

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



**Niveles de actividades físicas en estudiantes de primero de
secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia
Neyra”-Villamar, 2022**

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

Autor:

Campos Juárez, Cesar

Asesor (ORCID:0000-0002-1449-6989)

Villanque Alegre, Boris Vladimir

Chimbote – Perú

2023

INDICE

	Pág.
Índice genera	ii
Palabras clave	iii
Constancia de originalidad	iv
Título de investigación	v
Resumen	vi
Abstract	vii
Introducción	1
Metodología	12
Resultados	14
Análisis y discusión	17
Conclusiones	20
Recomendaciones	21
Referencias bibliográficas	22
Anexos	25
Repositorio institucional	40
Reporte turnitin	41

Palabras claves.

Tema	Actividades físicas
Especialidad	Educación Secundaria

Topic	Physical activities
Specialty	secondary education

Líneas de investigación.

Línea de programa	Teoría y métodos educativos
Área	Educación para el trabajo
Sub área	5.3. Ciencias de la Educación
Disciplina	Educación general (incluye capacitación, pedagogía)



USP
UNIVERSIDAD SAN PEDRO

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, Vicerrector de Investigación de la Universidad San Pedro:

HACE CONSTAR

Que, de la revisión del trabajo titulado "Niveles de actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto "José Jaime Heredia Neyra"- Villamar, 2022" del (a) estudiante: CAMPOS JUAREZ CESAR , identificado(a) con Código N° 1115101159, se ha verificado un porcentaje de similitud del 27%, el cual se encuentra dentro del parámetro establecido por la Universidad San Pedro mediante resolución de Consejo Universitario N° 5037-2019-USP/CU para la obtención de grados y títulos académicos de pre y posgrado, así como proyectos de investigación anual Docente.

Se expide la presente constancia para los fines pertinentes.

Chimbote, 25 de octubre de 2023

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

Dr. JAVIER MARTÍNEZ CARRIÓN
VICERRECTOR



Titulo.

Niveles de actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Neyra”-Villamar, 2022.

Title.

Levels of physical activities in first-year secondary school students of the national mixed school "José Jaime Heredia Nayra"-Villamar, 2022.

Resumen.

El presente trabajo tuvo como propósito determinar los niveles de Actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Neyra”-Villamar, 2022. El tipo de investigación fue descriptivo simple, con diseño no experimental, transversal; la muestra estuvo conformada 26 estudiantes del primer año de la institución educativa mencionada; para el recojo de información se aplicó una ficha de observación y para el procesamiento de la información se realizó mediante la estadística descriptiva empleando para el análisis de datos el software MS-Excel. En las conclusiones, luego de realizar las respectivas mediciones, se obtuvo para la dimensión resistencia un nivel bajo, para dimensión velocidad un nivel bajo y para la dimensión flexibilidad un nivel medio, determinándose que los niveles fluctuaron entre bajo y medio respectivamente.

Abstrac.

The purpose of this work was to determine the levels of physical activities in first-year secondary school students of the national mixed school "José Jaime Heredia Neyra"-Villamar, 2022. The type of research was simple descriptive, with a non-experimental, cross-sectional design; The sample consisted of 26 first-year students of the aforementioned educational institution; For the collection of information, an observation sheet was applied and for the processing of the information it was carried out through descriptive statistics using the MS-Excel software for data analysis. In the conclusions, after carrying out the respective measurements, a low level was obtained for the resistance dimension, a low level for the speed dimension and a medium level for the flexibility dimension, determining that the levels fluctuated between low and medium respectively.

Introducción.

El trabajo de investigación se inicia por conocer los distintos problemas que se enmarcan en cuanto a los niveles de aprendizaje de Actividades físicas en nuestros estudiantes del nivel secundario, por tal razón se realizó las siguientes revisiones bibliográficas y otras fuentes que pueden existir y estén relacionados con el trabajo de estudio y estos nos orientaron al desarrollo eficaz de esta investigación. De esta manera tenemos a: Machaca, (2022), que en su trabajo de investigación el propósito de este esfuerzo de estudio fue investigar la correlación entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en niños de quinto y sexto grado del nivel primario de Arequipa. En este estudio se optó por un diseño correlacional y se clasificó como investigación aplicada. La muestra lo integraron 17 estudiantes, y para recopilar los datos se crearon fichas de observación que se utilizaron en un trabajo de campo para medir tanto las capacidades físicas como los fundamentos técnicos del fútbol. Los resultados de la prueba de hipótesis general, realizada mediante la correlación Rho de Spearman, revelaron una relación estadísticamente significativa entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol. Esta conclusión está respaldada por el programa SPSS versión 21, que arrojó un fuerte coeficiente de correlación de 0,812. Este hallazgo sugiere que las capacidades físicas ejercen una influencia significativa y contribuyen de forma incremental a mejorar la competencia de los fundamentos técnicos del fútbol dentro de la institución mencionada (pág. 54). También mencionamos a Condori y Almirón (2021), donde su investigación tuvo como propósito examinar el impacto de los cursos virtuales de educación física en la realización de actividades físicas en el hogar en estudiantes de educación primaria de la I.E. María Auxiliadora 40167, ubicada en la provincia de La Unión. La metodología orientada a un enfoque cuantitativo, tipo y diseño de investigación aplicada y no experimental respectivamente Así mismo, la muestra fue de 59 estudiantes, la técnica de investigación fue la encuesta y dos cuestionarios; el primero sirvió para identificar el dictado de clases virtuales de educación física y el segundo permitió establecer el nivel de ejecución de actividades físicas, se obtuvo como principal resultado que la mayoría de los educandos consideraron que los docentes tienen un alto nivel de comunicación, planeación, creatividad y manejo de la tecnología y finalmente se comprobó la hipótesis a través de la prueba Chi Cuadrado estableciendo que efectivamente existe influencia entre las variables. Concluyeron que los estudiantes que conforman la muestra tuvieron experiencias positivas con la enseñanza

virtual lo que representó una influencia positiva en la actividad física. (pág. 98). Asimismo, Apaza y Gómez (2020) llevaron a cabo una indagación con la finalidad principal de analizar los impactos generados por la implementación de actividades lúdicas en las capacidades físicas de estudiantes de cuarto grado de secundaria que practican fútbol. En términos de metodología, este estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo, siendo de carácter descriptivo, aplicado y siguiendo un diseño experimental cuasi experimental seccional de corte longitudinal. La muestra de estudio se compuso por diez estudiantes pertenecientes al cuarto grado de secundaria. Para medir la variable dependiente, que corresponde a las capacidades físicas en el fútbol, se utilizó una ficha de observación denominada "Ficha de observación de las capacidades físicas en la disciplina deportiva Fútbol". Luego de llevar a cabo el análisis de hipótesis utilizando la prueba estadística t de Student, concluyeron que la implementación de juegos lúdicos tuvo efectos altamente positivos y estadísticamente significativos en las capacidades físicas de los estudiantes (pág. 92). También tenemos a: Puruhuaya, (2019). El objetivo principal de este estudio fue evaluar las capacidades físicas de los alumnos del primer grado de una institución educativa de Arequipa. La investigación utilizó una metodología cuantitativa, específicamente se utilizó un diseño descriptivo básico con una sola variable independiente. El estudio contó con un total de 77 participantes, todos ellos alumnos de primer grado. El método de muestreo utilizado fue el muestreo censal no probabilístico. El estudio incluyó un examen de evaluación de las capacidades físicas de los educandos. Los resultados, estuvieron en un 41 %, en condiciones buenas de inicio para realizar la práctica deportiva teniendo a la capacidad física de flexibilidad como que dio mejores resultados. (pág. 92). En su investigación, Gordillo (2019) se propuso identificar la conexión existente entre la actividad física y la calidad de vida en los estudiantes que cursan el primer grado de educación secundaria en la Institución Educativa Talent School, ubicada en Arequipa. El enfoque de esta investigación fue de carácter descriptivo correlacional, con un diseño no experimental. La muestra estuvo compuesta por 18 educandos y se recopilaron datos mediante encuestas que emplearon una escala de tipo Likert para medir cada una de las variables. En esta investigación, se basaron en la teoría de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Para validar la hipótesis planteada, se utilizó el coeficiente de Spearman, ya que las variables tenían valores cualitativos con una distribución normal. Los resultados obtenidos indicaron que existe una relación significativa entre las variables indagadas

(Rho:0.472), lo que sugiere una correlación positiva de intensidad media entre ambas variables. (pág. 61). También mencionaremos a Bravo (2017), en su trabajo de grado con la finalidad de identificar el nivel de las capacidades físicas condicionales en educandos de primer grado en Puno; afirma que las capacidades de resistencia de los educandos coinciden con el nivel mínimo admisible, lo anterior debido a que los estudiantes en una amplia mayoría presentan un nivel bueno y una cantidad menor alcanza un excelente nivel. En consecuencia, se puede observar determinadas limitaciones que se reflejan en las capacidades de resistencia a la fatiga frente a actividades físicas de larga duración e intensidades moderadas que exigen un consumo mayor de oxígeno.

