

**UNIVERSIDAD NACIONAL
“JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN”**

FACULTAD DE EDUCACIÓN



TESIS

**ACTIVIDAD FÍSICA Y LOGROS DE APRENDIZAJE EN
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. PEDRO E. PAULET
MOSTAJO, HUACHO 2019**

PRESENTADO POR:

Bach. DANY ROMARIO BARRETO PAIMA

**PARA OPTAR EL GRADO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN
FÍSICA Y DEPORTES**

ASESOR:

Mg. ARMANDO EMILIO CABRERA CABANILLAS

HUACHO – 2019



DEDICATORIA

A Dios por haberme permitido culminar la etapa universitaria, además de su infinita bondad y amor.

A todos los familiares por los apoyos brindados de manera desinteresada.

AGRADECIMIENTO

A Agradezco a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de la carrera, por ser fortaleza en los momentos de debilidad.

A la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión por brindarme su capacidad instalada y permitirme forjar una identidad de ser un profesional.

Índice

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	vii
ABSTRACT	VIII
INTRODUCCIÓN	ix
CAPÍTULO I	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA.	1
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	2
1.2.1. Problema General	2
1.2.2. Problemas específicos	2
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	2
1.3.1. Objetivos Generales	2
1.3.2. Objetivos Específicos	2
1.4. JUSTIFICACIÓN DE INVESTIGACIÓN.....	3
1.5. DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO.....	4
1.6. VIABILIDAD DEL ESTUDIO	5
CAPÍTULO II.....	5
MARCO TEÓRICO	5
2.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA.....	6

2.1.1. Antecedentes Extranjeros.	6
2.2.2. Antecedentes Nacionales.	7
2.2. BASES TEÓRICAS.	10
2.3 Definición de Términos Básicos.	28
2.4. HIPÓTESIS.	30
2.4.1. Hipótesis General.	30
2.4.2. Hipótesis Específicas.	30
2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.	31
CAPÍTULO III.	32
METODOLOGÍA.	32
3.1. DISEÑO METODOLÓGICO.	32
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA.	33
3.3. Técnicas de Recolección de Datos.	34
3.4. Técnicas para el Procesamiento de la Información.	34
CAPÍTULO IV.	36
RESULTADOS.	36
4.1. Análisis de resultados.	36
4.2. Contratación de hipótesis.	49
CAPÍTULO V.	58
DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS.	58
5.1. DISCUSIÓN.	58
5.2. CONCLUSIONES.	60

CAPÍTULO VI	63
FUENTES DE INFORMACIÓN	63
6.1 Bibliografía.....	63

RESUMEN

Esta investigación denominada actividad física logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019, tiene como objetivo hallar la relación entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

Se utilizó como tipo de estudio el descriptivo-explicativo, con diseño correlacional, para la obtención de los datos respectivos a la actividad física y logros de aprendizaje se empleó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario elaborado, la población y muestra estudio la formaron 150 estudiantes de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019, para el análisis estadístico, se empleó el coeficiente de correlación Lineal de Spearman y la medida de tendencia central: Media Aritmética, se llega a la conclusión que existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019 Además, la correlación de Rho de Spearman² es **0.859**, en referencia a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y fuerte.

PALABRAS CLAVES: Actividad física, aprendizaje, educación física, logros de aprendizaje

ABSTRACT

The present research work called physical activity and learning achievements in high school students of the I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019, aims to determine the relationship between physical activity and learning achievements in high school students of the I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019, the type of study is descriptive-explanatory, with correlational design, for the collection of data referring to physical activity and learning achievements, the survey was used as a technique and as a tool the structured questionnaire, the population and sample study was constituted by 150 students of the IE 3tPedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019, for the statistical analysis, the linear correlation coefficient of Spearman and the measure of central tendency were used: Arithmetic Mean, it is concluded that there is a Significant relationship between physical activity and individual motivation in high school students of EI Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019. In addition, Spearman's Rho correlation is 0.859, according to the Bisquerra scale said correlation is positive and strong.

KEY WORDS: Physical activity, learning, physical education, learning achievements

INTRODUCCIÓN

La presente tesis de grado, es producto de la inquietud de conocer si la actividad física tiene relación con logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho.

La actividad física es necesario para que las personas estén saludables, esta permite prevenir muchas enfermedades y dolencias, asimismo nos hace sentir bien internamente y la conexión entre cuerpo, espíritu, mente y/o alma, en tanto requerimos efectuar actividades físicas de forma periódica para conseguir buenos académicos puesto estimula de la producción de la dopamina, aumenta la fuente de sangre al cerebro, previene la osteoporosis, controla la presión arterial, mejora el funcionamiento intestinal, controla el azúcar en la sangre, entre muchos beneficios más para la humanidad. Cabe resaltar que en la actividad física la resistencia, velocidad, flexibilidad y la fuerza.

De igual forma, el logro de aprendizaje, genera evidencias desde aspecto académico, psicológico, psicomotor y psicosocial respecto a la actuación de los estudiantes en diferentes periodos de su formación. En esta variable, tendrá cuenta, la orientación hacia los logros, motivación individual, compromiso, competencia y la ansiedad.

El desarrollo metodológico guido se ciñe la estructura de la Universidad Nacional “José Faustino Sánchez Carrión”, distribuido los siguientes capítulos:

Capítulo I, aborda el planteamiento de estudio, la fundamentación del problema, la formulación, los objetivos, la justificación, la delimitación del estudio y formulación de hipótesis, identificación y clasificación de variables de estudio. El Capítulo II, trata el

7marco teórico, la selección de antecedentes, marco teórico, hipótesis y la definición de términos básicos usados que la investigación.

En el Capítulo III, se plantea la tipificación de la investigación, la operacionalización de las variables, la población, muestra 7 y los 7instrumentos de recolección de datos.

En el Capítulo IV, se detalla el aspecto administrativo, potencial humano, recursos materiales, cronograma de actividades, el financiamiento, la bibliografía y anexos.

Oqr
El autor.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA.

La actividad física considerada como todo tipo de movimiento corporal realizada por las personas en diversos escenarios como oficina, campo, en momentos de ocio, en actividades cotidianas como caminar, bailar, realizar actividades deportivas, entre otros genera el gasto de energías y el metabolismo, asimismo es un aspecto que se requiere para mantenernos saludables. Pero dejar de realizar esta actividad física genera situaciones difíciles para la humanidad, como riesgos de enfermedad, la obesidad, la ansiedad, el mal humor, entre otros.

Asimismo, en la institución educativa se observa que muchos estudiantes no practican porque, el uso de herramientas tecnológicas y acceso a la web genera mal aprovechamiento del tiempo, los docentes no motivan respecto los beneficios que conlleva realizar actividades físicas y deportivas, pocos programas institucionales incentivan la promoción de estas actividades gratificantes sobre todo para los estudiantes.

Por tanto, la Educación Física como promotora de salud se revaloriza dentro de nuestra sociedad. Su contribución puede llegar a ser determinante en la creación de hábitos positivos de salud, centrados fundamentalmente en la práctica regular de actividad físico-deportiva, sobre toda esta promoción debe priorizar que las instituciones educativas puesto que constituye un referente importante para los logros académicos.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.

1.2.1. Problema General

¿De qué manera la actividad física se relaciona con logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.

1.2.2. Problemas específicos

¿En qué medida la actividad física se relaciona con la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.

¿En qué medida la actividad física se relaciona con el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.

¿En qué medida la actividad física se relaciona con la competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.

¿En qué medida la actividad física se relaciona con la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.

1.3.1. Objetivos Generales

Determinar la relación entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

1.3.2. Objetivos Específicos

Identificar la relación entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

Identificar la relación entre la actividad física y el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

Identificar la relación entre la actividad física y la competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

Identificar la relación entre la actividad física y la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE INVESTIGACIÓN.

La investigación realizada se encuentra plenamente justificada por la importancia, puesto que la actividad física es uno de los medios más efectivos para encaminar a las personas a una mejor calidad de vida, en tanto debe ser considerada como uno de los derechos fundamentales de las personas.

Al respecto, Sherpard (2000), manifiesta que la actividad física, puede considerarse como cualquier forma de movimiento corporal que crea una demanda metabólica significativa.

Definida de esta manera la actividad física abarca no solamente la preparación para y la participación en, un amplio abanico de deportes de competición, sino también otros aspectos de la vida de un atleta como dedicarse a muchas ocupaciones físicas extenuantes, la ejecución de actividades domésticas (incluida la producción de algunos alimentos en algunos países) y en el comprometerse en actividades recreativas

voluntarias sin ninguna relación con los intereses atléticos principales. (p.3).

La Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte (UNESCO, 1978), en su Artículo I. Establece que la práctica de la educación física y del deporte es un derecho fundamental de todos; y que el ejercicio de este derecho es indispensable para el crecimiento integral de las personas.

1.5. DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO.

a. Delimitación espacial.

La investigación aborda la actividad física en relación con logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho.

b. Delimitación temporal.

La investigación, actividad física y logros de aprendizaje, se desarrolló en los meses de setiembre, octubre, noviembre y diciembre 2019.

c. Delimitación de recursos.

En los recursos humanos, se ha contado con la participación de futbolistas, entrenadores, colaboradores, y apoyo del asesor externo. De la misma forma reconocer el apoyo del equipo asesor.

Respecto a los recursos materiales, las bibliotecas de las Universidades nacionales y particulares, los equipos informáticos, los útiles de oficina y los instrumentos elaborados, han facilitado el desarrollo de la investigación.

Asimismo, en recurso Institucional, se realizó en el ambiente instalada de la institución educativa Pedro E. Paulet Mostajo, ubicada en el distrito de Huacho, provincia de Huaura, lo cual ha favorecido para la consolidación de la investigación.

1.6. VIABILIDAD DEL ESTUDIO

La viabilidad o factibilidad del estudio, está ligado a la disponibilidad de recursos humanos, financieros, y materiales que determinarán en última estancia los alcances de la investigación.

Esta investigación es viable para su ejecución porque cuento con apoyo de equipo asesor, colaboradores y asesorías externos, de la misma manera los materiales disponibles y los recursos financieros empleados han permitido la viabilidad de la investigación.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA.

2.1.1. Antecedentes Extranjeros.

Barría y Manríquez (2011), Relación entre actividad física regular y rendimiento académico en seleccionados universitarios de deportes colectivos en la universidad austral de Chile, tesis de Licenciatura, Universidad Austral de Chile, cuyo objetivo fue Identificar la capacidad física de los deportistas de las selecciones de deportes colectivos de la Universidad Austral de Chile, y relacionarla con el rendimiento académico; el enfoque es cuantitativo, de tipo básica, nivel descriptivo, con diseño correlacional; la población y la muestra constituyen los Estudiantes pertenecientes a la Universidad Austral de Chile, que se encuentran participando activamente en las selecciones universitarias pertenecientes a dicha institución. De las siguientes disciplinas Voleibol, Básquetbol, Fútbol, Rugby, todas estas ramas comprometen a deportistas damas y varones; se concluye que, para este grupo de seleccionados universitarios, estadísticamente no existe una relación significativo fuerte entre rendimiento académico y actividad física. Asimismo, que los aleccionados de deportes colectivos de la Universidad Austral de Chile, encuentra una condición cardiorrespiratoria que varía desde regular a buena.

Dimas (2011), Relación entre la actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de la facultad de ciencias químicas de la UANL, tesis de Maestría, Universidad Autónoma de Nuevo León, España, cuyo objetivo fue conocer si la práctica de la actividad física mejora el rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias Químicas de la Universidad Autónoma de Nuevo León; el enfoque es cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo, con diseño correlaciona; la población total es 2980 estudiantes de la Facultad de Ciencias Químicas de la U.A.N.L, con una muestra de 360 estudiantes, de los cuales 188 son hombres

(52.2%) y 172 son mujeres (42.8%) con un promedio de edad de 20 años; la técnica empleada es la encuesta y el instrumento es el cuestionario; se concluye que no se encontró alguna relación entre el rendimiento académico y los 32 ítems relacionados con la práctica deportivas, por lo que podemos asumir que en la Facultad de Ciencias Químicas de la U.A.N.L. no afecta positiva o negativamente dicha relación.

Rodríguez etf al (2011), Calidad de vida y actividad física en estudiantes, docentes y administrativos de una Universidad de Bogotá, Artículo académico, Universidad El Bosque, Colombia, plantearon como objetivo identificar la relación entre el nivel de actividad física (AF) y la percepción de calidad de vida (CV) entre las personas que conforman la comunidad universitaria; enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo, con diseño correlacional; El total de sujetos elegidos para este estudio fue de 558 personas: 83 docentes, 33 administrativos y 442 estudiantes, seleccionados aleatoriamente entre todas las facultades y dependencias de la universidad, los resultados fueron obtenidos a partir del empleo de la versión corta del Cuestionario internacional de actividad física (IPAQ), el Cuestionario de salud SF-36 y un instrumento para explorar las razones para realizar o no actividad física, desarrollado para la presente investigación. Se encontró una relación significativa y positiva entre la percepción de calidad de vida con respecto a la salud y los niveles de actividad física; dicha relación que más acentuada en el grupo de administrativos, mientras que en el grupo de docentes se encontraron mayores niveles de actividad física.

