

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES
PROGRAMA DE EDUCACIÓN SECUNDARIA



**Nivel de Desarrollo de Capacidades Físicas en Estudiantes de
segundo de Educación Primaria I.E No 15512**

**Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en
Educación Secundaria en la Especialidad de Educación Física**

Autora

Quintana Olaya, Jessica Paola

Asesor (ORCID:0000-0002-9920-2811)

Horna Merino, Ana Maria

Piura - Perú

2021

INDICE

INDICE	ii
PALABRAS CLAVE	iii
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
INTRODUCCIÓN	1
Conceptualización y operacionalización de las variables	10
Definición conceptual	10
Proceso del organismo que se va adaptando físicamente a las condiciones de desarrollo social, en edades tempranas. (Sánchez, 2003, p.23)	10
Definición operacional	10
Las capacidades físicas, se aplicó el cuestionario basado en una escala de siempre (3) A veces (2) y Nunca (1)	10
METODOLOGIA	11
RESULTADOS	14
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN	20
RECOMENDACIONES	22
AGRADECIMIENTO	23
Referencias bibliográficas	24
Anexos	27

PALABRAS CLAVE

Tema	Capacidades Físicas
Especialidad	Educación Secundaria

KEYWORDS

Topic	Physical abilities
Specialty	Secondary Education

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

Línea	Educación para la diversidad social y cultural
Área	Ciencias Sociales
Subárea	Ciencias de la Educación
Disciplina	Educación General

TITULO

Nivel de desarrollo de capacidades físicas en estudiantes de
segundo grado de educación primaria I.E N° 15512

TITLE

Level of development of physical capacities in students of
segundo grade of primary education I.E N°15512

RESUMEN

El siguiente trabajo de investigación tuvo como propósito determinar nivel de desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes del segundo grado de Educación Primaria I.E.15512, La investigación es de tipo descriptivo con enfoque cuantitativo y diseño descriptivo transaccional simple cuya muestra fue 60 estudiantes. Se utilizó la técnica de la observación directa e indirecta y su instrumento de recolección de información fue la encuesta para hallar el grado de confiabilidad se realizó mediante el coeficiente Alfa de Cronbach. Los resultados que se obtuvieron fueron que el 65% de estudiantes logró un nivel de desarrollo de capacidades físicas fue de nivel alto.

ABSTRACT

The purpose of the following research work was to determine the level of development of physical capacities of the students of the second grade of Primary Education I.E. 15512, The research is descriptive with a quantitative approach and simple descriptive transactional design whose sample was 60 students. The technique of direct and indirect observation was used and its information collection instrument was the survey to demonstrate the reliability by means of Cronbach's Alpha coefficient. The results that were obtained were that 65% of students achieved a level of physical capacity development was of a high level.

INTRODUCCIÓN

Después de haber investigado en diferentes bibliotecas y demás fuentes de información se han encontrado los siguientes hallazgos relacionados al trabajo de investigación:

Sáenz y Gutiérrez (2017) menciona que la preparación para el desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes por parte de los docentes con baja preparación es baja ya que estos de forma voluntaria y preparación precaria desarrollan actividades pedagógicas a comparación a los demás docentes de las áreas del currículo, esto ha permitido un desarrollo exiguo de capacidades físicas y en latino américa de los países vecinos del Perú, los docentes de educación física desconocen el trabajo previo de la condición física que busca la modificación de hábitos de vida sedentarios que fomenten actitudes que lleven a nuestros estudiantes a un desarrollo íntegro de todas sus capacidades (cognitivas, motrices, afectivas y sociales), dentro y fuera del ámbito escolar, la institución mencionada no se encuentra al margen de estos problemas relevantes en el desarrollo de las capacidades

Cervantes, (2017) en su tesis, cuyo propósito fue describir y explicar el nivel desarrollo de capacidades en estudiantes de secundaria de la I.E. N° 80334, de Piura para potar el grado bachiller, cuyo diseño fue de tipo descriptivo simple no experimental y de corte transversal, cuyo instrumento para recolección de la información fue la encuesta y se le aplicó a una muestra de 247 escolares en edades comprendidas entre 12 y 14 años y arribó a conclusiones, que el 50% de la población encuestada eran niñas, el rango de edad más frecuente fue el de 11 a 12 años con un 82%, seguido por el de 12 años (14%), luego el de 14 años (4%) cuya actividad física se pone en juego.

Coveñas (2017), en su tesis cuyo objetivo fue determinar el nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32, de la ciudad de Ecuador, cuyo diseño fue tipo descriptivo, no experimental, con una muestra de 135 sujetos de ambos géneros y arribó a las conclusiones, que el 35% de los estudiantes, mientras que el 40% de los

estudiantes lograron mejorar su fuerza y flexibilidad motriz y el 25% lograron mejorar todas las capacidades motrices.

Jorge, (2015), en su tesis cuyo propósito fue mejorar el atletismo en estudiantes de VII, de la Universidad ULADECH, para optar el título de licenciado en Educación Física, cuya investigación fue tipo explicativa, con diseño casi experimental, con una población de 30 estudiantes, para optar la licenciatura y concluye que el 45% de los estudiantes lograron mejorar sus capacidades de atletismo según sesiones interactivas del programa, mientras que el 35% de los estudiantes tuvieron dificultad para mejorar sus capacidades de atletismo, mientras que el 20% solo mejoraron la flexibilidad y un 45% lograron mejorar todas las capacidades motrices.

Jiménez (2017) en su investigación cuyo el objetivo fue determinar el nivel de capacidades físicas en estudiantes del primer grado de educación secundaria de la Institución Educativa Secundaria N° 89008 Andrés Avelino Cáceres de Chimbote, con tipo descriptivo con diseño no experimental con una muestra de 135 sujetos de ambos géneros, para optar el grado de bachiller y arribó a conclusiones que el 50% de los estudiantes tienen un nivel bueno en el desarrollo de capacidades físicas ,mientras que el 24% de los estudiantes, tienen dificultades para el salto alto, carrera de velocidad y el 16% desarrollaron todas las capacidades motrices.

Tello (2017), en su tesis cuyo propósito fue determinar la efectividad de un programa de ejercicio físico en el equilibrio estático y dinámico en estudiantes de secundaria de la N° 89008, la investigación fue tipo explica con diseño cuasi experimental de tipo cuantitativo, cuya muestra fue de 45 estudiantes, cuyo instrumento se utilizó la lista de cotejo con aplicación de sesiones de aprendizaje, de la cuida Caracas Colombia para optar el grado de bachiller y arribó a conclusiones, que el 65% de los estudiantes lograron mejor su equilibrio en las actividades propuestas de orden físico, mientras un 25% solo lograron un equilibrio medio, esto se debe a que necesitan mayor práctica..

Balboa (2017), en su investigación cuyo propósito fue describir el nivel de desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes de secundaria de tercero y cuarto grado en la institución educativa básica regular N° 52067 “Alfonso Ugarte” de Piura, para optar el grado de bachiller cuya población fue 90 estudiantes y se aplicó un cuestionario como instrumento cuyas conclusiones fueron, que el 45% de los estudiantes logran desarrollar su velocidad, mientras que el 25% lograron desarrollar su flexibilidad y solo el 30% desarrollar su fuerza y velocidad.

