

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**Acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas en los estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, distrito de Lircay, Angaraes-2022**

**Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación Física**

**PRESENTADO POR:**

**Bach. Aderly Baldeón Osno**

**Bach. Reder Tito Guillén Gutiérrez**

**ASESOR:**

**Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní**

**AYACUCHO-PERÚ**

**2022**



## **DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD**

Yo, Aderly Baldeón Osno, identificado con código 06146933 y DNI 70232625, egresado de la Escuela Profesional de Educación Física de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

Yo, Reder Tito Guillén Gutiérrez, identificado con código 06140367 y DNI 70211155, egresado de la Escuela Profesional de Educación Física de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

Autores de la Tesis conducente a la obtención del Título profesional de Licenciado en Educación Física y tiene por título: Acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas en los estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, distrito de Lircay, Angaraes-2022.

Declaramos bajo juramento que:

1. La tesis de nuestra autoría es original, resultado de un trabajo grupal y cumple con las exigencias normativas de autenticidad y no plagio en versión digital o impresa. Asimismo, dejamos constancia de que todos los autores consultados han sido debidamente citados y referenciados en el documento y que no hemos utilizado sin citar figuras, fotografías, cuadros, tablas u otros elementos protegidos por derechos de autor.
2. Declaramos que el trabajo de investigación conducente a la obtención del Título profesional de Licenciado en Educación Física, que ponemos en consideración para su evaluación, es inédito y original. De no respetar los derechos de autor, originalidad e integridad, asumiremos cualquier responsabilidad de carácter administrativo, civil o penal que de nuestra acción se deriven.

Ayacucho, 22 de octubre de 2022.

Aderly Baldeón Osno  
DNI N° 70232625

Reder Tito Guillén Gutiérrez  
DNI N° 70211155

A lo máspreciado que poseemos, nuestros padres.

## **AGRADECIMIENTOS**

A la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, en especial a la Escuela Profesional de Educación Física, y a la plana docente, quienes durante los años de estudio fueron guías de nuestra formación profesional impartiendo sus conocimientos.

Al Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní en su condición de asesor, quien me brindó apoyo incondicional en la elaboración del presente trabajo de investigación.

A los profesores Dr. Jaime Vargas Jerí, Mtro. Ciro Augusto Madueño García y Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní por su apoyo en la validación de los instrumentos de recolección de datos.

A los estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, distrito de Lircay y a los directores, quienes siempre se mostraron dispuestos a trabajar.

A todas aquellas personas y amistades que de una u otra manera contribuyeron a la ejecución de este trabajo.

## ÍNDICE

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD .....	iv
AGRADECIMIENTOS .....	vi
ÍNDICE.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS .....	ix
ÍNDICE DE ANEXOS .....	x
RESUMEN .....	xi
ABSTRACT .....	xii
INTRODUCCIÓN.....	xiii
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	15
1.1. Planteamiento del problema .....	15
1.2. Formulación del problema.....	17
1.2.1. Problema general .....	17
1.2.2. Problemas específicos.....	17
1.3. Objetivos de la investigación.....	17
1.3.1. Objetivo general .....	17
1.3.2. Objetivos específicos.....	17
1.4. Justificación de la investigación .....	18
1.4.1. Justificación teórica .....	18
1.4.2. Justificación metodológica .....	18
1.4.3. Justificación práctica .....	19
II. MARCO TEÓRICO.....	20
2.1. Antecedentes del problema.....	20
2.2. Bases teóricas .....	21
2.2.1. Acondicionamiento físico.....	21
2.2.2. Capacidades coordinativas .....	24
2.3. Marco conceptual .....	28
III. METODOLOGÍA.....	30
3.1. Formulación de hipótesis.....	30
3.1.1. Hipótesis general .....	30
3.1.2. Hipótesis específicas.....	30
3.2. Variables.....	30
3.3. Cuadro de operacionalización de variables .....	32
3.4. Tipo de investigación.....	34

3.5. Nivel de investigación .....	34
3.6. Método de investigación.....	34
3.7. Diseño de investigación.....	34
3.8. Población .....	35
3.9. Muestra .....	35
3.10. Técnicas e instrumentos.....	36
3.10.1. Técnicas .....	36
3.10.2. Instrumentos .....	36
3.11. Validez y confiabilidad de instrumentos .....	36
3.11.1. Validez.....	36
3.11.2. Confiabilidad de instrumentos.....	37
3.12. Técnicas de procesamiento de datos.....	37
3.13. Aspectos éticos .....	38
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	39
4.1. Resultados descriptivos .....	39
4.2. Resultados inferenciales .....	40
4.3. Discusión de resultados .....	44
CONCLUSIONES.....	47
RECOMENDACIONES .....	49
REFERENCIAS .....	50
ANEXOS .....	54

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> .....	35
<b>Tabla 2</b> .....	36
<b>Tabla 3</b> .....	39
<b>Tabla 4</b> .....	39
<b>Tabla 5</b> .....	39
<b>Tabla 6</b> .....	40
<b>Tabla 7</b> .....	41
<b>Tabla 8</b> .....	42
<b>Tabla 9</b> .....	43
<b>Tabla 10</b> .....	44

## ÍNDICE DE ANEXOS

<b>Anexo 1.</b> Matriz de consistencia .....	54
<b>Anexo 2.</b> Instrumentos de recolección de datos .....	56
<b>Anexo 3.</b> Validación de juicio de expertos.....	58
<b>Anexo 4.</b> Confiabilidad de los instrumentos .....	61
<b>Anexo 5.</b> Base de datos .....	65
<b>Anexo 6.</b> Autorización de la Institución Educativa.....	67

## **RESUMEN**

Se realizó un estudio cuyo propósito fue determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso, La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022, se aplicó un diseño descriptivo correlacional en la cual participaron 43 estudiantes, quienes fueron elegidos aleatoriamente. Se utilizó como instrumento la ficha de observación. Los resultados evidencian que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.018, menor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que existe relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso, La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Asimismo, dado que el coeficiente de correlación resultó ser igual a 0.359, indica que dicha relación es positiva en un grado débil. Entonces se puede inferir que de efectuarse mejoras en el acondicionamiento físico muy posiblemente conduzca al desarrollo de las capacidades coordinativas.

**PALABRAS CLAVE:** Acondicionamiento físico, capacidades coordinativas.

## **ABSTRACT**

The purpose of this study was to determine the relationship between physical conditioning and the development of coordination skills in students of the Educational Institutions N° 38834/Mx-P San Antonio, District of Unión Progreso, La Mar and I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, District of Lircay, Angaraes-2022, a descriptive correlational design was applied with the participation of 43 students, who were randomly selected. The observation form was used as an instrument. The results show that the sig. (bilateral) or p-value is equal to 0.018, less than the significance level of 5%, which provides sufficient empirical criteria to reject the null hypothesis and accept the research hypothesis; then it can be affirmed that there is a relationship between physical conditioning and the development of coordination capacities in students of the Educational Institutions N° 38834/Mx-P San Antonio del Distrito de Unión Progreso, La Mar and the I. E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, District of Lircay, Angaraes-2022. Likewise, given that the correlation coefficient was 0.359, it indicates that this relationship is positive to a weak degree. Therefore, it can be inferred that if improvements in physical conditioning are made, it is very likely to lead to the development of coordination capacities.

**KEYWORDS:** Physical conditioning, coordinative capacities.

## INTRODUCCIÓN

En los últimos años, el Ministerio de Educación peruano ha incrementado el tiempo de enseñanza de la Educación Física, lo que indica que se está poniendo un mayor énfasis en el papel que juega esta materia en el desarrollo del niño. En consecuencia, también ha aumentado la demanda de profesores de Educación Física con los conocimientos necesarios y la capacidad de desarrollar las capacidades cognitivas de los niños en todos los niveles educativos.

Dentro de la enseñanza, se debe considerar uno de los aspectos más importantes del currículo del nivel primario en el área de educación física, ya que se relaciona con el desarrollo de las actividades físicas y el aumento de las capacidades físicas en los niños y adolescentes. En consecuencia, el profesor responsable de la enseñanza de la asignatura de educación física debe desarrollar adecuadamente esta parte, empleando diversas estrategias.

La falta de profesores en el área de educación física en el nivel primario hace que la enseñanza de esta materia sea asumida por el profesor de primaria, quien en muchos casos la delega en un auxiliar o en otro personal que trabaja, muchas veces cuando esto se hace sólo para cumplir con un tiempo para desarrollar actividades con planificación a sólo actividades simples para cumplir con el horario de educación física.

El presente trabajo de investigación Acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso, La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022, se desarrolló con el objetivo de determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso, La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

El presente trabajo hace referencia a las características cualitativas son precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas, así como las particularidades de su desarrollo. Las cualidades coordinativas, junto con otras cualidades, son indispensables para la mejora de la actividad física.

El primer capítulo, abarcó identificación y descripción del problema, formulación de problema, objetivos de la investigación, justificación de la investigación.

En el segundo capítulo, se hace mención sobre los antecedentes, bases teóricas y marco conceptual.

En el tercer capítulo, se desarrolló la metodología de la investigación, empezando de las hipótesis, método de investigación, tipo y nivel de investigación, diseño de la investigación, población, muestra, técnicas de recolección de datos y, por último, los procedimientos de la investigación.

En el cuarto capítulo, se mostró los resultados de la investigación a nivel descriptivo y a nivel inferencial. Asimismo, a discusión de resultados.

## **I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. Planteamiento del problema**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la inactividad sólo es superada por la hipertensión, el consumo excesivo y la hiperglucemia. Así, el 6% de todas las muertes anuales, es decir, unos 3,2 millones de fallecimientos, son atribuibles a la inactividad. La organización de las Naciones Unidas lamenta la prevalencia del sedentarismo y el aumento del riesgo de enfermedades no transmisibles como las cardiovasculares, el cáncer y la diabetes. No en vano, es la principal causa del 21-25% de los casos de cáncer de mama y colorrectal, del 27% de la diabetes y del 30% de las enfermedades cardíacas. En concreto, la OMS recomienda para los adultos un mínimo de 150 minutos de actividad física moderada a la semana, que abarca cualquier movimiento corporal que requiera un gasto de energía e incluye actividades que pueden realizarse durante la jornada laboral, el ocio, las actividades domésticas, etc. La recomendación para niños y adolescentes se reduce a un mínimo de 60 minutos de ejercicio físico.

En la actualidad, según las estadísticas de 2021, el 31% de los adultos mayores de 15 años no son suficientemente activos (el 28% en el caso de los hombres y el 34% en el de las mujeres). Si se incluyen sólo los países de ingresos altos, la prevalencia del sedentarismo aumenta hasta el 41% de los hombres y el 48% de las mujeres, lo que supone el doble que en las naciones menos desarrolladas. Como consecuencia de esta inactividad, aumentan las posibilidades de mortalidad. Según la Organización Mundial de la Salud, el riesgo de muerte aumenta entre un 20 y un 30% desde que se realizan al menos 30 minutos de ejercicio físico moderado casi todos los días hasta que no se realiza ninguno. El año pasado, los países miembros de la OMS se comprometieron a reducir las tasas de sedentarismo en un 10% de aquí a 2025, sobre todo promoviendo la actividad física en la escuela y el lugar de trabajo, ampliando y mejorando las instalaciones deportivas e impulsando el acceso a formas de transporte más activas, como la bicicleta. Sin embargo, sólo el 80% de estos países han elaborado políticas o planes de acción para ello, y sólo el 56% los han ejecutado.

Según Amtmann (2018), el desarrollo de los mecanismos de dirección y control de la actividad motriz incluye las capacidades de coordinación, que son comparativamente estables y genéricas. Representan condiciones fundamentales que debe tener un alumno para ser competente en una serie de actividades físicas. Aunque las normas sobre cómo evolucionan la conducción y el control de la actividad motriz en cada persona son las mismas, esto no significa que cada persona experimente estos procesos con la misma velocidad, precisión, diferenciación o movilidad.

Estas características cualitativas son precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas, así como las particularidades de su desarrollo. Las cualidades coordinativas, junto con otras cualidades, son indispensables para la mejora de la actividad física.

La búsqueda de la mejora de la calidad del proceso docente educativo es de suma importancia, ya que de ella depende la formación de una nueva cultura que permita la confrontación de ideas y el establecimiento de un nuevo orden educativo libre de formalismos y dogmas de culturas plagadas de paradigmas estigmatizados por una visión ajena a la nuestra.

Es común observar a niños con limitaciones o deficiencias en el desarrollo psicomotor, lo que hace que sea muy difícil que se desarrollen de forma integral en su formación y preparación para la vida diaria. Muchos profesores a cargo de estos niños buscan o emplean técnicas para mejorar estas deficiencias. Teniendo en cuenta la importancia de la psicomotricidad, el desarrollo de las actividades deportivas y el proceso de enseñanza-aprendizaje, es necesario realizar actividades adicionales que faciliten la integración de los niños y niñas en el proceso de formación y sean de gran importancia para su desarrollo integral.

Las capacidades físicas coordinativas son de mucha importancia para la formación motora gruesa de los niños y niñas en edad escolar y estos deben desarrollarse a temprana edad, es así que en nuestro medio la mayoría de docentes de la especialidad de Educación Física realizan actividades motrices sin tomar en cuenta las capacidades y necesidades de los estudiantes; no se realizan diagnósticos para poder ejecutar actividades motrices de forma direccionada acorde a las características físicas, motrices y biológicas de cada estudiante.

El desarrollo de las capacidades coordinativas es muy importante cuando se llevan a cabo de manera didáctica, es decir, atendiendo el desarrollo motriz para de esa manera afianzar las coordinaciones motrices. Es notorio en los niños de 10 y 12 años presentan

problemas a nivel de su capacidad coordinativa por lo que es sustancial conocer cuál es la relación con el acondicionamiento físico.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Qué relación existe entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022?

### **1.2.2. Problemas específicos**

1. ¿Qué relación existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022?
2. ¿Qué relación existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022?
3. ¿Qué relación existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022?

