



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

**Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Física y Deportes**

**Estatus ponderal y las competencias motoras en los estudiantes del Colegio Don
Alberto-Sayán**

Tesis

Para optar el Título de Licenciado Profesional en Educación Física y Deportes

Autor

Cristian Jack Reyes Atencio

Asesora

Dra. Vilma Rosario Cabillas Oropeza



Mg. Vilma R. Cabillas Oropeza
DOCENTE
C.P.P. N° 0215015596

Huacho – Perú

2024



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

FACULTAD EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

ESCUELA PROFESIONAL EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Cristian Jack Reyes Atencio	75397595	05/06/2024
DATOS DEL ASESOR:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Cabillas Oropeza, Vilma Rosario	15615596	0000-0001-7119-8227
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Natividad Muñoz, Robert Sandro	15726124	0000-0003-3054-0027
Bravo Montoya, Julia Marina	15724272	0000-0002-0783-8792
Garcia Grimaldo, Riss Paveli	40730807	0000-0002-8096-8606

ESTATUS PONDERAL Y LAS COMPETENCIAS MOTORAS EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO DON ALBERTO-SAYAN

ORIGINALITY REPORT

20% SIMILARITY INDEX	20% INTERNET SOURCES	2% PUBLICATIONS	9% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

1	repositorio.unjfsc.edu.pe Internet Source	9%
2	repositorio.uta.edu.ec Internet Source	1%
3	repositorio.ucv.edu.pe Internet Source	1%
4	repositorio.uap.edu.pe Internet Source	1%
5	docplayer.es Internet Source	1%
6	repositorio.udec.cl Internet Source	1%
7	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Student Paper	1%
8	repositorio.unsa.edu.pe Internet Source	<1%
9	Submitted to Pontificia Universidad Catolica del Peru	<1%

TESIS

Estatus ponderal y las competencias motoras en los estudiantes del Colegio Don Alberto-

Sayán

DEDICATORIA

A mis padres y familia

Cristian Jack Reyes Atencio

AGRADECIMIENTO

A mis padres por estar siempre ahí

Cristian Jack Reyes Atencio

ÍNDICE

Caratula	I
Título.....	II
Dedicatoria.....	III
Agradecimiento.....	IV
Índice.....	V
Resumen.....	VI
Abstrac.....	VII
Introducción.....	VIII

CAPÍTULO I:

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática.....	4
1.2. Formulación del problema.....	5
1.2.1. Problema general.....	6
1.2.2. Problemas específicos.....	6
1.3. Objetivos de la investigación.....	7
1.3.1. Objetivo general.....	7
1.3.2. Objetivos específicos.....	7
1.4. Justificación de la investigación.....	8
1.5. Delimitaciones del estudio.....	9
1.6. Viabilidad del estudio.....	9

CAPÍTULO II:

MARCO TEÓRICO

2.1	Antecedentes de la investigación.....	11
2.1.1.	Investigaciones internacionales.....	11
2.1.2.	Investigaciones nacionales.....	12
2.2	Bases teóricas.....	14
2.3	Bases Filosóficas.....	21
2.4	Definición de términos básicos.....	22
2.5	Hipótesis de la investigación.....	24
2.5.1	Hipótesis general.....	24
2.5.2	Hipótesis específicas.....	24
2.6	Operacionalización de las variables.....	25

CAPÍTULO III:

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1	Diseño metodológico.....	28
3.2	Población y muestra.....	28
3.2.1	Población.....	28
3.2.2	Muestra.....	229
3.3	Técnica de recolección de datos.....	29
3.4	Técnicas para el Proceso de la Información.....	29

CAPÍTULO IV:

Resultados

4.1	Análisis de los Resultados	28
4.2	Contrastación de Hipótesis	29

CAPÍTULO V:

Discusión

5.1	Discusión de los Resultados.....	27
-----	----------------------------------	----

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1	Conclusiones.....	44
6.2	Recomendaciones.....	45

CAPITULO VII

REFERENCIAS

5.1.	Fuentes bibliográficas	47
5.2.	Fuentes hemerográficas.....	47
5.3.	Fuentes electrónicas	48

ANEXOS

	Anexos.....	51
3.4	Matriz de consistencia.....	54

RESUMEN

En la actualidad observamos como consecuencia de la pandemia la generación que vivió este momento se caracterizan por presentar obesidad y poca actividad física lo cual es un peligro latente para la salud, el practicar alguna disciplina es buena para la mente y nuestro cuerpo.

Para el desarrollo del trabajo se utilizó un diseño descriptivo correlacional la cual tiene como finalidad lograr evidenciar la relación constante que presentan cada una de las variables, por otra parte, este trabajo pertenece del tipo mixto

Población

Cuando nos referimos al término de población en una investigación va a tener como objetivo al conjunto de diferentes personas, de los cuales se buscará recolectar los datos, la población es de 300 estudiantes.

Muestra

Para seleccionar la muestra fue necesario emplear el diseño no probabilístico, la muestra está representada por los estudiantes del nivel secundario del VII ciclo con un total de 44 estudiantes.

Técnicas de recolección de Datos.

Para lograr el desarrollo de este trabajo fue fundamental la recolección de información, en el caso de esta investigación se empleó la observación.

Palabras claves: estatus ponderal, motricidad y aprendizaje

ABSTRAC

Currently, as a consequence of the pandemic, we observe that the generation that lived through this moment is characterized by obesity and little physical activity, which is a latent danger to health. Practicing some discipline is good for the mind and our body.

For the development of the work, a descriptive correlational design was used, the purpose of which is to demonstrate the constant relationship that each of the variables present. On the other hand, this work belongs to the mixed type.

Population

When we refer to the term population in a research, it will have as its objective the set of different people, from whom we will seek to collect data, the population is 300 students.

Sample

To select the sample it was necessary to use the non-probabilistic design, the sample is represented by secondary level students of the VII cycle with a total of 44 students.

Data collection techniques.

To achieve the development of this work, the collection of information was essential; in the case of this research, observation was used.

Keywords: weight status, motor skills and learning

INTRODUCCION

Es importante llevar una vida sana para tener un buen desarrollo motor, los padres deben tener una alimentación balanceada de acuerdo a la edad, debido a la pandemia muchos niños llegaron a la obesidad y a una condición pasiva lo cual se ve reflejado en las aulas es por ello importante realizar esta investigación para focalizar los problemas más relevantes que originan de alguna manera el sedentarismo en nuestros alumnos, este análisis se realizó teniendo en cuenta la estructura y formato que pide la universidad.

El punto de inicio es identificar los problemas observables y considerar los más relevantes y plantear los objetivos que orientaran y encaminaran hacia una posible solución, para ello debe estar justificado exponiendo las razones por la que es importante realizar este análisis, es necesario indagar sobre antecedentes que también abordaron este tema para tenerlos de referencia y comparación en los resultados porque la sociedad es cambiante, así mismo se elabora el marco teórico con la recopilación de teorías científicas y fuentes bibliográficas que serán sustento de la investigación.

También se considera la aplicación de la metodología y la elaboración de los instrumentos para procesar los resultados utilizando el estadístico Alfa de Cronbach.

Los resultados es la parte concluyente del análisis y la más importante porque determinara la dimensión del problema porcentualmente permitiendo tomar medidas y acciones para contrarrestar los problemas planteados.

Los últimos capítulos están enfocados a consolidar las conclusiones y las recomendaciones para que sean tomados en cuenta.

CAPÍTULO I:
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Descripción de la realidad problemática

Cuando se menciona sobre el análisis del estatus ponderal nos permite observar la relación que existe entre la persona y los diferentes factores que permiten ver su estado de salud ya sea la relación que se establece entre su peso, su composición corporal, su talla y sus capacidades físicas estando directamente relacionado con el reflejo que la persona va a presentar hacia su salud, llevar un equilibrio es fundamental ya que se puede ver reflejado en el rendimiento académico tanto en la parte mental como física por tanto es muy importante que el maestro busque implementar actividades que permitan promover el movimiento física como las actividades lúdicas, el deporte o tareas que van dentro de la cotidianidad como caminar o saltar mientras que a su par permiten trabajar las competencias motoras aprendiendo a controlar sus movimientos y desplazarse dentro de su entorno, este tema es sumamente importante porque no solo se relaciona hacia la vida escolar sino se verá reflejado en todo los ámbitos de la vida de la persona.

Dentro de la institución Don Alberto ubicado en la zona de Sayán se apreció la mala relación referente al estatus postural encontrando muchos casos de sedentarismo y los pocos hábitos de realizar actividad física siendo un deber del docente el promover medios que permitan fomentar los buenos hábitos, en este caso se realizaron actividades como la lúdica o juegos deportivos dentro de los cuales los niños van a poder fortalecer sus competencias motoras ya sea al realizar acciones como saltar, caminar o correr según se requiera en la actividad, por otra parte también se va a abarcar el área cognitiva fomentando su creatividad, la imaginación viéndose reflejado durante las actividades y su capacidad para resolver las dificultades que se puedan presentar como parte de las mismas actividades.

Esta investigación va a ser considerada como factible por la gran importancia que adquiere para la formación de buenos hábitos además de destacar que la salud de los niños es primordial para un correcto rendimiento académico.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cómo se relaciona el estatus ponderal con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cómo se relaciona la actividad física con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán?

¿Cómo se relaciona la composición corporal con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán?

¿Cómo se relaciona la autopercepción con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán?

1.3.1 Objetivo General

Determinar la relación de estatus ponderal con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar la relación la actividad física con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

Determinar la relación de la composición corporal con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

Determinar la relación de la autopercepción con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

1.4 Justificación de la Investigación

Justificación Teórica

Esta investigación surge por las necesidades que presentan los estudiantes hacia una buena orientación de la adquisición de hábitos saludables centrándose en la realización de actividades físicas como la lúdica o juegos deportivos los cuales permitan promover la buena salud a la par que permiten trabajar las competencias motoras permitiendo a la persona tener un mayor dominio de sus movimientos o capacidad para desplazarse dentro de su entorno según la actividad que se busque realizar o los desafíos que estas pueden abarcar.

Justificación Práctica

Mediante el estatus postural los docentes se podrán hacer una visión general de la condición de salud en la cual están los estudiantes para posteriormente plantear diferentes actividades las cuales busquen propiciar los buenos hábitos mientras se abarcan las competencias motoras permitiendo implementar las buenas costumbres mientras que aprenden a controlar sus movimientos y desplazarse de forma correcta dentro de su entorno logrando de tal manera mejorar las condiciones de salud tanto físicas como mentales por parte de los estudiantes.

Justificación social

Mediante las actividades que se establezcan los niños se verán en la necesidad de poder relacionarse entre ellos cooperando para cumplir con las metas establecidas o simplemente poder comunicar sus ideas o sentimientos con sus compañeros permitiendo de tal manera el poder desarrollar sus habilidades sociales destacando la importancia que estas adquieren en la actualidad, por otra parte mediante los juegos se van a propiciar escenarios que fomenten los valores y las normas de convivencia aprendiendo a cooperar y vivir de forma armoniosa con su entorno.