A continuación, se presenta la fundamentación científica iniciándose con un breve comentario de la variable de estudios, Actividades físicas. A pesar de la prevalencia actual y creciente del sedentarismo, es esencial reconocer que la práctica de ejercicio físico es crucial para preservar la salud y evitar muchas enfermedades. Se ha descubierto que la práctica constante de actividad física aumenta la esperanza de vida al obtener todos sus beneficios, incluidos los fisiológicos, psicológicos y sociales. Ahora se continua con la definición de la Actividad Física. Que se refiere a cualquier movimiento realizado por los músculos esqueléticos que requiere un consumo de energía. Esto puede incluir cosas tan simples como cambiar de lugar. Por el contrario, el término "ejercicio" se refiere a un tipo de actividad física planificada, organizada, repetitiva y llevada a cabo con varios objetivos, como establecer una rutina. Por otro lado, el deporte se relaciona con el ejercicio y se centra en la competencia en deportes como el fútbol, el baloncesto y otros similares, donde la aptitud física es crucial. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se recomienda que las personas de entre 5 y 18 años realicen un mínimo de 60 minutos diarios de ejercicio físico, caracterizado por una intensidad de moderada a alta. Se recomienda que los niños menores de 6 años se mantengan activos durante al menos tres horas al día a través del juego y el movimiento. La OMS recomienda que los adultos realicen por lo menos 30 minutos de actividad física al día. Mencionaremos que la actividad física tiene muchas ventajas. Comenzando con los niños, hay beneficios como aprender a seguir normas, establecer relaciones con figuras de autoridad, relacionarse con sus pares y superar la timidez, mejorar las habilidades motoras mientras se fomenta el desarrollo de músculos y huesos, reducir el riesgo de obesidad y enfermedades no transmisibles, fomentar la formación y consolidación de hábitos, y ocasionalmente

experimentar la satisfacción del ejercicio y la amistad. Asimismo, Además, la actividad física beneficia a muchos sistemas, incluido el sistema neurológico y su impacto en trastornos como la ansiedad y la depresión, así como la reducción del riesgo de enfermedades como la demencia y la promoción de la función cognitiva. La disminución del riesgo de mortalidad, enfermedades cardíacas y cifras de presión arterial, así como la contribución a la rehabilitación cardiovascular después de un evento cardíaco, son aspectos importantes de la salud cardiovascular. Además, se observan beneficios para el sistema endocrino y musculoesquelético, así como una reducción en el riesgo de los tipos de cáncer más comunes en la población actual (Figura 1).



Figura 1. Adaptado de: Sharma S, Merghani A, Mont L. Exercise and the heart: the good. The bad and the ugly. Eur Heart J 2015.

Mencionaremos sobre el Área de Educación Física. Los avances contemporáneos en los ámbitos social, científico y técnico globales han influido notablemente en la evolución de la educación física. La creciente importancia de incorporar al currículo educativo comportamientos que promuevan el bienestar físico, psicológico y emocional puede atribuirse a las presiones y expectativas de la sociedad. En consecuencia, el objetivo primordial de la educación física es fomentar en los alumnos la capacidad de reflexión crítica sobre el mantenimiento del bienestar personal y comunitario, capacitándoles así para emprender de forma autónoma acciones que mejoren su calidad

de vida en general. Una variedad de habilidades debe desarrollarse para alcanzar los objetivos del Perfil de Egreso de los educandos en la Educación Básica. Es responsabilidad del campo de la educación física fomentar y apoyar el desarrollo de las siguientes habilidades en los estudiantes: Actuar de manera autónoma utilizando su destreza motriz; Participar de forma interactiva utilizando sus habilidades sociales relacionadas con el movimiento. Vivir una vida saludable.

Enfoque que sustenta el desarrollo de las competencias en el área de Educación Física. En este campo, el enfoque principal es la corporeidad, que considera al cuerpo como una entidad en constante evolución más allá de su naturaleza biológica. Esto se refiere a un conjunto de acciones, pensamientos, emociones, conocimientos, comunicación y deseos. Se refiere a la apreciación de la capacidad de un estudiante para moverse de manera deliberada, guiado por sus propias necesidades e intereses y considerando sus posibilidades de interacción con su entorno en evolución constante. Es un proceso en constante evolución que surge de la iniciativa independiente de los estudiantes y se extiende a lo largo de toda la vida. Este proceso se refleja en la adaptación o fortalecimiento constante de su percepción de su propio cuerpo, que se fusiona con otros aspectos de su individualidad en la formación de su identidad tanto a nivel personal como social. Además, el área pone énfasis en aprender sobre cómo fomentar estilos de vida saludables y consumo responsable. Esto va más allá de simplemente participar en actividades físicas, ya que también implica desarrollar una perspectiva crítica hacia la salud y valorar una alta calidad de vida. En resumen, estos conocimientos incluyen un conjunto de habilidades sobre el autocuidado y el bienestar individual que se pueden aplicar en la vida diaria. Otra cuestión fundamental que hay que tener en cuenta es la forma en que los alumnos establecen conexiones entre sí mediante la participación en actividades físicas y la asunción de diversos papeles en entornos variados. Los niños y los adolescentes participan en interacciones sociales en las que desarrollan expectativas compartidas de convivencia, interiorizan normas, expectativas de comportamiento, acuerdos y toman decisiones colectivas y desarrollan actitudes para abordar los desafíos que enfrentan, ya sean de naturaleza social, ambiental, emocional, personal, interpersonal o física. El área también abarca conocimientos pertinentes asociados a

disciplinas educativas que no sólo facilitan el avance de las capacidades físicas de los alumnos, sino que también repercuten en su autoestima, sentido de sí mismos, pensamiento analítico e innovador, toma de decisiones y resolución de problemas en contextos relacionados con la actividad física y la existencia cotidiana. En resumen, se trata de facilitar el desarrollo educativo y el crecimiento personal de los alumnos para mejorar su propio bienestar y el de su entorno.