## **1.3. Objetivos de la investigación**

### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

1. Determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.
2. Determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del

Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

3. Determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

#### **1.4. Justificación de la investigación**

Sobre la relevancia del trabajo de investigación debemos mencionar que el estudio proporciona información que resulta importante para conocer la magnitud del problema, así como es el comportamiento de las variables en el área de estudio, de tal manera que en base a las conclusiones se puedan reorientar algunas estrategias para mejorar el desarrollo de las capacidades coordinativas.

Hernández (2017) señala que toda justificación relacionada con la realización de trabajos de investigación está orientadas a responder las siguientes interrogantes: ¿por qué? y ¿para qué? En ese sentido, el presente estudio considera sustancial mencionar los siguientes argumentos que motivaron la realización del presente estudio:

##### **1.4.1. Justificación teórica**

Respecto a la justificación teórica se debe señalar que el estudio a través de la incorporación de teorías y definiciones conceptuales incrementa el cuerpo de conocimientos sobre la importancia que reviste sistematizar las actividades de acondicionamiento físico para mejorar el desarrollo de las capacidades coordinativas; asimismo, permite generar nuevas hipótesis de investigación.

##### **1.4.2. Justificación metodológica**

La justificación metodológica del estudio está relacionada con el aporte que realiza la investigación a través de los instrumentos de recolección de datos; es decir, que los cuestionarios utilizados en el recojo de la información al haber sido validados pueden ser utilizados en futuras investigaciones.

Respecto a la importancia del estudio según Hernández (2017) el aporte de toda investigación desarrollada bajo los lineamientos método lógicos del método científico es justamente el conocimiento científico; en ese sentido, consideramos que el trabajo de investigación a ser realizado constituye en sí un aporte al conocimiento sobre la pertinencia de aprovechar las actividades consideradas en el acondicionamiento físico para mejorar las capacidades coordinativas.

Otro aspecto que se debe mencionar en esta parte del proyecto viene a ser que a través de la realización del trabajo de investigación se debe lograr consolidar la vocación profesional de los investigadores, porque la realización de este tipo de estudio permite conocer a profundidad las dificultades que presentan los estudiantes para desarrollar las capacidades coordinativas.

Por otro lado, en relación con las dificultades identificadas en el desarrollo del trabajo de investigación consideramos que en el recojo de los datos es donde más 14 dificultades se presentaran, porque debido a la coyuntura sanitaria existen ciertas restricciones para el acceso a información.

#### **1.4.3. Justificación práctica**

Respecto a la justificación práctica, es necesario mencionar que los principales beneficiados con el estudio vienen a ser los estudiantes quienes tendrán la oportunidad de interactuar, cuando se realicen trabajos de intervención, con las ventajas didácticas que ofrece el uso pertinente y didáctico del acondicionamiento físico como recurso para mejorar las capacidades coordinativas.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes del problema

En el contexto internacional se cuenta con el estudio desarrollado por Zepita (2019) titulado: “Relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en la IEP Manuel La Puerta del Municipio de Chilango, México”. Con el propósito de obtener el Título de Licenciado en Educación Física, se presentó la investigación a la Universidad Autónoma de Morelia. 35 estudiantes conformaron la muestra de la investigación en este estudio de diseño descriptivo correlacional. La información se recabó mediante cuestionarios y los resultados indican una relación moderadamente directa entre las variables ( $\rho=0.587$ ; valor  $p=0.00$ ), lo que indica que los profesores del área de educación física que utilizaron específicamente actividades de acondicionamiento físico vieron mejores resultados en el desarrollo de las capacidades coordinativas.

De la misma forma se cuenta con el trabajo de investigación presentado por Silvera (2019) titulado: “El acondicionamiento físico y su relación con las capacidades coordinativas en la IEP "Julián Mayorga" del Municipio de Machala, Ecuador”. Se presentó una investigación para la licenciatura en educación física de la Universidad Técnica de Quito. Como referente metodológico para esta investigación se utilizó el diseño descriptivo correlacional, el cual demostró que existe una relación entre las variables de estudio ( $\rho=0,681$ ; valor  $p=0,00$ ). Con base en la información recabada de los cuestionarios entregados a 40 estudiantes, este estadístico se derivó utilizando métodos estadísticos. La realización de ejercicios de acondicionamiento físico permitió mejorar la capacidad de coordinación de los alumnos.

En el contexto nacional se ha logrado sistematizar el trabajo de investigación presentado por Guevara (2018) titulado: “El acondicionamiento físico y su relación con el desarrollo de las capacidades coordinativas en la IEP N° 32854/Mx-P de Oyón, Lima”. Investigación presentada a la Universidad Nacional Federico Villareal para la Licenciatura en Educación Física. Esta investigación reveló una correlación entre las variables y sus dimensiones. El diseño utilizado corresponde a un diseño descriptivo correlacional, y la

recolección de datos requirió la elaboración de cuestionarios cuyos registros fueron sistematizados para demostrar que las actividades de acondicionamiento físico permiten desarrollar con mayor criterio las capacidades coordinativas de los estudiantes.

De la misma manera mencionamos el estudio desarrollado por Albújar (2017) titulado: “El acondicionamiento físico motor y su relación con el desarrollo de las habilidades de coordinación en alumnos de la IEP "José Mateo Pumacahua" de Tinta, Cusco”. Investigación presentada en la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco para la Licenciatura en Educación Física. Los resultados de esta investigación indican que existe una asociación directa y sustancial entre las variables. Se enviaron dos cuestionarios a 35 estudiantes como parte de un enfoque descriptivo correlacional para la recolección de datos. Los hallazgos indican que los ejercicios de acondicionamiento físico planificados de forma didáctica y propositiva mejoran las capacidades coordinativas.

En lo que respecta a los antecedentes a nivel local se cuenta con el estudio realizado por Galindo (2019) titulado: “Las capacidades coordinativas y su relación con el acondicionamiento físico en alumnos de la IEP Virgen del Carmen de Carmen Alto”. Investigación realizada en la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga para la Licenciatura en Educación Física. Utilizando métodos estadísticos descriptivos e inferenciales, esta investigación demostró que la relación entre las variables es directa ( $\rho=0,791$ ). La muestra del estudio estuvo compuesta por 34 estudiantes, que fueron recogidos a través de cuestionarios. Se ha demostrado que los ejercicios de acondicionamiento físico son útiles para mejorar la capacidad de coordinación de los alumnos.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Acondicionamiento físico**

Según Jiménez (2019), el acondicionamiento físico es el desarrollo de habilidades biopsicomotrices que mejoran el rendimiento físico a través del ejercicio, manteniendo un cuerpo sano de manera que mejore el rendimiento cardio vascular, la tonificación y el equilibrio somático.

La Fontaine (2018), por su parte, define los componentes de la aptitud física como el conjunto de elementos, capacidades, circunstancias o rasgos que tiene un sujeto como energía potencial, cuyo desarrollo le permite alcanzar un grado adecuado de aptitud física. También se conoce como características físicas, capacidades físicas, características psicofísicas, características motrices básicas, variables de rendimiento físico, fundamentos

del rendimiento, características de rendimiento, tipos de trabajo motor y capacidades motrices condicionales.

Heredia y Pomar (2018) sostienen que los atributos físicos fundamentales son las disposiciones anatómico-fisiológicas intrínsecas que permiten la movilidad y el tono postural y que pueden ser evaluadas y potenciadas. No hay que confundir la actividad física con el ejercicio. Se trata de un tipo de ejercicio físico organizado, sistemático y repetido, destinado a mejorar o mantener uno o varios componentes de la aptitud física. La actividad física incluye tanto el ejercicio como otras actividades que implican el movimiento del cuerpo, como el ocio, el empleo, el transporte activo y las tareas domésticas.

La actividad física es esencial para un estilo de vida saludable, según Amtmann (2018), quien observa que la evidencia científica que apoya las ventajas físicas, fisiológicas y psicológicas de la actividad física y el ejercicio es cada vez mayor. Múltiples estudios clínicos, observacionales y de intervención han demostrado el complicado vínculo entre la actividad física y la salud. Múltiples estudios han demostrado que la actividad física regular mejora la autoestima, el bienestar y la función cognitiva.

Para Elvar et al. (2018, p.56) "El ADN y las características heredadas La cantidad y la práctica de ejercicio físico tienden a estar influenciadas por el ejemplo de los padres, es decir, si un padre mantiene un nivel suficiente de actividad física y deporte, es probable que sus hijos sigan su ejemplo "actividades. La asociación entre la actividad física y una mejor salud y mayor esperanza de vida está bien establecida. esperanza de vida.

El ejercicio disminuye el riesgo de un individuo de padecer enfermedades cardíacas, hipertensión, diabetes, obesidad y algunas formas de cáncer. varios cánceres A pesar de estas ventajas, la mayoría de las personas son sedentarias. sedentarias. A la luz del hecho de que la actividad física regular puede mejorar la salud y prevenir las enfermedades metabólicas y cardiovasculares, es vital comprender qué estrategias pueden impulsar a las personas inactivas a volverse activas y mantener este hábito. Participar en esta práctica y mantenerla.

#### **2.2.1.1. Estructura del acondicionamiento físico**

Dentro de los conceptos de la educación a distancia se pueden establecer una serie de clases. Según Sarramona (1994), referenciado por (Quionez, 2020), los siguientes son los principios de la educación a distancia:

- a) **Actividad física** Cualquier movimiento físico producido por músculos y huesos resulta en un gasto de energía.

- b) **Ejercicio físico** Es una actividad física recreativa realizada en el tiempo libre o de ocio como medio para mejorar determinadas partes del cuerpo y gozar de una buena salud.
- c) **Rendimiento humano** Es el estado de vida en el que las tareas cotidianas se realizan con eficiencia física y sin peligros para la salud.
- d) **Alto rendimiento** Capacidad para practicar un deporte en los niveles más competitivos, cuando la victoria es el objetivo principal.
- e) **Acondicionamiento físico** La condición física es la noción que incorpora la actividad física y el ejercicio con el fin de alcanzar un rendimiento humano óptimo en ausencia de trastornos que amenacen la salud. Como consecuencia del acondicionamiento físico, se alcanza una alta calidad de vida basada en un estado de salud favorable que incorpora objetivos de rendimiento intelectual, social, espiritual y físico.

El estado de alerta mental, la curiosidad, la emoción y las relaciones profundas con los demás, la generación de conciencia y el compromiso con los problemas y esfuerzos sociales son aspectos interrelacionados; los niveles altos en cualquiera de estos dominios tendrán un impacto positivo en los demás y, por el contrario, los niveles bajos en cualquiera de ellos. estos dominios limitarán lo que es posible en otras áreas.

### 2.2.1.2. Objetivos del acondicionamiento físico

Según Miñarro y López (2019), los objetivos de los ejercicios de acondicionamiento físico son los siguientes:

- a) **Evitar las enfermedades** El entrenamiento físico evita el dolor corporal y la enfermedad. Además de retrasar la muerte, es ventajoso para el diagnóstico médico afirmar que estamos libres de enfermedades, es decir, que no hay peligro de contraer ninguna dolencia.
- b) **Disminuir el riesgo a desarrollar problemas de salud** Los chequeos médicos y las medidas preventivas, como el ejercicio físico, pueden evitar muchas de las enfermedades que provocan muertes prematuras. Todavía hay muchas personas que necesitan atención médica básica en el mundo, y la ciencia podría proporcionar este servicio. La respuesta a este componente de la atención sanitaria es descubrir los medios y la voluntad política para ponerla a disposición de todo el mundo. En las zonas más ricas de la sociedad,

donde la medicina es habitual, se han desarrollado otras formas de trastornos de salud que causan muertes prematuras y discapacidades.

Estos problemas de salud (como la angina de pecho, la aterosclerosis, el dolor de espalda, el cáncer, la diabetes, la hipertensión, la mala salud mental, la obesidad, la osteoporosis y la apoplejía) están directamente asociados a características que pueden abordarse mediante el entrenamiento físico.

- c) **Incremento de rendimiento humano** Las personas que participan en un programa de acondicionamiento físico mejoran su capacidad para ejecutar tareas cotidianas como cargar cosas grandes y caminar largas distancias sin experimentar cansancio.

### **2.2.2. Capacidades coordinativas**

Según Salamanca (2017), las capacidades de coordinación física son las actividades que permiten a la persona adquirir un movimiento preciso y eficiente, asegurando la eficacia en la ejecución de las tareas motrices y favoreciendo el desarrollo de la orientación, el equilibrio y los reflejos.

Las habilidades coordinativas se caracterizan esencialmente por la coordinación, o los procesos de control y dirección del movimiento, según Pérez y García (2018). Además, facilitan la capacidad del deportista para dominar con seguridad y eficacia las actividades motrices en situaciones previstas (estereotipadas) e inesperadas (adaptaciones), así como para aprender movimientos deportivos con relativa rapidez.

Son las amplias precondiciones psicomotoras de los deportistas que sirven para regular los movimientos motores. Son las capacidades cuya dirección y control dependen de los sistemas neuronales central y periférico. Estas aptitudes son necesarias para que las acciones de una persona sean rápidas, precisas y adecuadas a las circunstancias del entorno. Lo siguiente, según Cantó (2018):

- ✓ De orientación. Permite que la movilidad del cuerpo modifique su ubicación en el espacio y el tiempo en respuesta a las demandas del entorno. Permite que la movilidad del cuerpo modifique su ubicación en el espacio y el tiempo en respuesta a las demandas del entorno.
- ✓ De diferenciación. Permite a la persona distinguir entre habilidades mediante la coordinación de fuerzas musculares.
- ✓ De combinación. Permite a la persona distinguir entre habilidades mediante la coordinación de fuerzas musculares.

- ✓ De adaptación. Permite ajustar el rendimiento y adaptarlo a las circunstancias del momento.
- ✓ De reacción. Permite una reacción rápida a un estímulo determinado.
- ✓ De equilibrio. Es la menor oscilación del cuerpo a lo largo de varios movimientos corporales.

Las capacidades de coordinación son características típicamente estables y universales del desarrollo de la conducción y regulación de la actividad motora. Los deportistas deben presentar ciertas características para ejecutar bien diversas actividades deportivas.