Dentro de la fundamentación científica que le da sustento a la pesquisa se puede indicar que la capacidad física se define como el proceso del organismo que se va adaptando físicamente a las condiciones de desarrollo social. (Sánchez, 2003, p.23),

Es la prevalencia de estudiantes con problemas en su desarrollo motor es cada vez mayor. Expresa posibilidades cuantitativas de ejecución y medición, (Blázquez, 2010 p.45)

Conjunto de capacidades que tiene el organismo para ser apto o no apto en una tarea determinada, (Rueda, 2001 p.77)

Es la posibilidad de éxito en la ejecución de una tarea o en el ejercicio de una profesión. (Ruiz, 1985, p34)

Dentro de las características básicas de las capacidades físicas en educación primaria se refiere a lo siguiente:

Son adaptaciones a su organismo conforme va desarrollando las acciones del desarrollo social.

Son retos de la vida escolar, fomenta el desarrollo motor de todo el cuerpo humano. fortalece el desarrollo motor y la agilidad física. (Rueda, 2001 p.77.)

Son desplazamientos físicos y mentales en función a las actividades, del desarrollo de capacidades que promueve la evolución muscular a través del ejercicio promueve su salud en cuerpo sano, (Rueda, 2001 p.77,)

Dentro de las dimensiones del desarrollo de capacidades físicas en los niños y niñas de primaria están estructuradas de la siguiente manera:

La resistencia. - es la capacidad innata de esfuerzo muscular de mayor tiempo que realizan los atletas (Rueda, 2001 p.77,)

La fuerza es la capacidad para vencer una resistencia de acción muscular, (Ruiz, 1985, p34)

Asimismo, León (2006), menciona que la velocidad. -es la acción física que demanda su esfuerzo técnico muscular.

Según Sánchez (2003), los esfuerzos de resistencia son sistemas de suministro del organismo hasta llegar encadenado hacia la musculatura esquelética como sistema motor del movimiento.

Para Lames (2005) la resistencia muscular representa una significancia importante en el rendimiento deportivo y se limita el rendimiento y el entrenamiento de manera simultánea.

Sebastián, (2000) definen la velocidad es la capacidad de desarrollar movimientos o acciones en el menor tiempo posible,(Hohmann, 2005).

Velocidad de aceleración –es la capacidad de aumentar progresivamente la velocidad, y su límite de alcance.

Velocidad de resistencia, es la capacidad de mantener la velocidad máxima, durante el mayor tiempo posible. (Sánchez, 2005,p.77)

La velocidad de reacción -Para González (2000), existen tres métodos con los cuales se puede plantear una planificación de trabajo de la velocidad de reacción:

Método de reacción repetida: Es un método de repetición constante de la reacción, ante estímulos que aparecen de repente.

Método analítico: Es la forma de trabajo realizado en distintas tareas, para buscar situaciones de variabilidad.

Método sensorial: Es la propuesta de trabajo que tiene el deportista, para diferenciar pequeños lapsos.

Agilidad

Es la capacidad de ejecutar de tareas motrices con velocidad y seguridad en movimientos corporales, de reclutamiento y sincronización de las fibras motoras (Martínez, 2002, p.88).

Es la agilidad de formar parte del programa de entrenamiento, para dominar los movimientos específicos del deporte y la capacidad motora requiere práctica (Brown, 2007, p.55).

Por otra parte, García, (2009), dice que el entrenamiento es la fuerza motriz con la técnica durante un partido.

La fuerza

Para González (2000), es la capacidad motriz del atleta de resistencia por medio de la tensión muscular, mediante la contracción muscular.

Asimismo, León (2006), es la cualidad física para promover el rendimiento físico.

Consecuentemente, León (2006) propone tres formas de fuerza muscular en la forma siguiente:

Mecánico. - es la fuerza que causa el estado de reposo en diferentes movimientos de un cuerpo.

Fisiológico. - es la capacidad del desarrollo de los músculos para originar tensión digestiva y hormonal.

Deportivo. - es la actividad deportiva de los músculos en un determinado tiempo deportivo.

Según Magno (1999), el entrenamiento, es el conjunto de estrategias tácticas en función a objetivos y funciones, tales como:

La naturaleza de los ejercicios físicos del método deductivo e inductiva.

El atleta realiza ejercicios de fuerza de brazos y de atletismo de resistencia.

El atleta realiza ejercicios rutinarios y de movimiento.

El atleta realiza ejercicios de series de combinaciones binarias de etapas de entrenamiento.

Para Ruíz y Leal (2007) surgen dos características que determinan la acción muscular, las cuales son:

1- La contracción: conjunto de acciones técnicas que ponen en juego los músculos internos en estímulo de ejecución táctica.

2. El movimiento balístico es la acción muscular y relajación, con movimientos acumulados de ambas acciones.

Además, Como lo explica Magno (1999) la mejora de la fuerza muscular depende de la actividad motriz.

Además, González (2009), propone el desarrollo de la fuerza muscular generado por las técnicas del fútbol de regulación externa y de cooperación como se detalla:

a. Fuerza general: Es la preparación motriz basado en la fuerza y velocidad.

b. Fuerza de golpeo: es la intensidad de contacto del balón en forma práctica de táctica.

c. Fuerza de salto: es la capacidad en la fase preparatoria del salto, duración, altura de vuelo, eficacia.

la Flexibilidad.

Según Vivian, (2006). - es una acción deductiva por acciones de salud y el deporte.

Según López (2012), los cuatro componentes de la flexibilidad y a continuación detallamos cada uno de ellos:

Movilidad: conjunto de propiedades que poseen las articulaciones y dependen de su estructura morfológica.

Elasticidad: conjunto de componentes musculares de deformarse por influencia de una fuerza externa, de extensión longitudinal y retoma su forma original cuando cesa la acción.

Plasticidad: conjunto de componentes de los músculos y articulaciones en acciones de efecto de fuerzas externas y fuerza deformante.

Maleabilidad: conjunto de movimientos de inducción mixta. Retomando a su apariencia anterior al retornar a su posición original.

Según Román (2004) los factores de los cuales depende la fuerza son:

Elevación de la excitabilidad del sistema nervioso que encamina todas las capacidades físicas, en la flexibilidad en su desarrollo y metamorfosis motriz.

Estos se pueden englobar en cinco grupos: Factores internos

-Fuerza de los músculos agonista, herencia, sexo, edad y coordinación de los

-Movimientos.

-Factores externos

-El cansancio, la temperatura, el sedentarismo y falta de actividad, incluso la Hora del día.

Ozolin (2007) ,propone dos formas de mejorar la flexibilidad, según sus objetivos y forma de trabajo. (pág. 27).

La primera

Los estudiantes que realizan la práctica deportiva, son medibles y su objetivo es duplicar los ejercicios de calentamiento por el proceso de recuperación después del ejercicio y como no, mejorar poco a poco la flexibilidad.

La Segunda

Articulaciones y se desarrollan ejercicios en progresión con la mejora, es decir cuánto más mejoro más difícil son los ejercicios.