1.5 Delimitaciones del estudio

La institución pública brinda a los niños y adolescentes de la comunidad Don Alberto una formación basada en valores y al desarrollo integral de sus competencias preparando a las nuevas generaciones con cimientos firmes para la vida y la sociedad atendiendo las tres modalidades educativas por lo tanto es un colegio integrado enfocado a articular los tres niveles, el estudio se basó en el año lectivo del 2023.

1.6 Viabilidad del Problema

Considerando las necesidades o prioridades que impone la educación actual es un factor esencial que los maestros busquen constantemente nuevos medios de desarrollo o estrategias de trabajo que permitan los niños no solo cumplir con los objetivos planteados buscando implementar los buenos hábitos y la buena salud.

CAPÍTULO II:
MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

Nivel Internacional

Lorenzo F (2018) “Diseño y Estudio científico para la Validación de un test motor Original, que mida la Coordinación Motoriz en alumnos/as de Educación Secundaria Obligatoria”, la finalidad de esta investigación fue establecer un diseño que permita validar el test motor original por el cual se podrá medir la coordinación motora de los estudiantes, esta investigación utilizo un modelo experimental mediante el cual el investigador estuvo presente durante el desarrollo de los test, es del tipo correlacional buscando establecer una relación constante entre las variables además de los fenómenos que puedan afectar los resultados, la población estuvo conformada por un total de 55 estudiantes de entre 14 a 15 años de edad mientras que la muestra abarco la totalidad de la población, para la recolección de información se emplearon los test de desarrollo y la observación directa mientras que los instrumentos fueron los cuestionario y la lista te cotejo permitiendo obtener los siguientes resultados: Se establece una gran complejidad referente a los conceptos, la clasificación y factores que permitan clasificar los la coordinación motriz así como los test motores los cuales permitan medirlos con exactitud permitiendo establecer que no existe ningún test que permita validarlo con exactitud pero si se logró medir la mayoría de las capacidades físicas o coordinativas las cuales presento la población, por otra se logró establecer que mediante actividades que promuevan el movimiento se mejorara la salud de los niños tanto a nivel físico como mental siendo un medio para desesterarse o de motivación.

Cristomo B, Mardones L, Yáñez R (2021) “Estudio de la Actividad física de Estudiantes de 8 año Básico y 3 año medio del colegio Salesianos de Concepción en clases no presenciales durante la pandemia Covid 19”, la finalidad de esta investigación fue poder establecer el impacto en los alumnos del confinamiento sobre las actividades físicas el cual fue realizado durante las clases no presenciales por parte de alumnos del nivel secundaria durante la

pandemia, esta investigación se basa en un tipo descriptiva centrándose en las diferentes actividades deportivas mediante el diseño de encuesta de descripción mixta ya que se va a establecer datos tanto cualitativos como cuantitativos teniendo la misma validez, para la recolección de datos informativos o de los avances de los estudiantes se empleó la observación y las encuestas mientras que el instrumento fue adaptado a la encuesta de descripción mixta, la población estuvo conformada por un total de 51 participantes mientras que la muestra abarcó la totalidad de la población permitiendo obtener las siguientes conclusiones: Mediante los datos recolectados y plasmados se puede manifestar que dentro de la investigación se logró conocer con mayor eficacia las consecuencias que estableció el confinamiento respecto al acondicionamiento físico por parte de los estudiantes, las medidas las cuales fueron plasmadas por parte del ministerio de salud dentro de la ciudad de Santiago, estableciendo una visión pedagógica es importante resaltar las dificultades o consecuencias negativas que trae dichas medidas, mediante la implementación de actividades físicas en casa se logró mejorar la salud y tanto mental como física por parte de los alumnos destacando una mejoría al finalizar la investigación.

Guerrero J (2013) “Nivel de Actividad Física y su Incidencia en el Sobrepeso de los funcionarios Administrativos de la "Unidad de espacio público de la empresa pública Metropolitana de movilidad y obras públicas del distrito Metropolitano de Quito”, provincia de Pichincha”, esta investigación tiene como finalidad determinar el nivel de actividad física para disminuir el sobrepeso, esta investigación es de campo destacando que se va a realizar dentro del mismo lugar donde sucedan los hechos, es del tipo documental, bibliográfico y lincografica ya que se va a analizar, profundizar y sintetizar diferentes aspectos de múltiples teorías, autores o criterios, esta investigación es de diseño explicativo destacando que cuando se analizan los criterios de análisis se busca dar solución ante las dificultades, el nivel es descriptivo buscando describir los sucesos de la investigación, la población estuvo conformada por 100

alumnos mientras que la muestra fue de 50 participantes, la técnica para la recolección de información fue la observación directa mientras que los instrumentos fueron las encuestas y la validez de confiabilidad permitiendo obtener las siguientes concluyentes: La mayoría de personas participantes de esta investigación tienen un interés genuino para realizar las actividades físicas destacando que un alto porcentaje no tiene costumbre de realizar actividad física además de tener una alimentación bastante irregular sin ordenar sus horarios o considerar una comida sana, mediante la implementación de un programa de mejora física como forma de prevención para mejorar la calidad de vida además de agregar costumbres de mejora tanto en la alimentación como en diferentes aspectos de vida de las personas resaltando la importancia de esta investigación.

Antecedentes Nacionales

Céspedes E (2021) “Estudio del Estatus Ponderal y la Coordinación Motora Gruesa en estudiantes del nivel primario del Colegio Experimental de Aplicación “La Cantuta” – 2016” el objetivo de esta investigación fue realizar actividades de educación física y deporte como medio de recreación y deporte para mejorar la coordinación motora gruesa y hacer un seguimiento del estatus ponderal, esta investigación sigue un modelo cualitativo en el cual se consideran los rasgos o cualidades que presenta la muestra al momento de plantear las actividades físicas, sigue un diseño experimental dentro del cual el investigador va vivenciar los sucesos o fenómenos que puedan alterar la muestra de una manera directa, la población estuvo conformada por un total de 45 estudiantes mientras que la muestra fue de tan solo 24, la técnica para la recolección de información fue la observación directa y los cuestionarios mientras que la técnica fueron las guías de observación y los test de desarrollo permitiendo de tal forma llegar a las siguientes conclusiones: Mediante las actividades físicas los estudiantes del nivel primaria adquirieron hábitos sanos los cuales son muy beneficiosos para su salud como el control de su peso o mejorar su rendimiento físico además, por otra parte se resalta que

también va a permitir obtener diferentes beneficios a nivel mental siendo un momento agradable de relajación donde los niños van a poder liberar sus sentimientos o tener un momento libre de estrés permitiendo resaltar la importancia que aporta este aspecto para el desarrollo de los estudiantes.

Pillaca J, Sánchez N (2022) “Estado nutricional y desarrollo Psicomotor en niños(a) de 2 a 5 años atendidos en el Consultorio de CRED del Hospital San Juan de Lurigancho, Lima 2022”, esta investigación tiene como objetivo el determinar el estado de nutrición y desarrollo psicomotor en los infantes dentro del consultorio CRED, el enfoque es cuantitativo centrándose netamente en la recolección de datos informativos basados en los porcentajes o numeración y poder generalizarlos dentro de un grupo de personas para lograr explicar alguna problemática o fenómeno, el diseño fue el no experimental dentro del cual no habrá ningún tipo de intervención relacionada hacia los investigadores, por otra parte este trabajo será transversal donde la recolección de información se va a establecer dentro de un periodo determinado, la población estuvo conformada por un total de 40 niños de entre 2 a 5 años mientras que la muestra abarcó la totalidad de la población, la técnica para la recolección de información fueron las encuestas mientras que los instrumentos fueron los test y el cuaderno de cotejo permitiendo obtener las siguientes conclusiones: Se pudo observar una relación establecida entre el estado de nutrición y el desarrollo psicomotor en los estudiantes, no obstante al aplicar actividades físicas que permitan mejorar el desarrollo psicomotor en los niños los estudiantes van a presentar una mejoría sobre su salud además de presentar una mayor destreza al momento de realizar diferentes movimientos corporales permitiendo de tal forma comprobar la hipótesis.

Cuipa M (2016) “El estado Nutricional y su Influencia en el Rendimiento escolar de los estudiantes del III Ciclo de Educación Primaria de la I.E. “Virgen de Fátima” Zarumilla, 2015”, la finalidad de esta investigación fue establecer de que forma el estado nutricional está relacionado con el rendimiento de los estudiantes dentro del ámbito escolar, este trabajo empleó

el método cuantitativo mediante el cual las variables consideradas van a ser sometidas a medición y los diferentes resultados serán expuestos por la medición numérica, el método empírico considerando las problemáticas de la investigación y finalmente el método estadístico, este trabajo es del tipo no experimental dentro del cual no se van a manipular las variables, finalmente el diseño fue el descriptivo correlacional por el esquema empleado, la población estuvo conformada por un total de 43 estudiantes mientras que la muestra abarco la totalidad de la población la técnica para la recolección de información fue el análisis documental mientras que los instrumentos fueron la hoja de registro y las guías de observación permitiendo obtener las siguientes concluyentes: Se logró determinar mediante la estadística chi cuadrado que el estado nutricional va a estar directamente relacionado y significativamente mediante el rendimiento escolar estableciendo el grado asociativo en un 85.7% lo cual permite comprobar un nivel de alto de asociación, por otra parte la relación referente a la talla y edad de los estudiantes se estableció en un 69.4% de asociación permitiendo indicar un nivel alto de asociación.

1.2 Bases Teóricas

Variable Estatus Ponderal

Estatus Ponderal

Este término establece la relación que una persona presenta referente a su peso, su forma corporal, talla y todo lo relacionado hacia comprobar que exista una relación de salud hacia la condición física de la persona, de tal forma si existe un desbalance o se va a poder buscar regularizar mediante la realización de diferentes actividades físicas que inciten el movimiento ya sea por medio de un deporte, juego o el simple hecho de poder caminar, andar en bicicleta o nadar las cuales van a permitir mejorar la condición física de la persona. Es importante llevar una correcta relación hacia el peso de la persona con su fisiología considerando su altura o tipo

somático destacando que según la edad pueden presentar riesgos de obesidad o problemas cardiovasculares. El estatus postural debe ser un aspecto considerado de forma frecuente siendo un reflejo de la forma como una persona se alimenta, el estilo de vida que lleva y la cantidad de actividad física que realiza. (Arwel, Jones, 2019).