Según Pulido y Dávila (2018), las capacidades coordinativas son capacidades sensorio motrices consolidadas del desempeño de la personalidad que se comprometen conscientemente con la dirección del movimiento y son componentes de una acción motora con un objetivo predeterminado. Como resultado, estas capacidades guían y controlan el movimiento a través del sistema nervioso central. Existe un gran grado de precisión y economía en el conjunto de la actividad.

#### **2.2.2.1. Tipos de capacidades coordinativas**

- a) **Coordinación motriz** Para Ochoa (2018), la integración es el movimiento ordenado y energéticamente eficiente de los numerosos órganos y tejidos del cuerpo. Los patrones motores se enlazan, produciendo otros que se automatizarán en el futuro, de manera que se requiere menos atención al trabajo y todos los movimientos se desencadenan antes de un estímulo.
- b) **La coordinación muscular o motora** Según Ochoa (2018), la integración es la integración de las distintas partes del cuerpo de forma ordenada y con el mínimo gasto energético. Los patrones motores se encadenan, formando otros que se automatizarán en el futuro, de manera que se preste menos atención a la tarea y se desencadenen todos los movimientos antes de un estímulo.

La integración del sistema neurológico, el esqueleto y la regulación del cerebro y la médula espinal no están relacionados, según Alzate y Vargas (2018). Las habilidades de coordinación son un subconjunto de las llamadas habilidades físicas, que son las circunstancias corporales que suelen asociarse al inicio de una determinada acción o actividad. Aunque estas habilidades pueden mejorarse a través de la práctica, son heredadas.

Las capacidades de coordinación se refieren a la organización metódica de las actividades para alcanzar un objetivo. Incluye la dirección, el equilibrio, el ritmo, la adaptabilidad, el acoplamiento o la sincronización, la reactividad y la diferenciación. En

concreto, las aptitudes coordinativas son las que permiten a un individuo realizar movimientos de forma precisa, eficiente y eficaz.

Según Camacho (2018), la ejecución de una acción motriz precisa se apoya en estas capacidades de coordinación para que el cuerpo esté en la posición adecuada en el momento oportuno. Un tenista profesional, por ejemplo, debe desarrollar todas sus habilidades atléticas. Evidentemente, debe poseer la capacidad de moverse con rapidez, la flexibilidad para devolver los golpes del adversario, la resistencia para jugar durante muchas horas y la fuerza para golpear la pelota. Pero también debe dominar el tiempo necesario para responder a cada golpe del adversario, coordinando sus movimientos sin desorientarse y llegando a tiempo para ejecutar sus propios golpes.

#### **2.2.2.2. Beneficios del desarrollo de las capacidades coordinativas**

Según Soto, Pérez y Garca (2017), la finalidad de los ejercicios de coordinación es desarrollar las habilidades de los individuos que juegan a la pelota. Una de ellas es la orientación, que nos permitirá adecuar la trayectoria del balón a nuestro propio movimiento corporal. Del mismo modo, las actividades de coordinación fomentan la capacidad de pareja, que permite a nuestro cuerpo participar conjuntamente en la acción física.

Una vez más, comprobamos que la capacidad de equilibrio tiene ventajas considerables. Una buena coordinación corporal nos permitirá mantener una postura óptima tanto si nos movemos como si no. Además, los ejercicios de coordinación prepararán al cuerpo para una variedad de escenarios, como el clima adverso o los escenarios de la cancha.

- a) **Generales o básicas** Consisten en la capacidad de regular el movimiento y la capacidad de adaptarse y cambiar las habilidades motoras. Capacidad de regulación motora: Como su nombre lo indica es la encargada de regular y controlar el movimiento, toda capacidad de coordinación requiere de este proceso de regulación y control, de lo contrario el movimiento no se puede realizar o no se puede lograr la calidad requerida adaptación y cambios de movimiento: su función es hacer que el cuerpo se adapte a unas determinadas condiciones de ejercicio, pero permite cambios y readaptación a medida que surgen nuevas situaciones. Esta habilidad es muy efectiva en todos los escenarios de juego, donde las acciones a menudo cambian según el sistema táctico.
- b) **Capacidades coordinativas especiales** Se componen de los grupos funcionales más grandes. Su vínculo con las habilidades de acondicionamiento dependerá de cómo interactúen durante el rendimiento

deportivo y qué tan efectivos sean en el rendimiento deportivo. Las principales habilidades especiales de coordinación son las siguientes. Orientación: puede determinar con precisión el movimiento del cuerpo en el espacio y el tiempo en el menor tiempo posible en función de la posición de un objeto; por ejemplo, en un juego de baloncesto, le da al jugador la posibilidad de controlar la pelota contra un oponente.

- c) **Capacidad de equilibrio** Es la capacidad de mantener y recuperar el estado de equilibrio del cuerpo durante o después de una acción motriz. El equilibrio depende del aparato vestibular, la base de sustentación, del centro de gravedad y los puntos de apoyo; hay equilibrio en todas las actividades de control corporal, postural básicos y sobre todo en las acciones relacionadas con la gimnasia. Capacidad de reacción: Es la capacidad que tiene la persona para dar respuesta a un estímulo externo determinado en el menor tiempo posible.
- d) **Capacidad de ritmo** Permite adaptarse durante la acción motora sobre la base de cambio situaciones percibidas o previstas a otras nuevas para continuar la acción de otro modo; por ejemplo: en la danza, los cambios de ritmos musicales de joropo o bambuco, el manejo de la cuerda o soga en diferentes formas y velocidades.
- e) **Capacidad de anticipación** Es la capacidad de anteponerse mental y motrizmente a una acción motora previamente establecida; por ejemplo: cuando se antepone a un pase y/o lanzamiento al cesto, la ubicación correcta de los segmentos corporales para la volea o antebrazos en el voleibol. Capacidad de diferenciación: Permite durante la acción motriz ejecutar sincronizada mente movimientos para dar respuestas acertadas; en otras palabras, es saber diferenciar que hacer entre una habilidad y otra. Por ejemplo: en un partido de futbol el jugador que conduce o driblea, tiene la necesidad de diferenciar entre pasar o rematar al arco.
- f) **Capacidad de acoplamiento** Es la condición que tiene la persona para enlazar, integrar y combinar durante la acción motriz varios movimientos en forma simultáneamente sincronizada. Entre más compleja sea la actividad, el grado de acoplamiento o coordinación es muy significativo para el individuo; hay acoplamiento en muchos juegos populares, en los fundamentos técnicos de los deportes.

- g) Capacidades coordinativas complejas** De las capacidades coordinativas se desprenden las capacidades coordinativas complejas, capacidad de aprendizaje motor y la agilidad. La materialización de estas capacidades está en dependencia del desarrollo de las diferentes capacidades coordinativas ya explicadas. Tanto la capacidad de aprendizaje motor como la agilidad son productos del desarrollo de las capacidades coordinativas generales y especiales y de las habilidades. Están representadas por el desarrollo motor y la agilidad.
- h) Capacidad de desarrollo motor** Es el resultado de las capacidades coordinativas generales y particulares que, al sincronizarse, afectan al ritmo de aprendizaje, al grado de progresividad y a la agilidad necesaria para realizar una actividad motriz. Por ejemplo, el entrenamiento de los gestos deportivos comienza con los juegos populares, luego los predeportivos y, por último, los ejercicios de exigencia técnica.
- i) Capacidad de agilidad** Además, la agilidad debe dar cuenta de las exigencias y cambios que el entorno puede imponer. Según Valdés, la existencia de todas las habilidades coordinativas en la capacidad de agilidad tiene un impacto sustancial en la enseñanza y ejecución de juegos, deportes, actividades creativas y de ocio (2017) Es una frase que se utiliza a menudo para describir la capacidad de una persona para moverse con destreza, velocidad y eficiencia. En la educación física y el atletismo, se ha considerado como una de las características físicas fundamentales que demuestra la capacidad de absorber y ejecutar con rapidez, ritmo y facilidad. Sin embargo, últimamente la cualidad de coordinación ha sustituido con razón a la palabra agilidad. Como capacidad resultante, la agilidad puede describirse como la capacidad de mover el cuerpo a través del espacio, lo que implica una mezcla de fuerza y coordinación tal que todo el cuerpo puede cambiar de posición.

### **2.3. Marco conceptual**

**Aprendizaje cooperativo** El aprendizaje no es un proceso solitario, sino que la actividad auto estructurante del sujeto está mediatizada por el impacto de los demás; de ahí que el aprendizaje sea, en verdad, una actividad de reconstrucción del conocimiento cultural.

**Aprendizaje** El proceso de construcción del conocimiento a través del compromiso del alumno con su entorno, basado en las capacidades y potencialidades cognitivas.

**Aprendizaje significativo** Esta forma de aprendizaje va más allá de la memorización y entra en el terreno de la comprensión, la aplicación, la síntesis y la evaluación. En otras palabras, el aprendizaje debe tener un propósito significativo y práctico para el alumno, evitando el concepto de aprender por aprender.

**Capacidad** El potencial individual se correlaciona con la adquisición de habilidades cognitivas que proporcionan una ejecución eficaz de una tarea concreta.

**Competencia** Conjunto de habilidades centradas en la comprensión de cómo hacer las cosas de forma eficaz, para lo cual se utilizan una serie de procesos cognitivos y procedimentales para discernir la capacidad de realizar un trabajo de forma eficiente.

**Estrategia** Conjunto de métodos, estrategias y acciones estructuradas de forma metódica y deliberada para asegurar la consecución de un determinado objetivo.

**Habilidades** Dominio de un complicado sistema de actividad mental y física que permite el correcto desarrollo de las funciones previstas.

**Método** Es un método para realizar cualquier cosa de forma metódica, organizada y/o estructurada. Se refiere a un método o serie de pasos utilizados para completar un trabajo. En algunos casos, también se interpreta como el estilo habitual de una persona para hacer algo, basado en la experiencia, la tradición y las preferencias personales.

**Recursos** Son las múltiples formas o ayudas utilizadas para lograr un objetivo o satisfacer una necesidad. También puede interpretarse como un conjunto de recursos accesibles para satisfacer una demanda o llevar a cabo un esfuerzo, incluyendo recursos naturales, humanos y forestales, entre otros.

**Técnica** La técnica se describe como la aplicación de un conjunto de métodos materiales o mentales a un trabajo determinado, basado en el conocimiento de una ciencia o arte, para conseguir un resultado concreto.

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Formulación de hipótesis**

##### **3.1.1. Hipótesis general**

Existe relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

##### **3.1.2. Hipótesis específicas**

1. Existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

2. Existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

3. Existe la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

#### **3.2. Variables**

**Variable 1** Acondicionamiento físico

##### **Dimensiones**

D1: Rendimiento cardiovascular

D2: Tonificación muscular

D3: Equilibrio somático

**Variable 2** Desarrollo de las capacidades físicas coordinativas

##### **Dimensiones**

D1: Capacidad de orientación

D2: Capacidad de equilibrio

D3: Capacidad de reacción

### 3.3. Cuadro de operacionalización de variables

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Valoración
<b>Variable 1</b> Acondicionamiento físico	Según Jiménez (2019) “el acondicionamiento físico es el desarrollo de capacidades bio psico motoras que permiten mejorar el rendimiento físico a través del ejercicio, logrando mantener un cuerpo saludable por lo que fortalece el rendimiento cardiovascular, la tonificación y el equilibrio somático”.	Ficha de observación sobre acondicionamiento físico por 18 ítems.	Rendimiento cardiovascular	Energía	Ordinal	1: Nunca 2: Casi nunca 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre
				Capacidad pulmonar		
				Resistencia cardiaca		
			Tonificación muscular	Contracción		
				Extensión		
				Flexibilidad		
			Equilibrio somático	Físico		
Mental						
Fisiológico						
<b>Variable 2</b> Desarrollo de las capacidades físicas coordinativas	Según Salamanca (2017) “las capacidades físicas coordinativas son aquellas actividades que le permiten a un	Ficha de observación sobre desarrollo de las capacidades físicas coordinativas por 18 ítems.	Capacidad de orientación	Desplazamientos	Ordinal	1: Nunca 2: Casi nunca 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre
				Saltos		
				Correr		
			Capacidad de equilibrio	Centro de gravedad		
				Lateralidad		
				Corporalidad		

	individuo desarrollar movimientos de manera precisa y eficaz asegurando la eficacia al realizar una tarea motriz que permite desarrollar la capacidad de orientación, equilibrio y reacción”.		Capacidad de reacción	Ejercicio motor		
				Ejercicio condicional		
				Ejercicio resistencia		

Elaboración propia

### 3.4. Tipo de investigación

Se sitúa dentro de la investigación básica, según Hernández (2017) el tipo de investigación está referido a la naturaleza del problema identificado, en ese sentido estas determinan la metodología y el diseño a ser utilizado en la ejecución de la investigación.

En cuanto al trabajo de investigación, éste ha sido catalogado como investigación básica porque el propósito del estudio es proporcionar información teórica para aumentar el cuerpo de conocimientos sobre las variables en estudio; por lo tanto, no tiene aplicación práctica en la resolución inmediata del problema planteado.

### 3.5. Nivel de investigación

Se sitúa dentro de la investigación correlacional, para Méndez (2017) el nivel de investigación menciona lo exhaustivo o profundidad con el que se pretende investigar, así como a la intención del objetivo de investigación planteado. En base a lo citado y teniendo como referente los objetivos formulados el nivel de investigación asumido viene a ser el relacional, porque los diseños descriptivos correlacionales pertenecen a este nivel investigativo.

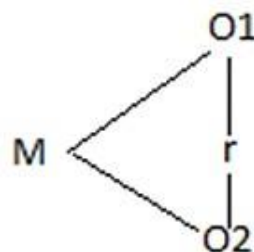
### 3.6. Método de investigación

Según Ortega (2017) el método de investigación está considerado como los procesos que se deben implementar para garantizar la ejecución de cada una de las actividades consideradas en el diseño de investigación asumido. Se utilizó la siguiente metodología para crear la investigación:

- a) El método hipotético deductivo
- b) El método es deductivo
- c) El método deductivo

### 3.7. Diseño de investigación

Se sitúa dentro de la investigación descriptivo correlacional, según Salazar (2017) todo diseño de investigación es un documento en el que se planifica cada una de las actividades que se pretenden realizar para asegurar la ejecución del proceso de la investigación. Cuyo esquema es:



Donde:

**M:** Muestra (estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso, La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes)

**O1:** Variable 1 (Acondicionamiento físico)

**O2:** Variable 2 (Desarrollo de las capacidades físicas coordinativas)

**R:** Representa las posibilidades de correlación entre las variables

En los diseños correlacionales se determina la dirección y la intensidad de la asociación entre las variables de estudio, por ello es necesario realizar estimaciones estadísticas que permitan registrar este valor.