Para el profesor Lopategui y Clark, 2010 en su documento “Articulaciones y Movimientos”, dice que el objetivo es un aumento en la flexibilidad más allá de los límites normales, se deben de seguir los siguientes delineamientos o recomendaciones: Los movimientos se deben realizar a través de la máxima amplitud de la Movilidad.

Ocurre cuando la fuerza para el estiramiento es aplicada externamente. Puede ser manual, mecánica o estiramiento posicional de los tejidos blandos.

Entrenamiento de la Flexibilidad

Para Procopio (2005) “la flexibilidad es una que consiste en el ejercicio físico que los estudiantes practican la flexión.

Estiramiento Dinámico

Este tipo de entrenamiento es muy utilizado por la gimnasia de impulsos. (Ej. Gimnasia deportiva, rítmica etc.)

Estiramiento Balístico

Con respecto a la descripción científica de la **justificación se suscribe lo siguiente:**

La investigación realizada se justifica, porque los estudiantes de educación física que a través de la encuesta se logró recopilar la información relevante del desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes de segundo de educación primaria en aspectos del Beneficio social. En la que los estudiantes se beneficiarán con el conocimiento de ver en qué nivel se encuentran los estudiantes a nivel de velocidad, flexibilidad y fuerza y la importancia de cuidar su cuerpo.

A nivel técnico es importante en la medida que los estudiantes cambien sus modos de pensar con ayuda de sus padres y sean responsables en el modo de poner en práctica su fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia, el resultado del proyecto es tentativa porque solo permitirá describir y explicar el nivel de desarrollo de capacidades y luego se podrá hacer en el futuro un pre experimental.

Y en aporte científico ayuda a futuros investigadores como punto de partida al momento de estudiar teoría que se relacionen con el desarrollo de capacidades físicas, considero que busca proponer mejorar el desarrollo del desarrollo de capacidades físicas a través de procedimientos específicos para cada movimiento motriz del cuerpo y se evidenciará en cada estudiante.

En cuanto al deslinde del problema se describe teniendo en cuenta lo siguiente:

En el contexto nacional y mundial es primordial que los educados de las instituciones educativas tengan una motivación necesaria para la realización de un trabajo óptimo, por consiguiente, las entidades educacionales deben tener previsto el poder contar con docentes que no solo vean de manera creativa a los docentes debe ser lo habitual, de esa manera proteger y aumentar consecutivamente su compromiso y lograr ser una Institución de calidad, sino que ellos deben estar acorde a los requerimientos que se les solicite y para ellos debe efectuar desgaste físico dentro de su cumplimiento.

Por consiguiente, las capacidades físicas son primordial para lograr objetivos, es por ello, que se pretendió averiguar cómo lograr óptima postura de alcance de capacidades físicas para que labore con satisfacción, sus actividades.

En nuestro país el problema de la desmotivación de educandos se debe, a los bajos rendimientos de las capacidades físicas. Por ello se busca que las capacidades físicas tengan un desempeño laboral adecuado y que el menor crezca.

En nuestro país muchos organismos y entidades especialistas en temas educacionales, logran tener intereses. Por ende, se evidencia que el desempeño de los docentes no es muy eficaz en el Perú esto es debido a que quizás no comprende cómo podría el menor lograr mejores resultados con aspectos físicos y muchas veces los docentes disminuyen sus habilidades y capacidades para generar resultados en la institución educativa.

La institución educativa igualmente se encuentra dentro del proceso de mejoramiento de desarrollo de capacidades físicas, ya que no se encuentran iniciativas de progresar en sus actividades lo cual tiene una repercusión en sus labores diarias y consecuentemente a ello en su formación.

Después de revisar diversas fuentes de información la pregunta de investigación se menciona. ¿En qué nivel de desarrollo de capacidades físicas se encuentran los estudiantes de segundo grado de primaria de 2do Educación Primaria I. E. N° 15512?

Conceptualización y operacionalización de las variables

Definición conceptual

Proceso del organismo que se va adaptando físicamente a las condiciones de desarrollo social, en edades tempranas. (Sánchez, 2003, p.23)

Definición operacional

Las capacidades físicas, se aplicó el cuestionario basado en una escala de siempre (3) A veces (2) y Nunca (1) en la cual se mide el nivel de capacidades alto (3) medio (2) y bajo (1)

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
DESARROLLO DE CAPACIDADES FÍSICAS	FUERZA	Realiza juegos de empuje y tracción	1,2
		Ejecuta lanzamientos de todo tipo.	3
		Levanta objetos semi livianos	4
	VELOCIDAD	Realiza juegos de persecución	5,6
		Realiza juegos de relevo simples	7,
		Realiza juegos de relevo y juegos motores semi complejos	8
	FLEXIBILIDAD	Realiza movimientos activos y dinámicos, para tener movilidad	9 y 10
		Articula movimientos de cadera, hombro y columna vertebral	11
		Flexiona la rodilla y tobillo, estiramientos en frío; y controla su respiración al estirar la musculatura.	12
		Menciona la forma lúdica y variada	13
	RESISTENCIA	Valora su frecuencia cardiaca	14

		Realiza juegos motores, carreras, circuitos, trabajo de habilidades básicas	15 y 16
--	--	---	---------

También se plantearon los siguientes objetivos, como objetivo general: Determinar el nivel de desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes de segundo grado de primaria de Educación Primaria I.E.15512

- Específicos:
- Identificar el nivel de fuerza del desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E.15512.
- Identificar el nivel de velocidad del desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E.15512
- Identificar el nivel de flexibilidad del desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E.15512.
- Identificar el nivel de resistencia del desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E.15512.

METODOLOGÍA

Tipo

El diseño de investigación es no experimental que, según Hernández (2017) se llaman así a los estudios que fueron desarrollados sobre los contextos de cada variable sin manipularlas directa o indirectamente. Asimismo, estas son analizadas en el estado natural en el que se encuentren, el tipo de investigación que se ha seleccionado es de tipo descriptiva simple, porque el estudio pretendió identificar la variable de desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes de segundo grado de Educación primaria del área de Educación física de la I.E. N° 15512, Piura, 2020

Diseño

El diseño de investigación es no experimental, descriptivo y transaccionales. Para Hernández, Fernández Baptista (2014) considera que los diseños descriptivos transaccionales se realizan en un momento único p166 y la que se considera como diagrama el siguiente esquema:

M ----- O

Dónde:

M: La muestra

O: observación

La población

Para Hernández Sampieri y Fernández (2014), se llama población aquella agrupación conformada por realidades, personas, situaciones, cosas de las que se podrán extraer una muestra estadística, asimismo el maestro Arias (2006), explica que, la muestra, es un subconjunto que representa a un número finito extraído de una población accesible, la población del presente trabajo de investigación estuvo conformada por 60 estudiantes de segundo grado de Educación primaria del área de Educación física de la I.E N° 15512, Piura ,2020

Tabla 1: Poblacion

Estudiantes de segundo grado de Educación primaria del área de Educación Física de la I.E. N° 15512, Piura, 2020

GRADOS	SEXO		TOTAL
	HOMBRES	MUJERES	
Segundo "A"	13	07	20
Segundo "B"	14	06	20
Segundo "C"	10	10	20
TOTAL	37	23	60

Fuente: Elaboración propia

La muestra del presente trabajo de investigación estará conformada por 40 estudiantes de educación primaria, 2020.

