



BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ.

TITULO: La danza, una herramienta para mejorar la expresión emocional y las relaciones interpersonales en preescolar

AUTOR: Alejandra Mariano de León

FECHA: 7/15/2026

PALABRAS CLAVE: Danza, Expresión emocional, Relaciones interpersonales, Educación preescolar, Desarrollo socioemocional

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN INSPECCIÓN DE EDUCACIÓN
NORMAL**

BENEMÉRITA Y CENTENARIA

ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ

GENERACIÓN

2022



2026

**“LA DANZA, UNA HERRAMIENTA PARA MEJORAR LA EXPRESIÓN
EMOCIONAL Y LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN PREESCOLAR”**

**TESIS DE INVESTIGACIÓN
PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN
PREESCOLAR**

PRESENTA:
ALEJANDRA MARIANO DE LEÓN

ASESORA:
DRA. CAROLINA LIMÓN SÁNCHEZ

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

Junio de 2026



**BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ
CENTRO DE INFORMACIÓN CIENTÍFICA Y TECNOLÓGICA**

**ACUERDO DE AUTORIZACIÓN PARA USO DE INFORMACIÓN DEL DOCUMENTO
RECEPCIONAL EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA BECENE DE ACUERDO A LA
POLÍTICA DE PROPIEDAD INTELECTUAL**

**A quien corresponda.
PRESENTE. –**

Por medio del presente escrito MARIANO DE LEÓN ALEJANDRA
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**LA DANZA, UNA HERRAMIENTA PARA MEJORAR LA EXPRESIÓN EMOCIONAL Y LAS
RELACIONES INTERPERSONALES EN PREESCOLAR**

en la modalidad de: Tesis

☐ para obtener el

Grado en Licenciatura en Educación Preescolar



en la generación 2022-2026 para su divulgación, y preservación en cualquier medio, incluido el
electrónico y como parte del Repositorio Institucional de Acceso Abierto de la BECENE con fines
educativos y Académicos, así como la difusión entre sus usuarios, profesores, estudiantes o terceras
personas, sin que pueda percibir ninguna retribución económica.

Por medio de este acuerdo deseo expresar que es una autorización voluntaria y gratuita y en
atención a lo señalado en los artículos 21 y 27 de Ley Federal del Derecho de Autor, la BECENE
cuenta con mi autorización para la utilización de la información antes señalada estableciendo que se
utilizará única y exclusivamente para los fines antes señalados.

La utilización de la información será durante el tiempo que sea pertinente bajo los términos de los
párrafos anteriores, finalmente manifiesto que cuento con las facultades y los derechos
correspondientes para otorgar la presente autorización, por ser de mi autoría la obra.

Por lo anterior deslindo a la BECENE de cualquier responsabilidad concerniente a lo establecido en
la presente autorización.

Para que así conste por mi libre voluntad firmo el presente.

En la Ciudad de San Luis Potosí. S.L.P. a los 7 días del mes de JULIO de 2026.

ATENTAMENTE.

Mariano de León Alejandra

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES

BECENE-SA-DSE-RT-PO-01-05

Revisión 2

Administrativa

Dictamen Aprobatorio del
Documento Recepcional

San Luis Potosí, S.L.P.; a 26 de Junio del 2026

Los que suscriben, tienen a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): C. MARIANO DE LEON ALEJANDRA
De la Generación: 2022 - 2026

concluyó en forma satisfactoria y conforme a las indicaciones señaladas en el Documento Recepcional en la modalidad de () Ensayo Pedagógico, () Informe de Prácticas Profesionales, () Portafolio Temático, (X) Tesis de Investigación, () Tesina, () Portafolio de Evidencias.

Titulado:

LA DANZA, UNA HERRAMIENTA PARA MEJORAR LA EXPRESIÓN EMOCIONAL Y LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN PREESCOLAR.

Por lo anterior, se determina que reúne los requisitos para proceder a sustentar el Examen Profesional que establecen las normas correspondientes, con el propósito de obtener el Título de Licenciado(a) en EDUCACIÓN PREESCOLAR

ATENTAMENTE COMISIÓN DE TITULACIÓN

DIRECTORA ACADÉMICA

DIRECTORA DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

MTRA. VIANEY COVARRUBIAS CERVANTES

MTRA. FÁTIMA GUADALUPE FABIÁN VANEGAS

RESPONSABLE DE TITULACIÓN

ASESOR DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTR. GERARDO JAVIER GUEL CABRERA

DRA. CAROLINA LIMÓN SANCHEZ



Agradecimientos

La educación no solo forma profesionales, sino también transforma vidas y nos recuerda, que ningún logro se alcanza sin quienes nos enseñaron, acompañaron y creyeron en nosotros.

Es por esto que quiero agradecer a mis padres, Rosa Ma. De León y Lionel Mariano, por el esfuerzo, el amor y la dedicación con los que han acompañado cada etapa de mi formación. Por brindarme una educación basada en el respeto, la honestidad y los valores, así mismo por ofrecerme siempre las herramientas y oportunidades necesarias para alcanzar mis metas.

A mis hermanas, Ana Patricia y Cecilia, por compartir conmigo momentos que han marcado mi vida y por enseñarme, que la familia es un pilar fundamental en el crecimiento personal y en la formación profesional.

A mi tía, Marcela de León, por ser un ejemplo de esfuerzo, perseverancia y amor. Gracias por enseñarme a luchar por mis metas, a valorar cada aprendizaje y por creer siempre en mí. Así mismo, agradezco profundamente a su familia Esparza de León, quienes fueron un pilar fundamental desde el inicio de mi formación profesional. Su solidaridad, apoyo incondicional y cariño hicieron posible que este sueño comenzara a construirse.

A mis abuelos, Rufino de León, Eduarda Noyola y Juana Mariano por ser un ejemplo de fortaleza, trabajo y amor incondicional. Gracias por enseñarme, con su ejemplo, que el esfuerzo y la dedicación son valores que me mejoran como persona. Sus enseñanzas han sido una guía importante en mi vida y en mi formación.

A mi asesora, la Dra. Carolina Limón, por su acompañamiento, orientación y compromiso durante el desarrollo de este trabajo. Gracias por compartir sus conocimientos, por sus valiosos consejos y por la dedicación con la que guió cada etapa de este proceso. Su apoyo y confianza fueron fundamentales para la culminación de este documento recepcional. De igual forma agradezco a mis lectoras, la Dra. Concepción Ovalle y la Dra. Ana Edith de la Torre por sus observaciones y aportaciones que fortalecieron este trabajo.

A mis amigas y compañeras de clase, Daniela Vázquez y Patricia Ortiz, por acompañarme durante esta etapa tan significativa de mi vida. Daniela, gracias por enseñarme a valorar cada momento y a apreciar a las personas que nos rodean. Patricia, gracias por demostrarme que la organización y la constancia son herramientas fundamentales para

alcanzar nuestras metas. A ambas les agradezco por cada experiencia, aprendizaje y momento inolvidable compartido a lo largo de estos cuatro años, los cuales contribuyeron a nuestro crecimiento personal y profesional, fortaleciendo una amistad que siempre llevaré conmigo.

Agradezco al taller de atletismo de la BECENE por brindarme un espacio donde encontré grandes compañeros y amigos, con quienes compartí aprendizajes que trascendieron lo deportivo. A Javier Cisneros, por enseñarme con su ejemplo el valor de la empatía, el compromiso y la vocación de servicio. A Mireyda Santos, por las experiencias compartidas y por inspirarme con su fortaleza. A Ángel Yael, por su entusiasmo y por motivar constantemente a quienes lo rodean, dejando una huella positiva en quienes tienen la oportunidad de conocerlo. De manera especial, expreso mi gratitud a mi entrenador, el profesor Aníbal Ulises de Regil, por fomentar en mí valores como el compromiso, el respeto, la disciplina y la solidaridad, así como por su confianza y apoyo incondicional dentro y fuera del equipo.

A la maestra titular del Jardín de niños Angelita Martínez, Madelyn Diaz de León quien ha dejado una huella en mi formación docente al acompañarme y orientarme durante este proceso. Gracias por creer en mis capacidades, por brindarme su confianza y por compartir conmigo sus conocimientos, consejos y experiencias. Su apoyo, disposición y ejemplo fortalecieron mi crecimiento profesional y reafirmaron mi compromiso con la educación.

De manera especial, agradezco también a mis alumnos del grupo 3°C, quienes, con su entusiasmo, curiosidad y cariño, hicieron de esta experiencia una etapa inolvidable. Gracias por permitirme aprender junto a ustedes y por recordarme, día con día, que enseñar también significa aprender. Cada sonrisa, cada reto y cada logro compartido reafirmaron mi vocación docente.

Agradezco profundamente a mi maestra de danza, Liliana Anthea, por hacerme comprender que, en muchas ocasiones, los límites solo existen si nosotros mismos los imponemos, y por enseñarme que el cuerpo posee capacidades extraordinarias cuando se trabaja con disciplina, pasión y confianza. Sobre todo, gracias por creer en mí, por brindarme la oportunidad de expresarme a través de la danza y por inspirarme a encontrar en ella una forma de crecimiento, libertad y expresión personal. Hoy, esas enseñanzas trascienden en mi

práctica docente, pues me motivan a acercar a mis alumnos a este arte, con la esperanza de que también encuentren en la danza un medio para expresar sus emociones, fortalecer su confianza y descubrir sus propias capacidades.

Agradezco a mi casa de estudios, la BECENE, por brindarme las herramientas, los conocimientos y las oportunidades que hicieron posible mi formación como docente. Gracias por las experiencias vividas, por cada uno de los catedráticos que compartieron sus enseñanzas y por las personas que formaron parte de este camino, contribuyendo a mi crecimiento personal y profesional.

Cada aprendizaje adquirido en esta institución ha fortalecido mi compromiso con la educación y con la responsabilidad de ejercer esta profesión con vocación, ética y dedicación, concluyo esta etapa con el compromiso de seguir aprendiendo para educar con el corazón.

“Quien enseña, aprende al enseñar y
quien aprende, enseña al aprender”

-Paulo Freire

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	9
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	11
1.1 Descripción de la problemática	11
1.2 Diagnóstico sobre las relaciones interpersonales y expresión emocional en el grupo de estudio.....	13
1.3 Justificación	21
1.4 Pregunta de investigación.....	23
1.5 Objetivos de investigación	23
1.6 Supuesto de investigación	24
II. ESTADO DE LA CUESTIÓN	25
2.1 Tendencias investigativas sobre expresión emocional y danza en la infancia	25
2.2 Diseños metodológicos en la investigación sobre danza y educación emocional	26
2.3 Evidencias del impacto de la danza en la regulación emocional y la convivencia escolar	31
III. MARCO TEÓRICO	33
3.1 La danza como medio de expresión emocional en la infancia	33
3.2 La expresión emocional en la infancia	35
3.3 La emoción y sus componentes	36
3.4 Las emociones estéticas y su papel en el desarrollo de las competencias emocionales	38
3.5 Competencias emocionales en la infancia: Modelo Pentagonal de Rafael Bisquerra	39
3.6 La expresión emocional como elemento del desarrollo de la conciencia y la autorregulación emocional	41
IV. MARCO METODOLÓGICO	43
4.1 La investigación acción, una modalidad de investigación del paradigma cualitativo.	43
4.2 Contexto y población de estudio	45
4.3 Recolección de datos	46
4.4 Análisis de datos	46

4.5 Consideraciones éticas.....	47
V. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	48
5.1 Propósitos de la intervención.....	48
5.2 Lugar de la intervención	48
5.3 Condiciones de la intervención.....	49
5.4 Consideraciones generales durante la intervención.....	49
5.5 Componente ético de la intervención	49
5.6 Fundamentación teórica que sustenta la propuesta de intervención.....	50
5.7 Plan de acción.....	52
VI. RESULTADOS	57
6.1 Actividad “Emociones que se mueven”	57
6.2 Actividad 2: “Bailemos juntos”	64
6.3 Actividad “Sentir con el cuerpo”	70
6.4 Actividad “Danza con el espacio”	75
6.5 Actividad “Baila con el objeto”	78
6.6 De no ser visto a ser elegidos: comparación de sociogramas antes y después de la intervención.	83
VII. CONCLUSIONES	91
BIBLIOGRAFÍA	96
ANEXOS	99
Anexo A.....	99

INTRODUCCIÓN

En la educación preescolar, los niños comienzan a construir formas de relacionarse con los demás, aprenden a reconocer y expresar sus emociones y desarrollan habilidades que influyen directamente en su convivencia y bienestar.

En el Jardín de Niños Profa. Angelita Martínez Ortiz, durante el ciclo escolar 2025–2026, se identificó que algunos alumnos del grupo de 3° “C” presentaban dificultades para expresar sus emociones y establecer vínculos positivos con sus pares, se reconocieron situaciones de rechazo, poca interacción social y problemas en la regulación de emociones como el enojo y la frustración, aspectos que repercutían en la convivencia y participación dentro del aula, a partir de esta necesidad se planteó una estrategia pedagógica que favoreciera la expresión emocional, la autorregulación y las relaciones interpersonales más eficaces.

Ante esta problemática surge la pregunta de investigación: ¿Cómo influye la danza en la mejora de la expresión emocional y las relaciones interpersonales en los niños de preescolar del Jardín de Niños Profa. Angelita Martínez Ortiz en el ciclo escolar 2025-2026? A partir de este cuestionamiento, la investigación tuvo como objetivo general valorar de qué forma la expresión emocional promueve relaciones interpersonales más eficaces por medio de la danza en los alumnos de 3° “C”, considerando que la danza, la música y la interacción grupal constituyen experiencias significativas para comunicar emociones y fortalecer la convivencia.

Para lograr este propósito, se plantearon objetivos específicos orientados a diseñar actividades de danza que promuevan la expresión emocional y las relaciones interpersonales en los alumnos, Analizar los cambios en la expresión emocional y en las relaciones interpersonales de los niños al implementar las actividades de danza y valorar la eficacia de la danza como herramienta pedagógica para favorecer la expresión emocional y mejorar las relaciones interpersonales en aula.

En este sentido, el documento se encuentra integrado por siete capítulos. El primer capítulo presenta el planteamiento del problema, donde se describe la problemática, el diagnóstico realizado, la justificación, la pregunta de investigación, los objetivos y el supuesto de investigación. El segundo capítulo desarrolla el estado de la cuestión mediante la revisión de investigaciones relacionadas con la danza y la expresión emocional, identificando tendencias de estudio, orientaciones metodológicas y resultados. En el tercer capítulo se expone el marco teórico que sustenta la relación entre emociones, expresión emocional, competencias emocionales y danza.

El cuarto capítulo describe el marco metodológico y la investigación-acción como modalidad de estudio, el contexto y los sujetos de la investigación, las técnicas y herramientas de recolección de datos y finalmente, el análisis de los mismos.

El quinto capítulo presenta la propuesta de intervención con sus propósitos, las condiciones de aplicación, las consideraciones generales, los componentes éticos de la misma, los referentes teóricos que sustentan la propuesta de intervención y el plan de acción diseñado para favorecer la expresión emocional mediante actividades de danza.

El sexto capítulo expone los resultados obtenidos tras la implementación de las actividades y el análisis de los cambios observados en los alumnos, organizados en cinco actividades que integraron el *Taller “Cuando el cuerpo habla”: “Emociones que se mueven”, “Bailemos juntos”, “Sentir con el cuerpo”, “Danza con el espacio” y “Baila con el objeto”*. Finalmente, el séptimo capítulo reúne las conclusiones de la investigación, recuperando los principales hallazgos, alcances y reflexiones pedagógicas.

De esta manera, la investigación busca atender las estrategias artísticas en el nivel preescolar, para la mejora de sus relaciones interpersonales, destacando la danza como una herramienta pedagógica que favorece el desarrollo integral, la comunicación emocional y la construcción de relaciones interpersonales más positivas dentro del aula; de esta forma, la danza no solo movilizó cuerpos sino formó vínculos, haciendo visibles a quienes permanecían en la sombra de las relaciones grupales.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la problemática

Los niños tienen la necesidad de expresar sus emociones como parte del desarrollo social y emocional, sin embargo, algunas veces debido a su contexto familiar o escolar esto se puede volver complejo. Al observar la forma en la que se relacionaban los alumnos del jardín de niños Angelita Martínez al inicio del ciclo escolar 2025-2026, se identificó que los niños quienes tienen dificultad con expresar sus emociones y llevarse bien con sus compañeros suelen tener padres que no ponen límites en su casa, esto se reflejó en el aula al seguir las normas de convivencia pues al no estar acostumbrado a seguir reglas respondían con actitudes desafiantes a la autoridad y al no responder a su petición o necesidad aparecía el llanto, como respuesta a la experiencia de desacuerdo o conflicto, lo que podría vincularse con la dificultad del alumno para relacionarse de manera empática con sus compañeros, seguir instrucciones o compartir con los demás, situaciones que afectaban su participación en las actividades escolares.

También se destaca que para los padres de familia se prioriza los contenidos relacionados con la escritura y el pensamiento matemático, dejando por un lado la importancia del desarrollo de habilidades socioemocionales, como la expresión emocional. El niño de preescolar se encuentra en una etapa de desarrollo donde aprende a través del juego, crece su interés por relacionarse con otros niños, sienten curiosidad y es importante motivarlos para su desarrollo creativo. Cuando los padres no responden a estas necesidades y reaccionan negativamente, existe la posibilidad de crear un sentimiento de culpa (Erikson E., 1972 citado en Regader B., 2025).

La gestión y regulación emocional está en desarrollo, y es frecuente observar respuestas impulsivas o agresivas como resultado de un pobre manejo del enojo o la frustración, es por ello que los niños retraen sus emociones o las expresan de manera negativa a través de golpes o insultos, esto no solo afecta su bienestar socioemocional sino también su forma de socializar y el aprendizaje integral.

En la edad preescolar es importante trabajar el reconocimiento y el manejo de sus emociones puesto que en esta etapa depende en gran medida del adulto, esto puede permitir al alumno mejorar sus habilidades sociales y comunicativas. Para Garber & Dodge (1991 citado en Capella, C., & Mendoza, M. 2011) “Otro importante logro que acontece en el periodo preescolar es la adquisición del lenguaje. Con ello señales no verbales se vuelven verbales, permitiendo al infante indicar cuando la regulación externa es requerida” (p. 160), de esta manera el adulto debe saber en qué momento intervenir para poder ayudar a regular esa emoción.

Cuando no se trabaja la expresión emocional en el grupo pueden presentarse diversas problemáticas como la falta de empatía, dificultad para manejar emociones difíciles, poca o nula comunicación con sus compañeros; esto se observa cuando en el aula ocurre un desacuerdo entre compañeros y la manera a la que recurren para solucionarlo son golpes o con discusión verbal agresiva, es así que es primordial la educación socioemocional en preescolar, la cual puede iniciar con conocer y expresar las emociones de uno mismo para poder comprender las de los demás.

En el libro *El arte de las emociones interpersonales*, Silveria (2015) menciona que las emociones se desarrollan practicándolas, conviviendo con la gente y no solo coexistiendo. De este modo las buenas relaciones son en las que se tiene una buena interacción y habilidades emocionales para tener armonía con los demás. Sin embargo, es más factible que quienes se aíslan de las personas se vuelven socialmente incompetentes, en algunos casos retrayendo sus emociones lo que los hace más propensos a sufrimientos.

Al expresar emociones no solo se manifiestan verbalmente sino también a través del cuerpo lo que Torres y Moraes (2005, citado en Megías, M., 2020) declaran como “sentipensar” y lo definen como:

La búsqueda de un nuevo lenguaje del conocimiento y de la realidad que establece la relación entre el pensamiento-emoción-cuerpo-acción. Esta experiencia es personal, construida de forma colectiva y grupal en el mismo acto de expresar y comunicar corporalmente a través del movimiento y en relación a coordenados espaciotemporales y relacionales. (p.647)

Es por esto que es importante permitirle al niño que se exprese libremente guiándolo hacia un camino donde su emoción no sea comunicada negativamente, de esta manera se propone la danza como medio de expresión emocional puesto que la danza comunica a través del movimiento utilizando las habilidades motrices del cuerpo, junto con el tiempo y el espacio para lograr expresividad y significado (de Rueda Villén, B., & López Aragón, C. E. 2013).

La danza no solo se limita a secuencias o dinámicas estructuradas, que, aunque también pueden llegar a formar parte de ella, esta se centra en experimentar el movimiento y expresión del cuerpo para poder comunicar lo que se piensa o siente.

1.2 Diagnóstico sobre las relaciones interpersonales y expresión emocional en el grupo de estudio

Durante el periodo de observación del inicio del ciclo escolar 2025 - 2026 del 1 al 12 de septiembre en el jardín de niños Profa. Angelita Martínez Ortiz se realizó un diagnóstico emocional-relacional del grupo en tres momentos. El primero, consistió en identificar a través de la observación con qué compañeros se relacionaban a partir de ubicar la silla que elegían dentro del aula.

El segundo momento, consistió en la identificación y representación gráfica de las relaciones interpersonales por medio de un sociograma, aquí se utilizaron cuestionarios breves sobre aceptación-rechazo¹. Finalmente, en un tercer momento, se buscó identificar la expresión emocional en los alumnos a través de guías de observación, lo anterior con el fin de identificar si había relación entre la dificultad de expresión emocional con la aceptación-rechazo entre alumnos.

González Carmona (2009 citado en Sánchez Huete, J. C. 2019) define el sociograma como:

Una de las técnicas utilizadas por la sociometría que consiste, a través de la observación y la contextualización, en la representación en un gráfico de las distintas relaciones entre los sujetos que forman un grupo. De esta manera, se logra representar

¹ Tomado de Gómez, C., Ramírez, M., (2024). Se trata de un tipo de instrumento de evaluación diseñado para explorar y medir la opinión de los estudiantes sobre la calidad de sus relaciones sociales, basándose en los lazos afectivos y la calidad de las expresiones de afecto por las otras personas con las que convive.