### 3.8. Población

El presente trabajo de investigación estuvo constituido por estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso, La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes.

#### Tabla 1

*Población de estudio conformado por estudiantes matriculados en la Institución Educativa Pública de “San Antonio” y “Pampahuasi” 2022*

<b>Grado y sección</b>	<b>Cantidad</b>
1ro A	25
2do A	23
3ro A	25
Total	73

Elaboración propia

### 3.9. Muestra

Para Zevilla (2018) la muestra de estudio está considerado como parte representativa de la población siempre que su tamaño sea calculado por criterios estadísticos y la elección de sus unidades sea al azar probabilístico.

En la presente investigación, la muestra se encontró constituida por los estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso, La Mar y la I.E N° 36513 Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes.

**Tabla 2**

*Muestra conformada por estudiantes matriculados en la Institución Educativa Pública de “San Antonio” y “Pampahuasi” 2022*

<b>Grado y sección</b>	<b>Cantidad</b>
1ro A	19
2do A	8
3ro A	16
<b>Total</b>	<b>43</b>

Elaboración propia.

En el presente estudio se aplicó el muestreo no probabilístico intencional.

### **3.10. Técnicas e instrumentos**

#### **3.10.1. Técnicas**

Para Lagos (2017) toda técnica de recojo de datos considera procesos que organizados de manera sistemática e intencionada permite recoger información sustancial para los propósitos investigativos. En esta investigación se utilizó la técnica de observación.

#### **3.10.2. Instrumentos**

Según Pino (2017) todo instrumento de recolección de datos está considerado como medio físico en el que se registra lo evidenciado en la técnica. En esta investigación se utilizó el instrumento ficha de observación, busca hechos más resaltantes donde el observador evalúa el comportamiento de las personas recolecta los datos y registrar para fin de brindar recomendar para su mejora.

### **3.11. Validez y confiabilidad de instrumentos**

#### **3.11.1. Validez**

La validez de los instrumentos se realizó a través de juicio de expertos:

#### *Ficha de observación – Acondicionamiento físico*

<b>Expertos</b>	<b>Validación</b>	<b>Situación</b>
Dr. Jaime Vargas Jerí	100%	Excelente
Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní	100%	Excelente
Mtr. Ciro Augusto Madueño García	100%	Excelente
<b>Promedio</b>	<b>100%</b>	<b>Excelente</b>

Elaboración propia

#### *Ficha de observación – desarrollo de las capacidades físicas*

<b>Expertos</b>	<b>Validación</b>	<b>Situación</b>
Dr. Jaime Vargas Jerí	100%	Excelente
Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní	100%	Excelente
Mtr. Ciro Augusto Madueño García	100%	Excelente
<b>Promedio</b>	<b>100%</b>	<b>Excelente</b>

Elaboración propia

### 3.11.2. Confiabilidad de instrumentos

La confiabilidad de la herramienta se obtiene con el Alfa de Cronbach, cuya fórmula es:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[ 1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S^2} \right]$$

Donde:

$\alpha$  = coeficiente de Cronbach

K= número de ítems o preguntas del instrumento

$\sum S_i^2$  = Suma de las varianzas de cada ítem

$S^2$  = Varianza total o varianza del instrumento

#### a) *Fiabilidad del instrumento ficha de observación– acondicionamiento físico*

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,100	18

#### b) *Fiabilidad del instrumento ficha de observación–desarrollo de las capacidades físicas*

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,100	18

Instrumentos	Coefficiente de Alfa de Cronbach	Interpretación
ficha de observación– acondicionamiento físico	100%	Excelente
ficha de observación– desarrollo de las capacidades físicas	100%	Excelente
<b>Total</b>	<b>100%</b>	<b>Aceptable</b>

Elaboración propia

### 3.12. Técnicas de procesamiento de datos

En los procedimientos se incluyeron los siguientes pasos:

Los dispositivos de recogida de datos se elaboraron de acuerdo con la matriz de operacionalización de las variables. La operacionalización de las variables fue seguida de la evaluación de las pruebas de validez y fiabilidad utilizando el Juicio de Expertos y los cálculos del Alfa de Cronbach.

Una vez que se determinó que los dispositivos de medición cumplían todas las normas de investigación y estadísticas, la prueba se realizó una sola vez. Los criterios estadísticos exigían que la prueba se realizara una sola vez.

Se utilizó el software estadístico SPSS V22 para analizar los resultados de ambos exámenes. El SPSS V22 era un software estadístico que permitía la creación de tablas y gráficos estadísticos. representaciones gráficas de los datos.

El procedimiento de comprobación de las hipótesis exigía una evaluación inicial de la normalidad de los datos. Para evaluar la normalidad de los datos, se utilizó el estadístico de Kolmogorov Smirnov, que demostró que los datos no tenían una distribución normal.

### **3.13. Aspectos éticos**

Las consideraciones éticas hicieron necesaria la obtención de un permiso informado a través de una solicitud hecha a la universidad pidiendo autorización para la realización de la tesis. realización de la tesis. Asimismo, se utilizaron las normas APA para respetar los derechos de autor del material bibliográfico incluido en la tesis.

## IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1. Resultados descriptivos

**Tabla 3**

*Acondicionamiento físico y desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes*

		Acondicionamiento físico						Total	
		A veces		Casi siempre		Siempre		N	%
Desarrollo de las capacidades coordinativas	A veces	N	%	N	%	N	%	N	%
	Casi siempre	0	0,0%	3	7,0%	0	0,0%	3	7,0%
	Siempre	1	2,3%	22	51,2%	4	9,3%	27	62,8%
	Total	1	2,3%	8	18,6%	4	9,3%	13	30,2%
Total		2	4,7%	33	76,7%	8	18,6%	43	100,0%

El resultado refleja que, el 62.8% de los estudiantes casi siempre realizan actividades que desarrollan las capacidades coordinativas. Asimismo, el 76.7% de estudiantes casi siempre realizan actividades de acondicionamiento físico.

**Tabla 4**

*Acondicionamiento físico y capacidad de orientación en estudiantes*

		Acondicionamiento físico						Total	
		A veces		Casi siempre		Siempre		N	%
Capacidad de orientación	A veces	N	%	N	%	N	%	N	%
	Casi siempre	0	0,0%	5	11,6%	0	0,0%	5	11,6%
	Siempre	1	2,3%	20	46,5%	5	11,6%	26	60,5%
	Total	1	2,3%	8	18,6%	3	7,0%	12	27,9%
Total		2	4,7%	33	76,7%	8	18,6%	43	100,0%

La tabla refleja que, el 60.5% de los estudiantes casi siempre realizan actividades que desarrollan las capacidades de orientación. Asimismo, el 76.7% de estudiantes casi siempre realizan actividades de acondicionamiento físico.

**Tabla 5**

*Acondicionamiento físico y capacidad de equilibrio en estudiantes*

		Acondicionamiento físico						Total	
		A veces		Casi siempre		Siempre		N	%
Capacidad de equilibrio	A veces	N	%	N	%	N	%	N	%
	Casi siempre	1	2,3%	4	9,3%	1	2,3%	6	14,0%
	Siempre	1	2,3%	20	46,5%	5	11,6%	26	60,5%
	Total	0	0,0%	9	20,9%	2	4,7%	11	25,6%
Total		2	4,7%	33	76,7%	8	18,6%	43	100,0%

La tabla muestra que, el 60.5% de los estudiantes casi siempre realizan actividades que desarrollan las capacidades de equilibrio. Asimismo, el 76.7% de estudiantes casi siempre realizan actividades de acondicionamiento físico.

**Tabla 6**

*Acondicionamiento físico y capacidad de reacción en estudiantes*

		Acondicionamiento físico						Total	
		A veces		Casi siempre		Siempre		N	%
Capacidad de reacción	A veces	N	%	N	%	N	%	N	%
	Casi siempre	1	2,3%	1	2,3%	0	0,0%	2	4,7%
	Siempre	0	0,0%	17	39,5%	3	7,0%	20	46,5%
Total	1	2,3%	15	34,9%	5	11,6%	21	48,8%	
		2	4,7%	33	76,7%	8	18,6%	43	100,0%

La tabla evidencia que, el 46.5% de los estudiantes casi siempre realizan actividades que desarrollan las capacidades de reacción. Asimismo, el 76.7% de estudiantes casi siempre realizan actividades de acondicionamiento físico.

## 4.2. Resultados inferenciales

### 4.2.1. Contraste de la hipótesis general

**Ho:** No existe relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

**Hi:** Existe relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

**Nivel de significancia:**

$$\alpha = 5\% = 0.05$$

**Criterio de decisión:**

P valor < 0.05, se rechaza la Ho

P valor > 0.05, no se rechaza la Ho

## Prueba de estadística:

**Tabla 7**

*Prueba de correlación entre acondicionamiento físico y desarrollo de las capacidades coordinativas*

		Acondicionamiento físico	Desarrollo de las capacidades coordinativas	
Rho de Spearman	Acondicionamiento físico	Coefficiente de correlación	1,000	,359*
		Sig. (bilateral)		0,018
		N	43	43
	Desarrollo de las capacidades coordinativas	Coefficiente de correlación	,359*	1,000
	Sig. (bilateral)	0,018		
	N	43	43	

La tabla muestra la asociación de la prueba Rho de Spearman entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de la capacidad de coordinación. Dado que el valor sig. (bilateral) o p es de 0,018, el cual es menor al nivel de significación del 5%, proporciona un criterio empírico suficiente para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación; por lo tanto, se puede afirmar que existe una relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en los alumnos de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar, y el I. E N° 38834 Asimismo, dado que el coeficiente de correlación fue de 0,359, esta relación parece ser débilmente positiva. Por lo tanto, se puede deducir que si se mejora la aptitud física, es probable que se produzca un aumento de las capacidades de coordinación.

### 4.2.2. Contraste de la hipótesis 1

**H<sub>0</sub>:** No existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

**H<sub>1</sub>:** Existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

**Nivel de significancia:**

$$\alpha = 5\% = 0.05$$

**Criterio de decisión:**

P valor < 0.05, se rechaza la Ho

P valor > 0.05, no se rechaza la Ho

**Prueba de estadística:**

**Tabla 8**

*Prueba de correlación entre acondicionamiento físico y capacidad de orientación*

		Capacidad de orientación	Acondicionamiento físico	
Rho de Spearman	Capacidad de orientación	Coefficiente de correlación	1,000	0,223
		Sig. (bilateral)		0,150
		N	43	43
	Acondicionamiento físico	Coefficiente de correlación	0,223	1,000
		Sig. (bilateral)	0,150	
		N	43	43

La tabla refleja que la prueba de correlación Rho de Spearman entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación. Dado que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.150, mayor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que no existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

**4.2.3. Contraste de la hipótesis 2**

**Ho:** No existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

**Hi:** Existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de

Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

**Nivel de significancia:**

$$\alpha = 5\% = 0.05$$

**Criterio de decisión:**

P valor < 0.05, se rechaza la Ho

P valor > 0.05, no se rechaza la Ho

**Prueba de estadística:**

**Tabla 9**

*Prueba de correlación entre acondicionamiento físico y capacidad de equilibrio*

		Capacidad de equilibrio	Acondicionamiento físico
Rho de Spearman	Capacidad de equilibrio	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral) N	1,000 0,007 43
	Acondicionamiento físico	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral) N	,407** 1,000 43

La tabla muestra que la prueba de correlación Rho de Spearman entre acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio. Dado que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.007, menor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Asimismo, dado que el coeficiente de correlación resultó ser igual a 0.407, indica que dicha relación es positiva en un grado débil. Entonces se puede inferir que de efectuarse mejoras en el acondicionamiento físico conduzca a que la capacidad de equilibrio también mejore.

**4.2.4. Contraste de la hipótesis 3**

**Ho:** No existe la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de

Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

**Hi:** Existe la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

**Nivel de significancia:**

$$\alpha = 5\% = 0.05$$

**Criterio de decisión:**

P valor < 0.05, se rechaza la Ho

P valor > 0.05, no se rechaza la Ho

**Prueba de estadística:**

**Tabla 10**

*Prueba de correlación entre acondicionamiento físico y capacidad de reacción*

			Capacida d de reacción	Acondiciona miento físico
Rho de Spearman	Capacidad de reacción	Coeficiente de correlación	1,000	0,142
		Sig. (bilateral)		0,365
	Acondicionami ento físico	N	43	43
		Coeficiente de correlación	0,142	1,000
		Sig. (bilateral)	0,365	
		N	43	43

La tabla muestra que la prueba de correlación Rho de Spearman entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción. Dado que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.142, mayor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que no existe la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

#### **4.3. Discusión de resultados**

Según el objetivo principal fue determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de

las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Los resultados obtenidos evidencian que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.018, menor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que existe relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Estos resultados son comprobador por Zepita (2019) en sus tesis: “Relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en la IEP Manuel La Puerta del Municipio de Chilango, México”, quien concluyó que la relación entre las variables es directa moderada ( $\rho=0,587$ ;  $p\_valor=0,00$ ) lo que significa que los profesores del Área de Educación Física que utilizaron de manera específica las actividades del acondicionamiento físico obtuvieron mejores resultados en el desarrollo de las capacidades coordinativas.

Con respecto al primer objetivo específico, que estuvo orientado a determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Los resultados obtenidos evidencian que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.150, mayor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que no existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Estos resultados son comprobador por Silvera (2019) en su tesis: “El acondicionamiento físico y su relación con las capacidades coordinativas en la IEP Julián Mayorga del Municipio de Machala, Ecuador”. Concluyó que existe relación entre las variables de estudio ( $\rho=0,681$ ;  $p\_valor=0,00$ ). Se ha logrado mejorar las capacidades coordinativas de los estudiantes gracias a la realización de actividades de acondicionamiento físico.