Tabla 2 :Muestra

Estudiantes de segundo grado de Educación primaria del área de Educación Física de la I.E N° 15512, Piura, 2020

GRADOS	SEXO		TOTAL
	HOMBRES	MUJERES	
Segundo “A”	13	07	20
Segundo “C”	10	10	20
TOTAL	23	37	40

Fuente: Elaboración propia

La técnica a aplicar en la presente investigación es la observación, para Behar (2008) explica que la observación es una técnica de medición que permitirá que el instrumento usado para la medición no dirija el comportamiento de los sujetos. Asimismo, lo definió también como un procedimiento destinado a recolectar información individualmente y se utilizó para la aplicación la ficha de desarrollo de capacidades físicas la cual sirvió para el recojo de la información redactado con preguntas para los estudiantes sobre el desarrollo de capacidades físicas, la misma que estuvo estructurada por cuatro dimensiones y cada uno con sus respectivos ítems.

En cuanto a los ítems serán distribuidos de acuerdo a cada dimensión, resaltando las características.

Ficha técnica para la variable “Desarrollo de capacidades físicas”

Instrumento: Escala de valoración de Blázquez -1990

Autora: Blázquez

Finalidad: La prueba de Bell mide la personalidad de los adolescentes en las dimensiones fuerza-velocidad-flexibilidad-resistencia

Edades: de 8 y 9 años

Aplicación: Colectiva e individual

Tiempo de duración: 30 minutos

En cuanto a la calificación, se realizará teniendo en cuenta la escala de puntuación de SIEMPRE 3, AVECES 2, NUNCA 1, todas las escalas, se sumarán a los ítems que serán 15.

Para el presente trabajo se recolectó la información de fuente primaria y secundaria obtenidas de libros, artículos científicos y más. El proceso de análisis de los datos obtenidos se realizó mediante el uso SPSS, para la representación en figuras correctamente ordenadas según la secuencia de la encuesta elaborada, de la misma forma se hizo uso de la estadística descriptiva la cual según Milton (2001) lo define “como los métodos que implican la recolección, presentación y caracterización de un conjunto de datos a fin de descubrir en la forma apropiada las diversas características de ese conjunto de datos”, también se consideró para la confiabilidad del instrumento la aplicación a 50 estudiantes cuyos resultados se procesaron y se halló al grado de confiabilidad mediante el Alfa de Cronbach siendo este 0,7529, para la fiabilidad se consideró el método “Juicio de Experto”

RESULTADOS

Para el investigador , se concluye que sus resultados obtenidos durante el proceso de la aplicación de la encuesta a los estudiantes de segundo grado de educación primaria fue recogida la información, y se tabuló y se obtuvo que el 38% de los estudiantes encuestados desarrollan el nivel de fuerza siempre de sus capacidades físicas, mientras que el 50% lo hace a veces y el 12% nunca logran desarrollar su nivel de fuerza física, según tabla 03, en la tabla 04, se tuvo como resultado que el 62% de los estudiantes encuestados desarrollan el nivel de velocidad siempre de sus capacidades físicas, mientras que el 32% lo hace a veces y ninguno % nunca se encuentran en nivel de velocidad física.

Para obtener los resultados del trabajo de la investigación titulada: Nivel de Desarrollo de Capacidades Físicas en Estudiantes de segundo de Educación Primaria

I.E N° 15512, se tomó como muestra de estudio a 40 estudiantes de la I. E. mencionada.

Los instrumentos que nos permitió la recolección de información fue el cuestionario, tanto para determinar el Nivel de Desarrollo de Capacidades Físicas, también se usó el cuestionario y las técnicas estadísticas descriptivas, que se utilizaron para procesar la información fueron las siguientes: cuadros de frecuencia descriptiva.

Estas técnicas e instrumentos nos permitieron conocer los siguientes datos obtenidos

Tabla 3

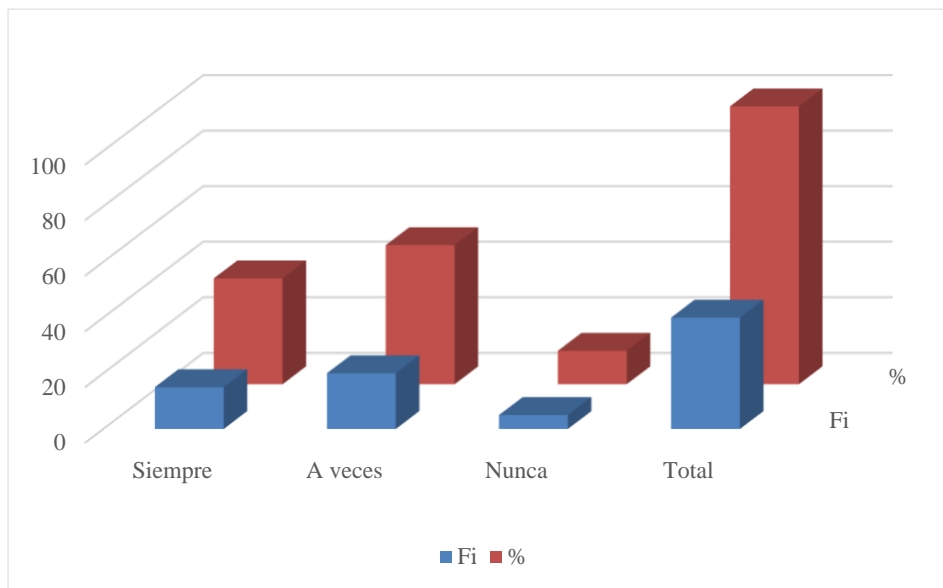
Nivel de fuerza de desarrollo de capacidades físicas

A NIVEL DE FUERZA	FI	%
ALTO (SIEMPRE)	15	38
MEDIO (A VECES)	20	50
BAJO (NUNCA)	5	12
TOTAL	40	100

Fuente: Elaboración Propia

Figura 3

Nivel de fuerza de desarrollo de capacidades físicas



En la tabla N° 03, se observa que el 38% de los estudiantes encuestados desarrollan el nivel de fuerza siempre de sus capacidades físicas, mientras que el 50% lo hace a veces y el 12% nunca logran desarrollar su nivel de fuerza física.

Por lo tanto, se interpreta que los estudiantes siempre y a veces logran desarrollar su nivel de fuerza, es debido a que ellos en sus actividades físicas ponen en juego su fuerza explosiva, dinámica y estática de todo su cuerpo por la cantidad de energía que poseen por su edad.