El autor menciona a este término como la relación que existe entre las características físicas de una persona, el peso el cual rodea a la persona y las condiciones o forma mediante el cual lleva su estilo de vida destacando que no solo se busca envolver la relación de peso y talla sino englobar aspectos mucho más profundos como la alimentación, la cantidad de actividad física que realiza con regularidad, sus habilidades motoras siendo un reflejo de la condición que general que una persona presenta destacando que un mal estilo de vida puede llevar a que una persona presente diferentes enfermedades como problemas cardiacos, pulmonares, de estrés, sobrepeso, etc..., planteando diferentes medios para poder contrarrestar estos aspectos siendo el más beneficioso por sus diferentes bondades o simpleza el realizar actividades físicas ya sean relacionadas hacia un deporte, juego o simplemente el buscar una mayor movilidad durante el día dando una mayor cantidad de pasos, saliendo a otra o realizando acciones más complejas como el nadar. El estatus ponderal está muy relacionado con los hábitos y costumbres que una persona pueda adquirir en el transcurso de su vida siendo un reflejo de la alimentación y que tan sedentario es una persona por lo tanto se debe inculcar las buenas costumbres hacia los niños desde las primeras etapas creando hábitos de una alimentación saludable y que puedan realizar actividad de forma frecuente lo cual se verá reflejado a lo largo de su vida en la calidad de esta, finalmente dentro de una institución educativa es responsabilidad del maestro reforzar los buenos hábitos mediante diferentes actividades planificadas según la edad de los niños y considerando sus gustos o afinidades. (Pasarín, Gonzalo, 2004).

Importancia del cuidado del estado Ponderal dentro de la Escuela

Llevar un correcto control de la salud de los niños es muy importante dentro de todos los ámbitos de su vida lo cual se verá reflejado en las diferentes actividades que pueda realizar desde el simple hecho de poder caminar hasta realizar actividades más complejas como el poder leer un libro o manejar bicicleta, por otro lado dentro del ámbito educativo que la persona tenga un buen estado de salud va a ser primordial para que puedan trabajar sus diferentes capacidades o áreas de desarrollo tanto en el aspecto motriz como en la parte mental por tanto es fundamental que los profesores promuevan diferentes actividades o realicen diferentes acciones las cuales permitan promover un correcto estatus postural que vaya dentro de los estándares de salud y exista una buena relación entre su desarrollo, eso o talla por tanto vamos a mencionar algunos de estas sugerencias por parte de los maestros.

- Incentivar el realizar actividades físicas las cuales promuevan el estar en desplazamiento por un periodo determinado de tiempo ya sea mediante la realización de juegos recreativos, practicar algún deporte o el solo hecho de salir a caminar con los niños.
- Implementar actividades que sean de interés de los estudiantes considerando la edad que puedan tener, sus rasgos o deficiencias a nivel físico o los gustos que puedan presentar buscando que con el tiempo se pueda volver un hábito.
- Promover hábitos saludables como la buena alimentación, se debe realizar charlas constantes hacia los padres para que comer de manera balanceada sea un hábito hacia la familia.
- Crear nuevos hábitos hacia la buena salud en la cual los niños puedan plantear sus sugerencias o ideas con sus compañeros buscando de tal manera no solo que entiendan la importancia que tiene este aspecto para el buen desarrollo de la persona, también se podrán fortalecer las habilidades sociales. (Moscoso, Alonso, 2005)

Estatus Postural como consecuencia dentro del a vida del Estudiante

Consecuencias Fisiológicas

Dentro de un aspecto general y mediante una evidencia sólida demuestra que las personas las cuales se mantienen de una forma activa y realizan diferentes actividades que promueven el movimiento demuestran una menor tasa de mortalidad por causas relacionadas a enfermedades cardiovasculares, de hipertensión, problemas cerebrovasculares, presentar problemas relacionadas hacia la diabetes, por otro lado se pueden prevenir enfermedades o males como la obesidad el cual es tener un peso no saludable hacia los rasgos que presenta la persona, este aspecto puede acarrear las enfermedades mencionadas de forma previa, el sedentarismo el cual es el no querer realizar actividades físicas o que abarquen la cotidianidad, por tanto se puede destacar que llevar un peso prudencial es fundamental para que los niños puedan tener una buena calidad de vida. (Adell, 2002).

Consecuencias en el Aspecto Mental

El poder llevar una vida saludable es muy importante para que los estudiantes puedan rendir de una forma óptima en la vida escolar permitiendo tener una mejor capacidad de concentrarse, mayor movilidad para realizar sus actividades, un mayor rendimiento a nivel cardiovascular y pulmonar resaltando que el estudiante lleve un estatus ponderal alineado hacia una vida saludable es fundamental, por otra parte mediante las actividades físicas los estudiantes encontraran un medio de distracción mediante el cual podrán tener un momento de júbilo donde podrán liberar su estrés, sentimientos o emociones, de tal forma es importante que los profesores dentro del salón de clases busquen el promover las buenas costumbres implementando horarios donde los niños van a realizar alguna actividad o hablando de la importancia del compañerismo y la buena alimentación. (Adell, 2002).

Actividad Física

La actividad física son diferentes actividades en las cuales se van a involucrar diferentes movimientos poniendo a prueba las habilidades motrices y principalmente teniendo como objetivo el mejorar la salud tanto a nivel físico como mental de una persona, la OMS ha planteado diferentes recomendaciones que deben ser consideradas al momento de realizar las actividades físicas para poder mejorar la salud y permitir orientarlos referente a la frecuencia de cada actividad, con que intensidad realizarla, como ejecutar de forma correcta los movimiento y que enfermedades se pueden evitar o prevenir al realizar actividades físicas, en las primeras etapas las actividades se deben centrar más en adaptación física y una visión relacionada hacia los juegos y el entretenimiento de las personas mientras que al entrar desde una etapa más madura hasta llegar a una adultez mayor (de 18 hacia 75 años) las actividades se van a dar como medio de relajo y desastres y principalmente hace mención hacia los desplazamientos (un ejemplo son los paseos que se puedan realizar ya sea a un paso de caminata, trote o poder andar en bicicleta), las actividades propias de un trabajo (cargar algún objeto) deportes o ejercicios o programas dentro de un contexto cotidiano, se van a mencionar algunas recomendaciones que se debe considerar al momento de realizar las actividades físicas.

- Se aconseja comenzar realizando un mínimo de 150 minutos de actividad la cual puede ser cumplida en la semana centradas en actividades aeróbicas, con una intensidad moderada o solo 75 minutos centradas en actividades aeróbicas.
- Las actividades aeróbicas pueden ser realizadas en diferentes sesiones de corta duración teniendo un mínimo de 10 a 15 minutos diarios como mínimo y va a variar dependiendo de los objetivos de la persona.
- Para obtener un mejor beneficio referente hacia una mejora de la salud de los adultos si se da la posibilidad de aumentar hasta 300 minutos semanales se conseguirá una

mejora en el aspecto cardiovascular, pulmonar y anaeróbico mejorando las condiciones físicas de la persona lo cual se verá reflejada desde actividades simples hasta el realizar actividades más complejas.

- Si la actividad va a llevar un mayor esfuerzo a nivel articular se recomienda calentar de forma previa con movimientos que permitan preparar el cuerpo hacia el desarrollo de las actividades físicas. (Arévalo, Castillo, 2011).

Beneficios de las Actividades Físicas

Las actividades físicas son un instrumento muy importante hacia la mejora tanto física como mental para las personas mediante las cuales podrán mejorar diferentes capacidades coordinativas, motoras, sociales o mentales además de traer otros beneficios que serán de mucho provecho para la vida de las personas según su edad o condición física que presenten, vamos a mencionar algunos de los mas resaltantes:

Beneficios para los niños

- Mejora su desempeño dentro del salón de clases mejorando su capacidad de concentración o poder tener una mayor capacidad de memorizar las cosas.
- Fortalece su condición a nivel muscular permitiendo mejorar su resistencia, elasticidad y fortalecer sus articulaciones.
- Minimiza los riesgos de sentir depresión mejorando su salud mental.
- Permite obtener un peso saludable de acuerdo a su talla y condición.
- Permite mejorar su disciplina y adquirir hábitos saludables. (Colquicocha, 2009).

Beneficios hacia los adultos Mayores

- Ayuda a tener un mayor control hacia el estrés permitiendo controlar mejor las emociones de las personas o la ansiedad que pueda tener.

- Mejora la presión arterial.
- Fomenta la buena salud mental mediante la cual la persona encontrara un lugar seguro donde poder comunicarse o liberar emociones.
- Permite fortalecer los huesos.
- Mejora el equilibrio y según la edad de la persona va a permitir mejorar sus movimientos según su vida diaria. (Colquicocha, 2009).

Importancia de los Buenos Hábitos

Se manifiesta que el poder llevar una vida activa va a ser una de las formas mediante la cual se podrá mantener el cuerpo y la salud en general de forma óptima, esto debe ser complementado mediante una buena alimentación, vamos a mencionar algunos de los aspectos por los cuales es fundamental el poder tener buenos hábitos:

- Permite mejorar el estado anímico de una forma fluida y natural, permitiendo aliviar la ansiedad, los momentos de estrés y propiciando momentos de relajación propiciando momentos de alegría e interacción social.
- Permite a la persona mantenerse en una forma saludable y sana, se resalta que el cuerpo al volverse sedentario va a empezar a aumentar de peso, debilitarse a nivel muscular o articular y no funciona de una forma óptima por tanto es muy importante implementar actividades físicas que complementado con una buena alimentación permitirá a la persona llevar una óptima calidad de vida.
- Previene diferentes enfermedades relacionadas al sobre peso o la presión arterial, no existe una edad para que una persona pueda enfermarse y por tanto es importante prevenir todos estos males mediante los buenos hábitos. (Eytel, 1999).

Dimensiones de la Variable Estatus Postural

Actividad Física

Se puede denominar a las actividades físicas a todas aquellas acciones o movimiento corporales los cuales para realizarse van a requerir un desgaste energético siendo como cualquier tipo de movimiento corporal el cual es realizado empleando los músculos esqueléticos, cuando hacemos referencia a las actividades físicas busca expresar a todos los movimientos que realiza el cuerpo incluso mencionando durante el tiempo de recreación u ocio, el poder desplazarse de un lugar determinado a otro o el simple hecho de mover objetos permitiendo manifestar de tal manera que la actividad física ya sea de una forma moderada o buscando una mayor intensidad va a permitir mejorar la condición física de una persona y todas las capacidades que abarque como una mayor resistencia, coordinación, flexibilidad, etc.

Beneficios de las Actividades Físicas

- ✓ Permite fortalecer los musculos y el sistema esquelético previniendo condiciones que puedan afectar la salud de la persona como el sedentarismo o la obesidad.
- ✓ Reduce el riesgo de adquirir enfermedades a nivel cardiovascular, pulmonar o diabetes siendo un excelente medio de prevención.
- ✓ Mejora los buenos hábitos al momento de poder realizar sus actividades cotidianas adquiriendo buenas costumbres.
- ✓ Fomenta la confianza y la autoestima de la persona permitiendo sentir una mayor seguridad en sí mismo.
- ✓ Desarrolla las habilidades sociales.
- ✓ Implementa momentos de júbilo y recreación. (Castelli, Hillman, Buck, Erwin, 2007).

Indicadores de Logro

- Realiza las actividades establecidas en clase.
- Demuestra buenos hábitos.
- Cooperar con sus compañeros durante la actividad física.
- Demuestra confianza al realizar las actividades.