Con respecto al segundo objetivo específico, que estuvo orientado a determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de

Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Los resultados obtenidos evidencian que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.007, menor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Estos resultados son comprobador por Albújar (2017) en su tesis: “El acondicionamiento físico motor y su relación con el desarrollo de las habilidades de coordinación en alumnos de la IEP José Mateo Pumacahua de Tinta, Cusco”, quien concluyó que las actividades del acondicionamiento físico al ser organizados de manera didáctica e intencionada permiten mejorar las capacidades coordinativas.

Con respecto al tercer objetivo específico, que estuvo orientado a determinar la relación que existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Los resultados obtenidos evidencian que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.142, mayor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que no existe la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Resultado avalado por Galindo (2019) en su tesis: “Las capacidades coordinativas y su relación con el acondicionamiento físico en alumnos de la IEP Virgen del Carmen de Carmen Alto”. Concluyó que las actividades de acondicionamiento físico son pertinentes para mejorar las capacidades coordinativas de los estudiantes.

## CONCLUSIONES

1. Según la prueba de correlación Rho de Spearman entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas. Dado que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.018, menor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que existe relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Asimismo, dado que el coeficiente de correlación resultó ser igual a 0.359, indica que dicha relación es positiva en un grado débil. Entonces se puede inferir que de efectuarse mejoras en el acondicionamiento físico muy posiblemente conduzca al desarrollo de las capacidades coordinativas.
2. Según la prueba de correlación Rho de Spearman entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación. Dado que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.150, mayor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que no existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.
3. Según la prueba de correlación Rho de Spearman entre acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio. Dado que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.007, menor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022. Asimismo, dado que el coeficiente de correlación resultó ser igual a 0.407, indica que dicha relación es positiva en un grado débil. Entonces se puede inferir que de efectuarse mejoras en el acondicionamiento físico conduzca a que la capacidad de equilibrio también mejore.
4. Según la prueba de correlación Rho de Spearman entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción. Dado que el sig. (bilateral) o p-value resulta ser igual a 0.142, mayor al nivel de significancia del 5%, brinda criterio empírico suficiente para poder aceptar la

hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación; entonces se puede afirmar que no existe la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.

## **RECOMENDACIONES**

1. A los directores de las instituciones educativas, definir los horarios de entrenamiento cuatro veces por semana; esto permitirá un descanso suficiente de los tejidos.
2. A los profesores, crear rutinas de entrenamiento que tengan en cuenta al adolescente y el trabajo a realizar dentro del gimnasio.
3. A los profesores de educación física, asignar actividades deportivas especializadas a los usuarios para que tengan una mínima exigencia física y puedan sanar adecuadamente su cuerpo.
4. A los estudiantes, inspeccionar su propia salud y mantener unas prácticas corporales limpias, así como evitar posibles dificultades.

## REFERENCIAS

- Aguirre y Orozco. (2018). *Centro de acondicionamiento físico para niños y niñas con dificultades de coordinación*.  
<http://repository.eia.edu.co/bitstream/11190/261/1/biom0208.pdf>
- Albújar, J. (2017). *El acondicionamiento físico motor y su relación con el desarrollo de las habilidades de coordinación en alumnos de la IEP "José Mateo Pumacahua" de Tinta, Cusco*. Tinta: Trabajo de investigación presentado a la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco para obtener el título de Licenciado en Educación Física.
- Alzate y Vargas. (2018). *Propuesta metodológica para mejorar las capacidades coordinativas en Ultimate Frisbee*.  
<https://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/viref/article/view/24426/19960>
- Amtmann, J. (2018). *Entrenamiento de la Fuerza y Acondicionamiento físico*. <https://g-se.com/es/entrenamiento-deportes-combate/articulos/entrenamiento-de-la-fuerza-y-acondicionamiento-para-el-judo-1044>
- Camacho, A. (2018). *Las Actividades Rítmicas para el desarrollo de las capacidades coordinativas en los niños*. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6210754.pdf>
- Cantó, E. (2018). *Relación de las capacidades coordinativas con la competencia motriz auto percibida en adolescentes*.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6423886>
- Córdova, I. (2014). *El proyecto de investigación cuantitativa*. (2ª ed.). Lima: San Marcos.
- Elvar, García y Peña. (2018). *Nuevo Paradigma para la Selección de los Ejercicios de Fuerza en Programas de Acondicionamiento Físico para la Salud*. <https://g-se.com/es/entrenamiento-de-la-fuerza-y-potencia/articulos/nuevo-paradigma-para-la-seleccion-de-los-ejercicios-de-fuerza-en-programas-de-acondicionamiento-fisico-para-la-salud-1676>
- Galindo, P. (2019). *Las capacidades coordinativas y su relación con el acondicionamiento físico en alumnos de la IEP "Virgen del Carmen" de Carmen Alto*. Ayacucho: Trabajo de investigación presentado a la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga para obtener el título de Licenciado en Educación Física.
- García, A. (2018). *Acondicionamiento físico, calidad de vida y condición física*.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=25770>

- Gómez, C. (2019). *El acondicionamiento físico terapéutico en el dolor de espalda de niños y adolescentes*. *Revista Iberoamericana de Fisioterapia y Kinesiología*, 14(1), 1-2. <https://elsevier.es/es-revista-revista-iberoamericana-fisioterapia-kinesiologia-176-articulo-el-acondicionamiento-fisico-terapeutico-el-s1138604511000487>
- Guevara, L. (2018). *El acondicionamiento físico y su relación con el desarrollo de las capacidades coordinativas en la IEP N° 32854/Mx-P de Oyón, Lima*. Oyón: Trabajo de investigación presentado a la Universidad Nacional Federico Villareal para obtener el título de Licenciado en Educación Física.
- Guiracocha y Duchitanga. (2018). *Programa de acondicionamiento físico para el desarrollo de las capacidades coordinativas*. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/20788/1/tesis.pdf>
- Heredia y Pomar. (2018). *Evaluación de la Fuerza para la Salud: Reflexiones para su Aplicación en Programas de Acondicionamiento Físico Saludable*. <https://g-se.com/es/evaluacion-deportiva/articulos/evaluacion-de-la-fuerza-para-la-salud-reflexiones-para-su-aplicacion-en-programas-de-acondicionamiento-fisico-saludable-778>
- Hernández, R. (2017). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Hernández, R. y otros (2014). *Metodología de la Investigación*. (6a ed.) México: Mc Graw Hill.
- Hernández, R., Fernández C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. Cuarta edición. Editorial Mc Graw - Hill Interamericana, México.
- Hernández, S.R., Fernández, y Baptista, L. (2010). *Metodología de la Investigación*. (3ªed.). México: Mc Graw Hill.
- Jiménez, J. (2019). *Apuntes Teoría y práctica del acondicionamiento físico*. <https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/10812>
- La Fontaine, T. (2018). *Entrenamiento de la Fuerza y Acondicionamiento Físico*. <https://g-se.com/es/ejercicio-fisico-en-patologias/articulos/entrenamiento-de-la-fuerza-y-acondicionamiento-fisico-para-personas-con-distrofia-muscular-1042>
- Lagos, H. (2017). *Metodología de la investigación. Técnicas y actividades*. Lima: Mantaro. Marcos.
- Méndez, C. (2017). *Elaboración de planes y proyectos de investigación*. Lima: San Marcos.
- Miñarro y López. (2019). *Ejercicios correctos y seguros de acondicionamiento físico y estiramiento muscular*.

- [https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/5246/1/ejercicios correctos y seguros.pdf](https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/5246/1/ejercicios_correctos_y_seguros.pdf)
- Morales, E. (2018). *Metodología de la investigación cuantitativa*. Lima: San Marcos.
- Ñaupas, H. (2009). *Metodología de Investigación Científica y Asesoramiento de Tesis*. Lima Gráfica Retai S.A.C.
- Ochoa, A. (2018). *Conceptualización, análisis y control de las capacidades coordinativas en el entrenamiento del tenis*.  
<http://revista.ened.edu.mx/index.php/revistaconade/article/view/74>
- Ortega, M. (2017). *Técnicas e instrumentos de investigación cuantitativa*. Lima: Mantaro.
- Paredes, J. (2018). *Técnicas y estrategias en la investigación cuantitativa*. Lima: San Marcos.
- Pérez y García. (2018). *Mejoramiento de las capacidades coordinativas a través de la danza*.  
<http://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/plumillaeducativa/article/view/549>
- Pino, R. (2017). *Metodología de la investigación*. Lima: San Marcos.
- Pulido y Dávila. (2018). *Efecto de un Programa de Entrenamiento Motriz Sobre la Agilidad y las Capacidades Coordinativas en Niño/as en Edad Escolar Temprana*.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4748925>
- Quezada, N. (2017). *Metodología de la investigación: Estadística aplicada en la investigación*. Lima: Macro.
- Rojas y González. (2018). *Impacto del entrenamiento funcional de intervalos de alta intensidad y del acondicionamiento físico militar sobre las determinaciones del estado físico*. <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/114081>
- Salamanca, C. (2017). *Propuesta didáctica para mejorar las capacidades coordinativas*.  
<https://morebooks.de/store/de/book/propuesta-didáctica-para-mejorar-las-capacidades-coordinativas/isbn/978-3-659-02626-3>
- Salazar, C. (2019). *Acondicionamiento físico en la movilidad articular de adolescentes*. *Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 1(2), 12-18.  
<http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/pem/article/view/425>
- Salazar, G. (2017). *Metodología de la investigación cuantitativa*. Lima: Horizonte.
- Silvera, C. (2019). *El acondicionamiento físico y su relación con las capacidades coordinativas en la IEP "Julián Mayorga" del Municipio de Machala, Ecuador*.

- Machala: Trabajo de investigación presentado a la Universidad Técnica de Quito para obtener el título de Licenciado en Educación Física.
- Silvera, T. (2018). *Diseño de investigaciones en enfoque cuantitativos*. Lima: San Marcos.
- Soto, Pérez y García. (2017). *Desarrollo de las capacidades coordinativas a través del juego: parkou*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4197086>
- Tamayo y Tamayo, M. (2006). *Proceso de investigación científica*. Limusa.
- Valdelomar, G. (2017). *Metodología de la investigación científica en ciencias sociales*. Lima: Horizonte.
- Valderrama, S. (2015). *Pasos para elaborar proyectos y tesis de investigación científica*. (2ª ed.). San Marcos.
- Valdés, N. (2017). *Potencializar el desarrollo de las capacidades coordinativas por medio del skateboard, desde una perspectiva social*. <http://repository.pedagogica.edu.co/xmlui/handle/123456789/308>
- Velasco, R. (2017). *La investigación educativa. Retos y demandas*. Trillas.
- Villegas, L. (2011). *Metodología de Investigación Pedagógica*. (5ta ed.). Lima: San
- Yépez, L. (2018). *Estrategias metodológicas en la investigación científica*. Lima: Partenon.
- Zamora, L. (2016). *La investigación científica y la perspectiva epistemológica*. Lima: Mantaro.
- Zepita, R. (2019). *Relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en la IEP "Manuel La Puerta" del Municipio de Chilango, México*. Chilango: Trabajo de investigación presentado a la Universidad Autónoma de Morelia para obtener el título de Licenciado en Educación Física.
- Zevilla, M. (2018). *Técnicas y metodología de la investigación cuantitativa*. Lima: San Marcos.

## ANEXOS

### Anexo 1. Matriz de consistencia

Acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas en los estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, distrito de Lircay, Angaraes-2022

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables y dimensiones	Metodología
<p><b>Problema general</b> ¿Qué relación existe entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022?</p> <p><b>Problemas específicos</b> 1) ¿Qué relación existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar la relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.</p> <p><b>Objetivos específicos</b> 1) Determinar la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión</p>	<p><b>Hipótesis general</b> Existe relación entre el acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades coordinativas en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.</p> <p><b>Hipótesis específicas</b> 1. Existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de orientación en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San</p>	<p><b>Variable independiente</b> Acondicionamiento físico</p> <p><b>Dimensiones</b> D1: Rendimiento cardiovascular D2: Tonificación muscular D3: Equilibrio somático</p> <p><b>Variable dependiente</b> Desarrollo de las capacidades físicas coordinativas</p> <p><b>Dimensiones</b> D1: Capacidad de orientación D2: Capacidad de equilibrio D3: Capacidad de reacción</p>	<p><b>Enfoque de investigación</b> – Cuantitativo</p> <p><b>Tipo de investigación</b> - básica</p> <p><b>Nivel de investigación</b> - Relacional</p> <p><b>Diseño de investigación</b> -Descriptivo correlacional</p> <p><b>Métodos</b> - Deductivo</p> <p><b>Población</b> -73 estudiantes</p> <p><b>Muestra</b> -43 estudiantes</p> <p><b>Técnica</b> - Observación</p> <p><b>Instrumentos</b> - Ficha de observación</p>

<p>N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022?</p> <p>2) ¿Qué relación existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022?</p> <p>3) ¿Qué relación existe entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022?</p>	<p>Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.</p> <p>2) Determinar la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.</p> <p>3) Determinar la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.</p>	<p>Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.</p> <p>2. Existe relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de equilibrio en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.</p> <p>3. Existe la relación entre el acondicionamiento físico y la capacidad de reacción en estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del Distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, Distrito de Lircay, Angaraes-2022.</p>		
--	---	--	--	--

## Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos

### FICHA DE OBSERVACIÓN – ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, distrito de Lircay, Angaraes-2022

**NIVEL:** Educación Primaria GRADO: 4to, 5to, 6to

**FECHA:** 24-08-22

N°	Ítems	Puntajes
<b>Dimensión I: Rendimiento cardiovascular</b>		
1	Los niveles de energía deben condicionarse con el rendimiento cardiovascular.	
2	Para optimizar el rendimiento cardiovascular es necesario que se asegure la dotación de energía necesaria en los estudiantes.	
3	La capacidad pulmonar del alumno está condicionada con su rendimiento cardiovascular.	
4	Los ejercicios de oxigenación son adecuados para mejorar el rendimiento cardiovascular de los estudiantes.	
5	La resistencia cardiaca del alumno se ubica en los niveles normales.	
6	La resistencia cardiaca del alumno se ve favorecido a través de las actividades de oxigenación.	
<b>Dimensión II: Tonificación muscular</b>		
7	La tonificación muscular se ve favorecida por la práctica de actividades físicas.	
8	La tonificación muscular es una condición para practicar alguna actividad física.	
9	La extensión muscular debe ser desarrollada a través de la práctica de actividades físicas.	
10	La extensión muscular se ve favorecida a través de la práctica de alguna actividad física.	
11	La flexibilidad de los músculos es necesaria para la práctica de alguna actividad física.	
12	La flexibilidad muscular permite un desempeño efectivo en la práctica de alguna actividad físicas.	
<b>Dimensión III: Equilibrio somático</b>		
13	El equilibrio físico que presentan los estudiantes corresponde a su edad.	
14	El equilibrio físico que presentan los estudiantes se debe a la realización de acondicionamientos físicos.	
15	El equilibrio mental que presentan los estudiantes se debe a la realización de acondicionamientos físicos.	
16	El equilibrio mental que presentan los estudiantes corresponde a su edad.	
17	Se evidencia un equilibrio fisiológico en los estudiantes.	
18	Las actividades de acondicionamiento físicos permiten afianzar el equilibrio fisiológico de los estudiantes.	