Tabla 4

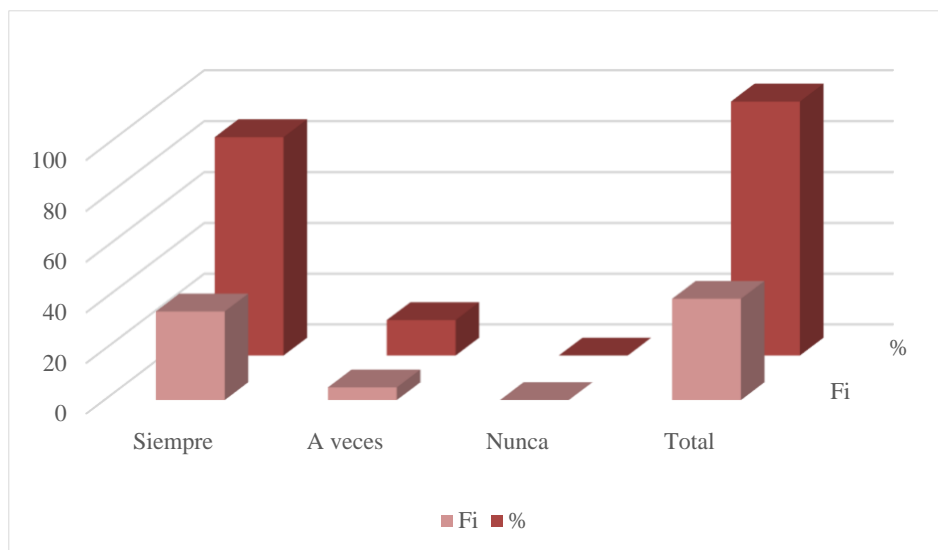
Nivel de velocidad de desarrollo de capacidades físicas

A NIVEL DE VELOCIDAD		FI	%
ALTO	(SIEMPRE)	35	86
MEDIO	(A VECES)	5	14
BAJO	(NUNCA)	0	0
TOTAL		40	100

Fuente: Elaboración Propia

Figura 4

Nivel de velocidad de desarrollo de capacidades físicas



En la tabla N° 04, se observa que el 86% de los estudiantes encuestados desarrollan el nivel de velocidad siempre de sus capacidades físicas, mientras que el 14% lo hace a veces y nunca, ninguno se encuentra en nivel de velocidad física.

Por lo tanto, se interpreta que los estudiantes siempre he y a veces logran desarrollar su nivel de velocidad, es debido a que ellos en sus actividades físicas ponen en juego su velocidad dinámica, activa y estática de todo su cuerpo por estar en desarrollo.

Tabla 5

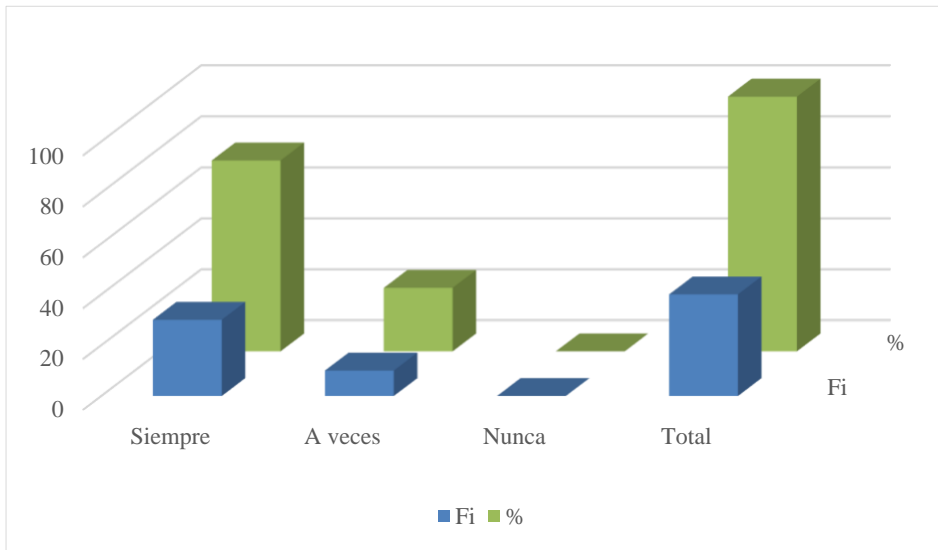
Nivel de flexibilidad de desarrollo de capacidades físicas

A NIVEL DE FLEXIBILIDAD		FI	%
ALTO	(SIEMPRE)	30	75
MEDIO	(A VECES)	10	25
BAJO	(NUNCA)	0	0
TOTAL		40	100

Fuente: Elaboración Propia

Figura 5

Nivel de flexibilidad de desarrollo de capacidades físicas



En la tabla N° 05, se observa que el 75% de los estudiantes encuestados desarrollan el nivel de flexibilidad siempre de sus capacidades físicas, mientras que el 25% lo hace a veces y nunca, ninguno se encuentra en nivel de flexibilidad física.

Por lo tanto, se interpreta que los estudiantes siempre e y a veces logran desarrollar su nivel de velocidad, es debido a que ellos en sus actividades físicas ponen en juego su flexibilidad dinámica, activa y estática de todo su cuerpo por estar en desarrollo.

Tabla 6

Nivel de resistencia del desarrollo de capacidades físicas

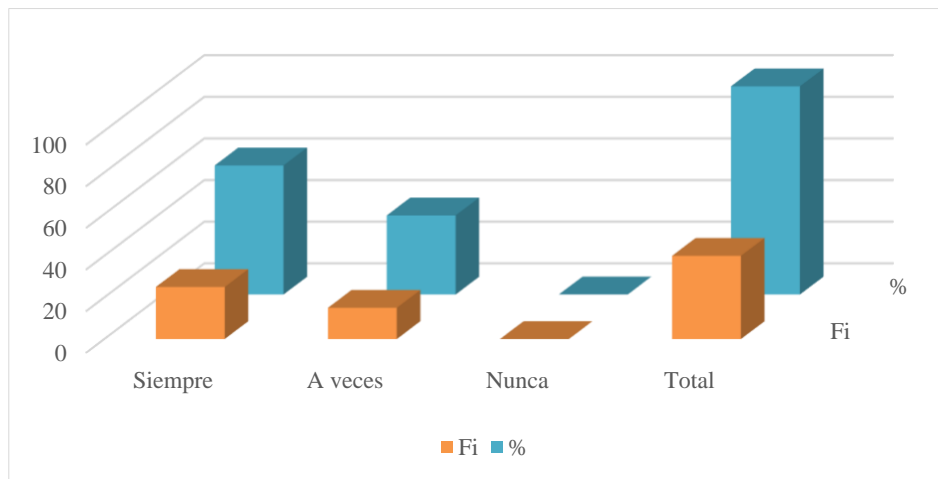
A NIVEL DE RESISTENCIA		FI	%
ALTO	(SIEMPRE)	25	62
MEDIO	(A VECES)	15	38
BAJO	(NUNCA)	0	0

TOTAL	40	100
--------------	----	-----

Fuente: Elaboración Propia

Figura 6

Nivel de resistencia de desarrollo de capacidades físicas



En la tabla N° 06, se observa que el 62% de los estudiantes encuestados desarrollan el nivel de resistencia siempre de sus capacidades físicas, mientras que el 32% lo hace a veces y ninguno % nunca se encuentran en nivel de resistencia física.