Composición Corporal

Cuando hacemos mención hacia la composición corporal como la forma que se divide el peso en diferentes componentes como la grasa, los músculos, el agua, los huesos. El poder conocer la composición corporal es muy importante ya que permitirá el poder comprender el estado de salud de una persona y poder medir cambios que se podrán establecer a corto, mediano o largo plazo según se vaya requiriendo, dos personas pueden presentar un peso similar o igual pero su composición va a variar según otros factores como peso o talla ya que dentro de una báscula no se va a poder medir el peso exacto de una persona ya que no nos va a informar la forma como se distribuyen los componentes. (Guevara, 2005).

Indicadores de Logro

- Realiza las actividades establecidas en clase.
- Demuestra buenos hábitos.
- Cooperar con sus compañeros durante la actividad física.
- Demuestra confianza al realizar las actividades.

La Auto percepción

Se puede comprender a la percepción como la interpretación que una persona posee sobre su forma de ser, como percibe sus comportamientos y que rasgos presenta en su personalidad,

cuando una persona se mira en el reflejo de un espejo la imagen la cual pueda ver va a depender mucho de los rasgos del espejo, la forma como está elaborado y que calidad presenta, de la misma manera la autopercepción va a afectar de una gran manera la forma como una persona se va a sentir, que ideas tiene de sí mismo y la manera cómo va a actuar considerando que cada forma de actuar, hablar o percibir algo va a depender de la forma como nosotros mismos nos vemos por tal es importante reforzar la seguridad de los niños y fortalecer su autoestima. (Alvis,, Huamán, Pillaca, Aparco, 2017).

Indicadores de Logro

- Realiza las actividades establecidas en clase.
- Demuestra buenos hábitos.
- Cooperar con sus compañeros durante la actividad física.
- Demuestra confianza al realizar las actividades.

Variable las Competencias Motoras

La Motricidad

Cuando se menciona el termino motricidad se va a referir a la capacidad que posee una persona al momento de poder controlar los diversos movimientos a nivel corporal, para lograr esto van a intervenir los diferentes sistemas que posee el cuerpo, no obstante se resalta que este aspecto no solo se refiere a los movimientos corporales o gestos que el individuo realice sino también la espontaneidad como los ejecute, la creatividad para poder desenvolverte, entre otros aspectos. Una persona en sus primeras etapas va a realizar los movimientos de una forma involuntaria, no obstante mientras se vaya desarrollando estos movimientos empezaran a tener una finalidad pero no van a tener una eficacia al momento de poder coordinar las acciones hasta que posteriormente irán aprendiendo a coordinarlos y dirigirlos según las necesidades que van

surgiendo, por otra parte se menciona que la primera situación en la que un niño va a realizar sus movimientos será durante las actividades lúdicas, al principio se va a realizar de una manera poco eficaz pero a medida que sus experiencias se vayan expandiendo o tenga mayores estímulos permitirán que estos movimientos sean cada vez más coordinados. (Argüello, 2010).

El autor expone que las nociones motrices se manifiestan como la capacidad el cual va a poseer algún organismo para lograr generar movimientos o poder desplazarse de un lugar a otro, por otra parte también se puede conceptualizar como la capacidad del sistema nervioso central para lograr provocar diferentes contracciones musculares para realizar una acción en específico. Una persona no solo va a presentar condiciones para lograr ejecutar acciones de una manera coordinada basándose en su creatividad, espontaneidad y forma de poder solucionar alguna problemática, un ejemplo muy claro de esto es cuando están jugando y deben buscar soluciones ante las dificultades que se puedan presentar en el mismo juego, posteriormente mediante estas experiencias aprenderán a controlar mejor sus movimientos. (Arias, 2012).

Importancia del Desarrollo Motor

La motricidad es un aspecto que se irá desarrollando a medida que la persona se va desarrollando en sus diferentes etapas, cuando es un bebe no va a tener un control de sus movimientos y todo va a surgir de forma involuntaria para poder comunicar alguna necesidad, posteriormente ira aprendiendo a controlar sus movimientos mediante el juego y posteriormente para cumplir alguna actividad o tarea, posteriormente al entrar dentro del mundo escolar los profesores van a tener que plantear estrategias o ideas las cuales permitan desarrollar sus habilidades motoras estando presentes en todas las acciones de su día a día, por otra parte también se va a destacar la gran implicancia de este aspecto para lograr desarrollar diferentes procesos dentro del aspecto cognitivo, por otra parte se manifiesta que la clave para lograr desarrollar este aspecto es propiciar diferentes escenarios de estimulación permitiendo a los

niños otorgarle diferentes oportunidades las cuales le permitan crear nuevas experiencias que le permitan conocer mejor su entorno y aprender a desplazarse dentro de él, por otra parte una gran forma de potenciar estas habilidades es mediante a la lúdica y los juegos que no solamente van a propiciar momentos de diversión hacia los niños sino van a poder mejorar sus capacidades motoras dominando su cuerpo, mejorando su coordinación y aprendiendo a desplazarse. (Díaz, 2006).

Las habilidades motoras es considerada la capacidad básica para que las personas puedan desplazarse dentro de su entorno permitiendo moverse y controlar su cuerpo, por tanto el implementar medios dentro de las primeras etapas que permitan desarrollar este aspecto es fundamental como la implementación de actividades lúdicas o recreativas, cumplir labores simples o el desplazar objetos dentro de su entorno, por tanto este aspecto es crucial dentro de todos los ámbitos de la vida de la persona y es prioridad del entorno crear un ambiente seguro para que el niño pueda explorar de forma libre los ambientes de su entorno permitiendo no solo mejorar su motricidad sino otros aspectos cognitivos como su creatividad, imaginación y capacidad para la resolución de dificultades. (Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, 2014)

Características de las Competencias Motoras

Se puede conceptualizar a las competencias motrices dentro del área de Educación Física e van a tener en consideración toda una serie de diferentes acciones a nivel motriz el cual aparece de un modo filogenético dentro del desarrollo humano, estos movimientos son el poder correr, girar, el poder marchar, lanzar algún objeto, estas habilidades van a encontrar un soporte fundamental para el desarrollo de las habilidades perceptivas las cuales se van a manifestar desde el momento de la gestación y se irá desarrollando de forma conjunta y yuxtapuesta, vamos a mencionar algunas de las características que resaltan referente a las competencias motoras:

- ✓ Presenta un dominio parcial de su cuerpo realizando movimientos ya sean simples o complejos según sea la edad o habilidad de la persona y esto se ira complementando a medida que el individuo vaya desarrollando sus capacidades.
 - ✓ Se desplaza dentro de su entorno de forma controlada presentando dominio de su espacio según e vayan requiriendo para alguna actividad.
 - ✓ Manipula objetos de forma controlada distinguiendo su tamaño, forma o densidad según se requiera para alguna actividad en concreto.
 - ✓ Dentro de las actividades de los niños se va a emplear el componente lúdico-competitivo permitiendo realizar los juegos o actividades lúdicas permitiendo cumplir con los objetivos o dificultades que el juego requiera.
 - ✓ Se va a buscar el perfeccionamiento de los movimientos aprendiendo a realizarlos de forma coordinada según se va requiriendo.
 - ✓ Logra desarrollar las destrezas o capacidades básicas mediante los movimientos básicos los cuales puedan implicar el dominio del cuerpo.
 - ✓ Los movimientos básicos como los desplazamientos simples o el poder correr se buscara darle una mayor complejidad como aumentar la velocidad o el tiempo de duración.
- (Anaya, 2013).

Beneficios al desarrollar las Competencias Motoras

Las habilidades motoras son consideradas como un área fundamental para el desarrollo de las personas siendo la base para que una persona pueda tener un mayor control de sus movimientos logrando realizar desde actividades muy simples como caminar hasta otras que presentan un mayor grado de coordinación y complejidad como bailar o nadar, por tanto se debe resaltar los diferentes beneficios que se puedan obtener al momento de implementar actividades

que faciliten el fortalecimiento o mejora de estas competencias, vamos a mencionar algunas de las mas resaltantes:

- Permite el favorecimiento respecto al cuerpo de la persona permitiendo tener un mejor control sobre sus movimientos y lograr mejorar sus capacidades para lograr desplazarse dentro de su entorno.
- Favorece su habilidad para la retención de información mejorando su memoria y favoreciendo los pensamientos creativos y habilidad para la resolución de dificultades.
- Ayuda a mejorar la coordinación motora, el equilibrio y sentido del espacio permitiendo un mejor desplazamiento sobre un lugar determinado.
- Se adquiere un mejor estímulo referente a la percepción y exploración del entorno en el cual se van a encontrar considerando tanto los objetos como el espacio que van a poseer para poder realizar sus desplazamientos.
- Va a introducir nociones espaciales como arriba-abajo, de un lado-al otro, por delante-detrás y otros los cuales van a partir desde el control y movimiento referente a su propio cuerpo.
- Permite canalizar de una forma positiva la canalización de la energía.
- Logra desarrollar su lateralidad, mejora el control de sus movimientos, coordinación, favorece al equilibrio y logra ubicarse dentro de un tiempo determinado. (Baracco, 2011).

Indicadores de Logro de la Variable Habilidades Motoras

Motricidad Gruesa

Se puede mencionar de la motricidad gruesa como un aspecto fundamental dentro de las habilidades motoras la cual va a permitir el lograr realizar diferentes movimientos que

impliquen un gran recorrido como el poder moverlos pies, levantar los brazos y girar la cabeza el cual va a requerir el involucrar distintos músculos del cuerpo permitiendo mediante estas actividades el poder desarrollar la agilidad, la velocidad y fuerza para poder ejecutar cada movimiento, de una misma manera se expone que este tipo de motricidad va a permitir a la persona el poder mantenerse en equilibrio y poder desplazarnos o realizar algún cambio de nuestra posición de una forma correcta y coordinada. Los movimientos que se podrán realizar por medio del desarrollo de la motricidad gruesa van a ser el poder caminar, correr, saltar, nadar, manejar bicicleta el poder nadar, entre otras actividades permitiendo decir que mediante estas actividades se podrán englobar otras acciones con una mayor complejidad por tal razón se comenzara un proceso constante de desarrollo el cual se da desde la niñez. (Colado, 2012)

Evolución que se debe seguir para el desarrollo de la Motricidad Gruesa

Para el correcto desarrollo de la motricidad gruesa se va a dar un trabajo constante el cual se van a dar mediante diferentes actividades que consideraran la edad o capacidades de los niños, vamos a mencionar este proceso:

- ✓ Dentro de los primeros 3 meses podrá darse la vuelta o hacer pequeños giros de forma intencional y voluntaria.
- ✓ En los 4 meses podrá girar la cabeza.
- ✓ En los 6 meses podrá sentarse sin tener ningún tipo de apoyo y dentro de los 8 a 9 meses aprenderá a hacerlo sin ayuda.
- ✓ Comienza a desplazarse mediante el gateo a partir de los 10 meses aunque en algunos casos puede hacerlo desde antes.
- ✓ A partir del primer año logra mantenerse de pie.
- ✓ Logra dar sus pasos a partir de los 14 a 18 meses.