Competencias, capacidades, estándares de aprendizaje y sus desempeños por grado. Así también describiremos las competencias del Área de Educación Física. Primera COMPETENCIA: Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. El individuo demuestra un desarrollo independiente de sus capacidades motrices. En esta situación concreta, el alumno desarrolla la comprensión y la introspección a través del compromiso con el mundo espacial y las personas que lo rodean, lo que contribuye a la formación de su identidad y autoestima. Además, internaliza y coordina de manera eficaz sus movimientos y los adapta a sus capacidades durante la participación en actividades físicas que van desde el juego y el deporte hasta las actividades diarias. Además, utiliza gestos, posturas, tono muscular y otros medios para expresar y transmitir sus ideas, emociones y sentimientos. Esta habilidad incluye la suma de las siguientes habilidades: Comprender su propio cuerpo: significa que puede internalizar y comprender cómo su cuerpo se relaciona con el espacio, el tiempo, los objetos y las personas que lo rodean en términos estáticos o en movimiento. Expresarse a través del cuerpo: utiliza el lenguaje corporal para expresar sus sentimientos, emociones y pensamientos. Esto implica expresarse utilizando gestos, tonos, expresiones faciales, posturas y movimientos, fomentando la creatividad utilizando todos los recursos de comunicación del cuerpo y el movimiento. Tenemos la segunda COMPETENCIA: Asume una vida saludable. Esto sugiere que los individuos poseen una comprensión de su propio bienestar y participan en estrategias autodirigidas para mejorar su nivel de vida general. Esto sugiere que los individuos son conscientes de la correlación entre un estado de bienestar y la adopción de un estilo de vida saludable. Esto incluye el reconocimiento del ejercicio físico como un componente crucial para mantener la salud, la importancia de mantener posturas corporales adecuadas, el consumo de alimentos

nutritivos y la adhesión a prácticas que promuevan la limpieza personal y medioambiental, todo ello considerando sus propios recursos y el contexto sociocultural y ambiental. Estas acciones ayudan a prevenir enfermedades. Esta competencia requiere un conjunto de habilidades, como: Comprender las interacciones entre la actividad física, la alimentación, la postura, la higiene personal y ambiental y la salud: esto implica tener un conocimiento de cómo estos factores están relacionados y cómo pueden afectar el bienestar integral, que incluye aspectos físicos, psicológicos y emocionales. Adoptar prácticas que contribuyan a mejorar la calidad de vida: esto significa reconocer la importancia de los hábitos saludables y reconocer los beneficios que tienen para mejorar la calidad de vida. Abarca la capacidad de elaborar estrategias y diseñar programas, regímenes dietéticos o protocolos que utilicen la experiencia adquirida en nutrición, aseo personal, alineación corporal y ejercicio para mejorar el bienestar general. Estas intervenciones se adaptan a las necesidades individuales, los recursos accesibles y el contexto específico en el que se aplican. Tercera COMPETENCIA: Interactúa a través de sus habilidades socio motrices. En la participación en diversas actividades físicas, como juegos, deportes y actividades relacionadas, implica la utilización de habilidades personales para una interacción social efectiva, promoviendo la inclusión y la convivencia adecuada. Esto implica integrarse eficazmente en un grupo y resolver desacuerdos con habilidad utilizando el asertividad, la empatía y la adecuación a la situación. Asimismo, abarca la utilización de metodologías y enfoques para alcanzar un objetivo compartido en diversas actividades físicas, mostrando una disposición proactiva en la coordinación de actividades de ocio y deportivas. Esta habilidad requiere una combinación de las siguientes habilidades: Interacción utilizando sus habilidades socio motrices esto significa interactuar de manera asertiva con otros en actividades lúdicas y deportivas, experimentando el placer y la satisfacción que conllevan. Además, adquiere varias habilidades como el cumplimiento de las normas del juego, cualidades de liderazgo, tolerancia, comportamiento proactivo, resolución de conflictos interpersonales y fomento de una dinámica de grupo saludable, entre otros atributos. El desarrollo y la aplicación de estrategias y tácticas de juego requiere el uso de los recursos y habilidades que posee cada miembro del equipo para alcanzar un objetivo común. El

término se refiere al desarrollo y la aplicación de reglamentos y estrategias de juego en actividades físicas que incluyen la colaboración, la cooperación y la competición.

Estándares de aprendizaje de la competencia: Interactúa a través de sus habilidades socio motrices: Desempeños por Grado.

Competencia “interactúa a través de sus habilidades socio motrices”

Describe el nivel de competencia que se espera alcanzar al final del ciclo VI. En este nivel de competencia, el alumno muestra habilidades de interacción independiente a través de sus capacidades socio motoras, especialmente en circunstancias difíciles. Afronta los obstáculos encontrados en las actividades físicas con una mentalidad de liderazgo, obteniendo placer y deleite de estas actividades. Además, los alumnos tienen la oportunidad de desarrollar y aplicar metodologías de resolución de problemas, tanto de forma autónoma como en colaboración, al tiempo que integran los componentes técnicos y tácticos pertinentes y adaptándose a las transformaciones que ocurren durante la práctica. Durante la práctica, también puede evaluar sus éxitos y obstáculos para mejorar su enfoque y estrategia de juego. Los desempeños del primer grado de secundaria están progresando hacia el nivel del ciclo VI deseado. El estudiante demuestra competencia a través de acciones como las siguientes cuando avanza hacia el nivel esperado en el ciclo VI y utiliza sus habilidades socio motrices para interactuar:

- a) Actúa de manera asertiva y establece relaciones positivas con sus compañeros en diferentes situaciones. Evitar cualquier tipo de comportamiento discriminatorio es esencial a la hora de participar en muchas actividades físicas, incluidas las recreativas, deportivas y de otro tipo. Este reconocimiento se deriva de la aceptación de la importancia del juego como expresión crucial dentro de la sociedad y la cultura.
- b) Presta especial atención a la no discriminación en la participación en diversas actividades físicas, incluidas las lúdicas, deportivas y otras, y adopta actitudes responsables, solidarias, respetuosas y de autocuidado, considerando tanto su bienestar como el de los demás. Promueve la inclusión de sus compañeros independientemente de su género o habilidades.
- c) Colaborar en la aplicación de tácticas ofensivas y defensivas durante las competiciones predeportivas y deportivas, utilizando principios

tácticos y técnicos adecuados para ajustarse eficazmente a las circunstancias del entorno y cumplir las normas de juego.

Se midieron las siguientes Dimensiones: Dimensión 1: Fuerza. Según Gamboa (2005), desde una perspectiva fisiológica, la fuerza puede caracterizarse como la capacidad de los músculos para generar diversos grados de tensión, acompañados o no del movimiento de una masa (p. 37). Dimensión 2: Velocidad El autor Gamboa (2005) refiere que la velocidad es la medida de cuán rápido se puede cambiar la posición del cuerpo o de alguna de sus partes en un período de tiempo determinado (p. 42). Dimensión 3: Resistencia. Gamboa (2005) define la resistencia como la capacidad de mantenerse constante durante un período prolongado de tiempo dentro de estas dimensiones físicas (p. 43). Dimensión 4: Flexibilidad. Gamboa (2005), la flexibilidad, una característica física esencial, tiene un impacto en el desarrollo de la velocidad, la agilidad y una coordinación adecuada, destacando su importancia en estas áreas (p. 43).

En cuanto a la justificación de la Investigación. El presente estudio de investigación se justifica porque aporta datos empíricos para apoyar una línea de investigación teórica y práctica que hace hincapié en la importancia de las actividades físicas en varias dimensiones dentro del entorno escolar. Por lo tanto, tuvo como aporte científico el tener un diagnóstico real del avance académico de los estudiantes en cuanto sus dimensiones evaluadas, teniendo en cuenta los diversos factores que inciden en los beneficios de los estudiantes. El presente estudio pretende responder a la necesidad de investigación contemporánea sobre los niveles de resistencia, velocidad y flexibilidad de los alumnos de secundaria. Por otro lado, es importante señalar que existe una razón social que justifica mi investigación. Las conclusiones derivadas de este estudio servirán para informar y ayudar a los educadores en sus esfuerzos por facilitar la realización y mejora de las actividades físicas, así como también a las familias y todo adulto que acompaña al niño, donde los maestros asuman estrategias, recursos, espacios, interacciones pertinentes, empáticas y de calidad en su práctica educativa desarrollando las actividades físicas que permitirá un desarrollo óptimo de calidad de vida.