Por lo tanto, se interpreta que los estudiantes siempre y a veces logran desarrollar su nivel de velocidad.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en este informe de tesis titulada: Nivel de Desarrollo de Capacidades Físicas en Estudiantes de segundo de Educación Primaria I.E. N° 15512, que a continuación se detalla que en la tabla N° 03, se observa que el 38% de los estudiantes encuestados desarrollan el nivel de fuerza siempre de sus capacidades físicas, mientras que el 50% lo hace a veces y el 12% nunca logran desarrollar su nivel de fuerza física, también en la tabla N° 04, se observa que el 62% de los estudiantes encuestados desarrollan el nivel de velocidad siempre de sus capacidades físicas, mientras que el 38% lo hace a veces y ninguno % nunca se encuentran en nivel de velocidad física, en la tabla N° 05, se observa que el 86% presentan desarrollan el nivel de velocidad de sus capacidades físicas, mientras que el 14% lo hace a veces, y por último en la tabla 6, se observa el 75% maneja la fragilidad y solo el 25% lo hace a veces, el desarrollo de la flexibilidad, en la relación con los autores Balboa y Tello,

cuyos resultados fueron positivos en relación a las dimensiones de fuerza, resistencia, velocidad ,pero con Cervantes, Coveñas, Jorge y Jiménez en relación a las dimensiones de resistencia y flexibilidad, cuyos resultados no concuerdan con las investigaciones Balboa y Tello y Quintana, los estudiantes de segundo grado de primaria ,como la investigación descriptiva no cuenta con hipótesis sino que esta explicita, es decir, como resultado fue del 65%, de nivel alto de estudiantes de segundo grado de educación primaria, por lo tanto doy mi interpretación personal que en la investigación que realice me permitió encontrar que en los estudiantes la actividad física se desarrolla de acuerdo a su edad y su desarrollo físico, es por eso que los docentes promueven actividad física de velocidad y fuerza.

CONCLUSIONES

La investigación realizada, fue determinar el nivel de desarrollo de capacidades Físicas y se arribó a los siguientes resultados, en relación con el primer objetivo, sobre, el nivel de fuerza del desarrollo de capacidades físicas, que el 38% de los estudiantes encuestados desarrollan el nivel de fuerza siempre de sus capacidades físicas, mientras que el 50% lo hace a veces y el 12% nunca logran desarrollar su nivel de fuerza física.

En cuanto al objetivo general, se tuvo como conclusión que el 65% de los estudiantes de educación primaria tienen un nivel alto de desarrollo de capacidades físicas.

En cuanto al primer objetivo específico, fue identificar el nivel fuerza de desarrollo de capacidades físicas, cuyo resultado fue, que el 38% de los estudiantes desarrollaron la

fuerza en escala de siempre, mientras que el 50% lo hice a veces y el 12%, nunca pudieron desarrollar la fuerza.

A su vez, en relación al objetivo específico 02, fue identificar el nivel de resistencia de desarrollo de capacidades físicas, cuyo resultado fue, que el 62% de los estudiantes desarrollaron su resistencia en escala de siempre, mientras que el 38% lo hace a veces.

En relación al objetivo específico 03, fue identificar el nivel de velocidad de desarrollo de capacidades físicas, cuyo resultado fue, que el 86% de los estudiantes desarrollaron su velocidad siempre, mientras que el 14% lo hace a veces.

Por último, en el objetivo específico 04, fue identificar el nivel de flexibilidad de desarrollo de capacidades físicas, cuyo resultado fue, que el 75% de los estudiantes desarrollaron su flexibilidad en escala de siempre, mientras que el 25% lo hace a veces.

RECOMENDACIONES

Los maestros de primaria deben diseñar un abanico de niveles de desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes para que los estudiantes cuiden su cuerpo y mente sana.

Los docentes deben dialogar con sus estudiantes sobre la importancia del desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes

A los padres de familia que incentiven a sus hijos a que sigan desarrollando sus capacidades físicas de sus menores hijos.

AGRADECIMIENTO

Agradezco al padre amado por haber permitido terminar mi informe de investigacion y mis familiares por su soporte emocional.

Referencias bibliográficas

- Álvarez (1985). *La preparación física del fútbol basada en el atletismo*. Madrid: Gymnos S.A. España
- Apaza (2015). Tesis: Nivel de las capacidades físicas básicas en niñas de 5to y sexto grado de la Institución Educativa Primaria N° 70005
- Arredondo, (1994). Registros corporales producidos por el deporte de rendimiento. *Revista Digital de Educación Física y Deporte*, 16(1). Recuperado de <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/4606/4050>
- Balboa (2017) Tesis: *Nivel de desarrollo de capacidades físicas de los estudiantes de secundaria de tercero y cuarto grado en la institución educativa básica regular N° 52067 “Alfonso Ugarte” de Piura*, para optar el grado de bachiller cuya población fue 90 estudiantes y se aplicó un cuestionario como instrumento
- Blázquez, (2010). *Enseñar por competencias en educación física*. (2da Ed.). Barcelona: INDE.España
- Bravo (2015). Tesis: *El nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno*
- Brown, (2007). *Entrenamiento de la velocidad, agilidad y rapidez*. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.
- Cadierno, (2003). Clasificación y características de las capacidades motrices. *Revista digital de Educación Física y Deportes*, 9(61). Recuperado de
- Cañizares, (1997). *Fútbol: fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad*. Cádiz, España: Editorial Wanceulen.
- Capetillo, (2005). El fútbol, factores de rendimiento para planificar su enseñanza y entrenamiento. *Revista Digital de Educación Física y Deportes*, 10(89). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd89/futbol.htm>
- Castañer (1996). *Lecturas y artículos de educación física*. Lima: San Marcos.APA,

- Cervantes, (2017). Tesis: Nivel desarrollo de capacidades en estudiantes de secundaria de la I.E. N° 80334, de Piura para optar el grado bachiller
- Coveñas (2016). Tesis: Nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria N° 32 de la ciudad de Ecuador
- Foran, (2007). Acondicionamiento físico para deportes de alto rendimiento. Barcelona, España: Editorial Hispano Europea. Recuperado de [http://books.google.co.cr/books?id=x14MBvZ4bzwC&pg=PA236&dq=futbol+de+alto+rendimiento&hl=es&sa=X&ei=dbJPTSPJJMLCgAe58uT3DQ&ved=0CEwQ6AEwBg#v=onepage&q=futbol de alto rendimiento&f=false](http://books.google.co.cr/books?id=x14MBvZ4bzwC&pg=PA236&dq=futbol+de+alto+rendimiento&hl=es&sa=X&ei=dbJPTSPJJMLCgAe58uT3DQ&ved=0CEwQ6AEwBg#v=onepage&q=futbol+de+alto+rendimiento&f=false)
- García, (2007). Resistencia y entrenamiento: Una metodología práctica. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.
- García, (2009). Relación entre la fuerza explosivo elástica y la agilidad en deportistas y su relación con el fútbol. Investigando para innovar en la actividad física y el deporte. Vitoria, España. Pp 231-242.
- González, (2000). Cualidades Físicas. Barcelona, España: Editorial INDE Publicaciones.
- Harre, (1988). Teoría del entrenamiento deportivo. Buenos Aires, Argentina: Editorial S.R.L. Recuperado de: <http://books.google.co.cr/books?id=cbE4VAGBnlwC&pg=PA5&dq=deporte+de+rendimiento&hl=es&sa=X&ei=D6NPT8XTNsOJtwe3wYGtDQ&ved=0CEwQ6AEwBQ#v=onepage&q&f=false>
- Hohmann, (2005). Introducción a la ciencia del entrenamiento. Barcelona, España: Editorial Paidotribo
- Jimenez (2016). Tesis: Nivel de capacidades físicas en estudiantes del primer grado de educación secundaria de la Institución Educativa Secundaria N°89008 Andrés Avelino Cáceres de Chimbote, con tipo descriptivo con diseño no experimental con una muestra de 135 sujetos de ambos géneros, para optar el grado de bachiller