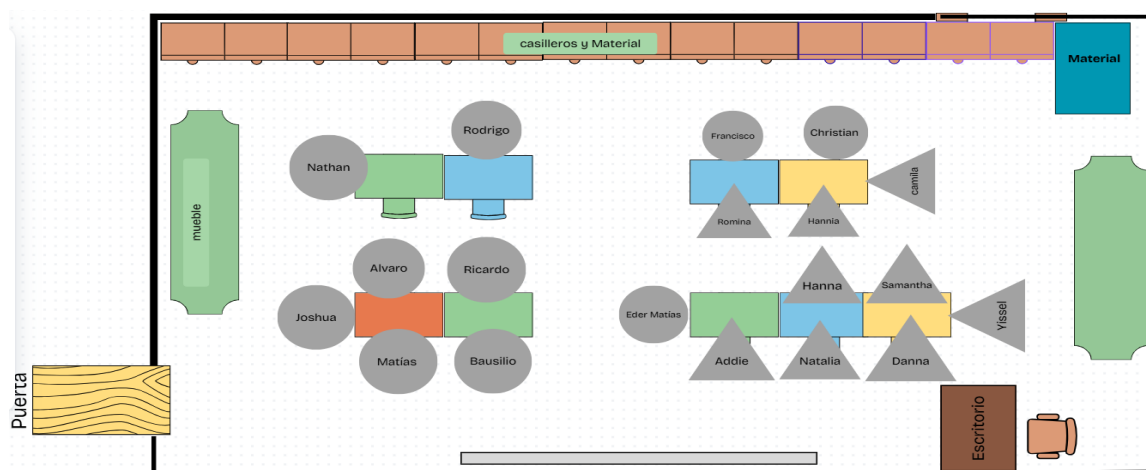
los lazos de influencia y de preferencia que existen en dicho conjunto, ya sea de un grupo grande o pequeño. (p.73)

Los sujetos de estudio son alumnos que han interactuado durante dos años (1er y 2do año de preescolar) creando relaciones en ese tiempo, al tomar esto en cuenta, la elección del lugar para sentarse al inicio de la jornada escolar del ciclo 2025-2026, puede proporcionar una idea sobre las tendencias de relaciones de aceptación y rechazo ya que refleja las preferencias presentes en el grupo y puede relacionarse con los resultados del sociograma.

La primera semana se observó en el grupo de 3°C que al ingresar al aula los niños decidieron libremente el lugar para sentarse, destaco que la mayor parte de las niñas se sentaron juntas frente al pizarrón y a un lado del escritorio de la maestra. A excepción de Eder, el resto de los niños y niñas eligió de manera libre su lugar, en su caso durante los primeros días se le asignó su lugar, pues al llegar al aula mostró un poco de inseguridad sobre dónde sentarse, permaneció parado hasta que la maestra le indicó sentarse en la mesa con las demás niñas (ver imagen 1), estos registros coinciden con las observaciones de las dos primeras semanas.

Imagen 1.

Ubicación de los alumnos la primera semana de clase



Nota: Ubicación de silla (03 de septiembre de 2025).

La imagen muestra como de igual forma, la mayor parte de los niños se sentaban juntos a un lado de la mesa donde están las niñas, frente al pizarrón y cerca de la puerta. Joshua algunas veces se sentaba en la misma mesa o en la de que está detrás de esta. La mesa

que se encuentra frente a los casilleros y del lado donde está la puerta, normalmente se queda con pocos niños, en lo habitual, es Rodrigo quien se sienta observando al pizarrón y Nathan quien se sienta en la mesa junto a Joshua.

Por último, en la mesa que se encuentra atrás a la derecha, se sientan Camila y Romina que son hermanas. Christian y Hannia, normalmente se sientan en el mismo lugar y no les gusta estar separados, aunque algunas veces Hannia se cambia de lugar con las otras niñas, y Francisco, aunque comparte lugar con ellos, no se relaciona mucho con sus compañeros de mesa.

El sociograma es una herramienta para representar visualmente las relaciones entre los miembros de un grupo. Se trata de un procedimiento sociométrico, con el método de nominaciones que consiste en pedir al alumno que mencione con que compañeros le gusta jugar y con qué compañeros no le gusta jugar (UCEV, s.f.). lo que permitió obtener la siguiente información.

El sociograma para (Puig Rovira et al. 1999 citado en Sánchez Huete, J. C. 2019):

Aporta información altamente significativa sobre la red de interrelaciones, de aceptación y de rechazo que unen o separan a los alumnos y alumnas. su elaboración final refleja con claridad la existencia de los distintos subgrupos espontáneos de la clase. Así mismo, el sociograma permite reconocer qué sujetos son los más ignorados y los más integrados en el grupo (p.74).

Esto sustenta el uso del mismo pues permite representar gráficamente las relaciones de aceptación, rechazo e indiferencia entre los integrantes de un grupo durante el periodo de observación.

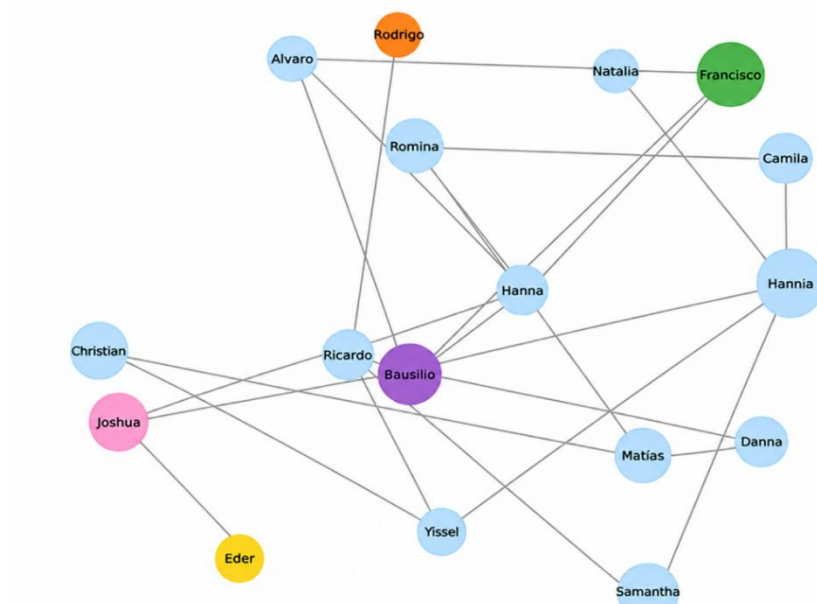
En la Imagen 2 se observan las relaciones de rechazo, es decir, las respuestas obtenidas a la pregunta “¿con quién no te gusta jugar?” Hannia fue la alumna nombrada con mayor cantidad de veces, con cinco elecciones, entre los argumentos que brindan los alumnos están que no les deja jugar, no quiere ser su amiga y les quita a sus amigos.

El segundo alumno con mayor número de rechazos es Bausilio, con cuatro elecciones, sin embargo, de esos votos no mencionaron una razón por la que no les gusta jugar con él, sólo Hanna expresa que la molesta, y Álvaro, manifiesta que no le gusta porque “no le

entiende cuando habla”. Cabe señalar que Bausilio tiene problemas de lenguaje lo que le dificulta pronunciar algunas palabras, situación que afecta su socialización e interacción en el aula.

Imagen 2

Sociograma de relaciones de rechazo



Nota: Sociograma de relaciones de rechazo elaborado en la fase diagnóstica (01 al 12 de septiembre de 2025).

Después de Hannia y Bausilio se encuentran Romina y Francisco, con tres elecciones, Joshua y Matías con dos y con una elección Álvaro, Ricardo, Christian, Danna, Yissel, Samantha y Camila. Francisco es hermano de Bausilio y también presenta problemas de lenguaje. Como dato importante son los alumnos que no recibieron ningún voto de aceptación o rechazo, lo que hace suponer que no están presentes en el imaginario o en la relación con sus compañeros, en otras palabras, no son vistos, aquí encontramos a Rodrigo y Eder Matías.

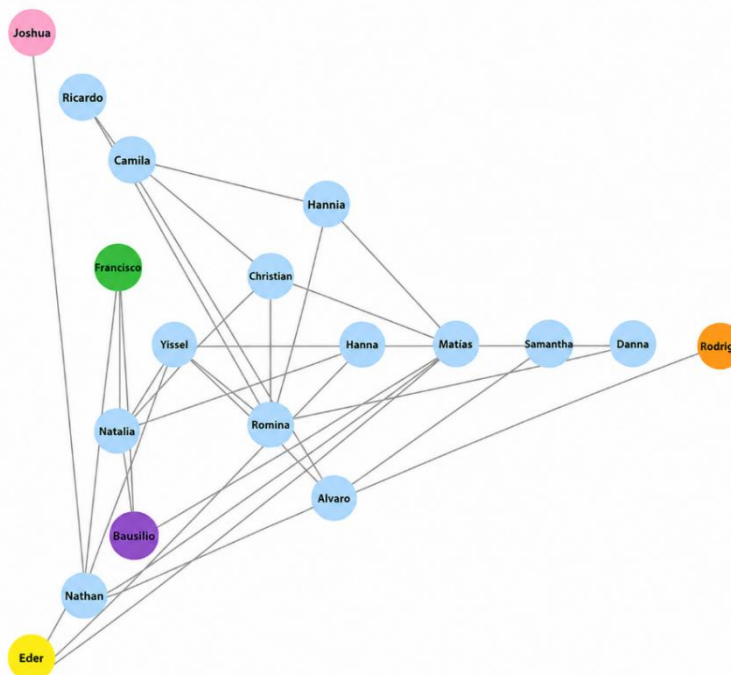
En un sentido similar, Addie no fue elegida por nadie y no eligió a nadie. En este caso, se trata de una alumna que asiste poco a la escuela, lo que dificulta que establezca relaciones con sus compañeros. Un ejemplo de ello es que no se presentó durante el tiempo que se realizó el cuestionario diagnóstico.

En la Imagen 3 se muestra el resultado de las relaciones de aceptación, correspondientes a la primera pregunta “¿con quién te gusta jugar?”. Se observa que los

alumnos con mayor aceptación son Hanna, Romina, Yissel y Christian con cuatro elecciones, después Álvaro, Matías, Natalia (que fue una de las menos nombradas en los rechazos), así como a Francisco y Hannia con tres votos, esta última fue una de las más seleccionada en rechazos.

Imagen 3

Sociograma de las relaciones de aceptación



Nota: Sociograma de relaciones de aceptación elaborado en la fase diagnóstica (01 al 12 de septiembre de 2025).

Se observa que Camila, Samantha y Bausilio fueron nombrados dos veces. Bausilio fue uno de los más nombrados en el sociograma de rechazos, por su parte Nathan, Ricardo y Danna obtuvieron una puntuación que coincide con la misma cantidad de elecciones en el sociograma de rechazo.

Finalmente, Eder Matías, Rodrigo y Joshua no fueron nombrados por sus compañeros. En el caso de Eder y Rodrigo como ya antes se mencionó, se puede interpretar que no se relacionan con nadie, esto con base en las respuestas de aceptación-rechazo, ya que en ninguna de las preguntas fueron elegidos, esta situación también se puede observar en su selección de lugar, pues Rodrigo suele sentarse apartado de ellos, y Eder Matías, no decidió por sí solo donde sentarse, se le tuvo que asignar lugar durante la primera semana.

Es decir, comparando los resultados obtenidos de ambos sociogramas identifiqué que las respuestas de los alumnos coinciden y permiten identificar que Yisel, Christian, Romina y Hanna son los niños con mayor aceptación en el grupo y, Hannia, Francisco y Bausilio los niños con menor aceptación y mayor rechazo dentro del grupo.

Gracias a ambos sociogramas se logra observar que Eder Matías y Rodrigo son alumnos que no se relacionan con nadie, en ambos mapas de relación, se encuentran en las orillas del sociograma, con pocas interacciones positivas o negativas y, además, no fueron nombrados ninguna sola vez.

Finalmente, para el tercer momento del diagnóstico se utilizó una guía de observación individual (ver anexo A) que tuvo como propósito obtener información acerca del manejo de la expresión y comunicación emocional del grupo de 3°C. Se buscó conocer si existía relación entre el nivel de aceptación y rechazo con la expresión emocional, es decir, si los niños que tenían menor habilidad de expresión y comunicación emocional eran más rechazados y, los niños con mayor habilidad de expresión y comunicación emocional más aceptados.

Así mismo, se fundamenta en lo planteado por Arias (2021, citado en Gómez & Ramírez, 2024), quien define la guía de observación como “una técnica utilizada para analizar, valorar y recolectar información de una población determinada, permitiendo identificar diversas situaciones dentro de un contexto general o específico” (p. 24). Con base en ello, este instrumento se implementó durante la etapa diagnóstica con el propósito de valorar el reconocimiento y la expresión de las emociones en los niños.

La guía se sistematizó de la siguiente manera (ver Tabla 1) y se obtuvo los resultados generales sobre cada indicador:

Tabla 1

Diagnóstico de la expresión y comunicación emocional

INDICADORES	FRECUENCIA				PORCENTAJE			
	S	AV	N	NSO	S	AV	N	NSO
Se ve motivado al momento de relacionarse con sus compañeros	13	6			68.42	31.58	0	0

Muestra una amplia gama de emociones (alegría, tristeza, enojo, miedo)	17	1		1	89.47	5.26	0	5.26
El niño muestra comunicación con sus compañeros	7	12			36.84	63.16	0	0
Expresa sus sentimientos y emociones libremente	12	6	1		63.16	31.58	5.26	0
Utiliza expresiones faciales para comunicar sus emociones	17	2			89.47	10.53	0	0
Tiene dificultades para expresar emociones		4	15		0.00	21.05	78.95	0
Demuestra habilidades para manejar emociones difíciles (frustración, enojo)	8	7	1	3	42.11	36.84	5.26	15.79
El niño desarrolla habilidades expresivas y comunicativas en el aula de clases	5	9	5		26.32	47.37	26.32	0
Muestra más comunicación cuando realiza actividades en el aula de clases	9	7	2	1	47.37	36.84	10.53	5.26
Tiene dificultades para comprender las emociones de sus pares	1	1	17		5.26	5.26	89.47	0
Se siente emocionado al explorar texturas y materiales	18	1			94.74	5.26	0	0
El niño muestra motivación al momento de utilizar recursos plásticos	19				100.0	0.00	0	0

Fuente: Recuperada de Gómez, C., Ramírez, M., (2024).

Códigos: S (sí), AV (a veces), N (no), NOS (no se observó)

Total de alumnos: 19

En los resultados se observa que 68% de los alumnos se ve motivado al involucrarse con sus demás compañeros lo cual podemos conectar con el sociograma de relaciones de aceptación al observar que la gran mayoría tuvo al menos una elección y con el sociograma

de relaciones de rechazo al observar que solo hubo 2 alumnos con gran cantidad de votos, por lo que la mayoría del grupo presenta una buena relación entre compañeros.

Se muestra que la mayoría expresa fácilmente sus emociones básicas (89%) como alegría, miedo, enojo y tristeza, así como el uso de expresiones faciales para comunicar su emoción (89%), sin embargo, gran parte del grupo aún tiene un poco de dificultad para regular emociones difíciles como frustración y enojo (42%), mostrando actitudes como no poder dejar de llorar, empujar, escupir y no realizar las actividades que se piden hasta que se cumpla lo que están solicitando; también se observa que a dos de los alumnos, Joshua y Matías se les dificulta comprender las emociones de los demás, pues no muestran mucha empatía y, aunque sus compañeros o la docente les pidan que dejen de realizar alguna acción en contra ellos, continúa realizándola o la intensifican. Joshua es un niño que cuenta con poca o nula aceptación por sus compañeros, lo que se observa al no ser elegido por ningún compañero en el cuestionario de aceptación.

Con base en los tres momentos del diagnóstico identifiqué que dentro del grupo existen alumnos que tienen facilidad para expresarse y relacionarse con sus demás compañeros como Christian, Yissel, Romina y Hanna, niños con altas habilidades de expresión emocional y con alto nivel de aceptación en el grupo, incluso por los alumnos con menos habilidades de expresión y menor aceptación como Eder Matías, quien durante la entrevista sobre con quién le gusta jugar mencionó que *“con Yissel porque es muy buena”*.

Para otros se vuelve un poco más complicado, me refiero a los alumnos con menor habilidad de expresión emocional como Bausilio, Francisco y Rodrigo, alumnos con poca aceptación en el grupo. Uno de los últimos días de la primera jornada de práctica, Bausilio se acercó conmigo durante el recreo, sus ojos se veían húmedos, le pregunté qué tenía y me respondió que extrañaba a su hermano (Francisco) porque nadie lo quería juntar. Cabe señalar que cuando ambos hermanos asisten a la escuela, durante el recreo juegan entre ellos, además con Rodrigo y con “René”, una ranita de peluche.

Considero que la danza es una herramienta que podría ayudar en estos casos a tener una mejor comunicación con sus compañeros y sentir mayor seguridad al expresarse como lo menciona Bisquerra R., (2009):

En la danza y el baile inciden tres fuentes de emociones: música, cinestesia y relaciones sociales. Por esto, tiene un atractivo especial para la juventud. Es una de las artes que más se practica. Pero la mayoría lo hace desde la ignorancia: no ha recibido ninguna educación formal para ello. La realidad impone que desde la educación formal se enseñe a bailar bien y a disfrutar con el baile. Esto puede tener efectos positivos en la salud, en la motivación y en el bienestar físico y emocional (p.190).

Así mismo, se destaca que el total de los alumnos se ven motivados al momento de utilizar recursos plásticos, y el 94% se siente emocionado al trabajar explorando con diversos materiales y texturas, dato significativo, pues son materiales que pueden integrarse en la danza.

Por tanto, la pregunta que me planteo es ¿Cómo influye la danza en la mejora de la expresión emocional y las relaciones interpersonales en los niños de preescolar del Jardín de Niños Profa. Angelita Martínez Ortiz en el ciclo escolar 2025-2026?

1.3 Justificación

La Nueva Escuela Mexicana al tener un enfoque humanista se centra en el desarrollo integral del niño, dando importancia al bienestar personal y de los demás, así como de la interacción social y el intercambio de ideas como detonadores del aprendizaje. La Secretaría de Educación Pública (SEP, 2023) coloca a:

Las y los estudiantes [...] en el centro de la educación, pero ahora en un escenario comunitario amplio y diverso, con la riqueza de los saberes culturales y la experiencia que ofrece el interactuar con personas que son y piensan diferente; con quienes pueden convivir y detonar aprendizajes significativos a través del intercambio de ideas y reflexiones. (p. 9)

El reto es que algunas veces se da mayor prioridad al pensamiento científico y lenguajes dejando de lado la educación emocional, por ello, poner al alumno al centro del aprendizaje y verlo como un ser integral resulta relevante.

Considero importante promover las relaciones interpersonales desde el preescolar pues es sabido que el contexto es parte fundamental para el desarrollo del niño, este

comienza con lo que él observa y experimenta dentro de la familia y también al establecer relaciones con diversas personas. La autorregulación emocional no se trata de reprimir las emociones sino de poder expresarlas sin afectar a uno mismo o a los demás.

Tomando en cuenta las etapas del desarrollo cognitivo, el niño de preescolar se encuentra en la etapa preoperacional donde una de las características es que su pensamiento es egocéntrico pues solo entiende el mundo desde la perspectiva del “yo”, al niño de esta edad le resulta complejo la empatía emocional, por esto es indispensable hablar sobre las emociones y trabajar desde el ejemplo, en el caso del docente, para promover las habilidades de identificación, expresión y regulación en él y con los otros.

Es importante que el niño no solo exprese verbalmente su sentir, sino que también tenga la capacidad de interpretar correctamente la comunicación no verbal de los otros, al respecto, Ibarrola B. (2011) explica que “dentro del proceso de conocimiento de sí y del entorno debemos hacer consciente al niño del mundo no-verbal y de su importancia, a través de juegos y dramatizaciones” (p. 8), pues muchas de las emociones se comunican a través de gestos o movimientos.

El lenguaje no verbal permite al niño, especialmente de preescolar, poder expresarse sin necesidad de utilizar palabras e interpretar lo que el otro está sintiendo al observar su lenguaje corporal. Al respecto, Hugas i Batlle (1996, citado en García, A., 2014) explica que “los niños se expresan mejor por otros medios antes que el verbal, por eso, hay que trabajarlo desde la infancia, y qué mejor que utilizar la música, el ritmo y el movimiento del cuerpo para comunicar” (p. 24).

A partir de lo anterior surge el interés por trabajar la expresión emocional en niños de preescolar utilizando como herramienta la danza, pues se parte del supuesto de que la danza brinda un espacio libre y espontáneo para enseñar al niño a expresar sus emociones de manera libre y creativa por medio del movimiento corporal y la música, lo que no solo favorecerá la expresión de sus emociones sino también le dará la oportunidad de convivir sanamente con sus compañeros ya que la danza es un acto social y compartido que además, ayuda a formar un sentido de pertenencia dentro de un grupo.

De esta forma se busca que a través de estrategias artísticas se pueda desarrollar habilidades socioemocionales en los alumnos del grupo de tercero C del jardín de niños

Angelita Martínez a fin de mejorar la comunicación, socialización y relaciones con sus compañeros, pues de acuerdo con (Vásquez, 2021 citado en Mejía, E. 2021):

El área de Educación Cultural y Artística como parte del pensum académico tiene como uno de sus objetivos principales enfocar los contenidos desde tres dimensiones que son el yo, la relación con el otro y el contexto social, así los contenidos a desarrollarse consisten en actividades individuales y colaborativas donde interviene la participación del estudiante como rol protagónico, activo y participativo del proceso de enseñanza y aprendizaje. (p. 1208).

De esta manera, la presente investigación busca visibilizar la importancia de atender el desarrollo socioemocional desde edades tempranas, reconociendo a los niños como sujetos integrales cuyas emociones, experiencias y formas de relacionarse influyen directamente en su aprendizaje y bienestar

1.4 Pregunta de investigación

¿Cómo influye la danza en la mejora de la expresión emocional y las relaciones interpersonales en los niños de preescolar del Jardín de Niños Profa. Angelita Martínez Ortiz en el ciclo escolar 2025-2026?

1.5 Objetivos de investigación

Objetivo general:

Valorar de qué forma la danza promueve la expresión emocional y las relaciones interpersonales en los alumnos de 3° C de preescolar del Jardín de Niños Profa. Angelita Martínez Ortiz en el ciclo escolar 2025-2026.

Objetivos específicos:

- Diseñar actividades de danza que promuevan la expresión emocional y las relaciones interpersonales en los alumnos.
- Analizar los cambios en la expresión emocional y en las relaciones interpersonales de los niños al implementar las actividades de danza.

- Valorar la eficacia de la danza como herramienta pedagógica para favorecer la expresión emocional y mejorar las relaciones interpersonales en aula.