2.2.2. Antecedentes Nacionales.

Cabrejos (2016), Actividades físico - deportivas desde una perspectiva de la educación para la salud en estudiantes del nivel secundaria, de la Institución Educativa Parroquial Santísima Trinidad, UGEL 03, Cercado de Lima, tesis de Maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima; se planteó como objetivo determinar la relación entre las actividades físico – deportivas desde una perspectiva de la educación para la salud en estudiantes del nivel secundaria, de la Institución Educativa Parroquial Santísima Trinidad, UGEL 03, Cercado de Lima; enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo, diseño no experimental, correlacional; la población está conformada por 450 alumnos distribuidos en 10 secciones, es decir 45 estudiantes por aula, la muestra conformada por 52 alumnos; la técnica utilizada es la encuesta y el instrumento es el cuestionario.

Se concluye que existe relación entre practica actividad físico – deportiva y el estilo de vida de los alumnos del Colegio Parroquial “Santísima Trinidad” - Cercado de Lima – 2014.

Campojo (2018), La actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de secundaria en un colegio de Pueblo Libre, tesis de Maestría, Universidad César Vallejo, Lima, cuyo objetivo fue sdeterminar la relación entre la actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes del tercer año de secundaria de la institución educativa La Unión, Pueblo Libre, 2017; el enfoque es cuantitativo, de tipo básica, nivel descriptivo, con diseño no experimental, de corte transversal y correlacional; las población y la muestra estuvo constituida por 94 estudiantes de la institución educativa La Unión, Pueblo

Libre, 2017, la técnica que utilizó es la encuesta y como instrumento el cuestionario tipo Lickert.

Se concluye que existe relación significativa entre la actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes del tercer año de secundaria de la institución educativa La Unión, Pueblo Libre, 2017, puesto que el nivel de significancia calculada $6ses p < 0,05$ y el coeficiente de relación de Rho de Spearman tiene un salón de 437.

Guerra, Pérez y López (d2014), Motivaciones hacia la práctica de actividades físico deportivas en estudiantes de segundo nivel de idiomas extranjeros, Facultad de Educación, primer semestre-2014, tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de la Amazonía Peruana, Iquitos, el objetivo fue determinar los intereses motivacionales hacia la práctica de actividades físico deportivas, de los estudiantes de segundo nivel de idiomas extranjeros, facultad de educación, primer semestre-2014; enfoque cuantitativo, tipo estudio básico, nivel descriptivo, diseño no experimental, transversal, correlacional; la población y la muestra está conformada por los 28 alumnos matriculados de la especialidad de idiomas extranjeros de la Facultad de Educación; se utilizó como técnica la entrevista y como instrumento el cuestionario.

Se encontró que existe motivaciones hacia la práctica de actividades físico deportivas en estudiantes segundo nivel de idiomas extranjeros, Facultad de Educación, primer semestre-2014 de nivel alta.

2.2. BASES TEÓRICAS.

Actividad física.

Definición.

Para Corbin, Pangrazi y Franks (2000), la actividad física de tiempo libre puede ser ejercicio, deporte, recreación, el baile o danza, entre otras, donde cada una se distinguirá el resto por tener rasgos muy particulares o concretos. Evidencia que denota que la actividad física de tiempo libre no se podría abordar de manera singular al denotar que puede ser llevada de varias maneras. (Citado por Flores, 2009, p. 33).

Según Caspersen, Powell y Christensen (1985), consideran que el término actividad física significa “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que resulta un gasto energético.” (p. 129).

Por su parte, Casimiro (1999), sobre actividad física refiere: Desde la perspectiva de esta definición, podemos observar que desde épocas primitivas la actividad física ha sido natural al hombre, ya que de ella dependía su supervivencia (caza, agricultura, pesca). Posteriormente, con el paso de los años, dicha actividad ha perseguido (utilitarios, higiénicos, curativos, rendimiento...), dando lugar a diversas manifestaciones. (Citado por Macarro, 2008, p. 13)

La Organización Mundial de la salud (OMS, 2014) ya nos indica que el término actividad física no debe confundirse con ejercicio físico. Este es una variedad de actividad física planificada, estructurada, repetitiva y realizada con un objetivo relacionado con la mejora o el mantenimiento de uno o más componentes de la

condición física o aptitud física.

Beneficios de la actividad física

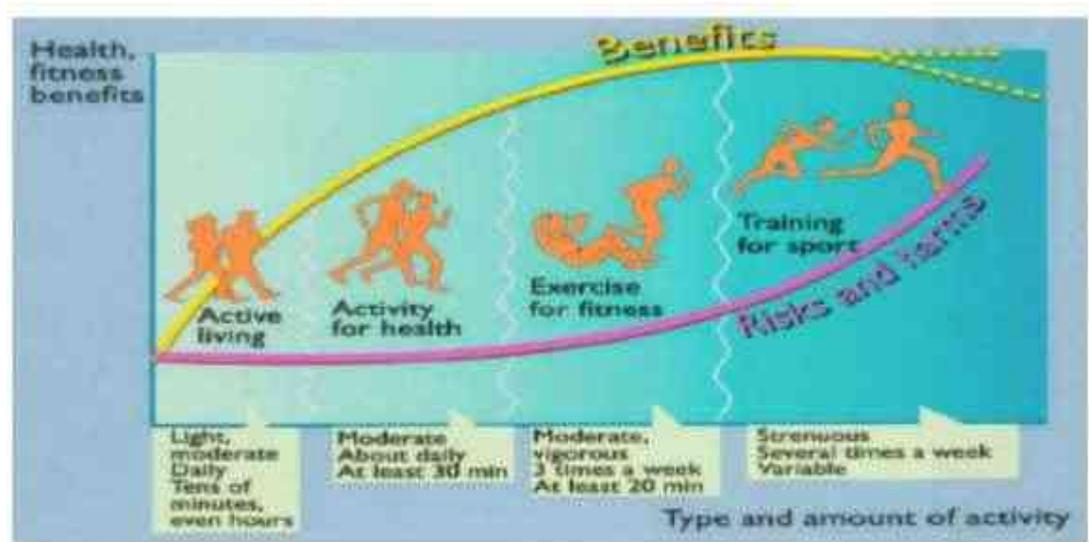
Las actividades físicas reportan muchos beneficios para las personas sobre todo para la salud, estas deben ser planificadas y controladas por las instituciones.

Al respecto, Ocio (2014), expone que la práctica de la actividad física de manera regular y adaptada a las capacidades y características individuales de la persona conlleva patentes efectos beneficiosos para la salud orgánica y fisiológica. Esta afirmación está corroborada por infinidad de documentación científica a lo largo de muchos años. Podemos encontrar gran cantidad de literatura sobre los efectos beneficiosos de la práctica regular de ejercicio físico sobre procesos fisiológicos. Quizás los efectos preventivos y terapéuticos del ejercicio físico sobre el sistema cardiovascular sean los más estudiados y difundidos. (p. 14).

Según Girginov (1990), señala como beneficios obtenidos: aumenta el gasto cardíaco, la pérdida de grasa corporal, la masa corporal magra, capacidad aeróbica, la HDL, el colesterol, la sensibilidad a la insulina, la lipólisis y la sensación de bienestar. Disminuye la presión arterial, los triglicéridos, la L.D.L., el colesterol y el estrés.

Para González (1992), en una completa revisión sobre los beneficios psicológicos derivados de la actividad física, ésta mejora: el rendimiento académico, la personalidad, la confianza, la estabilidad emocional, la memoria, la independencia, la percepción, la imagen positiva del propio cuerpo, la satisfacción sexual, el bienestar,

la eficiencia en el trabajo, la popularidad; y disminuye el ausentismo laboral, la confusión, la cólera, la depresión, la cefalalgia, la conducta psicótica, la tensión emocional y los errores laborales.



Gráfica N° 1. Beneficios de la actividad física. **Fuente:** Organización Mundial de la Salud (2003).

Tabla 2: Beneficios psicológicos de la actividad física. Adaptado por Weinberg & Gould, (1996)

Aumento	Disminución
Rendimiento académico	Ausentismo laboral
Asertividad	Abuso de alcohol
Confianza	Ira
Estabilidad emocional	Ansiedad
Funcionamiento intelectual	Confusión
Locus de control interno	Depresión
Memoria	Dolores de cabeza
Percepción	Hostilidad
Imagen corporal positiva	Fobias
Autocontrol	Conducta psicótica
Satisfacción sexual	Tensión
Bienestar	Conducta tipo A
Eficacia en el trabajo	Errores en el trabajo

Dimensiones de actividad física

según Matveev (1983) denomina como "preparación física del deportista" a la educación de sus cualidades físicas, las cuales se manifiestan en las aptitudes motoras, indispensables en el deporte. La educación de las aptitudes de fuerza y velocidad, de resistencia y flexibilidad forma el contenido especificación de la preparación física". (p. 182).

Para Maturrano y Sánchez, (2011) las cualidades físicas básicas son cuatro: resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad; la combinación de ellas nos proporciona otras cualidades como la potencia (fuerza-velocidad) o la agilidad (flexibilidad, fuerza y velocidad). Por otro lado, las cualidades físicas no existen por separado, casi siempre están unidas las cuatro cualidades físicas básicas, pero la educación de ellas se hace por separado. Su desarrollo está unido a las modificaciones de la región cerebral que dirige la actividad de todo el organismo. (p. 24).

Así, en las cualidades físicas se desarrollan bajo la influencia, de las condiciones exteriores siguientes: Volumen e intensidad del esfuerzo físico, las relaciones entre esfuerzo y reposo y la naturaleza de los ejercicios. En este contexto las cualidades físicas básicas son:

5xDimensión 1: 5xResistencia

Para Ñatee (1983), "es la capacidad de resistir el agotamiento, provocado por los componentes de fuerza de la sobrecarga en la modalidad deportiva elegida". Entonces resistencia es la capacidad aeróbica que posee cada atleta para compensar y regenerar la oxigenación de los principales sistemas orgánicos, venciendo la fatiga, por lo tanto, es la capacidad física y psíquica de soportar el cansancio frente a esfuerzos

relativamente altos y/o la capacidad de recuperación rápida después de los esfuerzos (p. 185).

Según Devís y Peiró (1993) definió como la “Capacidad de soportar física y psíquicamente una carga durante largo tiempo, produciendo finalmente un cansancio insuperable debido a la intensidad y la duración de la misma y/o de recuperarse rápidamente después de esfuerzos físicos y psíquicos” (Caballero, 2016, p.43)

Dimensión c2: Velocidad

Para Rodríguez (1999) "Es la distancia total recorrida en la unidad de tiempo se expresa en metros por segundos. Es la capacidad de reaccionar con máxima rapidez frente a una señal y/o de realizar movimientos con la máxima velocidad. (p. 93).

Manno (2001, p. 235) adiciona que la velocidad es “un factor determinante en los deportes explosivos (por ejemplo, prints, saltos y la mayoría de los deportes de campo), mientras que en las competiciones de resistencia su función como factor determinante parece reducirse con el aumento de la distancia”.

Según Devís y Peiró (1993) definió desde el punto de vista de la cinética la velocidad es la consecuencia de relacionar los tamaños espacio-tiempo. Para caracterizar la velocidad de una protesta se debe considerar no solo la separación por la unidad de tiempo, sino además del rumbo y el rumbo de la reubicación, por lo que

la velocidad se comunica en cuanto al tamaño del vector que establece eso en el campo de preparación de nombres de velocidad para la capacidad de ejecutar una actividad en el tiempo concebible de base y que se estima en metros por segundo. (Citado por Caballero, 2016, p.44).

Dimensión 3: Fuerza

Según Rodríguez (1999): "Fisiológicamente la fuerza se define como la capacidad de contraer los músculos con diferentes grados de tensión con o sin desplazamiento de una masa. Las formas básicas de fuerza son tres tipos: estática o isométrica, dinámica o isotónica e isokinética. En la fuerza estática o "isométrica" el músculo desarrolla tensión sin modificar su longitud externa. El músculo no se acorta porque la resistencia externa, contra la que actúa, es mayor que la máxima tensión que puede generar. En la fuerza dinámica o "isotónica" la contracción muscular se efectúa en contra de un objeto movable, la longitud externa del músculo varía, y la fuerza generada por los músculos excede la resistencia externa. La fuerza dinámica puede ser excéntrica o concéntrica, en la fuerza concéntrica el músculo disminuye su longitud, en la fuerza excéntrica el músculo se alarga y los puntos de inserción se alejan. En la fuerza isokinética la tensión desarrollada por el músculo es posible gracias al empleo de equipos especiales tales como Nautilus, Mini Gyn, etc. (p. 96).

Según Devís y Peiró (1993) que se quede precisar que la preparación del poder será crucial para el mayor avance dentro del entorno que lo rodea. Además, se debe ajustar tanto a él. Puede ser esencial para aquellos reconocimientos de asignaciones para la vida diaria, para aquellos que realizan trabajos diferidos, y también para aquellos de la estructura del cuerpo en los diferentes períodos desde los que se reclama el desarrollo. Parece que el mayor flujo de salida de reclamar desarrollo puede reflejarse dentro de las actividades físico-deportivas, el punto en que progresivamente será en los niveles requeridos. (Citado por Caballero, 2016, p. 46).