- Jorge, (2016). Tesis: Técnicas activas mejora el atletismo en estudiantes de VII, de la Universidad ULADECH, para optar el título de licenciado en Educación Física
- León, (2006). Teoría y práctica del entrenamiento deportivo, Bloque común para Técnicos Deportivos. Nivel I y II. Sevilla, España: Wanceulen Editorial Deportiva S. A.
- Lores (2017). Tesis: Programa de ejercicio físico en el equilibrio estático y dinámico en adultos mayores en el centro del adulto mayor en canto grande – San Juan de Lurigancho, p.55.
- Magno, (1999). El entrenamiento de la fuerza: bases teóricas y prácticas. Barcelona, España: INDE Publicaciones.
- Martínez, (2002). Pruebas de aptitud física. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.
- Rueda, (2001). La condición física en la educación secundaria obligatoria. Barcelona: Independencia, España
- Ruiz, (1985). Metodología de la enseñanza de la Educación Física. La Habana: Pueblo y Educación. Cuba
- Ruíz, (2017). Fuerza explosiva en el futbolista profesional del Club Deportivo Independiente Medellín durante la segunda temporada competitiva del 2006. Monografía para optar al título de Especialistas en Educación Física: Entrenamiento Deportivo. Universidad de Antioquía, Medellín, Colombia. Recuperado de: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/116-fuerza.pdf>
- Sáenz (2007) Los contenidos de las capacidades condicionales en la educación física Revista de Investigación en Educación, n° 4, 2007,ISSN: 1697-5200 Universidad de Vigo España.
- Tello (2017). Tesis: Programa de ejercicios físicos en el equilibrio estático y dinámico en estudiantes de secundaria de la N° 89008, cuya muestra fue de 45 estudiantes de la ciudad Caracas Colombia para optar el grado de bachiller
- Vasconcelos, (2005). La fuerza: entrenamiento para jóvenes. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.
- Wilmore, (2004). Fisiología del Ejercicio. Barcelona, España: Editorial

Anexos

1. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
DESARROLLO DE CAPACIDADES FISICAS	FUERZA	Realiza juegos de empuje y tracción	1,2
		Ejecuta lanzamientos de todo tipo.	3
		Levanta objetos semi livianos	4
	VELOCIDAD	Realiza juegos de persecución	5,6
		Realiza juegos de relevo simples	7,
		Realiza juegos de relevo y juegos motores semi complejos	8
	FLEXIBILIDAD	Realiza movimientos activos y dinámicos, para tener movilidad	9 y 10
		Articula movimientos de cadera, hombro y columna vertebral	11
		Flexiona la rodilla y tobillo, estiramientos en frío; y controla su respiración al estirar la musculatura.	12
	RESISTENCIA	Menciona la forma lúdica y variada	13
		Valora su frecuencia cardiaca	14
		Realiza juegos motores, carreras, circuitos, trabajo de habilidades básicas	15 y 16

2. CUESTIONARIO

ESCALA DE DESARROLLO DE CAPACIDADES FISICAS DEL AREA DE EDUCACION FISICA

OBJETIVO: El presente instrumento tiene como función principal recoger información verídica, de ti, como estudiante en los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E.15512

INSTRUCCIONES: Llenar los datos que se solicitan a continuación, marcando con una Equis (X) la respuesta que crea conveniente.

A continuación, se presenta la siguiente tabla de valores:

ESCALA	3	2	1
DESCRIPCION	SIEMPRE	AVECES	NUNCA
NIVEL	ALTO	MEDIO	BAJO

DIMENSIONES	ITEMS	ESCALA		
		1	2	3
FUERZA	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de fuerza explosiva con responsabilidad con movimientos muy rápidos, y de arranque explosivo.			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de fuerza dinámica para realizar repeticiones de ejercicios del mismo tipo.			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de fuerza estática producida sin que haya un acortamiento			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de fuerza muscular, de movimiento del segmento corporal en tu cuerpo.			
VELOCIDAD	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en un lugar libre la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de velocidad de reacción con respuesta motriz en el menor tiempo posible tras la aparición de un estímulo			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en un lugar libre , la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de velocidad gestual a través de acciones de movimientos cíclico en el menor tiempo posible con tus compañeros			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en un lugar libre , la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de velocidad ,carreras a través de acciones de movimientos en el menor tiempo posible con tus compañeros			

	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en el aire libre la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de velocidad de des aplazamiento, a través de s secuencias encadenadas con movimientos cíclicos en el menor tiempo posible			
FLEXIBILIDAD	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en el patio la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de flexibilidad estática a través de elongación muscular es mantenida durante un cierto tiempo			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en el patio la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de flexibilidad activa, en es tiramiento de un músculo articulado por contracción muscular			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en el patio la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de flexibilidad activa para mejorar su gimnasia rítmica.			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en el patio la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de flexibilidad activa para mejorar su gimnasia estática.			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en un lugar libre la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de resistencia de reacción con respuesta motriz en el menor tiempo posible tras la aparición de un estímulo			
RESISTENCIA	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en un lugar libre , la docente menciona para todos ejecuten actividades físicas de resistencia y velocidad gestual a través de acciones y de movimientos cíclico en el menor tiempo posible con tus compañeros			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en un lugar libre , la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas de resistencia y velocidad ,carreras a través de acciones de movimientos en el menor tiempo posible con tus compañeros			
	Cuando realizas tus actividades físicas de calentamiento en el aire libre la docente menciona para todos que ejecuten actividades físicas deresistencia y velocidad de des aplazamiento, a través de s secuencias encadenadas con movimientos cíclicos en el menor tiempo posible			

Anexo 3: Matriz de Consistencia lógica y metodológica

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO	PROBLEMA	HIPOTESIS	OBJETIVOS	DISEÑO
Nivel de Desarrollo de Capacidades Físicas en Estudiantes de 2do Educación Primaria I.E.15512	¿En qué nivel de desarrollo de capacidades físicas se encuentran los estudiantes de segundo grado de primaria de 2do Educación Primaria I.E.15512?	Los estudiantes de segundo grado de primaria de 2do Educación Primaria I.E.15512, se encuentran en el nivel de desarrollo de capacidades físicas, baja	<p>General.</p> <p>Determinar el nivel de nivel de desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes de segundo grado de primaria de 2do Educación Primaria I.E. 15512</p> <p>Específicos</p> <p>Identificar el nivel de fuerza del desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E.15512</p> <p>Identificar el nivel de velocidad del desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E.15512</p> <p>Identificar el nivel de flexibilidad de desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E.15512 , identificar el nivel de flexibilidad del desarrollo de capacidades físicas en los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E.15512.</p>	<p>M.....O</p> <p>Dónde:</p> <p>M: La muestra</p> <p>O: observación</p>

Anexo 4: Constancias de validación del Cuestionario por Juicio de Expertos

CONSTANCIA DE VALIDACION DE INSTRUMENTO DE JUICIO DE EXPERTO

Institución de Formación de la Tesista:

Universidad San Pedro

Facultad: **Educación y Humanidades**

Especialidad: **Educación Física**

Título de Tesis: Nivel de Desarrollo de Capacidades Físicas en Estudiantes de 2do Educación Primaria I.E.15512

Nombre del Autor: Jessica Paola Quintana Olaya

APRECIACION CUALITATIVA	CRITERIOS			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE
Presentación del instrumento		X		
Calidad de redacción de los ítems		X		
Pertinencia de las variables con los indicadores		X		
Relevancia del contenido	X			
Factibilidad de la aplicación	X			

APRECIACIÓN CUALITATIVA

La variable concuerda con las dimensiones, tiene relación pertinente con los indicadores y coincide con los ítems o preguntas de la encuesta.