1.6 Supuesto de investigación

La danza permitirá que los niños de preescolar expresen con mayor claridad sus emociones y sentimientos, lo que facilitará su interacción con el grupo y favorecerá la construcción de vínculos positivos que mejoren sus relaciones interpersonales.

II. ESTADO DE LA CUESTIÓN

Este apartado muestra la revisión de investigaciones aplicadas en el campo educativo que abordan la expresión emocional a través de la danza. Como primer punto, se identificó la tendencia investigativa sobre la expresión emocional, sus diseños metodológicos sobre la danza y la educación emocional, y, por último, las evidencias sobre el impacto de la danza en la educación emocional y las relaciones interpersonales. Los resultados permiten entender si la danza es un medio que se pueda utilizar para la expresión y mejora de las relaciones interpersonales, de qué forma y cuál es su alcance.

2.1 Tendencias investigativas sobre expresión emocional y danza en la infancia

La expresión emocional son señales que nos permiten comunicar lo que sentimos y la danza puede servir como medio para transmitir esa emoción, así mismo estas juntas pueden crear vínculos que favorezcan las relaciones interpersonales. Se recuperan cuatro investigaciones latinoamericanas que abordan la danza y la expresión emocional en preescolares. En este primer momento se identificó qué estudiaban, desde dónde y con qué objetivo.

En 2018, De la Hoz, T. integró una propuesta pedagógica para reducir conductas que afectaban las relaciones sociales en la población infantil en un jardín de niños. Fue un proyecto que se llevó a cabo en Bogotá, Colombia. Esta tuvo como objetivo implementar una propuesta pedagógica llamada INTER-DANZA que buscó reducir las conductas que afectaban las relaciones sociales en los alumnos de la población infantil de un jardín de niños público.

La propuesta surgió debido a interacciones poco adecuadas de los niños al enfrentarse a situaciones frustrantes que en ocasiones los llevaba a reaccionar de manera inadecuada con sus demás compañeros y como consecuencia, se reflejaba en la dificultad para relacionarse con sus demás compañeros al sentir rechazo, vergüenza o miedo.

En 2023, Silva, C., desarrolló una investigación sobre el baile como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional en un aula de 5 años del Colegio San Agustín en Lima, Perú. Esta se orientó a determinar el efecto que tiene el baile en el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de cinco años. El interés surgió porque el 42% de niños peruanos

no alcanzaban el nivel de inteligencia emocional esperado y el 50 % de los niños tenía un bajo nivel de bienestar psicológico.

Por otra parte, en 2025 Cortez, W., Cabezas, J. y Angulo, C., realizaron talleres dónde la danza se utilizó como estrategia pedagógica para fomentar la sana convivencia de los niños y niñas de preescolar en Colombia en el municipio de Barbacoas, Nariño. Esta investigación buscó evaluar el impacto de la danza para la mejora de la convivencia de niños y niñas, puesto que se menciona que pueden existir diversos factores que repercuten en las interacciones del alumno. Al realizar el diagnóstico del grupo se observó problemas de convivencia y comportamientos agresivos e intolerantes, debido a situaciones relacionadas con su entorno y sus experiencias vividas.

En el caso mexicano, se identificó el trabajo de Vega, M., (2022), un informe de prácticas profesionales titulado “La expresión de las emociones a través de la danza en un grupo de tercero de preescolar” elaborado en un jardín de niños de San Luis Potosí. Este tuvo como objetivo propiciar espacios de confianza en el salón de clases a través de la danza para el reconocimiento y expresión emocional de los alumnos. Vega identificó como problemática en su grupo una ausencia por la expresión de sus emociones y el movimiento a través de la danza.

Los cuatro estudios recuperan la danza como herramienta para la expresión emocional, es decir, se reconoce que esta expresión artística proporciona al niño de preescolar un espacio de aprendizaje y conocimiento para regular sus emociones a través del cuerpo y el movimiento, y esto, influye en la creación de vínculos de seguridad, confianza y mejores relaciones interpersonales con sus compañeros.

2.2 Diseños metodológicos en la investigación sobre danza y educación emocional

En este momento se identificó de qué manera se intervino, qué tipo de metodología se utilizó y qué materiales o estrategias implementaron, de igual forma de qué manera se recolectaron los datos y cómo se evaluó el desempeño de los participantes.

Para la propuesta de intervención INTER-DANZA de De la Hoz, T (2018) se tomó como muestra un grupo de cinco niñas y tres niños, en edades de tres a cinco años de edad, realizando un taller de danza con cinco sesiones, cada una con una duración de treinta

minutos. Se utilizó un tipo de investigación cualitativa con un enfoque de observación participante, también se tomó en cuenta diferentes fases de la Investigación Acción como observar - pensar - actuar.

Destaca la importancia de trabajar en talleres, pues permitió al grupo un trabajo libre sin imposiciones y les dio posibilidad de expresarse a través de la acción. En estos talleres se buscó que el alumno descubriera por medio de las actividades y su experiencia formas de expresarse por medio de la danza, apropiándose del espacio y logrando moverse e integrarse espontánea y libremente.

La primera actividad de este taller buscó el reconocimiento del espacio, por lo que el alumno se desplazaba por el lugar, una vez lo conoció se le indicó que corriera o saltara siempre con precaución. La segunda actividad buscó desarrollar habilidades de interacción, y en esta, a cada uno se le asignó un lugar, para después recostarse en el piso formando una fila y se les pidió que rodaran hacia la misma dirección. Para la actividad tres, se realizaron parejas, juntaron sus espaldas y realizaron diferentes movimientos que se le indicaron siguiera sin separarse, esta actividad buscó crear confianza entre pares. La cuarta actividad buscó desarrollar habilidades de confianza y cooperación, los niños debían de cuidar a uno de sus compañeros a través de un juego. La quinta actividad se orientó a desarrollar habilidades de comunicación asertiva, para esto al ritmo de la música los niños saltaron en un pie y al detener la música se decían “lo que me gusta de mí” y después con un compañero diferente “a mí me gusta de ti”

De la Hoz recolectó los datos a través del diario de campo, encuestas y registro visual, en el diario de campo narra y describe su actividad para después realizar un análisis de los comportamientos de los alumnos al llevarla a cabo. La encuesta se dirigió a padres de familia y se dividió en tres partes, las primeras tres preguntas exploraron su conocimiento sobre INTER-DANZA, las siguientes tres sobre la conducta de su hijo y las últimas tres, sobre su percepción de la danza. Para el registro visual se utilizó una cámara que tomó evidencia de las actividades realizadas. Para el análisis de datos se presenta los resultados de las encuestas a través de gráficas.

La investigación de Cortez, W., Cabezas, J., Angulo, C., (2025) se realizó en una población de diez niños de tres a cinco años, se trató de un estudio de enfoque cualitativo, con el método de investigación acción de alcance descriptivo.

La recolección de datos se llevó por medio de la observación participante, guía de observación estructurada, notas de campo detalladas, grabaciones de audio y se utilizó el diario de campo, donde se registró el comportamiento de los niños y la entrevista a padres de familia sobre el comportamiento de sus hijos y la influencia de la danza para la mejora de convivencia.

Se diseñaron talleres y utilizaron diversas herramientas como la música, vestuario y la escenografía. Estos talleres se llevaron a cabo con diferentes temáticas, el primero tuvo por nombre “Descubriendo la danza”, este buscó que el alumno explorara con diferentes movimientos, ritmos y estilos, principalmente buscó desarrollar su coordinación, equilibrio y conciencia muscular. A través de la música y los juegos se fomentó la socialización y el trabajo en equipo. En esta primera parte no se buscó perfeccionamiento técnico sino más bien la generación de confianza y capacidad de expresión a través de la danza.

El segundo taller “Bailando en pareja”, buscó fomentar interacción y cooperación, al bailar en pareja se trabajó la capacidad de improvisar, responder a las acciones del compañero y crear en conjunto y, por último, el taller “Celebrando la diversidad”, el objetivo fue crear un ambiente de aprendizaje donde todos se sintieran valorados y respetados independientemente de sus diferencias, promoviendo el respeto a diferentes culturas que se reflejan en la historia de la danza.

Silva, C., (2023) realizó su investigación con la población de 322 niños y niñas que pertenecen al nivel inicial del colegio San Agustín, y la muestra para la investigación son los 23 estudiantes de ambos géneros de 5 a 6 años.

Se diseñó un programa compuesto por 24 sesiones, en las cuales se llevarán a cabo actividades de índole artística, principalmente, actividades que incluyan el baile. El programa “Bailo mis emociones” fue adaptado de un proyecto de investigación titulado “Mejora de la competencia emocional a través de una intervención didáctica de música y danza”, por el autor Adrián Hernández en el año 2021. Haciendo uso del test PREVALEX desarrollado en

formato de Power Point y cuenta con 16 preguntas estructuradas en diapositivas con una imagen, audio y enunciado, el cual puede ser leído por el evaluador para aquellos niños que aún no saben leer. Además, las preguntas solo tienen una respuesta correcta, no hay respuestas múltiples.

Este test se aplicó antes y después del programa para comparar ambos datos, Es un instrumento que facilita la medición de los datos obtenidos de forma cuantitativa, y a la vez, de forma cualitativa.

Para esta adaptación se realizaron siete sesiones, la primera sesión consta de tres actividades la primera comienza con un cuento para después distinguir los gestos que identifican en ellas. La siguiente actividad consistía en “muévete libre con la música y di que sientes”. Para la actividad dos hicieron parejas y debían elegir y representar una emoción para que el otro la adivinara. Para la actividad tres se hacen equipos y a cada uno se le asigna una emoción y solo podrá bailar cuando la música corresponda a su emoción.

Para sesión dos en la primera actividad se trabajó por mesa y a cada niño se le asignó una emoción que los demás tenían que adivinar de cuál se trataba, para la segunda actividad por parejas se le asigna una emoción y deben caminar por el salón al detener la música actúan la emoción que les toco y el otro compañero debe de imitar sus movimientos para después decir de cual se trata. Para la tercera actividad con los ojos cerrados se reprodujeron diferentes canciones y tenían que bailar representando lo que sintieron con la música.

La tercera sesión para la primera actividad se escucha música y se relaciona con una emoción, después en la segunda actividad por grupos se escuchan canciones y deben de crear una coreografía. En la cuarta sesión en la primera actividad se utiliza una pelota y se va pasando por el grupo y quien tenga la pelota deberá bailar al ritmo de la música y expresar la emoción que representa. Para la segunda actividad los alumnos deben de seguir los pasos que realiza el docente utilizando cuatro distintas canciones. Esta misma actividad se realiza en la sesión seis

Para la sesión cinco nuevamente se reproduce música y los niños deben de relacionarla con una emoción, seguido a esto en la actividad dos vuelven a crear una coreografía, pero esta vez con una canción triste.

La sexta sesión se leyó el cuento “Las jirafas no pueden bailar” y mientras se leía el cuento los alumnos tenían que representar las emociones que se mencionaban en el cuento, para la segunda actividad a cada alumno se le asigna una emoción y deberán buscar a otro compañero que comparta esta misma. Para la séptima sesión se formaron cuatro grupos y a cada grupo se le asignó una emoción y con esta tenían que crear un cuento y al pasar a dramatizarlo el resto del grupo tendría que adivinar de que emoción se trata.

Finalmente, Vega, M., (2022) realizó su intervención en el grupo de tercer año conformado por veinte alumnos. Al ser una práctica docente realizada en Pandemia (COVID 19) diez alumnos asistieron presencialmente y ocho virtualmente.

Su plan de acción consta de seis actividades enfocadas en las Áreas de Desarrollo Personal y Social de Educación Socioemocional y Artes. Para la primera actividad “¿Qué es la danza?” identifica los conocimientos previos del niño, como parte de sus materiales utiliza un cuento y una canción, dicha canción permite al alumno seguir los pasos que se indican y al final realizar una pose propia. La segunda actividad “Conociendo las emociones” se buscaba que a través de un cuento identificaran las emociones que existían, después como parte de la actividad se colocó una canción y debían bailar según una emoción, para que de esta forma pudieran relacionar ambas cosas. La tercera actividad “Baile secuencia” busca trabajar las secuencias de movimiento, utilizando la canción de “Chuchu wa” donde deberían seguir los pasos que se indican en ella. La cuarta actividad “Las emociones en mí” utiliza música para que se logre identificar una emoción, al reproducir una canción el alumno debe marcar en un *emocionómetro* cómo se sintió al escucharla. Para la quinta actividad “Danzando como este animal” se comenzó a preparar una coreografía por ideas de ellos mismos, tomando como referencia movimientos de animales que también podrían formar parte del vestuario. En la sexta actividad “Danzando en grupo” se juntaron todas las actividades, los alumnos usaron un vestuario, se llevó escenografía y los pasos anteriormente acordados. Como evaluación de las actividades se utilizó una lista de cotejo de manera grupal que después plasma dentro de una gráfica.

En síntesis, el uso de talleres es una metodología útil para acercar e introducir a los alumnos de preescolar a la danza. Se observa que las actividades se desarrollan principalmente en trabajo de equipo, esta modalidad de trabajo permite que exista

comunicación y comprensión de las emociones de los demás, principalmente se busca favorecer la comunicación asertiva, donde se puedan expresar libre y respetuosamente, es precisamente el elemento de la danza libre lo que se resalta en las investigaciones, pues están permitiendo a el niño experimentar con sus propias emociones sin tener que ordenarle de qué manera se tiene que comportar.

2.3 Evidencias del impacto de la danza en la regulación emocional y la convivencia escolar

De la Hoz (2018) en su propuesta de intervención INTER-DANZA observó la necesidad de trabajar integración, cooperación, expresión y comunicación, al llevar a cabo el taller conformado por cinco actividades detectó que en al principio los alumnos presentaban conflictos entre ellos al realizarlas, por lo que implementó nuevas estrategias donde utilizó la música y un espacio de socialización donde los alumnos compartieron sus experiencias vividas, al realizar estos cambios observó que en las siguientes actividades se mejoró la confianza y convivencia entre los compañeros.

Después de su intervención reconoce la importancia de trabajar la danza dentro del contexto escolar que presenten este tipo de problemáticas puesto que, al trabajarla con el contacto improvisacional, la música y la comunicación, se favorece la integración, su propio conocimiento y el de los demás, así como también la expresión asertiva. De la Hoz concluye que, aunque este taller dio resultados favorables, es necesario seguir aplicando más actividades pues resalta que el niño es un ser cambiante por lo que existe el riesgo de olvidar lo realizado con el tiempo y es así que cree necesario seguir con el taller dentro del contexto escolar y continuar con las experiencias significativas que se reflejan en el desarrollo y formación de los niños.

Por otro lado, Cortez, W., Cabezas, J., Angulo, C., (2025) destaca que la danza fue una herramienta efectiva que permitió la construcción de un ambiente de respeto, empatía y colaboración entre niños y niñas. A través de esta se logró que los estudiantes pudieran expresarse de manera creativa y emocional, lo que ha ayudado a fomentar la empatía y la comprensión entre ellos, también permitió el desarrollo de habilidades como la cooperación, la comunicación y resolución de conflictos. Resalta el trabajo de la labor docente de planificar y preparar adecuadamente las actividades tomando en cuenta las necesidades individuales y

grupales, así mismo crear un ambiente de confianza donde los alumnos se sientan cómodos para expresarse. Menciona que es importante la evaluación y seguimiento regular para identificar los cambios que se presenten o identificar áreas de mejora en las actividades.

Silva, C., (2023) a través de los datos obtenidos afirma que el baile tiene un efecto positivo en la inteligencia emocional, pues logran reconocer sus emociones y las de los demás, cuentan con mejores herramientas para la resolución de problemas y regulan sus emociones ante situaciones estresantes. Los resultados evidencian que el programa “Bailo mis emociones” desarrolla la percepción de emociones básicas en los niños, mejora significativamente la valoración de los estudiantes y mejora significativamente la percepción de emociones en la música de los estudiantes.

En el caso de los niños potosinos, Vega, M., (2022) después de la aplicación de sus actividades evidencia que los alumnos continúan dentro del proceso de reconocimiento de las emociones, y que han comprendido la importancia de expresarlas, destaca que el trabajo no se debe de dar por terminado dentro del grupo ya que las emociones están presentes en el día a día, por lo que conocer como autorregularlas permite a los alumnos convivir con quien los rodea. Menciona que a través de su experiencia reconoce que estas actividades permiten un amplio conocimiento de sus emociones y como expresarlas a través de la danza.

Los resultados obtenidos en estas investigaciones muestran que la danza es una herramienta efectiva para la expresión emocional en el aula, y que como consecuencia se favorece las relaciones de comunicación e interacción con sus pares, así mismo se observa el conocimiento personal y el respeto hacia ideas, creencias y cultura de los demás.

III. MARCO TEÓRICO

En este apartado se propone de qué manera la danza es un medio para la expresión emocional y cómo consecuentemente se favorecen las relaciones interpersonales en el niño de preescolar, a través de la definición de conceptos clave como expresión emocional, danza y relaciones interpersonales, además de fundamentos teóricos que nos ayudan a entender su relación.

3.1 La danza como medio de expresión emocional en la infancia

La danza es un instrumento que permite expresar emociones y de igual forma mejorar las relaciones interpersonales, tomando en cuenta las palabras de Pina Bausch, bailarina alemana, quien desde la experiencia misma la considera como una herramienta para desarrollar habilidades emocionales.

Aunado a la afirmación empírica de Bausch, se suman las ideas formales de Rueda (2013) quien afirma que la danza es más que movimiento y señala que “la danza comunica a través del movimiento, se ayuda de las posibilidades motrices que ofrece nuestro cuerpo y las combina en el tiempo y en el espacio generando expresividad y significado” (p. 142) lo cual se relaciona con el planteamiento Bausch pues confirman la relación del cuerpo y la expresión emocional. El bailarín debe tener conciencia corporal para poder moverse libremente dentro de un espacio. Según Laban (1950, citado en Lizarraga, I., 2015), el movimiento significa cambio, el bailarín debe conectar el cuerpo de manera eficaz y armónica con el espacio. Él clasifica las acciones de movimiento dentro del espacio según dirección, nivel, extensión y trayectoria (ver imagen 4).

Esta clasificación es útil para comprender cómo el niño de preescolar puede moverse dentro del espacio de manera armónica siguiendo el ritmo de la música. Sumado a que, a través de la educación emocional, la clasificación de los movimientos y tomando en cuenta el Modelo Pentagonal de las emociones se puede tener un acercamiento a la danza al comenzar a expresar y compartir las emociones.

Imagen 4.

Clasificación del movimiento

Elemento	Clasificación	Descripción	Ejemplo
Direcciones	Adelante	Movimiento hacia el frente	Caminar al frente
	Atrás	Movimiento hacia atrás	Retroceder
	Lateral	Movimiento hacia los lados	Desplazarse lateralmente
	Diagonal	Movimiento oblicuo	Avanzar en diagonal
Niveles	Alto	Movimiento por encima del cuerpo	Saltar
	Medio	Movimiento a altura habitual	Caminar
	Bajo	Movimiento cercano al suelo	Rodar
Extensión	Expandido	Cuerpo abierto	Abrir brazos
	Contraído	Cuerpo recogido	Encogerse
Trayectoria	Recta	Movimiento lineal	Caminar recto
	Curva	Movimiento redondeado	Mover brazos en círculos
	Zigzag	Movimiento quebrado	Cambios bruscos
	Espiral	Movimiento circular con giro	Girar avanzando

Fuente: Laban (1950, citado en Lizarraga, I. 2015).

A través de la danza se da pauta al niño a nuevas experiencias que generen seguridad en su persona, lo que coincide con la propuesta de Monroy (2003) quien nos dice que:

La danza como proceso artístico-creativo está profundamente ligada a la dimensión emocional del ser; es de allí que surge en un primer momento el impulso de bailar, la necesidad de hacerlo. El movimiento como acción conducente está absolutamente relacionado con el deseo (aspecto emocional), pero también con la voluntad, que está orientada por el pensamiento reflexivo, es decir, por la razón. (p.163).

Es entonces cuando la danza surge como un espacio libre ante la necesidad de expresar una emoción, es en la música que se une con movimiento donde el niño puede ser, puede desear y puede hacer.

Lapierre y Aucouturier (1997 citado en Mateo-Remiro, M. 2016) proponen una educación a partir de la acción sensorial y motora vivida a través de relaciones con el mundo que rodea a el niño, con el objetivo de favorecer el desarrollo global del niño a través de la acción del propio cuerpo mediante el movimiento espontáneo y libre.

A partir de su propuesta la danza se vuelve una herramienta útil pues en ella se trabajan partes fundamentales de la psicomotricidad relacional como lo son el juego, la relación con los demás y el desarrollo integral a través del cuerpo lo que permite que el niño

expresen sus emociones y pensamientos libremente así la escuela se convierta en un espacio donde pueda ser el mismo, divertirse, desarrollar su creatividad, curiosidad y confianza en sí mismos.

Es por esto que una de las bases pedagógicas de la danza es la psicomotricidad relacional, (Aucouturier, 2004) pues a partir de ella el movimiento permite la expresión de las emociones profundas y la construcción de vínculos seguros con los otros. Esto respalda el uso de la danza para favorecer las relaciones interpersonales en preescolar.

La danza siempre está vinculada con las emociones y el bailarín tiene la tarea de transmitir al público ese sentimiento, esto mejora la comunicación y la socialización fortaleciendo el ámbito socioemocional del alumno (Roca-Amat y García-Alandete, 2024 citado en Machado, R. F. B., 2025). Formando parte de nuestra propia identidad pues todos nos expresamos diferente, a través de estas actividades, gracias el movimiento se crea mayor conexión con los compañeros al compartir lo que sienten en un mismo espacio, a través de contacto visual, sincronía, cooperación, respeto y empatía.

Al tomar en cuenta las ideas de los autores, se puede considerar que la danza es una herramienta a través de la cual se puede expresar diferentes sentimientos acompañadas del movimiento corporal, es la emoción expresada a través del cuerpo a lo que se le otorga sentido. La danza fortalece vínculos con personas de su entorno al poder comunicar una idea o sentimiento sin necesidad de usar palabras, de igual forma permite tener conciencia y control del cuerpo.

3.2 La expresión emocional en la infancia

La expresión de emociones es fundamental en el desarrollo infantil pues permite que el niño pueda comprender, comunicar y manejar de manera adecuada sus emociones, pero ¿qué es la expresión emocional?