2kDimensión 4: 2kFlexibilidad

Según Matveev (1983) manifiesta que "A diferencia de las aptitudes motoras de fuerza, de velocidad y otras del deportista, la flexibilidad no se refiere a los factores motivados de los movimientos, sino a las propiedades morfológico-funcionales del aparato locomotor, las que condicionan el grado de movilidad de sus eslabones en relación unos con otros. La flexibilidad se manifiesta en forma externa en la amplitud, flexión, enderezamiento y otros movimientos, admitidos por la estructura de las articulaciones. La misma se mide por la amplitud máxima de los movimientos". (p. 221).

Según (Solar, 2010), permite el máximo recorrido de las articulaciones gracias a la elasticidad y extensibilidad de los músculos que se insertan alrededor de cada una de ellas. Es una capacidad física que se pierde con el crecimiento. La flexibilidad de la musculatura empieza a decrecer a partir de los 9 o 10 años si no se trabaja sobre ella; por eso la flexibilidad forma parte del currículo de la Educación Física, ya que si no fuera así supondría para los estudiantes una pérdida más rápida de esta cualidad.

Relación actividad física y la salud

En los últimos diez años la relación entre la actividad física y la salud va en aumento, muchas investigaciones revelan de quienes realizan actividades físicas de manera permanente tienen más probabilidades de encontrar beneficios saludables, mejora su estilo de vida, la calidad de vida y buen rendimiento en las actividades que desarrolla a diferencia de personas inactivas, puesto que las actividades continuas retardan las enfermedades.

Al respecto, Piéron (2003), manifiesta que la salud, considerada como un producto, es el resultado de un efecto, actividad física, que será el conducto ideal para mantenerla.

Efectos de carácter físico

Para (USDHHS (1996), OMS (2002), Márquez, Rodríguez y Serafín de Abajo (2006), estos autores y organismos, sostienen que la actividad física suele ser el conducto ideal y adecuado para mejorar el metabolismo de la glucosa y también, en situaciones de sobrepeso u obesidad, reduce un considerable porcentaje de grasa corporal en el organismo, así como los problemas que se asocian con la tensión arterial, las enfermedades cardiovasculares y diabetes. Es un cauce para acortar el

riesgo de sufrir cáncer de colon, pues la actividad física contribuye a mejorar las prostaglandinas, el tiempo de tránsito intestinal y los niveles de antioxidantes, ocurriendo de manera similar con el cáncer de mama, quizá por sus efectos en el metabolismo hormonal.

La inactividad física se debe principalmente al estilo de vida sedentario predominando en casi todas las zonas urbanas en el mundo, y sigue siendo una de las diez causas que conducen a la mortalidad y la discapacidad provocando que un gran número de personas (por encima del 60% de la población) de todas las edades, varones y mujeres, tengan un bajo nivel de salud, capacidad funcional y de independencia (Benaziza, 1998; OMS, 2002; Jacoby, Bull y Neiman, 2003).

Efectos de carácter mental

En opinión de Guillén, Castro y Guillén, (1997), Brown y Siegel (1988) y Dechavanne (1998), que los sujetos que suelen presentar ciertos problemas mentales, la actividad física resulta el cauce perfecto para reducir la tensión, la ansiedad, la depresión, el estrés y algunos problemas fóbicos, así como los niveles de agresividad, el exceso de pasividad y el pesimismo.

Se puede confirmar que la práctica regular de actividades físicas y deportivas de tiempo libre supone hacerse de variados beneficios saludables mentales, fomenta los

vínculos sociales y reduce el aislamiento. (Brown y Siegel, 1988).

Efectos de carácter social

Para Garrett, Brasure, Schmitz, Schultz y Huber (2004), Chenoweth y Leutzinger (2006), las personas que suelen mantenerse físicamente activas en su vida habitual, también facilitan la reducción de las grandes cargas financieras que genera en el mundo la inactividad física. Según estimaciones, a esta última se atribuyen grandes pérdidas millonarias al estado, contribuyentes, aseguradoras y empresarios debido a los altos costos que se derivan por la asistencia médica, análisis clínicos, atención hospitalaria, y las remuneraciones que deben realizar las empresas a sus trabajadores, que de igual manera afectan a la productividad.

Capacidades Físicas en el fútbol.

Para Rodríguez (2013) Son las condiciones psicomotoras que durante el proceso de formación y educación se desarrollan en el entrenamiento deportivo. El desarrollo de las capacidades físicas está dado por las causas internas que permite que el organismo sea más rápido, fuerte, resistente, ágil y flexible. Las capacidades en el ámbito del Deporte, la Educación Física y el Entrenamiento Deportivo, se las puede ver de la siguiente manera: Capacidades Físicas, capacidades Motoras, cualidades Físicas y falencias Físicas.

Tabla 2:

Condicionales	Coordinativas	Movilidad
---------------	---------------	-----------

Fuerza	Generales básicos	Flexibilidad
Velocidad	Especiales	-----
Resistencia	Complejas	-----
Rapidez		

Elaboración propia

Las capacidades coordinativas en su esencia marcan diferencias con las condicionales, con el aprendizaje y el perfeccionamiento técnico – táctico, pero a su vez están estrechamente relacionadas entre sí, por que determina el desarrollo exitoso de la preparación física, técnica y deportiva. (pp. 10-11).

Acota Rodríguez (2013), se debe tener en cuenta dos aspectos en la actividad física para un desprendimiento atinado como:

La preparación física en general

Es el desarrollo de las capacidades físicas que no son específicas del deporte, pero cuyo desarrollo influye directa o indirectamente en los posibles éxitos deportivos. Asegura el desarrollo físico multilateral y sienta las premisas para la especialización en cualquier actividad. Garantiza, además, el alto nivel de las actividades de todos los órganos y sistemas del organismo, produce el desarrollo de las cualidades morales y volitivas del atleta y enriquece considerablemente los diferentes hábitos motores, y su tarea fundamental es alcanzar una elevada capacidad de trabajo del organismo.

Preparación física especial

Es el proceso de desarrollo de las capacidades motrices que responden a las necesidades específicas del deporte; directamente hacia el desarrollo de planos

musculares, factores biomecánicos, de tiempo, espacio, adaptación, formación del hábito motor, etc., y que son muy afines a la actividad propia y se desarrollan sobre la base de la preparación física general. (pp. 12-13).

Rendimiento físico y los factores

Al respecto, Capetillo (2005) cuando señala “...los factores que debemos analizar y considerar en una planificación de enseñanza o entrenamiento son los que demanda el jugador, según su trabajo técnico-táctico y psicológico a realizar en competición. Sin embargo, otro porcentaje para aumentar el rendimiento se debe, por la influencia directa que tiene, a la dieta deportiva, la situación social y el sistema de vida cívico-deportiva cotidiana del jugador. Son situaciones ignoradas y no contempladas en la planificación, y que son determinantes para el rendimiento”.

Por su parte, Del Castillo, (2004); Estupiñán & Fernández, (2007) consideran que el rendimiento deportivo depende de varios factores, ya que son muy pocos los que llegan a la cima y menos aun los que saben mantenerse en ella. Se pueden señalar entre estos factores: los socioeconómicos (posibilidades objetivas, condiciones de vida), la ubicación geográfica (clima, altitud), los psicológicos (capacidad de soportar el estrés, la presión, el sacrificio...), el entorno medioambiental; pero, los realmente determinantes del mismo son: las características genéticas, la nutrición y el entrenamiento deportivo, interrelacionados todos.

Actividad física y beneficios biológicos

Según González (2008), en “Manual de alimentación en el deporte” expone los beneficios:

Ayuda a prevenir los trastornos del sueño.

Disminuye las posibilidades de sufrir varios tipos de cáncer.

Ayuda a la eliminación de sustancias nocivas.

Aumenta la capacidad de reacción.

Aumenta la resistencia y la fuerza.

Previene la obesidad y las enfermedades cardiovasculares.

Aumenta la resistencia y la flexibilidad de las fibras musculares.

Aumenta el volumen sistólico del corazón.

Ayuda a retrasar enfermedades crónicas.

Mejora la regulación de la glucemia y previene la diabetes. (Citado por Lagunar, 2011, p. 17).

Actividad física y aspectos anímicos y mentales

Al respecto, Sara Márquez (1995), Silva y Weinberg (1984), Porter, (1985), Hauck y Blumenthal (1992), se basan en la mejora de aspectos psicológicos (mejorar la autoestima, sentirse bien, prevención de trastornos mentales...etc.). Este tipo de aspectos son muy importantes en el día a día de los seres humanos y por todos es sabido el poder que tiene, en cualquier actividad, una buena predisposición del individuo, así como un buen estado de ánimo o un alto nivel de autoestima.

Logros de aprendizaje

Definición.

Según Hederich y Camargo (2011), sostiene que el logro académico o de aprendizaje es una categoría que intenta compendiar todo aquello que un estudiante alcanza como resultado directo de su exposición en un sistema educativo. Atendiendo a las funciones que normalmente se asignan a los sistemas educativos, los logros

académicos son de muy diverso orden, algunas posibles dimensiones de logro son: la construcción de conocimientos, el desarrollo de habilidades, la formación de hábitos y actitudes y la internalización de valores, entre otras. (p.79).

Factores del logro académico

Al respecto, Martínez (2007), citando a Martínez y Otero (1997), expone los factores que influyen en el logro académico en la enseñanza de la educación secundaria:

La inteligencia: Puesto que todas las personas somos diferentes, también es diferente nuestro nivel de inteligencia.

La personalidad: Durante la adolescencia se producen cambios físicos y psicológicos que afectan al rendimiento académico.

Hábitos y técnicas de estudio: La optimización de técnicas de estudio, le conllevará al desarrollo de una comprensión integral, en un menor tiempo estimado.

Intereses profesionales: Si bien es cierto que los intereses vocacionales cuando aún son adolescentes carecen de un poder predictivo de lo que realmente han decidido.

Clima social escolar: Generalmente el docente que sostiene una actitud dialógica y de cercanía con los estudiantes, obtiene buenos resultados en cuanto a logro académico.

El ambiente familiar: La familia es la base de la sociedad y se constituye en factor importante dentro de la formación de las personas y según el clima familiar en el cual vivan los estudiantes. (Citado por Sarria, 2016, p34.).

Educación física

En la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de la U.N.E.S.C.O. (1979) se señala que la Educación Física” es un derecho fundamental para todos, que

constituye un elemento esencial de la educación permanente dentro del sistema global de educación, que debe ser programada y ejecutada profesionalmente, con investigación y evaluación propia y sobre la que los medios de comunicación deberían ejercer una influencia positiva”.(Cecchini, 1996).

Principios del área de educación física

La persona debe ser considerada como ser inteligente, abierto al entorno físico y social en el que se desarrolla y, por tanto, en constante interacción con él.

La Educación Física, asume una visión global del cuerpo humano, a través del cual la persona se manifiesta o expresa, concretando sus acciones por medio de la motricidad: sentir, pensar, decidir, actuar.

La finalidad de la Educación Física está orientada a la formación integral de la persona, mediante la contribución al desarrollo de capacidades motrices, cognitivas, de equilibrio personal y de inserción social.

En la práctica educativa, asume una concepción global de los aprendizajes motrices y del tratamiento integrador e interdisciplinar de sus contenidos educativos.

Enfoque del área de educación física

Un enfoque global de la persona en movimiento. Al ocuparnos de la Educación Física, estamos aludiendo en forma directa a dos categorías antropológicas: nuestro cuerpo (CUERPO) y su capacidad de acción y expresión (MOVIMIENTO), a partir de las que se genera la acción educativa.

Al respecto, el Ministerio de Educación – EBR (2012), refiere: En esta área, el marco teórico y metodológico que orienta la enseñanza – aprendizaje corresponde al

enfoque relacionado con la construcción de la corporeidad. Dicho enfoque se basa en el desarrollo humano y concibe al hombre como una unidad funcional donde se relacionan aspectos cognitivos, motrices, sociales, emocionales y afectivos que están interrelacionados estrechamente en el ambiente donde se desarrollan los estudiantes y respeta todos los procesos particulares que configuran su complejidad para la adaptación activa del estudiante a la realidad. (p. 40)

Motivación de logro

Según González (1977), manifiesta que la motivación de logro representa la orientación motivacional que asumen las personas hacia la consecución del éxito o la evitación del fracaso en lo que realizan, la misma está determinada por el comportamiento de estas dos tendencias y resulta decisiva en la elección de la ruta psicológica que se sigue para lograr los objetivos propuestos. Acota, González, en su contenido esta orientación motivacional expresa cómo las personas realizan las actividades por el deseo obtener éxito en las acciones y persistir hasta lograrlo, experimentando con ello una sensación de orgullo. (p.194).

La definición de Mc. Clelland. D (1953) según González (1977, p. 194) se limita a situaciones donde la evaluación del desempeño pasa a ser un elemento importante, aunque en ámbitos como la Educación Física se aprecian muchos educandos que buscan la realización de acciones exitosas sin importarles nada más que el placer de enfrentar ese reto. “el motivo de logro, es parte de toda persona, ya que cada individuo establece sus propias metas en diferentes áreas ya sea: familiar, social, laboral, permitiendo su desarrollo basado en las experiencias que día a día van siendo significativas para la

persona; provocando modificaciones con el tiempo desde la infancia hasta la edad adulta” (Rodríguez, 2006, p. 123).

Motivación de logro en educación física-

Según Arista (2010), en las clases de Educación Física se observan alumnos que buscan constantemente realizar las acciones de manera exitosa, sentir satisfacción cuando lo logran y trazarse metas de superación personal, tratando de ser cada vez mejores en lo que hacen. A este tipo de educandos por lo general no les interesa en gran medida lo que otros puedan pensar respecto a su desempeño, para ellos lo más importante es quedar bien consigo mismo. (p. 10).