**FICHA DE OBSERVACIÓN –DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS  
COORDINATIVAS**

Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, distrito de Lircay, Angaraes-2022

**NIVEL:** Educación Primaria GRADO: 4to, 5to, 6to

**FECHA:** 24-08-22

N°	Ítems	Puntajes
<b>Dimensión I: Capacidad de orientación</b>		
1	Los desplazamientos que realizan los estudiantes evidencian que tienen afianzado la capacidad de orientación.	
2	La capacidad de orientación de los estudiantes demandan práctica de actividades físicas específicas.	
3	Los saltos que realizan los estudiantes mejoran su capacidad de orientación.	
4	Los saltos con obstáculos mejoran la capacidad de orientación.	
5	Correr es una actividad que mejora la capacidad de orientación	
6	Correr siguiendo un circuito preestablecido mejora la capacidad de orientación.	
<b>Dimensión II: Capacidad de equilibrio</b>		
7	El centro de gravedad de los estudiantes demanda que se realicen actividades físicas específicas.	
8	El centro de gravedad de los estudiantes amerita la práctica de actividades físicas de equilibrio.	
9	La lateralidad es una capacidad que debe ser atendida de manera técnica y específica.	
10	Se deben realizar actividades físicas que fortalezcan la lateralidad.	
11	La corporalidad es un componente que no es muy atendido en las clases de educación física.	
12	La corporalidad demanda la realización de actividades físicas con el apoyo de materiales concretos.	
<b>Dimensión III: Capacidad de reacción</b>		
13	Las actividades que demandan el ejercicio motor deben ser incorporados en las clases.	
14	El ejercicio motor previo a la actividad física es indispensable.	
15	El ejercicio condicional requiera del apoyo de materiales concretos.	
16	El ejercicio condicional debe ser realizado con una organización técnica.	
17	Los ejercicios de resistencia demandan previamente el acondicionamiento físico del cuerpo.	
18	Los ejercicios de resistencia deben ser dosificados de acuerdo con la edad de los estudiantes.	

### Anexo 3. Validación de juicio de expertos



#### I. DATOS GENERALES

**1.1. Nombre del Juez:** Dr. Jaime Vargas Jeri

**1.2. Título de la investigación:** ACONDICIONAMIENTO FISICO Y EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS N° 38834/Mx-P DE SAN ANTONIO DEL DISTRITO DE UNIÓN PROGRESO-LA MAR Y LA I.E N° 36513Mx-P SAN JUAN EVANGELISTA DE PAMPAHUASI, DISTRITO DE LIRCAY, ANGARAES-2022

**1.3. Autor del instrumento:** Bach. ADERLY BALDEÓN OSNO y Bach. REDER TITO GUILLÉN GUTIÉRREZ

**1.4. Objetivo.** Juzgar la pertinencia de los ítems de acuerdo a la dimensión e indicador de las variables de estudio

#### II. CRITERIOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS DE VALIDACIÓN	CALIFICACIONES					Total
		Deficiente 00-20%	Baja 21-49%	Regular 50-59%	Bueno 60-89%	Muy bueno 90-100%	
1. CLARIDAD	¿Está formulado con lenguaje claro, apropiado y sencillo?					X	
2. COHERENCIA	¿Los ítems o preguntas son comprensibles y están bien redactados?					X	
3. OBJETIVIDAD	¿Las preguntas realmente recogen datos de las variables y los indicadores?					X	
4. ACTUALIZACIÓN	¿El instrumento es adecuado para el tipo de variables de estudio?					X	
5. ORGANIZACIÓN	¿La presentación formal (tipo y tamaño de letra, etc.) del instrumento es apropiada?					X	
6. SUFICIENCIA	¿Los ítems o preguntas son suficientes para recoger datos de todos los indicadores?					X	
7. INTENCIONALIDAD	¿Los ítems o preguntas responden al problema y objetivos de la investigación?					X	
8. CONSISTENCIA	¿Los ítems o preguntas tienen consistencia científica para recoger datos de los indicadores?					X	
9. METODOLOGÍA	¿La estructura ofrece un orden lógico y coherente, organizado por cada variable e indicador?					X	
10. PERTINENCIA	¿El tipo del instrumento es pertinente para recoger datos de las variables de estudio?					X	
<b>PROMEDIO</b>							

**OPINIÓN DE APLICABILIDAD:** Es aplicable el instrumento.

Fecha: 02-agosto del 2022

  
 Jaime Vargas Jeri



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA**  
**INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES**

- 1.1. Nombre del Juez:** Maestro Ciro Augusto Madueño García  
**1.2. Título de la investigación:** ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS N° 38834/Mx-P DE SAN ANTONIO DEL DISTRITO DE UNIÓN PROGRESO-LA MAR Y LA I.E N° 36513Mx-P SAN JUAN EVANGELISTA DE PAMPAHUASI, DISTRITO DE LIRCAY, ANGARAES-2022  
**1.3. Autor del instrumento:** Bach. ADERLY BALDEÓN OSNO y Bach. REDER TITO GUILLÉN GUTIÉRREZ  
**1.4. Objetivo.** Juzgar la pertinencia de los ítems de acuerdo a la dimensión e indicador de las variables de estudio

**II. CRITERIOS DE VALIDACIÓN**

INDICADORES	CRITERIOS DE VALIDACIÓN	CALIFICACIONES					Total
		Deficiente 00-20%	Baja 21-49%	Regular 50-59%	Bueno 60-89%	Muy bueno 90-100%	
1. CLARIDAD	¿Está formulado con lenguaje claro, apropiado y sencillo?					X	
2. COHERENCIA	¿Los ítems o preguntas son comprensibles y están bien redactados?					X	
3. OBJETIVIDAD	¿Las preguntas realmente recogen datos de las variables y los indicadores?					X	
4. ACTUALIZACIÓN	¿El instrumento es adecuado para el tipo de variables de estudio?					X	
5. ORGANIZACIÓN	¿La presentación formal (tipo y tamaño de letra, etc.) del instrumento es apropiada?					X	
6. SUFICIENCIA	¿Los ítems o preguntas son suficientes para recoger datos de todos los indicadores?					X	
7. INTENCIONALIDAD	¿Los ítems o preguntas responden al problema y objetivos de la investigación?					X	
8. CONSISTENCIA	¿Los ítems o preguntas tienen consistencia científica para recoger datos de los indicadores?					X	
9. METODOLOGÍA	¿La estructura ofrece un orden lógico y coherente, organizado por cada variable e indicador?					X	
10. PERTINENCIA	¿El tipo del instrumento es pertinente para recoger datos de las variables de estudio?					X	
<b>PROMEDIO</b>							

**OPINIÓN DE APLICABILIDAD:** Es aplicable el instrumento.

Fecha: 02-agosto del 2022

Ciro Augusto Madueño García



**I. DATOS GENERALES**

**1.1. Nombre del Juez:** Dr. Oscar Gutiérrez Huamani

**1.2. Título de la investigación:** ACONDICIONAMIENTO FISICO Y EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS N° 38834/Mx-P DE SAN ANTONIO DEL DISTRITO DE UNIÓN PROGRESO-LA MAR Y LA I.E N° 36513Mx-P SAN JUAN EVANGELISTA DE PAMPAHUASI, DISTRITO DE LIRCAY, ANGARAES-2022

**1.3. Autor del instrumento:** Bach. ADERLY BALDEÓN OSNO y Bach. REDER TITO GUILLÉN GUTIÉRREZ

**1.4. Objetivo.** Juzgar la pertinencia de los ítems de acuerdo a la dimensión e indicador de las variables de estudio

**II. CRITERIOS DE VALIDACIÓN**

INDICADORES	CRITERIOS DE VALIDACIÓN	CALIFICACIONES					Total
		Deficiente 00-20%	Baja 21-49%	Regular 50-59%	Bueno 60-89%	Muy bueno 90-100%	
1. CLARIDAD	¿Está formulado con lenguaje claro, apropiado y sencillo?					X	
2. COHERENCIA	¿Los ítems o preguntas son comprensibles y están bien redactados?					X	
3. OBJETIVIDAD	¿Las preguntas realmente recogen datos de las variables y los indicadores?					X	
4. ACTUALIZACIÓN	¿El instrumento es adecuado para el tipo de variables de estudio?					X	
5. ORGANIZACIÓN	¿La presentación formal (tipo y tamaño de letra, etc.) del instrumento es apropiada?					X	
6. SUFICIENCIA	¿Los ítems o preguntas son suficientes para recoger datos de todos los indicadores?					X	
7. INTENCIONALIDAD	¿Los ítems o preguntas responden al problema y objetivos de la investigación?					X	
8. CONSISTENCIA	¿Los ítems o preguntas tienen consistencia científica para recoger datos de los indicadores?					X	
9. METODOLOGÍA	¿La estructura ofrece un orden lógico y coherente, organizado por cada variable e indicador?					X	
10. PERTINENCIA	¿El tipo del instrumento es pertinente para recoger datos de las variables de estudio?					X	
<b>PROMEDIO</b>							

**OPINIÓN DE APLICABILIDAD:** Es aplicable el instrumento.

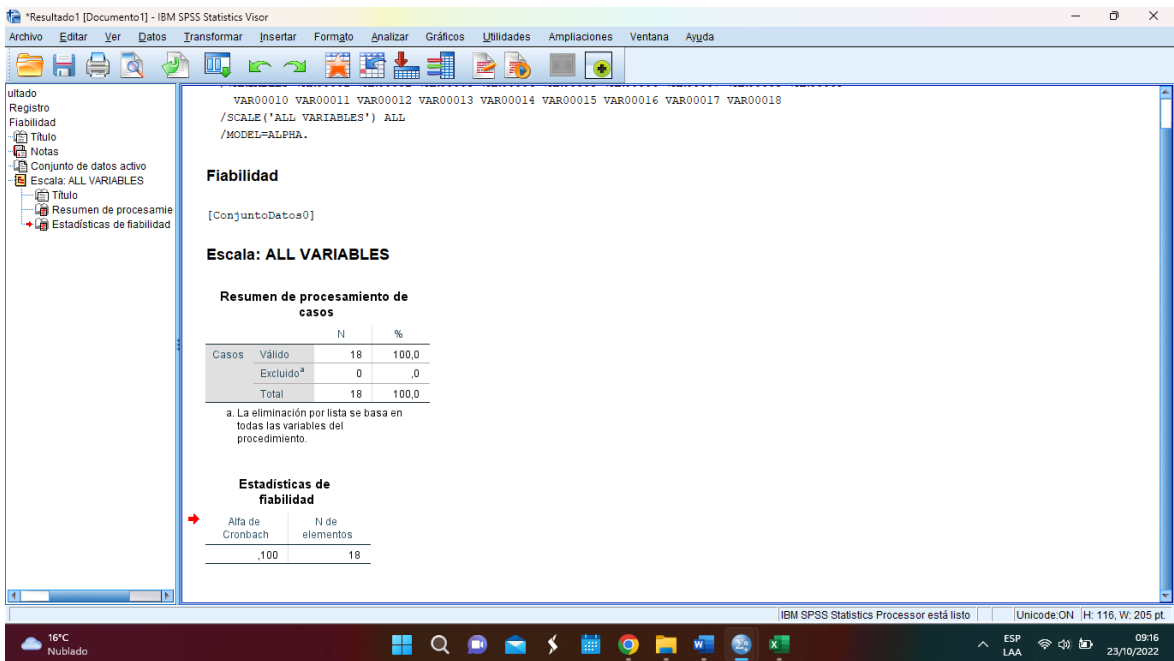
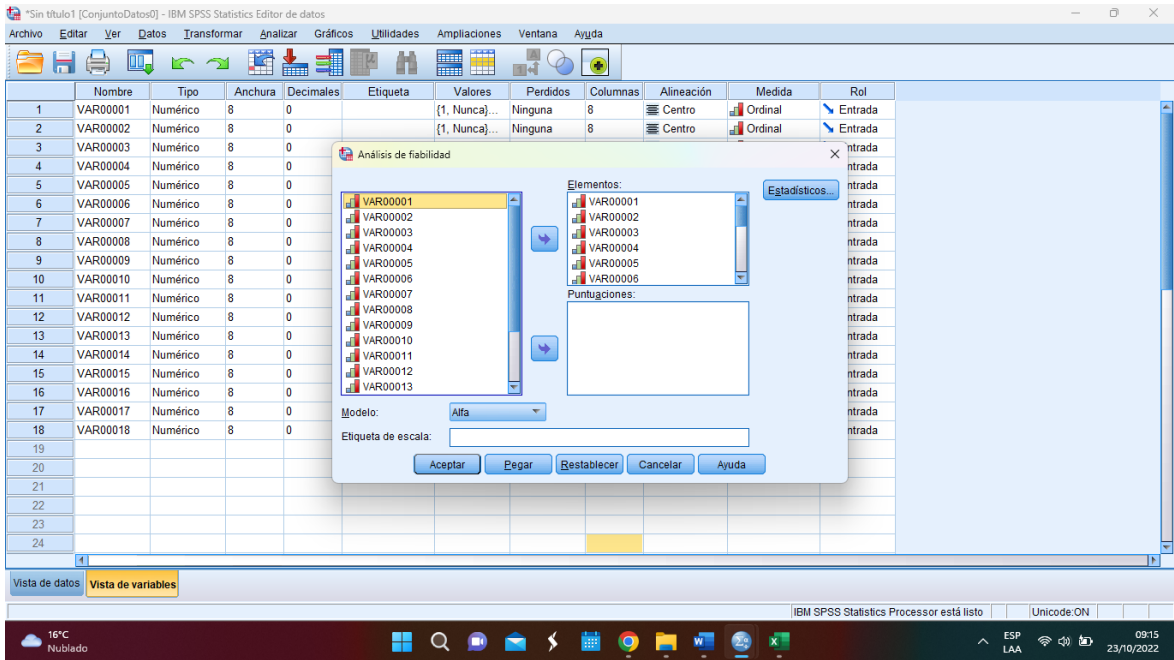
**Fecha:** 02-agosto del 2022

