

# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**TESIS:**

**Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes  
de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026**

Para optar el título profesional de:  
**LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**PRESENTADO POR:**

**Bach. Rosmel Stalin AYALA GONZALES**

**Bach. Jhader SANCHEZ SANTAFE**

**ASESOR:**

**Mg. Yuri GUTIÉRREZ JERÍ**

**AYACUCHO - PERÚ**

**2026**

A mis familiares más cercanos, quienes siempre me mantuvieron motivado para dar un paso más en mi trayectoria profesional.

Jhader

A mis padres, por su apoyo constante y el esfuerzo depositado en mí para lograr cada uno de mis objetivos.

Rosmel Stalin.

## **AGRADECIMIENTOS**

A la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga por brindarnos la oportunidad de formarnos profesionalmente en sus aulas, y a los grandes profesionales comprometidos con la enseñanza de la Escuela Profesional de Educación Física, quienes nos formaron con cada exigencia, llamada de atención y enseñanza a lo largo de este recorrido profesional.

A nuestro asesor, Mg. Yuri Gutiérrez Jerí, quien confió en nosotros, nos motivó y orientó ante cada duda que se nos presentaba durante el desarrollo de esta investigación.

A los docentes especialistas: Mag. Miguel Andrés pozo Palomino, Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní, Dr. Edwin Eyzaguirre Maldonado y Mag. Brhay Ilich Chavez Espinoza quienes participaron en la validación de los instrumentos de investigación, aportando observaciones fundamentales para su correcta aplicación.

A los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa “Corazón de Jesús”, cuya participación hicieron posible el desarrollo de esta investigación.

## ÍNDICE

|                                                                             |           |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Dedicatoria                                                                 | ii        |
| Agradecimientos                                                             | iii       |
| Índice                                                                      | iv        |
| Índice de tablas                                                            | vi        |
| Índice de figuras                                                           | vii       |
| Índice de anexos                                                            | viii      |
| Resumen                                                                     | ix        |
| Abstract                                                                    | x         |
| Introducción                                                                | 11        |
| <b>CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>                               | <b>13</b> |
| 1.1. Descripción de la situación problemática                               | 13        |
| 1.2. Formulación del problema                                               | 17        |
| 1.2.1. Problema general                                                     | 17        |
| 1.2.2. Problemas específicos                                                | 17        |
| 1.3.1. Objetivo general                                                     | 17        |
| 1.3.2. Objetivos específicos                                                | 17        |
| 1.4. Justificación                                                          | 18        |
| 1.4.1. Justificación teórica                                                | 18        |
| 1.4.2. Justificación práctica                                               | 19        |
| 1.4.3. Justificación metodológica                                           | 20        |
| <b>CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO</b>                                           | <b>21</b> |
| 2.1. Antecedentes                                                           | 21        |
| 2.1.1. Internacionales                                                      | 21        |
| 2.1.2. Nacionales                                                           | 23        |
| 2.1.3. Regionales                                                           | 24        |
| 2.2. Bases teóricas                                                         | 25        |
| 2.2.1. La autoeficacia desde la Teoría social Cognitiva                     | 25        |
| 2.2.2. Fuentes y procesos implicados en la autoeficacia motriz              | 29        |
| 2.2.3. Motricidad                                                           | 31        |
| 2.2.4. Actividad física                                                     | 35        |
| 2.2.5. Educación física como promotora de la actividad física               | 37        |
| 2.2.6. Estrategias pedagógicas para el desarrollo de la autoeficacia motriz | 39        |
| 2.3. Bases conceptuales                                                     | 40        |
| <b>CAPÍTULO III. HIPÓTESIS Y VARIABLES</b>                                  | <b>42</b> |
| 3.1. Formulación de hipótesis                                               | 42        |

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| 3.1.1. Hipótesis general                         | 42 |
| 3.1.2. Hipótesis específicas                     | 42 |
| 3.2. Variables                                   | 42 |
| 3.3. Operacionalización de variables             | 43 |
| 3.4. Tipo y nivel de investigación               | 44 |
| 3.5. Métodos de investigación                    | 45 |
| 3.6. Diseño de investigación                     | 45 |
| 3.7. Población y muestra                         | 47 |
| 3.8. Técnicas e instrumentos                     | 49 |
| 3.9. Validez y confiabilidad de los instrumentos | 50 |
| 3.10. Técnicas de procesamiento de datos         | 52 |
| 3.11. Aspectos éticos                            | 52 |
| <b>CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b>       | 54 |
| 4.1. Resultados a nivel descriptivo              | 54 |
| 4.2. Resultados a nivel inferencial              | 64 |
| 4.2.1 Prueba de normalidad                       | 64 |
| 4.2.2. Contrastación de hipótesis                | 66 |
| 4.3. Discusión de resultados                     | 69 |
| <b>CONCLUSIONES</b>                              | 74 |
| <b>RECOMENDACIONES</b>                           | 75 |
| <b>REFERENCIAS</b>                               | 76 |
| <b>ANEXOS</b>                                    | 84 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|          |                                                                                        |    |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1  | Población de estudiantes de secundaria de la I.E “Corazón de Jesús”                    | 49 |
| Tabla 2  | Muestra de estudiantes de la I.E “Corazón de Jesús”                                    | 50 |
| Tabla 3  | Validación de los instrumentos                                                         | 51 |
| Tabla 4  | Confiabilidad de los instrumentos                                                      | 52 |
| Tabla 5  | Percepción sobre la autoeficacia motriz                                                | 54 |
| Tabla 6  | Percepción sobre la confianza motriz                                                   | 55 |
| Tabla 7  | Percepción sobre la persistencia motriz                                                | 56 |
| Tabla 8  | Percepción sobre la resolución de tareas difíciles en Educación Física                 | 57 |
| Tabla 9  | Percepción sobre el manejo de situaciones difíciles durante el juego deportivo         | 58 |
| Tabla 10 | Percepción sobre el disfrute de la actividad física                                    | 59 |
| Tabla 11 | Estudiantes sienten aburrimiento durante la realización de actividad física            | 60 |
| Tabla 12 | Estudiantes que se sienten bien físicamente durante la realización de actividad física | 62 |
| Tabla 13 | Estudiantes que se sienten frustrados durante la realización de actividad física       | 63 |
| Tabla 14 | Pruebas de normalidad                                                                  | 65 |
| Tabla 15 | Correlación entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física          | 66 |
| Tabla 16 | Correlación entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo                        | 67 |
| Tabla 17 | Correlación entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo                        | 68 |

**ÍNDICE DE FIGURAS**

|           |                                                                                        |    |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Figura 1  | Clasificación de las ciencias de la motricidad                                         | 34 |
| Figura 2  | Percepción sobre la autoeficacia motriz                                                | 54 |
| Figura 3  | Percepción sobre la confianza motriz                                                   | 55 |
| Figura 4  | Percepción sobre la persistencia motriz                                                | 56 |
| Figura 5  | Percepción sobre la resolución de tareas difíciles en Educación Física                 | 57 |
| Figura 6  | Percepción sobre el manejo de situaciones difíciles durante el juego deportivo         | 58 |
| Figura 7  | Percepción sobre el disfrute de la actividad física                                    | 60 |
| Figura 8  | Estudiantes que sienten aburrimiento durante la realización de actividad física        | 61 |
| Figura 9  | Estudiantes que se sienten bien físicamente durante la realización de actividad física | 62 |
| Figura 10 | Estudiantes que se sienten frustrados durante la realización de actividad física       | 63 |

**ÍNDICE DE ANEXOS**

|         |                                        |     |
|---------|----------------------------------------|-----|
| Anexo 1 | Matriz de consistencia                 | 85  |
| Anexo 2 | Instrumentos                           | 86  |
| Anexo 3 | Validación de instrumentos             | 88  |
| Anexo 4 | Autorización para recolección de datos | 96  |
| Anexo 5 | Base de datos                          | 97  |
| Anexo 6 | Procesamiento estadístico              | 107 |
| Anexo 7 | Evidencia fotográfica                  | 110 |

## RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho – 2026. Correspondió a un estudio de tipo básica, alcance descriptivo, correlacional, método hipotético-deductivo y diseño no experimental de corte transversal. La muestra lo conformó 109 estudiantes de secundaria, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicaron la Escala de Autoeficacia Motriz y la escala PACES para medir el disfrute de la actividad física. Los hallazgos descriptivos corroboraron que el 59,6% de los estudiantes se mostró “de acuerdo” y el 32,1% “totalmente de acuerdo” respecto a la autoeficacia motriz, reflejando una percepción favorable sobre sus capacidades motrices. Asimismo, en la variable disfrute de la actividad física, el 40,4% manifestó estar “algo de acuerdo” y el 27,5% “totalmente de acuerdo”, indicando niveles positivos de disfrute hacia la práctica física. En el análisis inferencial, mediante el coeficiente Rho de Spearman, se encontró una correlación positiva estadísticamente significativa entre ambas variables ( $Rho = 0,497$ ;  $p$

$< 0,001$ ). Se concluye que a mayor nivel de autoeficacia motriz, mayor es el disfrute de la actividad física en los estudiantes adolescentes.

**Palabras clave:** Actividad física, motricidad, adolescentes, disfrute, autoeficacia motriz

## ABSTRACT

The objective of this study was to determine the relationship between motor self-efficacy and enjoyment of physical activity among secondary school students at the “Corazón de Jesús” School, Ayacucho – 2026. It was a basic-level study with a descriptive, correlational scope, using a hypothetical-deductive method and a non-experimental cross-sectional design. The sample consisted of 109 high school students, selected through non-probabilistic convenience sampling. The Motor Self-Efficacy Scale and the PACES scale were administered to measure enjoyment of physical activity. The descriptive findings confirmed that 59.6% of the students agreed and 32.1% strongly agreed regarding motor self-efficacy, reflecting a favourable perception of their motor abilities. Likewise, regarding the variable “enjoyment of physical activity,” 40.4% reported “somewhat agreeing” and 27.5% “strongly agreeing,” indicating positive levels of enjoyment of physical activity. In the inferential analysis, using Spearman’s Rho coefficient, a statistically significant positive correlation was found between both variables ( $Rho = 0.497$ ;  $p < 0.001$ ). It is concluded that the higher the level of motor self-efficacy, the greater the enjoyment of physical activity among adolescent students.

**Keywords:** Physical activity, motor skills, adolescents, enjoyment, motor self-efficacy

## INTRODUCCIÓN

La actividad física ha sido ampliamente estudiada desde múltiples enfoques, concluyéndose que su práctica regular contribuye a la prevención de enfermedades tanto a nivel físico como psicológico. Sin embargo, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) advierte que el 80% de los adolescentes a nivel mundial no realiza actividad física suficiente, situación que responde a diversos factores, entre los que destaca el sedentarismo, propiciado por malos hábitos como el uso excesivo de teléfonos móviles, videojuegos y redes sociales. Esta problemática es especialmente preocupante en la adolescencia, etapa en la que los jóvenes atraviesan procesos críticos de toma de decisiones que pueden marcar su estilo de vida futuro. Al respecto, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) reporta que el 81% de los adolescentes se encuentra en condición de sedentarismo.

Por otro lado, la autoeficacia motriz entendida como la percepción que posee el individuo sobre su capacidad para afrontar y resolver exitosamente situaciones motrices (Morales-Sánchez y otros, 2021), emerge como una variable relevante en la promoción de la actividad física. Diversos estudios sugieren que los adolescentes con mayor autoeficacia motriz tienden a ser quienes más actividad física practican, lo que evidencia una relación significativa entre ambas variables (Álvarez y otros, 2022). Del mismo modo, el disfrute de la actividad física es un factor relevante, ya que experimentar placer, satisfacción y diversión durante la práctica favorece la adherencia hacia rutinas más activas y saludables.

En función de lo expuesto, la presente investigación buscó analizar la relación entre la autoeficacia motriz y la práctica de actividad física en adolescentes, a través de un estudio de carácter correlacional. El trabajo se organiza en cuatro capítulos:

Capítulo I se desarrolla el planteamiento del problema, que comprende la descripción de la situación problemática, la formulación del problema, los objetivos y la justificación de la investigación. En el capítulo II, se aborda el marco teórico, conformado por los antecedentes, las bases teóricas y el marco conceptual. Asimismo, en el capítulo III comprende la metodología de investigación, incluyendo las hipótesis, variables, operacionalización, población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos. Capítulo IV se presentan los resultados descriptivos e inferenciales obtenidos y la discusión. Finalmente, las conclusiones, las recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### I.1. Descripción de la situación problemática

Cada año, millones de personas se enferman a causa de la insuficiente práctica de actividad física y del escaso desgaste energético en su vida cotidiana. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) advierte que, de mantenerse las tendencias actuales entre 2020 y 2030 se registrarán cerca de 500 millones de nuevos casos de enfermedades no transmisibles (ENT) prevenibles, generando costos de tratamiento que superan los 300 000 millones de dólares anuales. La hipertensión y la depresión concentrarán la mayor parte de estos casos y tres cuartas partes afectarán a países de ingresos bajos y medianos. Estos datos no son solo cifras económicas; son un llamado a tomar conciencia sobre el valor de incorporar la actividad física en la vida cotidiana como un hábito protector de la salud, tanto física como mental, que permita envejecer con calidad de vida. Precisamente es ese hábito que debe comenzar a construirse desde las etapas más tempranas, es decir durante la niñez y adolescencia. Sin embargo, la evidencia muestra que esto no está ocurriendo: un estudio publicado en “The Lancet Child & Adolescent Health”, desarrollado por quienes integran la OMS (2019), revela que más del 80% de los adolescentes en edad escolar del mundo no alcanzan el mínimo recomendado de una hora diaria de cualquier actividad física, siendo esta proporción del 85% mujeres y del 78% varones.

Esta insuficiente práctica de actividad física trae consigo consecuencias directas, entre ellas, el incremento sostenido del sedentarismo. La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2019) señala que el 81% de los adolescentes y el 23% de los adultos a nivel mundial mantienen comportamientos sedentarios, lo que a su vez favorece el desarrollo de las enfermedades no transmisibles ya mencionadas en párrafos anteriores. Este problema no puede entenderse de forma aislada; vivimos en el siglo XXI, donde desde edades muy tempranas el uso del teléfono celular e Internet forma parte de la rutina diaria del ser humano, tal como constata el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2026) en el tercer trimestre de 2025 el 91,3% de la población de 6 años a más utilizó un teléfono celular, y el 95,8% de los jóvenes de entre 19 y 24 años accedió a Internet. Ante ello, la Academia Americana de Pediatría

(AAP, 2025) recomienda limitar el tiempo de pantalla a un máximo de dos horas diarias en niños y adolescentes, reconociendo que el uso excesivo de dispositivos digitales desplaza el tiempo que podría ser para la práctica de alguna u otra actividad física y promoviendo el sedentarismo. Frente a este panorama, la OMS (2020) estima que reducir la prevalencia de la inactividad física podría evitar entre cuatro y cinco millones de muertes cada año, lo que confirma que la actividad física no es un complemento opcional, si no se convierte en una de las medicinas más accesibles y efectivas con las que cuenta el ser humano para proteger su salud.

Es justamente en la adolescencia donde esta problemática adquiere mayor relevancia, pues es en esta etapa donde se consolidan los hábitos que acompañarán a la persona durante toda su vida. UNICEF (2019) destaca que compartir la práctica de actividad física con pares constituye una oportunidad valiosa para fortalecer vínculos sociales y afianzar estilos de vida activos. No obstante, la adolescencia es también un período de alta vulnerabilidad: los jóvenes atraviesan cambios físicos, cognitivos y sociales que pueden generar inseguridad e interferir con su motivación para moverse (Bowker, 2006). En este sentido autores como, Galán-Arroyo y otros (2024) sostienen que la inactividad física y el sedentarismo se han convertido en auténticas epidemias entre los jóvenes, lo que exige adoptar iniciativas que les permitan realizar actividad física con conciencia y disfrute genuino. Dado que los adolescentes pasan entre el 40% y el 50% de su tiempo en la escuela (Caldas & Pinduisaca, 2024), las clases de Educación Física (EF) se convierten en el espacio más estratégico para promover la actividad física, siempre que el docente logre a través de sesiones motivadoras, que los estudiantes no solo practiquen dentro de las instituciones más bien ese impulso trascienda hacia su vida cotidiana.

La realidad peruana no escapa a esta tendencia global, un estudio realizado en Perú, longitudinal (Vargas y otros, 2023), con seguimiento en los años 2009, 2013 y 2016, encontró

que el nivel bajo de actividad física osciló entre el 73% y el 84,6% según el período analizado, con mayor prevalencia en mujeres, los hallazgos encontrados en el estudio confirman que la inactividad física es un problema arraigado entre los jóvenes peruanos, que incrementa significativamente el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles desde edades tempranas.

Frente a esta problemática, la comunidad científica ha buscado identificar los factores que condicionan la adopción y la práctica constante de la actividad física, en los cuales encontramos a la autoeficacia motriz que emerge como una variable de especial relevancia. Esta se define como la percepción que tiene una persona sobre su propia capacidad para afrontar y resolver con éxito los retos motrices que se presentan en la vida cotidiana (Morales-Sánchez y otros, 2021), y su importancia radica en que sustenta el desarrollo de las habilidades motrices necesarias para el desempeño diario (Galán-Arroyo y otros, 2024). La autoeficacia no actúa de forma aislada ya que influye en la esfera cognitiva, conducta activa y en la capacidad del individuo para relacionarse exitosamente con su entorno, pues quien se percibe con mayores destrezas físicas tiende a esforzarse más, a ser más persistente y a obtener mejores resultados que quien alberga dudas sobre sus propias competencias (García y otros, 2023; Rodríguez de Souza & Tarazona, 2020). En otras palabras, la autoeficacia no solo potencia el rendimiento motor, sino que actúa como un eje transversal que puede mejorar el desempeño en múltiples dimensiones, incluido el rendimiento académico, en la medida en que la creencia sobre las propias capacidades condiciona las aspiraciones, el interés y los logros del estudiante (Ortiz, 2020).