Tales manifestaciones pueden aparecer relacionadas con las características de las diferentes etapas psicoevolutivas y los requerimientos de la Educación Física en cada grado. Su aparición además de estar ocasionada por la interacción que los alumnos hayan tenido con la actividad en su medio social en el de cursar de sus vidas, puede también ser consecuencia de vivencias que han tenido lugar en esta asignatura y el tratamiento al respecto brindado por el profesor o demás compañeros. (Arista, 2010, p. 11).

Orientación hacia los logros-

Al respecto, Greco y Gorostarzu (2002), manifiesta que de esta forma se puede lograr la parte genuina y natural que lleva implícito el ejercicio físico mediante la explicación

detallada de lo que se hace en la clase estimulando y desarrollando la iniciativa natural, propiciando a través de la afectividad dirigir al estudiante hacia una madurez equilibrada y personal. (p. 28).

Al respecto, Greco y Gorostarzu (2002, p. 31), opinan que está demostrado en las experiencias de clases que los alumnos y alumnas llevan aparejada una actitud de acercamiento a la asignatura, siendo un hecho definido que del aprendizaje se torna más deficiente y permanente cuando se basa en el interés, la apelación a la confianza y autoestima individual se manifiesta como una técnica de intervención didáctica fundamental en las clases de Educación Física. (Citado por Arista, 2010, p. 12).

Competencia

La competencia implica, como lo dijera Torrado María (2000): "por ahora el concepto de competencia puede ser entendido como el conocimiento que alguien posee y el uso que ese alguien hace de dicho conocimiento al resolver una tarea con contenido y estructura propia o una situación específica y de acuerdo con un contexto, unas necesidades y unas exigencias concretas" (Citado por Arista, 2010, p. 17).

Según Ruiz, A. y Chaux E. (2005), una competencia puede describirse más precisamente como un conjunto de conocimientos, -habilidades, -aptitudes comprensiones y disposiciones cognitivas, metacognitivas, socioafectivas y psicomotoras apropiadamente relacionadas entre sí para facilitar el desempeño flexible

eficaz y con sentido de una actividad o de cierto tipo de tareas en contextos relativamente nuevos y retadores. (p. 36).

Ansiedad

La ansiedad se define como “estado de trastorno y de agitación con sensación de tortura (...). Inquietud, ansiedad y angustia son tres grados del mismo estado” (Ritti, 1924; Berrios, 1997).

Según Sandín y Chorot (1995), la ansiedad es un estado psicológico que se retroalimenta y cuyos efectos interfieren en la realización de tareas que exijan focalización y mantenimiento prolongado de la concentración, y se hace presente en individuos de cualquier clase, raza, sexo y religión.

La ansiedad es un sentimiento que existe en la naturaleza de las personas. Ocurre bajo condiciones de irritación. Un exceso en la ansiedad puede resultar en un funcionamiento anormal del cuerpo. Cada persona tiene una sensación de ansiedad diferente, y las propiedades psicológicas juegan importantes roles en esta situación (pilberger, 1996).

2.3 Definición de Términos Básicos.

- **Actitud física:** Es la relación entre la tarea a realizar y la capacidad individual para ejecutarla.

- **Balón:** es el principal medio de comunicación entre los jugadores y concentra la atención del juego en todo momento.
- **Cualidades Físicas:** Son los factores que determinan la condición física de un individuo y fue le orientan o clasifican para la realización de una determinada actividad física y posibilitan mediante el entrenamiento que el sujeto desarrolle al máximo su potencial físico.
- **Fuerza:** “Capacidad de contraer el músculo para generar una tensión y vencer o mantener una resistencia”. (García Manso. (1999). en su obra *La Fuerza*.
- **Flexibilidadk:** “La flexibilidad es la capacidad que tiene el individuo para realizar movimientos amplios con las articulaciones”. (Conde, Manuel, 2000, p. 75), en su obra *Organización del Entrenamiento de la Flexibilidad*
- **Fútbol:** es una representación de la vida humana. Una vida que tiene éxitos (triumfos) y fracasos (derrotas). Sufrimientos (lesiones) e injusticias (gol anulado, expulsión). Trampas (patadas de los defensas), comportamientos inmorales o de calor humano (abrazos después del partido). (Vanguardia, 2006).
- **Jugador:** “es un sistema inteligente, caracterizado por ser un tipo de sistema abierto, codificativo, adaptativo y proyectivo, auto organizativo, autorregulador y evolutivo”. Martínez, (1986).
- **Lesión:** es el daño o detrimento corporal causado por una herida, un golpe una

enfermedad. (Real Academia de la Lengua Española (RAE)).

- **Resistencia:** La resistencia es la capacidad motora que le permite al hombre luchar contra la fatiga o los estados de cansancio, que surgen en cualquier tipo de actividad asociada con los requerimientos somáticos, viscerales, nerviosos y energéticos del organismo” (Fajardo, M. 2000)
- **Velocidad:** Es la capacidad de un organismo para realizar un movimiento en el menor tiempo posible. “La velocidad representa la capacidad de un sujeto para realizar acciones motoras en un mínimo de tiempo y con el máximo de eficacia”

2.4. HIPÓTESIS.

2.4.1. Hipótesis General

Existe una relación significativa entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

2.4.2. Hipótesis Específicas.

- a) Existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

- b) Existe una relación significativa entre la actividad física y el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.
- c) Existe una relación significativa entre la actividad física y la competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.
- d) Existe una relación significativa entre la actividad física y la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES
ACTIVIDAD FÍSICA	Resistencia	Realización de ejercicios de resistencia
	Velocidad	Realización de ejercicios de velocidad
	Flexibilidad	Realización de actividades de flexibilidad
LOGROS DE APRENDIZAJE	Fuerza	Realización de ejercicios de fuerza
	Motivación individual	Realización de actividades motivacionales
	Compromiso	Realización de actividades de compromiso
	Competencia	Realización de actividades competitivas

	Ansiiedad	Control respecto a situaciones difíciles

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. DISEÑO METODOLÓGICO.

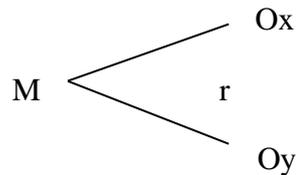
Tipo y Diseño de Investigación

La investigación es de tipo no experimental (ex post facto) de corte transversal, con un solo corte muestral, ya que el propósito de la investigación es examinar la relación entre dos variables (Salkind, 1999). En ese sentido “la investigación proporciona indicios de la relación que podría existir entre dos o más cosas, o de qué tan bien uno o más datos podrían predecir un resultado específico” (p.19).

El diseño de investigación es descriptivo correlacional. Los estudios correlacionales tienen como propósito medir el grado de relación que existe entre dos o más

conceptos, categorías o variables (Hernández, Fernández & Baptista, 2006, p.121). En este sentido, la presente investigación nos permite conocer el grado de relación que existe entre ambas variables (habilidades psicológicas y rendimiento deportivo).

La representación del diseño de la investigación es la siguiente:



Donde:

M = Muestra de investigación

Ox = Observaciones de la variable
Actividad física

Oy = Observaciones de la variable
Logros de aprendizaje

r = Índice de relación entre ambas
variables.

En cuanto al diseño elegido para la recolección de datos, es un diseño correlacional. Según Hernández, Fernández y Baptista (2010) este tipo de diseño describe la relación entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado (p.154).

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA.

La Población.

Según Chávez, N. (1994, p.166) sostiene que “la población de un estudio es el universo de la investigación, sobre el cual se pretende generalizar los resultados; está constituida

por características y estratos que les permite distinguir los sujetos, unos de otros”. Estuvo conformada por 150 estudiantes de 5° año de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho.

La Muestra.

Según Chávez, N. (1994, p.167) detalla que “la muestra es una porción representativa de la población que permite generalizar sobre ésta, los resultados de una investigación; su propósito básico es extraer información que resulta imposible estudiar en la población porque esta incluye en la totalidad”. La muestra probabilística estratificada estuvo constituida por 150 estudiantes de 5° año de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho. Para la selección de la muestra se utilizó la técnica del censo.

3.3. Técnicas de Recolección de Datos.

Técnicas:

Encuestas. – A estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho.

Instrumentos:

Cuestionario 1: Actividad física

Cuestionario 2: Logros de aprendizaje

3.4. Técnicas para el Procesamiento de la Información.

Según Chávez, N. (1994) tomando como referente la estadística descriptiva “se utiliza en la distribución de frecuencia y porcentaje para expresar una visión general del conjunto de datos obtenidos por la aplicación del Instrumento”, esto significa realizar el análisis estadístico de los datos obtenidos. Además, para la presentación de los datos se utilizará una técnica gráfica, al respecto según Balestrini, M. (2002, p.53) refiere que “estas técnicas están relacionadas con cuadros estadísticos o ilustraciones

como lo son: diagramas circulares, de barras horizontales o de sectores; gráficos de barras, entre otros”, con el propósito de obtener una mejor interpretación de los resultados.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. Análisis de resultados

Resultados de la variable actividad física

Tabla 1: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la variable actividad física

ACTIVIDAD FÍSICA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	70	46,7	46,7	46,7
	ÓPTIMO	29	19,3	19,3	66,0
	REGULAR	51	34,0	34,0	100,0
Total		150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia

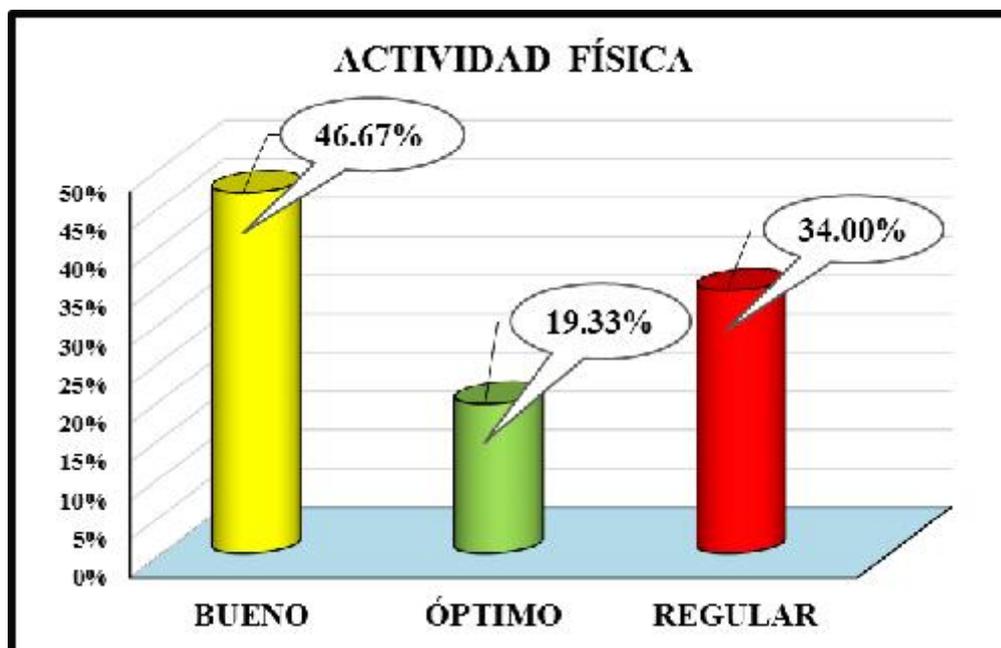


Figura 1: Niveles de actividad física

Los resultados de realizar una encuesta a 150 estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo; se muestran en la figura 1.

De los cuales el 46,67% tienen un nivel bueno de actividad física, es decir realizan movimiento corporal que tiene una demanda metabólica significativa, en su organismo. Además, el 19,33% son deportistas que mantiene una condición óptima para realizar actividad física y el 34% de los encuestados realizan actividad física de manera regular, por dedicar su tiempo a actividades como los videojuegos.