Es “una fuente de señales para los demás” (Fridlund, 1991 citado en Sánchez, A. y Díaz, L., 2009, p. 794) pero también se entiende como “intentos activos por expresar de modo verbal, una experiencia emocional” (Stanton et al., 2002 citado en Cabello, R. et. al, 2006, p. 157)

Aunque ambas ideas la definen de manera distinta, se pueden relacionar pues hablan acerca de comunicar lo que se está experimentando emocionalmente, esto no solo se trata de hablarlo sino de que el niño pueda entender, aceptar y manejar la emoción, lo que es primordial pues es uno de los objetivos para el alumno, ya que en la educación preescolar el niño también está descubriéndose a sí mismo por lo que reconocer y expresar sus emociones le permitirá una mejor relación con sus compañeros y construir su identidad.

La expresión emocional es clave para relacionarnos con los demás, ésta sirve para comprender mejor lo que el otro experimenta, ayuda a predecir su comportamiento futuro y, por consiguiente, promueve relaciones interpersonales más eficaces y adecuadas (Feldman, 2001 citado en Sánchez, A. y Díaz, L., 2009, p. 794). En otras palabras, la expresión emocional son señales que nos ayuda a identificar qué sentimientos se están experimentando y de qué manera se comunican, esto permite que exista una relación más cercana y empática entre los individuos, favoreciendo la creación de vínculos dentro de su contexto familiar, escolar y social.

Expresar lo que sentimos permite mayor seguridad y capacidad de convivir por lo que al trabajarlo en preescolar se vuelve fundamental para el desarrollo integral, al formar adultos empáticos y seguros. Se resalta que la expresión emocional del niño no se limita a lo verbal sino se expresa mayormente de manera corporal, lo cual se observa en acciones como golpear cosas cuando se está molesto o saltar cuando están felices, tal como propone Denham (2007) al destacar que una expresión emocional adecuada predice interacciones sociales positivas en preescolares, lo que confirma la relevancia de trabajarla desde edades tempranas y mediante la danza.

3.3 La emoción y sus componentes

La emoción es parte esencial del ser humano, pues a través de las emociones se generan respuestas a ciertas situaciones como lo propone Damasio (2005, citado en Blanco, 2019) al declarar que “la emoción es la respuesta del organismo ante un estímulo emocionalmente competente, es decir, un objeto o suceso con importancia biológica” (p. 2). Las emociones aparecen cuando algo que sucede en nuestra vida tiene relevancia, por ejemplo, cuando recibimos un regalo podemos sentirnos felices. Estas emociones pueden dividirse en primarias y secundarias, las emociones primarias aparecen de forma automática

y se reconocen seis: ira, alegría, miedo, sorpresa, asco y tristeza, y las emociones secundarias son las que surgen a partir de las relaciones sociales como vergüenza, celos, esperanza, envidia, etc. (Ekman, 2003 citado en Vázquez, 2021).

Sabemos entonces que las emociones aparecen después de una acción o un suceso importante y esto puede verse reflejado de manera positiva o negativa, refiriéndonos a la manera en que reaccionamos al presentarse esa emoción, cuando hablamos de un lado positivo y negativo no es para clasificarlos como algo bueno y malo, todas las emociones son necesarias e importantes para poder adaptarnos, sin embargo, la manera en que reaccionamos es donde podría recaer el problema, pues estas acciones podrían acercarnos o alejarnos de un estado de bienestar (Bisquerra, 2016). Él nos habla que la emoción se integra por tres componentes que se presentan al activarse la respuesta emocional, el primer componente es el *psicofisiológico* que son las respuestas físicas del organismo como la taquicardia y la sudoración, el segundo componente es la *respuesta comportamental* refiriéndose a la expresión facial como sonreír y llorar. Por último, aparece el *componente cognitivo* a través del cual podemos reconocer y nombrar la emoción que se experimenta.

Por su parte, Ibarrola (2011) señala que las emociones se caracterizaban por cuatro elementos: el *cognitivo* que permite reconocer como se llama lo que estoy sintiendo, lo *fisiológico* que habla de los cambios biológicos que ocurren al experimentar la emoción, el *conductual* que define como reaccionamos y el *expresivo* que se refiere a las señales que utilizamos corporalmente para expresar lo que estamos sintiendo. Todos expresamos nuestras emociones de manera diferente pero también hay personas que no pueden expresarse tan fácilmente, por ello es importante resaltar que en preescolar aún se encuentra en desarrollo el lenguaje verbal por lo que el cuerpo se vuelve un medio de expresión más eficaz.

La emoción es una reacción de nuestro cuerpo que nos permite comunicar y adaptarnos a nuestro entorno, de este modo concuerdo con Bisquerra al indicar que las emociones sirven al ser humano para adaptarse al medio. Por otro lado, encuentro que ambos autores son similares al indicar que una emoción se integra por un elemento físico, uno comportamental y uno cognitivo. Sin embargo, Ibarrola agrega como elemento constitutivo de una emoción la expresión emocional, como las señales corporales a través de las cuales manifestamos lo que sentimos. Este último elemento es clave para este trabajo de

investigación ya que el objeto de estudio se centra en la expresión emocional a través de la danza, a partir de esto se destaca la conexión entre la emoción que se quiere expresar con el lenguaje corporal y a este se le puede dar sentido dentro de la danza.

El desarrollo del niño debe de verse desde la influencia de las interacciones emocionales y cognitivas, y al querer comprender su realidad deben de tomarse en cuenta el desarrollo emocional, cognitivo, motriz y relacional (Wallon, 1981 citado en Manghi L., 2020) lo que nuevamente nos lleva a la danza.

3.4 Las emociones estéticas y su papel en el desarrollo de las competencias emocionales

A través del arte se puede observar emociones que el artista quiere expresar o incluso podemos reflejar nuestra emoción en su creación. Existe una conciencia emocional al contemplar obras de arte pues se requieren habilidades que nos permitan comprender que emoción se quiere representar, estas son emociones estéticas en las que se encuentra la literatura, artes plásticas, música, danza, cine, etc. Bisquerra (2009) las define como una respuesta emocional ante la belleza, principalmente obras de arte.

Existen tres formas en que se presentan las artes estéticas: el *arte representacional*, que se refiere a la ficción a través del arte como teatro, literatura, cine y danza; el *arte abstracto* donde se representan emociones difíciles de explicar, habitualmente a través de la música y, el *arte que genera emociones negativas* entendida como aquellas que generan un riesgo o miedo, pero aun así se siguen haciendo.

En preescolar las emociones estéticas no son contemplativas sino vividas, a través del juego representativo el niño no se adapta al mundo, sino que él crea su propia perspectiva conforme a sus deseos y para que se cree conciencia de lo que se está haciendo es necesario que la actividad se realice por placer e iniciativa propia del niño (Piaget, 1969 citado en Landeira, S. 1998) de esta forma se busca que a través de la danza, como medio de expresión artística, se implementen actividades donde el alumno pueda verse motivado e interesado por este arte y así mismo, a través de la imaginación, explorar nuevas posibilidades de expresar mediante el cuerpo, como lo menciona Eisner (2004) “Las artes nos liberan de lo literal; nos permiten ponernos en el lugar de otras personas y experimentar de una manera indirecta lo que no hemos experimentado directamente” (p. 27).

A partir de esto se trata de hacer consciente el bienestar que se puede producir a partir del arte. Por esto a través de la danza se busca desarrollar empatía, y de esta forma permitir al niño de preescolar que por medio del movimiento acompañado del sentir de la música se cree una conciencia emocional y corporal que lo lleve al autocuidado, el respeto, conciencia individual y grupal, así como al pensamiento libre, y todo ello, ayude a construir un espacio seguro dentro del aula.

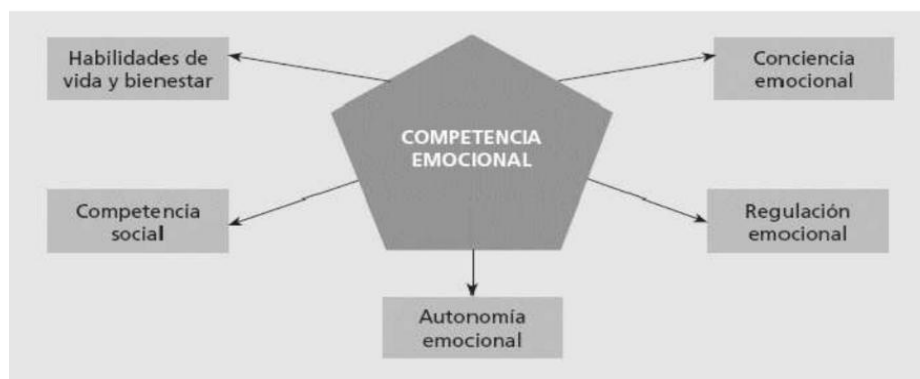
3.5 Competencias emocionales en la infancia: Modelo Pentagonal de Rafael Bisquerra

En educación, una competencia permite identificar cuáles son las habilidades y el desempeño con las que cuenta el alumno, de esta manera se pueden fijar nuevas metas u objetivos con el propósito de desarrollar un aprendizaje integral. En la Educación Emocional, Bisquerra (2016) define las competencias emocionales como “conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes que permiten comprender, expresar y regular de forma apropiada las emociones.” (p.48)

Estas competencias emocionales se estructuran en cinco bloques, conocidos como El Modelo Pentagonal de Competencias Emocionales del GROU (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica), estos bloques son las habilidades de vida y bienestar, competencia social, autonomía emocional, regulación emocional y conciencia emocional. (ver imagen 5).

Imagen 5.

Modelo pentagonal de competencia emocional



Fuente: Recuperado de Bisquerra (2016)

El Modelo Pentagonal distingue entre competencias individuales y competencias sociales. En las primeras, la *conciencia emocional* es la habilidad inicial que permite desarrollar las demás pues posibilita comprender las emociones de uno mismo y las de los demás sin importar el contexto en el que se presenten. La *regulación emocional* permite manejar apropiadamente las emociones de manera que no afecte en lo personal y social. Finalmente, la *autonomía emocional* refleja la autoestima, la autoconfianza, la autoeficacia, la automotivación, autogestión, resiliencia y responsabilidad.

La *competencia social* se refiere a la manera en que se presentan buenas relaciones con las demás personas, teniendo en cuenta el respeto, la comunicación, compartir emociones, trabajo en equipo, entre otras. Las *habilidades de vida para el bienestar* nos permiten adoptar comportamientos apropiados y responsables, de esta forma poder afrontar los desafíos que se presenten en la vida y así poder construir bienestar y experimentar satisfacción.

Estas competencias que nos menciona Bisquerra pueden ligarse directamente con la danza, especialmente tres de ellas, conciencia emocional, regulación emocional y competencia social. El elemento central en la danza es el reconocimiento de las emociones, pues el cuerpo al funcionar como medio de comunicación, necesita tener claridad en lo que está sintiendo para poder representar esa emoción o sentimiento al bailar, es por esto que también es necesario permitir que el niño experimente con el movimiento y no se le impongan secuencias con las que no sienta conexión, esto se le relaciona con la conciencia emocional al permitir que el niño sienta y se mueva a través de la música y la danza.

Una vez que se identifica lo que se está sintiendo, es más sencillo poder regular esa emoción; dentro de la danza se pueden adaptar los movimientos para poder representar los sentimientos, por ejemplo, una emoción como el enojo puede mostrarse con movimientos fuertes y, en la tristeza, por el contrario, con movimientos más lentos o suaves que permitan reducir las tensiones de estas emociones, siempre desde una posición de comprensión y respeto.

Al trabajar con la danza se pueden favorecer las competencias sociales pues no siempre se presenta individualmente sino también de forma grupal, lo que permitirá comprender o reconocer como una misma emoción puede representarse de distintas maneras,

respetando la forma de pensar y expresar de los demás para poder crear un vínculo dentro del grupo apoyándose y valorándose mutuamente.

3.6 La expresión emocional como elemento del desarrollo de la conciencia y la autorregulación emocional

La expresión emocional como elemento de la inteligencia emocional debe de verse reflejada en respuestas adaptativas de las competencias emocionales, de esta forma Bisquerra (2016) expresa que la emoción interna no necesita corresponder a la expresión externa, es decir, una emoción que puede ser frustrante no necesariamente tiene que exteriorizarse de manera negativa, sino se busca la manera de expresar sanamente la emoción. Es importante conocer de qué trata la inteligencia emocional pues a través de ésta se propicia el desarrollo integral del niño de esta forma el clima dentro del aula se vuelve positivo.

Como se ha mencionado la conciencia emocional es un elemento primordial pues al desarrollarlo da la capacidad de reconocer y nombrar las emociones propias y de los demás, a partir de esta conciencia se despliega la autorregulación emocional, en donde se toma conciencia entre la emoción, cognición y comportamiento, de esta manera se puede expresar las emociones de forma sana, esto para evitar impulsividad en emociones difíciles de manejar.

Aunado a lo anterior, Gardner (1983) distingue siete inteligencias múltiples: musical, cinético corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal e intrapersonal. La expresión emocional no es un fenómeno exclusivamente cognitivo, sino que se construye a través de las interacciones de las diversas inteligencias, es este caso, aquellas vinculadas al cuerpo, el lenguaje, la música y la relación con otros.

Por ejemplo, la expresión emocional constituye un elemento fundamental para el desarrollo de la conciencia y la autorregulación emocional en la infancia. La inteligencia intrapersonal permite al niño reconocer, comprender y dar significado a sus propias emociones, mientras que la inteligencia interpersonal favorece la comprensión de las emociones de los otros y la regulación de la conducta en contextos de interacción social. A su vez, la inteligencia cinético corporal posibilita la expresión emocional a través del movimiento, lo que resulta especialmente relevante en el nivel preescolar, donde el cuerpo

es el principal medio de comunicación emocional. De manera complementaria, la inteligencia musical contribuye a modular los estados emocionales y a favorecer procesos de regulación afectiva. En conjunto, estas inteligencias sustentan el desarrollo de la conciencia emocional y la autorregulación, al permitir que el niño exprese sus emociones de forma consciente, adaptativa y respetuosa, favoreciendo así relaciones interpersonales más positivas.

La propuesta de Gadamer complementa las ideas de Bisquerra, ya que ambos consideran la inteligencia interpersonal como la clave en la conciencia emocional, lo que permite mantener buenas relaciones con otras personas lo que implica habilidades sociales, de comunicación afectiva, respeto, empatía, etc. A partir de esto desarrolla la capacidad de liderazgo, resolver conflictos y análisis social.

IV. MARCO METODOLÓGICO

La presente investigación se desarrolló bajo el paradigma cualitativo, ya que buscó comprender y analizar la influencia de las actividades de danza en la expresión emocional y las relaciones interpersonales de los niños de preescolar, considerando sus experiencias, comportamientos e interacciones dentro del contexto escolar.

4.1 La investigación acción, una modalidad de investigación del paradigma cualitativo.

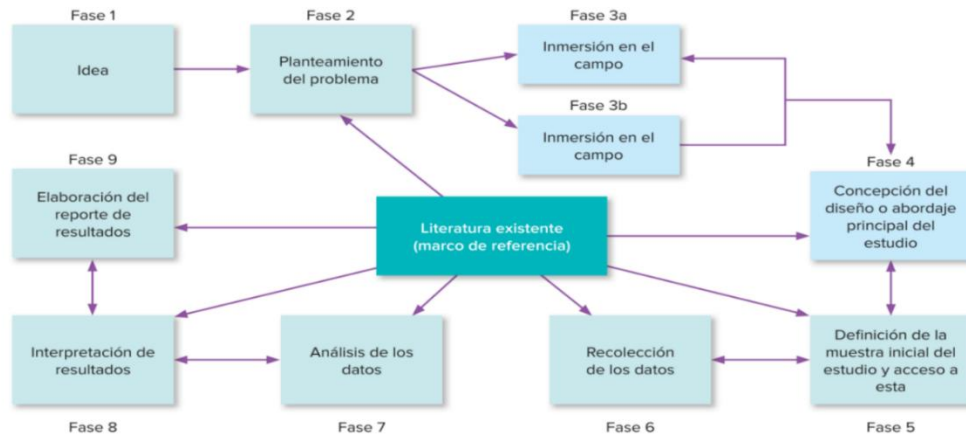
El paradigma cualitativo busca comprender cómo las personas viven y entienden su realidad poniendo el foco en sus perspectivas personales y en el sentido que les dan a sus vivencias (Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. 2014).

Sus características principales son que: estudia la realidad en su contexto natural, usa datos no numéricos como entrevistas, observaciones, relatos, documentos, etc. Busca comprender “cómo” y “por qué” ocurren las cosas, el investigador interactúa con los participantes y los resultados suelen ser descriptivos e interpretativos.

Hernández Sampieri y su equipo (2018) en su libro “Metodología de la investigación: Las Rutas Cuantitativa, Cualitativa y Mixta”, que en este tipo de paradigma el proceso de indagación es dinámico por lo que puede variar en cada estudio y lo estructura en un diagrama circular en el cual no existe una secuencia rígida o definida, ya que las etapas del proceso pueden modificarse conforme avanza la investigación. (ver imagen 6)

Imagen 6

Proceso de la investigación cualitativa



Tomada de: Hernández Sampieri, R., & Mendoza, C. (2020).

Dentro del paradigma cualitativo se ubica la *investigación acción* (IA), la cual parte de la premisa de que se investiga haciendo. Esta busca implementar estrategias para mejorar una situación, las cuales somete a un ciclo de observación, reflexión y cambio. Se trata de acciones que se ponen en marcha para luego ser monitoreadas, analizadas y ajustadas según los resultados obtenidos (Latorre, A., 2004). Un rasgo característico de esta es que es participativa, es decir, las personas trabajan con la intención de mejorar sus propias prácticas o realidades (Kemmis y McTaggart, 1988 citado en Latorre, A., 2004).

La IA sigue una espiral introspectiva, una espiral de ciclos de planificación, acción, observación y reflexión; es colaborativa, se realiza en grupo por las personas implicadas; crea comunidades autocríticas de personas que participan y colaboran en todas las fases del proceso de investigación. Es un proceso sistemático de aprendizaje, orientado a la práctica. Así mismo, induce a teorizar sobre la práctica, en otras palabras, somete a prueba las prácticas, las ideas y las suposiciones, además, implica registrar, recopilar, analizar nuestros propios juicios, reacciones e impresiones en torno a lo que ocurre; y exige llevar un diario en el que se registran nuestras reflexiones.

El ciclo reflexivo (ver imagen 7) que permite analizar y mejorar continuamente la práctica educativa contempla en cada fase acciones concretas:

1. Plan de acción

- Se identifica una problemática o necesidad educativa.
- Se diseñan estrategias o acciones de intervención.
- Se establecen objetivos y formas de evaluación.

2. Acción

- Se aplican las estrategias planeadas dentro del contexto educativo.
- El investigador participa activamente en el proceso.

3. Observación de la acción

- Se registran los acontecimientos, conductas y resultados obtenidos.
- Se utilizan instrumentos como diarios de campo, entrevistas, fotografías u observaciones.

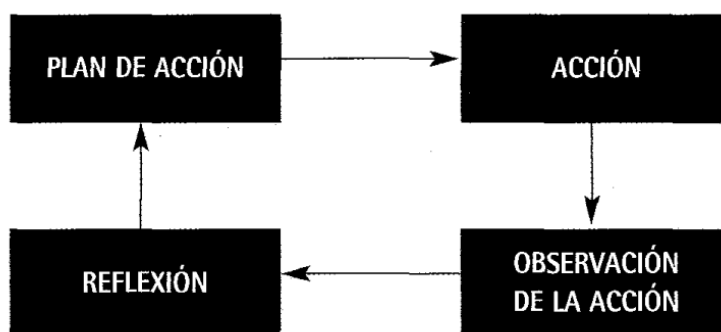
4. Reflexión

- Se analizan los resultados de la intervención.

- Se valoran los logros, dificultades y aspectos a mejorar.
- A partir de ello inicia un nuevo ciclo de planificación.

Imagen 7

Ciclo de la investigación acción



Fuente: Latorre, A. (2004).

La característica principal de este ciclo es que es continuo y dinámico, ya que cada reflexión permite replantear nuevas acciones para seguir mejorando la práctica educativa, como ocurrió en el plan de acción de este trabajo, la aplicación, observación y reflexión llevó a revisar y modificar las acciones subsecuentes. La investigación acción es una metodología participativa y reflexiva en la que el investigador forma parte del contexto que estudia, por ejemplo, en este caso, jugué un doble rol, docente practicante e investigadora. El propósito principal de la IA no solo es generar conocimiento, sino también producir cambios y mejoras en la práctica educativa, lo cual se describe en el apartado siguiente.

4.2 Contexto y población de estudio

La intervención se llevó a cabo durante el ciclo escolar 2025-2026 en el Jardín de Niños Profa. Angelita Martínez Ortiz específicamente en el grupo de 3° “C” integrado por 20 alumnos cuyas edades oscilan entre los 5 y 6 años. El contexto de estudio permitió observar de manera directa las interacciones sociales de los niños, así como el desarrollo de actividades enfocadas en la expresión emocional mediante la danza.

4.3 Recolección de datos

Para la obtención de información se emplearon diversas técnicas e instrumentos como la observación participante permitiendo identificar comportamientos, actitudes, formas de interacción y expresiones emocionales de los alumnos durante las sesiones de intervención.

Se utilizaron guías de observación (ver Anexo A) y registros de observación con el propósito de documentar aspectos relacionados con la convivencia, participación, comunicación, expresión emocional y relaciones interpersonales de los estudiantes. Así mismo, se utilizó la videograbación de las sesiones, recurso que sirvió para extraer capturas de pantalla y fragmentos de audio, los cuales se transcribieron y sirvieron para el análisis de datos. Finalmente, otra fuente de recolección de datos fueron las hojas de trabajo de los alumnos.

Para la elaboración de los sociogramas se utilizó la herramienta Google Colab, que permitió representar gráficamente las relaciones interpersonales de los alumnos.

4.4 Análisis de datos

Para el análisis de datos se utilizó como la triangulación como estrategia metodológica para contrastar y verificar la información recabada. El análisis se realizó a partir de la interpretación, combinación y contraste de la información recopilada mediante las observaciones, los registros, la transcripción de audios de las videograbaciones y las hojas de trabajo de los alumnos obtenidos durante la intervención. Posteriormente se llevó a cabo un proceso de reflexión y comparativo de los hallazgos observados antes y después de la aplicación de las actividades, lo que permitió identificar cambios en las interacciones sociales de los alumnos y valorar el impacto de la intervención realizada, de esta manera el análisis de datos contribuyó a comprender cómo las actividades de danza favorecieron la expresión emocional y la mejora de las relaciones interpersonales dentro del grupo.