Por otro lado, estrechamente vinculado a la autoeficacia, el disfrute de la actividad física se configura como el otro factor predictor central, según Rodríguez de Souza & Tarazona (2020), se entiende como el estado afectivo positivo caracterizado por sentimientos de placer, gusto y diversión durante la práctica física. Cuando el adolescente disfruta genuinamente del

movimiento, la actividad física deja de ser una obligación impuesta y se convierte en una elección consciente impulsada desde adentro, favoreciendo la liberación de hormonas asociadas al bienestar y contrarrestando los efectos negativos del estrés. Álvarez y otros (2022) confirman que el disfrute, junto con la autoeficacia, es uno de los mecanismos predictores más sólidos de la adopción de conductas activas en la niñez y adolescencia y que su deterioro propiciado por el sedentarismo y las barreras físicas como sociales amplía la brecha en el desarrollo motor, cognitivo y emocional, además de promover al aumento del sobrepeso y la obesidad. La participación en actividades físico-deportivas, a su vez refuerza a la autoestima y la percepción de logro (Bowker, 2006), generando un círculo virtuoso entre autoeficacia, disfrute y adherencia a la actividad física. Investigaciones como las de Fraile-García y otros (2019) y Morales-Sánchez y otros (2021) han evidenciado precisamente que ambas variables se relacionan entre sí y confluyen en la posibilidad de que la persona integre la actividad física como parte de su vida cotidiana.

En el contexto específico de la Institución Educativa "Corazón de Jesús" de Ayacucho, se observa que un número considerable de estudiantes de 4° y 5° de secundaria se encuentra cada vez más absorbido por el uso del teléfono móvil, situación que, pese a las restricciones institucionales, escapa con frecuencia al control escolar. Los recreos, que antes representaban espacios naturales de juego y socialización activa, han cedido terreno a la interacción digital, reduciendo las oportunidades espontáneas de movimiento. Del mismo modo, durante las clases de Educación Física se evidencia una escasa motivación y un bajo nivel de disfrute entre los adolescentes, en contraste con lo que se observa en estudiantes de primaria. Esta situación podría estar relacionada con la inseguridad propia de la etapa adolescente, que afecta la percepción de las propias capacidades motrices, así como con la falta de sesiones innovadoras que despierten el interés y el disfrute al realizar las actividades. Todo lo expuesto plantea la necesidad de investigar cómo se relacionan la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad

física en los estudiantes de secundaria de dicha institución.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho – 2026?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- a. ¿Cuál es la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho - 2026?
- b. ¿Cuál es la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho - 2026?

## **1.3. Formulación de objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho - 2026.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- a. Identificar la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho - 2026.
- b. Identificar la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho - 2026.

## **1.4. Justificación**

### **1.4.1. Justificación teórica**

La autoeficacia motriz encuentra su fundamento teórico en la teoría social cognitiva de Bandura (1997), que la concibe como la creencia que tiene el estudiante sobre su propia capacidad para llevar a cabo con éxito las tareas físicas y deportivas propuestas en la Educación Física escolar (Galán-Arroyo y otros, 2024). Esta variable resulta especialmente significativa porque no se queda en el plano teórico, ya que cuando un estudiante confía en sus capacidades motrices es más probable que disfrute la actividad física, que la repita por iniciativa propia y que con el tiempo sea parte de su rutina de vida, lo que le otorga un peso real dentro del marco educativo actual.

Diversos estudios internacionales han encontrado una relación positiva y directa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en contextos escolares, tales estudios como el de Fraile-García y otros (2019), evidenciaron que los estudiantes con mayor autoeficacia perciben mayor satisfacción y placer durante las clases, lo que a su vez fortalece su participación y su constancia en el tiempo. Estos hallazgos no solo enriquecen la discusión teórica, sino que abren una mirada más amplia hacia la Educación Física, incorporando dimensiones psicológicas que durante mucho tiempo fueron ignoradas y que hoy resultan indispensables para entender cómo se promueve una vida activa desde la escuela.

En el plano nacional, la Política Nacional resaltada en el Decreto Supremo N.º 014-2022, del Ministerio de la Educación (MINEDU, 2022), sobre la actividad física, reconoce la necesidad de fortalecer la Educación Física y la recreación escolar como vías para mejorar la salud física y emocional de los estudiantes. Este respaldo institucional no es menor, pues se confirma que investigar variables como la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en instituciones de educación secundaria no es un ejercicio académico aislado, sino una contribución directa a una agenda educativa y de salud que el país ya ha asumido como

prioritaria. En ese sentido, los hallazgos de esta investigación adquieren especial relevancia en la región Ayacucho, donde hasta ahora no se cuenta con estudios que hayan explorado la relación entre estas dos variables en estudiantes de secundaria. Conocerla por primera vez en este contexto permitirá enriquecer las teorías existentes con evidencia local y al mismo tiempo, abrir camino para que futuras investigaciones profundicen en esta línea desde realidades similares.

#### **1.4.2. Justificación práctica**

Los resultados de la investigación serán de gran utilidad para docentes, directivos y coordinadores de Educación Física de la I.E. “Corazón de Jesús”, ya que permitirá contar con un diagnóstico real sobre el nivel como de la relación de autoeficacia motriz y de disfrute de la actividad física en los estudiantes de secundaria, facilitando la adecuación de estrategias pedagógicas más motivadoras y personalizadas (Cadena, 2026). Identificar a los estudiantes con baja autoeficacia motriz o poco disfrute puede orientar al diseño de sesiones innovadoras con experiencias lúdicas, retos motrices, actividades con progresión gradual y retroalimentación positiva; elementos que, según Soto-Martínez & Ferriz-Valero (2024), han demostrado favorecer la participación y el compromiso en Educación Física.

Asimismo, la Política Nacional de Actividad Física del MINEDU (2022), que promueve la implementación de 10 minutos diarios de actividad física en las escuelas, los resultados de esta tesis pueden servir para orientar la forma en que dichas actividades se planifiquen y se socialicen en la I.E. “Corazón de Jesús” y en otras instituciones ya sean estas privadas o estatales de Ayacucho, de manera que se fortalezca tanto la participación como el disfrute de los estudiantes. Asimismo, la mejora de la autoeficacia motriz y el disfrute pueden ayudar a la prevención del sedentarismo y de problemas de salud mental, como ansiedad y estrés escolar, que se han incrementado en la población adolescente peruana tal como lo evidencian Vargas y otros (2023).

### **1.4.3. Justificación metodológica**

La investigación se desarrolla bajo un diseño correlacional de corte transversal, lo que permite analizar la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en un momento específico y con instrumentos que han sido previamente validados, garantizando que los datos recogidos sean confiables y comparables con investigaciones realizadas en otros contextos educativos.

Para medir la autoeficacia motriz se utilizará la Escala de Autoeficacia Motriz adaptada al español por Hernández-Álvarez y otros (2011), un instrumento unidimensional de diez ítems que presenta al estudiante situaciones concretas vinculadas a la práctica de actividad físico-deportiva, permitiéndole valorar su propia percepción de capacidad de manera sencilla y directa. En cuanto al disfrute de la actividad física, se empleará la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES), adaptada al español por Moreno y otros (2008), compuesta por 16 ítems precedidos de la frase “cuando estoy activo”, ante los cuales el participante expresa su grado de acuerdo mediante una escala tipo Likert. Ambos instrumentos presentan una alta consistencia interna, con valores de alfa de Cronbach que oscilan entre 0,85 y 0,89, lo que respalda la solidez de los datos obtenidos y la posibilidad de establecer comparaciones con estudios previos. La metodología empleada en esta investigación puede servir como referente para estudios futuros que, desde enfoques cualitativos o mixtos, busquen profundizar en las percepciones, experiencias y vivencias de los estudiantes en torno a la Educación Física, abriendo así nuevas posibilidades de comprensión sobre cómo se construye la relación de los jóvenes con motricidad y la actividad física.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes

##### 2.1.1. Internacionales

En España, Morales-Sánchez y otros (2021) realizaron el estudio titulado “*El autoconcepto físico y la autoeficacia motora están relacionados con la satisfacción/disfrute y el aburrimiento en las clases de educación física*”, con el objetivo de analizar la relación entre el autoconcepto físico, la autoeficacia motriz y el disfrute o aburrimiento en las clases de educación física. El estudio fue cuantitativo y diseño correlacional. Se aplicaron cuestionarios, para el autoconcepto físico Infantil (C-PSQ), Satisfacción deportiva (SSI) y la Escala de Autoeficacia motora (MSES) a una muestra de 195 adolescentes de entre 13 y 14 años pertenecientes a centros educativos. Los resultados evidenciaron correlaciones significativas entre la autoeficacia motriz y la satisfacción/disfrute en las clases de educación física, así como relaciones negativas con el aburrimiento. Asimismo, el análisis de regresión mostró que la autoeficacia motriz y la competencia física percibida predijeron la satisfacción en educación física ( $R = 0.50$ ;  $R^2 = 0.25$ ;  $p < 0.001$ ) y también el aburrimiento en las clases ( $R = 0.57$ ;  $R^2 = 0.32$ ;  $p < 0.001$ ). En conclusión, los autores señalaron que las percepciones positivas de competencia física y autoeficacia motriz influyen significativamente en mayores niveles de disfrute y menor aburrimiento durante la práctica de actividad física.

En España, Fraile-Garcia y otros (2019), realizaron el estudio denominado “*Asociación entre disfrute, autoeficacia motriz, actividad física y rendimiento académico en educación física*”, con el propósito de analizar la relación entre las

variables. El estudio fue de enfoque cuantitativo con diseño ex post facto de tipo correlacional. Se aplicaron como instrumentos la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) para el disfrute de la actividad física, la Escala de Autoeficacia Motriz (E-AEM) y el Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A) para el nivel de actividad física. La muestra estuvo conformada por 1452 estudiantes de entre 10 y 18 años provenientes de 17 centros educativos. Los resultados evidenciaron correlaciones significativas entre el rendimiento académico en educación física y el disfrute de la actividad física ( $r = 0.28$ ), la autoeficacia motriz ( $r = 0.27$ ) y el nivel de actividad física ( $r = 0.21$ ). Asimismo, el análisis de regresión logística mostró que los estudiantes con bajos niveles de disfrute ( $OR = 2.72$ ), baja autoeficacia motriz ( $OR = 2.39$ ) y bajo nivel de actividad física ( $OR = 2.19$ ) presentan mayor probabilidad de reprobación en la asignatura de educación física. En conclusión, los autores señalan que el disfrute de la actividad física y la autoeficacia motriz se relacionan positivamente con el rendimiento académico en educación física.

En Centroamérica, García y otros (2023), realizaron el estudio titulado *“Disfrute, autoeficacia y nivel de actividad física de niños de Honduras y Costa Rica”*, con el propósito de analizar los niveles de disfrute, autoeficacia y actividad física en escolares de ambos países. La investigación fue un estudio de caso, de enfoque cuantitativo, con diseño transversal de tipo comparativo, donde la muestra estuvo conformada por 75 estudiantes de educación primaria con edades entre 7 y 8 años, provenientes de centros educativos de Honduras y Costa Rica. Para la recolección de datos se utilizaron escalas de autoeficacia física, de disfrute de la actividad física y Escala pictórica de la actividad física infantil. Los resultados evidenciaron que solo alrededor de un tercio de los estudiantes se clasificó como muy activo. Por otro lado, el análisis mediante ANOVA no paramétrico indicó que la autoeficacia y el disfrute

de la actividad física no mostraron diferencias significativas según el nivel de actividad física, el sexo o el país, aunque se evidenció mayor nivel de disfrute en los escolares de Costa Rica (Me = 19; RIQ = 2,5) en comparación con los de Honduras (Me = 17; RIQ = 3). En conclusión, los autores señalan que el nivel de actividad física en los escolares evaluados fue generalmente bajo y dependió principalmente del sexo y del país de procedencia, pero no del nivel de autoeficacia ni del disfrute de la actividad física, situación que podría estar influenciada por las restricciones generadas durante la pandemia.

### 2.1.2. Nacionales

En Lima, Rodríguez de Souza & Tarazona (2020) realizaron la tesis titulada *“Disfrute de la actividad física y autoeficacia en el rendimiento escolar en estudiantes de 11 a 17 años de instituciones educativas de Lima”*, con el propósito de identificar la relación entre el disfrute de la actividad física y la autoeficacia en el rendimiento escolar. El estudio fue no experimental de tipo correlacional, donde participaron 442 estudiantes de entre 11 y 17 años de instituciones educativas de Lima. Los resultados evidenciaron que la correlación de Spearman mostró una relación positiva y estadísticamente significativa entre la autoeficacia en el rendimiento escolar y la motivación intrínseca ( $\rho = 0.327$ ;  $p = 0.000$ ), así como entre la autoeficacia y la percepción de disfrute de la actividad física ( $\rho = 0.298$ ;  $p = 0.000$ ). En conclusión, los autores señalan que el disfrute de la actividad física se relaciona positivamente con la autoeficacia en el rendimiento escolar.

En Lima-Perú, Cubas (2017), realizó la investigación titulada *“Relación entre actividad física y su autoeficacia en estudiantes de nutrición de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2015”* Perú, el estudio fue de tipo descriptivo

correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 111 estudiantes del 1° al 4° año de la Escuela Profesional de Nutrición, donde el 85,5 % eran mujeres. Se aplicó un cuestionario internacional de actividad física y una Escala de autoeficacia para la actividad física. Los resultados evidenciaron que el 76 % de los estudiantes presentó un nivel de actividad física entre medio y alto, mientras que el 92 % mostró niveles de autoeficacia entre moderada y alta. Sin embargo, el análisis estadístico determinó que no existe relación significativa entre el nivel de actividad física y la autoeficacia ( $p = 0.332$ ) en los estudiantes evaluados. En conclusión, el estudio señala que, aunque la mayoría de estudiantes presenta niveles adecuados de actividad física y autoeficacia, estas variables no mostraron asociación estadísticamente significativa.

En Cajamarca-Perú, Silva (2023) realizó la tesis titulada “*Actividad física y destrezas motrices en estudiantes de secundaria de una institución educativa Dos de Mayo, Cajamarca-2021*”, con el objetivo de determinar la relación entre la actividad física y las destrezas motrices en estudiantes del segundo grado de educación secundaria. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional y diseño transversal. La muestra estuvo conformada por 161 estudiantes del segundo grado de secundaria. Para la recolección de datos se aplicaron una Escala para medir la actividad física y un cuestionario de coordinación motriz. Los resultados evidenciaron que el 67.1 % de los estudiantes presentó un nivel excelente de coordinación motriz y el 32.9 % un nivel medio, sin registrarse estudiantes en nivel bajo. Asimismo, respecto a la actividad física, el 71.4 % presentó un nivel excelente y el 28.6 % un nivel medio. El análisis estadístico mostró una correlación positiva muy alta entre la actividad física y las destrezas motrices ( $r = 0.968$ ;  $p < 0.01$ ). En conclusión, el estudio determinó que, a mayor nivel de actividad física, mayor desarrollo de las destrezas motrices en los

estudiantes evaluados de educación secundaria.

### **2.1.3. Regionales**

En Ayacucho, Valenzuela (2024) realizó la tesis titulada “*Nivel de autoeficacia percibida en los seleccionados sub 17 de básquetbol – Ayacucho, 2023*”, con el objetivo de describir el nivel de autoeficacia percibida en los seleccionados juveniles de básquetbol de Ayacucho. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y diseño transeccional descriptivo. En el estudio participaron 21 seleccionados de básquetbol sub-17 de ambos sexos, quienes fueron seleccionados mediante muestreo por conveniencia. Se aplicó la Escala de valoración de autoeficacia en el básquetbol, la cual presentó una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0,837. Los resultados evidenciaron que el 66,7 % de los deportistas presentó un nivel de autoeficacia eficiente, mientras que el 23,8 % mostró un nivel medianamente eficiente, el 4,8 % muy eficiente y el 4,8 % deficiente. Asimismo, en la dimensión magnitud, el 47,6 % presentó nivel eficiente, en la dimensión fuerza el 66,7 % evidenció nivel eficiente, y en la dimensión generalidad el 58,3 % alcanzó nivel eficiente. En conclusión, se determinó que los seleccionados juveniles presentan un nivel predominante de autoeficacia eficiente, lo que refleja confianza, persistencia y capacidad para resolver situaciones motrices durante el juego.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. La autoeficacia desde la teoría social cognitiva**

El concepto de autoeficacia encontró su mayor desarrollo dentro del marco de la Teoría Social Cognitiva, de la mano de Bandura, quien fue construyendo y profundizando este constructo de manera sostenida a lo largo del tiempo (1986, 1992, 1997), quién conceptualizó la autoeficacia como al sentido de competencia que

experimenta una persona cuando enfrenta situaciones desafiantes en su vida cotidiana, lo que le permite afrontarlas con cierta sensación de control y con la capacidad de reducir la incertidumbre que estas generan (Bandura, 1977). Además, Bandura (1992) citado en Hernández-Álvarez y otros (2011), señala que esta percepción condiciona el tipo de actividades en las que una persona decide involucrarse, así como el esfuerzo y la persistencia que destina a su ejecución, lo cual termina repercutiendo directamente en su rendimiento.

En ese sentido, dado que el ser humano se desenvuelve en un entorno que le plantea constantemente nuevos desafíos, la autoeficacia se convierte en un recurso psicológico de gran importancia, ya que es precisamente en ese escenario donde la autoeficacia cobra relevancia, pues cuando este constructo ha sido forjado y fortalecido desde edades tempranas, se traduce en una persona capaz de afrontar los retos con mayor control, seguridad y posibilidades de superación.

Asimismo, Jauregui y otros (2013), precisan que la autoeficacia corresponde a los juicios que cada individuo construye acerca de sus propias capacidades, a partir de los cuales organiza y lleva a cabo sus acciones con el propósito de alcanzar los resultados que se ha propuesto. Esta idea es aceptada por diversos autores como, Cubas (2017) y Silva (2023) quienes concuerdan en que la autoeficacia percibida alude específicamente a la convicción que tiene una persona sobre si posee o no las capacidades necesarias para ejecutar las acciones requeridas y obtener los resultados deseados, es decir que se trata de la creencia que posee el propio individuo sobre sus capacidades, la cual lo impulsa a realizar las acciones necesarias para alcanzar los resultados que se ha propuesto sí mismo; ello resulta especialmente importante en nuestras vidas, ya que dicha percepción suele ser uno de los principales factores que dificulta que las personas adopten conductas beneficiosas para su bienestar.