Indicadores de Logro

- Demuestra dominio de sus movimientos.
- Se desplaza dentro de su entorno.
- Coordina sus movimientos.
- Es espontaneo durante las actividades.

Motricidad Fina

La motricidad fina es considerada uno de los principales factores que permiten el desarrollo de la motricidad hacia los niños, al ponerlo en práctica y su estimulación para diversos aspectos es fundamental para el desarrollo de los infantes, por otra parte se menciona que la motricidad fina está relacionada directamente con las extremidades superiores centrándose principalmente en las manos y son consideradas como la base para lograr la manipulación de algún objeto, herramientas que permitan realizar alguna actividad o algún utensilio con el cual se puedan comer los alimentos manifestando que esta habilidad es muy común para el ser humano formando parte del desarrollo global siendo un reflejo del buen funcionamiento sobre el conjunto de estructuras, factores y diversas destrezas siendo su desarrollo un aspecto esencial para que el niño pueda interactuar con el entorno que lo rodea. Cuando hablamos de movimientos que involucren la motricidad fina nos estamos refiriendo alcanzar algún objeto mediante la extensión de movimiento, el poder coger el objeto con las manos, transportar dicho objeto de un lugar a otro, soltar el objeto dejándolo en un punto en específico, el uso bilateral de las manos, aplastamiento de algo pequeño con los dedos, etc..., finalmente se manifiesta que la motricidad fina es muy importante para desarrollar las actividades comunes que realiza una persona como el poder cambiarse, abrochar los botones de su camisa, ajustarse la correa, abrocharse una cremallera, destapar las botellas. Sin esta habilidad una persona se va a ver muy

limitada para lograr realizar sus actividades y poder desenvolverse dentro de la cotidianidad de su día a día siendo fundamental el buscar su desarrollo. (Colado, 2012).

Indicadores de Logro

- Manipula los objetos con facilidad.
- Domina los músculos pequeños del cuerpo.
- Es espontáneo durante las actividades.
- Encaja objetos según se requiera.

2.3 Bases Conceptuales

Estatus Ponderal

Este término establece la relación que una persona presenta referente a su peso, su forma corporal, talla y todo lo relacionado hacia comprobar que exista una relación de salud hacia la condición física de la persona, de tal forma si existe un desbalance o se va a poder buscar regularizar mediante la realización de diferentes actividades físicas que inciten el movimiento ya sea por medio de un deporte, juego o el simple hecho de poder caminar, andar en bicicleta o nadar las cuales van a permitir mejorar la condición física de la persona. Es importante llevar una correcta relación hacia el peso de la persona con su fisiología considerando su altura o tipo somático destacando que según la edad pueden presentar riesgos de obesidad o problemas cardiovasculares. (Arwel, Jones, 2019).

Importancia del cuidado del estado Ponderal dentro de la Escuela

Llevar un correcto control de la salud de los niños es muy importante dentro de todos los ámbitos de su vida lo cual se verá reflejado en las diferentes actividades que pueda realizar desde el simple hecho de poder caminar hasta realizar actividades más complejas como el poder

leer un libro o manejar bicicleta, por otro lado dentro del ámbito educativo que la persona tenga un buen estado de salud va a ser primordial para que puedan trabajar sus diferentes capacidades o áreas de desarrollo tanto en el aspecto motriz como en la parte mental por tanto es fundamental que los profesores promuevan diferentes actividades o realicen diferentes acciones las cuales permitan promover un correcto estatus postural que vaya dentro de los estándares de salud y exista una buena relación entre su desarrollo, eso o talla por tanto vamos a mencionar algunos de estas sugerencias por parte de los maestros.

Actividad Física

La actividad física son diferentes actividades en las cuales se van a involucrar diferentes movimientos poniendo a prueba las habilidades motrices y principalmente teniendo como objetivo el mejorar la salud tanto a nivel físico como mental de una persona, la OMS ha planteado diferentes recomendaciones que deben ser consideradas al momento de realizar las actividades físicas para poder mejorar la salud y permitir orientarlos referente a la frecuencia de cada actividad, con que intensidad realizarla, como ejecutar de forma correcta los movimiento y que enfermedades se pueden evitar o prevenir al realizar actividades físicas, en las primeras etapas las actividades se deben centrar más en adaptación física y una visión relacionada hacia los juegos y el entretenimiento de las personas. (Arévalo, Castillo, 2011).

La Motricidad

Cuando se menciona el termino motricidad se va a referir a la capacidad que posee una persona al momento de poder controlar los diversos movimientos a nivel corporal, para lograr esto van a intervenir los diferentes sistemas que posee el cuerpo, no obstante se resalta que este aspecto no solo se refiere a los movimientos corporales o gestos que el individuo realice sino también la espontaneidad como los ejecute, la creatividad para poder desenvolverte, entre otros aspectos. (Argüello, 2010).

Importancia del Desarrollo Motor

La motricidad es un aspecto que se irá desarrollando a medida que la persona se va desarrollando en sus diferentes etapas, cuando es un bebe no va a tener un control de sus movimientos y todo va a surgir de forma involuntaria para poder comunicar alguna necesidad, posteriormente ira aprendiendo a controlar sus movimientos mediante el juego y posteriormente para cumplir alguna actividad o tarea, posteriormente al entrar dentro del mundo escolar los profesores van a tener que plantear estrategias o ideas las cuales permitan desarrollar sus habilidades motoras estando presentes en todas las acciones de su día a día. (Díaz, 2006).

2.4 Formulación de las hipótesis

2.4.1 Hipótesis general

El estatus ponderal se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

2.4.2 Hipótesis Específicas

La actividad física se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

La composición corporal se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

La autopercepción se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

2.5 Operalización de variable

Variable	Concepto	Dimensión	Indicadores	Instrumento
Estatus Postural	Este término establece la relación que una persona presenta referente a su peso, su forma corporal, talla y todo lo relacionado hacia comprobar que exista una relación de salud hacia la condición física de la persona, de tal forma si existe un desbalance o se va a poder buscar regularizar mediante la realización de diferentes actividades físicas que inciten el movimiento ya sea por medio de un deporte, juego o el simple hecho de poder caminar, andar en bicicleta o nadar las cuales van a permitir mejorar la condición física de la persona. Es importante llevar una correcta relación hacia el peso de la persona con su fisiología considerando su altura o tipo somático destacando que según la edad pueden presentar riesgos de obesidad o problemas cardiovasculares. (Arwel, Jones, 2019).	- Actividad Física	Realiza las actividades establecidas en clase. Demuestra buenos hábitos. Coopera con sus compañeros durante la actividad física. Demuestra confianza al realizar las actividades.	Observación
		- Composición Corporal	Realiza las actividades establecidas en clase. Demuestra buenos hábitos. Coopera con sus compañeros durante la actividad física. Demuestra confianza al realizar las actividades.	Observación
		- Autopercepción	Realiza las actividades establecidas en clase. Demuestra buenos hábitos. Coopera con sus compañeros durante la actividad física. Demuestra confianza al realizar las actividades.	

CAPÍTULO III:

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Diseño metodológico

En la actualidad observamos como consecuencia de la pandemia la generación que vivió este momento se caracterizan por presentar obesidad y poca actividad física lo cual es un peligro latente para la salud, el practicar alguna disciplina es buena para la mente y nuestro cuerpo.

Para el desarrollo del trabajo se utilizó un diseño descriptivo correlacional la cual tiene como finalidad lograr evidenciar la relación constante que presentan cada una de las variables, por otra parte, este trabajo pertenece del tipo mixto

3.2. Población y Muestra

3.2.1 Población

Cuando nos referimos al término de población en una investigación va a tener como objetivo al conjunto de diferentes personas, de los cuales se buscará recolectar los datos, la población es de 300 estudiantes.

3.2.2 Muestra

Para seleccionar la muestra fue necesario emplear el diseño no probabilístico, la muestra está representada por los estudiantes del nivel secundario del VII ciclo con un total de 44 estudiantes.

3.3 Técnicas de recolección de Datos.

Para lograr el desarrollo de este trabajo fue fundamental la recolección de información, en el caso de esta investigación se empleó la observación.

3.4 Técnicas para el Procesamiento de Información

Se aplicó el SPSS en su última versión. (25.0).

Operacionalización de variables

Tabla 1

Variable X

Dimensiones	Indicadores	N ítems	Categorías	Intervalos
Actividad física		4	Bajo	4 -6
			Moderado	7 -9
			Alto	10 -12
Composición corporal		4	Bajo	4 -6
			Moderado	7 -9
			Alto	10 -12
Autopercepción		4	Bajo	4 -6
			Moderado	7 -9
			Alto	10 -12
Estatus ponderal		12	Bajo	12 -19
			Moderado	20 -27
			Alto	28 -36

Tabla 2

Variable Y

Dimensiones	Indicadores	N ítems	Categorías	Intervalos
Motricidad gruesa		4	Bajo	4 -6
			Moderado	7 -9
			Alto	10 -12
Motricidad fina		4	Bajo	4 -6
			Moderado	7 -9
			Alto	10 -12
Competencias motoras		8	Bajo	8 -12
			Moderado	13 -17
			Alto	18 -24

CONFIABILIDAD

La variable Estatus ponderal

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,814	12

La variable competencias motoras

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,932	8

CAPÍTULO IV
RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo por variables y dimensiones

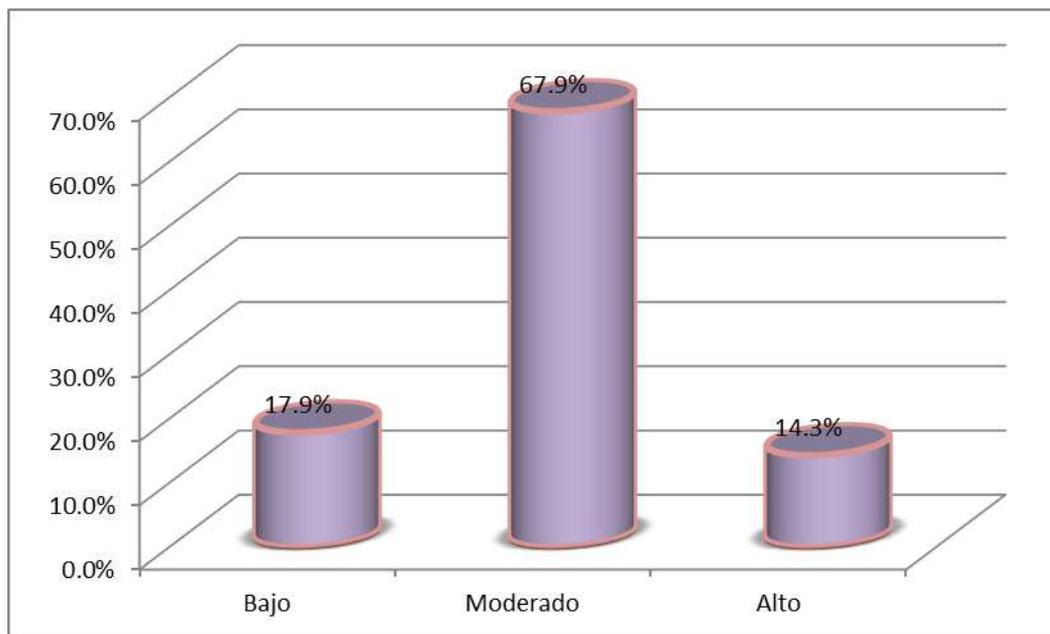
Tabla 3

Estatus ponderal

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	5	17.9%
Moderado	19	67.9%
Alto	4	14.3%
Total	28	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

Figura 1



De la fig. 1, un 67,9% de los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán alcanzaron un nivel moderado en la variable estatus ponderal, un 17,9% adquirieron un nivel bajo y un 14,3% consiguieron un nivel alto.