4.5 Consideraciones éticas

Durante el desarrollo de la investigación se garantizó la protección de la identidad y la información personal de las y los niños participantes.

Los datos obtenidos fueron utilizados explícitamente con fines académicos y de investigación, manteniendo el anonimato de los alumnos en todo momento. A través de un asentamiento informado donde se informó a los alumnos y autoridades escolares sobre el propósito de las actividades y su participación en ella, como señala Carracedo (2017), “el consentimiento informado se basa en el principio que señala que los individuos competentes tienen derecho a escoger libremente si participarán en una investigación. Protege la libertad de elección del individuo y respeta su autonomía” (p. 16).

V. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Una buena educación emocional desde la etapa preescolar permitirá que el niño se forme como una persona capaz de reconocer, regular y expresar sus emociones, al utilizar la danza como una herramienta fundamental dentro de su desarrollo, y en compañía de la música se generan propuestas que le den la oportunidad de experimentar su emoción a través del movimiento del cuerpo, lo que da relevancia a esta intervención, pues a partir de ella se busca que el alumnado pueda expresar sus emociones cuidando su integridad y la de los demás y por consecuencia se favorezcan sus relaciones interpersonales, formando vínculos dentro de un espacio seguro y afectivo.

5.1 Propósitos de la intervención

La propuesta de intervención se desarrollará a través del Taller "Cuando el cuerpo habla", el cual busca:

- Favorecer la expresión y el reconocimiento de las emociones mediante el movimiento, permitiendo a los niños comunicar sentimientos como la alegría, tristeza, enojo o calma a través de la danza.
- Fortalecer la convivencia, la empatía y el establecimiento de relaciones interpersonales positivas a través de interacciones respetuosas y colaborativas mediante actividades de danza grupal.
- Fortalecer la seguridad y la confianza en los alumnos a través de experiencias de movimiento donde se expresen con libertad, respeten a sus compañeros y disfruten el trabajo en equipo.

5.2 Lugar de la intervención

La propuesta de intervención se aplicará en el jardín de niños Profa. Angelita Martínez Ortiz en el turno matutino; es un preescolar público ubicado en el sureste de la capital potosina. El grupo de estudio se conforma por los alumnos de 3° grado grupo C, con una población de 21 alumnos de entre 5 a 6 años de edad. La intervención se desarrollará durante los periodos de prácticas profesionales de los meses de febrero a marzo de 2026.

Se destaca que la minoría de los alumnos tienen facilidad para expresarse y relacionarse con sus compañeros pues solo cuatro niños del grupo presentan altas habilidades de expresión emocional, resaltando que estos mismos tienen gran aceptación dentro del grupo, sin embargo, los alumnos con menor habilidad de expresión son quienes no se relacionan con sus demás compañeros y en el momento del diagnóstico se observa que tres de ellos no fueron nombrados en las preguntas de aceptación y rechazo, interpretando que tampoco se toman en cuenta dentro de la convivencia.

5.3 Condiciones de la intervención

Elementos necesarios para el desarrollo de la propuesta de intervención:

- Espacio físico: Se realizará dentro del área que cuenta con pasto sintético y en caso de algún impedimento se acondicionará el aula de clase.
- Horario: Las actividades se llevarán a cabo en la jornada escolar y después del receso de los alumnos.
- Recursos materiales: música, pañuelos, tela, peluche, aros y corona.
- Recursos humanos: docente en formación y docente titular.

5.4 Consideraciones generales durante la intervención

Se refiere a los elementos o condiciones que la docente en formación deberá considerar antes y durante el desarrollo del plan de acción que la propuesta de intervención:

- Conocimiento del contexto, las problemáticas y las necesidades generales e individuales de los alumnos.
- Flexibilidad y ajustes necesarios en la intervención de las actividades según el progreso de cada alumno.
- Atención a la diversidad y ritmos de aprendizaje.
- Establecer un clima de respeto para una interacción armónica.

5.5 Componente ético de la intervención

Se refiere a los principios y normas que guiarán la conducta de la docente en formación e investigadora del proyecto a fin de cuidar la dignidad y el bienestar de los alumnos participantes, a la vez que se cuida la formalidad y rigor de la investigación:

- Respeto a la dignidad de los estudiantes: garantizar su bienestar integral evitando todo tipo de discriminación.
- No intrusividad: se valorará la opinión de cada alumno y no se forzará a realizar actividades dentro del taller que interfieran con su bienestar.
- Responsabilidad profesional: El diseño y aplicación del taller estará fundamentado mediante marcos teóricos.

5.6 Fundamentación teórica que sustenta la propuesta de intervención

La expresión emocional en preescolar aún está en construcción lo que la vuelve fundamental para el desarrollo del aprendizaje del niño pues es clave en la formación de su identidad, la autorregulación emocional, el desarrollo de habilidades sociales y un estado de bienestar. La Nueva Escuela Mexicana, resalta la participación de la escuela en la promoción de espacios libres de violencia y del bienestar emocional infantil a través del desarrollo habilidades, conocimientos, actitudes y valores (SEP, 2023), en este caso, será a través de la expresión emocional.

Al utilizar una herramienta como la danza no solo se promueve el bienestar emocional sino también se desarrollan habilidades motrices y sociales, cuando los niños pueden expresar lo que sienten disminuyen conductas impulsivas, fortalecen la empatía y mejoran la convivencia.

Como referente central recupero el Modelo pentagonal de competencia emocional que distingue la conciencia emocional, la regulación emocional, la autonomía emocional, la competencia social y las habilidades de la vida para el bienestar, ligando las siguientes con la danza:

Principalmente la *conciencia emocional*, pues en ella se reconoce la emoción y a partir de esto se puede representar a través del cuerpo dándole un significado propio, dentro de la danza se pueden adaptar los movimientos respecto a lo que se está sintiendo y puede volverse de gran ayuda para la *autorregulación emocional*, como último la *competencia social* se favorece al trabajar en equipos, formando vínculos que permitan una sana convivencia.

Se utiliza la danza como medio de expresión de emociones estéticas, al generar una emoción involucrándose directamente en la representación del arte corporal y no solo observándola, al respecto Eisner (2004) afirma que “Las artes nos liberan de lo literal; nos permiten ponernos en el lugar de otras personas y experimentar de una manera indirecta lo que no hemos experimentado directamente” (p. 27) de esta forma no solo los alumnos imaginarán las emociones sino también las experimentarán.

Tomando como base pedagógica la psicomotricidad relacional, (Aucouturier, 2004) pues a partir de ella el movimiento permite la expresión de las emociones profundas y la construcción de vínculos seguros. Lo que nos lleva a utilizar la danza como una herramienta para el desarrollo socioemocional en preescolar.

Tabla 2

Cronograma de actividades de la propuesta de intervención

Actividades	Septiembre 2025				Enero 2026					Febrero 2026				Marzo 2026				Abril 2026				Mayo 2026			
	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Aplicación de guías de observación	x	x																							
Entrevistas iniciales (aceptación/rechazo)		x																							
Observación inicial y Sociograma inicial	x	x																							
Diseño de la propuesta de intervención					x	x	x	x	x	x	x	x	x												
Actividad: emociones que se mueven														x											
Actividad: bailemos juntos															x										
Actividad Sentir con el cuerpo															x										
Actividad: danza con el espacio															x										
Actividad: baila con el objeto																x									
Recolección y sistematización de datos														x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		
Análisis de datos														x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		
Aplicación de guías de observación														x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		
Entrevistas finales (aceptación/rechazo)																							x		
Comparación de sociogramas (inicial/final)																								x	x

Fuente: Elaboración propia. 24/06/2026.

5.7 Plan de acción

El Taller “*Cuando el cuerpo habla*” tendrá una duración de cinco sesiones presenciales, realizando una sesión por día con un tiempo de treinta a cuarenta minutos. Se utilizará la modalidad de taller que permite desarrollar espacios de reflexión y creación fomentando la creatividad y el pensamiento crítico.

A través de estas actividades, se pretende trabajar la expresión emocional utilizando como herramienta la danza, para el desarrollo de la misma, se contempla recuperar el contenido del Campo formativo Lenguajes “favorecer el contenido de lenguajes para la expresión de emociones y experiencias, apoyándose de recursos gráficos, personales y de los lenguajes artísticos” (SEP, 2024, p.20) en la población de estudio.

Tabla 3

Plan de acción del Taller “Cuando el cuerpo habla “

Sesión	Objetivo	Actividad	Recursos	Ejercicio o actividad central
1	Identificar las diversas emociones que se presentan durante el movimiento libre	Emociones que se mueven	Música	Como primer momento con ayuda de música se pedirá que bailen libremente a partir de lo que les recuerde o haga sentir la canción, después en una silueta de su cuerpo representara la ubicación de su emoción cuando bailo. Se preguntará ¿Qué emoción quisiste expresar cuando bailaste? ¿Qué parte de la música te ayudó a sentir esa emoción? En un segundo momento de igual forma se pedirá que bailen libremente y cuando la música se detenga deberán realizar una pose de descanso, durante un momento. Se preguntará a algunos alumnos ¿Tu cuerpo estaba tenso o relajado? ¿Tu respiración cambió durante el baile y el descansó? ¿Cambió algo en tu movimiento? Como tercer momento se pedirá que en parejas paseen libremente

				sobre el lugar con ayuda de música, sin soltarse y respetando el espacio de sus demás compañeros. ¿Qué movimientos te hicieron pensar que estaba feliz/triste/enojado?
2	Reconocer la capacidad de ponerse en el lugar de otro	Bailemos juntos	Imágenes, corona y música	Como primer momento a partir de una imagen o palabra, los niños crean movimientos libres que representen lo que sienten, sin una secuencia establecida. En segundo momento se repartirá un globo y deberán utilizarlo al bailar, la única regla será no lanzarlo muy fuerte. En tercer momento de forma libre se pedirá que bailen y cuando la música se detenga deberán quedarse congelados, en ese momento se le colocará una corona a un alumno y todos los demás deberán imitarlo. Al finalizar se preguntará ¿Qué observaste en el movimiento de tu compañero que te hicieron identificar su emoción? ¿Tu baile puede ayudar a otros a entender cómo te sientes? ¿Qué pasa cuando entendemos lo que siente otro compañero?
3	Comunicarse asertivamente para el trabajo de equipo	Sentir con el cuerpo	Pañuelo y música	Como primer momento con música instrumental, los niños crean movimientos y luego se detienen creando una forma con su cuerpo esto realizándose en parejas. preguntando ¿Se pusieron de acuerdo sobre qué emoción iban a expresar? ¿Qué hicieron para moverse al mismo tiempo? En el segundo momento se pondrá música y al detenerse

				deberán decir una palabra positiva a su compañero más cercano. Se pondrá una canción y cuando esta se detenga se indicará un número, los niños deberán hacer equipos con esa cantidad, para después tomar sus pañuelos y seguir bailando, pero sin soltar a su equipo con ayuda de los paliacates, y deberán comunicarse para no dejar caer un globo que se proporcionará a cada equipo. ¿Se movía en todo el espacio o en un solo lugar? ¿Qué crees que significa eso? ¿Qué hicieron cuando alguien se equivocó? ¿Escucharon las ideas de todos antes de elegir los movimientos? ¿Cómo resolvieron los desacuerdos dentro del equipo? ¿Cómo se aseguraron de que sus movimientos comunicaran un mensaje común?
4	Reconocimiento del propio cuerpo y del espacio	Danza con el espacio	Tela, paliacate, peluche, listón, aro y música	En un primer momento se pedirá que con ayuda de un listón y reflexionando en grupo representen alguna situación vivida en la que se sintieron felices, enojados, etc. Elijiendo la emoción que ellos quieran. En un segundo momento se mostrarán distintos objetos que a través de un juego se le asignará a cada alumno y deberán bailar con él. Como tercer momento se colocará una tela sobre ellos que no les permita estar de pie, después se colocará música y deberán bailar acostados en el suelo sin levantarse y respetando el espacio de los demás.

				Al finalizar se preguntará ¿Cómo se movía tu cuerpo cuando la música era lenta? ¿Qué parte de tu cuerpo fue más difícil mover? ¿Cómo hiciste para respetar el espacio de tu amigo? ¿Qué pasa si todos queremos el mismo espacio? ¿Por qué es importante mirar alrededor cuando bailamos?
5	Reflexionar sobre la reacción del cuerpo ante una emoción	Baila con el objeto	Paliacate, plumas y música	Primero con el paliacate deberán bailar cuando comience la música, una vez terminado se les pedirá que mencionen lo que sintieron, después se colocará una canción y se pedirá que representen el enojo con ese mismo material y su cuerpo. Después se realizará algo parecido pero esta vez con una pluma representado primero el miedo y después la calma. En un segundo momento se preguntará sobre cómo reaccionan ante ciertas situaciones para después representarlo con un movimiento con el objetivo de regular esa emoción. En tercer momento de manera espontánea, los niños deciden si desean moverse solos, en pareja o en pequeño grupo, respetando las decisiones y ritmos de los demás. Al finalizar se preguntará ¿Crees que el cuerpo puede hablar sin palabras? ¿Cómo? ¿Tu movimiento contó una historia? ¿Qué emoción fue más difícil representar? ¿Cuándo bailaste pudiste cambiar de emoción fácilmente?

Fuente: Elaboración propia. 01/20/2026.

Todas las sesiones iniciarán con “un espacio de arranque” el cual consta de unos minutos en los cuales la docente en formación preguntará a los alumnos ¿Qué emoción siento en este momento? con el propósito de hacer consciente la emoción con la que inician el taller. Así mismo, las sesiones cerrarán con el “círculo de reflexión” el cual consiste en formar un círculo donde los niños esten sentados, y se pregunte ¿Cómo se siente tu cuerpo ahora? ¿Qué hiciste para descansar tu cuerpo? ¿Cómo sabe tu cuerpo cuándo necesita parar? ¿Cómo te sentiste al moverte con otros niños? ¿Qué hiciste para cuidar tu cuerpo y el de los demás? ¿Todos tenían la misma emoción o eran diferentes? para reflexionar sobre cómo nuestras emociones pueden ayudar a relacionarme de manera cercana y empática con los compañeros o bien, aislarnos o ponernos a la defensiva.

VI. RESULTADOS

Los resultados obtenidos a partir de la aplicación del taller de danza “*Cuando el cuerpo habla*” permitieron analizar cómo la expresión corporal favoreció la identificación y manifestación de emociones, así como la interacción entre los alumnos dentro del grupo de 3°C de preescolar. Se observaron cambios significativos en la participación, la confianza y la convivencia entre algunos alumnos, especialmente en aquellos que al inicio mostraban dificultad para integrarse o relacionarse con sus compañeros.

6.1 Actividad “Emociones que se mueven”

Propósito: identificar las diversas emociones que se presentan durante el movimiento libre.

La actividad se llevó a cabo en el patio dentro de la mini cancha de fútbol el jueves 5 de marzo del 2026 a las 11:00 am después del receso. Para el espacio de arranque ¿Qué emoción sienten hoy? la mayoría respondió que se sentían felices, sin embargo, había algunos alumnos como Hanna que sentían enojo o Bausilio que sentía tristeza.

Una vez que mencionaron su emoción se pidió que realizaran un dibujo donde se observará en qué parte del cuerpo sentían la emoción, para después salir al patio a representarla a través del baile libre. Al principio todos estuvieron atentos, pero al momento de comenzar con el baile solo tres de ellos se mostraron concentrados en la danza siendo Yissel quien es una de las alumnas con altas habilidades de expresión emocional y gran aceptación por el grupo, Eder, quien es un alumno con poca aceptación y Samantha.

Los demás iban y venían a la actividad, se acercaban a las orillas de la cancha y se quedaban platicando, en algunos casos como Matías y Nathan permanecieron en una esquina sin integrarse, en el caso de Hanna solo estuvo observando y se integró en el último momento de baile en pareja con Bausilio. Joshua no bailó en ningún momento, todo el tiempo corría alrededor del patio o se iba a otras canchas.

Uno de los resultados positivos que se observa fue el caso de Eder quien en todo momento disfrutaba del baile, realizando pasos parecidos a bailarines de ballet y muchos espirales de torso como en la danza contemporánea e incluso representando la felicidad con sus expresiones faciales (ver Tabla 3).

Tabla 4

Análisis de Eder (1) durante la actividad “Emociones que se mueven”

Alumno	Expresión emocional durante el baile libre	Identificación y descripción de las emociones experimentadas durante el baile libre	Representación y análisis de las emociones experimentadas durante el baile libre
Eder	 	DF - ¿Te gustó bailar Eder? Eder – Sí, estoy bien feliz DF - ¿Estas muy feliz por qué bailaste? Eder – Sí DF- Entonces estabas bailando feliz, ¿verdad? Eder – Sí DF- ¿Qué música te gustó más o qué parte de la música te hizo sentir más feliz? Eder – La de... mmm... la de la exposición. DF- ¿Cuál? Eder – La de la exposición DF- ¿exposición? ¿la de frozen? (acentando con “mjm”) DF- ¿Cómo bailaste o qué hiciste que representaba la felicidad? ¿Cómo hiciste la felicidad?	 En el dibujo que realizó Eder se observa que la felicidad esta por todo su cuerpo, representándola con el color amarillo y el azul por ser sus colores favoritos.

		Eder – la sentí en mi cabeza. DF- la sentiste? (acentando con “mjm”) DF– ¿En dónde más? Eder - ¿qué? DF- ¿en dónde más? Eder – En muchos lados también, también en mi casa en mi cumpleaños y ya.	
--	--	---	--

Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 06/03/2026.

En cambio, Yissel, que también fue una de las niñas más activas durante las actividades, realizó muchos giros sobre un pie, saltos de tour y temps levé. (ver Imagen 6).

Imagen 8

Baile libre de Yissel (2) durante la actividad “Emociones que se mueven”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 06/03/2026.

Dentro de los casos positivos también está Samantha quien en todo momento permaneció con un oso de peluche y bailaba acercándolo y alejándolo de ella o girando con él, y en ciertos momentos se ponía de rodillas y alzaba a el oso de peluche (Imagen 7).

Imagen 9

Baile libre de Samantha (1) durante la actividad “Emociones que se mueven”



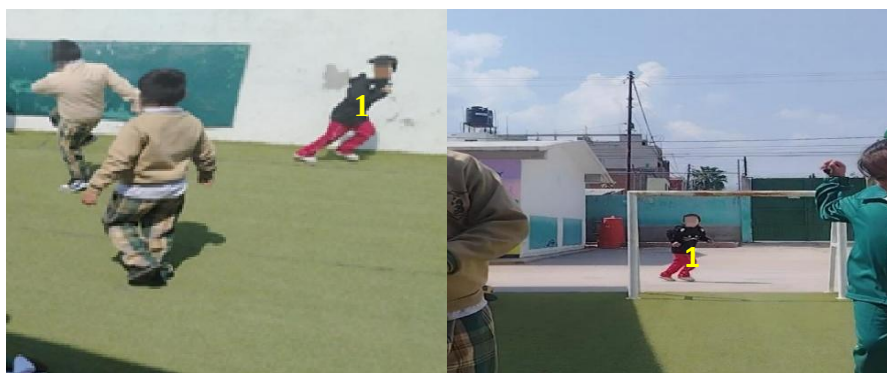
Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 06/03/2026.

Del mismo modo también es importante resaltar que la mayor parte del tiempo ellos tres permanecían juntos e incluso cuando bailaban solos no se alejaban mucho, lo que permitió que sintieran más confianza al bailar.

Por otro lado, con otros alumnos no se logró el propósito de la actividad, Joshua no mencionó su emoción al comienzo y tampoco bailó, sólo jugaba con algunos de sus compañeros y corría por toda la escuela. (Ver Imagen 8)

Imagen 10

Juego de Joshua (1) durante la actividad “Emociones que se mueven”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 06/03/2026.

En el caso de Matías y Nathan sí mencionaron sus emociones y las representaron en la silueta, sin embargo, no bailaron, incluso a pesar que tanto la docente titular como la docente en formación nos acercamos e invitamos a integrarse.

Bausilio y Francisco también permanecieron sentados junto a Matías y Nathan, pero en algunos momentos sí se integraban, especialmente cuando se trabajó en parejas.

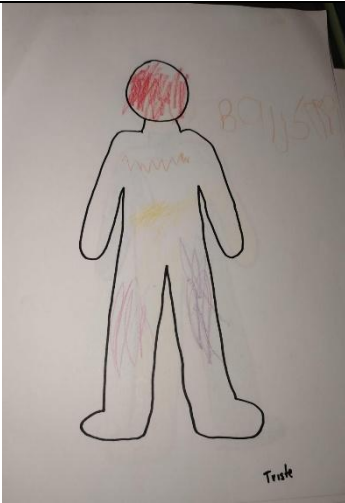
A partir de lo observado fueron seleccionados dos alumnos cuyos resultados fueron destacados, por un lado, Hanna y Bausilio con quienes aún en esta primera sesión no se obtuvo resultados favorables al objetivo (ver Tabla 4).

Tabla 5

Análisis de Hanna (1) y Bausilio (2) durante la actividad “Emociones que se mueven”

Alumno	Expresión emocional durante el baile libre	Identificación y descripción de las emociones experimentadas	Representación y análisis de las emociones experimentadas durante el baile libre
--------	--	--	--

		durante el baile libre	
Hanna		DF - ¿Qué emoción tienen hoy? Hanna – Estoy enojada. DF- ¿Estás enojada? Hanna – Sí DF- ¿Por qué estás enojada? Hanna – porque mi papá se quiere conseguir otra esposa. DF- ¿Y en dónde sientes el enojo? Hanna – En mi cabeza. DF - ¿Cómo se sienten ahora que bailaron? Hanna – Enojada DF- ¿Aún estás enojada Hanna? Hanna – Sí DF- ¿Los demás cómo se sienten? ¿sienten más tranquilos? Hanna – Yo enojada.	 Hanna ubicó su enojo en la cabeza rodeándola por fuera y conectándolo con su boca.

Bausilio	   	DF- ¿Con qué emoción están hoy? Bausilio – Yo estoy triste. DF- ¿Triste? ¿Por qué estás triste? Bausilio – porque se murió mi abuelito.	 Bausilio plasmó en su dibujo la tristeza utilizando diversos colores y ubicándola en todo su cuerpo.
-----------------	--	--	---

Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 06/03/2026.