Fernández (2017), resalta que es importante distinguir entre dos dimensiones que, aunque diferentes, se influyen mutuamente de manera constante: a) “autoeficacia” que es parte de un proceso metacognitivo vinculado a las creencias y sentimientos internos acerca de las propias posibilidades de acción; b) “la eficacia real” que remite al desempeño concreto que la persona es capaz de demostrar, por ejemplo: la percepción que tiene un jugador sobre su capacidad para desempeñarse en el fútbol influye en su rendimiento durante un partido y al mismo tiempo, ese rendimiento real retroalimenta y modifica su creencia sobre sí mismo. En ese ejemplo ambas dimensiones operan de forma recíproca y simultánea.

En cuanto a su funcionamiento, Bandura (1977, citado en Pérez, 2022) otorga un papel central a los procesos de pensamiento del sujeto, ya que la autoeficacia incide en:

- ✓ El logro de tareas
- ✓ La percepción que la persona construye sobre sí misma
- ✓ Valoración de los recursos con los que cuenta para hacer frente a determinadas situaciones.

Asimismo, este constructo es específico para cada actividad y actúa directamente sobre la regulación del comportamiento, porque se relaciona con los modos de pensar y sentir. En términos motivacionales, Cubas (2017) explica que las personas con alta autoeficacia tienden a elegir tareas más desafiantes, se plantean metas más ambiciosas y mantienen niveles más elevados de esfuerzo y compromiso.

Desde el enfoque de la Teoría Social Cognitiva, la autoeficacia percibida se enmarca dentro de tres tipos de expectativas que regulan la motivación y la conducta humana (Cubas, 2017):

- a) Las expectativas de situación: vinculadas a consecuencias que se producen

de manera independiente a la acción del sujeto.

- b) Las expectativas de resultado: referidas a la creencia de que determinada conducta llevará a ciertos resultados
- c) Las expectativas de autoeficacia percibida propiamente dichas: la creencia sobre la capacidad personal para ejecutar las acciones necesarias y alcanzar los resultados buscados.

Las consecuencias de tener una baja autoeficacia también han sido descritas en la literatura. Perea y otros, (2016) señalan que las personas que dudan de sus capacidades o que han experimentado reacciones emocionales negativas como el rechazo o la humillación suelen mostrar menor confianza en sí mismas, evitan las tareas que perciben como amenazantes y se trazan metas poco ambiciosas. Bandura (1999, citado en Ortiz, 2020) agrega que ante situaciones difíciles estas personas tienden a detenerse o a reducir su esfuerzo, en lugar de concentrarse en las estrategias necesarias para superarlas. Asimismo, Bandura (1982, citado en Perea y otros, 2016) señala que la influencia de las experiencias previas sobre la eficacia percibida depende de variables como la dificultad percibida de la tarea, el esfuerzo invertido, la retroalimentación externa recibida y los patrones de éxito y fracaso acumulados a lo largo del tiempo.

En el ámbito de la actividad física, la autoeficacia se expresa como el juicio de valoración de una persona sobre su capacidad para ejecutar con éxito una tarea motriz específica, esta creencia tiene un impacto directo en aspectos como el inicio y la continuidad de la práctica física, la elección de actividades o modalidades deportivas, la tolerancia al fracaso y la mejora del rendimiento (Marcen y otros, 2025). A esto se suma que la autoeficacia motriz también muestra vínculos con el rendimiento académico y con la adopción de hábitos saludables, incluyendo los niveles de

actividad física en niños y adolescentes (Fraile-Garcia y otros, 2019). Marcen y otros (2025) añaden que existe un desarrollo neurológico compartido entre las áreas responsables del cerebro como el del lenguaje (Broca, Wernicke), el control motor y la percepción espacial, lo que sugiere una influencia mutua entre estas capacidades. De este modo, hablar de autoeficacia motriz implica reconocer una interacción compleja que trasciende lo puramente físico, abarcando también procesos neurológicos y psicológicos que actúan de forma conjunta, por lo que no se limita solo al deporte o la actividad física, sino que está presente en cada movimiento y acción que realizamos cotidianamente.

Desde el contexto escolar, la autoeficacia se traduce en la percepción que tienen los estudiantes sobre su capacidad para coordinar sus acciones y desenvolverse adecuadamente en las actividades académicas (Rodríguez de Souza & Tarazona, 2020). En entornos sociales, las personas con alta autoeficacia general se muestran seguras al enfrentar tareas complejas y tienden a fortalecer esa seguridad a través del reconocimiento de sus logros, mientras que quienes presentan baja autoeficacia suelen evitar los retos y comprometerse con objetivos más limitados (Perea y otros, 2016).

A lo largo de este apartado se ha podido ver que la autoeficacia se puede analizar desde diferentes miradas, ya sea desde un enfoque escolar, social, deportivo o motor. Pero más allá del contexto, todos los enfoques apuntan a lo mismo “la creencia que cada persona tiene sobre su capacidad para alcanzar sus metas”.

### **2.2.2. Fuentes y procesos implicados en la autoeficacia motriz**

Para comprender cómo se desarrolla la autoeficacia, es necesario conocer los mecanismos a través de los cuales opera, Covarrubias y Mendoza (2013) explican que los sentimientos de autoeficacia actúan mediante la selección de conductas, el

esfuerzo, la persistencia, los pensamientos y las reacciones emocionales, influyendo en la manera en que las personas toman decisiones y actúan frente a las situaciones que se les presentan. Esta influencia resulta determinante para que el individuo pueda gestionar y enfrentar los obstáculos de los distintos ámbitos de su vida, con efectos diferentes según posea altos o bajos niveles de autoeficacia.

En el caso particular de la conducta motriz, Bandura 1977, señala que la autoeficacia motriz se va construyendo a partir de la información que el individuo recibe tanto de su entorno social como de sus propias experiencias. Esta información proviene de cuatro fuentes principales que se describen a continuación:

- a) **El manejo exitoso de experiencias.** Cuando una persona logra superar con éxito una tarea motriz, se fortalece su creencia sobre su propia capacidad; por el contrario, los fracasos tempranos, especialmente cuando ocurren antes de que se haya consolidado una percepción estable de eficacia, tienden a debilitarla. Sin embargo, Bandura aclara que una autoeficacia sólida y resistente no se construye a partir de logros fáciles y rápidos, sino que requiere haber superado obstáculos reales mediante esfuerzo y perseverancia, pues quien solo está acostumbrado al éxito inmediato se desanimará con facilidad ante las primeras dificultades o fracasos (Bandura 1995, citado en Ortiz, 2020). Por ejemplo cuando un estudiante aprende a ejecutar un saque en voleibol: cada vez que logra realizarlo correctamente tras varios intentos fallidos, su creencia sobre su capacidad motriz se va consolidando progresivamente, mientras que si solo experimenta fracasos en sus primeros intentos sin recibir orientación, es probable que abandone la tarea antes de desarrollar esa habilidad.

- b) Experiencia vicaria o indirecta:** Consiste en observar o imaginar a otras personas realizando una tarea, lo que proporciona información útil sobre cómo ejecutarla y eleva la percepción de eficacia del observador. Según Bandura (1994) citado en Ortiz (2020), cuando alguien ve que sus pares logran resultados positivos gracias al esfuerzo sostenido, tiende a creer que él también es capaz de conseguirlo, pero el efecto contrario también es posible: observar que otros fracasan a pesar de esforzarse puede reducir la confianza del observador en sus propias capacidades. Por ejemplo, cuando un estudiante observa que un compañero logra completar con éxito una rutina de educación física gracias a su esfuerzo constante, es probable que piense que él también es capaz de lograrlo.
- c) Persuasión verbal** Consiste en transmitir al individuo mensajes positivos sobre sus capacidades para motivarlo a creer en sí mismo y a comprometerse más con la tarea, en nuestro caso particular sería acerca de su rendimiento motriz. Las personas que reciben este tipo de retroalimentación positiva tienden a esforzarse más y a mantenerse ante las dificultades, mientras que quienes han sido expuestos a mensajes negativos suelen evitar los retos y abandonar más fácilmente. No obstante, Bandura (1997) citado en Ortiz (2020), advierte que el impacto de esta fuente depende de la credibilidad de quien transmite el mensaje y de las experiencias previas del individuo, por lo que sus efectos pueden no ser duraderos. Además, no solo los comentarios inapropiados afectan la autoeficacia, sino también la ausencia de una retroalimentación precisa en el momento oportuno.
- d) Los indicadores fisiológicos** Hacen referencia a la información que el cuerpo proporciona sobre su estado físico, como la fatiga, el miedo, el humor o la

condición física general. Lo relevante en este caso no es la intensidad de las reacciones físicas o emocionales en sí mismas, sino la manera en que el individuo las percibe e interpreta, ya que una lectura adecuada de estas señales puede contribuir a reducir estados emocionales negativos y reacciones de estrés que interfieran en el desempeño motriz. Por ejemplo, cuando un estudiante antes de participar en una competencia deportiva siente que el corazón se le acelera y las manos le sudan, podría interpretar esas señales como una señal de que no está preparado y que va a fallar, lo que reduciría su autoeficacia. Sin embargo, si aprende a interpretar esas mismas reacciones como una respuesta natural de activación del cuerpo ante el reto, su percepción de eficacia se mantendría o incluso se fortalecería (Bandura, 1977).

### **2.2.3. Motricidad**

La motricidad, como área de estudio, no siempre fue abordada de manera independiente, sino que estuvo ligada a otras disciplinas como la educación física y el desarrollo motor. Desde esa perspectiva, Fernández (2017) la entiende como la expresión visible del desarrollo motor, comprendido este como un proceso de evolución e involución del movimiento dependiendo de la etapa de crecimiento y desarrollo de cada persona. Sus primeras observaciones sistemáticas se remontan a finales del siglo XVIII con Pestalozzi y Tiedmann, quienes comenzaron a registrar cómo las personas se expresan motrizmente, tendencia que continuó Charles Darwin al describir el comportamiento infantil y el surgimiento de diversas conductas (Morales, 2006).

Pero que comprendemos por motricidad, Andreu y Romero (2021), definen la motricidad como la capacidad del sistema nervioso central para generar la contracción muscular, así como la capacidad del cuerpo para producir y ejecutar movimientos, en

el campo de las ciencias de la actividad física y el deporte, esta disciplina se ocupa de estudiar los movimientos humanos, sus características y su significado, tanto desde una perspectiva cinética como cinemática. Asimismo, estos autores destacan que el ejercicio físico, entendido desde el ámbito motor, actúa como uno de los principales protectores frente a enfermedades como el Alzheimer, la demencia senil y la depresión, ya que estimula la producción de neurotrofinas, proteínas que favorecen la generación de nuevas neuronas y contribuyen a mantener un cerebro saludable y activo como el **BDNF** (Factor Neurotrófico Derivado del Cerebro), **NGF** (Factor de Crecimiento Nervioso), etc.

El desarrollo de la motricidad está estrechamente vinculado a la maduración del sistema nervioso y muscular, Robles (2008) explica que el control corporal guarda una relación directa con el desarrollo de las áreas motoras del cerebro, especialmente los lóbulos frontales, responsables de regular los movimientos voluntarios. El cerebelo, por su parte, que cumple un papel fundamental en el equilibrio, experimenta su mayor desarrollo durante los primeros años de vida. A nivel muscular, los músculos lisos (encargados de los movimientos involuntario) están relativamente desarrollados desde el nacimiento, mientras que los músculos estriados (responsables de los movimientos voluntarios), maduran de forma más gradual. En este proceso se identifican cuatro áreas principales de desarrollo motor: la cabeza, el tronco, los brazos-manos y las piernas-pies, cada una de ellas sigue su propio ritmo de maduración, avanzando de forma gradual conforme el individuo atraviesa las distintas etapas de su desarrollo.

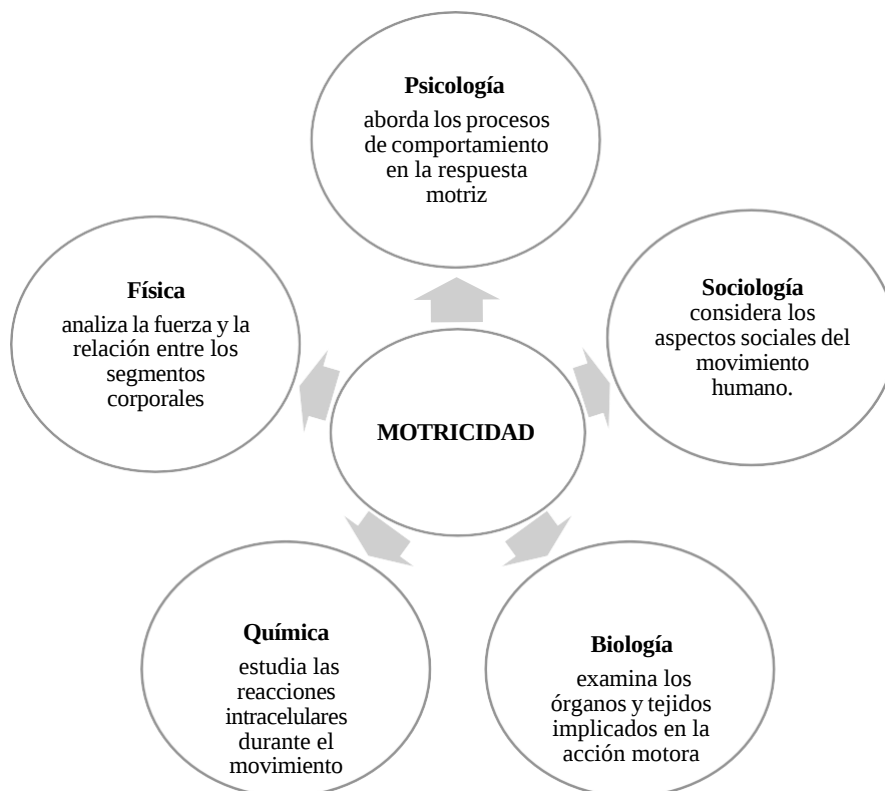
La motricidad depende tanto de la maduración como del tono muscular, factores que se evidencian en el control postural y en la presencia de sincinesias, es decir, movimientos involuntarios que acompañan a un gesto determinado. En la ejecución motriz intervienen

además factores neurofisiológicos, como la soltura o la torpeza, así como factores emocionales, entre ellos el placer, la rigidez o la impulsividad (Shunta & Chasi, 2023). Estos mismos autores señalan que durante los primeros años de vida, las actividades sensoriales y motrices son las predominantes y es a través de ellas que el niño transita de una actividad puramente refleja hacia una actividad motriz controlada y voluntaria. El autor nos resalta que al nacer, los movimientos son completamente involuntarios, es decir, el cuerpo reacciona de forma automática sin que el niño tenga ningún control sobre ello, abrir y cerrar las manos, llanto ante hambre, etc. Poco a poco, conforme el sistema nervioso va madurando, esos movimientos reflejos e incontrolados comienzan a transformarse en acciones voluntarias y coordinadas, lo cual es un proceso fundamental porque es justamente ahí donde se empiezan a sentar las bases de la autoeficacia motriz, ya que cada vez que el niño logra controlar un movimiento nuevo, está construyendo también la creencia de que es capaz de moverse y desempeñarse con éxito.

Con el propósito de organizar su estudio, Oña 1994, citada en Andreu y Romero (2021) propuso una clasificación de las ciencias de la motricidad en función de cinco perspectivas como se observa en la figura:

**Figura 1**

*Clasificación de las ciencias de la motricidad según Oña (1994, citada en Andreu y Romero, 2021)*



*Nota:* Adaptado de Andreu y Romero (2021)

Finalmente, dentro de la motricidad se distinguen dos grandes expresiones:

- La motricidad fina, engloba las habilidades psicomotrices relacionadas con la coordinación viso manual y el dominio preciso de los movimientos de la mano, los dedos y la visión, siendo la escritura uno de sus principales resultados (Delgado y otros, 2022).
- La motricidad gruesa, que trabaja el dominio corporal dinámico (la coordinación general, el equilibrio y el ritmo), así como el dominio corporal estático, que abarca aspectos como la tonicidad, autocontrol, relajación, respiración (Jiménez & Romero, 2019).

Ambas tipologías resultan fundamentales para comprender el desarrollo motor de manera global del ser humano.

#### 2.2.4. Actividad física

Cuando hablamos de actividad física, muchas veces lo primero que viene a la mente es el deporte o el gimnasio, sin embargo, su alcance es mucho más amplio, ante ello Cubas (2017), nos explica que cualquier movimiento que realice el cuerpo a través de sus músculos y que demande un esfuerzo energético por encima del reposo ya constituye actividad física, pudiendo cuantificarse ese esfuerzo a través de distintas unidades como las kilocalorías o el consumo de oxígeno/METS. Esto significa que acciones tan simples como caminar hacia la escuela, subir escaleras, hacer las tareas del hogar o desplazarse a pie forman parte de ella. Cuando esa actividad se realiza con mayor intensidad, el organismo responde activando con más fuerza sus sistemas cardiovascular y pulmonar, lo que con el tiempo genera efectos beneficiosos sobre la salud (Ortiz, 2020).

Precisamente sobre esos efectos, Ortiz (2020) distingue entre los beneficios que se obtienen en el corto y en el largo plazo, por ejemplo, en el corto plazo, mantenerse activo favorece la salud mental y la densidad ósea, mientras que con el paso del tiempo contribuye a un corazón más eficiente y a un cuerpo con menor acumulación de grasa. Estos cambios no ocurren de un día para otro, sino que son el resultado de una práctica sostenida a lo largo del tiempo, lo que hace que los hábitos que se construyen durante la adolescencia sean particularmente importantes.

Sobre la cantidad necesaria para obtener estos beneficios, la OMS (2022), propone que niños y jóvenes deberían moverse al menos sesenta minutos al día, sin que necesariamente sea de corrido, ya que ese tiempo puede acumularse en distintos momentos de la jornada. Dentro de esa rutina, recomienda incorporar al menos tres veces por semana actividades que trabajen la fuerza muscular de las extremidades y el tronco, junto con ejercicios aeróbicos de mayor intensidad que cuiden el corazón, los pulmones y los huesos Fernández (2017). No obstante, alcanzar esta meta se ha vuelto cada vez más difícil para los adolescentes de hoy, pues García

y otros (2020) identifican que la alimentación poco saludable y el uso excesivo de dispositivos tecnológicos son dos de los factores que más contribuyen a que este grupo etario se mantenga inactivo.