Problema. Realidad problemática. Se ha observado que durante la adolescencia se produce una disminución de los tiempos de actividad física semanal, ya que los jóvenes optan por actividades sedentarias. La actividad física se puede definir como cualquier movimiento corporal realizado por cualquier tipo de contracción muscular que resulte en un gasto de energía. Un escaso nivel de actividad física tiene un impacto negativo en la salud de los jóvenes, ya que se ha demostrado que un estilo de vida activo produce beneficios físicos y psicológicos. Se ha demostrado que el aula de educación física juega un papel fundamental para que la actividad física perdure a lo largo de las diferentes etapas del desarrollo, ya que dependiendo de cómo el docente desarrolle el proceso de enseñanza aprendizaje en las clases de educación física, puede desarrollar una motivación que ayude a fomentar una actitud positiva hacia tal comportamiento. Teniendo en cuenta lo anterior, el presente estudio pretende describir los niveles en función del tipo de actividad física, en estudiantes del primer grado de secundaria. Este objetivo se desglosa en: describir niveles en función del tipo de actividad física. Como se menciona en las líneas anteriores las actividades físicas son aspectos muy importantes para el desarrollo del estudiante, así como también para el desarrollo del aprendizaje, siendo una herramienta muy potente para la práctica educativa. En este contexto es un imperativo desarrollar las actividades físicas para que nuestros estudiantes puedan desarrollar sus interacciones efectivas para desarrollar las competencias. En este contexto planteo esta investigación con la finalidad de dar una respuesta al siguiente problema: ¿Cuáles son los niveles de Actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Neyra”- Villamar, 2022?

Conceptuación y operacionalización de variables. Variable de estudio: Actividad Física. Definición conceptual. Cualquier movimiento realizado por los músculos esqueléticos que requiere el gasto de energía se considera actividad física. Esto puede incluir cosas tan simples como cambiar de lugar. Por el contrario, el término "ejercicio" se refiere en una forma de actividad física planificada, organizada, repetitiva y llevada a cabo con varios propósitos, como establecer una rutina. El deporte, a diferencia del ejercicio,

implica una competencia en disciplinas como el fútbol, el baloncesto, entre otras. Romero (2009). Definición operacional. Podemos definir la actividad física como: “los factores que afectan la aptitud física de una persona, lo que la impulsa a realizar actividades físicas específicas y permite el desarrollo de su capacidad física a través del entrenamiento” (Álvarez 2013, p.77). Se operativizará mediante las dimensiones de resistencia, velocidad y flexibilidad.

Hipótesis. El nivel de actividades físicas de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa “José Jaime Heredia Naira”- Villamar, 2022 es regular.

Objetivos. Objetivo General Determinar los niveles de Actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Nayra”-Villamar, 2022. Objetivos específicos Identificar los niveles de actividades físicas en la dimensión resistencia en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Nayra”-Villamar, 2022. Identificar los niveles de actividades físicas en la dimensión velocidad en estudiantes de primer año de educación secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Nayra”- Villamar, 2022. Identificar los niveles de actividades físicas en la dimensión flexibilidad en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Nayra”- Villamar, 2022.

Metodología.

Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

El tipo de indagación que se realizó en el presente trabajo de investigación fue descriptivo simple, porque tiene como objeto describir sistemáticamente una realidad. Hernández. et al. (2014, p. 95).

Diseño de investigación

El tipo de diseño es no experimental, de corte transversal y descriptivo simple, donde se recolectará información relevante. Hernández. et al. (2014, p. 95).

Cuyo diagrama es el siguiente:

M ----- O

Donde:

M = (Muestra) Estudiantes de primer año de educación secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Neyra”- Villamar, 2022.

O= (Observación) Niveles de actividades físicas.

Población y Muestra

En el presente estudio, la población fue muestral y estuvo integrado por 26 estudiantes de primer año de educación secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Naira”- Villamar, 2022.

Tabla 1

Distribución de la población muestral del primer año de educación secundaria.

Grado	Cantidad de estudiantes
1er Grado	26
Total	26

Fuente: Nómina de matriculados

Técnicas e instrumentos de investigación

Técnicas

En el transcurso de este proyecto de investigación se utilizó la técnica de la observación, que permitió recolectar la información según los objetivos planteados

Instrumento

El instrumento que se aplicó fue una ficha de observación sobre las actividades físicas que desarrollaron los estudiantes, asimismo esta ficha estuvo constituida de 3 dimensiones, 3 indicadores y 15 mediciones.

Resultados

Los resultados obtenidos luego hacer las respectivas mediciones y teniendo en cuenta cada uno de las dimensiones: Resistencia, Velocidad y flexibilidad; las presentamos a continuación; los mismos que se detallan mediante tablas y gráficos estadísticos con sus respectivas interpretaciones:

Tabla 2

Niveles de actividades físicas en la dimensión resistencia.

NIVELES	Dimensión resistencia	
	f	%
Alto	4	15.38
Medio	3	11.54
Bajo	19	73.08
TOTAL	26	100.00

Nota: En esta tabla muestra cómo cambian las cantidades en la frecuencia

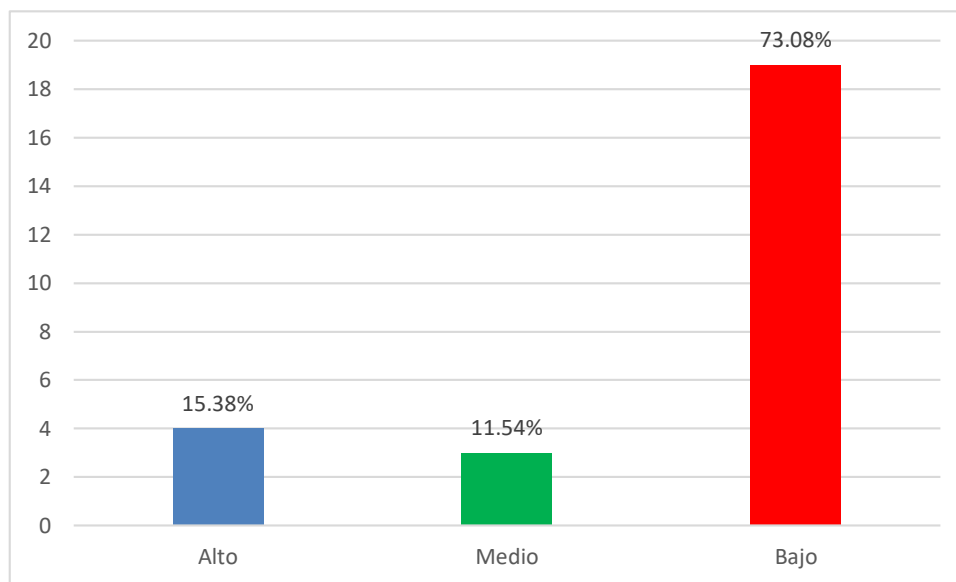


Figura. 2. Porcentajes de niveles de actividades físicas en la dimensión resistencia.

Interpretación. Se aprecia que 4 estudiantes que representan el 15.38% se ubican en el nivel alto, que 3 estudiantes que representan el 11.54% se ubican en el nivel

medio y 19 estudiantes que representan el 73.08% se ubican en el nivel bajo. La mayoría representada por 73.08% mantuvo el equilibrio saltando a pata coja en forma de sig sag, el cual indica que el nivel en esta dimensión fue bajo.

Tabla 3.

Niveles de actividades físicas en la dimensión velocidad.

NIVELES	Dimensión velocidad	
	f	%
Alto	2	7.69
Medio	9	34.62
Bajo	15	57.69
TOTAL	26	100.00

Nota: En esta tabla muestra cómo cambian las cantidades en la frecuencia



Figura. 3. Porcentajes de niveles de actividades físicas en la dimensión velocidad.

Interpretación. Se aprecia que 2 estudiantes que representan el 7.69% se ubican en el nivel alto, que 9 estudiantes que representan el 34.62% se ubican en el nivel medio y 15 estudiantes que representan el 57.69% se ubican en el nivel bajo. La mayoría

representada por 57.69% traslado el balón de cono a cono, el cual indica que el nivel en esta dimensión fue bajo.

Tabla 4

Niveles de actividades físicas en la dimensión flexibilidad.