Reflexión:

Al llevar a cabo esta primera actividad una de las fortalezas dentro la intervención fue preguntar y pedir que ubicaran la emoción que sentían en ese momento pues permitió observar si se estaba relacionando con su baile.

Sin embargo, algunas debilidades y considero que una de las más importantes, fue la poca motivación, pues no todos bailaron y se concentraron en otras actividades sin relación a lo que se había explicado que tenían que realizar, también la preparación del material que se ocuparía pues solo se contaba con un celular y no se podía reproducir la música y grabar con el mismo dispositivo, esto provocó distracción no solo de los alumnos sino también en la docente en formación. Otro punto importante fue la selección de la música pues no se adecuaba a todas las emociones que se presentaron, como con Hanna que se sentía enojada y con Bausilio que se sentía triste pues la música solo se adecuaba a la emoción de la facilidad, es por esto que al terminar Hanna mencionó que se seguía sintiendo enojada.

Para las siguientes actividades pueden mejorarse las herramientas que se utilizan como la bocina y dos dispositivos para reproducir las canciones y grabar las sesiones, así como también limitar el espacio para que no ocurra algún accidente y realizar alguna dinámica para que todos participen y nadie quede fuera.

6.2 Actividad 2: “Bailemos juntos”

Propósito: Reconocer la capacidad de ponerse en el lugar de otro.

La actividad se llevó a cabo en el salón de clases el día lunes 9 de marzo del 2026 a las 10:00 am. antes del receso, esto debido a que después del recreo tendrían otras actividades. Se inició con la actividad de arranque preguntando qué emoción sentían en ese momento y esta vez todos mencionaron que se sentían felices.

Después de mencionar su emoción aún en círculo, se explicó que para comenzar se observarían algunas imágenes y ellos tendrían que bailar según lo que les recordara, estas tenían dibujos animados sobre niños peleando, niños con su familia y con amigos. Durante la primera parte la mayoría participó dentro de la actividad, sin embargo, es Matías quien aún no se integra del todo al igual que Romina y Camila, pues permanecen cerca de la docente titular o en sus sillas.

Tomando en cuenta las acciones que se pudieron mejorar, esta vez se contó con el equipo necesario para grabar y el espacio permitió que hubiera mayor atención.

Al iniciar el primer momento de la actividad cuando observaron las imágenes quisieron trabajar en parejas, aquí fue cuando Matías bailó durante un momento con Christian y después volvió a su lugar, quienes no participaron fueron Romina, Camila y Melissa quienes permanecieron de pie junto al escritorio de la docente titular.

Para el segundo momento se trabajó con un globo que tenía como función concentrarse en él y poder mantenerse en calma y aunque en un principio todos mostraron interés por el material al poner la música no todos bailaron, algunos se quedaron sentados o con la docente titular, jugando con su globo y dibujándole caritas enamoradas, felices y de monstruos.

Sin embargo, Ricardo, Eder, Yissel y Natalia estuvieron bailando con el globo en todo momento, en el caso de Ricardo estuvo dando vueltas con él y al observarlo algunos de sus compañeros comenzaron a imitarlo, primero se unió Rodrigo, después Francisco y, por último, Hanna (ver imagen 9).

Imagen 11

*Baile libre con globos de Ricardo (1), Rodrigo (2), Francisco (3) de la actividad
“Bailemos juntos”*



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 09/03/2026.

Esta vez fue Ricardo quien se observó más concentrado en regular su cuerpo y en tratar con delicadeza el globo, otro caso fue el de Eder quien también realizó movimientos suaves con el globo (ver imagen 10).

Imagen 12

Baile libre de Eder (1) en la actividad “bailemos juntos”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 09/03/2026.

Y Francisco quién también se mantuvo tranquilo y en los casos dónde no se cumplió el propósito de la actividad fue con Joshua quien, aunque estuvo interactuando con el globo lo realizó con movimientos fuertes y corriendo de un lado a otro con él y al preguntar sobre su emoción no dio una respuesta (ver imagen 11).

Imagen 13

Joshua (2) en la actividad “bailemos juntos”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 09/03/2026.

En un tercer momento se trabajó el ponerse en el lugar del otro, utilizando una corona y quienes no la tuvieran puesta tenían que imitar a quien sí la tenía, al iniciar se dio un momento para que bailarían libremente, Hanna y Bausilio se mostraron más activos y bailando juntos (ver imagen 12)

Imagen 14

Baile libre de Hanna (1) y Bausilio (2) en la actividad “Bailemos juntos”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 09/03/2026.

No se logró que todos participaran en la actividad debido al tiempo, pero quienes sí tuvieron su turno de utilizar la corona fueron Eder, Romina, Hanna, Christian, Rodrigo y Hannia.

Cuando fue el turno de Eder realizó movimientos parecidos a los de la primera actividad girando mucho su torso y con la mirada hacia arriba, Romina movía sus manos hacia un lado y girando un poco su torso y después hacia el otro lado, Hanna movía en círculos sus manos pero lentamente y en ciertos momentos giraba sobre un pie, Christian realizaba movimientos más energéticos y al inicio decidió bailar en pareja pero después empezó a bailar solo haciendo giros y caminando en puntitas con una mano arriba y otra abajo como en una cuarta posición en ballet, en los casos de Rodrigo y Hannia solo realizaron un mismo movimiento y se observaba timidez al realizarlos frente a todo el grupo, Rodrigo

realizó giros en su lugar y Hannia giraba solamente el torso y después se acercó Camila a bailar con ella y le dio un poco de confianza.

Imagen 15

Baile libre de Hanna (1) y Christian (2) en la actividad “bailemos juntos”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 09/03/2026.

Al finalizar se realizaron algunas preguntas a Eder, y Camila sobre sus experiencias durante las actividades al tener que comprender las emociones de otros y se registraron en una tabla (ver tabla 4)

Tabla 6

Análisis de Eder (1) y Camila (2) en la actividad “Bailemos Juntos”

Alumno	Expresión emocional durante el baile libre	Identificación y descripción de las emociones experimentadas durante el baile libre
Eder		DF - ¿Crees que los demás pudieron entender cómo te sentías cuando bailaste? Eder – Sí. DF- ¿por qué crees? Eder - porque estoy feliz. DF- ¿qué pasa cuando conocemos las emociones de nuestros compañeros? Eder - Yo conozco tristeza, furia, alegría y amor. DF- y cuando un compañero está triste ¿qué podemos hacer? Eder - Podemos perdonarlo. DF - ¿qué más? Eder - También como jugar. DF- ¿cuándo está enojado?

		Eder - Estem... darle un peluche. DF - y ¿cuándo está feliz? Eder- compartir. DF- ¿cuándo tiene miedo? Eder - darle una luz... darle un peluchito.
Romina		DF- ¿Qué observaste cuando estabas bailando con tus compañeros? Romina - a mí me daba pena. DF - ¿Por qué te dio pena? Romina – porque en frente de todos me da pena bailar. DF - ¿cómo crees que se sentían tus compañeros? Romina – Feliz. DF - y tu cuando bailaste ¿qué estabas sintiendo? Romina - Como lilo DF- y ¿cómo baila lilo feliz, triste o enojada? Romina - baila feliz. DF- ¿crees que cuando tu estabas bailando los demás entendieron cómo te sentiste? Romina - Sí porque estaba feliz.

Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 09/03/2026.

Reflexión:

En esta segunda actividad una fortaleza fue el cambio de espacio debido a que esto favoreció una mayor participación de los alumnos a comparación de la primera actividad en donde solo se observaba la participación de Samantha, Yissel y Eder, aunque esto también podría deberse a el horario en que se aplicó. Se utilizaron dos dispositivos para poder registrar evidencias de la actividad y fue de ayuda mostrar un video de algunas bailarinas pues pudieron observar los movimientos que realizaban al mostrar sus emociones.

Para una mejor aplicación se puede mejorar el tipo de preguntas que se realizan y a qué niños se les deben preguntar para la recolección de datos, así como también la gestión del tiempo para que todos participen y se siga brindando seguridad y motivación para que se integre todo el grupo.

6.3 Actividad “Sentir con el cuerpo”

Propósito: Comunicarse asertivamente para el trabajo de equipo.

La actividad se llevó a cabo en el salón de clases el día martes 11 de marzo del 2026 a las 11:00 am después del receso. Iniciando con la actividad de arranque, se preguntó qué emoción sentían y nuevamente mencionaron que se sentían felices, a excepción de Matías y Christian quienes no se integraron al círculo y permanecieron cerca de la docente titular.

Una vez que se comenzó a explicar la actividad Christian se acercó y realizó un ejemplo de lo que se indicó y en ese momento se mostró interesados. La organización de la actividad permitió mejor gestión del tiempo. Para esta actividad tendrían que bailar libremente y al detenerse la música deberían realizar una pose con la emoción que mencionaron en el círculo de reflexión. Cuando se comenzó la actividad se integró Matías junto con un peluche de capibara y lo mantuvo con él durante toda la primera parte, pero después de un momento regreso a su lugar.

Al principio cuando se detenía la música solo se quedaban congelados en el último movimiento que habían hecho, pero algunos comenzaron a realizar otras poses como Ricardo, Yissel, Eder, Christian, Natalia y Francisco e incluso en la última ronda de música se observaron en la cámara y se pusieron frente de ella para realizar su pose.

Imagen 16

Pose del baile libre de Ricardo (1), Yissel (2), Eder (3), Rodrigo (4), Natalia (5) y Francisco (6) en la actividad “sentir con el cuerpo”



Nota: Capturas de pantalla de la videgrabación de sesión. 11/03/2026.

Después se les pido que siguieran bailando y cuando se detuviera la música tendrían que decir algo positivo al compañero que en ese momento tuvieran frente a ellos, al principio se observó timidez, pero al pausar la canción Danna corrió hacia Hanna y le habló al oído después se miraron a los ojos y se rieron, en cambio Eder, Natalia y Yissel no hablaron, pero se dieron un abrazo, de igual manera Hannia también abrazó a Nathan. A partir de la primera ronda, permanecieron cerca de sus primeros compañeros a quien abrazaron, sin interactuar con alguien diferente.

Imagen 17

Interacción de Hannia (1), Nathan (2), Ricardo (3), Rodrigo (4), Camila (5), Christian (6), Eder (7), Natalia (8), Yissel (9), Melissa (10) y Bausilio (11) en la actividad en la actividad “Sentir con el cuerpo”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 11/03/2026.

Por otro lado, Bausilio solo tomó de la mano a Melissa, Francisco solo se detuvo y observó a Bausilio, Camila se acercó a Christian y le habló al oído, Ricardo se acercó a Rodrigo y mantuvieron una conversación y al terminar su conversación Ricardo mencionó que Rodrigo le dicho “algo bonito” refiriéndose a que ambos se invitaron a su casa a jugar. Durante esta parte de la actividad no participaron Romina y Matías, Romina permaneció con la docente titular y Matías en su silla cerca del escritorio y con un peluche de capibara.

Imagen 18

Romina (1) y Matías (2) sin acercarse a la actividad “sentir con el cuerpo”



Nota: Capturas de pantalla de la videgrabación de sesión. 11/03/2026.

Por último, para esta actividad se formaron equipos, el primer equipo integrado por Rodrigo, Francisco y Ricardo, el segundo por Natalia, Yissel y Eder después de un momento también se integró Melissa, para el tercer equipo Hanna, Danna y Bausilio. Natahan, Hannia, Romina, Camila y Matías no participaron solo caminaron alrededor de sus compañeros.

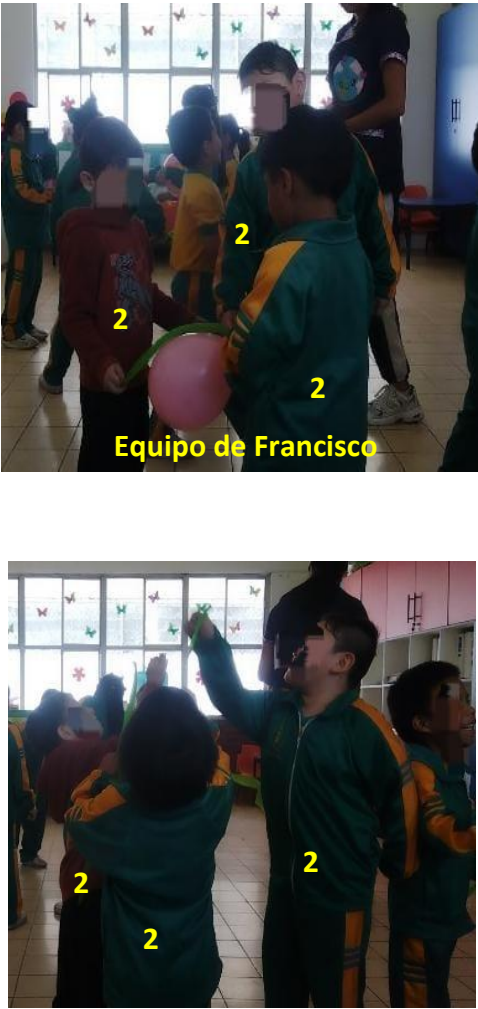
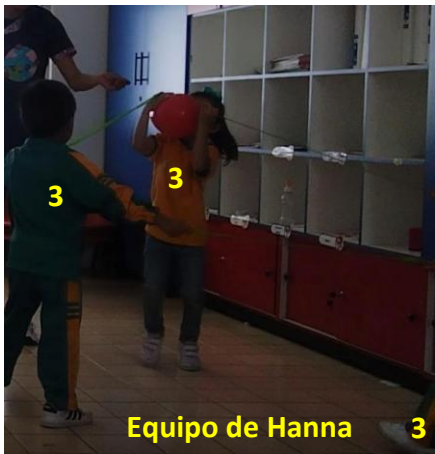
Cada niño debía tomarse del extremo de su pedazo de tela, que mantendría unido al equipo y agregando un globo con la intención de que al trabajar en conjunto evitaran que se cayera. Al reproducir la música los equipos comenzaron a lanzar el globo, pero en algunos momentos se soltaban del listón y se separaban, esto sucedía especialmente en el equipo de Natalia, Yissel, Eder y Melissa. Quienes lograron mantenerlo un poco más de tiempo en el aire fue el equipo de Ricardo, Rodrigo y Francisco al mantenerse juntos y golpeando el globo todos al mismo tiempo en el centro al ritmo de la música. El equipo de Hanna, Danna y Bausilio trataban de lanzar el globo, pero cuando se alejaba corrían hacia él y se soltaban después de algunos intentos, Danna se alejó y no lo volvieron a intentarlo.

En estos equipos se realizaron unas preguntas solo a uno de los integrantes para saber cuáles fueron los acuerdos a los que llegaron para el trabajo en equipo. (ver tabla 5)

Tabla 7

Análisis de los equipos de Eder (1), Francisco (2) y Hanna (3)

Alumno	Expresión emocional durante el baile libre	Identificación y descripción de las emociones experimentadas durante el baile libre
Eder	 Equipo de Eder  	DF- Cuando trabajaron en equipo con el globo ¿se pusieron de acuerdo en cómo iban a bailar? Eder- iba a bailar feliz. DF- ¿los tres iban a bailar felices? Eder- Sí. DF- ¿y si hablaron sobre la emoción? Eder- es que nos vimos felices. DF- ¿Qué hicieron para que no se les cayera el globo? Natalia- usamos la tela. Eder- sí, es que se nos caía mucho. DF- ¿y se movían por todo el salón? Yissel- sí, por todo y no pudimos agárralo. DF- ¿qué hicieron cuando se cayó el globo? Yissel- es que intentábamos agarrarlo, pero no podíamos siempre se nos caía. Natalia- lo recogíamos y siempre lo lanzábamos. Yissel- intentábamos atraparlo, pero se nos fue.

Francisco		DF- Cuando trabajamos en equipo ¿te pusiste de acuerdo con tu equipo para que no se cayera el globo? Francisco- No, y si se nos cayó. DF- y ¿Qué hicieron cuando se les cayó? Francisco- lo aventamos otra vez, lo levantamos, lo aventé y se cayó otra vez. DF- ¿Qué decían cuando se caía? Francisco- decíamos que teníamos que ser pacientes y nosotros decíamos que entonces lo teníamos que hacer caminando. DF- ¿entonces lo hicieron más lento? Francisco- sí, más lento.
Hanna		DF- Cuando estaban en equipo ¿pudieron cuidar el globo que no se cayera? Hanna- No. DF- ¿Qué hicieron cuando se les cayó? Hanna- lo recogimos y lo volvimos a intentar. DF- ¿Cuándo trabajaron en equipo estaban sintiendo una emoción? Hanna- estaba feliz.

Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 11/03/2026.

Reflexión:

En la actividad “bailemos juntos” tuvo como fortaleza trabajar en equipo pues eso les dio más confianza para bailar, utilizar material fue algo que les llamó la atención y en la última actividad el globo les motivó a participar.

Sin embargo, hay algunos puntos que se podrían mejorar para mayores resultados, aún hay niños que no participaron en toda la actividad por lo que sigue siendo necesaria la motivación, la calidad del video no permite que se observe muy bien la imagen y lo que están realizando y las preguntas pueden dar mayor información si se realizan a más integrantes del equipo.

6.4 Actividad “Danza con el espacio”

Propósito: Reconocimiento del propio cuerpo y del espacio.

La actividad se llevó a cabo en el salón de clase el día jueves 12 de marzo del 2026 a las 11:00 am después del receso. Al iniciar como parte de la actividad de arranque se realizó el juego de la papa caliente y quien se quemará debía contar un momento de su vida que lo hizo sentir feliz, triste, enojado, con miedo, etc. Pero cuando fue el turno de Bausilio no quiso participar, se levantó y se colocó, por un lado, pero cerca del círculo e incluso aunque hubo un acercamiento para preguntar en privado prefirió no hablar.

Tabla 8

Respuestas dentro del juego de la papa caliente en la actividad “danza con el espacio”

Alumnos	Respuestas
Yissel	Un día porque muchos años yo hice la tarea, pero una vez se me olvido hacer la tarea y por eso estoy triste y feliz porque una vez fui a sendero a comprar juguetes.
Francisco	Feliz, estaba feliz cuando jugué con mi amigo Noni.
Rodrigo	Yo me sentía feliz en mi casa.
Ricardo	Estaba feliz porque mi mamá me va a comprar muchos dinosaurios.
Samantha	Estoy feliz porque cada día voy creciendo más.
Natalia	Feliz porque mi mamá me va a comprar algo saliendo de la escuela.

Eder	Estoy feliz porque mi abuelita me va hacer de comer.
Matías	Estoy feliz porque voy a ir a la playa.
Nathan	Una vez yo estaba feliz porque fue mi cumpleaños y había piscina.

Nota: Respuestas recuperadas de audio. 12/03/2026.

A partir de sus respuestas se pido que imaginaran como podían expresar esa emoción a través del baile, también se le proporcionó un listón a cada uno y al comenzar Bausilio y Rodrigo chocaron sus listones como si estuvieran peleando y Bausilio también hacia giros en su lugar. Eder bailaba observándose en la cámara y realizando giros, recargándose en la mesa y tratando de hacer un arco y algunas veces se enredaba el listón en las manos, después lo soltaba y lo alzaba. Samantha, Yissel y Natalia permanecían juntas haciendo círculos con el listón y giros.

Imagen 19

Baile libre de Eder (1) en la actividad “Danza con el espacio”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 12/03/2026.

Esta vez Matías sí se integró a la actividad y junto con Nathan bailaban de una forma parecida a Bausilio y Rodrigo. Ricardo no utilizó mucho el listón, pues el trataba de equilibrarse sobre un pie y con sus manos arriba. En esta primera parte de la actividad permanecieron en sus lugares solo observando Camila, Romina, Christian y Hanna.

En un segundo momento se retiraron los listones y se pidió que escogieran uno de los objetos que se encontraban en la mesa, y al observar el material en ese momento todos se

integraron, aunque respetaron sus espacios y solo se observó bailar a Eder, Ricardo, Christian, Camila, Samantha, Natalia y Yissel.

Como última parte de la actividad los alumnos permanecieron en el piso y arriba de ellos se colocó un velo y tendrían que bailar dentro de él sin levantarse, al comenzar la música se levantaron tratando de tocar la tela después algunos se pudieron de rodillas de igual forma queriendo tocarla y girando. Ricardo permaneció acostado alzando sus manos o tocando por un lado la gasa. En un momento algunos salieron de debajo de la tela y fueron por un material de los que habían utilizado anteriormente, pero al ser un espacio pequeño no pudieron utilizarlos. Quienes estuvieron en constante movimiento incluso en un lugar pequeño fueron Ricardo, Eder, Natalia, Samantha, Yissel, Bausilio y Christian.

Imagen 20

Baile libre debajo de la gasa Ricardo (1), Actividad “Danza con el espacio”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 12/03/2026.

Reflexión:

Al terminar con la actividad en el círculo de reflexión se volvió a preguntar cómo se sentían y todos mencionaron que feliz, sin embargo, por el tiempo, no se logró entrevistar a los alumnos sobre esta actividad y al estar escuchar el timbre que marca la salida volvieron a dejar de prestar atención por lo que tampoco se concluyó muy bien en el círculo.

A pesar de que esta vez todos participaron porque les llamó la atención el material que se utilizaría, muy pocos lo utilizaban para bailar, solamente jugaban con ellos y en el

momento de utilizar la tela, al ser muy corta estaban muy juntos y no podían hacer muchos movimientos por lo que podría ser mejor utilizar una tela aún más grande pues les llamó la atención y querían tocarla sin embargo no podrían moverse mucho pues se empujaban entre ellos.

6.5 Actividad “Baila con el objeto”

Propósito: Reflexionar sobre la reacción del cuerpo ante una emoción.

La actividad se llevó a cabo en el salón de clase el día 20 de marzo del 2026 a las 11:00 am después del receso. Para comenzar con la actividad de arranque se preguntó que emoción sentían y todos mencionaron que estaban felices. Después se les preguntó qué movimientos de baile harían si estuvieran felices y dieron unos saltos y movían mucho sus manos, después se les preguntó como bailarían si estuvieran tristes y realizaron movimientos más suaves y dando vueltas, por último, se preguntó como bailarían enojados y, realizaron movimientos fuertes con sus manos.