Frente a este panorama, la autoeficacia emerge como un factor que puede marcar la diferencia, Aedo y Ávila (2009) citados en García y otros (2020), encontraron que la creencia que tiene una persona sobre su propia capacidad funciona como un motor que la impulsa a adherirse a programas de actividad física y a sostener comportamientos saludables en el tiempo. Jauregui y otros (2013), complementan esta idea al señalar que quienes confían en sus capacidades tienden a involucrarse con mayor compromiso, intensidad y constancia en la práctica física. Desde esa mirada, García y otros (2020) sostienen que la autoeficacia no solo acompaña la práctica, sino que actúa como puente entre querer hacer ejercicio y realmente hacerlo.

Un factor que también influye de manera significativa en que los adolescentes se mantengan activos es el disfrute de estas actividades, Chamero y Fraile (2013), lo describen como esa sensación positiva de bienestar, placer y diversión que experimenta una persona mientras practica una actividad física, deportiva o recreativa y concluyen que es justamente esa sensación una de las razones más poderosas que llevan a los jóvenes a seguir practicando deporte u otra actividad física. A medida que se avanza en la adolescencia, estos elementos emocionales cobran mayor peso, siendo la diversión y el deseo de mejorar como deportista los principales motores que sostienen la práctica, lo que conlleva a obtener grandes beneficios como resalta el estudio de Fraile-García y otros (2019), encontraron que los estudiantes que se mantienen físicamente activos de manera regular presentan mejoras en su concentración y en el funcionamiento de su cerebro, lo que se traduce en un mejor desempeño académico dentro del aula.

### 2.2.5. Educación física como promotora de la actividad física

Uno de los momentos más delicados en la vida de un joven es la transición entre la infancia y la adolescencia, no solo por los cambios físicos y emocionales que trae consigo, sino también porque es justamente en ese período donde comienza a debilitarse la relación con la práctica de actividades físicas y/o deportivas, o simplemente dejar rutinas sanas para construir malos hábitos. Jauregui y otros (2013) llaman la atención sobre este fenómeno, advirtiéndolo que el alejamiento de los hábitos de actividad física empieza a manifestarse con mayor claridad en esta etapa, lo que hace urgente pensar en estrategias que ayuden a sostener esa práctica antes de que el abandono se consolide.

Frente a esto, la educación física representa una oportunidad concreta dentro del sistema escolar, para ello debemos comprender los procesos de cada sesión que se realiza y saber cómo se estructura durante todo el lapso de la sesión, Esquíroz (2020) nos da a conocer cómo se utilizan los tiempos durante las clases de Educación Física.

- Tiempo total de la sesión: que marca el sistema educativo, en este caso peruano sería un total de 3 horas pedagógicas (MINEDU, 2022); pero una parte de él se pierde en los preparativos del estudiante, como cambiarse de ropa o llegar al espacio de práctica.
- Tiempo útil: incluye en la introducción, explicación del docente sobre el tema a tratar, acomodar los materiales, etc. Cualquier actividad antes de inicio de clases.
- Tiempo de compromiso motor: periodo de la clase en el que el estudiante trabaja de manera activa y efectiva en las tareas motrices relacionadas con el contenido propuesto.
- Tiempo de compromiso fisiológico: periodo en el que el estudiante alcanza el nivel de intensidad necesario durante la actividad física, produciendo una respuesta fisiológica en el organismo o para lograr el nivel fisiológico requerido por la tarea.

Conocer estas capas de tiempo permite al docente tomar decisiones más conscientes sobre cómo organizar su clase para que los estudiantes sientan disfrute y satisfacción de las clases y mejor si se va cumpliendo los objetivos de la sesión de clases. Sin embargo, la responsabilidad no recae únicamente en los docentes ni en la clase de educación física. El Grupo de Investigación EFYPAF (2022), plantea que la escuela como institución tiene un potencial enorme para promover la actividad física y lo fundamenta en varios argumentos entre estos:

- ✓ Ningún otro espacio reúne a la totalidad de la población joven de manera tan sistemática y prolongada en el tiempo.
- ✓ Las etapas que se atraviesan durante la escolaridad son precisamente las más propicias para que los hábitos echen raíces y se proyecten hacia la vida adulta.
- ✓ Existan profesionales capacitados en las instituciones educativas para orientar ese proceso es otra ventaja que no debe desaprovecharse.
- ✓ La institución educativa, por su naturaleza inclusiva, tiene la posibilidad de garantizar que todos los estudiantes, independientemente de sus condiciones, accedan a la práctica de actividad física, convirtiéndose así en uno de los escenarios más poderosos para disminuir hábitos sedentarios y moldear la cultura.

Aun así, convertir ese potencial en resultados concretos sigue siendo un desafío complejo, la educación física necesita reinventarse a través de múltiples estrategias que no solo apunten a que los estudiantes se muevan más, sino que logren transformar su manera de relacionarse con el ejercicio, esto implica repensar el rol del docente, no como transmisor de contenidos, sino como agente que motiva, acompaña y promueve; ampliar la mirada hacia una formación que integre lo físico, emocional y social; involucrar a las familias y a toda la comunidad escolar en este compromiso y seguir investigando para encontrar respuestas más

efectivas a los problemas actuales de inactividad física en los jóvenes (Caldas & Pinduisaca, 2024).

#### **2.2.6. Estrategias pedagógicas para el desarrollo de la autoeficacia motriz**

Cuando un adolescente entra a una clase de Educación Física, no solo recibe contenidos motrices, sino que también experimenta un ambiente que puede impulsarlo a creer en sus capacidades o por el contrario dudar de ellas. El clima motivacional que construye el docente dentro del aula tiene un peso determinante en cómo el estudiante va edificando su autoeficacia motriz, lo cual significa que el profesor de Educación Física va más allá de enseñar un clase común o actividades técnicas deportivas; sino tiene que ver también su manera de conducir la clase, de relacionarse con los estudiantes y de generar condiciones pedagógicas favorables que influyen directamente en la percepción de cada joven, quienes construyen sobre su propia competencia motriz (Cadena, 2026).

Desde esa perspectiva, la pregunta natural que surge es cómo puede el docente generar ese clima motivacional de manera intencional y efectiva. Cadena (2026) señala que la literatura reciente ha identificado diversas estrategias pedagógicas con potencial para fortalecer la autoeficacia motriz en el contexto escolar. Una de las más destacadas es el uso de metodologías activas, entre las que se encuentran el aprendizaje cooperativo, el modelo de educación deportiva y el enfoque comprensivo de enseñanza del deporte, estas metodologías favorecen la participación activa, el trabajo entre pares y la construcción colectiva del aprendizaje, lo que genera en el estudiante una experiencia más significativa y enriquecedora que la simple instrucción directa (León y otros, 2023).

Otro elemento que cobra especial relevancia es la manera en que se evalúa al estudiante cuando la evaluación se centra únicamente en el resultado final, muchos jóvenes que no destacan en términos de rendimiento terminan sintiéndose incapaces, lo que deteriora su autoeficacia; al respecto Martínez-Benito y otros (2025), plantean que la evaluación formativa representa una alternativa mucho más potente y eficaz, ya que, al ofrecer retroalimentación constante y criterios de mejora claros y alcanzables, el estudiante comienza a reconocer sus

propios avances, lo que fortalece gradualmente su confianza en sus capacidades motrices.

Por otro lado, las estrategias más innovadoras dan mucho que hablar, como la gamificación, el diseño de retos motrices adaptados a las posibilidades reales de cada estudiante y la creación de experiencias lúdicas han mostrado ser herramientas eficaces para transformar la vivencia de las clases de Educación Física, este tipo de propuestas no solo generan experiencias positivas, sino que también reducen la ansiedad que muchos estudiantes sienten frente a la actividad física y aumentan su disposición a participar, factores que están directamente relacionados con el desarrollo y fortalecimiento de la autoeficacia motriz (Soto-Martínez & Ferriz-Valero, 2024).

### 2.3. Bases conceptuales

- **Eficacia** Es la creencia que tiene una persona en su capacidad para lograr los resultados propuestos mediante la realización adecuada de una tarea o acción.
- **Eficacia motriz** Es la capacidad o confianza que tiene una persona para realizar una actividad motriz y alcanzar el objetivo planteado.
- **Actividad física** Son los movimientos musculoesqueléticos que se realizan en la vida diaria y que generan un gasto de energía en el organismo.
- **Disfrute de la actividad física** Es la sensación de placer, bienestar y motivación que experimenta una persona al realizar actividades físicas.
- **Ejercicio físico** Son actividades físicas planificadas que buscan fortalecer las capacidades físicas y promover un adecuado estado de salud y calidad de vida.
- **Educación física** Es el área curricular encargada de promover el desarrollo integral del estudiante a través de actividades físicas, deportivas y recreativas, planificadas de acuerdo con cada etapa escolar.

## **CAPÍTULO III**

### **HIPÓTESIS Y VARIABLES**

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

##### **3.1.1. Hipótesis general**

Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho - 2026.

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

Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho - 2026.

Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho - 2026.

#### **3.2. Variables**

**Variable 1:** Autoeficacia motriz

##### **Dimensiones**

- Confianza motriz.
- Persistencia motriz

**Variable 2:** Disfrute de la actividad física

##### **Dimensiones**

- Disfrute positivo
- Disfrute negativo

### 3.3. Operacionalización de variables

| VARIABLES                                               | DESCRIPCIÓN<br>CONCEPTUAL                                                                                                                                                                                                                                      | DEFINICIÓN OPERACIONAL                                                                                                                                                                              | DIMENSIONES                                                                        | INDICADORES                                                                                                                                                                                                                       | ESCALA DE<br>MEDICIÓN                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| V <sub>1</sub><br>AUTOEFICACIA<br>MOTRIZ                | “Expectativa personal de poder resolver situaciones motrices con eficacia” (Hernández-álvarez y otros, 2011, p.14). Es importante ya que ayuda al desarrollo de las habilidades motrices para afrontar situaciones del día a día (Galán-Arroyo y otros, 2024). | Se evaluará mediante la Escala de la Autoeficacia Motriz Versión español (Hernández-Álvarez y otros, 2011), la cual consta de 10 preguntas, siendo la puntuación mínima 10 puntos y la máxima de 40 | Confianza motriz<br>(1,4, 5, 6,7,10)<br><br>Persistencia<br>motriz<br>(2, 3, 8, 9) | Seguridad para resolver problemas motrices, control emocional ante dificultades, capacidad para manejar situaciones imprevistas<br>Esfuerzo en tareas físicas, perseverancia en la actividad física, superación de retos motrices | Ordinal<br>Escala de Likert<br>1-4 "totalmente en desacuerdo"-<br>"totalmente de acuerdo")<br>Valoración:<br>Baja/Moderada/Alta |
| V <sub>2</sub><br>DISFRUTE DE LA<br>ACTIVIDAD<br>FÍSICA | Experiencia de bienestar, placer y satisfacción que percibe la persona durante la práctica de actividades físicas (Chamero & Fraile, 2013).                                                                                                                    | Para la evaluar la variable, se utilizó la Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES) en contexto español (Moreno y otros, 2008), consta 16 preguntas.                            | Disfrute positivo<br><br>Disfrute negativo                                         | Diversión, agrado, satisfacción, sensación de agradable<br>Desagrado, frustración, falta de diversión, aburrimiento                                                                                                               | Escala Likert<br>1-5<br>“totalmente en desacuerdo”-<br>“totalmente de acuerdo”<br>Valoración<br>Bajo/Moderado/Alto              |

### **3.4. Tipo y nivel de investigación**

La investigación de tipo básica o pura, está “centrada en ampliar conocimiento teórico y afinar concepto” (Supo, 2025, p. 4). Lo cual indica que este tipo de investigaciones busca tratar con mayor profundidad la teoría del fenómeno o tema que el investigador trata, aportando a la teoría ya existente, y no busca su aplicación de manera inmediata. La investigación realizada optó por el tipo básico ya que cumple con lo que define el autor, nos enfocamos contribuir al cuerpo teórico ya existente sobre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física, aportando evidencia desde un contexto poco explorado a nivel local como lo es la Institución Educativa “Corazón de Jesús”- Ayacucho, 2026, donde si bien el tema no ha sido abordado previamente, sí existen antecedentes investigados en otras poblaciones y contextos que sirvieron de referencia.

Por otro lado, el mismo autor Supo (2025), nos resalta que cuando hablamos de niveles de investigación hay que saber aclarar que el nivel relacional es el término correcto y más abarcador, pues comprende todo estudio que analiza vínculos entre variables a través de técnicas bivariados, entre las que se encuentran las comparaciones, las asociaciones, las concordancias y las correlaciones. Lo correlacional, en cambio, hace referencia únicamente a una técnica estadística específica que mide la relación entre variables de tipo continuo mediante coeficientes como los de Pearson o Spearman. Por tanto, hablar de nivel correlacional cuando se emplean diversas técnicas bivariados sería impreciso. Bajo esta distinción, la presente investigación se ubica en el nivel relacional, ya que su objetivo es establecer relación estadística entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de educación secundaria.

### **3.5. Métodos de investigación**

El método hipotético-deductivo es un proceso o camino que sigue el investigador para desarrollar su trabajo de manera sistemática y ordenada, este tipo de método es especialmente

frecuente en estudios de nivel relacional donde se busca analizar la asociación entre dos o más variables. García M. (2014), explica que este método articula dos momentos fundamentales que se complementan entre sí, por un lado, un “momento racional”, donde el investigador construye hipótesis y deduce proposiciones a partir de ellas y por otro, un “momento empírico”, donde esas hipótesis se contrastan con la realidad a través de la observación y la verificación. En otras palabras, no basta con pensar y teorizar, sino que las ideas deben ponerse a prueba frente a la experiencia concreta. Azócar (2018) añade que lo característico de este método es que las hipótesis no se asumen como verdades absolutas desde el inicio, sino que su validez depende enteramente de los resultados que arroje su comprobación. Si las consecuencias que se derivan de una hipótesis se confirman en la práctica, esta queda aceptada, por el contrario serán refutadas, la hipótesis se descarta, ello conlleva un proceso que sigue una ruta lógica que va desde la identificación de un problema, pasando por la formulación de hipótesis, la extracción de consecuencias observables y finalmente su sometimiento a prueba.

La presente investigación adoptó este método porque responde de manera precisa a su naturaleza y propósito. Se plantearon hipótesis sobre la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física, las cuales fueron sometidas a verificación mediante procedimientos estadísticos que permitieron determinar si debían ser aceptadas o rechazadas, llegando así a conclusiones fundamentadas en evidencia concreta.

### **3.6. Diseño de investigación**

El diseño fue, no experimental, lo que significa que en ningún momento se manipularon las variables de estudio, sino que fueron observadas y analizadas tal como se presentan en su estado natural. Montano (2018), explica que en este tipo de diseño no se somete a los participantes a ningún estímulo ni condición artificial, sino que se les estudia dentro de su propio entorno cotidiano, sin trasladarlos a ningún espacio controlado o algún laboratorio. Es en este diseño que lo que interesa es conocer la realidad tal como existe, no modificarla.

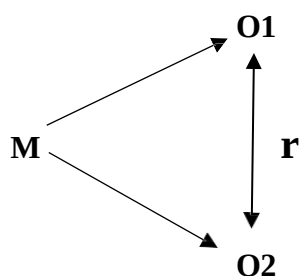
**Transversal o transeccional**, dado que la recolección de los datos de ambas variables fue recogida en un único momento en el tiempo. Guzmán-Muñoz y otros (2025), destacan que este tipo de diseño ofrece ventajas importantes para la investigación, entre ellas:

- Permite recolectar datos de manera rápida y con menor demanda de recursos
- Factible para describir características de una población y explorar asociaciones iniciales entre variables.
- Se puede aplicarse con facilidad a muestras amplias, siendo muy empleado en contextos educativos, de salud pública, etc.

En el caso de esta investigación, permitió obtener una captura clara del estado de ambas variables en los estudiantes de la Institución Educativa “Corazón de Jesús” en un momento específico.

**Relacional**, orientado a determinar si existía una asociación estadísticamente significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en los adolescentes de dicha institución. Supo (2025) precisa que este nivel de investigación se centra en analizar los vínculos entre variables, identificando cómo estas se conectan entre sí sin que ello implique necesariamente una relación de causa y efecto. En otras palabras, no se buscó explicar por qué una variable provoca cambios en la otra, sino establecer si ambas se relacionan o asocian entre sí y en qué grado de correlación lo hacen.

Este diseño está representado desde el siguiente esquema:



**Donde:**

**M:** 286 estudiantes del nivel secundario- Corazón de Jesús

**O1:** Autoeficacia Motriz (V1)

**O2:** Disfrute de la actividad física (V2)  
**r:** Grado de relación existente entre ambas variables

**3.7. Población y muestra**

Antes de precisar quiénes conformaron el estudio, es necesario comprender qué se entiende por población y muestra. Miranda (2025) explica que en toda investigación existe un conjunto total de individuos sobre los que se desea indagar, al que se denomina población y que puede ser finita o infinita según su tamaño. Sin embargo, en la práctica resulta difícil o imposible estudiar a todos sus integrantes, por lo que se recurre a seleccionar una parte de ese conjunto, denominada muestra, la cual debe ser lo suficientemente representativa como para que las conclusiones que se obtengan a partir de ella puedan extenderse válidamente al resto de la población. También el autor Chero (2024) nos precisa que la población agrupa a todos los elementos que comparten las características o aspectos relevantes para el estudio, mientras que la muestra es la porción que los representa, siendo justamente esa representatividad la que otorga validez y confiabilidad a los resultados obtenidos. Con lo que respecta a esta investigación, la población estuvo conformada por 286 estudiantes de nivel secundaria de la Institución Educativa Corazón de Jesús, tal como se detalla en la siguiente tabla:

**Tabla 1**

*Población de estudiantes de secundaria de la I.E “Corazón de Jesús”*

|            |       |         | Varone s | Mujere s | Tota l |
|------------|-------|---------|----------|----------|--------|
| Nivel      | Grado | Sección |          |          |        |
| Secundario | 1°    | A       | 17       | 12       | 29     |
|            | 1°    | B       | 14       | 16       | 30     |
|            | 2°    | A       | 13       | 13       | 26     |
|            | 2°    | B       | 17       | 13       | 30     |
|            | 3°    | A       | 11       | 16       | 27     |
|            | 3°    | B       | 12       | 16       | 28     |
|            | 4°    | A       | 18       | 11       | 29     |
|            | 4°    | B       | 16       | 14       | 30     |
|            | 5°    | A       | 14       | 14       | 28     |
|            | 5°    | B       | 17       | 12       | 29     |
| Total      |       |         |          |          | 286    |

*Nota.* Elaboración propia a partir del registro oficial de matrícula-2026.