NIVELES	Dimensión flexibilidad	
	f	%
Alto	3	11.54
Medio	18	69.23
Bajo	5	19.23
TOTAL	26	100.00

Nota: En esta tabla muestra cómo cambian las cantidades en la frecuencia

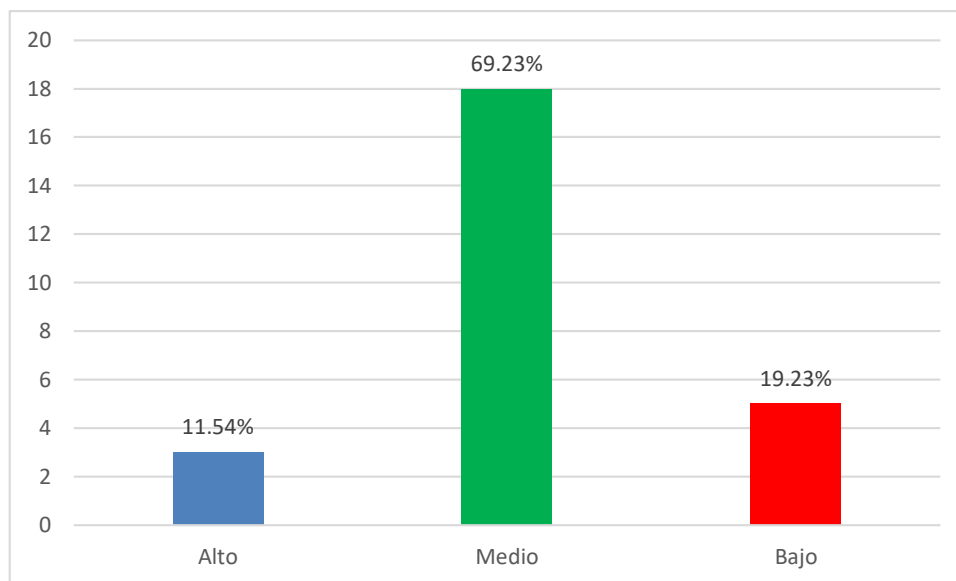


Figura. 4. Porcentajes de niveles de actividades físicas en la dimensión flexibilidad.

Interpretación. Se aprecia que 3 estudiantes que representan el 11.54% se ubican en el nivel alto, que 18 estudiantes que representan el 69.23% se ubican en el nivel medio y 5 estudiantes que representan el 19.23% se ubican en el nivel bajo. La mayoría representada por 69.23%, en salto con obstáculos encima de bastones, el cual indica que el nivel en esta dimensión fue medio.

Análisis y discusión.

La presente sección discute los resultados obtenidos en este estudio, comparándolos con los hallazgos de investigaciones previas para proporcionar un análisis más profundo y contextualizado. A través de esta discusión, se pretende arrojar luz sobre las implicaciones de estos hallazgos y contribuir al conocimiento existente sobre el papel de las capacidades físicas en el área de educación física.

Machaca, (2022) en su trabajo de investigación tuvo la finalidad de conocer de qué manera las capacidades físicas se relacionan con los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del Quinto y sexto en el nivel primario de la I.E. N°40086 Patasagua Tiabaya Arequipa. En el estudio se empleó un diseño de investigación correlacional, siendo de naturaleza aplicada. La muestra de participantes estuvo compuesta por un total de 17 estudiantes. Para la recolección de datos, se confeccionaron fichas de observación específicas que se utilizaron en una investigación de campo enfocada en la evaluación de las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol. A partir de los resultados obtenidos en la prueba de hipótesis general, mediante el uso de la correlación de Rho de Spearman, se pudo establecer que existe una influencia significativa de las capacidades físicas en los fundamentos técnicos del fútbol. Esto se sustenta en los resultados arrojados por el programa SPSS versión 21, que revelaron una correlación alta, con un valor estadístico de 0,812. Este hallazgo conduce a la conclusión de que las capacidades físicas poseen relevancia y contribuyen de manera progresiva a mejorar el nivel de los fundamentos técnicos del fútbol en la institución mencionada (pág. 54).

Contrastando con la investigación de Machaca (2022), lo relevante de este estudio se encuentra en lo importante de las capacidades físicas en la formación de los futuros futbolistas, ya que por medio de dichas habilidades los niños mejoran de forma progresiva su desarrollo motriz, por consiguiente las capacidades físicas mejoran, en este caso su capacidad técnica respecto a los fundamentos técnicos del fútbol como son: las formas distintas de hacer pases con los diferentes segmentos del pie, de igual forma se puede hacer pases con el pecho, taco, hombro, o cabeza, etc. Además, en lo referente a la metodología existe diferencia ya que desarrollé una investigación de tipo descriptivo y Machaca de tipo correlacional, donde si hubo semejanzas fue en el diseño de investigación de ambos fue no experimental, Pero no en el desarrollo ya que no hice prueba de hipótesis en cambio Machaca sí.

Puruhuaya, (2019). El propósito principal de este estudio fue evaluar el nivel de capacidades físicas en los estudiantes que cursan el primer grado de educación secundaria en la institución educativa 41008 Manuel Muñoz Nájjar en Arequipa. La investigación se basó en un enfoque cuantitativo y adoptó un diseño descriptivo simple que se centró en una única variable de estudio. La muestra consistió en 77 estudiantes de primer grado, seleccionados de manera no aleatoria pero representativa de la población total. Para llevar a cabo la evaluación de las capacidades físicas, se utilizó el test de valoración diseñado específicamente para estudiantes. Los resultados obtenidos reflejaron el nivel de capacidades físicas de los estudiantes del primer grado en la mencionada institución educativa de Arequipa, estuvieron en un 41 %, en condiciones buenas de inicio para realizar la práctica deportiva teniendo a la capacidad física de flexibilidad como que dio mejores resultados. (pág. 92).

Contrastando con Puruhuaya se coincide con el propósito, el enfoque, el tipo y diseño de investigación y una diferencia en la muestra de alumnos ya que me encuentro en una zona rural los resultados de los 26 estudiantes que se les entrevistó en las tres dimensiones fueron los siguientes: en la primera la mayoría representada por 73.08% mantuvo el equilibrio saltando a pata coja en forma de sig sag, el cual indica que el nivel en esta dimensión fue bajo, para la segunda la mayoría representada por 57.69% traslado el balón de cono a cono, el cual indica que el nivel en esta dimensión fue bajo, y para la tercera la mayoría representada por 69.23%, en salto con obstáculos encima de bastones, el cual indica que el nivel en esta dimensión fue medio respectivamente, es decir se considera en esta variable que el nivel bajo y medio. Se determinó los niveles de Actividades físicas en estudiantes de primer año de educación secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Naira”, Centro Poblado Villamar, 2022, los cuales fluctuaron entre bajo y medio.

Condori y Almirón (2021), donde su investigación tuvo como propósito determinar cómo la impartición de clases virtuales de educación física influye en el nivel de participación en actividades físicas en el entorno doméstico de estudiantes de primaria en la Institución Educativa María Auxiliadora 40167, ubicada en la provincia de La Unión durante el año 2021. La metodología adoptada se basó en un enfoque cuantitativo y se caracterizó por ser de

investigación aplicada, sin seguir un diseño experimental. La muestra de participantes estuvo compuesta por 59 estudiantes, y para la recolección de datos se utilizaron encuestas y dos cuestionarios. El primer cuestionario se empleó para evaluar la implementación de las clases virtuales de educación física, mientras que el segundo se utilizó para determinar el nivel de participación en actividades físicas por parte de los estudiantes en su entorno doméstico, se obtuvo como principal resultado que la mayoría de los estudiantes consideraron que los docentes tienen un alto nivel de comunicación, planeación, creatividad y manejo de la tecnología y finalmente se comprobó la hipótesis a través de la prueba Chi Cuadrado estableciendo que efectivamente existe influencia entre las variables. Se concluyó que los estudiantes que conforman la muestra tuvieron experiencias positivas con la enseñanza virtual lo que representó una influencia positiva en la actividad física. (pág. 98)

Contrastando con la investigación de Condori y Almirón (2021), lo relevante de este estudio se encuentra en el dictado de clases virtuales de educación física en el nivel de ejecución de actividades físicas, diferencias en la metodología existe diferencia ya que desarrollé una investigación de tipo descriptivo mientras Condori y Almirón de tipo correlacional, con una muestra de 59 estudiantes, se obtuvo como principal resultado que la mayoría de los estudiantes consideraron que los docentes tienen un alto nivel de comunicación, planeación, creatividad y manejo de la tecnología, por mi parte la medición que realice le hice a mis estudiantes sin aplicación de prueba de hipótesis por ser de tipo descriptivo.