Tabla 2: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la variable logros de aprendizaje

LOGROS DE APRENDIZAJE

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	80	53,3	53,3	53,3
	ÓPTIMO	16	10,7	10,7	64,0
	REGULAR	54	36,0	36,0	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia

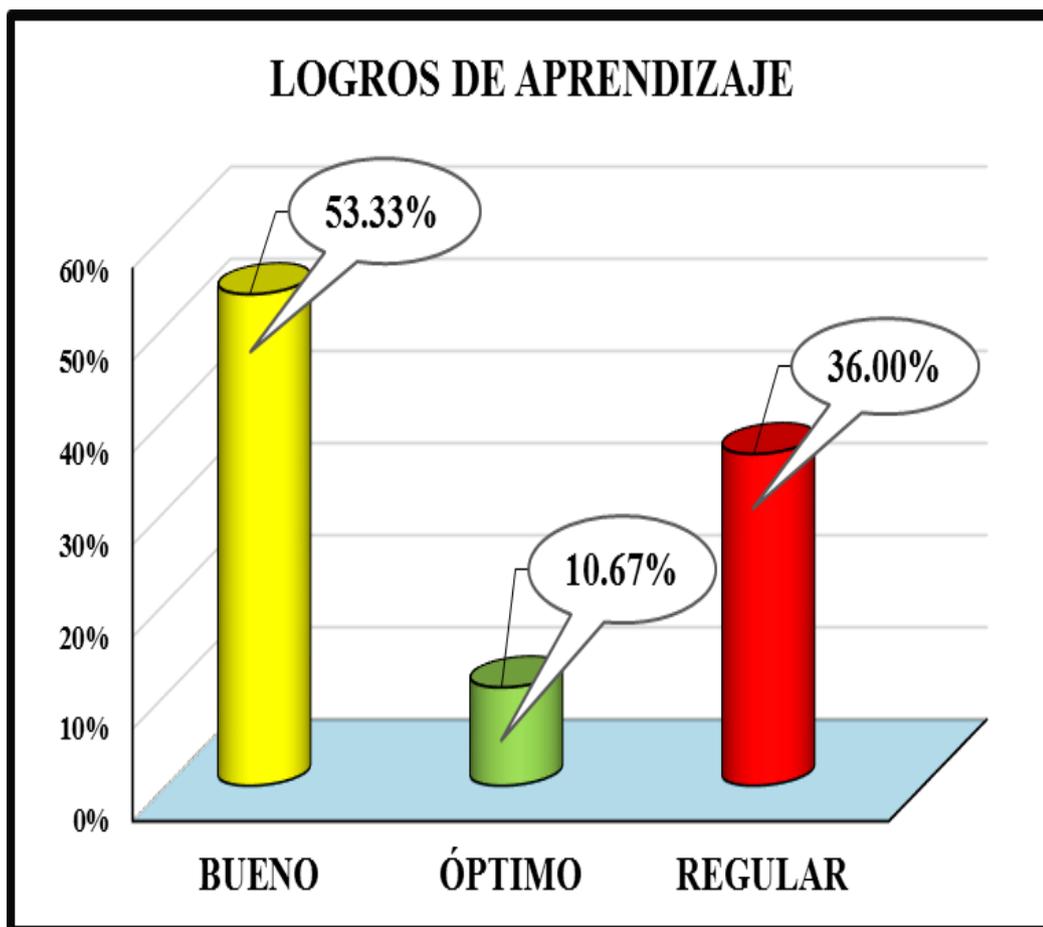


Figura 2: Niveles de logros de aprendizaje

Los resultados de la figura 2 muestran en un 53.33% alcanza un logro en el aprendizaje bueno, es decir a desarrollado el aspecto cognitivo, como el afectivo y psicomotor. Asimismo, el 36% de los 150 estudiantes encuestados tiene un logro regular en el aprendizaje, porque no entiende lo que el docente le enseña, como también un 10,67% de los encuestados ha logrado un nivel óptimo de aprendizaje gracias a sus maestros al adquirir conocimientos, desarrollado habilidades, formado hábitos y actitudes con valores éticos de equidad.

Tabla 3: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la dimensión resistencia.

RESISTENCIA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	68	45,3	45,3	45,3
	ÓPTIMO	31	20,7	20,7	66,0
	REGULAR	51	34,0	34,0	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia

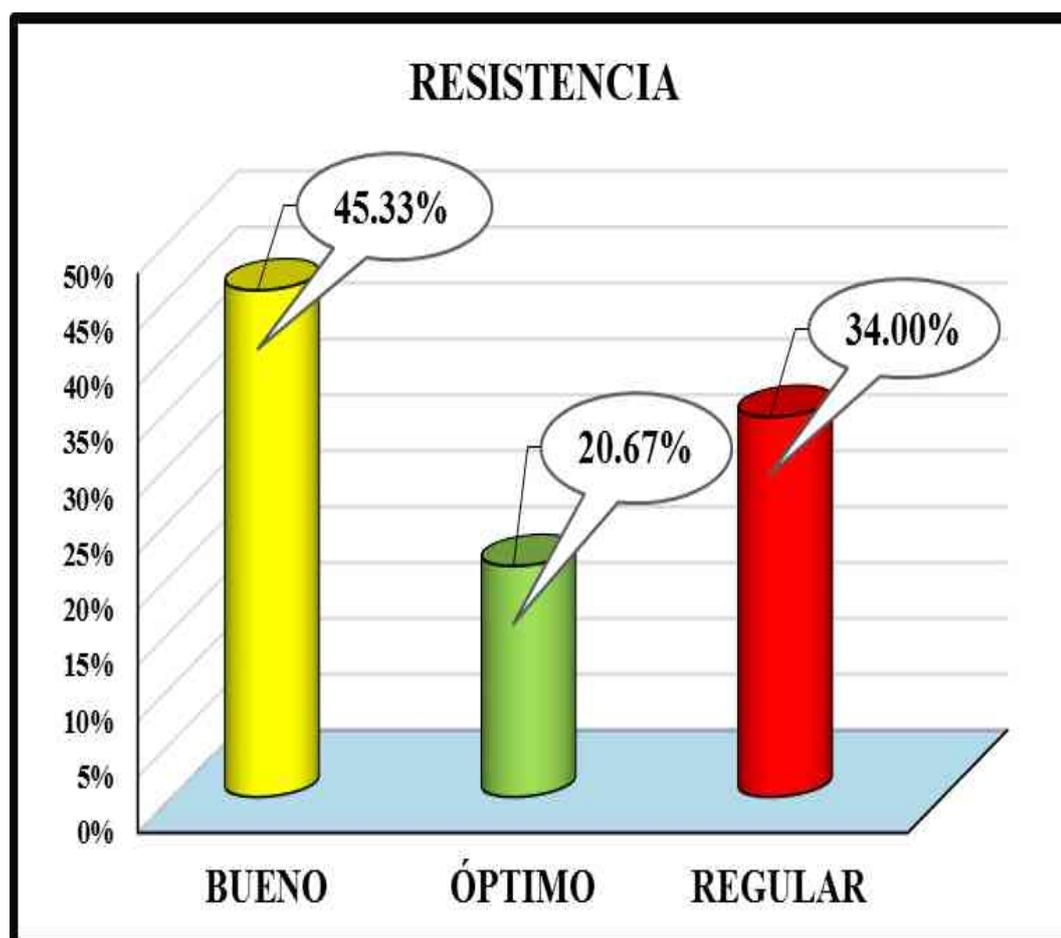


Figura 3: Niveles de resistencia

Podemos observar en la figura 3 el porcentaje mayoritario representado por el 45,33 % de los 150 estudiantes encuestados, tiene una buena resistencia, es decir, tienen un rendimiento promedio para realizar actividades deportivas cabe señalar que un 20,67 % de los estudiantes encuestados son óptimos en resistencia, es decir tienen la capacidad física y psíquica de soportar el cansancio físico y la fatiga, un porcentaje preocupante está representado por el 34% que tiene una resistencia regular, pasan un tiempo libre importante en sus teléfonos celulares no completando sus horas de descanso regular, reduciendo considerablemente su resistencia.

Tabla 4: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la dimensión velocidad.

VELOCIDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	81	54,0	54,0	54,0
	ÓPTIMO	18	12,0	12,0	66,0
	REGULAR	51	34,0	34,0	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia

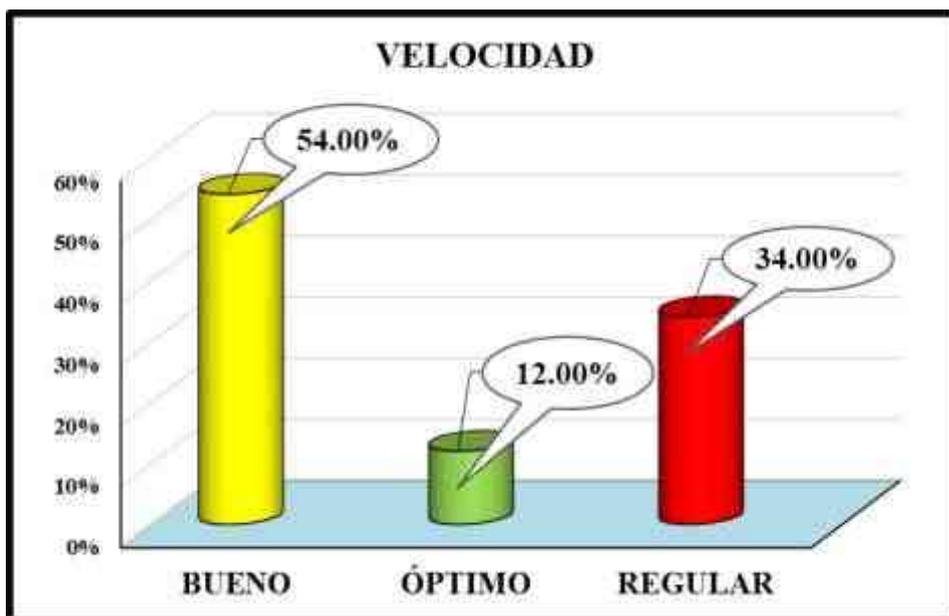


Figura 4: Niveles de velocidad

En la figura 4 los resultados de la dimensión velocidad muestran un 54% de los 150 estudiantes encuestados de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, tienen buena velocidad, es decir, ejecutan una actividad en el tiempo concebible de base y que se estima en metros por segundo. Como también el 34% tiene una velocidad regular, por falta de practica y entrenamiento y solo el 12% tiene una velocidad óptima, la capacidad de reaccionar con máxima rapidez en deportes de campo.

Tabla 5: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la dimensión flexibilidad.

FLEXIBILIDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	79	52,7	52,7	52,7
	ÓPTIMO	21	14,0	14,0	66,7
	REGULAR	50	33,3	33,3	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia

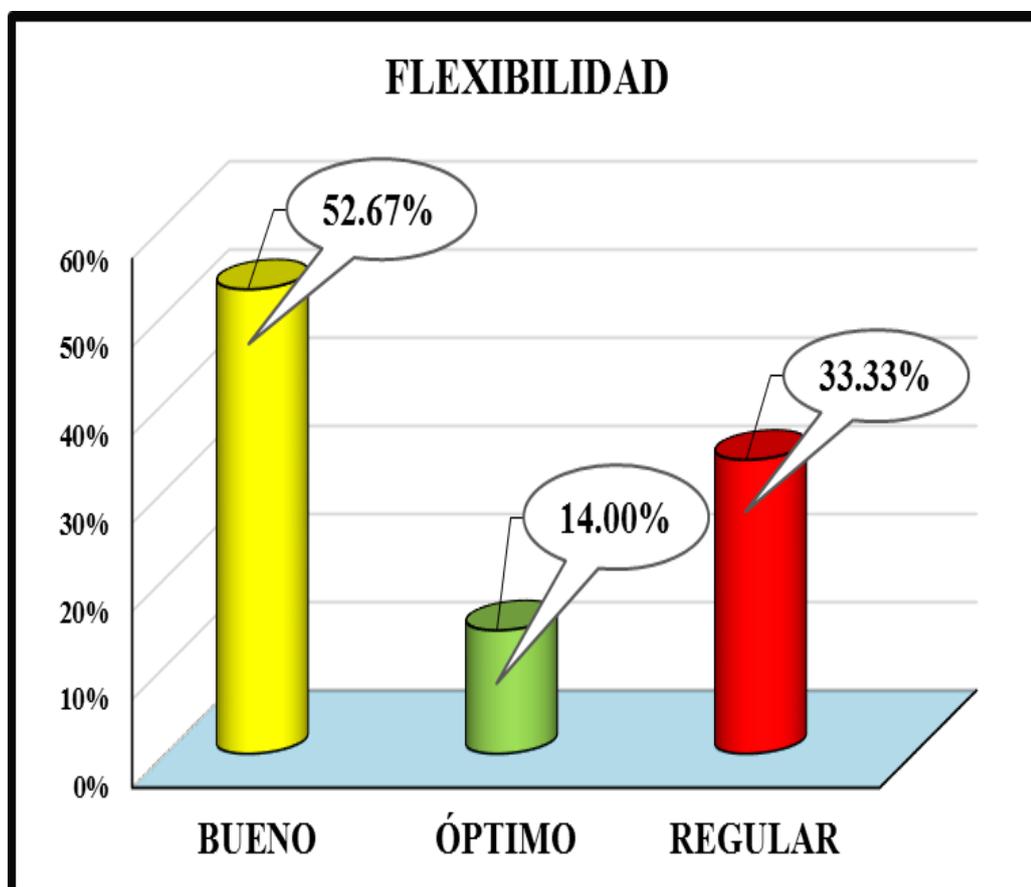


Figura 5: Niveles de flexibilidad

Los estudiantes encuestados de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, que representa el 52.67% tiene buena capacidad de flexibilidad, es decir la estructura articulares tiene amplitud, flexión, enderezamiento para realizar movimientos

continuos. Asimismo, un porcentaje de 33,33% de los 150 estudiantes encuestados su capacidad de flexibilidad es regular, es decir, han perdido más rápida de esta cualidad por falta de ejercicio de actividad física. Los estudiantes deportistas con propiedades morfológico-funcionales ópticas del aparato locomotor representan el 14%.

Tabla 6: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la dimensión fuerza.