A partir de dicha población, la muestra quedó constituida por 116 estudiantes de la misma institución. Para su selección se empleó el muestreo no probabilístico por conveniencia, dado que la recolección de datos se realizó en una sola visita y se trabajó con los estudiantes que se encontraban disponibles y con las secciones que brindaron las facilidades necesarias para la aplicación de los instrumentos, la cual se muestra en la siguiente tabla:

**Tabla 2**

*Muestra de estudiantes de secundaria de la I.E “Corazón de Jesús”*

|              |       |         | Varone s | Mujere s | Tota l |
|--------------|-------|---------|----------|----------|--------|
| Nivel        | Grado | Sección |          |          |        |
| Secundario   | 4°    | A       | 18       | 11       | 29     |
|              | 4°    | B       | 15       | 14       | 29     |
|              | 5°    | A       | 14       | 14       | 28     |
|              | 5°    | B       | 13       | 10       | 23     |
| <b>Total</b> |       |         |          |          | 109    |

*Nota.* Elaboración propia a partir del registro oficial de matrícula-2026.

### 3.8. Técnicas e instrumentos

Para la recolección de la información se empleó la encuesta como técnica principal, aplicándose dos instrumentos de medición, uno por cada variable de estudio estas son:

**Escala de Autoeficacia Motriz:** Para medir la variable autoeficacia motriz se utilizó una escala compuesta por ítems valorados mediante una escala tipo Likert de cuatro puntos, donde 1 representa "nada de acuerdo" y 4 "muy de acuerdo", el instrumento recoge la percepción que tienen los propios adolescentes sobre su capacidad para desenvolverse de manera eficaz en situaciones que involucre la actividad física, para la puntuación final se obtiene sumando las respuestas de todos los ítems, generando un puntaje que oscila entre 10 puntos (mínimo) y 40 puntos como máximo (Hernández-álvarez y otros, 2011), donde los valores indican nivel bajo y alta percepción de la autoeficacia motriz

**Escala de Disfrute con la Actividad Física:** Para medir la variable disfrute de la actividad física se aplicó la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES), desarrollada originalmente por Motl y sus colaboradores en el 2001 y posteriormente adaptada y validada al español por Moreno y otros (2008). Esta escala está conformada por 16 ítems precedidos por la frase “cuando estoy activo”, a partir de la cual el participante valora afirmaciones como “mi cuerpo se siente bien”, indicando su nivel de acuerdo en la escala tipo Likert de cinco puntos, donde 1 corresponde a “totalmente en desacuerdo” y 5 a “totalmente de acuerdo”.

### **3.9. Validez y confiabilidad de los instrumentos**

La validez es una condición fundamental en toda investigación, ya que garantiza que los instrumentos utilizados midan efectivamente aquello para lo que fueron diseñados, asegurando que los resultados obtenidos respondan de manera coherente a los objetivos que están siendo cuestionados (Messick, 1995 citado en Guillermo & López, 2025). En tal sentido, “la validez de una investigación descansa en el grado en que refleja la realidad, en lo fidedigno de la información aportada por los datos recabados” (Corral, 2022, p. 563).

Para garantizar la validez de los instrumentos empleados en este estudio se recurrió al juicio de expertos. Este proceso consistió en presentar a especialistas en el área una documentación completa que incluía una carta de presentación formal, la matriz de consistencia, ambos instrumentos de medición y la ficha de validación correspondiente. Cada experto en el área revisó el material de manera independiente y emitió su valoración sobre la pertinencia, relevancia y claridad de los ítems que conforman cada escala, los resultados de dicha evaluación se encuentran detallados en la Tabla 3 y los documentos completos de validación se adjuntan en el anexo 3.

**Tabla 3**

*Validación de los instrumentos: Escala de Autoeficacia Motriz y Escala de Disfrute con la Actividad Física*

| <b>Expertos</b>                  | <b>Porcentaje de valoración</b> | <b>Opinión</b> | <b>Valoración final</b> |
|----------------------------------|---------------------------------|----------------|-------------------------|
| Mag. Miguel Andrés pozo Palomino | 85,0 %-83,0 %                   | Muy buena      | Aplicable               |
| Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní      | 75,0 %- 73,0%                   | Buena          | Aplicable               |
| Dr. Edwin Eyzaguirre Maldonado   | 77,6%-77,9%                     | Buena          | Aplicable               |
| Mag. Brhay Ilich Chavez Espinoza | 81,8%-81,5%                     | Muy buena      | Aplicable               |
| <b>Total</b>                     |                                 |                |                         |

*Nota.* Expertos en el área “Educación Física”

Si la validez nos dice que estamos midiendo lo correcto, la confiabilidad nos asegura que esa medición es estable y consistente, un instrumento es confiable cuando sus resultados pueden volver a aplicarse en distintos momentos y contextos, lo que permite sustentar conclusiones con mayor solidez y con respaldo (Bernstein y otros 2010, citados en Guillermo & López, 2025). Dicho de otro modo “corresponde a la exactitud y precisión de las técnicas, instrumentos y procedimientos empleados en la recogida de los mismos, su consistencia y su reproductividad o replicación” (Corral, 2022, 564).

Para determinar la confiabilidad de los instrumentos utilizados en esta investigación, se aplicó el coeficiente Alfa de Cronbach, el cual permite estimar el grado de consistencia interna entre los ítems que conforman una escala. Los resultados obtenidos fueron favorables para ambos instrumentos, lo que indica que las escalas empleadas miden de manera coherente y estable las variables de estudio, dichos resultados se presentan en la siguiente tabla.

**Tabla 4**

*Confiabilidad de los instrumentos: Escala de Autoeficacia Motriz y Escala de Disfrute con la Actividad Física*

|                              | <b>Instrumentos</b>           |                                  |
|------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
|                              | Escala de Autoeficacia Motriz | Disfrute con la Actividad física |
| Valores del Alfa de Cronbach | 0,895                         | 0,873                            |
| Nº de elementos              | 10                            | 16                               |
| Nivel de confiabilidad       | Confiable                     | Confiable                        |

*Nota.* Resultados mediante alfa de Cronbach

### **3.10. Técnicas de procesamiento de datos**

El procesamiento de los datos se llevó a cabo mediante el software estadístico SPSS versión 27, tanto a nivel descriptivo como inferencial. En el nivel descriptivo, se obtuvieron tablas de frecuencias y porcentajes que permitieron identificar cuántos estudiantes presentaban niveles bajos, moderados o altos de autoeficacia motriz, así como los niveles correspondientes a la variable disfrute de la actividad física. Además, se elaboraron tablas cruzadas que facilitaron la visualización conjunta de ambas variables. A nivel inferencial, se aplicó el coeficiente Rho de Spearman como técnica estadística para determinar si existía relación entre las variables y, en caso de haberla, establecer el grado y la significancia de dicha asociación. Estos procedimientos en conjunto permitieron describir los resultados con mayor precisión y arribar a conclusiones fundamentadas en evidencia estadística.

### **3.11. Aspectos éticos**

Se aplicó en todo momento los criterios éticos al realizar la tesis “Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. Corazón de Jesús, Ayacucho-2026”. Antes de aplicar los instrumentos, se solicitó formalmente la autorización a la Institución Educativa “Corazón de Jesús” y se presentó el consentimiento informado a los estudiantes participantes, quienes decidieron formar parte del estudio de manera completamente voluntaria, sin ningún tipo de presión u obligación. Durante la aplicación de

los instrumentos, se resguardó en todo momento el anonimato de los estudiantes, garantizando que sus respuestas fueran tratadas con total confidencialidad.

En cuanto al manejo de las fuentes bibliográficas, se respetó la autoría de todos los autores consultados, citándolos y referenciándolos correctamente bajo las normas APA séptima edición. Asimismo, el trabajo fue desarrollado con total originalidad, evitando cualquier forma de plagio, en estricto cumplimiento de las disposiciones establecidas en el reglamento de grados y títulos de la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga.

## CAPÍTULO IV.

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. Resultados a nivel descriptivo

**Tabla 5**

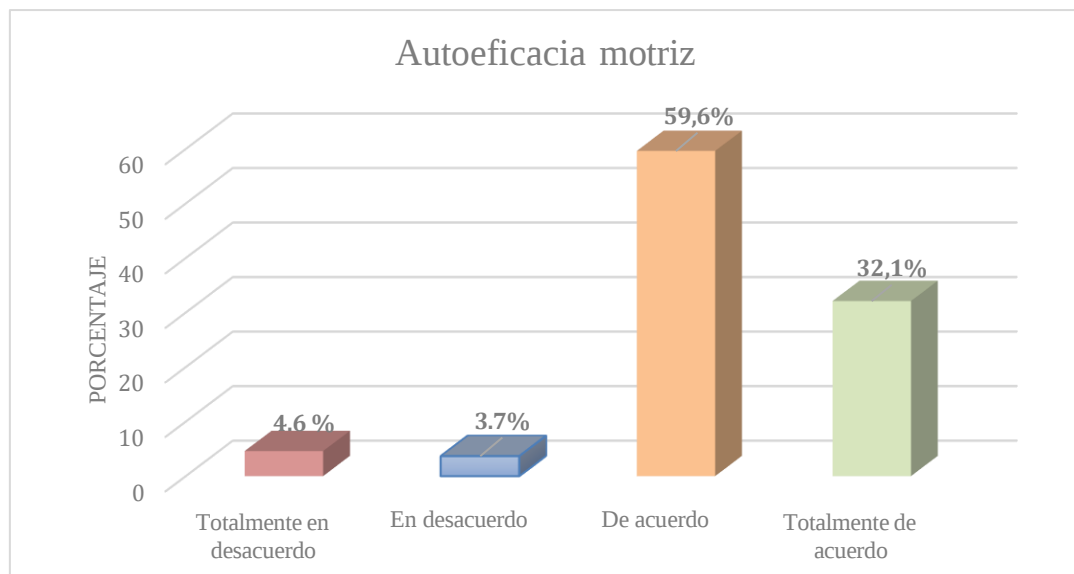
*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre la autoeficacia motriz*

| Autoeficacia motriz      |            |              |
|--------------------------|------------|--------------|
| Categoría de respuesta   | Frecuencia | Porcentaje % |
| Totalmente en desacuerdo | 5          | 4,6          |
| En desacuerdo            | 4          | 3,7          |
| De acuerdo               | 65         | 59,6         |
| Totalmente de acuerdo    | 35         | 32,1         |
| <b>Total</b>             | <b>109</b> | <b>100,0</b> |

*Nota.* Los resultados corresponden a las respuestas emitidas por los estudiantes en la escala Likert aplicada para evaluar la autoeficacia motriz

**Figura 2**

*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre la autoeficacia motriz*



Los resultados porcentuales presentados en la tabla 5 y figura 2, evidencian que el 59,6% de los estudiantes encuestados manifestó estar de acuerdo con las afirmaciones relacionadas con la autoeficacia motriz, mientras que el 32,1% señaló estar totalmente de acuerdo. Por otro lado, un porcentaje reducido expresó desacuerdo (3,7%) y totalmente en desacuerdo (4,6%). Estos resultados indican que la mayoría de los estudiantes percibe

positivamente su capacidad para resolver tareas motrices y enfrentar situaciones relacionadas con la actividad física.

**Tabla 6**

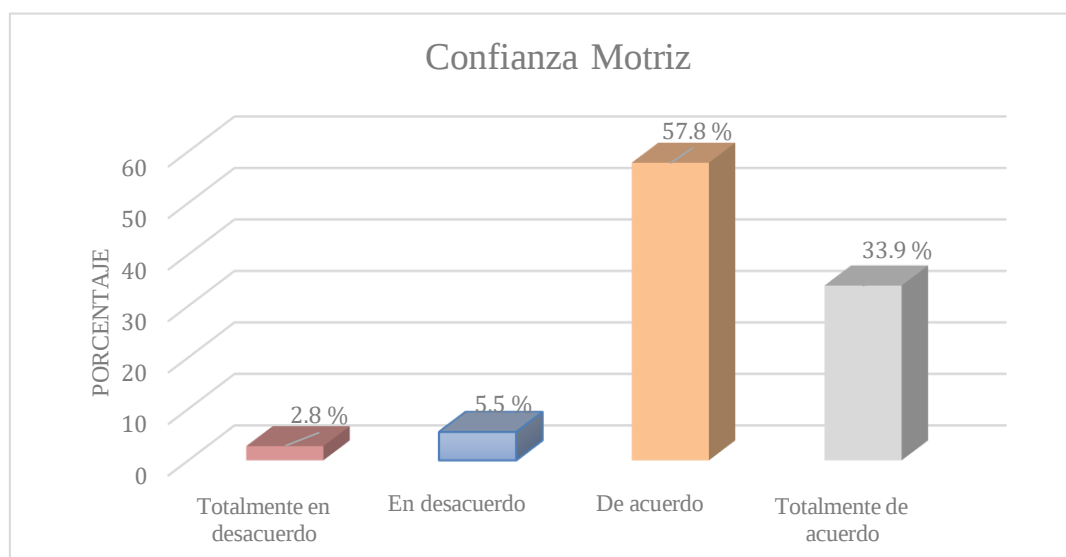
*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre la confianza motriz*

| <b>Confianza motriz</b>  |            |              |
|--------------------------|------------|--------------|
| Categoría de respuesta   | Frecuencia | Porcentaje % |
| Totalmente en desacuerdo | 3          | 2,8          |
| En desacuerdo            | 6          | 5,5          |
| De acuerdo               | 63         | 57,8         |
| Totalmente de acuerdo    | 37         | 33,9         |
| <b>Total</b>             | <b>109</b> | <b>100,0</b> |

*Nota.* Los resultados corresponden a las respuestas emitidas por los estudiantes en la escala Likert aplicada para evaluar la autoeficacia motriz

**Figura 3**

*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre la confianza motriz*



Según lo que se muestra en la Tabla 6 y figura 3, el 57,8% de los estudiantes encuestados manifestó estar “de acuerdo” con las afirmaciones relacionadas con la confianza motriz, mientras que el 33,9% señaló estar “totalmente de acuerdo”. Por otro lado, un porcentaje reducido indicó estar en desacuerdo (5,5%) y totalmente en desacuerdo (2,8%).

Estos resultados indican que la mayoría de los estudiantes presenta confianza en sus capacidades y habilidades para desenvolverse adecuadamente en situaciones que requieren desempeño motriz.

**Tabla 7**

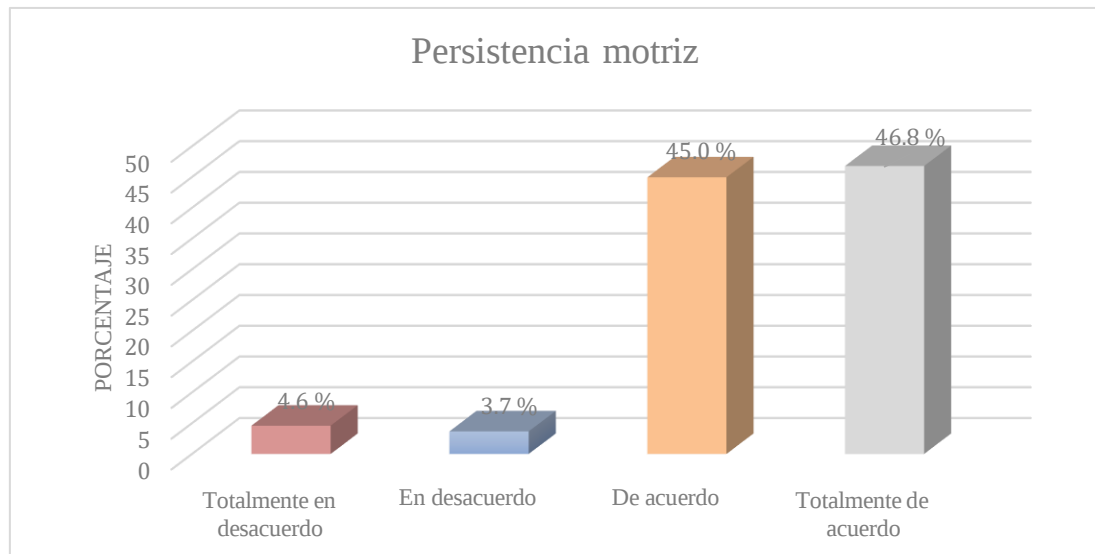
*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre la persistencia motriz*

| <b>Persistencia motriz</b> |            |              |
|----------------------------|------------|--------------|
| Categoría de respuesta     | Frecuencia | Porcentaje % |
| Totalmente en desacuerdo   | 5          | 4,6          |
| En desacuerdo              | 4          | 3,7          |
| De acuerdo                 | 49         | 45,0         |
| Totalmente de acuerdo      | 51         | 46,8         |
| <b>Total</b>               | <b>109</b> | <b>100,0</b> |

*Nota.* Los resultados corresponden a las respuestas emitidas por los estudiantes en la escala Likert aplicada para evaluar la autoeficacia motriz

**Figura 4**

*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre la persistencia motriz*



Según lo que se muestra en la Tabla 7 y figura 4, el 46,8% de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” encuestados, manifestaron estar “totalmente de acuerdo” con las afirmaciones relacionadas con la persistencia motriz, mientras que el 45,0% señaló estar de acuerdo. Por otro lado, un porcentaje reducido indicó estar totalmente en desacuerdo (4,6%) y

en desacuerdo (3,7%). Estos resultados evidencian que la mayoría de los estudiantes presenta disposición para mantener el esfuerzo y la constancia frente a situaciones que involucra desempeño motriz.