Conclusiones.

Se determinó los niveles de Actividades físicas en estudiantes de primer año de educación secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Neyra”, Centro Poblado Villamar, 2022, los cuales fluctuaron entre bajo y medio.

Se identificó los niveles de actividades físicas en la dimensión resistencia en estudiantes de primer año de educación secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Neyra”, Centro Poblado Villamar, 2022, donde la mayoría representada por 73.08% mantuvo el equilibrio saltando a pata coja en forma de zigzag, el cual indica que el nivel en esta dimensión fue bajo.

Se identificó los niveles de actividades físicas en la dimensión velocidad en estudiantes de primer año de educación secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Neyra”, Centro Poblado Villamar, 2022, donde la mayoría representada por 57.69% traslado el balón de cono a cono, el cual indica que el nivel en esta dimensión fue bajo.

Se identificó los niveles de actividades físicas en la dimensión flexibilidad en estudiantes de primer año de educación secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Neyra”, Centro Poblado Villamar, 2022, donde la mayoría representada por 69.23%, en salto con obstáculos encima de bastones, el cual indica que el nivel en esta dimensión fue medio.

Recomendaciones.

Se recomienda tomar en cuenta los resultados de la presente investigación y a partir de ella se logre realizar acciones pertinentes que conlleven al incremento de los niveles de las capacidades físicas y a su vez de la condición física, lo cual es un factor para tener un estilo de vida saludable.

Se recomienda a realizar talleres o programas con la temática de la investigación para reforzar los lazos de amistad y compañerismo entre los estudiantes y además para contribuir con el desarrollo óptimo de las capacidades físicas.

Referencias Bibliográficas

Alvarez, (2013). *La preparación física del Fútbol basada en el atletismo*. España: Editorial Gymnos

Apaza, C., y Gómez, E., (2020). *Aplicación de juegos lúdicos para la mejora de las capacidades físicas en la disciplina de fútbol en estudiantes del cuarto grado de secundaria de la institución educativa León XIII Circa del distrito de Cayma, Arequipa*. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Arequipa, Perú:

Bravo, P., (2017). El nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la institución educativa secundaria industrial N° 32 de Puno.

Condori, A., y Almirón, M., (2021). *El dictado de clases virtuales de educación física y su influencia en el nivel de ejecución de las actividades físicas en casa por parte de los alumnos de la I.E. María Auxiliadora 40167 Provincia de la Unión*. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Arequipa, Perú.

CURRICULO NACIONAL DE LA EDUCACION BASICA (2017). Programa curricular del nivel Secundaria. Ministerio de Educación. Lima. Perú. Recuperado de: <http://www.ugelsanchezcarrion.gob.pe/wordpress/wp-content/uploads/2019/06/programa-secundaria-17-abril.pdf>

De la Reyna, L. y Martínez, V. (2013). *Manual de teoría y práctica del acondicionamiento físico*. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/vicente_martinez_haro/publication/242761127_manual_de_teor%C3%ADa_y_pr%C3%A1ctica_del_acondicionamiento_f%C3%ADsico/links/00b4952bebc5e4fc83000000/manual-de-teoria-y-practicadel-acondicionamiento-fisico.pdf

García, E. (2017). Niveles de actividad física habitual en escolares de 10 a 12 años de la Región de Murcia. Tesis, Universidad de Murcia

Gamboa, R. (2005). *Fisiología del esfuerzo físico*. Perú: Edit. Talleres Gráficos P.L. Villanueva S.A

Gordillo, W., (2019). *Relación entre la actividad física y la calidad de vida en los estudiantes del primer grado de educación secundaria en la institución educativa*

Talent School, cercado Arequipa-2019 Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Arequipa, Perú.

Hernández, R, Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. Editorial Mc Graw Hill. México. D.F.

Machaca, A., (2022). *Las capacidades físicas básicas y los fundamentos técnicos del fútbol en el nivel primaria de la I.E. 40086 Tiabaya, Arequipa-2022* Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Arequipa, Perú.

Mantilla-Tolosa, SC; Gómez-Conesa, A. (2007). El cuestionario Internacional de Actividad Física. Un instrumento adecuado para el seguimiento de la actividad física poblacional. Rev. Iberoam. Fisiotro. Kinesol., 48–52. Recuperado de: <https://www.mdpi.com/2076-3417/12/24/13016>

OMS. (2012). Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud. Recuperado de: <https://www.paho.org/es/noticias/9-5-2012-recomendaciones-mundiales-sobre-actividad-fisica-para-salud>

Perea-Caballero AL, López-Navarrete GE, Perea-Martínez A, et al. (2019). Importancia de la Actividad Física. Sal Jal.;6(2):121-125.

Perera, R. (2012). Las capacidades físicas. México: Edit. Universitaria

Puruhuaya, P., (2019). *Evaluación de las capacidades físicas básicas en estudiantes del primer grado de educación secundaria en la institución educativa 41008 Manuel Muñoz Nájjar Arequipa-2019*. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Arequipa, Perú.

Romero T. (2009). Hacia una definición de sedentarismo. Revista Chilena de Cardiología.; (28)4: 409-13

Sharma S, Merghani A, Mont L. (2015). Exercise and the heart: the good. The bad and the ugly. Eur Heart J.

Vidal, M. (10 de 5 de 1994). Sistema de capacidades condicionales físicas. México: Universidad Autónoma de México. Recuperado el 18 de setiembre de 2018, de scribd: <https://es.scribd.com/document/317267292/Capacidades-Fisicas-Alvarez-Del-Villar>

Villalobos h. y Puelles M. (2011). Manual de educación física y deporte escolar. Lima.
Edit. Abedul.

Anexos

1. Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Mediciones	Escala
Actividades físicas	Ésta se define como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía como el simple hecho de desplazarnos de un lugar a otro, en el caso del ejercicio se refiere a una variedad de actividad física pero que es planificada, estructurada, repetitiva y realizada con diferentes objetivos como el hecho de establecer una rutina, a diferencia del deporte que ya nos habla de un ejercicio en	Actividad física como: “los factores que determinan la condición física del individuo, que lo orientan hacia la realización de una determinada actividad física y posibilitan el desarrollo de su potencial físico mediante su entrenamiento” (Álvarez 2013, p.77). Se operativizará mediante las dimensiones de resistencia, velocidad y flexibilidad.	Resistencia	Mantiene con mucho equilibrio saltando a pata coja en forma de zigzag,	Mantiene con mucho equilibrio saltando a pata coja en forma zigzag	Intervalo
			Velocidad	Traslada con rapidez el balón de cono a cono.	Traslada con rapidez el balón de cono a cono	
			Flexibilidad	Salta con obstáculos encima de bastones.	Salta con obstáculos encima de bastones.	

	donde la aptitud física se basa en la competencia en disciplinas como el fútbol, basquetbol, entre otras. Romero (2009).					
--	--	--	--	--	--	--