  
**Oscar Gutiérrez Huamani**  
 DNI 28274743

## Anexo 4. Confiabilidad de los instrumentos

N°	VARIABLE 1: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO																	
	Dimensión I: Rendimiento cardiovascular						Dimensión II: Tonificación muscular						Dimensión III: Equilibrio somático					
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	1
3	3	3	3	1	1	3	3	1	1	3	3	1	3	3	1	1	1	4
4	1	3	3	2	3	1	1	2	3	1	1	3	1	1	2	3	2	1
5	3	1	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2
6	3	4	4	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	3
7	1	2	2	3	4	1	1	3	4	1	1	4	1	1	3	4	3	1
8	4	1	1	3	2	5	5	3	2	5	5	2	5	5	3	2	3	3
9	2	5	5	1	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	3	3
10	1	3	3	4	5	2	1	3	5	2	1	5	2	1	3	5	3	3
11	5	2	1	2	3	1	3	1	3	1	3	3	1	3	1	3	1	1
12	3	1	3	1	1	1	3	4	1	1	3	1	1	3	4	1	4	4
13	1	1	3	5	4	4	1	2	4	4	1	4	4	1	2	4	2	2
14	4	4	1	3	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1
15	1	1	4	2	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	5	2	5	5
16	2	2	2	1	3	3	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3
17	3	3	1	3	1	1	5	2	1	1	5	1	1	5	2	1	2	2
18	1	1	5	1	3	3	1	4	3	3	1	3	3	1	4	3	4	4

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	VAR00001	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
2	VAR00002	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
3	VAR00003	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
4	VAR00004	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
5	VAR00005	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
6	VAR00006	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
7	VAR00007	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
8	VAR00008	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
9	VAR00009	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
10	VAR00010	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
11	VAR00011	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
12	VAR00012	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
13	VAR00013	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
14	VAR00014	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
15	VAR00015	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
16	VAR00016	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
17	VAR00017	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
18	VAR00018	Número	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada



N°	VARIABLE 2: DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS																	
	Dimensión I: Capacidad de orientación						Dimensión II: Capacidad de equilibrio						Dimensión III: Capacidad de reacción					
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	1
3	3	3	3	1	1	3	3	1	1	3	3	1	3	3	1	1	1	4
4	1	3	3	2	3	1	1	2	3	1	1	3	1	1	2	3	2	1
5	3	1	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	
6	3	4	4	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	3	
7	1	2	2	3	4	1	1	3	4	1	1	4	1	1	3	4	1	
8	4	1	1	3	2	5	5	3	2	5	5	2	5	5	3	2	3	
9	2	5	5	1	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	3	
10	1	3	3	4	5	2	1	3	5	2	1	3	5	2	1	3	3	
11	5	2	1	2	3	1	3	1	3	1	3	3	1	3	1	3	1	
12	3	1	3	1	1	1	3	4	1	1	3	1	1	3	4	1	4	
13	1	1	3	5	4	4	1	2	4	4	1	4	4	1	2	4	2	
14	4	4	1	3	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	
15	1	1	4	2	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	5	2	5	
16	2	2	2	1	3	3	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	
17	3	3	1	3	1	1	5	2	1	1	5	1	1	5	2	1	2	
18	1	1	5	1	3	3	1	4	3	3	1	3	3	1	4	3	4	

IBM SPSS Statistics Editor de datos

Número	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	VAR00019	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
2	VAR00020	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
3	VAR00021	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
4	VAR00022	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
5	VAR00023	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
6	VAR00024	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
7	VAR00025	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
8	VAR00026	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
9	VAR00027	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
10	VAR00028	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
11	VAR00029	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
12	VAR00030	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
13	VAR00031	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
14	VAR00032	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
15	VAR00033	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
16	VAR00034	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
17	VAR00035	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada
18	VAR00036	Numérico	8	0		{1, Nunca}...	Ninguna	8	Centro	Ordinal	Entrada

IBM SPSS Statistics Editor de datos

Análisis de fiabilidad

Modelo: Alfa

Etiqueta de escala:

Elementos:

- VAR00019
- VAR00020
- VAR00021
- VAR00022
- VAR00023
- VAR00024

Puntuaciones:

Estadísticos:

Aceptar Pegar Restablecer Cancelar Ayuda

IBM SPSS Statistics Processor está listo | Unicode ON | H: 116, W: 205 pt

16°C Nublado | 09:16 23/10/2022

Archivo Editar Ver Datos Transformar Insertar Formato Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

ultado  
 Registro  
 Fiabilidad  
 Título  
 Notas  
 Conjunto de datos activo  
 Escala: ALL VARIABLES  
 Título  
 Resumen de procesamie  
 Estadísticas de fiabilidad

```

VAR00010 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VAR00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.

```

**Fiabilidad**

[ConjuntoDatos0]

**Escala: ALL VARIABLES**

**Resumen de procesamiento de casos**

		N	%
Casos	Válido	18	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	18	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

**Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,100	18

## Anexo 5. Base de datos

N°	VARIABLE I: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO																	
	Dimensión I: Rendimiento cardiovascular						Dimensión II: Tonificación muscular						Dimensión III: Equilibrio somático					
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	1
3	3	3	3	1	1	3	3	1	1	3	3	1	3	3	1	1	1	4
4	1	3	3	2	3	1	1	2	3	1	1	3	1	1	2	3	2	1
5	3	1	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2
6	3	4	4	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	3
7	1	2	2	3	4	1	1	3	4	1	1	4	1	1	3	4	3	1
8	4	1	1	3	2	5	5	3	2	5	5	2	5	5	3	2	3	3
9	2	5	5	1	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	3	3
10	1	3	3	4	5	2	1	3	5	2	1	5	2	1	3	5	3	3
11	5	2	1	2	3	1	3	1	3	1	3	3	1	3	1	3	1	1
12	3	1	3	1	1	1	3	4	1	1	3	1	1	3	4	1	4	4
13	1	1	3	5	4	4	1	2	4	4	1	4	4	1	2	4	2	2
14	4	4	1	3	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1
15	1	1	4	2	2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	5	2	5	5
16	2	2	2	1	3	3	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3
17	3	3	1	3	1	1	5	2	1	1	5	1	1	5	2	1	2	2
18	1	1	5	1	3	3	1	4	3	3	1	3	3	1	4	3	4	4
19	3	3	1	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1
20	1	1	2	3	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	2	4	2	2
21	4	4	3	1	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	3	2	3	3
22	2	2	1	4	1	1	3	1	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1
23	1	1	3	2	5	5	3	3	5	5	3	5	5	3	3	5	3	3
24	5	5	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
25	3	3	3	5	2	1	3	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	1
26	2	1	3	3	1	3	1	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	4
27	1	3	1	1	1	3	4	4	1	3	4	1	3	4	1	4	2	2
28	1	3	4	4	4	1	2	2	4	1	2	4	1	2	2	4	2	1
29	4	1	2	3	3	3	4	1	3	3	4	3	3	4	1	3	1	4
30	3	3	4	1	3	3	1	4	3	3	1	3	3	1	4	3	4	1
31	3	3	1	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	4
32	1	1	2	3	4	4	3	2	4	4	3	4	4	3	2	4	2	1
33	4	4	3	1	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2
34	2	2	1	4	1	1	3	1	1	1	3	1	1	3	1	1	1	3
35	1	1	3	2	5	5	3	3	5	5	3	5	5	3	3	5	3	1
36	5	5	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
37	3	3	3	5	2	1	3	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	3
38	2	1	3	3	1	3	1	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	1
39	1	3	1	1	1	3	4	4	1	3	4	1	3	4	4	1	4	4
40	1	3	4	4	4	1	2	2	4	1	2	4	1	2	2	4	2	2
41	4	1	2	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1
42	1	4	1	2	2	2	5	5	2	2	5	2	2	5	5	2	5	5
43	2	2	5	3	3	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3
44	3	1	3	1	1	5	2	2	1	5	2	1	5	2	2	1	2	1
45	1	5	2	3	3	1	4	4	3	1	4	3	1	4	4	3	4	4
46	3	1	4	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1
47	1	2	1	4	4	3	2	2	4	3	2	4	3	2	2	4	2	2
48	4	3	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	3
49	2	1	3	1	1	3	1	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	1
50	1	3	1	5	5	3	3	3	5	3	3	5	3	3	3	5	3	4
51	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
52	3	3	3	2	1	3	3	1	1	3	3	1	3	3	1	1	1	2
53	1	3	3	1	3	1	1	4	3	1	1	3	1	1	4	3	4	3
54	3	1	1	1	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	2	3	2	1
55	3	4	4	4	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	3
56	1	2	2	1	4	1	1	5	4	1	1	4	1	1	5	4	5	3
57	4	1	1	2	2	5	5	3	2	5	5	2	5	5	3	2	3	1
58	2	5	5	3	1	3	3	2	1	3	3	1	3	3	2	1	2	4
59	1	3	3	1	5	2	2	1	5	2	2	5	2	2	1	5	1	2
60	5	2	2	3	3	1	1	1	2	1	1	4	1	1	1	4	1	1

Nº	VARIABLE 2: DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS																	
	Dimensión I: Capacidad de orientación						Dimensión II: Capacidad de equilibrio						Dimensión III: Capacidad de reacción					
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	4	3	3	3	4	3	3	1	1	4	3	4	3	4	1
3	3	3	3	1	1	3	3	1	1	3	3	3	1	1	1	1	1	4
4	1	3	3	2	3	1	1	2	3	1	3	3	2	3	2	3	2	1
5	3	1	1	3	3	4	4	3	3	4	1	1	3	3	3	3	2	
6	3	4	4	1	1	2	2	1	1	2	4	4	1	1	1	1	3	
7	1	2	2	3	4	1	1	3	4	1	2	2	3	4	3	4	1	
8	4	1	1	3	2	5	5	3	2	5	1	1	3	2	3	2	3	
9	2	5	5	1	1	3	3	3	1	3	5	5	1	1	3	2	3	
10	1	3	3	4	5	2	1	3	5	2	3	3	4	5	3	5	3	
11	5	2	1	2	3	2	3	1	2	1	2	1	2	3	1	3	1	
12	3	5	2	5	1	5	3	4	5	1	2	3	1	1	4	2	4	
13	1	3	5	3	4	3	1	2	3	4	5	3	5	4	2	4	2	
14	4	2	3	2	1	2	4	1	2	1	3	1	3	1	1	1	1	
15	1	4	2	4	2	4	2	5	4	2	2	4	2	2	5	2	5	
16	2	2	4	1	3	3	1	3	2	3	4	2	1	3	3	3	3	
17	3	3	2	3	1	1	5	2	5	1	3	1	3	1	2	1	2	
18	1	1	5	1	3	3	1	4	3	3	1	5	1	3	4	3	4	
19	3	3	3	3	1	1	2	1	2	1	3	1	3	1	1	1	1	
20	1	1	2	3	4	4	3	2	4	4	1	2	3	4	2	4	2	
21	4	4	4	1	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	3	2	3	
22	2	2	2	4	1	1	1	1	5	1	3	1	1	3	1	1	1	
23	1	1	5	2	5	5	1	1	3	3	3	5	5	3	3	5	3	
24	5	5	3	1	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	
25	3	3	2	5	2	1	3	3	4	3	3	2	1	3	3	2	3	
26	1	1	4	1	1	3	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	4	
27	1	1	2	3	1	3	4	4	5	1	4	1	1	4	3	1	4	
28	3	3	5	1	4	1	2	2	3	4	2	3	3	1	1	4	2	
29	3	3	3	3	3	3	1	1	2	2	4	3	3	2	3	3	1	
30	1	1	2	3	3	3	5	5	4	1	1	1	1	3	3	3	4	
31	4	4	4	1	1	1	3	3	4	5	2	4	4	1	1	1	4	
32	2	2	3	4	4	4	2	1	2	3	3	2	2	3	4	4	2	
33	1	1	3	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	3	2	2	2	
34	5	5	1	1	1	1	1	3	5	4	3	5	5	1	1	1	3	
35	3	3	4	5	5	5	4	1	3	1	3	3	3	4	5	5	3	
36	2	1	2	3	3	3	1	4	2	2	3	2	1	2	3	3	3	
37	1	3	1	1	2	1	2	2	1	3	3	1	3	1	1	2	3	
38	1	3	5	4	5	3	3	1	3	1	1	1	3	5	4	1	1	
39	2	2	3	1	3	3	1	5	1	3	2	2	1	3	1	1	4	
40	5	5	2	2	1	3	1	3	1	3	1	5	5	4	2	4	2	
41	3	3	1	3	4	4	1	2	3	4	3	3	2	1	3	1	1	
42	2	2	3	1	2	2	5	5	2	2	2	2	1	3	1	2	5	
43	4	4	1	3	3	1	3	3	3	1	4	4	5	1	3	3	3	
44	3	1	3	1	1	5	2	2	1	5	2	2	1	3	1	1	2	
45	1	2	3	4	3	1	4	4	3	1	4	5	2	3	4	3	4	
46	3	1	4	1	1	2	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	3	
47	2	2	1	4	4	3	2	2	4	3	2	2	3	2	5	4	2	
48	5	3	2	2	2	1	3	3	2	1	3	4	1	3	3	2	4	
49	3	1	3	1	1	3	1	1	1	3	1	2	3	1	2	1	1	
50	2	3	1	5	5	3	3	3	5	3	3	5	3	3	4	5	4	
51	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	
52	3	3	3	2	1	5	3	1	1	3	3	2	3	3	5	1	2	
53	1	3	3	1	3	3	1	4	3	1	1	4	1	1	3	3	4	
54	3	1	1	1	3	2	4	2	3	4	4	2	4	4	2	3	2	
55	3	4	4	4	1	4	2	1	1	2	2	5	2	2	4	1	3	
56	1	2	2	1	4	2	1	5	4	1	1	3	1	1	2	4	3	
57	4	1	1	2	2	5	5	2	2	3	5	2	5	5	5	2	3	
58	2	5	5	3	1	3	3	2	1	3	3	4	3	3	3	1	4	
59	1	3	3	1	5	2	2	1	5	2	2	5	2	2	2	5	2	
60	5	2	2	3	3	4	1	3	2	4	5	4	1	1	4	4	1	

**Anexo 6. Autorización de la Institución Educativa**

SOLICITO: PERMISO PARA LA  
EJECUCIÓN DE UN PROYECTO DE  
INVESTIGACIÓN.