**Tabla 8**

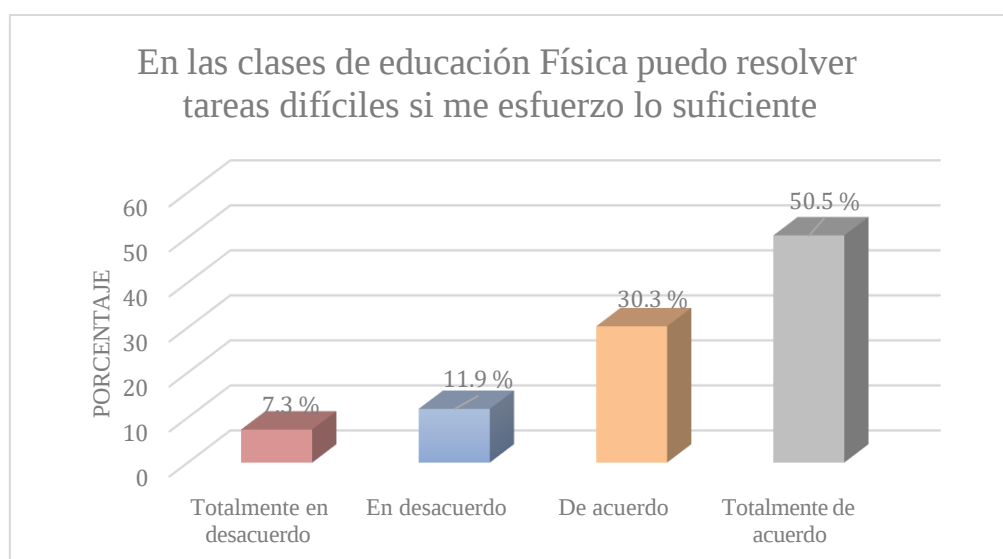
*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre la resolución de tareas difíciles en Educación Física*

| <b>En clases de educación física puedo resolver tareas difíciles</b> |            |              |
|----------------------------------------------------------------------|------------|--------------|
| Categoría de respuesta                                               | Frecuencia | Porcentaje % |
| Totalmente en desacuerdo                                             | 8          | 7,3          |
| En desacuerdo                                                        | 13         | 11,9         |
| De acuerdo                                                           | 33         | 30,3         |
| Totalmente de acuerdo                                                | 55         | 50,5         |
| <b>Total</b>                                                         | <b>109</b> | <b>100,0</b> |

*Nota.* Los resultados corresponden a las respuestas emitidas por los estudiantes en la escala Likert aplicada para evaluar la autoeficacia motriz

**Figura 5**

*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre la resolución de tareas difíciles en Educación Física*



Según lo que se muestra en la Tabla 8 y figura 5, el 50,5% de los estudiantes de I.E.

“Corazón de Jesús” encuestados manifestó estar “totalmente de acuerdo” con las afirmaciones

relacionadas con la resolución de tareas difíciles en las clases de Educación Física, mientras que el 30,3% indicó estar “de acuerdo”. Por otro lado, el 11,9% señaló “estar en desacuerdo” y el 7,3% “totalmente en desacuerdo”. Los resultados indican que gran número de estudiantes percibe poseer la capacidad y el esfuerzo necesario para afrontar y resolver tareas motrices complejas durante las clases de Educación Física.

**Tabla 9**

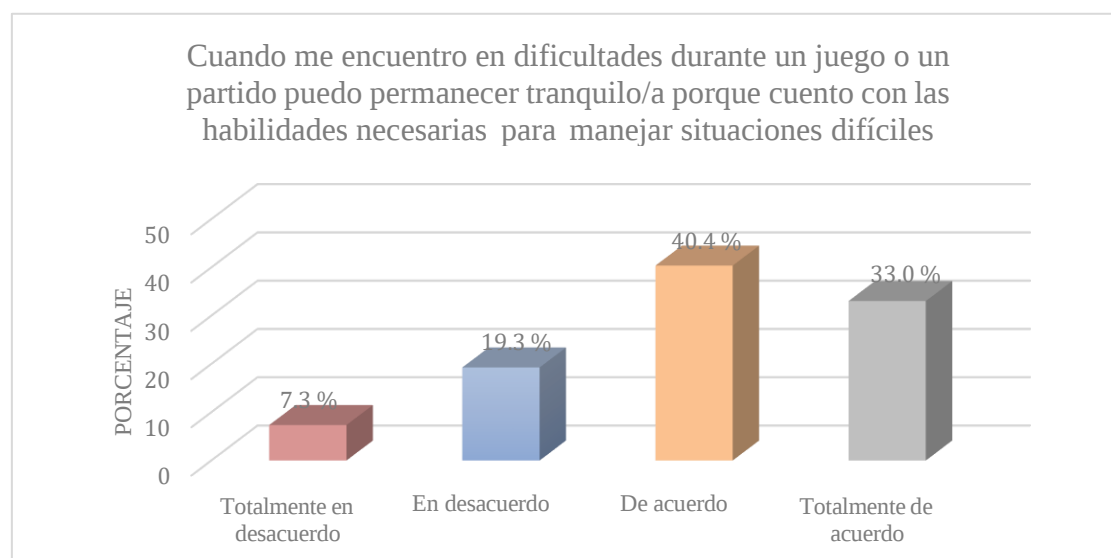
*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre el manejo de situaciones difíciles durante el juego deportivo*

| Manejo de situaciones difíciles durante el juego deportivo |            |              |
|------------------------------------------------------------|------------|--------------|
| Categoría de respuesta                                     | Frecuencia | Porcentaje % |
| Totalmente en desacuerdo                                   | 8          | 7,3          |
| En desacuerdo                                              | 21         | 19,3         |
| De acuerdo                                                 | 44         | 40,4         |
| Totalmente de acuerdo                                      | 36         | 33,0         |
| <b>Total</b>                                               | 109        | 100,0        |

*Nota.* Los resultados corresponden a las respuestas emitidas por los estudiantes en la escala Likert aplicada para evaluar la autoeficacia motriz

**Figura 6**

*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre el manejo de situaciones difíciles durante el juego deportivo*



Según lo que se muestra en la tabla 9 y figura 6, el 40,4% de los estudiantes de I.E. “Corazón de Jesús” encuestados manifestó estar “de acuerdo” con las afirmaciones relacionadas con el manejo de situaciones difíciles durante el juego deportivo, mientras que el 33,0% señaló estar totalmente de acuerdo. Por otro lado, el 19,3% indicó estar en desacuerdo y el 7,3% totalmente en desacuerdo. Estos resultados evidencian que la mayoría de los estudiantes percibe poseer habilidades y control emocional para afrontar situaciones complejas que se presentan durante la práctica deportiva.

**Tabla 10**

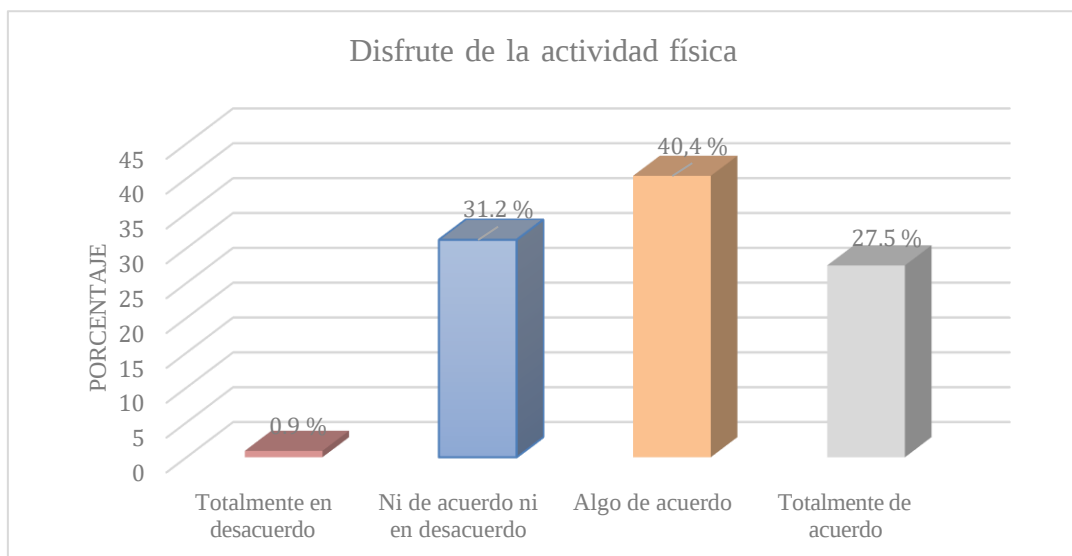
*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre el disfrute de la actividad física*

| <b>Autoeficacia motriz</b>     |            |              |
|--------------------------------|------------|--------------|
| Categoría de respuesta         | Frecuencia | Porcentaje % |
| Totalmente en desacuerdo       | 1          | 0,9          |
| Algo en desacuerdo             | 0          | 0            |
| Ni de acuerdo ni en desacuerdo | 34         | 31,2         |
| Algo de acuerdo                | 44         | 40,4         |
| Totalmente de acuerdo          | 30         | 27,5         |
| <b>Total</b>                   | 109        | 100,0        |

*Nota.* Los resultados corresponden a las respuestas emitidas por los estudiantes en la escala Likert aplicada para evaluar la autoeficacia motriz

**Figura 7**

*Percepción de los estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” sobre el disfrute de la actividad física*



Los resultados porcentuales presentados en la Tabla 10 y Figura 7 corroboran que el 40,4% de los estudiantes encuestados de I.E. “Corazón de Jesús” manifestaron estar “algo de acuerdo” con las afirmaciones relacionadas con el disfrute de la actividad física, mientras que el 27,5% señaló estar “totalmente de acuerdo”. Asimismo, el 31,2% indicó una posición neutral, al responder “ni de acuerdo ni en desacuerdo”. Por otro lado, solo el 0,9% expresó estar totalmente en desacuerdo. Estos resultados indican que la mayoría de los estudiantes presenta una percepción favorable hacia el disfrute durante la práctica de actividad física, asociándola con sensaciones positivas y agradables.

**Tabla 11**

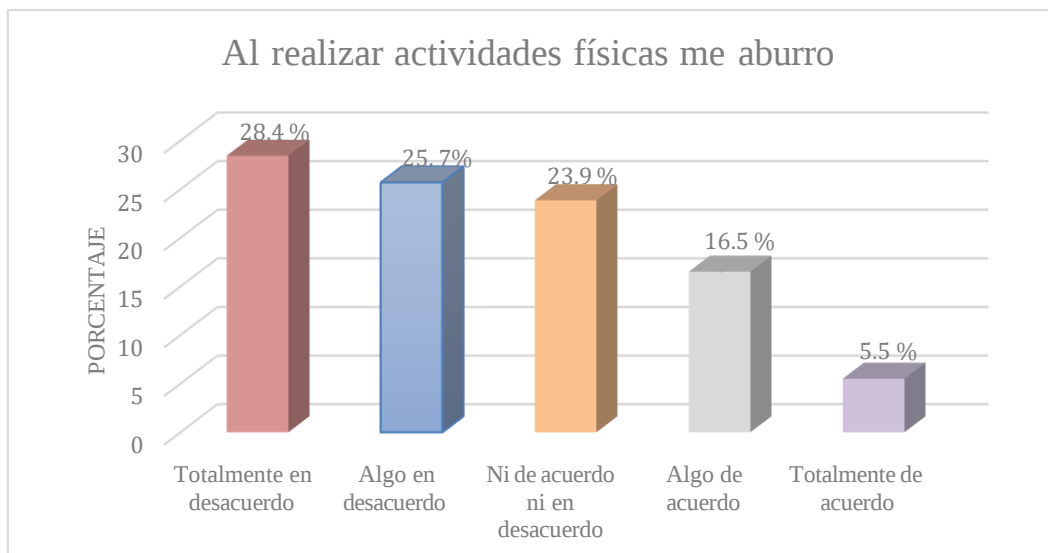
*Estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” que sienten aburrimiento durante la realización de actividad física*

| <b>Cuando estoy activo me aburro</b> |            |              |
|--------------------------------------|------------|--------------|
| Categoría de respuesta               | Frecuencia | Porcentaje % |
| Totalmente en desacuerdo             | 31         | 28,4         |
| Algo en desacuerdo                   | 28         | 25,7         |
| Ni de acuerdo ni en desacuerdo       | 26         | 23,9         |
| Algo de acuerdo                      | 18         | 16,5         |
| Totalmente de acuerdo                | 6          | 5,5          |
| <b>Total</b>                         | <b>109</b> | <b>100,0</b> |

*Nota.* Los resultados corresponden a las respuestas emitidas por los estudiantes en la escala Likert aplicada para evaluar la autoeficacia motriz

**Figura 8**

*Estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” que sienten aburrimiento durante la realización de actividad física*



Los resultados porcentuales presentados en la Tabla 11 y Figura 8 corroboran que el 28,4% de los estudiantes de I.E “Corazón de Jesús” encuestados manifestaron estar “totalmente en desacuerdo” con la afirmación “Cuando estoy activo me aburro”, mientras que el 25,7% señaló estar algo en desacuerdo. Asimismo, el 23,9% indicó una posición neutral, mientras que el 16,5% estuvo algo de acuerdo y el 5,5% totalmente de acuerdo. Estos resultados indican que la mayoría de los estudiantes no percibe aburrimiento durante la realización de actividad física, lo que refleja una tendencia favorable hacia el disfrute y participación en actividades motrices

**Tabla 12**

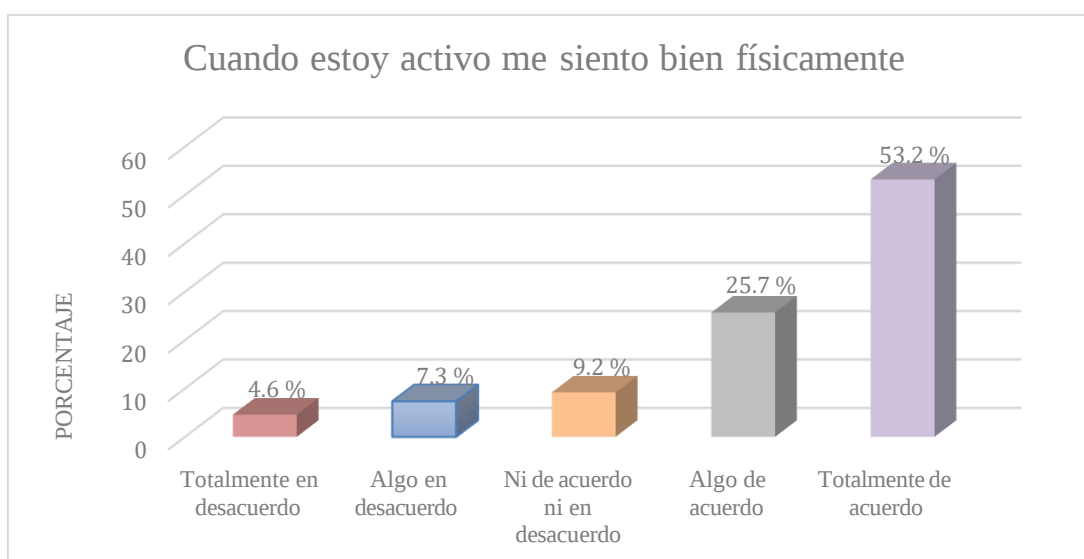
*Estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” que se sienten bien físicamente durante la realización de actividad física*

| <b>Cuando estoy activo me siento bien físicamente</b> |            |              |
|-------------------------------------------------------|------------|--------------|
| Categoría de respuesta                                | Frecuencia | Porcentaje % |
| Totalmente en desacuerdo                              | 5          | 4,6          |
| Algo en desacuerdo                                    | 8          | 7,3          |
| Ni de acuerdo ni en desacuerdo                        | 10         | 9,2          |
| Algo de acuerdo                                       | 28         | 25,7         |
| Totalmente de acuerdo                                 | 58         | 53,2         |
| <b>Total</b>                                          | <b>109</b> | <b>100,0</b> |

*Nota.* Los resultados corresponden a las respuestas emitidas por los estudiantes en la escala Likert aplicada para evaluar la autoeficacia motriz

**Figura 9**

*Estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” que se sienten bien físicamente durante la realización de actividad física*



Los resultados porcentuales presentados en la Tabla 12 y figura 9, corroboran que el 53,2% de los estudiantes encuestados manifestó estar “totalmente de acuerdo” con la afirmación “Cuando estoy activo me siento bien físicamente”, mientras que el 25,7% señaló estar algo de acuerdo. Asimismo, el 9,2% indicó una posición neutral, el 7,3% estuvo algo en desacuerdo y el 4,6% totalmente en desacuerdo. Estos resultados porcentuales indican que la mayoría de los estudiantes relaciona la práctica de actividad

física con sensaciones positivas de bienestar físico, reflejando una percepción favorable hacia la realización de actividades motrices.

**Tabla 13**

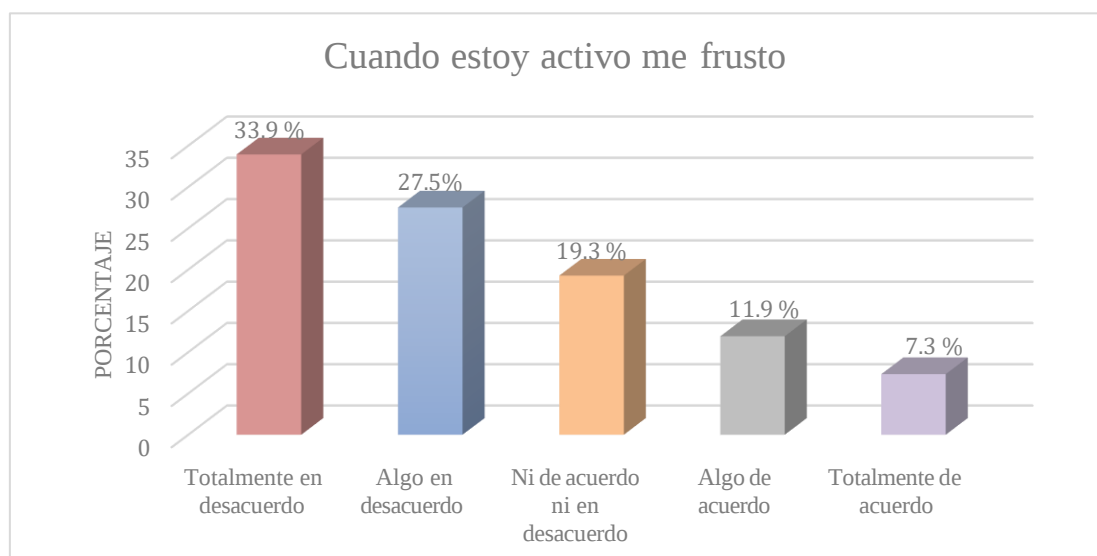
*Estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” que se sienten frustrados durante la realización de actividad física*

| Cuando estoy activo me frusto  |            |              |
|--------------------------------|------------|--------------|
| Categoría de respuesta         | Frecuencia | Porcentaje % |
| Totalmente en desacuerdo       | 37         | 33,9         |
| Algo en desacuerdo             | 30         | 27,5         |
| Ni de acuerdo ni en desacuerdo | 21         | 19,3         |
| Algo de acuerdo                | 13         | 11,9         |
| Totalmente de acuerdo          | 8          | 7,3          |
| <b>Total</b>                   | <b>109</b> | <b>100,0</b> |

*Nota.* Los resultados corresponden a las respuestas emitidas por los estudiantes en la escala Likert aplicada para evaluar la autoeficacia motriz

**Figura 10**

*Estudiantes de la I.E. “Corazón de Jesús” que se sienten frustrados durante la realización de actividad física*



Los resultados porcentuales presentados en la Tabla 13 y figura 10 corroboran que el 33,9% de los estudiantes encuestados en la I.E “Corazón de Jesús” manifestó estar “totalmente en desacuerdo” con la afirmación “Cuando estoy activo me frusto”, mientras

que el 27,5% señaló estar algo en desacuerdo. Asimismo, el 19,3% indicó una posición neutral, el 11,9% estuvo algo de acuerdo y el 7,3% totalmente de acuerdo. Se infiere que la mayoría de los estudiantes no percibe sentimientos de frustración durante la realización de actividad física, lo que refleja una percepción favorable hacia su participación en actividades motrices.