FUERZA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	79	52,7	52,7	52,7
	ÓPTIMO	21	14,0	14,0	66,7
	REGULAR	50	33,3	33,3	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia

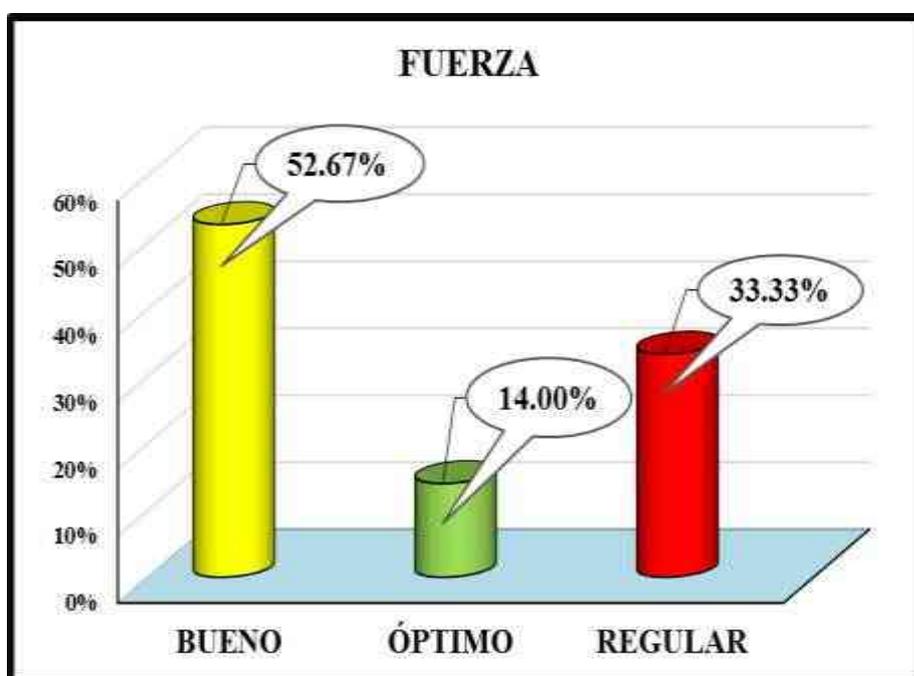


Figura 6: Niveles de fuerza.

En la figura 6 se muestra los resultados de la fuerza, de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo en este caso se determina que el 52.67% de los 150 se encuentra tiene una buena preparación en fuerza, es decir, realiza actividad funcional que mantiene activos sus músculos, asimismo el 33.33 % de los estudiantes encuestados la fuerza de su masa muscular es regular, por no tener una adecuada alimentación. Finalmente, los estudiantes con optima fuerza en los músculos está representado por el 14%. Quienes tiene la capacidad corporal de realizar trabajos periódicos.

Tabla 7: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la dimensión motivación individual.

MOTIVACIÓN INDIVIDUAL

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido BUENO	70	46,7	46,7	46,7
ÓPTIMO	26	17,3	17,3	64,0
REGULAR	54	36,0	36,0	100,0
Total	150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia



Figura 7: Niveles de motivación individual.

En la figura 7 se observan las respuestas de 150 estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, el 46,67% manifestaron encontrarse con un nivel personal bueno de motivación, ya que tiene la tendencia a alcanzar el éxito en situaciones que implican el desempeño personal, asimismo es preocupante que un 36% de estudiantes, este regularmente motivado por qué no alcanzan la realización en acciones exitosas sin importarles el placer de enfrentar retos y metas.

Finalmente tenemos a 17,33% de estudiantes con nivel óptimo de motivación quienes demuestran superar los estándares de excelencia experimentando una sensación de orgullo en las actividades que realizan

Tabla 8: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la dimensión compromiso.

COMPROMISO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	75	50,0	50,0	50,0
	ÓPTIMO	18	12,0	12,0	62,0
	REGULAR	57	38,0	38,0	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia

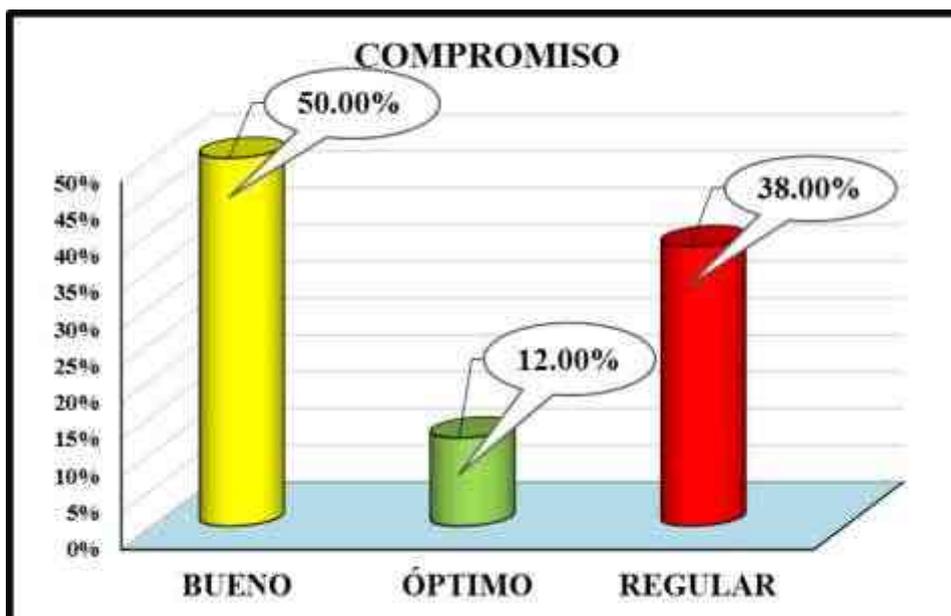


Figura 8: Niveles de compromiso

En la figura 8 se observan las respuestas de 150 estudiantes encuestados de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la dimensión compromiso, del cual el 50% manifestaron sentirse en un nivel bueno por que poseen un nivel de implicación, de entrega, orientado al deporte, como también se puede observar que en un 38% de estudiantes no demuestra concentración al poco tiempo que realiza deporte, en esta dimensión podemos encontrar que el 12% de los encuestados tiene un compromiso optimo y realizan esfuerzos sorprendentes orientados a la actividad motriz y pedagógica.

Tabla 9: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la dimensión competencia.

COMPETENCIA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	80	53,3	53,3	53,3
	ÓPTIMO	10	6,7	6,7	60,0
	REGULAR	60	40,0	40,0	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia

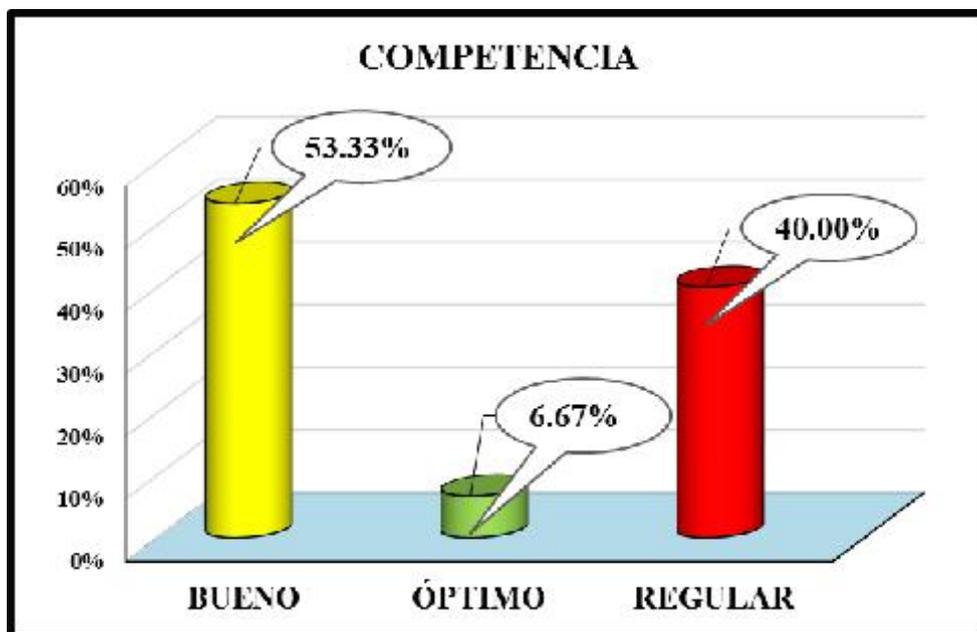


Figura 9: Niveles de compromiso

En la figura 8 se observan las respuestas de 150 estudiantes encuestados de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo el 53.33% manifestaron tener buena competencia, es decir, cuentan con conocimientos, pero poca experiencia y práctica para enfrentar exigencias concretas del contexto deportivo como también se puede observar un 40% de estudiantes sentirse en contextos relativamente nuevos y retadores al cual no pueden enfrentar con eficacia y solo un 6,67% de estudiantes se ha formado de manera óptima

y cuenta con conocimientos, habilidades, aptitudes, comprensión, disposiciones cognitivas, metacognitivas, socioafectivas, psicomotoras en el deporte.

Tabla 10: Respuesta de los estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, sobre la dimensión ansiedad.

ANSIEDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	70	46,7	46,7	46,7
	ÓPTIMO	26	17,3	17,3	64,0
	REGULAR	54	36,0	36,0	100,0
	Total	150	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración Propia

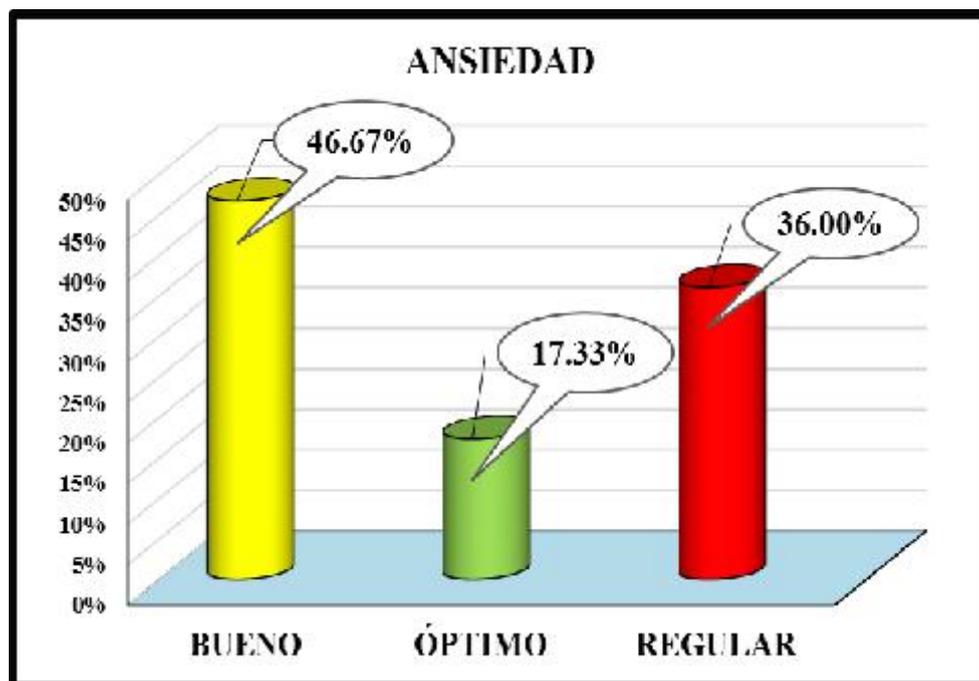


Figura 10: Niveles de compromiso.

En la figura 8 se muestran los resultados de los estudiantes encuestados de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, de los 150 encuestados el 46,67% manifestaron signos

bueno de ansiedad es decir se encuentran en un estado psicológico que se retroalimenta y cuyos efectos interfieren en la realización de tareas que exijan focalización y mantenimiento prolongado de la concentración Asimismo, un porcentaje de 36% de los encuestados revelo sentirse preocupados, inseguros antes de una competencia deportiva entre equipo presentando emociones de culpa ante la pérdida, solo el 17,33% de estudiantes ha aprendido a controlar estas emociones y estar seguros y motivar a sus compañeros.

4.2. Contrastación de hipótesis

Prueba de Normalidad Prueba de Kolmogorov-Smirnov

Tabla 11: Resultados de la prueba de bondad de ajuste Kolmogorov – Smirnov

Pruebas de normalidad

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
LOGROS	DE	,155	150	,000	,941	150	,000
APRENDIZAJE							
ACTIVIDAD FÍSICA		,181	150	,000	,934	150	,000
MOTIVACIÓN INDIVIDUAL		,200	150	,000	,921	150	,000
COMPROMISO		,153	150	,000	,945	150	,000
COMPETENCIA		,187	150	,000	,929	150	,000
ANSIEDAD		,177	150	,000	,936	150	,000
RESISTENCIA		,232	150	,000	,909	150	,000
VELOCIDAD		,195	150	,000	,936	150	,000
FLEXIBILIDAD		,210	150	,000	,920	150	,000
FUERZA		,211	150	,000	,918	150	,000

Fuente: Elaboración propia

a. Corrección de significación de Lilliefors

La tabla 14 presenta los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov (K-S). Se observa que las variables no se aproximan a una distribución normal

($p < 0.05$). En este caso debido a que se determinarán correlaciones entre variables y dimensiones, la prueba estadística a usarse deberá ser no paramétrica: Prueba de Correlación de Rho de Spearman.

Planteamiento y Prueba de Hipótesis

PLANTEAMIENTO DE HIPÓTESIS GENERAL

H₀: NO Existe una relación significativa entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019

H₁: Existe una relación significativa entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019

Demostración de la hipótesis general

Utilizamos el siguiente criterio:

- Si la significancia asintótica (**p**) > al nivel de significancia (**0.05**), se acepta la H₀.
- Si el valor de **p < 0.05** se acepta **H₁**.