OBSERVACIONES: Ninguna

Validado por MG. BENHUR VALENTIN CAMPOS, Profesión: Docente universitario y de EBR

Lugar de trabajo:

Universidad San Pedro

Cargo que desempeña:

Docente

Fecha: 23-08-1

Firma:



DNI: 32733289

CONSTANCIA DE VALIDACION DE INSTRUMENTO DE JUICIO DE EXPERTO

Institución de Formación de la Tesista:

Universidad San Pedro

Facultad: Educación y Humanidades

Especialidad: Educación Física

Título de Tesis: Nivel de Desarrollo de Capacidades Físicas en Estudiantes de 2do Educación Primaria I.E.15512

Nombre del Autor: Jessica Paola Quintana Olaya

APRECIACION CUALITATIVA	CRITERIOS			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE
Presentación del instrumento		X		
Calidad de redacción de los ítems		X		
Pertinencia de las variables con los indicadores		X		
Relevancia del contenido		X		
Factibilidad de la aplicación		X		

APRECIACIÓN CUALITATIVA

La variable concuerda con las dimensiones, tiene relación pertinente con los indicadores s y coincide con los ítems o preguntas de la encuesta.

OBSERVACIONES: Ninguna

Validado por MG. JORGE MARTIN LU SAAVEDRA, Profesión: Docente en educación y gestión educativa

Lugar de trabajo: I. E. S. P. P. Chimbote

Cargo que desempeña: Coordinador del área de Educación Física I. E. S. P. P. Chimbote

Fecha: 23-06-19

Firma:.....

DNI: 32916897


Mg. Jorge M. L. Saavedra
DOCENTE
IESSP CHIMBOTE



**EVIDENCIAS FEHACIENTES DE LOS ESTUDIANTES ESTAN
LLENANDO LA ENCUESTA**

**ALUMNOS DE SEGUNDO “A” QUE LLENARON SU ENCUESTA DE
DESARROLLO DE CAPACIDADES FISICAS**

Ane xo 5: B as e de datos de la Investigación

BASE DE DATOS ESPECIFICOS DEL SIST EMA SSP S-VERSION 06													
RESULTADOS DE LA ENCUESTA													
VARIABLE													
DES ARRO LLO DE C APAC IDADES FIS IC AS													
N°	FUERZA			%	VELOCIDAD			%	FLEXIB ILIDAD			%	P.F ESCALA
	P 1 S	P 2 A	P 3 N		P4-P 5-P6 S A N	P7-P 8-P9-P10 S A N							
01	X			38	X			75	X			88	03
02	X				X				X				
03	X				X				X				
04	X				X				X				
05	X				X				X				
06	X				X				X				
07	X				X				X				
08	X				X				X				
09	X				X				X				
10	X				X				X				
11	X				X				X				
12	X				X				X				
13	X				X				X				
14	X				X				X				
15	X				X				X				
16		X		50	X			75	X			88	1-2
17		X			X				X				
18		X			X				X				
19		X			X				X				
20		X			X				X				
21		X			X				X				
22		X			X				X				
23		X			X				X				
24		X			X				X				
25		X			X				X				
26		X			X				X				
27		X			X				X				
28		X			X				X				
29		X			X				X				
30		X			X				X				
31		X		12		X		25	X			22	2-2-1
32		X				X			X				
33		X				X			X				
34		X				X			X				
35			X			X			X				
36			X			X				X			
37			X			X				X			
38			X			X				X			
39			X			X				X			
40			X			X				X			

PT	15	10	05	100	30	10	00	100	35	05	00	100	A
N.D.C.F.	65%												

CALCULO DE LA CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO DESARROLLO DE CAPACIDADES FISICAS

Ujelo	Items / reactivos / Preguntas																TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
1	2	4	4	3	2	2	2	4	4	3	2	2	2	3	2	1	42
2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	52
3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	57
4	4	4	2	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	3	3	55
5	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	58
6	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	55
7	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	1	53
8	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	55
9	4	4	2	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	3	3	55
10	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	58
11	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	55
12	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	1	53
13	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	55
14	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	60
15	3	4	2	1	1	4	3	4	2	1	1	4	4	3	3	2	42
16	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	38
17	2	2	2	1	2	4	2	2	2	1	2	4	1	2	4	3	36
18	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	1	48
19	4	4	2	4	3	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	56
20	3	2	2	1	3	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3	3	38
21	1	2	4	1	3	4	1	2	4	1	3	4	3	2	4	3	42
22	2	4	3	1	1	4	2	4	3	1	1	4	2	3	4	1	40
23	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	1	46
24	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	61
25	2	3	2	2	3	4	2	3	2	2	3	4	2	3	4	2	43
26	4	4	2	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	3	3	55
27	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	58
28	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	55
29	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	1	53
30	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	56
31	1	2	4	1	3	4	1	2	4	1	3	4	3	2	4	3	42
32	2	4	3	1	1	4	2	4	3	1	1	4	2	3	4	1	40
33	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	1	46
34	4	4	2	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	3	3	55
35	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	58
36	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	56
37	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	1	53
38	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	55
39	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	60
40	3	4	2	3	1	4	3	4	2	3	1	4	4	3	4	2	47
41	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	38
42	2	2	2	1	2	4	2	2	2	1	2	4	1	2	4	3	36
43	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	1	48
44	4	4	2	4	3	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	4	56
45	3	2	2	1	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3	3	3	39
46	1	2	4	2	3	4	1	2	4	2	3	4	3	2	4	2	43
47	2	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	2	3	4	1	48
48	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	48
49	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	61
50	2	4	2	2	3	4	2	4	2	2	3	4	2	3	4	2	45
VARIAN	0.9	0.5	0.8	1.1	0.7	0.3	0.9	0.5	0.8	1.1	0.7	0.3	0.7	0.5	0.3	1.2	57.3
TOTAL	11.2																

DATOS

K	Número de Items
$\sum_{i=1}^K S^2_{Items}$	CALCULO VARIANZA POR ITEMS
$\sum S^2_T$	CALCULO VARIANZA TOTAL

CALCULO DEL COEFICIENTE DE CONFIABILIDAD:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left(1 - \frac{\sum S^2_{Items}}{\sum S^2_T} \right)$$

$\alpha = \frac{16}{15} \left[1 - \frac{11.2}{57.3} \right]$

$\alpha = 1.1 \left[1 - 0.2 \right]$

$\alpha = 1.1 \left[0.804823888 \right]$

$\alpha = 0.8585$