Esta vez sí se les indicó la emoción que tenían que representar y la primera de ellas fue el enojo. Utilizando un pedazo de tela rectangular y al comenzar con la música Yissel y Samantha comenzaron a fingir una pelea utilizando los pañuelos, Eder movía con fuerza la tela y en algunas ocasiones giraba su torso, quienes también lo lanzaban con fuerza eran Rodrigo, Bausilio, Francisco y Álvaro.

En esta parte de la actividad Matías estuvo sentado en el piso junto con Nathan y cerca de ellos también permanecieron sentados Romina, Christian y Danna y junto a la docente titular se encontraba Joshua.

Después con el mismo objeto se pidió que bailaran felices, y esta vez, comenzaron a saltar y alzar el pañuelo. En el caso de Rodrigo, Francisco, Bausilio y Álvaro comenzaron a correr y lanzar su pañuelo.

Al terminar estas dos emociones se cambió el material de un pañuelo a una pluma y se les pidió que bailaran tristes, Eder pasaba la pluma por su rostro y también intentó pasarlo sobre la cara de Yissel, también dejaba caer su torso y hacia giros lentos. Christian de igual forma pasaba la pluma sobre su cara y caminaba por el espacio lentamente. Yissel observaba

el suelo y caminaba lentamente subiendo sus brazos y bajándolos al igual que Samantha, Álvaro se tiraba al piso y lanzaba su pluma.

Imagen 21

Matías (1), Nathan (2), Romina (3), Christian (4) y Danna (5) durante la actividad “baila con el objeto”



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 20/03/2026.

Por último con la misma pluma pero recostados en el piso se pidió que bailaran con tranquilidad y que pusieran atención a su respiración, al comenzar con el baile Bausilio y Rodrigo permanecieron juntos acercando sus cabezas o sus pies, Álvaro rodaba como tronco o se arrastraba, por otro lado Samantha y Francisco se quedaron recostados en el suelo, Yissel y Eder se arrastraban y en ocasiones Eder observaba su pluma y después giraba, Christian soplaba su pluma y movía todo su cuerpo sin levantarse del piso, algunas veces se levantaba en las rodillas pero volvía a bajar lentamente.

Al observar sus distintas formas de bailar se seleccionó a Eder, Samantha y Christian para realizarles unas preguntas que se registraron en una tabla (ver tabla 9)

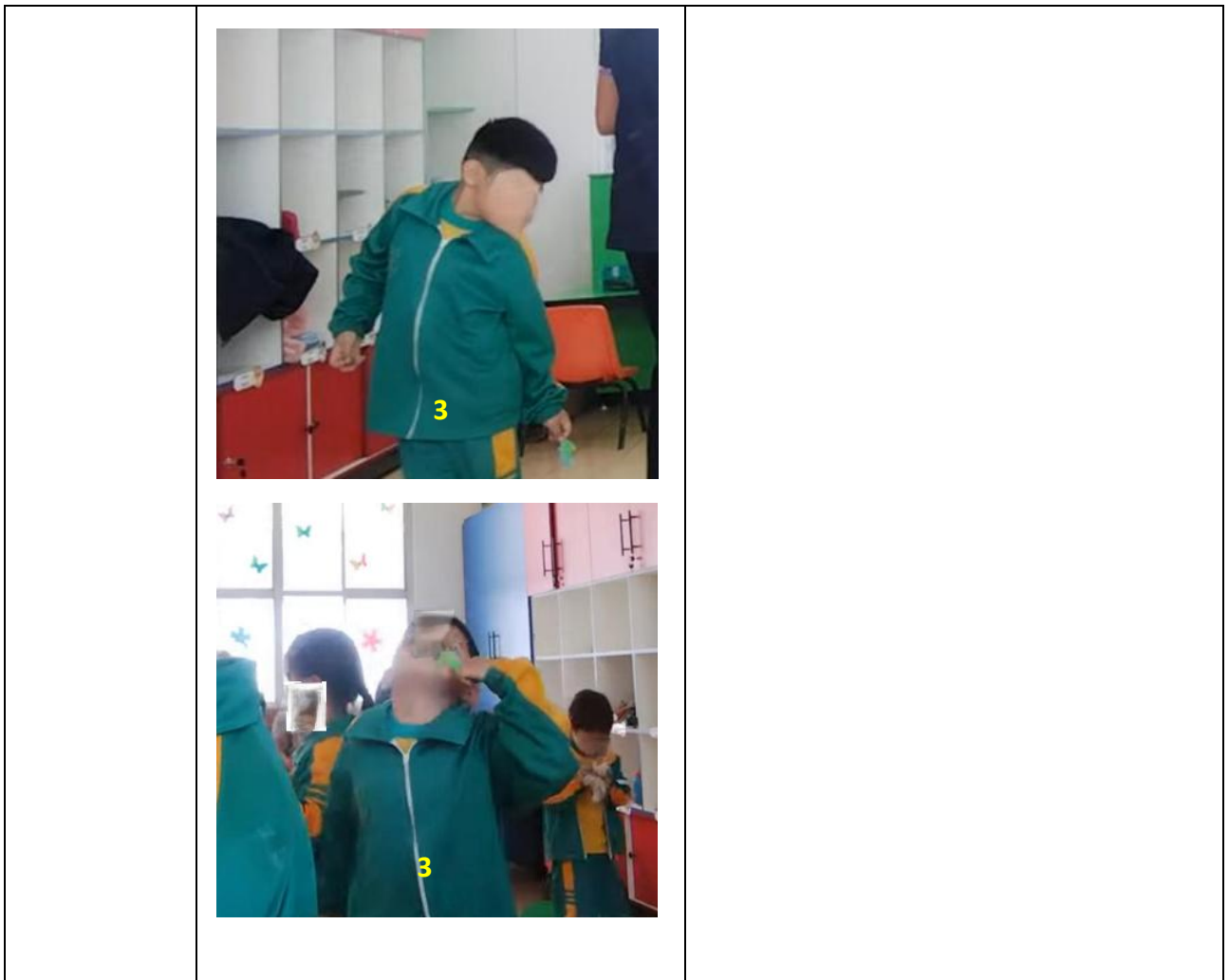
Tabla 9

Análisis de Christian (1), Samantha (2) y Eder (3) en la actividad “baila con el objeto”

Alumno	Expresión emocional durante el baile libre	Identificación y descripción de las emociones experimentadas durante el baile libre
--------	--	---

Christian	  	DF- ¿crees que tu cuerpo puede hablar sin decir palabras? Christian- sí. DF- ¿Por qué crees? ¿cómo crees que puede hablar sin decir palabras? Christian- así (haciendo gestos con la cara y movimientos con las manos). DF- ¿haciendo gestos? Christian- sí, así baila mi cuerpo (vuelve a realizar los mismos movimientos con las manos y gestos con la cara). DF- y tú crees que cuando bailamos ¿podemos contar una historia con nuestro cuerpo? Christian- sí. DF- y ¿cuál fue la emoción más difícil de bailar? Christian- enojado DF- ¿Por qué? Christian- porque cuando estoy enojado hago así (hace saltitos y lanza golpes al aire con los puños).
Samantha		DF- ¿crees que tu cuerpo puede hablar sin decir palabras? Samantha- No. DF- ¿Por qué no? Samantha- porque si no puedo hablar puedo hacer señales.

		DF- y las señas son una forma de hablar ¿verdad? Samantha- sí. DF- y ahorita que estabas bailando que te imaginaste. Samantha- que si no podía hablar podía hacer señales. DF- y ¿Qué emoción fue más difícil bailar? Samantha- tristeza, porque no sabía cómo bailar así, imaginándome como si estuviera llorando porque un gatito mío se me murió. DF- ¿eso pensaste para poder bailar triste? Samantha- sí. DF- ¿y fue difícil? Samantha: Sí, fue difícil, porque... es que a veces cuados se me va mi papi al trabajo siento que ya no va a regresar, es que hay ladrones sueltos y pues a veces hacen daño a la gente.
Eder		DF- ¿crees que tu cuerpo puede hablar sin decir palabras? Eder- no. DF- ¿Por qué crees? Eder- poque baile feliz y triste. DF- ¿y los demás se dieron cuenta que bailaste feliz y triste? Eder- no, estaba feliz. DF- ¿Cuál emoción fue más difícil de bailar? Eder- el de relajado. DF- ¿por qué? Eder- porque lo tuve que bailar en el piso DF: ¿crees que cuando bailamos podemos contar una historia? Eder- sí, porque bailamos mucho.



Nota: Capturas de pantalla de la videograbación de sesión. 20/03/2026.

Reflexión:

En esta actividad la mayor parte de los alumnos participó y una de las fortalezas fue que la música que se utilizó era diferente para poder representar estas emociones, también al preguntar como representarían esas emociones permitió observar que, aunque algunos realizaban acciones parecidas cada uno agregaba movimientos diferentes.

Para mejorar esta actividad de cierre se podrían implementar otros materiales, mayor profundidad en las preguntas y preguntar a quienes no han participado que es lo que no les llama la atención de la actividad.

6.6 De no ser visto a ser elegidos: comparación de sociogramas antes y después de la intervención.

Como parte de los resultados nuevamente se realizó la aplicación del sociograma de aceptación y rechazo dentro del grupo, con el propósito de identificar y analizar los cambios presentados después de la intervención realizada. Preguntando con quién te gusta jugar y con quién no te gusta jugar.

En la imagen 20 se puede observar un cambio importante en Eder quien pasó de ser uno de los alumnos que no era tomado en cuenta por sus compañeros a tener 3 votos; resaltando que fue él uno de los alumnos más activos durante las actividades de danza, lo que permitió que sus compañeros identificaran en él emociones positivas relacionadas con la alegría y el bienestar ya que las respuestas de los niños al elegirlo eran “él siempre es feliz”, “juega conmigo” y “me hace que esté feliz” esto muestra que la expresión emocional que desarrolló durante el taller de danza permitió mayor conexión con los otros. La felicidad que Eder manifestaba verbal y corporalmente, así como a través de sus producciones gráficas generó cercanía con sus compañeros permitiéndole ocupar un lugar visible dentro del grupo.

De igual forma Rodrigo que, aunque inicialmente no era elegido por ninguno de sus compañeros, durante el desarrollo de las actividades comenzó a involucrarse con mayor interés en el trabajo de equipo especialmente con Ricardo, Bausilio y Francisco. La danza al requerir interacción y comunicación con otros, favoreció que Rodrigo encontrara espacios seguros para relacionarse y participar activamente. De esta forma Eder y Rodrigo dejaron de ser no vistos a ser elegidos, mejorando su comunicación e interacción con los compañeros.

Estos resultados permiten comprender que la convivencia y las relaciones interpersonales no surgen de manera espontánea, pues uno se puede relacionar solo con quienes existen en nuestro mundo, por ello para mejorar la convivencia es necesario primero, mirar, reconocer y establecer una relación con los demás, en este sentido la danza se convirtió en un medio que posibilitó que los niños fueran vistos, escuchados y valorados por sus compañeros fortaleciendo no solo la expresión emocional sino también el sentido de pertenencia e inclusión dentro del grupo.

Bausilio y Francisco formaban parte de los alumnos con mayor rechazo y poca aceptación dentro del grupo, pero ahora ambos fueron elegidos por tres de sus compañeros y aunque no obtuvieron gran cantidad de votos pasaron del rechazo a ser percibidos de una forma diferente por tres de ellos, este avance refleja que la danza permitió hacer visible no solo el cuerpo en movimiento, sino también a la persona que existe detrás de él, sus emociones, intereses, formas de relacionarse y posibilidades de convivir con otros. En el diagnóstico inicial se eligieron mutuamente y eligieron a “Renne” una ranita de peluche, lo que puede interpretarse como una dificultad para establecer vínculos más amplios con el grupo y una tendencia a refugiarse en aquello que les brindaba seguridad, pero esta vez ambos eligieron a Melissa y Matías lo que muestra una mejora en sus relaciones interpersonales.

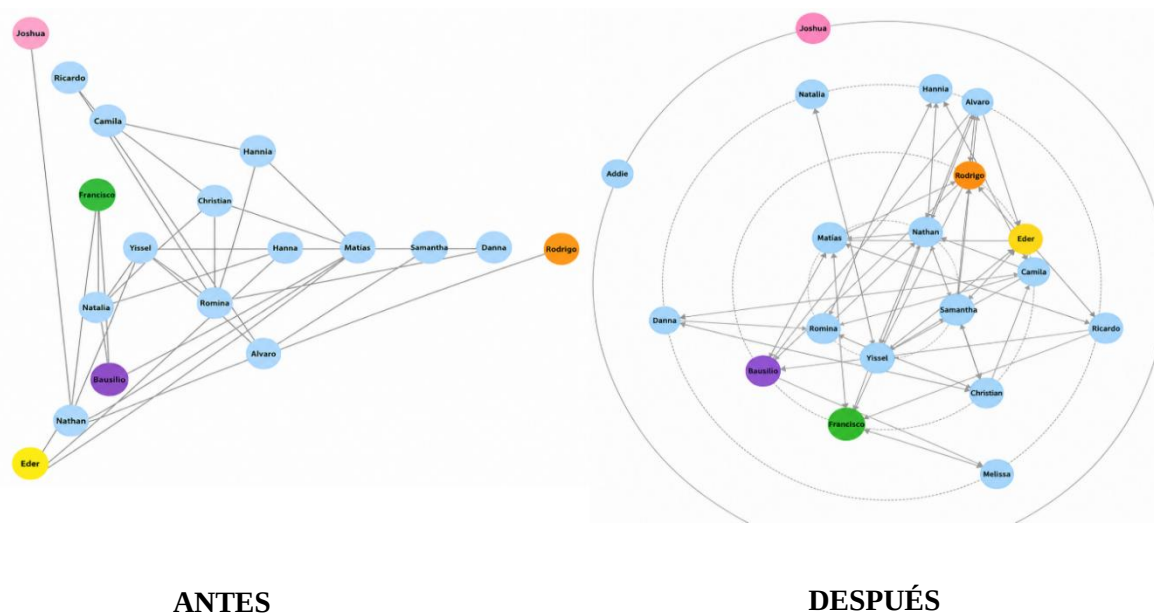
Cabe resaltar que dentro de las actividades de danza Bausilio tuvo mayor interacción con Hanna quien en la primera etapa del diagnóstico mencionó que no le gustaba jugar con él porque la molestaba, pero esta vez, lo eligió como uno de sus compañeros con el que más le gusta jugar argumentando que siempre están juntos, esto demuestra que su interacción dentro de las actividades de danza permitió mejorar la relación entre ambos. Por otro lado, Francisco fortaleció su interacción con Rodrigo y Ricardo mostrando una mayor disposición para convivir y participar con otros compañeros.

Hanna pasó de tener cuatro votos a solo obtener un voto, sin embargo, esto no necesariamente puede interpretarse como rechazo o pérdida de aceptación por parte de sus compañeros, aunque Hanna recibió menos votos, durante el desarrollo de las actividades continuó manteniendo interacción y cercanía con sus compañeros lo que hace entender que seguía siendo tomada en cuenta dentro del grupo, algunos niños al realizar sus elecciones mencionaron solo a ciertos compañeros específicos pero esto no significa que excluyeran o rechazaran a Hanna sino que priorizaron nombrar a aquellos con quienes habían compartido más actividades recientemente.

Los alumnos con mayor aceptación dentro del grupo fueron Samantha y Yissel con cinco votos, siendo Yissel la alumna con mayor cantidad de elecciones incluso desde el diagnóstico inicial con cuatro, resaltando que es una alumna con altas habilidades emocionales y que durante las actividades de danza también tuvo una participación destacada permaneciendo la mayor parte del tiempo con Eder, Natalia, Samantha y Hanna.

Imagen 22

Comparación de Sociograma de relaciones de aceptación antes y después de la aplicación de actividades



Nota: Sociogramas de relaciones de aceptación antes (01 al 12 de septiembre de 2025) y después de la intervención (25 al 29 de mayo de 2026).

El caso de Addie y Joshua permite reflexionar sobre la importancia de la presencia en la construcción de las relaciones interpersonales dentro del aula, ambos continúan sin ser elegidos por sus compañeros, sin embargo, esto puede relacionarse no únicamente con el rechazo sino con las posibilidades limitadas de convivencia.

En el caso de Addie, la poca asistencia influyó en la dificultad para establecer relaciones con el grupo y, su participación en solo una de las actividades de danza limitó las oportunidades de interacción, comunicación y convivencia con sus compañeros. Tal como se ha mencionado, uno solo puede relacionarse con quienes forman parte de su mundo, es por esto que, al no estar presente gran parte de tiempo, puede volverse menos visible para los demás no de una manera intencional, sino que la ausencia de experiencias compartidas no permite crear vínculos.

Por otro lado en el caso de Joshua aunque asiste a la escuela, presenta dificultades en el reconocimiento y comprensión de las emociones de sus compañeros, lo que afecta su manera de interactuar con ellos, es por esto que cuando asiste a la escuela sus compañeros lo ven como alguien que “se porta mal” mencionando esto en sus respuestas al elegir quien es el compañero con quien no te gusta jugar, mostrando que las dificultades emocionales y sociales influyen en la percepción que el grupo construye sobre él.

De esta manera la presencia corporal tiene un papel fundamental en la construcción de relaciones interpersonales, pues el estar presentes implica no solo ocupar un espacio físico, sino también participar, interactuar, mirar, ser mirado y compartir experiencias con otros, en actividades como la danza el cuerpo se convierte en un lenguaje que posibilita el acercamiento social incluso antes de las palabras.

En la imagen 21 se observa el resultado de las relaciones de rechazo, siendo Camila la alumna con nueve votos a la pregunta ¿con quién no te gusta jugar?, seguida de Romina con 8 elecciones, ambas siendo elegidas por los mismos compañeros argumentando que son un poco agresivas, no prestan los juguetes y los molestan. Durante las actividades de danza, tanto Camila como Romina mostraron poca participación, ya que en gran parte de las sesiones permanecían sentadas o jugaban únicamente entre ellas y con algunos compañeros cercanos; está poca participación en las actividades grupales pudo influir en las dinámicas de convivencia y en la percepción de sus compañeros sobre ellas.

En el diagnóstico inicial no obtuvieron muchos votos en las relaciones de rechazo, e incluso Romina estaba entre los compañeros con mayor aceptación. Esto puede deberse a diversos conflictos con algunos de sus compañeros por cambios en sus actitudes hacia ellos, estos cambios podrían estar relacionados con situaciones de su contexto familiar, las cuales ellas mismas mencionaban durante la convivencia escolar al ser hermanas, esto muestra cómo los factores externos al aula también influyen en la manera en que los niños se relacionan, expresan sus emociones y conviven con los demás, repercutiendo directamente en su participación dentro del grupo.

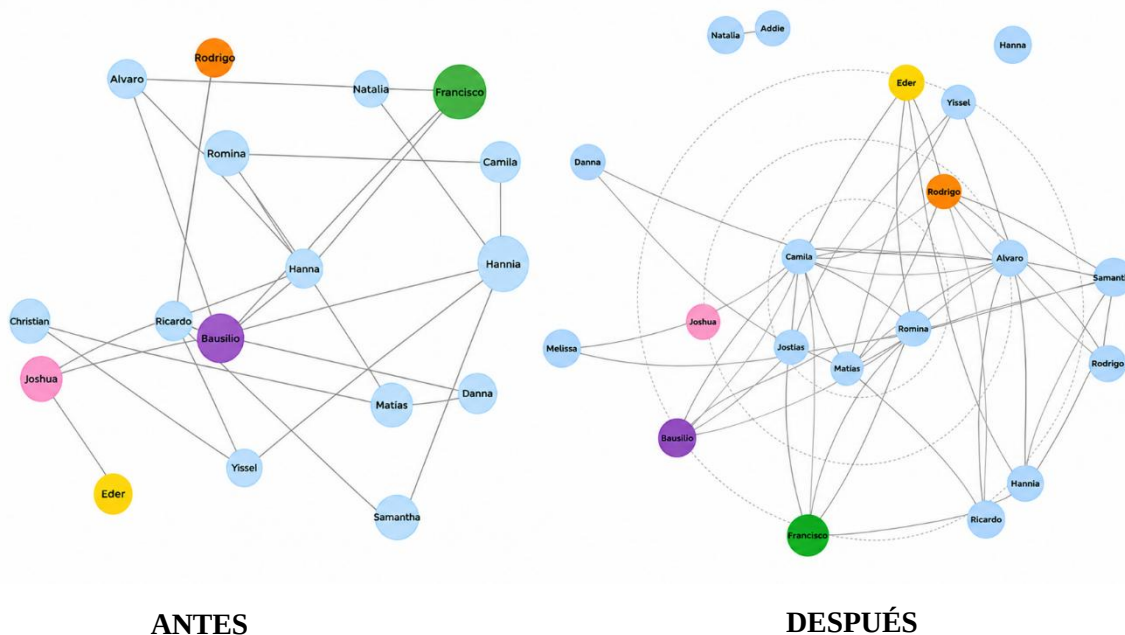
Matías obtuvo 6 votos, sin embargo, también obtuvo gran cantidad de votos en las relaciones de aceptación con 5 elecciones esto puede atribuirse a que, aunque es un niño muy

sociable en algunas ocasiones realizaba acciones o comentarios sin identificar que podrían incomodar, molestar o lastimar a sus compañeros.

Estos casos demuestran que las relaciones interpersonales en la infancia pueden llegar a ser complejas y dinámicas pues un mismo niño puede ser percibido de distintas maneras dentro del grupo dependiendo de las experiencias, interacciones y emociones que construye con cada compañero.

Imagen 23

Comparación de Sociograma de relaciones de rechazo antes y después de la aplicación de actividades



Nota: Sociogramas de relaciones de rechazo antes (01 al 12 de septiembre de 2025) y después de la intervención (25 al 29 de mayo de 2026).

Joshua fue uno de los alumnos que no obtuvo votos en las relaciones de aceptación y en las relaciones de rechazo obtuvo seis votos, en las actividades de danza no participo en ningún momento y al igual que Addie tiene poca asistencia.

Al comparar ambos sociogramas se observa que después de la intervención Yissel y Samantha son las alumnas con mayor aceptación dentro del grupo, seguidas de Eder, Rodrigo, Bausilio y Francisco siendo ellos en quienes más se observó un cambio pues al

comienzo eran alumnos que no interactuaban con sus compañeros y con poca o nula aceptación.

Los alumnos con mayor cantidad de rechazos fueron Camila con nueve votos y Romina con ocho, debido a desacuerdos o conflictos con sus compañeros, así mismo Matías y Joshua con seis, debido a que Joshua se le dificulta identificar las emociones de sus compañeros, del mismo modo se le dificulta manejar el enojo.