## **4.2. Resultados a nivel inferencial**

### **4.2.1 Prueba de normalidad**

La muestra estuvo conformada por 109 estudiantes ( $n = 109$ ); por ello, para evaluar la distribución de los datos se empleó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, recomendada para muestras mayores a 50 participantes.

Se trabajó con un nivel de significancia de 0,05.

#### **Formulación de hipótesis:**

**H<sub>0</sub>:** Los datos siguen una distribución

normal **H<sub>a</sub>:** Los datos no siguen una

distribución normal **Criterio de decisión:**

Si el valor de significancia (p-valor) es menor o igual a 0,05, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, concluyendo que los datos no presentan una distribución normal. Por el contrario, si el valor de significancia es mayor a 0,05, se acepta la hipótesis nula y se concluye que los datos presentan una distribución normal

**Tabla 14***Pruebas de normalidad*

| Variables                       | Estadístico | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |        |
|---------------------------------|-------------|---------------------------------|--------|
|                                 |             | gl                              | Sig.   |
| Autoeficacia motriz             | 0,311       | 109                             | <0.001 |
| Disfrute de la actividad física | 0,210       | 109                             | <0.001 |

*Nota.* Se aplicó la prueba de normalidad de “Kolmogorov-Smirnov” por el número de muestra

El análisis de normalidad mediante las pruebas de Kolmogorov-Smirnov afirma que las variables autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física presentan una significancia menor a 0,05 ( $p < 0,001$ ), por lo que se rechaza la hipótesis ( $H_0$ ) que indica que los datos siguen una distribución normal. En consecuencia, se optó por emplear el coeficiente de correlación Rho de Spearman para el análisis inferencial.

#### 4.2.2. Contrastación de hipótesis

##### Criterio de decisión para la hipótesis general y específicas

Si el valor de significancia (p-valor) es menor o igual a 0,05, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, concluyendo que existe una relación significativa entre las variables estudiadas. Por el contrario, si el valor de significancia es mayor a 0,05, se acepta la hipótesis nula y se concluye que no existe una relación significativa entre las variables.

##### Hipótesis general

**$H_0$ :** No existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.

**$H_a$ :** Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la

actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.

**Tabla 15**

*Resultados de la correlación entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física*

| <b>Correlaciones</b>   |                                 | Autoeficacia motriz        | Disfrute de la actividad física |
|------------------------|---------------------------------|----------------------------|---------------------------------|
| <b>Rho de Spearman</b> | Autoeficacia motriz             | Coeficiente de correlación | 1,000                           |
|                        |                                 | Sig. (bilateral)           | 0,497**                         |
|                        |                                 | N                          | <.001                           |
|                        |                                 |                            | 109                             |
|                        | Disfrute de la actividad física | Coeficiente de correlación | 0,497**                         |
|                        |                                 | Sig. (bilateral)           | <.001                           |
|                        |                                 | N                          | 109                             |

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

La tabla 15 muestra los resultados obtenidos mediante el coeficiente Rho de Spearman, lo cual indican una correlación positiva moderada entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, 2026 ( $Rho = 0,497^{**}$ ). Asimismo, el p-valor obtenido fue menor a 0,05 ( $p < 0,001$ ), por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Por lo que se afirma que existe una correlación positiva significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en los estudiantes encuestados.

### **Hipótesis específica 1**

**H<sub>0</sub>:** No existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.

**H<sub>a</sub>:** Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.

**Tabla 16***Resultados de la correlación entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo*

| <b>Correlaciones</b>       |                     | Autoeficacia<br>motriz        | Disfrute<br>positivo |
|----------------------------|---------------------|-------------------------------|----------------------|
| <b>Rho de<br/>Spearman</b> | Autoeficacia motriz | Coeficiente de<br>correlación | 1,000                |
|                            |                     |                               | 0,448**              |
|                            |                     | Sig. (bilateral)              | .                    |
|                            |                     |                               | <.001                |
|                            |                     | N                             | 109                  |
|                            |                     |                               | 109                  |
|                            | Disfrute positivo   | Coeficiente de<br>correlación | 0,448**              |
|                            |                     |                               | 1,000                |
|                            |                     | Sig. (bilateral)              | <.001                |
|                            |                     | N                             | 109                  |

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

En la tabla 16 se muestra los resultados obtenidos mediante el coeficiente Rho de Spearman, lo cual indican una correlación positiva moderada entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, 2026 (Rho = 0,448\*\*). Asimismo, el p-valor obtenido fue menor a 0,05 ( $p < 0,001$ ), por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. En consecuencia se afirma que existe una correlación positiva moderada y significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo en los estudiantes encuestados.

### **Hipótesis específica 2**

**H<sub>0</sub>:** No existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.

**H<sub>a</sub>:** Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.

**Tabla 17***Resultados de la correlación entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo*

| <b>Correlaciones</b>       |                     | Autoeficacia<br>motriz        | Disfrute<br>negativo |
|----------------------------|---------------------|-------------------------------|----------------------|
| <b>Rho de<br/>Spearman</b> | Autoeficacia motriz | Coeficiente de<br>correlación | 1,000                |
|                            |                     |                               | -,332**              |
|                            |                     | Sig. (bilateral)              | .                    |
|                            |                     |                               | <.001                |
|                            |                     | N                             | 109                  |
|                            |                     |                               | 109                  |
|                            | Disfrute negativo   | Coeficiente de<br>correlación | -,332**              |
|                            |                     |                               | 1,000                |
|                            |                     | Sig. (bilateral)              | <.001                |
|                            |                     | N                             | 109                  |
|                            |                     |                               | 109                  |
|                            |                     |                               |                      |

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

En la tabla 17 se corrobora los resultados obtenidos mediante el coeficiente Rho de Spearman, lo cual indican evidencian una correlación negativa moderada entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026 (Rho = -0,332). Asimismo, el p-valor obtenido fue menor a 0,05 ( $p < 0,001$ ), por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Por lo tanto, se concluye que existe una correlación negativa y significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo en los estudiantes evaluados. Esto sugiere que, a mayor autoeficacia motriz, menor es la presencia de percepciones negativas durante la práctica de actividad física.

### 4.3. Discusión de resultados

Los resultados a nivel general demostraron una correlación positiva estadísticamente significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en los estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús” de Ayacucho ( $Rho=0,497$ ;  $p < 0,001$ ). Esto significa que a medida que los estudiantes presentan mayores percepciones de confianza, persistencia y capacidad para resolver y realizar tareas motrices, también manifiestan mayores niveles de disfrute durante la práctica de actividad física. Dicho hallazgo confirma la hipótesis general planteada “Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho – 2026” y respalda la importancia de la autoeficacia motriz como un factor psicológico estrechamente relacionado con las experiencias positivas al realizar o durante la práctica de actividades físicas como deportivas en la adolescencia.

Estos resultados coinciden con lo reportado por Morales-Sánchez y otros (2021), quienes encontraron correlaciones significativas entre la autoeficacia motriz y la satisfacción/disfrute en las clases de Educación Física, además de relaciones negativas con el aburrimiento. Los autores concluyeron que las percepciones positivas de competencia física y autoeficacia favorecen mayores niveles de satisfacción y reducen emociones negativas durante la práctica motriz. De manera semejante, el estudio se observó en los resultados descriptivos que la mayoría de los estudiantes percibe positivamente su autoeficacia motriz, evidenciándose altos porcentajes en las categorías “de acuerdo” (65 %) y “totalmente de acuerdo” (35%) y las dimensiones como confianza motriz (57,8%; 33,9%), persistencia motriz (45,0 %; 46,8%) y resolución de tareas difíciles en Educación Física (30,3%; 50,5%). Asimismo, también se relaciona con los resultados del estudio descriptivo regional de Valenzuela (2024), donde las deportistas adolescentes mostraron 66,7% de autoeficacia eficiente. Esto permite inferir que los

adolescentes que confían en sus capacidades físicas tienden a involucrarse con mayor seguridad y predisposición en las actividades motrices, experimentando sentimientos de agrado y satisfacción durante su participación.

Asimismo, los resultados guardan relación con el estudio de Fraile-García y otros (2019), quienes identificaron asociaciones positivas entre el disfrute de la actividad física, la autoeficacia motriz y el rendimiento académico en Educación Física. Dichos autores tras aplicar la regresión sostuvieron que los estudiantes con bajos niveles de disfrute (OR: 2.72) y autoeficacia motriz (OR: 2.39) presentan mayor probabilidad de mostrar dificultades en el desempeño académico en la asignatura de Educación Física. En el caso de la presente investigación, los resultados descriptivos mostraron que una proporción considerable de estudiantes (78,9 %; Totalmente de acuerdo y Algo de acuerdo), manifestó sentirse bien físicamente durante la realización de actividades físicas, mientras que los niveles de aburrimiento y frustración fueron predominantemente bajos. Indicativo de que el disfrute de la actividad física engloba una respuesta emocional positiva, que puede favorecer la adherencia hacia una rutina saludable y el compromiso con las clases de Educación Física. Tal como Chamero y Fraile (2013) caracterizan al disfrute como aquella sensación positiva de sentir placer, bienestar y diversión al momento de realizar actividades que genera gasto energético.

En cuanto a las dimensiones específicas del disfrute, se encontró una correlación positiva moderada entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo ( $Rho = 0,448$ ;  $p < 0,001$ ), lo que indica que los estudiantes que poseen mayores percepciones de competencia motriz también experimentan mayores sensaciones de bienestar, diversión y satisfacción al realizar actividad física. Este resultado coincide con lo planteado por Rodríguez de Souza y Tarazona (2020), quienes contaron comuna muestra 442 adolescentes, identificaron correlaciones positivas ( $Rho = 0,298$ ) y significativa,  $p$ -valor

= 0.000 <0.05, entre la autoeficacia y la percepción de disfrute de la actividad física en estudiantes de instituciones educativas de Lima. En ese sentido, ambos estudios evidencian que la percepción de capacidad personal influye favorablemente en la motivación intrínseca del estudiante, promoviendo una participación más activa, voluntaria y satisfactoria durante las actividades físicas.

No obstante, estos hallazgos difieren de lo reportado por Cubas (2017), quien en su investigación correlacional realizada en estudiantes universitarios no encontró una relación significativa entre la actividad física y la autoeficacia ( $P= 0,332$ ). Del mismo modo, García y otros (2023), en un estudio realizado con escolares de Honduras y Costa Rica, tampoco encontraron diferencias significativas entre la autoeficacia, el disfrute de la actividad física y el nivel de actividad física. Los autores señalaron que dicha situación pudo estar influenciada por factores contextuales derivados de la pandemia y las restricciones sanitarias, las cuales alteraron significativamente los hábitos de movimiento y socialización de los estudiantes.

Estas diferencias respecto a los resultados obtenidos en la presente investigación podrían explicarse por las características particulares de las muestras estudiadas y los contextos en los que se desarrollaron las investigaciones. Mientras el estudio de Cubas (2017) se enfocó en estudiantes universitarios y el de García y otros (2023) en niños de educación primaria, el estudio se enfocó en adolescentes escolares, etapa donde son más vulnerable ya que experimentan cambios emocionales, motivacionales y sociales (Bowker, 2006), por lo que generalmente suelen tener una mayor influencia sobre la percepción de competencia motriz y el disfrute hacia la actividad física.

Por otro lado, la correlación negativa encontrada entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo ( $Rho = -0,332$ ;  $p < 0,001$ ) evidencia que, a mayores niveles de autoeficacia, menores son las sensaciones de aburrimiento, frustración o desagrado

durante la práctica física. Este hallazgo guarda coherencia con lo señalado por Morales-Sánchez y otros (2021), quienes demostraron que la autoeficacia motriz actúa como un factor protector frente al aburrimiento en las clases de Educación Física. En ese sentido, los estudiantes que confían en sus capacidades físicas afrontan con mayor seguridad las tareas motrices, toleran mejor las dificultades y muestran menor predisposición hacia emociones negativas relacionadas con la actividad física.

Los resultados pueden explicarse a partir de la “Teoría Social Cognitiva de Bandura (1977, 1986, 1997)”, la cual sostiene que la autoeficacia influye en la selección de conductas, el esfuerzo, la persistencia y las reacciones emocionales de las personas. Con respecto a la actividad física, esta teoría permite comprender que los adolescentes que se perciben capaces de resolver retos motrices desarrollan mayores niveles de motivación y compromiso durante la práctica física. Ello se corrobora con resultados descriptivos obtenidos, donde la mayoría de estudiantes manifestó sentirse capaz de resolver tareas difíciles durante las clases de Educación Física y permanecer tranquilo frente a situaciones complejas durante los partidos deportivo.

De igual manera, Bandura explica que las experiencias de éxito fortalecen progresivamente la percepción de eficacia personal. En consecuencia, cuando los estudiantes logran participar exitosamente en actividades físicas, incrementan su confianza motriz y experimentan emociones positivas asociadas al disfrute. Esto también se relaciona con lo planteado por Chamero y Fraile (2013), quienes señalan que el disfrute forma parte de una de las razones más importantes por las cuales los adolescentes mantienen la prácticas deportivas y físicas a lo largo del tiempo.

Los resultados descriptivos también permiten reflexionar sobre la realidad observada en la institución educativa “Corazón de Jesús”. Aunque predominan percepciones positivas de autoeficacia y disfrute, aún existe un grupo de estudiantes que

manifestó aburrimiento, frustración o inseguridad durante la actividad física. Esta situación podría estar relacionada con los cambios emocionales y sociales propios de la adolescencia, así como con factores externos como el sedentarismo y el uso excesivo de dispositivos tecnológicos, aspectos descritos en la problemática de la investigación. Tal como señalan Galán-Arroyo y otros (2024), la inactividad física y el sedentarismo se han convertido en problemáticas frecuentes entre los adolescentes, reduciendo progresivamente las oportunidades activas y en movimiento, afectando la motivación hacia la práctica física.

## CONCLUSIONES

Se concluye tomando en cuenta las hipótesis planteadas:

**Hipótesis general:** Se concluye que existe una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en los estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho – 2026, demostrado mediante el coeficiente Rho de Spearman ( $Rho = 0,497$ ;  $p < 0,001$ ).

**Hipótesis específica 1:** Se concluye que existe una correlación positiva moderada y significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo de la actividad física en los estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho – 2026, demostrado mediante el coeficiente Rho de Spearman ( $Rho = 0,448$ ;  $P < 0,001$ ).

**Hipótesis específica 2:** Se concluye que existe una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo de la actividad física en los estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho – 2026, corroborado mediante el coeficiente de Rho de Spearman ( $Rho = -0,332$ ;  $p < 0,001$ ), demostrando que los estudiantes con mayores niveles de autoeficacia motriz presentan menores sensaciones de aburrimiento, frustración o desagrado durante la práctica de actividad física.

## RECOMENDACIONES

A los docentes de Educación Física de la I.E. “Corazón de Jesús”, se recomienda implementar sesiones dinámicas, participativas y motivadoras que fortalezcan la confianza de los estudiantes en sus capacidades motrices, promoviendo experiencias positivas y agradables durante el desarrollo de las clases.

A las autoridades de la institución educativa “Corazón de Jesús”, se recomienda promover programas, talleres y espacios escolares orientados al desarrollo actividades físicas-deportivas no solo para las competencias deportivas sino con la finalidad de reducir las conductas sedentarias relacionadas con el uso excesivo de dispositivos tecnológicos.

A los padres de familia, se recomienda fomentar en el hogar hábitos de vida activa, incentivando la práctica regular de actividad física y limitando el tiempo excesivo frente a dispositivos tecnológicos como celulares móviles, videojuegos, etc.