Aplicamos SPSS v25:

Tabla 12: Correlación de Rho de Spearman

Correlaciones

				ACTIVIDAD FÍSICA	LOGROS DE APRENDIZAJE
Rho Spearman	de ACTIVIDAD FÍSICA	Coefficiente de correlación	de	1,000	,859**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		150	150
	LOGROS DE APRENDIZAJE	Coefficiente de correlación	de	,859**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		150	150

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración Propia

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 15 podemos visualizar los resultados de la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.859**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y fuerte.

PLANTEAMIENTO DE HIPÓTESIS ESPECIFICA 1

H₀: NO Existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

H₁: Existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

DEMOSTRACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECIFICA 1

Utilizamos el siguiente criterio:

- Si la significancia asintótica (p) > al nivel de significancia (0.05), se acepta la H₀.
- Si el valor de p < 0.05 se acepta H₁.

Aplicamos SPSS v25:

Tabla 13: Correlación de Rho de Spearman

<i>Correlaciones</i>			
		ACTIVIDAD FÍSICA	MOTIVACIÓN INDIVIDUAL
Rho de Spearman	de ACTIVIDAD FÍSICA	Coeficiente de correlación	de 1,000
		Sig. (bilateral)	,855**
		N	150
	MOTIVACIÓN INDIVIDUAL	Coeficiente de correlación	de ,855**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	150

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración Propia

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 16 podemos visualizar los resultados de la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.855**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y fuerte.

PLANTEAMIENTO DE HIPOTESIS ESPECIFICA 2

H₀: NO Existe una relación significativa entre la actividad física y el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

H₁: Existe una relación significativa entre la actividad física y el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

DEMOSTRACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECIFICA 2

Utilizamos el siguiente criterio:

- Si la significancia asintótica (p) $>$ al nivel de significancia (0.05), se acepta la H₀.
- Si el valor de $p < 0.05$ se acepta H₁.

Aplicamos SPSS v25:

Tabla 14: Correlación de Rho de Spearman

Correlaciones

				ACTIVIDA	
				D FÍSICA	COMPROMISO
Rho Spearman	de ACTIVIDAD FÍSICA	Coefficiente	de	1,000	,771**
		correlación			
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		150	150
	COMPROMI SO	Coefficiente	de	,771**	1,000
		correlación			
Sig. (bilateral)			,000	.	
	N		150	150	

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración Propia

INTERPRETACIÓN:

En la tabla 17 podemos visualizar los resultados de la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación significativa entre la actividad física y el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.771**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y considerable.

PLANTEAMIENTO DE HIPÓTEIS ESPECIFICA 3

H₀: NO Existe una relación significativa entre la actividad física y la competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

H₁: Existe una relación significativa entre la actividad física y la competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

DEMOSTRACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECIFICA 3

Utilizamos el siguiente criterio:

- Si la significancia asintótica (p) > al nivel de significancia (0.05), se acepta la H0.
- Si el valor de $p < 0.05$ se acepta H1.

Aplicamos SPSS v25:

Tabla 15: Correlación de Rho de Spearman

Correlaciones

		ACTIVIDAD	
		FÍSICA	COMPETENCIA
Rho de Spearman	de ACTIVIDAD FÍSICA	Coefficiente de correlación	de 1,000 ,770**
		Sig. (bilateral)	. ,000
		N	150 150
	COMPETENCIA	Coefficiente de correlación	de ,770** 1,000
		Sig. (bilateral)	,000 .
		N	150 150

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración Propia

INTERPRETACIÓN:

Como se observa en la tabla 18 la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación significativa entre la actividad física y la competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.770**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y considerable.

PLANTEAMIENTO DE HIPOTESIS ESPECIFICA 4

H₀: NO Existe una relación significativa entre la actividad física y la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

H₁: Existe una relación significativa entre la actividad física y la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.

DEMOSTRACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECIFICA 4

Utilizamos el siguiente criterio:

Si la significancia asintótica (p) > al nivel de significancia (0.05), se acepta la H₀.

- Si el valor de $p < 0.05$ se acepta H₁.

Aplicamos SPSS v25:

Tabla 16: Correlación de Rho de Spearman

Correlaciones

			ACTIVIDAD FÍSICA	ANSIEDAD
Rho de Spearman	de ACTIVIDAD FÍSICA	Coefficiente de correlación	de 1,000	,861**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	150	150
	ANSIEDAD	Coefficiente de correlación	de ,861**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	150	150

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración Propia

INTERPRETACIÓN:

Como se observa en la tabla 19 la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación significativa entre la actividad física y la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2018. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.861**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y fuerte.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

5.1. DISCUSIÓN

En esta investigación se realizó una comparación de los resultados con otras investigaciones similares, distinguiendo las variables consideradas o su respectiva relación, destacando aspectos de compatibilidad o discrepancia con los antecedentes y fuentes teóricas citadas en esta investigación.

En el resultado de la investigación sobre la hipótesis general, existe correlación positiva fuerte se cuenta con ($r=0.859$), estableciendo existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019, asimismo como resultado de la investigación a nivel de hipótesis específicas, se comprobó que existe correlación positiva fuerte en la primera hipótesis específica ($r=0.855$), y también en la segunda hipótesis específica ($r=0.771$). Al respecto

Sobre los resultados de correlación positiva (relación directa), se puede apreciar que la media o promedio de los puntajes obtenidos en la prueba que relación entre la actividad física y la motivación individual, desde la percepción del de la muestra, es de 46,67% de 150 estudiantes encuestados tienen un nivel bueno de actividad física, es decir realizan movimiento corporal que tiene una demanda metabólica significativa, en su organismo, los mismos que guardan relación 53.33% alcanza un logro en el aprendizaje bueno, es decir a desarrollado el aspecto cognitivo, como el afectivo y psicomotor. Por lo que se

establece que a mayores niveles de actividad física existirán mayores niveles de logro en el aprendizaje.

Estos resultados guardan relación a los encontrados por Campojo (2018) en su tesis “La actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de secundaria en un colegio de Pueblo Libre, tesis de Maestría, Universidad César Vallejo, Lima, Se concluye que existe relación significativa entre la actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes del tercer año de secundaria de la institución educativa La Unión, Pueblo Libre, 2017, puesto que el nivel de significancia calculada es $p < 0,05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de ,437.

Por otro lado difieren de Dimas (2011), en su tesis “Relación entre la actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de la facultad de ciencias químicas de la UANL, tesis de Maestría, Universidad Autónoma de Nuevo León, España, donde se concluye que no se encontró alguna relación entre el rendimiento académico y los 32 ítems relacionados con la práctica deportiva, por lo que podemos asumir que en la Facultad de Ciencias Químicas de la U.A.N.L. no afecta positiva o negativamente dicha relación.

Tal como lo señala Sánchez y Silva (2014) en su tesis “Actividades física recreativas dirigidas a disminuir la agresividad. caso nivel primaria, tesis de Licenciatura, Universidad de Carabobo, Venezuela; Quien concluye que la actividad física-recreativa es importante para cambiar la conducta de los niños y niñas de forma positiva en el ambiente escolar Este resultado coincide con los nuestros En cuanto a la tercera hipótesis planteada Existe una relación significativa entre la actividad física y la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2018. donde, la

correlación de Rho de Spearman es 0.861, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y fuerte.

5.2. CONCLUSIONES

De las pruebas estadísticas inferenciales realizadas concluyo que:

- En la tabla 15 podemos visualizar los resultados de la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2018. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.859**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y fuerte.
- En la tabla 16 podemos visualizar los resultados de la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2018. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.855**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y fuerte.
- En la tabla 17 podemos visualizar los resultados de la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación

significativa entre la actividad física y el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.771**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y considerable.

- Como se observa en la tabla 18 la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación significativa entre la actividad física y la competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2018. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.770**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y considerable.
- Como se observa en la tabla 19 la significancia asintótica **0,000** es menor que el nivel de significación **0.05**, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (hipótesis del investigador). Es decir, Existe una relación significativa entre la actividad física y la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2018. Además, la correlación de Rho de Spearman es **0.861**, de acuerdo a la escala de Bisquerra dicha correlación es positiva y fuerte.

5.3. RECOMENDACIONES

Implantar un programa de promoción de actividades físico-deportivo gestionado por la institución educativa para que la mayoría de los estudiantes incorporen como hábito de vida saludable los ejercicios y la nutrición.

Difundir los resultados encontrados en la zona y en la institución educativa para que sirva como referente que debe ser considerado por los directivos y docentes de educación física para generar proyectos innovadores orientados a mantener una vida saludable.

A las instituciones promotoras, deben asignar más horas para las prácticas físico - deportivas con los estudiantes, asignar mayor presupuesto para adquirir materiales y ambientar espacios amenos para las prácticas.

Al maestro de educación física, debe ampliar su atención dirigido a otros estudiantes de la institución educativa, a los padres de familia, docentes y a toda la comunidad la participación en la olimpiada institucional.

Ampliar la investigación a partir de los resultados expuestos, relacionando con otras variables, otra población, muestra y uso de nuevo instrumento, asimismo. Estas deben ser replicadas.

CAPÍTULO VI

FUENTES DE INFORMACIÓN

6.1 Bibliografía

- Bostani, M. (2011). *Comparison Emotional Intelligence and Mental Health between Athletic and Non-Athletic Students*. . New York: Social and Behavioral Sciences, 30(0), 2259-2263.
- Brown, J. (1988). *Exercise as a buffer of life stress: a prospective study of adolescent health*. *Health* . Mexico: Psychology, 7, 341-453.
- Cecchini, J. (1996). *Concepto de Educación Física*. En V. García Hoz (Ed.), *Personalización en la Educación Física* . Madrid: Rialp.
- Chenoweth, D. &. (2006). *The Economic Cost of Physical Inactivity and Excess Weight in American Adults*. *Journal of Physical Activity* . New York: Health.
- Corbin, C. P. (2000). *Definitions: Health, Fitness and Physical Activity*. *President's Council on Physical Fitness and Sport Research* . Canada: Digest.
- Dechavanne, N. (1998). *Dechavanne, N. (1998). El bienestar físico y psíquico en las prácticas físicas*. In *Informe final. El deporte para Todos y los retos educativos a nivel mundial*. Barcelona.: Genesis.
- Devis, J. (2000). *Actividad física, deporte y salud*. *Biblioteca temática del Deporte*. Barcelona: INDE.
- Dunn, A. T. (2001). *Physical activity dose- response effects on outcomes of depression and anxiety*. New York: Medicine & Science in Sports & Exercise, .

- Garrett, N. ., (2004). *Physical Inactivity. Direct Cost to Health Plan*. Canada: American Journal of Preventive Medicine.
- Generelo, E. y. (1997). *Análisis del compromiso fisiológico de la Educación Física en la Educación Primaria*". Madrid: Pila Teleña.
- Girginov, G. (1990). *Tiempo libre y Deporte. Bucarest*. Mexico: Editorial FIEP. 2da Edición.
- González, J. (1977). *Lecciones de Motivación. La Habana*,. Cuba: Editorial Impresora Universitaria "André Voisin".
- Greco, V. y. (2002). *Motivación en el deporte y su influencia en los resultados laborales*. . Buenos Aires: Argentina.: Universidad del CEMA,.
- Guillén, F. C. (1997). *Calidad de vida, salud y ejercicio: una aproximación al tema desde una perspectiva psicosocial*. Madrid: Psicología del Deporte, 12, 91-107.
- Hernández, R. F. (2010). *Metodología de la investigación*. . México: Editorial McGraw-Hill.

