El estudiante se conecta con su trabajo artístico centrándose solo en este. -Expresa su imaginación a través de ideas propias. -Plantea propuestas innovadoras en su trabajo artístico desde su personalidad. -Muestra originalidad con su trabajo artístico. <p>(Se obtienen los resultados)</p>			
--	---	--	--	--

8. Duración

Doce (12) sesiones, aproximadamente 2 meses.

9. Evaluación

En el cronograma del plan considera la primera evaluación y la evaluación final con la finalidad de emitir un informe a la dirección de la institución, además de la valoración de cada sesión realizada en las semanas con los estudiantes, que fueron demostrando mejoría con el transcurrir del tiempo.

ANEXO 6

VALIDACIÓN Y CONFIABILIDAD DE DATOS

N° EVALUADOS	PÉRDIDA DEL MIEDO					CRECIMIENTO PERSONAL					CREATIVIDAD					suma
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	20
3	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	25
4	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	17
5	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	17
6	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	19
7	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	18
8	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	26
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
10	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	19

Número de ítems del instrumento	15
Sumatoria de varianza de los ítems	2.77
Varianza total del instrumento	12.69
Coefficiente de confiabilidad del cuestionario	0.838

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	10	100.0
	Excluido ^a	0	.0
	Total	10	100.0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.838	15

VALIDACIÓN POR PROFESIONALES EXPERTOS

ESCUELA SUPERIOR DE FORMACIÓN ARTÍSTICA PÚBLICA "FELIPE GUAMÁN POMA DE AYALA" – AYACUCHO

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

TESIS: Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias artísticas en estudiantes de secundaria, Ayacucho 2023.

Tipo de Instrumento: Lista de cotejo

DATOS INFORMATIVOS:

Apellidos y Nombres del Experto: *Mg. Rojas Conde William*

Cargo e Institución donde labora: *Docente Contratado*

Autor del Instrumento: Collado Sicha, Edgar Jhon

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LOS ÍTEMS Y DEL INSTRUMENTO:

2.1. De los Ítems:

CRITERIOS	INDICADORES	PROMEDIO
Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado para la muestra	<i>95</i>
Objetividad	Se expresa en conductas observables	<i>95</i>
Pertinencia	Busca esclarecer un aspecto necesario para el estudio	<i>95</i>
Relevancia	Es importante y significativo para la investigación	<i>95</i>
Intencionalidad	Muestra claramente el aspecto que se espera conocer	<i>95</i>

2.2. Del Instrumento

CRITERIOS	INDICADORES	PROMEDIO
Coherencia	Su elaboración responde al proceso de operacionalización	<i>95</i>
Organización	Su estructura está organizada lógicamente	<i>95</i>
Suficiencia	El N.º de ítems que contiene es el suficiente para el estudio a realizar	<i>95</i>
Fundamentación	Se basa en aspectos científico – teóricos	<i>95</i>
Metodología	Responde al diseño y propósito de la investigación	<i>95</i>

II. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: *ES APLICABLE*

V. PROMEDIO DE VALORACION: *Noventa y cinco*

FECHA: *20* / *SEPTIEMBRE* / *2023*


firma y sello del experto
Mg. William Rojas Conde
DNI: *42208069*

ESCUELA SUPERIOR DE FORMACIÓN ARTÍSTICA PÚBLICA "FELIPE GUAMÁN
POMA DE AYALA" – AYACUCHO

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

TESIS: Meditación y expresión corporal para mejorar la confianza en las experiencias artísticas en estudiantes de secundaria, Ayacucho 2023.

Tipo de Instrumento: Lista de cotejo

I. DATOS INFORMATIVOS:

Apellidos y Nombres del Experto: Lic. Valverde Arce Juan Carlos
Cargo e Institución donde labora: E.N.S.F. José María Arguedas

Autor del Instrumento: Collado Sicha, Edgar Jhon

II. CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LOS ÍTEMS Y DEL INSTRUMENTO:

2.1. De los Ítems:

CRITERIOS	INDICADORES	PROMEDIO
Claridad	Está formulado con lenguaje apropiado para la muestra	91
Objetividad	Se expresa en conductas observables	92
Pertinencia	Busca esclarecer un aspecto necesario para el estudio	91
Relevancia	Es importante y significativo para la investigación	92
Intencionalidad	Muestra claramente el aspecto que se espera conocer	92

2.2. Del Instrumento

CRITERIOS	INDICADORES	PROMEDIO
Coherencia	Su elaboración responde al proceso de operacionalización	91
Organización	Su estructura está organizada lógicamente	92
Suficiencia	El N.º de ítems que contiene es el suficiente para el estudio a realizar	91
Fundamentación	Se basa en aspectos científico – teóricos	92
Metodología	Responde al diseño y propósito de la investigación	92