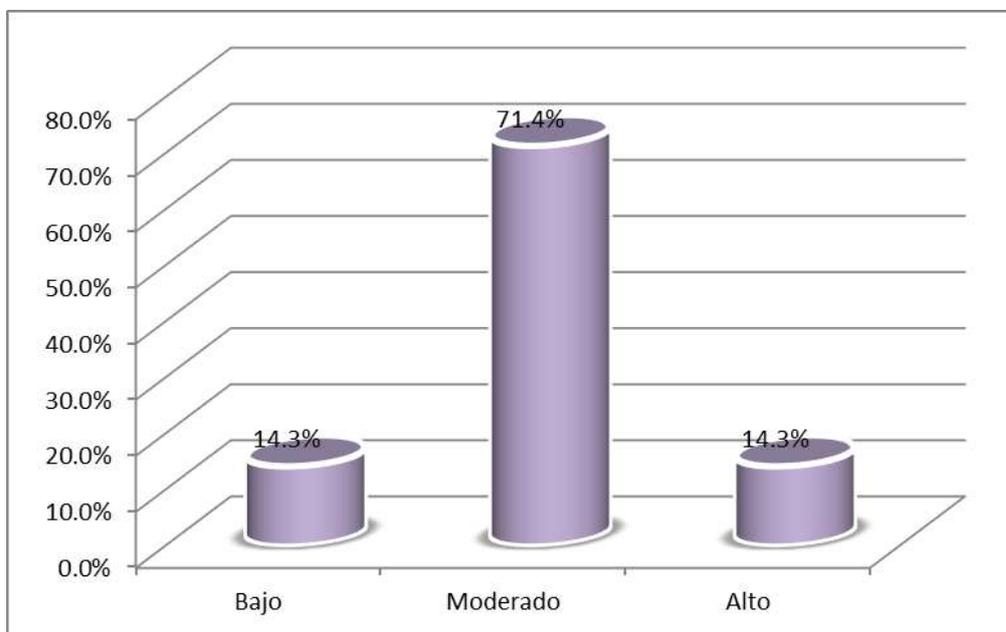
Tabla 4

Actividad física

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	4	14.3%
Moderado	20	71.4%
Alto	4	14.3%
Total	28	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

Figura 2



De la fig. 2, un 71,4% de los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán alcanzaron un nivel moderado en la dimensión actividad física dentro del estatus ponderal, un 14,3% adquirieron un nivel bajo y un 14,3% consiguieron un nivel alto.

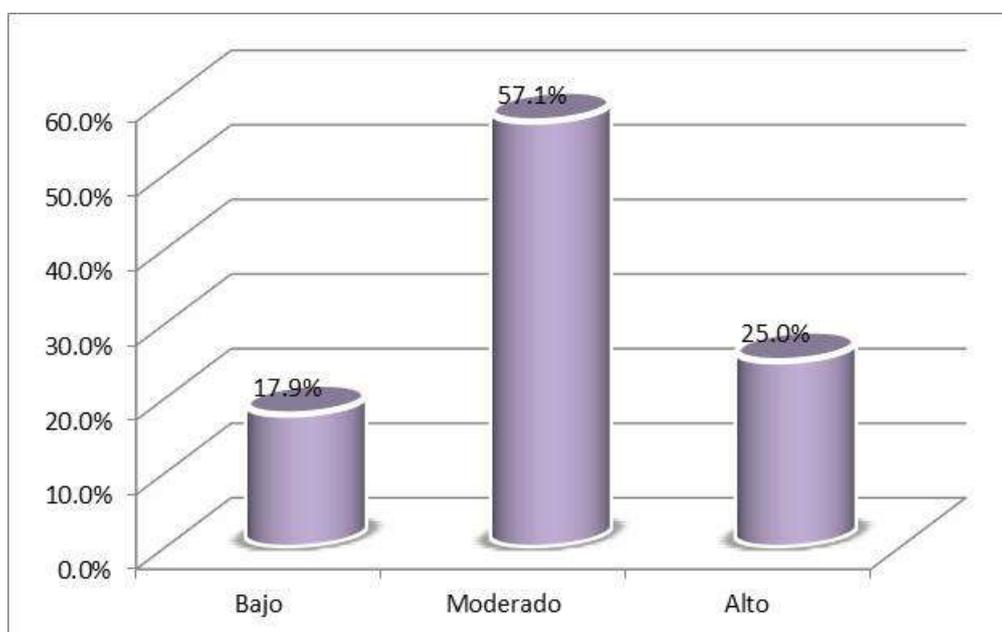
Tabla 5

Composición corporal

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	5	17.9%
Moderado	16	57.1%
Alto	7	25.0%
Total	28	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los niños del inicial 479 Puquio Cano – Hualmay.

Figura 3



De la fig. 3, un 57,1% de los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán alcanzaron un nivel moderado en la dimensión composición corporal dentro del estatus ponderal, un 25,0% adquirieron un nivel alto y un 17,9% consiguieron un nivel bajo.

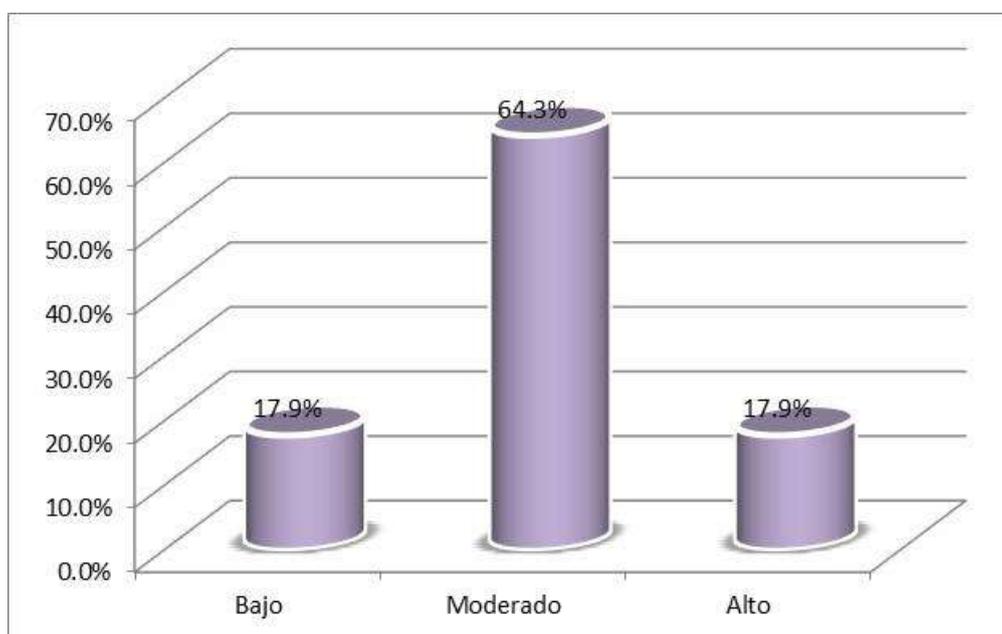
Tabla 6

Autopercepción

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	5	17.9%
Moderado	18	64.3%
Alto	5	17.9%
Total	28	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

Figura 4



De la fig. 4, un 64,3% de los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán alcanzaron un nivel moderado en la dimensión autopercepción dentro del estatus ponderal, un 17,9% adquirieron un nivel alto y un 17,9% consiguieron un nivel bajo.

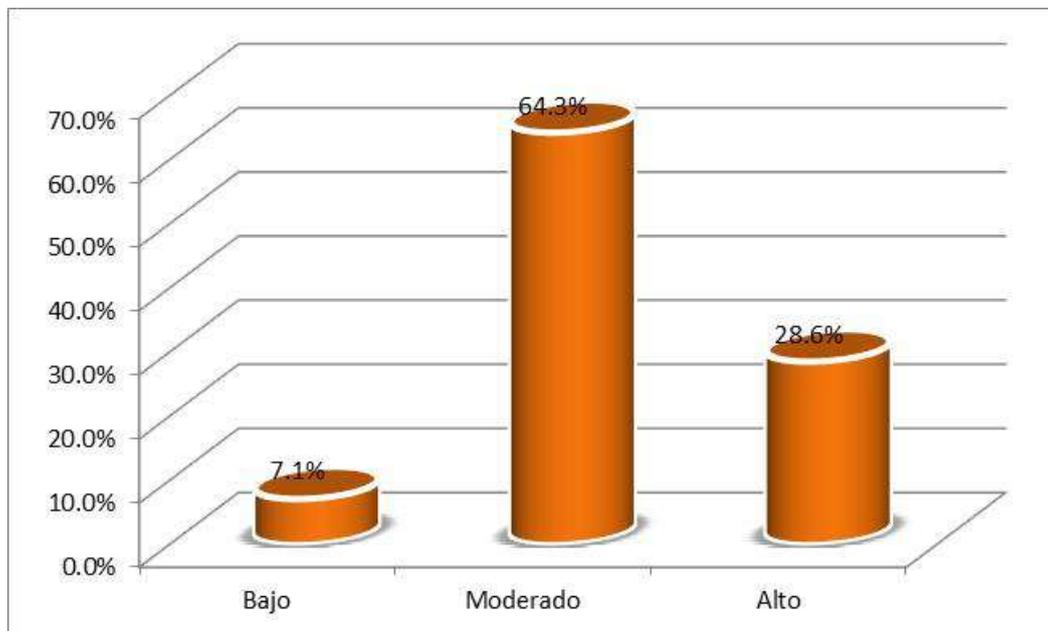
Tabla 7

Competencias motoras

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	2	7.1%
Moderado	18	64.3%
Alto	8	28.6%
Total	28	100.0%

Fuente: Ficha de observación aplicado a los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

Figura 5



De la fig. 5, un 64,3% de los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán alcanzaron un nivel moderado en la variable competencias motoras, un 28,6% adquirieron un nivel alto y un 7,1% consiguieron un nivel bajo.