2. Matriz de consistencia

Niveles de actividades físicas en estudiantes de primer año de la Institución Educativa José Jaime Heredia Naira, Villamar, 2022				
Problema	Objetivo General	Hipótesis	Variable de estudio	Metodología
<p>¿Cuáles son los niveles de Actividades físicas en estudiantes de primer año de educación secundaria de la Institución Educativa José Jaime Heredia Naira, Centro Poblado Villamar, 2022?</p>	<p>Determinar los niveles de Actividades físicas en estudiantes de primer año de educación secundaria de la Institución Educativa José Jaime Heredia Naira, Centro Poblado Villamar, 2022.</p> <hr/> <p>Objetivos Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los niveles de actividades físicas en la dimensión resistencia en estudiantes de primer año de educación secundaria de la Institución Educativa José Jaime Heredia Naira, Centro Poblado Villamar, 2022. • Identificar los niveles de actividades físicas en la dimensión velocidad en estudiantes de primer año de educación secundaria de la Institución Educativa José Jaime Heredia Naira, Centro Poblado Villamar, 2022. 	<p>El nivel de actividades físicas de los estudiantes de primero de secundaria de la Institución Educativa “José Jaime Heredia Naira”- Villamar, 2022 es regular.</p>	<p>Actividades físicas</p>	<p>Tipo de investigación: Descriptivo simple.</p> <p>Diseño de investigación: Diseño no experimental descriptivo simple.</p> <p>Diagrama</p> <p style="text-align: center;">M ----- O</p> <p>Donde: M = Muestra O = Observación de la muestra</p> <p>Población y muestra. La población será muestral y estará conformada por 26 estudiantes de primer año de educación secundaria</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar los niveles de actividades físicas en la dimensión flexibilidad en estudiantes de primer año de educación secundaria de la Institución Educativa José Jaime Heredia Naira, Centro Poblado Villamar, 2022. 		<p>Técnica: Será la observación, que permitirá recolectar la información según los objetivos planteados.</p> <p>Instrumento: El instrumento que se aplicará será una ficha de observación sobre las actividades físicas que desarrollan los estudiantes, asimismo esta ficha consta de 3 dimensiones, 3 indicadores y 15 mediciones.</p>
--	---	--	--

3. Instrumento de recolección de datos.

FICHA DE OBSERVACIÓN – ACTIVIDADES FISICAS													
Institución Educativa					Nivel				Grado				
CNMx. “José Jaime Heredia Nayra”- Villamar					Secundaria				1°				
<p>Instrucciones. – Dada la actividad física; observa a tu estudiante y califica la medición alcanzada, según el indicador, colocando un aspa (X) en el casillero respectivo.</p>													
Indicadores		<i>Traslada con rapidez el balón de cono a cono</i>				<i>Mantiene con mucho equilibrio saltando a pata coja en forma zigzag</i>				<i>Salta con obstáculos encima de bastones</i>			
Mediciones		20	30	40	50	5	10	15	20	5	10	15	20
		m.	m.	m.	m.	m.	m.	m.	m.	m.	m.	m.	m.
N°	Estudiantes												
01													
02													
03													
04													
05													
06													
07													
08													
09													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													

19													
20													
21													
22													
23													
24													
25													
26													

FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO

Nombre Original: Ficha de observación- Actividades físicas

Autor: Investigador

Título: Niveles de actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Nayra”- Villamar.

Año: 2022

Ámbito de aplicación: Institución Educativa CNMx. “José Jaime Heredia Nayra”- Villamar, 2022

Forma de administración: Colectivo

Área de evaluación: Educación Física

Medición por distancias e indicadores para este instrumento

Validación: Método “Juicio de expertos” por tres docentes:

Docentes Validadores	Resultado
Horna Merino Ana María	Aplicable
Gamarra Cruz, Grober	Aplicable
Viera Romero, Israel	Aplicable

Resultados de Confiabilidad: Aplicó una prueba piloto a una muestra de 10 estudiantes, cuyas características eran similares a la población examinada.

Coefficiente de alfa de Cronbach	
instrumento	Alfa de Cronbach
Actividades físicas	0.85

Medición: Elaborado por el investigador.

Niveles	Alto	Medio	Bajo
Puntuaciones	20 m.	15 m.	5 m. y 10 m.

4. Evaluación de Juicio de expertos (mínimo 3 expertos)

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE EDUCACION Y HUMANIDADES
VALIDEZ DE INSTRUMENTOS POR JUICIO DE EXPERTOS

I.- Información General:

Nombres y apellidos del validador: Ana María Horna Merino

Fecha: junio 2022 Especialidad: Educación Física

Nombre del instrumento evaluado: Ficha de observación

Autor del instrumento: Campos Juárez, Cesar

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, requerimos su opinión sobre el instrumento de la investigación titulada:

“Niveles de actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Nayra”-Villamar, 2022”

El cual debe calificar con una valoración correspondiente a su opinión respecto a cada criterio formulado.

II.- Aspectos a evaluar: (Calificación cuantitativa).

Indicadores de evaluación del instrumento	Criterios cualitativos - cuantitativos	Deficiente	Regular	Bueno	Muy Bueno	Excelente
		(1-9)	(10-13)	(14-16)	(17-18)	(19-20)
Claridad				15		
Objetividad				15		
Actualidad				15		
Organización					18	
Suficiencia					18	
Intencionalidad					18	
Consistencia					18	
Coherencia					18	
Propósito					18	
Conveniencia					18	
Sumatoria parcial				45	126	
Sumatoria Total		171 (Siendo el puntaje máximo posible 200)				
Valoración cuantitativa (Sumatoria Total x0.005)		0.855 (Siendo la valoración máxima en 1)				

Aporte y/o sugerencias para mejorar el instrumento

III.- Calificación global: Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Intervalos	Resultados
0,00 – 0,49	Validez Nula
0,50 – 0,59	Validez muy baja
0,60 – 0,69	Validez baja
0,70 – 0,79	Validez aceptable
0,80- 0,89	Validez buena
0,90-1,00	Validez muy buena

Coeficiente de Validez

$$\boxed{171} \div \boxed{200} = \boxed{0.855}$$

Nota: el instrumento podrá ser considerado a partir de una calificación aceptable.



Ana María Horna Merino
Doctor en Educación
D.N.I. 32973997

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE EDUCACION Y HUMANIDADES
VALIDEZ DE INSTRUMENTOS POR JUICIO DE EXPERTOS

I.- Información General:

Nombres y apellidos del validador: Gamarra Cruz, Grober

Fecha: junio 2022 Especialidad: Educación Física

Nombre del instrumento evaluado: Ficha de observación

Autor del instrumento: Campos Juárez, Cesar

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, requerimos su opinión sobre el instrumento de la investigación titulada:

“Niveles de actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Nayra”-Villamar, 2022”

El cual debe calificar con una valoración correspondiente a su opinión respecto a cada criterio formulado.

II.- Aspectos a evaluar: (Calificación cuantitativa).

Indicadores de evaluación del instrumento	Criterios cualitativos - cuantitativos	Deficiente	Regular	Bueno	Muy Bueno	Excelente
		(1-9)	(10-13)	(14-16)	(17-18)	(19-20)
Claridad				16		
Objetividad				16		
Actualidad				16		
Organización					18	
Suficiencia					17	
Intencionalidad					18	
Consistencia					18	
Coherencia					18	
Propósito						19
Conveniencia					18	
Sumatoria parcial				48	107	19
Sumatoria Total		174 (Siendo el puntaje máximo posible 200)				
Valoración cuantitativa (Sumatoria Total x0.005)		0.87 (Siendo la valoración máxima en 1)				

Aporte y/o sugerencias para mejorar el instrumento

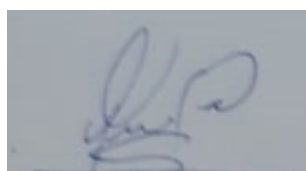
III.- Calificación global: Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Intervalos	Resultados
0,00 – 0,49	Validez Nula
0,50 – 0,59	Validez muy baja
0,60 – 0,69	Validez baja
0,70 – 0,79	Validez aceptable
0,80- 0,89	Validez buena
0,90-1,00	Validez muy buena

Coeficiente de Validez

$$\boxed{174} \approx \boxed{0.87}$$

Nota: el instrumento podrá ser considerado a partir de una calificación aceptable.



Gamarra Cruz, Grober
Licenciado en Educación
D.N.I. 44390231

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE EDUCACION Y HUMANIDADES
VALIDEZ DE INSTRUMENTOS POR JUICIO DE EXPERTOS

I.- Información General:

Nombres y apellidos del validador: Viera Romero, Israel

Fecha: 18 de agosto 2022 Especialidad: Educación Física

Nombre del instrumento evaluado: Ficha de observación

Autor del instrumento: Campos Juárez, Cesar

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, requerimos su opinión sobre el instrumento de la investigación titulada:

“Niveles de actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Nayra”-Villamar, 2022”

El cual debe calificar con una valoración correspondiente a su opinión respecto a cada criterio formulado.