SEÑOR DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 38834 Mx-P SAN  
ANTONIO.

PROFESOR: BAEZ BENITES, Hernán Arturo

Yo GUILLEN GUTIÉRREZ, Reder Tito,  
Identificado con DNI 70211155  
Domiciliado en Lomas de Picota  
de distrito de Ayacucho - Huamanga  
docente de la I.E San Antonio, ante Ud.  
Respetuosamente me presento y expongo.

Que, siendo bachiller de la ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMNGA y a la vez docente de la I.E 38834 de San Antonio, solicito permiso para la ejecución de un proyecto investigación de su institución sobre el tema "ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICA COORDINATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS N° 38834/MX-P DE SAN ANTONIO DEL DISTRITO DE UNIÓN PROGRESO – LA MAR Y LA I.E. N° 36513MX-P SAN JUAN EVANGELISTA DE PAMPAHUASI, DISTRITO DE LIRCAY, ANGARAES-2022"

POR LO EXPUESTO:

Ruego a usted señor director de la I. E San Antonio acceder mi petición por ser justa.

San Antonio 20 de agosto del 2022



*Recibido*  
*20/08/22*

*Hernán Arturo Baez Benites*  
DIRECTOR

.....  
**GUILLEN GUTIÉRREZ, REDER TITO**  
Bachiller de la escuela profesión de educación física



EL DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA, QUE SUSCRIBE,

**HACE CONSTAR:**

Que de conformidad con lo dispuesto en el Reglamento de Trabajos de Investigación de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, aprobado con la Resolución del Consejo Universitario N° 047-2021-UNSCH-CU, a solicitud escrita de los interesados, se ha realizado el análisis, valoración y verificación del contenido de la tesis titulada: **ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS N° 38834/MX-P DE SAN ANTONIO DEL DISTRITO DE UNIÓN PROGRESO-LA MAR Y LA I.E N° 36513 Mx-P SAN JUAN EVANGELISTA DE PAMPAHUASI, DISTRITO DE LIRCAY, ANGARAES-2022**, presentado por los bachilleres **Aderly BALDEÓN OSNO y Reder Tito GUILLÉN GUTIÉRREZ**, en primera instancia "sin depósito" en la **Escuela Profesional de Educación Física** y en segunda instancia "con depósito" de trabajo estándar en la Facultad de Ciencias de la Educación, con **resultado de informe final del software turnitin de 29% de índice de similitud, por tanto, aprobado.**

En consecuencia, estando al informe favorable de los profesores instructores de la primera y segunda instancia, designados con la Resolución de Consejo de Facultad N° 003-2021-FCE-CU, Resolución Decanal N° 020-2021-FCE-D y avalado por el director de la Escuela Profesional de Educación Física, se expide la presente constancia para los fines que estime conveniente.

Se anexan el resultado final del reporte del software turnitin en seis folios.

Ayacucho, 22 de noviembre de 2022

c.c.: Archivo

CBO/mqa



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

*Clodoaldo Berrucalordaya*  
Dr. CLODOALDO BERRUCALORDAYA  
DECANO

**Memorando n°. 048-2022-DI-FCE**

Al : Dr. Clodoaldo Berrocal Ordaya.  
Decano de la Facultad de Ciencias de la Educación.

Asunto : Informe de verificación de originalidad de tesis.

Fecha : 21 de noviembre de 2022.

Señor Decano, por intermedio del presente remitimos su despacho el informe de originalidad CON DEPÓSITO mediante el software Turnitin; con el detalle siguiente:

Facultad	Ciencias de la Educación.	
Escuela Profesional	Educación Física.	
Especialidad	Educación Física.	
Tipo de trabajo académico	Tesis para título profesional de Licenciado.	
Título del trabajo académico	Acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas en los estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del distrito de Unión Progreso-La Mar y la I.E N° 36513Mx-P San Juan Evangelista de Pampahuasi, distrito de Lircay, Angaraes-2022*	
Apellidos y nombres del/la bachiller	Aderly Baldeón Osno	
Código	06146933	
DNI	70232625	
Apellidos y nombres del/la bachiller	Reder Tito Guillén Gutiérrez	
Código	06140367	
DNI	70211155	
Identificador de la entrega	1959816279	
Fecha de recepción	18 de noviembre de 2022	
Fecha de verificación	20 de noviembre de 2022	
<b>Informe de Originalidad</b>		
<b>Índice de similitud</b>	<b>Similitud según fuente</b>	<b>Resultado**</b>
29%	Internet: 27% Publicaciones: 3% Trabajo del estudiante: 20%	APROBADO

\*El contenido de la tesis es de entera responsabilidad del tesista. La Comisión de Revisión se limita a subir al software Turnitin para su verificación respectiva.

\*\* Artículo 13.- La constancia de originalidad del trabajo de investigación deberá tener un porcentaje de similitud de un máximo de 30% para trabajos de pre grado, 25% para trabajos de post grado y 20% para los trabajos de investigación de los docentes que investigan (RESOLUCIÓN DEL CONSEJO UNIVERSITARIO N° 03/J -2021-UNSCH-CU de fecha 16/marzo/2021).

Para fines de constatación del informe de originalidad, adjuntamos los siguientes documentos en versión pdf:

1. Recibo digital de la tesis.
2. Tesis con resultados de similitud.
3. Reporte de informe de originalidad de la tesis.

Atentamente,

  
Indalecio Mujica Bermúdez  
Docente Instructor

  
Dr. Oscar Gutiérrez Huamani  
Docente Instructor

Acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas en los estudiantes de las Instituciones Educativas N° 38834/Mx-P de San Antonio del distrito de Unión Progreso-La Mar

INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>29%</b>	<b>27%</b>	<b>3%</b>	<b>20%</b>
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga Trabajo del estudiante	<b>9%</b>
<b>2</b>	www.mef.gob.pe Fuente de Internet	<b>5%</b>
<b>3</b>	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>4</b>	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>5</b>	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>6</b>	aprenderly.com Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	repositorio.upci.edu.pe Fuente de Internet	<b>1%</b>

issuu.com

8	Fuente de Internet	1 %
9	repositorio.unu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
10	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
11	ahoravasylocaskas.blogspot.com.es Fuente de Internet	<1 %
12	Luis Hedison González-Cordero, Santiago Alejandro Jarrín-Navas. "Los juegos tradicionales en la educación física como método de desarrollo de las capacidades coordinativas", Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía, 2021 Publicación	<1 %
13	repositorio.uap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
14	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
15	lagimnasiaparatodos.blogspot.com Fuente de Internet	<1 %
16	moam.info Fuente de Internet	<1 %
17	repositorio.utesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

18 dspace.unl.edu.ec  
Fuente de Internet

<1 %

19 Submitted to Universidad Andina Nestor  
Caceres Velasquez  
Trabajo del estudiante

<1 %

Excluir citas Activo  
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 30 words

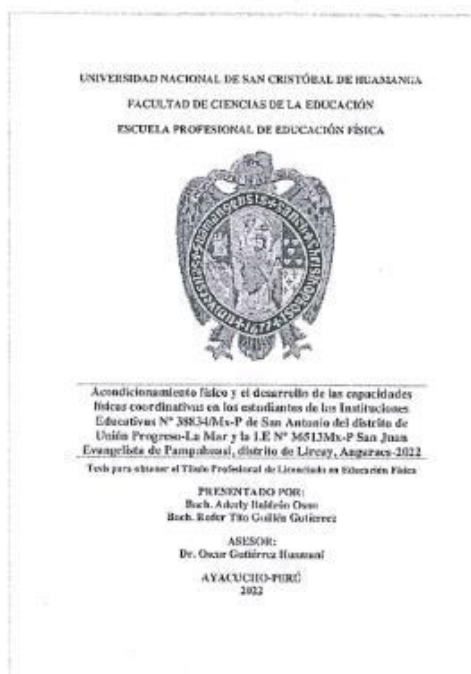


## Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Aderly Baldeón Osno Reder Tito Guillén Gutiérrez  
Título del ejercicio: Educación Física  
Título de la entrega: Acondicionamiento físico y el desarrollo de las capacidades ...  
Nombre del archivo: Tesis\_Aderly\_BALDE\_N\_OSNO\_y\_Reder\_Tito\_GUILL\_N\_GUTI\_R...  
Tamaño del archivo: 2.68M  
Total páginas: 67  
Total de palabras: 16,792  
Total de caracteres: 88,246  
Fecha de entrega: 20-nov.-2022 10:25p. m. (UTC-0500)  
Identificador de la entre... 1959816279





**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS DEL BACHILLER ADERLY BALDEÓN OSNO, PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA.**

En la ciudad de Ayacucho a los quince días del mes de diciembre del año dos mil veintidós, siendo a horas las ocho de la noche, se reunieron en el aula virtual, el Dr. Juan Pariona Cahuana (Presidente), el Dr. Indalecio Mujica Bermúdez, el Mg. Ciro Augusto Madueño García (Miembros) y el Dr. Oscar Gutiérrez Huamani (Jurado - Asesor de Tesis), bajo la presidencia del primero de los nombrados con la finalidad de recepcionar la sustentación de Tesis Titulada: **ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS N° 38834/MX-P DE SAN ANTONIO DEL DISTRITO DE UNIÓN PROGRESO-LA MAR Y LA I.E. N° 36513 MX-P SAN JUAN EVANGELISTA DE PAMPAHUASI, DISTRITO DE LIRCAI, ANGARAES - 2022**, presentada por el Bachiller en Ciencias de la Educación alumno Aderly BALDEÓN OSNO, para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación Física.

Seguidamente, constatado el quórum de Reglamento por invocación del presidente del Jurado, el secretario dio lectura al expediente presentado por el recurrente, acto seguido el Presidente del Jurado invitó al aspirante al Título a exponer su tesis, finalizada la exposición los miembros del jurado proceden a formular las preguntas, las mismas que fueron absueltas por el sustentante en forma satisfactoria, a continuación previa deliberación en privado, ha obtenido un promedio de la nota aprobatoria de CATORCE (14).

Siendo a horas las nueve con veinte minutos de la noche, se dio por concluido este acto académico. En fe de lo cual firmaron el Dr. Juan Pariona Cahuana (Presidente), el Dr. Indalecio Mujica Bermúdez, el Mg. Ciro Augusto Madueño García (Miembros) y el Dr. Oscar Gutiérrez Huamani (Jurado - Asesor de Tesis).

Es todo cuanto transcribo, para conocimiento y demás fines.

Ayacucho, 06 de enero de 2023.

Registro N° 0041-2023  
Recibo de Tesorería N° 006 - 00001263  
CBO/acc.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN  
CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

*[Handwritten Signature]*  
Dr. CLODOALDO FERROCAL ORDAYA  
DECANO



FACULTAD DE  
**CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL  
DE HUAMANGA

### **ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS DEL BACHILLER REDER TITO GUILLÉN GUTIÉRREZ, PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA.**

En la ciudad de Ayacucho a los quince días del mes de diciembre del año dos mil veintidós, siendo a horas las ocho de la noche, se reunieron en el aula virtual, el Dr. Juan Pariona Cahuana (Presidente), el Dr. Indalecio Mujica Bermúdez, el Mg. Ciro Augusto Madueño García (Miembros) y el Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní (Jurado - Asesor de Tesis), bajo la presidencia del primero de los nombrados con la finalidad de recepcionar la sustentación de Tesis Titulada: **ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN LOS ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS N° 38834/MX-P DE SAN ANTONIO DEL DISTRITO DE UNIÓN PROGRESO-LA MAR Y LA I.E. N° 36513 MX-P SAN JUAN EVANGELISTA DE PAMPAHUASI, DISTRITO DE LIRCAY, ANGARAES - 2022**, presentada por el Bachiller en Ciencias de la Educación alumno Reder Tito GUILLÉN GUTIÉRREZ, para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación Física.

Seguidamente, constatado el quórum de Reglamento por invocación del presidente del Jurado, el secretario dio lectura al expediente presentado por el recurrente, acto seguido el Presidente del Jurado invitó al aspirante al Título a exponer su tesis, finalizada la exposición los miembros del jurado proceden a formular las preguntas, las mismas que fueron absueltas por el sustentante en forma satisfactoria, a continuación previa deliberación en privado, ha obtenido un promedio de la nota aprobatoria de CATORCE (14).

Siendo a horas las nueve con veinte minutos de la noche, se dio por concluido este acto académico. En fe de lo cual firmaron el Dr. Juan Pariona Cahuana (Presidente), el Dr. Indalecio Mujica Bermúdez, el Mg. Ciro Augusto Madueño García (Miembros) y el Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní (Jurado - Asesor de Tesis).

Es todo cuanto transcribo, para conocimiento y demás fines.

Ayacucho, 06 de enero de 2023.

Registro N° 0043-2023  
Recibo de Tesorería N° 006 - 00001261  
CBO/acc.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN  
CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

*G. Berro*  
**Dr. CLODOALDO BERROCALORDAYA**  
DECANO