En el caso de Melissa no se tiene registros del diagnóstico inicial pues se integró 3 semanas después al grupo y al momento de preguntar con quién le gusta jugar no mencionó a nadie, mencionando que nadie quiere jugar con ella, sin embargo, Bausilio y Francisco la han elegido como alguien con quien les gusta jugar, aunque Melissa percibía que no era tomada en cuenta por sus compañeros, sí comenzaban a construirse vínculos y relaciones de convivencia con algunos niños del grupo.

Nathan, Romina, Camila, Christian y Hannia se eligieron entre ellos mismos y es por esto que también cuentan con una gran cantidad de votos, pero en las preguntas hacia sus compañeros en muchos de los casos mencionaban los nombres de ellos juntos, debido a que en algunas ocasiones evitan convivir con otros de sus compañeros y solo interactúan dentro de este pequeño grupo.

Así mismo se aplicó una guía de observación (ver anexo A) con el propósito de obtener información sobre los cambios de la expresión emocional en cada uno de los alumnos y su relación con los sociogramas de aceptación y rechazo. Sistematizando la guía de la siguiente manera (ver tabla 8)

Tabla 10

Evaluación de la expresión y comunicación emocional posterior a la intervención.

INDICADORES	PORCENTAJE ANTES DE INTERVENCIÓN				PORCENTAJE DESPUÉS DE INTERVENCIÓN				DIFERENCIA			
	S	AV	N	NSO	S	AV	N	NSO	S	AV	N	NSO
Se ve motivado al momento de relacionarse con sus compañeros	68.42	31.58	0.00	0.00	70.00	30.00	0.00	0.00	1.58	-1.58	0.00	0.00
Muestra una amplia gama de emociones	89.47	5.26	0.00	5.26	100.00	0.00	0.00	0.00	10.53	-5.26	0.00	-5.26

(alegría, tristeza, enojo, miedo)												
El niño muestra comunicación con sus compañeros	36.84	63.16	0.00	0.00	60.00	40.00	0.00	0.00	23.16	-23.16	0.00	0.00
Expresa sus sentimientos y emociones libremente	63.16	31.58	5.26	0.00	90.00	5.00	5.00	0.00	26.84	-26.58	-0.26	0.00
Utiliza expresiones faciales para comunicar sus Emociones	89.47	10.53	0.00	0.00	95.00	5.00	0.00	0.00	5.53	-5.53	0.00	0.00
Tiene dificultades para expresar emociones	0.00	21.05	78.95	0.00	0.00	5.00	95.00	0.00	0.00	-16.05	16.05	0.00
Demuestra habilidades para manejar emociones difíciles (frustración, enojo)	42.11	36.84	5.26	15.79	55.00	35.00	5.00	5.00	12.89	-1.84	-0.26	- 10.79
El niño desarrolla habilidades expresivas y comunicativas en el aula de clases	26.32	47.37	26.32	0.00	35.00	60.00	0.00	5.00	8.68	12.63	-26.32	5.00
Muestra más comunicación cuando realiza actividades en el aula de clases	47.37	36.84	10.53	5.26	75.00	20.00	5.00	0.00	27.63	-16.84	-5.53	-5.26
Tiene dificultades para comprender las emociones de sus pares	5.26	5.26	89.47	0.00	5.00	0.00	95.00	0.00	-0.26	-5.26	5.53	0.00
Se siente emocionado al explorar texturas y materiales	94.74	5.26	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	5.26	-5.26	0.00	0.00
El niño muestra motivación al momento de utilizar recursos plásticos	100.00	0.00	0.00	0.00	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Fuente: Recuperada de Gómez, C., Ramírez, M., (2024).

Códigos: S (sí), AV (a veces), N (no), NOS (no se observó). Total de alumnos: 20

La guía de observación aplicada después de la intervención evidenció avances en la expresión emocional y las relaciones interpersonales de los alumnos, resultados que pueden vincularse con la implementación de las actividades de danza, los niños tuvieron oportunidades para comunicar emociones, interactuar con diferentes compañeros y fortalecer su confianza al participar en las actividades.

En los resultados se observa que hubo un aumento (1.58%) en la motivación al relacionarse con sus compañeros observando que solo hubo un pequeño cambio, pues aún hay compañeros que solo trabajan con sus amigos.

La comunicación entre compañeros mejoro (26.84%) lo que puede observarse en los sociogramas pues ahora los alumnos con menos aceptación en el diagnóstico ya interactúan con sus demás compañeros y crearon amistades dentro del grupo. Lo que también se observa con un incremento (27.63%) en la comunicación dentro de las actividades del aula.

Las actividades de danza permitieron a los alumnos reconocer y expresar estados emocionales mediante gestos, movimientos y expresiones corporales, fortaleciendo gradualmente la empatía y la autorregulación emocional.

También se presentó un pequeño aumento en la comprensión de las emociones de sus compañeros (5.53%) sin embargo aún hay (0.26%) alumnos que todavía les cuesta manejar emociones difíciles como el enojo y comprender las emociones de los demás como en el caso de Joshua y de Matías, sin embargo, hubo una mejora (12.89%) en el grupo para el manejo de sus emociones.

Los alumnos en los que se observó una mejora en la expresión de sus emociones y relaciones con los demás, se observa en el caso de Eder, Samantha, Rodrigo, Bausilio y Francisco. Quienes al comienzo eran un poco tímidos y no interactuaban con muchos de sus compañeros, sin embargo, dentro de las actividades lograron comunicar emociones y convivir con diferentes compañeros.

Los resultados muestran que las actividades de danza favorecieron no solo la expresión emocional de los alumnos, sino también la construcción de vínculos más inclusivos dentro del grupo. A través del movimiento y la interacción, algunos niños que no se integraban lograron hacerse visibles, fortalecer su participación y establecer nuevas relaciones, evidenciando el potencial de la danza como una estrategia para promover el desarrollo socioemocional y la convivencia escolar.

VII. CONCLUSIONES

La presente investigación permitió analizar la influencia de las actividades de danza en el desarrollo de la expresión emocional y en la mejora de las relaciones interpersonales de los alumnos del grupo de 3° “C” del Jardín de Niños Profa. Angelita Martínez Ortiz durante el ciclo escolar 2025-2026.

La pregunta de investigación planteó cómo influye la danza en la mejora de la expresión emocional y las relaciones interpersonales de los niños de preescolar, los resultados obtenidos permitieron dar respuesta a esta pregunta al observar que conforme los alumnos participaron en actividades de danza acompañada de la música lograron expresar con mayor claridad sus emociones y relacionarse de manera más cercana y respetuosa con sus compañeros. La danza favoreció, en algunos de ellos, espacios donde los niños pudieron comunicar sentimientos mediante el cuerpo, los gestos y el movimiento, fortaleciendo habilidades de empatía, cooperación y confianza.

Durante el diagnóstico inicial se identificó que algunos alumnos presentaban dificultades para relacionarse con el grupo o expresar adecuadamente sus emociones; los sociogramas mostraron casos de rechazo y aislamiento, especialmente en alumnos como Bausilio, Francisco, Rodrigo y Eder, quienes presentaban pocas interacciones o no eran considerados dentro de las dinámicas sociales del grupo.

Sin embargo, después de la aplicación de las actividades de danza se observaron cambios importantes en la participación, seguridad y comunicación de los alumnos. El trabajo en parejas y la representación de emociones mediante la música permitieron fortalecer la interacción entre compañeros y favorecer un ambiente de mayor confianza. En especial estos alumnos comenzaron a mostrar mayor disposición para colaborar, compartir espacios y expresar emociones de manera más libre, lo cual impactó positivamente en la convivencia escolar.

La danza funcionó como una herramienta pedagógica al tomar en cuenta que en el Campo Formativo de Lenguajes del Plan de Estudios 2022, uno de los procesos de desarrollo busca que el niño de preescolar “combine diversos recursos gráficos y de los lenguajes artísticos para representar emociones y experiencias” (SEP 2022, p. 23) , a través de la danza se crearon espacios donde los niños pudieron expresar sus emociones mediante el

movimiento corporal y fortalecer sus relaciones interpersonales a través de las experiencias compartidas.

Dentro de esta investigación se tomó como un elemento esencial la expresión emocional para las relaciones con los demás, pues permitió comprender lo que el otro experimenta y la manera en que lo comunica (Feldman, 2001 citado en Sánchez, A. y Díaz, L., 2009, p.794), tal como se logra observar en Eder, quien al comienzo era un alumno con poca aceptación y bajas habilidades emocionales, sin embargo, al momento de la intervención siempre mencionó sentirse feliz, emoción que logró mostrarlo con movimientos corporales acompañados de la música, siendo evidente que lo disfrutaba.

Retomando a Rueda (2013) quien señala que “la danza comunica a través del movimiento, se ayuda de las posibilidades motrices que ofrece nuestro cuerpo y las combina en el tiempo y el espacio generando expresividad y significado” (p. 142). Eder representaba su felicidad con movimientos de torso en espiral, subiendo a las puntas de sus pies y observando hacia arriba, y al realizar ciertos movimientos cerraba los ojos.

Aunque en las actividades se pedía a los alumnos que bailaran libremente la emoción que experimentaban, en la última actividad del taller, sí se indicó una emoción que tenían que representar utilizando un objeto; también fue Eder quien logró identificar la emoción que se pretendía comunicar, y expresarla con movimientos que la regularan o la representaban, lo que se puede relacionar con la mejora de las competencias emocionales recordando el Modelo Pentagonal de Competencias Emocionales del Group donde se resaltaron tres de ellas para la investigación, la conciencia emocional, que es la que reconoce la emoción, la regulación emocional, que refiere a cómo se gestiona y, la competencia social, que habla de cómo se pone en juego con los otros en la interacción social.

Quienes también lograron representar y expresar su emoción fueron Samantha y Yissel, pues en sus movimientos se observaba relación con sus expresiones faciales y con sus respuestas sobre su emoción. Al igual que Eder en todas las sesiones mencionaban sentirse felices y realizaban muchos saltos y giros, generalmente ellas permanecían juntas y al explorar otras emociones bailaban en pareja.

El cambio también se vio reflejado en las relaciones con los demás compañeros particularmente en el caso de Eder, quien mostró una mejora significativa en sus relaciones

interpersonales. Durante las actividades en equipo ya no era necesario asignarlo a un grupo pues él mismo se integraba con sus compañeros, esto representó una diferencia importante en comparación con el inicio cuando mostraba inseguridad para relacionarse con los demás niños. En este proceso, Yissel, Samantha y Natalia desempeñaron un papel relevante ya que frecuentemente permanecían juntos y se observaba entre ellos una comunicación respetuosa y adecuada lo que favorecía la realización de las actividades y la representación conjunta de una misma emoción. Aunque este era el grupo con el que Eder interactuaba con mayor frecuencia, en algunas ocasiones también se acercaba a Hanna y fuera de las actividades de danza comenzó a convivir más con Matías y Rodrigo.

Rodrigo también fue un alumno en quien se observaron mejoras en sus interacciones sociales. Al inicio solía permanecer solo y durante el recreo jugaba cerca de la maestra sin interactuar con otros niños. No obstante, a partir de las actividades de danza comenzó a acercarse a Ricardo, Francisco y Bausilio, así mismo en otras actividades empezó a sentarse cerca de ellos y durante el recreo permanecía junto a Francisco, Matías y Bausilio. En las actividades de danza, una de las formas en que Rodrigo se acercaba a sus compañeros era mediante la imitación de algunos de sus movimientos, para posteriormente continuar con los propios.

Francisco y Bausilio son alumnos en quienes también se observó un cambio significativo. En el diagnóstico inicial, aunque ambos intentaban relacionarse con sus compañeros existía cierto rechazo derivado de sus dificultades en el lenguaje lo que ocasionaba que algunos niños no lograran comprenderlos. Sin embargo, a través de las actividades de danza comenzaron a establecer mayores vínculos con sus compañeros particularmente Bausilio se acercó más a Hanna, mientras que Francisco fortaleció su convivencia con Ricardo y Rodrigo. Aunque en las primeras actividades su participación fue limitada gradualmente desarrollaron mayor confianza y lograron expresar sus emociones con mayor seguridad.

Sin embargo, en algunos alumnos no se logró que participaran en las actividades, es Matías quien únicamente se integró en una de ellas donde se utilizaron diferentes objetos para bailar y estos materiales en especial la máscara le llamaron la atención y aunque estuvo dentro de la actividad no representó su emoción mediante la danza.

En el caso de Matías, esto podría atribuirse a que la danza no representa una actividad de su interés, ya que incluso durante las clases de música cuando se realizan actividades de baile suele permanecer sentado. Tomando en cuenta esto recordamos que es necesario que para crear conciencia de lo que se está haciendo es necesario que las actividades sean por placer e iniciativa propia del niño (Piaget 1969 citado en Landeira, S. 1998).

Aunque para Matías la danza no representó una actividad de su interés, las artes estéticas pueden manifestarse a través de diversas formas que podrían resultar más significativas para otros alumnos como el teatro, la pintura, la literatura, el cine y la música. En el caso de Matías, se observó un mayor interés por la literatura y la pintura, ya que disfruta de la lectura y suele narrar cuentos e historias a sus compañeros.

A través de las actividades corporales y musicales, los niños lograron expresar emociones, desarrollar mayor seguridad para convivir con sus compañeros y fortalecer la comunicación dentro del grupo. Casos como los de Eder, Rodrigo, Francisco y Bausilio evidenciaron cambios significativos en su participación, integración social y confianza personal.

De esta manera, aunque la danza permitió crear espacios de convivencia basados en el respeto, la cooperación y la expresión de emociones, favoreciendo el desarrollo de competencias emocionales y sociales, también se identificó que no todos los alumnos mostraron el mismo interés hacia ella, como ocurrió con Matías, lo que demuestra la importancia de considerar las diferencias individuales y la existencia de diversas manifestaciones artísticas. Lo que abre futuras líneas de investigación, podría ser conveniente explorar el impacto de otras manifestaciones artísticas, como el teatro, la música, la expresión plástica o el juego dramático, para comparar su eficacia con la danza en el desarrollo de competencias emocionales y sociales.

De igual forma podría analizarse la influencia de la danza en poblaciones con necesidades específicas, por ejemplo, niños con trastornos del lenguaje, trastornos del espectro autista, dificultades de socialización o discapacidad, considerando que durante esta investigación se observó que algunos alumnos con problemas de comunicación mostraron avances importantes al expresarse mediante el movimiento corporal.

También sería relevante investigar el papel de la familia en el fortalecimiento de la expresión emocional mediante actividades artísticas, incorporando estrategias donde padres e hijos participen conjuntamente para favorecer la continuidad del trabajo socioemocional fuera del contexto escolar.

Finalmente, esta investigación permitió reconocer que la danza no solo favorece el desarrollo artístico sino también el bienestar emocional y social de los niños a través de experiencias significativas y expresivas, los alumnos lograron fortalecer su identidad, mejorar sus relaciones interpersonales y construir ambientes de convivencia más sanos y empáticos, por ello se considera importante continuar promoviendo estrategias pedagógicas basadas en el arte y la educación emocional dentro del nivel preescolar, reconociendo que el desarrollo integral del niño también implica aprender a sentir, expresar y convivir con los demás.

BIBLIOGRAFÍA

- Aragoneses, A. H., & Pastor, V. M. L. (2015). La expresión corporal en educación infantil. *La Peonza: revista de educación física para la paz*, (10), 23-44.
- Bisquerra R., (2009) la psicopedagogía de las emociones
- (2016). 10 ideas clave Educación emocional Educación emocional
- Blanco. (2019). LA EMOCIÓN Y SUS COMPONENTES
- Cabello, R., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D., Extremera, N. (2006). Una aproximación a la integración de diferentes medidas de regulación emocional. *Ansiedad y Estrés*, 12, (2-3), p.155-166.
- Capella, C., & Mendoza, M. (2011). Regulación emocional en niños y adolescentes: artículo de revisión. Nociones evolutivas y clínica psicopatológica. *Revista Chilena de Psiquiatría y Neurología de la infancia y adolescencia*, 22(2), 255-268.
- Carracedo, M., Sánchez, D., & Zunino, C. (2017). Consentimiento informado en investigación. *Anales de Facultad de Medicina*. 2017; 4 (s2).
- Cortes, W., Cabezas, J., Angulo C., (2025). La danza como estrategia pedagógica para fomentar la sana convivencia de los niños y niñas del hogar tradicional los pajaritos del municipio de barbacoas de la vereda machare.
- De La Hoz Meza, T. (2018). *Proyecto Inter-Danza: propuesta pedagógica para reducir conductas que afectan las relaciones sociales en la población infantil del HCB Pitufos 2* (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios).
- De Rueda Villén, B., & López Aragón, C. E. (2013). Música y programa de danza creativa como herramienta expresión de emociones. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 141-148.
- Denham, S. A. (2007). *Dealing with feelings: How children negotiate the worlds of emotions and social relationships*. *Cognition, Brain, Behavior*, 11(1), 1–48.
- (2007). *Social–emotional competence as support for school readiness: What is it and how do we assess it?* *Early Education and Development*, 18(5), 715–722.

- Eisner, E. (2004). El arte y la creación de la mente el papel de las artes visuales en la transformación de la conciencia.
- García, A. I. E., & Pastor, V. M. L. (2014). La expresión corporal y la danza en educación infantil. *La Peonza: Revista de Educación Física para la paz*, (9), 3-26.
- Gómez Cruz, A. L., & Ramírez Cruz, M. D. (2024). La educación plástica en la expresión y comunicación emocional en niños de 4 a 5 años.
- Gómez, E. M., & Arboleda, I. G. (2021). Análisis de la psicomotricidad a través de la práctica psicomotriz de Bernard Aucouturier: estudio de casos (Analysis of psychomotricity through the psychomotor practice of Bernard Aucouturier: cases study). *Retos*, 39, 620-627.
- Hernández Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill México.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill.
- Ibarrola, B. (2011). Cómo educar las emociones de nuestros hijos. *Trabajo*.
- Ladeira, S. (1998). El juego simbólico en el niño: explicación e interpretación en J. Piaget y en S. Freud. *Revista Digital-Buenos Aires*, 14(134), 1-6.
- Latorre, A. (2004). La investigación-acción. *Conocer y cambiar la práctica educativa*, 4.
- Lizarraga, I. (2015). *El espacio en el análisis del movimiento de Rudolf Laban*. revista diagonal. <https://revistadiagonal.com/articles/analisi-critica/espacio-rudolf-laban/>
- Machado, R. F. B., Hurtado, S. D. C. A., Abarca, S. D. D., & Ocaña, L. L. M. (2025). La danza como expresión cultural y su impacto en el desarrollo cognitivo. *Esprint Investigación*, 4(1), 142-153. Manghi, L. (2025). *Wallon en y para la psicomotricidad: Ciclo de jornadas sobre Henri Wallon 2014-2018*. EDUNTREF.
- Mateo-Remiro, M. (2016). *La Psicomotricidad Relacional como Recurso Pedagógico en Primer Ciclo de Educación Infantil* (Bachelor's thesis).

- Megías, M. E. P. (2020). Pensar el cuerpo: de la expresión corporal a la conciencia" expresivocorporal", un camino creativo narrativo en la formación inicial del profesorado. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 643-651.
- Mejía, E. E. M., & Tuarez, L. K. C. (2021). Estrategias de Educación Artística como potenciadora del desarrollo del pensamiento creativo en los estudiantes de básica elemental. *Dominio de las Ciencias*, 7(6), 1205-1224.
- Monroy, M. (2003). La danza como juego, el juego como danza. Una pregunta por la pedagogía de la danza en la escuela.
- Regader, B. (2025). La teoría del desarrollo psicosocial de Erik Erikson. *Psicología y Mente*.
- Sánchez-Aragón, R., & Díaz-Loving, R. (2009). *Reglas y preceptos culturales de la expresión emocional en México: Su medición*. Universitas Psychologica, 8 (3), 793–805.
- Sánchez Huete, J. C. (2019). La sociometría como técnica de análisis para el buen clima del aula. *Educación y Futuro: Revista de Investigación Aplicada y Experiencias Educativas*, 41, 67–106.
- SEP. (2022) Educación Socioemocional en el marco de la Nueva Escuela Mexicana
- SEP. (2022). Plan de estudio para la educación preescolar, primaria y secundaria.
- Silva Buendia, C. (2023). Baile como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional en un aula de 5 años del colegio San Agustín.
- Silveira, M. (2015). *El arte de las relaciones personales*. Alba Editorial.
- UCEV. (s.f.). Sociograma: Los procedimientos sociométricos. <https://www.ucev.coop/ficheros/documentos/sociograma.pdf>
- Vázquez, P. G., Basile, F. J. G., & López, J. A. G. (2021). *Fundamentos teóricos de la educación emocional: Claves para la transformación educativa*. Ediciones Octaedro.
- Vega Sandate, M. F. (2022). La expresión de las emociones a través de la danza en un grupo de tercero de preescolar.

ANEXOS

Anexo A



Benemérita Y Centenaria Escuela Normal Del Estado



Docente en formación: Alejandra Mariano de León 3°B

Institución: Jardín de Niños Profa. Angelita Martínez Ortiz

Grado: 3°B

Cantidad de niños: 19

Objetivo: El propósito de esta ficha de observación es obtener información acerca del manejo de la expresión y comunicación emocional en niños de 4 a 5 años del nivel inicial 2 dentro del ámbito educativo.

Ficha de observación					
N°	Criterios	Si	A veces	No	Observación
1	Se ve motivado al momento de relacionarse con sus compañeros				
2	Muestra una amplia gama de emociones (alegría, tristeza, enojo, miedo)				
3	El niño muestra comunicación con sus compañeros				
4	Expresa sus sentimientos y emociones libremente				
5	Utiliza expresiones faciales para comunicar sus Emociones				
6	Tiene dificultades para expresar emociones				
7	Demuestra habilidades para manejar emociones difíciles (frustración, enojo)				
8	El niño desarrolla habilidades expresivas y comunicativas en el aula de clases				
9	Muestra más comunicación cuando realiza actividades en el aula de clases				
10	Tiene dificultades para comprender las emociones de sus pares				
11	Se siente emocionado al explorar texturas y materiales				
12	El niño muestra motivación al momento de utilizar recursos plásticos				

Fuente: Recuperada de Gómez, C., Ramírez, M., (2024).