4.2. Contrastación de hipótesis

Hipótesis general

Ha: El estatus ponderal se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

H₀: El estatus ponderal no se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

Tabla 8

Estatus ponderal y Competencias motoras

		Correlaciones		
			Estatus ponderal	Competencias motoras
Rho de Spearman	Estatus ponderal	Coef. Correlación	1	0.564
		Sig. (bilateral)	.	0.00
		N	28	28
	Competencias motoras	Coef. Correlación	0.564	1
		Sig. (bilateral)	0.00	.
		N	28	28

La tabla muestra una correlación de $r = 0,564$, con un valor $\text{Sig.} < 0,05$, lo que admite la hipótesis alternativa y se impugna la nula. Por lo cual, se muestra que existe relación de magnitud moderada entre el estatus ponderal y las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

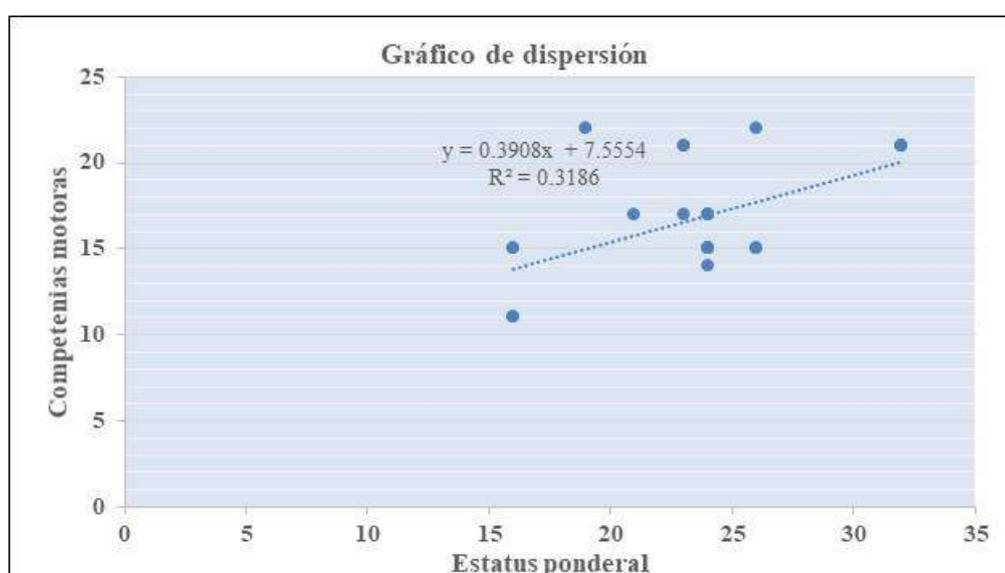


Figura 6. Estatus ponderal y comprensión de textos

Hipótesis específica 1

H1: La actividad física se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

H0: La actividad física no se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

Tabla 9

Actividad física y Competencias motoras

		Correlaciones		
			Actividad física	Competencias motoras
Rho de Spearman	Actividad física	Coef. Correlación	1	0.646
		Sig. (bilateral)	.	0.00
		N	28	28
	Competencias motoras	Coef. Correlación	0.646	1
		Sig. (bilateral)	0.00	.
		N	28	28

La tabla muestra una correlación de $r = 0,646$, con una valor $\text{Sig} < 0,05$, lo que admite la hipótesis alternativa y se impugna la nula. Por lo cual, se muestra que existe relación de magnitud buena entre la actividad física y las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

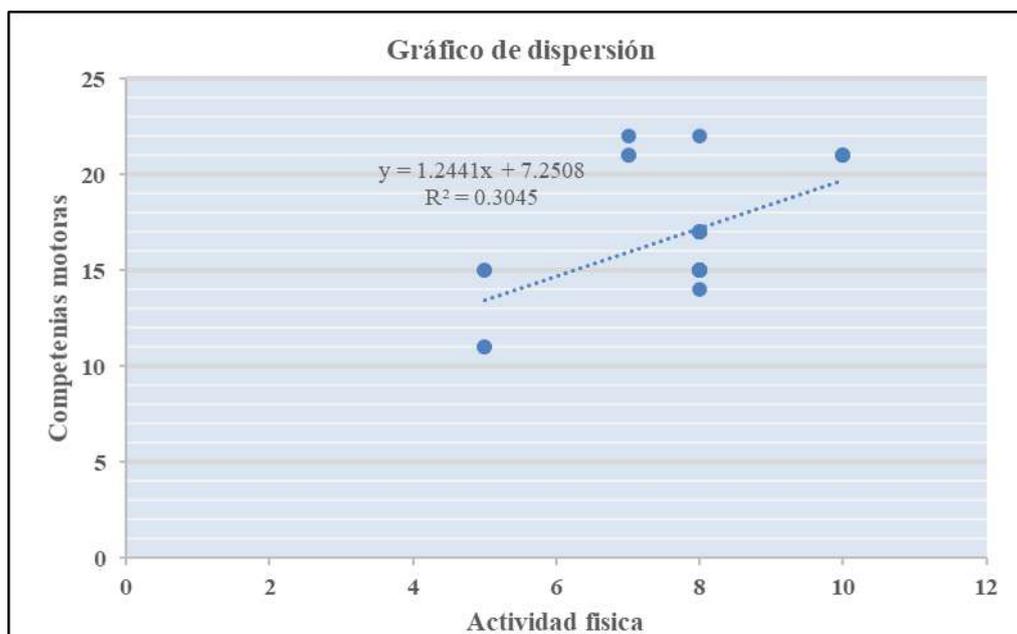


Figura 7. Actividad física y comprensión de textos

Hipótesis específica 2

H2: La composición corporal se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán

H₀: La composición corporal no se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán

Tabla 10

Composición corporal y Competencias motoras

		Correlaciones		
			Composición corporal	Competencias motoras
Rho de Spearman	Composición corporal	Coef. Correlación	1	0.451
		Sig. (bilateral)	.	0.00
		N	28	28
	Competencias motoras	Coef. Correlación	0.451	1
		Sig. (bilateral)	0.00	.
		N	28	28

La tabla muestra una correlación de $r = 0,451$, con un valor $\text{Sig.} < 0,05$, lo que admite la hipótesis alternativa y se impugna la nula. Por lo cual, se muestra que existe relación de magnitud moderada entre la composición corporal y las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

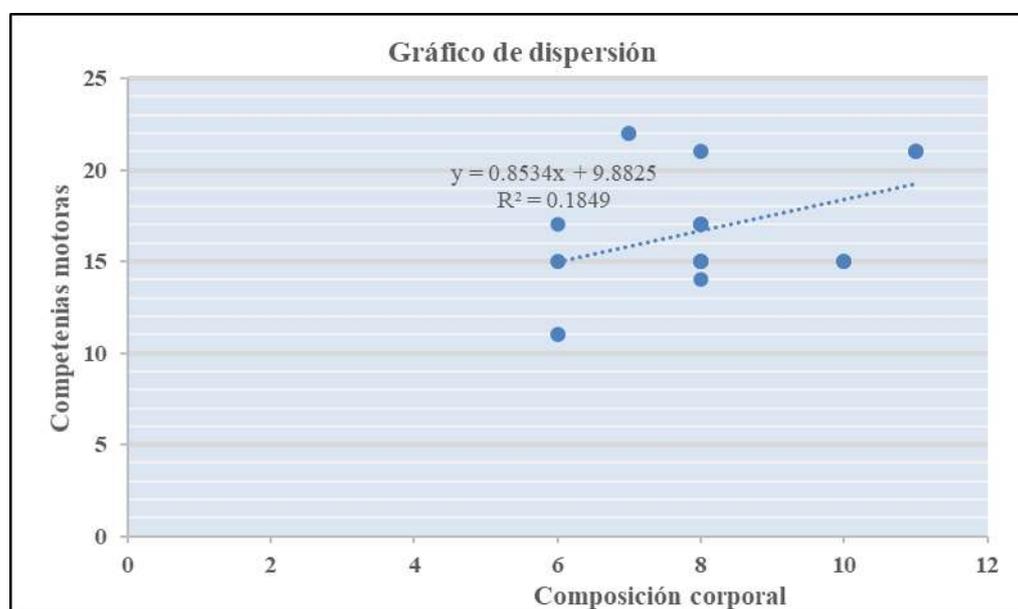


Figura 8. Composición corporal y comprensión de textos

Hipótesis específica 3

H3: La autopercepción se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán

H0: La autopercepción no se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

Tabla 11

Autopercepción y Competencias motoras

		Correlaciones	
		Autopercepción	Competencias motoras
Rho de Spearman	Autopercepción	Coef. Correlación	1
		Sig. (bilateral)	0.471
		N	28
Competencias motoras	Competencias motoras	Coef. Correlación	0.471
		Sig. (bilateral)	1
		N	28

La tabla muestra una correlación de $r = 0,471$, con un valor $\text{Sig.} < 0,05$, lo que admite la hipótesis alternativa y se impugna la nula. Por lo cual, se muestra que existe relación de magnitud moderada entre la autopercepción y las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