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Instrumento Aplicable

IV. PROMEDIO DE VALORACION: 91.6

FECHA: 22, julio / 2023

firma y sello del experto

41918117

ANEXO 7 BASE DE DATOS

PRE TEST

Pretest (Evaluacion de entrada)															
N°	VARIABLE DEPENDIENTE; MEJORA LA CONFIANZA EN LAS EXPERIENCIAS PICTÓRICAS														
	PERDIDA DEL MEDIO					CREC. PERSONAL					CREATIVIDAD				
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1
3	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2
4	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
5	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1
6	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1
7	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1
8	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
10	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1
11	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1
12	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1
14	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1
15	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
16	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1
17	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
18	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1
19	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1
20	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1
21	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2
22	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2
23	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
24	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
25	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

POST TEST

post test (Evaluacion de salida)															
N°	VARIABLE DEPENDIENTE; MEJORA LA CONFIANZA EN LAS EXPERIENCIAS PICTÓRICAS														
	PERDIDA DEL MEDIO					CREC. PERSONAL					CREATIVIDAD				
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15
1	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2
2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2
3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4
4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3
5	2	3	2	3	2	2	3	2	3	4	3	2	2	2	2
6	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	2
7	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3
8	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4
9	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2
10	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2
11	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	4	3	2	2
12	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
13	3	2	3	2	2	2	2	4	3	2	2	3	3	4	2
14	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	2	3
15	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2
16	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2
17	3	2	4	2	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	2
18	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3
19	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3
20	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	4	4	2
21	3	4	4	4	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3
22	2	3	4	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3
23	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2
24	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2
25	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3

N° EVALUADOS	PÉRDIDA DEL MIEDO					CRECIMIENTO PERSONAL					CREATIVIDAD					suma
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	20
3	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	25
4	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	17
5	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	17
6	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	19
7	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	18
8	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	26
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
10	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	19
11																
12																
13																

varianza	0.21	0.24	0.24	0.21	0.16	0.16	0.25	0.09	0.16	0.09	0.16	0.16	0.24	0.24	0.16	
Sumatoria de varianza	2.77															
varianza de la suma de ítems	12.69															
	RANGO	CONFIABILIDAD		alfa = coeficiente de confiabilidad del cuestionario											0.8375488	
	0.53 a menos	Confiabilidad nula		K= Número de ítems de instrumento											15	
	0.54 a 0.59	Confiabilidad baja		Sumatoria de varianza de los ítems											2.77	
	0.60 a 0.65	confiable		Varianza total del instrumento											12.69	
	0.66 a 0.71	Muy confiable														
	0.72 a 0.99	Excelente confiabilidad		0.838												
	1	confiabilidad perfecta														

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	10	100.0
	Excluido ^a	0	.0
	Total	10	100.0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.838	15

ANEXO 8: GALERÍA DE FOTOGRAFÍAS

PRE-TEST

ESTUDIANTES DEL 4TO AÑO "A" TEMEROSOS, INDISPUESTOS, ESCONDIENDO LO QUE HACEN, TIENEN TENDENCIA A VER AL COMPAÑERO, O MIRAR EL CELULAR PARA AYUDARSE CON IDEAS QUE NO SON PROPIAS.



APLICACIÓN DE PLAN EXPERIMENTAL

ESTUDIANTES DEL 4TO AÑO "A" REALIZANDO MEDITACIÓN EN LAS SEMANAS. APRENDEN A CONECTAR CONSIGO MISMOS, PREDISPONERSE A ACTUAR, DANDO LUGAR A LA EXPRESIÓN CORPORAL, GUIADOS POR EL DOCENTE INVESTIGADOR.



ESTUDIANTES DEL 4TO AÑO "A" REALIZANDO EXPRESIÓN CORPORAL CON MOVIMIENTOS, EJERCICIOS Y DANZA. GUIADOS POR EL DOCENTE INVESTIGADOR.



POST-TEST

MEDITACIÓN CONSCIENTE AL AIRE LIBRE EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA MELITÓN CARVAJAL DE AYACUCHO. SE OBSERVA UN HÁBITO VOLUNTARIO EN LOS ESTUDIANTES DEL 4TO AÑO "A". TAMBIÉN SE NOTA LA PÉRDIDA DE MIEDO Y APERTURA A IDEAS NUEVAS.



ESTUDIANTES DEL 4TO AÑO "A" JUGANDO CON LA EXPRESIÓN PICTÓRICA. EL RESULTADO PRINCIPAL ES EL DE ATREVERSE A EXPRESAR, MÁS ALLÁ DE SENTIR ACEPTACIÓN DE LO BELLO Y LO FEO, CONFIAR EN LO QUE HACEN ES LA META.



ESTUDIANTES DEL 4TO AÑO "A" DEJANDOSE LLEVAR POR SU CREATIVIDAD, Y PRONTO CONSIDERAR EL ARTE PARA SU VIDA.