II.- Aspectos a evaluar: (Calificación cuantitativa).

Indicadores de evaluación del instrumento	Criterios cualitativos - cuantitativos	Deficiente	Regular	Bueno	Muy Bueno	Excelente
		(1-9)	(10-13)	(14-16)	(17-18)	(19-20)
Claridad					17	
Objetividad					17	
Actualidad				15		
Organización					17	
Suficiencia					17	
Intencionalidad					17	
Consistencia					18	
Coherencia					18	
Propósito					18	
Conveniencia					18	
Sumatoria parcial				15	157	
Sumatoria Total		172 (Siendo el puntaje máximo posible 200)				
Valoración cuantitativa (Sumatoria Total x0.005)		0.86 (Siendo la valoración máxima en 1)				

Aporte y/o sugerencias para mejorar el instrumento

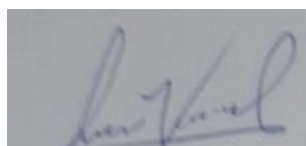
III.- Calificación global: Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Intervalos	Resultados
0,00 – 0,49	Validez Nula
0,50 – 0,59	Validez muy baja
0,60 – 0,69	Validez baja
0,70 – 0,79	Validez aceptable
0,80- 0,89	Validez buena
0,90-1,00	Validez muy buena

Coeficiente de Validez

$$\boxed{172} \approx \boxed{0.86}$$

Nota: el instrumento podrá ser considerado a partir de una calificación aceptable.



Viera Romero, Israel
Licenciado en Educación
D.N.I. 43646196

5. Si se cuenta con la base de datos exportado al formato Excel.

	Con rapidez traslada el balón de cono a cono				Mantiene con mucho equilibrio saltando a pata coja en forma zigzag				Saltando con obstáculos encima de bastones			
	20	30	40	50	5	10	15	20	5	10	15	20
	mts	mts	mts	mts	mts	mts	mts	mts	mts	mts	mts	mts
N°												
1				X			X				X	
2			X			X					X	
3		X				X					X	
4		X				X					X	
5		X				X					X	
6			X			X					X	
7	X					X					X	
8	X					X					X	
9				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					X					
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	



USP
UNIVERSIDAD SAN PEDRO

REPOSITORIO INSTITUCIONAL DIGITAL

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

1. Información del Autor			
CAMPOS JUAREZ CESAR		70745752	cesarcampos20@hotmail.com
Apellidos y Nombres		DNI	Correo Electrónico
2. Tipo de Documento de Investigación			
<input checked="" type="checkbox"/> Tesis	<input type="checkbox"/> Trabajo de Suiciencia Profesional	<input type="checkbox"/> Trabajo Académico	<input type="checkbox"/> Trabajo de Investigación
3. Grado Académico o Título Profesional ¹			
<input type="checkbox"/> Bachiller	<input checked="" type="checkbox"/> Título Profesional	<input type="checkbox"/> Título Segunda Especialidad	<input type="checkbox"/> Maestría <input type="checkbox"/> Doctorado
4. Título del Documento de Investigación			
Niveles de actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del Colegio Nacional Mixto "Jose Jaime Heredia Neyra", Villamar, 2022			
5. Programa Académico			
Educación Secundaria en la Especialidad de Educación Física			
6. Tipo de Acceso al Documento			
<input checked="" type="checkbox"/> Abierto o Público ² (Info:eu-repo/semantics/openAccess)	<input type="checkbox"/> Acceso restringido ³ (Info:eu-repo/semantics/restrictedAccess) ^(*)		
^(*) Encaso de restringido sustentar motivo			

A. Originalidad del Archivo Digital

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador y forma parte del proceso que conduce a obtener el grado académico o título profesional.

B. Otorgamiento de una licencia CREATIVE COMMONS ⁴

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Institucional Digital, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.



Huacrachuco, 18 de Enero del 2024

Importante

- Según Resolución de Consejo Directivo N° 033-2016-SUNEDU-CD, Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar Grados Académicos y Títulos Profesionales, Art. 8, inciso 8.2
- Ley N° 30035. Ley que regula el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto y D.S. 006-2015-PCM
- Si el autor eligió el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad San Pedro una licencia no exclusiva, para que se pueda hacer arreglos de forma en la obra y difundir en el Repositorio Institucional Digital. Respetando siempre los Derechos de Autor y Propiedad Intelectual de acuerdo y en el Marco de la Ley 822.
- En caso de que el autor elija la segunda opción, únicamente se publicará los datos del autor y resumen de la obra, de acuerdo a la directiva N° 004-2016-CONCYTEC-DEGC (Numerales 5.2 y 6.7) que norma el funcionamiento del Repositorio Nacional Digital
- Las licencias Creative Commons (CC) es una organización internacional sin fines de lucro que pone a disposición de los autores un conjunto de licencias flexibles y de herramientas tecnológicas que facilitan la difusión de información, recursos educativos, obras artísticas y científicas, entre otros. Estas licencias también garantizan que el autor obtenga el crédito por su obra.
- Según el inciso 12.2, del artículo 12º del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales-RENATI "Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los metadatos en sus repositorios institucionales precizando si son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI, a través del Repositorio ALICIA".

Nota: - En caso de falsedad en los datos, se procederá de acuerdo a ley 27444, art. 32, num. 32.3).

Niveles de actividades físicas en estudiantes de primero de secundaria del colegio nacional mixto “José Jaime Heredia Neyra”-Villamar, 2022

INFORME DE ORIGINALIDAD

27%	26%	%	10%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	idoc.pub Fuente de Internet	3%
2	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	ssj.jalisco.gob.mx Fuente de Internet	2%
4	repositorio.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
6	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	1%

9	hdl.handle.net Fuente de Internet	1 %
10	fcelan.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	matriculapre.up.ac.pa Fuente de Internet	1 %
12	publicaciones.usanpedro.edu.pe Fuente de Internet	1 %
13	bibvirtual.ucb.edu.bo Fuente de Internet	1 %
14	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	1 %
15	lordbyron.edu.pe Fuente de Internet	1 %
16	dspace.utb.edu.ec Fuente de Internet	1 %
17	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
18	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	1 %
19	Submitted to Universidad Marcelino Champagnat Trabajo del estudiante	<1 %

20	Submitted to College of Alameda Trabajo del estudiante	<1 %
21	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
22	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
23	riull.ull.es Fuente de Internet	<1 %
24	www.journaltoacs.ac.uk Fuente de Internet	<1 %
25	doczz.es Fuente de Internet	<1 %
26	qdoc.tips Fuente de Internet	<1 %
27	Submitted to Universidad Anahuac México Sur Trabajo del estudiante	<1 %
28	Submitted to Universidad de Huanuco Trabajo del estudiante	<1 %
29	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
30	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	<1 %

31	Submitted to Universidad Privada San Pedro Trabajo del estudiante	<1 %
32	Submitted to Universidad Santo Tomas Trabajo del estudiante	<1 %
33	core.ac.uk Fuente de Internet	<1 %
34	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1 %
35	espanol.minutemaid.com Fuente de Internet	<1 %
36	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	<1 %
37	www.goconqr.com Fuente de Internet	<1 %
38	Submitted to Universidad Manuela Beltrán Virtual Trabajo del estudiante	<1 %
39	adonde.com Fuente de Internet	<1 %
40	revistaespacios.com Fuente de Internet	<1 %
41	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	<1 %

42	docplayer.es Fuente de Internet	<1 %
43	issuu.com Fuente de Internet	<1 %
44	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
45	repositorio.unapiquitos.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
46	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
47	www.abebooks.com Fuente de Internet	<1 %
48	www.consumer.es Fuente de Internet	<1 %
49	www.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
50	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
51	www.spell.org.br Fuente de Internet	<1 %
52	www.un.org Fuente de Internet	<1 %