ANEXOS

**ACTIVIDAD FÍSICA Y LOGROS DE APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. PEDRO E. PAULET
MOSTAJO, HUACHO 2018.**

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e Indicadores	Metodología
<p>Problema General: ¿De qué manera la actividad física se relaciona con logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.</p> <p>Problemas Específicos:</p> <p>a) ¿En qué medida la actividad física se relaciona con la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.</p> <p>b) ¿En qué medida la actividad física se relaciona con el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.</p> <p>c) ¿En qué medida la actividad física se relaciona con la competencia en estudiantes de secundaria de</p>	<p>Objetivos Generales:</p> <p>Determinar la relación entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p> <p>Objetivos Específicos:</p> <p>a) Identificar la relación entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p> <p>b) Identificar la relación entre la actividad física y el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p> <p>c) Identificar la relación entre la actividad física y la</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe una relación significativa entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p> <p>Hipótesis Específicas</p> <p>a) Existe una relación significativa entre la actividad física y la motivación individual en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p> <p>b) Existe una relación significativa entre la actividad física y el compromiso en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p> <p>c) Existe una relación significativa entre la actividad</p>	<p>Variable Independiente (X) ACTIVIDAD FÍSICA</p> <p>Dimensión 1: Resistencia</p> <p>Realización de ejercicios de resistencia</p> <p>Dimensión 2: Velocidad</p> <p>Realización de ejercicios de velocidad</p> <p>Dimensión 3: Flexibilidad</p> <p>Realiza ejercicios de flexibilidad</p> <p>Dimensión 4: Fuerza</p> <p>Realización de ejercicios de fuerza</p> <p>Variable Independiente (Y) LOGROS DE APRENDIZAJE</p>	<p>TIPO DE ESTUDIO</p> <p>Descriptiva-Explicativa</p> <p>DISEÑO /NIVEL</p> <p>correlacional</p> <p>TÉCNICAS</p> <p>La encuesta</p> <p>INSTRUMENTO</p> <p>Cuestionario</p> <p>Población: 150 estudiantes</p>

<p>la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.</p> <p>d) ¿En qué medida la actividad física se relaciona con la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho? 2019.</p>	<p>competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p> <p>d) Identificar la relación entre la actividad física y la competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p>	<p>física y la competencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p> <p>d) Existe una relación significativa entre la actividad física y la ansiedad en estudiantes de secundaria de la I.E. Pedro E. Paulet Mostajo, Huacho 2019.</p>	<p>Dimensión 1: Motivación individual</p> <p>Realización de actividades de la fuerza</p> <p>Dimensión 2: Compromiso</p> <p>Realización de actividades de equilibrio</p> <p>Dimensión 3: Competencia</p> <p>Realización de actividades competitivas</p> <p>Dimensión 4: Ansiedad</p> <p>Control respecto a situaciones difíciles</p>	<p>Muestra: 150 estudiantes</p>
--	---	--	---	--

ANEXO N° 02



UNIVERSIDAD NACIONAL “JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN”

ENCUESTA

Estimado(a) estudiante, agradezco su valiosa colaboración. Lee atentamente cada pregunta, luego responda con veracidad y honestidad. La información que proporcionará será muy importante para fundamentar mi trabajo de investigación

INSTRUCCIONES: Cada pregunta presenta cinco alternativas, priorice una de las respuestas y marque con una X la respuesta que usted crea conveniente, teniendo en cuenta que:

- 1, Nunca 2. Casi nunca 3. A veces 4. Casi siempre
5. Siempre

ÍTEMS O PREGUNTAS	1. Nunca	2. Casi nunca	3. A veces	4. Casi siempre	5. Siempre
LOGROS DE APRENDIZAJE					
MOTIVACIÓN INDIVIDUAL					
1. Me fascina en participar en toda actividad físico deportivo					
2. Estoy empeñado a realizar actividades físicas mínimo dos veces a la semana para sentirme bien					
3. Forman parte de mi actividad física cotidiana caminar, correr, jugar voleibol, fútbol y bailar					
4. Me encantaría realizar más actividades físico deportivas, pero en el colegio hacemos ejercicios repetidas					
5. Realizo actividades físicas porque quiero mantener mi peso para tener buena imagen					
6. Realizo actividad físico deportivo porque me gusta y así me siento feliz					
7. Realizo actividad física porque es mi pasión y disfruto en todo momento					
COMPROMISO					
8. Me concentro mucho cuando realizo actividades físicas en horas de educación física					
9. Practico una y otra vez para conseguir realizar bien los ejercicios y los deportes					
10. En todo momento tomo en cuenta los consejos de las personas que me guían					

11. Tomo en cuenta todas las recomendaciones y las normas en la clase de educación física					
12. Por más difícil que sea los ejercicios en la clase, siempre sobresalgo con mucha constancia					
13. Dedico mucho tiempo en practicar los ejercicios realizados en la clase de educación física para sobresalir en cada clase					
14. Por más difícil que sea los ejercicios, nunca abandono, sino que continúo con mis esfuerzos hasta conseguirlo					
15. Previo a todas las actividades físicas realizo calentamientos para prevenir algunas lesiones					
COMPETENCIA					
16. Con frecuencia he recibido felicitaciones por ser mejor que otros compañeros y compañeras en las clases de educación Física					
17. Considero que poseo mejores capacidades que otros compañeros/ras para la actividad física					
18. En opinión de mis compañeros/as que soy un/a deportista completo/a capaz de realizar bien cualquier ejercicio propuesto					
19. Dedico mayor tiempo que otros compañeros (as) para poder ser bueno en Ed. Física.					
20. Me considero que poseo las cualidades necesarias para ser bueno/a en Educación física y deporte.					
21. Previo a toda competición física cumplo todas las recomendaciones, como dormir temprano, creer en lo que soy capaz, demostrar con seguridad lo que sé hacer					
22. El día de la competición contagio mis sentimientos de ganador a todos, eso genera buenos resultados					
ANSIEDAD					
23. En ocasiones me pongo nervioso/a y mi rendimiento baja, cuando tengo que realizar los ejercicios y los deportes delante de mis compañeros					
24. Previo a la práctica en clase de educación física, estoy intranquilo/a por el recuerdo de mis fallas en los días anteriores.					
25. En toda la práctica estoy más preocupado/a en pensar que no lograré lo que me propongo					
26. Me preocupa a menudo la derrota antes de un juego o un partido.					
27. Cuando estoy en clase de educación física y delante de mis compañeros me siento inseguro					
28. Me considero mejor que mis compañeros/as en la clase de educación física					
29. Cuando cometo un solo error me siento tan culpable que dura varios días					
30. Cuando participo en una competición tengo mucho temor de fallar y pienso abandonar					
ACTIVIDAD FÍSICA					

RESISTENCIA					
31. La práctica permanente de la actividad física me genera tener buena resistencia frente al agotamiento					
32. Cuando realizo actividades físicas puedo vencer la fatiga con facilidad					
33. Después de realizar la actividad física puedo recuperarme fácilmente las energías					
34. Puedo soportar una presión psicológica en las competiciones de manera					
35. Puedo manejar y soportar con facilidad el cansancio después de practicar actividades físicas prolongadas					
VELOCIDAD					
36. Me encanta participar en la competición de carreras de cien, doscientos y más metros					
37. Todos mis compañeros/as opinan que soy rápido en todas las actividades físicas que desarrollamos					
38. Puedo reaccionar con rapidez frente a una señal para realizar movimientos					
39. Soy capaz de superar las metas practicando de manera constante las carreras					
40. Puedo tener mejor velocidad cuando incorpora las actividades físicas fuera de horario escolar					
FLEXIBILIDAD					
41. Realiza habitualmente ejercicios de flexibilidad para prevenir lesiones					
42. Realiza con frecuencias ejercicios de flexibilidad en articulaciones dorsales y abdominales					
43. Ejecuta ejercicios de flexibilidad muscular para mejorar la coordinación y la destreza					
44. En opinión de mis compañeros/as tengo mucho equilibrio para realizar ejercicios físicos					
45. Pocas veces tengo dificultad para realizar ejercicios de flexibilidad					
FUERZA					
46. Puedo realizar ejercicios como planchas sin ninguna incomodidad					
47. N o tengo ninguna dificultad para realizar abdominales					
48. Tengo una buena consistencia muscular para realizar actividades físicas					
49. Soy capaz de levantar pesas y realizar ejercicios físicos rudos					

50. Me fascina realizar ejercicios en el gimnasio sobre todo con equipos						
--	--	--	--	--	--	--

TABLA DE DATOS

	X	Y	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8	LOGROS DE APRENDIZAJE	ACTIVIDAD FÍSICA	MOTIVACIÓN INDIVIDUAL	COMPROMISO	COMPETENCIA	ANSIEDAD	RESISTENCIA	VELOCIDAD	FLEXIBILIDAD	FUERZA
1	59	39	14	15	14	16	10	10	9	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
2	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
3	59	39	14	15	14	16	10	10	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
4	89	59	21	24	20	24	15	15	14	14	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
5	86	56	21	22	19	24	15	15	13	13	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
6	87	58	21	22	21	23	15	15	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
7	86	57	20	23	20	23	15	14	14	14	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
8	61	41	14	17	14	16	10	10	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
9	59	39	14	16	13	16	10	10	9	9	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
10	58	39	14	15	14	15	10	9	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
11	44	29	10	10	13	11	6	8	9	9	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
12	39	25	9	9	10	11	6	6	7	7	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
13	86	56	21	23	18	24	15	15	12	12	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
14	81	55	19	24	16	22	15	13	12	12	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
15	86	56	21	21	20	24	15	15	14	14	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
16	87	57	21	22	20	24	15	15	14	14	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
17	91	61	21	26	20	24	15	15	14	14	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
18	86	56	21	23	18	24	15	15	12	12	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
19	111	74	28	29	24	30	20	17	17	17	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO
20	116	78	28	30	27	31	20	19	20	20	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
21	89	59	21	23	21	24	15	15	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
22	89	59	21	23	21	24	15	15	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
23	85	57	21	21	21	22	15	13	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
24	61	41	14	17	14	16	10	10	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
25	60	40	14	16	14	16	10	10	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
26	61	41	14	16	15	16	10	10	11	11	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
27	60	40	14	16	14	16	10	10	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
28	117	78	28	32	25	32	20	20	18	18	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO
29	86	59	19	25	21	21	15	12	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
30	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
31	96	62	26	26	16	28	18	18	10	10	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	REGULAR
32	108	73	28	27	25	28	20	18	18	18	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO
33	60	40	14	16	14	16	10	10	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
34	88	59	21	23	21	23	15	14	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
35	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
36	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO
37	60	40	14	16	14	16	10	10	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
38	60	40	14	16	14	16	10	10	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
39	62	41	14	17	14	17	10	11	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
40	64	43	14	17	16	17	10	11	12	12	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO
41	64	43	14	17	16	17	10	11	12	12	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO
42	63	42	14	17	15	17	10	11	11	11	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
43	60	41	14	15	16	15	10	9	12	12	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO
44	64	42	14	18	14	18	10	12	10	10	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	REGULAR	REGULAR

94	90	40	21	24	21	24	10	10	10	10	BUENO	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
95	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO									
96	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO									
97	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO									
98	60	60	14	16	14	16	15	15	15	15	REGULAR	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO
99	60	40	14	16	14	16	10	10	10	10	REGULAR									
100	60	40	14	16	14	16	10	10	10	10	REGULAR									
101	30	40	7	8	7	8	10	10	10	10	REGULAR									
102	30	20	7	8	7	8	5	5	5	5	REGULAR									
103	90	20	21	24	21	24	5	5	5	5	BUENO	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
104	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO									
105	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO									
106	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO									
107	60	60	14	16	14	16	15	15	15	15	REGULAR	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO
108	90	40	21	24	21	24	10	10	10	10	BUENO	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
109	60	60	14	16	14	16	15	15	15	15	REGULAR	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO
110	90	40	21	24	21	24	10	10	10	10	BUENO	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR
111	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO									
112	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO									
113	90	60	21	24	21	24	15	15	15	15	BUENO									
114	60	60	14	16	14	16	15	15	15	15	REGULAR	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO
115	60	60	14	16	14	16	15	15	15	15	REGULAR	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO
116	60	40	14	16	14	16	10	10	10	10	REGULAR									
117	48	60	13	8	12	15	15	15	15	15	REGULAR	BUENO	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO
118	54	40	11	18	9	16	10	10	10	10	REGULAR									
119	86	60	21	22	21	22	15	15	15	15	BUENO									
120	86	60	21	21	21	23	15	15	15	15	BUENO									
121	123	92	29	34	26	34	24	23	24	24	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
122	121	92	32	27	29	33	25	20	25	25	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
123	84	66	29	13	16	26	18	20	12	12	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	REGULAR	BUENO	REGULAR	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO
124	102	76	30	24	23	25	23	12	21	21	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
125	118	87	29	30	24	35	23	20	23	23	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
126	118	81	30	30	25	33	18	21	21	21	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
127	138	97	34	35	31	38	25	23	24	24	ÓPTIMO									
128	110	77	27	31	22	30	19	18	20	20	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO
129	132	97	32	30	31	39	25	24	23	23	ÓPTIMO									
130	85	73	22	19	15	29	22	13	16	16	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO
131	97	75	23	25	20	29	21	20	15	15	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO
132	108	74	32	21	24	31	20	18	15	15	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO
133	128	88	30	32	30	36	21	22	22	22	ÓPTIMO									
134	76	54	24	16	17	19	19	10	10	10	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	REGULAR	REGULAR	REGULAR
135	131	95	32	34	27	38	23	24	24	24	ÓPTIMO									
136	142	93	34	39	32	37	23	25	23	23	ÓPTIMO									
137	123	87	32	35	24	32	23	21	23	23	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
138	99	75	26	22	19	32	19	18	17	17	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO
139	102	76	26	21	25	30	23	16	17	17	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO
140	132	95	35	35	27	35	25	21	25	25	ÓPTIMO									
141	109	77	28	29	22	30	20	18	19	19	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
142	97	78	25	21	21	30	22	20	17	17	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO

143	101	84	26	25	15	35	21	18	20	20	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	REGULAR	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
144	110	75	28	30	24	28	19	18	20	20	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
145	122	93	28	33	21	40	22	25	22	22	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
146	118	85	30	26	32	30	24	18	23	23	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
147	109	74	27	31	25	26	22	13	19	19	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
148	99	78	27	23	18	31	20	18	17	17	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	BUENO	BUENO	BUENO
149	138	96	34	35	31	38	25	23	23	23	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO	ÓPTIMO
150	77	63	21	17	14	25	15	18	13	13	BUENO	BUENO	BUENO	REGULAR	REGULAR	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO	BUENO

MIEMBROS DEL JURADO

Mg. ARMANDO EMILIO CABRERA CABANILLAS
ASESOR

Mg. RICARDO DE LA CRUZ DURAND
PRESIDENTE

Mg. DANTE DE LA CRUZ PARDO
SECRETARIO

Mg. REGULO CONDE CURIÑAUPA
VOCAL