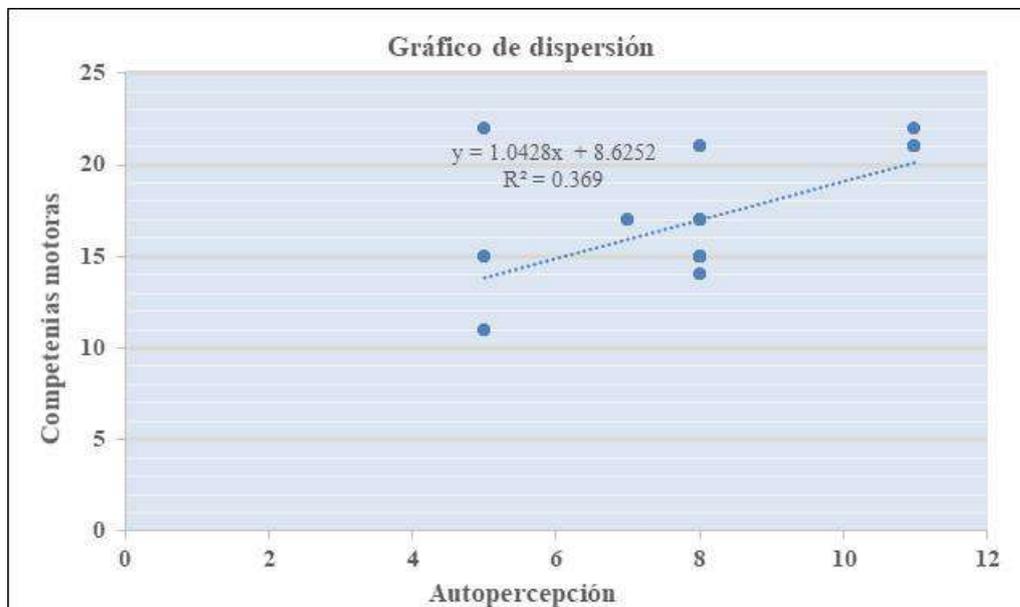


Figura 9 Autopercepción y comprensión de textos

CAPITULO V

DISCUSION

5.1 Discusión

Lorenzo F (2018) si se logró medir la mayoría de las capacidades físicas o coordinativas las cuales presento la población, por otra se logró establecer que mediante actividades que promuevan el movimiento se mejorara la salud de los niños tanto a nivel físico como mental siendo un medio para desesterarse o de motivación, **Cristomo B, Mardones L, Yáñez R (2021)** las medidas las cuales fueron plasmadas por parte del ministerio de salud dentro de la ciudad de Santiago, estableciendo una visión pedagógica es importante resaltar las dificultades o consecuencias negativas que trae dichas medidas, **Guerrero J (2013)** la implementación de un programa de mejora física como forma de prevención para mejorar la calidad de vida además de agregar costumbres de mejora tanto en la alimentación como en diferentes aspectos de vida de las personas resaltando la importancia de esta investigación, **Céspedes E (2021)** Mediante las actividades físicas los estudiantes del nivel primaria adquirieron hábitos sanos los cuales son muy beneficiosos para su salud como el control de su peso o mejorar su rendimiento físico además, **Pillaca J, Sánchez N (2022)** Se pudo observar una relación establecida entre el estado de nutrición y el desarrollo psicomotor en los estudiantes, no obstante al aplicar actividades físicas que permitan mejorar el desarrollo psicomotor en los niños los estudiantes van a presentar una mejoría sobre su salud además de presentar una mayor destreza al momento de realizar diferentes movimientos corporales permitiendo de tal forma comprobar la hipótesis, **Cuipa M (2016)** Se logró determinar mediante la estadística chi cuadrado que el estado nutricional va a estar directamente relacionado y significativamente mediante el rendimiento escolar estableciendo el grado asociativo en un 85.7% lo cual permite comprobar un nivel de alto de asociación, por otra parte la relación referente a la talla y edad de los estudiantes se estableció en un 69.4% de asociación permitiendo indicar un nivel alto de asociación.

CAPITULO VI
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

1. **Primera:** Existe relación de magnitud moderada entre el estatus ponderal y las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.
2. **Segunda:** Existe relación de magnitud buena entre la actividad física y las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.
3. **Tercera:** Existe relación de magnitud moderada entre la composición corporal y las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.
4. **Cuarta:** Existe relación de magnitud moderada entre la autopercepción y las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.

6.2 Recomendaciones

Es necesario que la institución brinde a sus maestros y padres de familia capacitaciones sobre la importancia de la práctica de actividades motrices en los alumnos de todos los ciclos educativos para que desarrollen plenamente sus competencias motoras.

Los maestros de educación física deben formar conscientemente a sus estudiantes en una vida saludable mediante diversas actividades físicas incentivando constantemente la práctica de diversos deportes.

Es importante que los maestros de educación física orienten a sus niños a comer sano y que tengan una nutrición adecuada para que tengan una buena salud y desarrollen sus capacidades tanto cognitivas como motrices.

CAPÍTULO V:

FUENTES DE INFORMACIÓN BIBLIOGRÁFICA

Fuentes Bibliográficas:

Pasarín, M. I. Gonzalo, E. (2004): «La salud de las personas mayores». Gaceta Sanitaria, 18 (supl. 1).

Moscoso, D. y Alonso, V. (2005): «Globalización y Deporte». Cultura, Ciencia y Deporte. Revista de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 3: 125-130.

Adell, M. (2002). Estrategias para mejorar en rendimiento académico de los adolescentes, Ediciones Pirámide.

Arévalo, J., Castillo, J. (2011). Relación entre el estado nutricional y el rendimiento académico en los escolares de la institución educativa N° 0655 “José Enrique Celis Bardales. Mayo - diciembre. 2011. Universidad Nacional de San Martín. Lima, Perú.

Colquicocha, J. (2009). Relación entre el estado nutricional y el rendimiento escolar en los niños de 6 a 12 años de edad de la I.E. Huáscar N° 0096, 2008. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.

Eytel, M. (1999). Psicología del Aprendizaje, noviembre.

Castelli, D., Hillman, C., Buck, S., & Erwin, H. (2007). Desempeño académico y de aptitud física en estudiantes de tercer y quinto grado. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 239-252.

Argüello, A. (2010). La momotricidad, expresión de ser - estar en el mundo. Quito: Abyta Yala.

Arias, F. (2012). El proyecto de investigación. Caracas, Venezuela: Epísteme.

Díaz, N. (2006). Fantasía en movimiento. Limusa

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2014). Metodología de la investigación. Mc Graw Hill Educación.

Colado Y. (2012). Psicomotricidad.

Fuentes Hemerograficas

Lorenzo F (2018) “Diseño y Estudio científico para la Validación de un test motor Original, que mida la Coordinación Motoriz en alumnos/as de Educación Secundaria Obligatoria”, Tesis doctoral en ciencias de la Educación. Universidad de Granada-España.

Cristomo B, Mardones L, Yáñez R (2021) “Estudio de la Actividad física de Estudiantes de 8 año Básico y 3 año medio del colegio Salesianos de Concepción en clases no presenciales durante la pandemia Covid 19”, Seminario para optar al Título de profesor de Educación Física. Universidad de Concepción-Chile.

Guerrero J (2013) “Nivel de Actividad Física y su Incidencia en el Sobrepeso de los funcionarios Administrativos de la "Unidad de espacio público de la empresa pública Metropolitana de movilidad y obras públicas del distrito Metropolitano de Quito”, provincia de Pichincha”, Informe final del Trabajo de Graduación o Titulación previo a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación, Mención Cultura Física. Universidad Técnica de Ambato-Ecuador.

Céspedes E (2021) “Estudio del Estatus Ponderal y la Coordinación Motora Gruesa en estudiantes del nivel primario del Colegio Experimental de Aplicación “La Cantuta” – 2016”, Para optar al Título Profesional de Licenciado en Educación Área principal de Educación Física. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle-Perú.

Pillaca J, Sánchez N (2022) “Estado nutricional y desarrollo Psicomotor en niños(a) de 2 a 5 años atendidos en el Consultorio de CRED del Hospital San Juan de Lurigancho, Lima 2022”, Tesis para optar por el título profesional de Licenciada en Enfermería. Universidad María Auxiliadora-Perú.

Cuipa M (2016) “El estado Nutricional y su Influencia en el Rendimiento escolar de los estudiantes del III Ciclo de Educación Primaria de la I.E. “Virgen de Fátima” Zarumilla, 2015”, Tesis para obtener el Grado de Doctor en Educación. Universidad Cesar Vallejo-Perú.

Fuentes Electrónicas

Arwel Wyn Jones, G. D. (2019). Capítulo 15 - Ejercicio, inmunidad y enfermedad.

Muscle and Exercise Physiology, 317-344. doi:10.1016/B978-0-12-814593-7.00015-3

Alvis, K; Huamán, L; Pillaca, J. y Aparco, J. (2017). Medición de la actividad física mediante acelerómetros triaxiales en escolares de tres ciudades del Perú. www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid..46342017000100005

Guevara, C. (2005). Índice de masa corporal y actividad física en adolescentes, (tesis de maestría). Universidad Autónoma. Nuevo León, México. Consultada: www.remeri.org.mx/index1/rest/db/tesis/.../busca2tr...xql? type.UANL

Anaya, E. (2013). Motricidad. Recuperado el 13 de Octubre de 2014, de Motricidad.: <http://www.sieteolmedo.com.mx/index.php/articulos/parapadres/motricidad11/285-desarrollo-motriz-en-el-nino-etapas-ysugerencias-para-su-estimulacion>.

Baracco, N. (2011). Movimiento y Motricidad. Recuperado el 5 de Noviembre de 2014, de Movimiento y Motricidad.: <https://sites.google.com/site/noelianona2011/motricidad-y-movimiento>.

ANEXOS

Guía de observación dirigida a los niños

Variable Estatus Postural

Actividad Física

1- ¿Realiza las actividades establecidas en clase?

SI NO

2- ¿Demuestra buenos hábitos?

SI NO

3- ¿Coopera con sus compañeros durante la actividad física?

SI NO

4- ¿Demuestra confianza al realizar las actividades?

SI NO

Composición Corporal

1- ¿Realiza las actividades establecidas en clase?

SI NO

2- ¿Demuestra buenos hábitos?

SI NO

3- ¿Coopera con sus compañeros durante la actividad física?

SI NO

4- ¿Demuestra confianza al realizar las actividades?

SI NO

Autopercepción

1- ¿Realiza las actividades establecidas en clase?

SI

NO

2- ¿Demuestra buenos hábitos?

SI

NO

3- ¿Coopera con sus compañeros durante la actividad física?

SI

NO

4- ¿Demuestra confianza al realizar las actividades?

SI

NO

Guía de observación dirigida a los niños

Variable Competencia Motriz

1- ¿Demuestra dominio de sus movimientos?

SI NO

2- ¿Se desplaza dentro de su entorno?

SI NO

3- ¿Coordina sus movimientos?

SI NO

4- ¿Es espontaneo durante las actividades?

SI NO

5- ¿Manipula los objetos con facilidad?

SI NO

6- ¿Domina los músculos pequeños del cuerpo?

SI NO

7- ¿Es espontaneo durante las actividades?

SI NO

8- ¿Encaja objetos según se requiera?

SI NO

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	MÉTODOS Y TÉCNICAS	POBLACIÓN Y MUESTRA
<p>“ESTATUS PONDERAL Y LAS COMPETENCIAS MOTORAS EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO DON ALBERTO-SAYÁN”</p>	<p>PROBLEMA GENERAL</p> <p>¿Cómo se relaciona el estatus ponderal con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</p> <p>¿Cómo se relaciona la actividad física con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán?</p> <p>¿Cómo se relaciona la composición corporal con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán?</p> <p>¿Cómo se relaciona la autopercepción con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL</p> <p>Determinar la relación de estatus ponderal con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <p>Determinar la relación la actividad física con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.</p> <p>Determinar la relación de la composición corporal con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.</p> <p>Determinar la relación de la autopercepción con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL</p> <p>El estatus ponderal se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECIFICAS</p> <p>La actividad física se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.</p> <p>La composición corporal se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.</p> <p>La autopercepción se relaciona con las competencias motoras en los estudiantes del colegio Don Alberto-Sayán.</p>	<p>Literatura Infantil</p> <p>-Actividad Física.</p> <p>-Composicion Corporal.</p> <p>-Autoperspcion.</p> <p>Comprensión de Textos</p> <p>-Motricidad Gruesa.</p> <p>-Motricidad Fina.</p>	<p>INVESTIGACIÓN</p> <p>Descriptiva Correlacional</p> <p>DISEÑO</p> <p>No experimental</p>	<p>MÉTODO</p> <p>Científico</p> <p>TÉCNICAS</p> <p>Aplicación de encuestas a estudiantes</p> <p>Fichaje durante el estudio, análisis bibliográficos y documental</p> <p>INSTRUMENTOS:</p> <p>Formato de encuestas.</p> <p>Guía de Observación</p> <p>Cuadros estadísticos</p> <p>Libreta de notas</p>	<p>ALUMNOS</p> <p>Población:</p> <p>MUESTRA</p>