## REFERENCIAS

- Álvarez, C., Villalobos, G., Molina, K., & Vargas, L. (2022). Determinación de la auto-eficacia y el disfrute hacia la actividad física de los infantes que asisten al nivel de transición de escuelas en el Valle Central en tiempos de pandemia. *e-Motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*(19), 28-44. Obtenido de <https://www.uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/e-moti-on/article/view/7126>
- American Academy of Pediatrics. (22 de junio de 2025). *Pautas sobre el tiempo de pantalla*. Obtenido de <https://www.aap.org/en/patient-care/media-and-children/center-of-excellence-on-social-media-and-youth-mental-health/qa-portal/qa-portal-library/qa-portal-library-questions/screen-time-guidelines/>
- Andreu, E., & Romero, F. (2021). Neuromotricidad, Psicomotricidad y Motricidad. Nuevas aproximaciones metodológicas. *Retos*(42), 924-938. Obtenido de <https://pdfs.semanticscholar.org/c292/22d686969bb7fb46c9bb63bd888eedcaa38c.pdf>
- Azócar, R. E. (2018). *Ciencia De La Investigación*. Editorial M&G, Montevideo. Obtenido de <https://www.calameo.com/read/0055552341c399167bca7>
- Bandura, A. (1977). Autoeficacia: Hacia una teoría unificadora del cambio de comportamiento. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. Obtenido de <https://educational-innovation.sydney.edu.au/news/pdfs/Bandura%201977.pdf>
- Bowker, A. (2006). La relación entre la participación deportiva y la autoestima durante la adolescencia temprana. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 38(3), 214-229. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/232555469\\_The\\_Relationship\\_Between\\_Sports\\_Participation\\_and\\_Self-Esteem\\_During\\_Early\\_Adolescence](https://www.researchgate.net/publication/232555469_The_Relationship_Between_Sports_Participation_and_Self-Esteem_During_Early_Adolescence)
- Cadena, A. F. (2026). Autoeficacia Motriz en el Contexto Escolar: Aportes de la Educación Física, Estrategias Innovadoras y Desafíos Revisión Narrativa. *IberoCiencias: Revista Científica y Académica*, 5(1), 3572-3583. Obtenido de <https://revistaiberociencias.org/index.php/multidisciplinar/article/view/849/2614>
- Caldas, I. S., & Pinduisaca, E. L. (2024). *Análisis de los niveles de Actividad Física y Autoeficacia motriz en un programa lúdico de alta intensidad en las clases de educación física*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Cuenca]. Obtenido de <https://rest-dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/dce746c0-5735-410c-8b54-a07066051b90/content>

- Chamero, M., & Fraile, J. (2013). RELación del disfrute en la actividad físico -deportiva con la autoeficacia motriz percibida al final de la infancia. *Revista Currículum*, 177-196. Obtenido de <https://www.ull.es/revistas/index.php/curriculum/article/view/72/45>
- Chero, V. (2024). Población y muestra. *International Journal of Interdisciplinary Dentistry*, 17(2), 66. Obtenido de <https://www.scielo.cl/pdf/ijoid/v17n2/2452-5588-ijoid-17-02-66.pdf>
- Corral, Y. (2022). Validez y confiabilidad en instrumentos de investigación: una mirada teórica. *Revista Ciencias de la Educación*, 32(60), 562-586. Obtenido de <https://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/60/art06.pdf>
- Covarrubias, C. G., & Mendoza, M. (2013). La teoría de autoeficacia y el desempeño docente: El caso de Chile. *Estudios Hemisfericos y Polares*, 4(2), 107-123. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4457452.pdf>
- Cubas, W. A. (2017). *Relación entre actividad física y su autoeficacia en estudiantes de nutrición de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2015*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Obtenido de <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/00242907-fe7d-4d91-9906-a5ce9dd2f1bd/content>
- Delgado, C. Y., Samada, Y., & Zambrano, J. M. (2022). La motricidad fina y su influencia en el desarrollo de la escritura. *Revista Científica.Dominio de Las Ciencias*, 8(3), 1748-1767. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8635215>
- Esquíroz, J. (2020). *tiempo de compromiso motor y fisiológico en las clases de educación física. Una revisión bibliográfica (2015-2019)*. [Tesis de Maestría, Universidad de la Laguna]. Obtenido de <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/19859/TIEMPO%20DE%20COMPROMISO%20MOTOR%20Y%20FISIOLOGICO%20EN%20LAS%20CLASES%20DE%20EDUCACION%20FISICA.%20UNA%20REVISION%20BIBLIOGRAFICA%20%282015-2019%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Fernández, R. S. (2017). *La percepción de la eficacia motriz, su relación con la actividad física, y la intensidad del esfuerzo físico, en los estudiantes de secundaria de la I.E 1197 Nicolás de Piérola, 2015*. [Tesis Doctoral, Universidad Nacional de Educación. Enrique Guzmán Valle]. Obtenido de

<https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d6afb0e3-73d3-415a-9bc8-44972e102bcf/content>

- Fraile-García, J., Tejero-González, C., Esteban-Cornejo, & Veiga, O. (2019). Asociación entre disfrute, autoeficacia motriz, actividad física y rendimiento académico en educación física. *Retos*(36), 58-63. Obtenido de <https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/63035>
- Galán-Arroyo, C., Flore-Ferros, E., & Rojo-Ramoa, J. (2024). Autoeficacia motriz, Educación Física y adolescencia española. *Retos*(60), 34-39. Obtenido de <https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/107672/79556>
- Galán-Arroyo, C., Herreruela-Jara, D., Castillo-Paredes, A., & Rojo-Ramos, J. (2024). Autoeficacia motriz, autoconcepto e IMC en adolescentes del área de Educación Física para una salud física y mental óptima. *Retos*(59), 568-576. Obtenido de <https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/106979>
- García, J. L., Bogantes, C. A., Villalobos, G., Araya, G. A., Reyes, P., Zelaya, C. S., & Vásquez, E. (2023). Disfrute, autoeficacia y nivel de actividad física de niños de Honduras y Costa Rica. *Revista Pensamiento Actual*, 23(40), 175 - 193. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9133685>
- García, M. M. (2014). *Método hipotético-deductivo y Experimentum crucis*. Obtenido de <https://cursos.aiu.edu/METODOS%20CUANTITATIVOS%20DE%20INVESTIGACION/3/Sesi%C3%B3n%203.pdf>
- García, P., Herazo, Y., Sánchez, L., Barnosa, E. J., Coronado, A., & Corro. (2020). Autoeficacia hacia la actividad física en escolares colombianos. *Retos*(38), 390-395. Obtenido de <https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/73878/49476>
- Grupo de Investigación EFYPAF. (2022). *La promoción de comportamientos saludables desde los centros educativos. Ejemplos de proyectos de intervención eficaces*. Servicio de Publicaciones. Universidad de Zaragoza. Obtenido de <https://zaguan.unizar.es/record/112418/files/BOOK-2022-012.pdf>
- Guillermo, M. C., & López, O. (2025). Validez y confiabilidad de instrumentos de investigación en el aprendizaje: una revisión sistemática. *Tribunal. Revista en Ciencias de la Educación y Ciencias Jurídicas*, 5(10), 653 - 675. Obtenido de <http://www.scielo.org.bo/pdf/rt/v5n10/2959-6513-rt-5-10-653.pdf>

- Guzmán-Muñoz, E., Mendez-Rebolledo, G., & Concha- Cisternas, Y. (2025). Diseños de investigación cuantitativa en ciencias de la actividad física y la salud. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 2(26), 63-85. <https://doi.org/10.29035/rcaf.26.2.5>
- Hernández-álvarez, J. L., Velázquez, R., Martínez, M., I., G., & Tejero, C. (2011). Escala de Autoeficacia Motriz: propiedades psicométricas y resultados de su aplicación a la población escolar española. *revista de Psicología del deporte*, 20(1), 13-28. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3395753>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (28 de Enero de 2026). *En el tercer trimestre de 2025, el 91,3% de la población de 6 y más años de edad utilizó un teléfono celular*. Obtenido de INEI: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/1342293-en-el-tercer-trimestre-de-2025-el-91-3-de-la-poblacion-de-6-y-mas-anos-de-edad-utilizo-un-telefono-celular>
- Jauregui, E., López, J. R., Macías, A. N., Porras, S., Reynaga, P., Morales, J. J., & Cabrera, J. L. (2013). Autoeficacia y actividad física en niños mexicano con obesidad y sobrepeso. *Revista Eurdamericana de Ciencias del Deporte*, 2(2), 69 - 75. Obtenido de <https://digitum.um.es/server/api/core/bitstreams/a5b95254-7c90-4c27-bcdf-193934949129/content>
- Jiménez, G. Y., & Romero, C. P. (2019). Fortalecimiento de la motricidad gruesa en espacios cerrados. *Revista Tecnológica Ciencia y Educación Edwards Deming*, 3(2), 1-14. Obtenido de <https://www.revista-edwardsdeming.com/index.php/es/article/view/32/54>
- León, O., Martínez, L. F., & Santos, M. L. (2023). Metodologías activas en la Educación Física. Una mirada desde la realidad práctica (Active methodologies in Physical Education. A look from practical reality). *Retos*, 48. Obtenido de <https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/96661>
- Marcen, C., López-Centeno, A., & Quilez-Robres, A. (2025). Participación deportiva, capacidad espacial motriz y autoeficacia percibida en jóvenes con altas capacidades intelectuales. *Retos*, 65, 100-113. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9992608>
- Martínez-Benito, R., Caballero-Juliá, D., Sánchez-Martín, A., & Sánchez-Sánchez, G. (2025). La evaluación formativa y compartida en educación física en las etapas de infantil y primaria: Revisión sistemática. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 20(66), 1-20. Obtenido de <https://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/2357/1517>

- MINEDU. (17 de Setiembre de 2022). *Decreto Supremo N.º 014-2022-MINEDU PARTE 1*.  
Obtenido de <https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/3490243-014-2022-minedu-parte-1>
- Ministerio de educación . (15 de Diciembre de 2022). *Resolución Viceministerial N.º 163-2022-MINEDU*. Obtenido de [https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/3738057-163-2022-minedu?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/3738057-163-2022-minedu?utm_source=chatgpt.com)
- Miranda, P. (2025). Población y muestra. En *Estadística Básica* (págs. 31-39). Ediciones Complutense. Obtenido de <https://docta.ucm.es/rest/api/core/bitstreams/76182cd0-3d61-4c66-9069-31d2fc0a910b/content>
- Montano, J. (2018). Investigación No Experimental: Diseños, Características, Tipos y Ejemplos. Obtenido de [https://r.search.yahoo.com/\\_ylt=AwrFdrCmbc1pWeoXNQnX9wt.;\\_ylu=Y29sbwNiZjEEcG9zAzQEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1775099430/RO=10/RU=https%3a%2f%2fs9329b2fc3e54355a.jimcontent.com%2fdownload%2fversion%2f1545253266%2fmodule%2f9548088069%2fname%2fInvestigaci%25C3](https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrFdrCmbc1pWeoXNQnX9wt.;_ylu=Y29sbwNiZjEEcG9zAzQEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1775099430/RO=10/RU=https%3a%2f%2fs9329b2fc3e54355a.jimcontent.com%2fdownload%2fversion%2f1545253266%2fmodule%2f9548088069%2fname%2fInvestigaci%25C3)
- Morales, J. (2006). Motricidad y cognición. Un estudio empírico. *Apunts. Educació Física i Esports*, 4(86), 108. Obtenido de <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/300951>
- Morales-Sánchez, V., Hernández-Martos, J., Reigal, R., Morillo-Baro, J., Caballero-Cerbán, M., & Hernández-Mendo, A. (2021). El autoconcepto físico y la autoeficacia motora están relacionados con la satisfacción/disfrute y el aburrimiento en las clases de educación física. *Sustainability*, 13(8829), 1-9. Obtenido de <https://www.mdpi.com/2071-1050/13/16/8829#:~:text=On%20the%20other%20hand%2C%20Gouveia%20et%20a%20l.,self%2Dperception%20of%20physical%20competence%20%5B%2029%2C%2030%5D>.
- Moreno, J. A., González-Cutre, D., Martínez Galindo, C., Alonso, N., & López, M. (2008). Propiedades psicométricas de la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) en el contexto español. *Estudios de Psicología*, 29(2), 173-180. Obtenido de <https://cid.umh.es/files/2010/11/paces.pdf>
- OMS. (22 de Noviembre de 2019). *Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de los adolescentes del mundo no realizan suficiente actividad física, y que*

*eso pone en peligro su salud actual y futura.* Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk#:~:text=El%20estudio%2C%20publicado%20en%20la,g%C3%A9nero%20entre%2>

OMS. (2022). *Informe sobre la situación mundial de la actividad física 2022: resumen ejecutivo.* Organización Mundial de la Salud. Obtenido de <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240060449>

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo.* Obtenido de <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/35b2506b-ddf8-40f5-8e82-9716b37f55e9/content>

Organización Panamericana de la Salud. (17 de abril de 2019). *Plan de acción mundial sobre actividad física 2018-2030. Más personas activas para un mundo sano.* Obtenido de Plan de Accion. washington D.C: <https://iris.paho.org/items/b2e6677a-d3eb-43f0-b21f-56521d860d07>

Ortiz, A. (2020). *Autoconcepto, competencia motriz y autoeficacia motriz: relaciones e influencia sobre la práctica de actividad física del alumnado de Educación Primaria de la Comunidad de Madrid.* [Tesis Doctoral, Universidad Autónoma de Madrid]. Obtenido de <https://repositorio.uam.es/server/api/core/bitstreams/ae2083fa-2130-4fa7-9d26-69c52d2c138a/content>

Perea, J., Camacho, D. P., & Pérez, C. (2016). Análisis de la percepción del alumnado de educación secundaria sobre su grado de autoeficacia motriz en relación a la materia de Educación Física. *Calidad de Vida y Salud*, 9(2), 104-119. Obtenido de <https://repositorio.uflo.edu.ar/server/api/core/bitstreams/5e431b1e-05c9-472d-ada7-2b4cc7907bf5/content>

Pérez, D. (2022). *Autoeficacia en el deporte en función del género.* [Tesis de fin de grado, Universidad de Sevilla]. Obtenido de <https://idus.us.es/server/api/core/bitstreams/e114a9f9-9336-4c56-af7b-54f652b7f2a3/content>

- Robles, H. (2008). La coordinación y motricidad asociada a la madurez mental en un grupo de niños de 4 a 8 años. *Avances en Psicología: Revista de la Facultad de Psicología y Humanidades*, 16(1), 139-154. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2008.n16.2738>
- Rodríguez de Souza, A. A., & Tarazona, A. F. (2020). *Disfrute de la actividad física y autoeficacia en el rendimiento escolar en estudiantes de 11 a 17 años de instituciones educativas de Lima*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Obtenido de [https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/652158/Rodr%C3%a9guez\\_SP.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/652158/Rodr%C3%a9guez_SP.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Shunta, E. M., & Chasi, J. N. (2023). La motricidad fina en la educación inicial. *Shunta, E. M.; Chasi, J. N.*, 7(1), 3568- 3597. Obtenido de <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4677/7126>
- Silva, L. A. (2023). *Actividad física y destrezas motrices en estudiantes de secundaria de una institución educativa Dos de Mayo, Cajamarca-2021*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de trujillo Benedicto XVI]. Obtenido de <https://repositorio.uct.edu.pe/server/api/core/bitstreams/1000c64f-cc74-4c58-8076-8d5a85c707c6/content>
- Soto-Martínez, V. J.-M., & Ferriz-Valero, A. (2024). Gamificación y el poder de la novedad: revolucionando el aprendizaje de a educación física a través de estrategias lúdicas. *Magister*, 36(1), 25–31. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9957378>
- Supo, J. (2025). *Niveles de Investigación*. BIOESTADISTICO. Obtenido de [https://bioestadistico.com/libro/Supo\\_2025\\_Niveles\\_de\\_Investigacion.pdf](https://bioestadistico.com/libro/Supo_2025_Niveles_de_Investigacion.pdf)
- UNICEF. (2019). *La actividad física en niños, niñas y adolescentes .Prácticas necesarias para la vida*. Obtenido de Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia: <https://www.unicef.org/chile/media/3086/file/La%20actividad%20F%C3%ADsica.pdf>
- Valenzuela, Y. C. (2024). *Nivel de autoeficacia percibida en los seleccionados sub 17 de básquetbol - Ayacucho, 2023*. [Tesis de Licenciatura, Universodad Nacional de San Cristóbal de Humanga]. Obtenido de <https://repositorio.unsch.edu.pe/items/5afc9ce3-687a-4171-87a2-01de2d16b5c0>

Vargas, P., Rivaz, L. H., & Carcelén, C. G. (2023). Nivel de actividad física y sedentarismo en adolescentes de Perú. *Revista Cubana de Salud Pública*, 49(3), 1-17. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v49n3/1561-3127-rcsp-49-03-e3887.pdf>

## **ANEXOS**

## Anexo 1

### Matriz de consistencia

**Título:** Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026

| Problemas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Objetivos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Hipótesis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Variables y dimensiones                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Metodología de investigación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>P.G.</b><br/>¿Cuál es la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026?</p> <p><b>P.E.</b><br/>a. ¿Cuál es la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026?</p> <p>b. ¿Cuál es la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026?</p> | <p><b>O.G.</b><br/>Determinar la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.</p> <p><b>O.E.</b><br/>a. Identificar la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.</p> <p>b. Identificar la relación entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.</p> | <p><b>H. G.</b><br/>Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.</p> <p><b>H.E.</b><br/>a. Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute positivo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.</p> <p>b. Existe una relación significativa entre la autoeficacia motriz y el disfrute negativo de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026.</p> | <p><b>Variable 1</b><br/>Autoeficacia motriz</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Confianza motriz.</li> <li>• Persistencia motriz</li> </ul> <p><b>Variable 2</b><br/>Disfrute de la actividad física</p> <p><b>Dimensiones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Disfrute positivo</li> <li>• Disfrute negativo</li> </ul> | <p><b>Tipo:</b> Básica</p> <p><b>Nivel:</b> Correlacional</p> <p><b>Método:</b><br/>Hipotético- deductivo</p> <p><b>Diseño:</b><br/>No experimental-correlacional</p> <p><b>Población:</b><br/>286 estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho - 2026</p> <p><b>Muestra:</b><br/>109 escolares de nivel secundario de I.E. “Corazón de Jesús”</p> <p><b>Tipo de muestreo:</b><br/>No probabilístico intencional</p> <p><b>Técnica:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b> Escala de Autoeficacia Motriz y Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES)</p> <p><b>Validez:</b> Juicio de expertos</p> <p><b>Confiabilidad:</b> Alfa de Cronbach</p> <p><b>Técnicas de procesamiento de datos:</b><br/>programa informático IBM SPSS 27</p> <p><b>Resultados:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A nivel descriptivo: Tablas de frecuencias y porcentajes</li> <li>- A nivel inferencial: coeficiente de correlación Rho de Spearman</li> </ul> |

## Anexo 2: Instrumentos

### Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES)

(Moreno y otros, 2008)

Las siguientes afirmaciones describen situaciones relacionadas con la práctica de actividades físicas. Lee cada una con atención y responde con honestidad según lo que realmente sientes.

| Sexo: Masculino – Femenino<br>Grado..... Sección..... | Totalmente en desacuerdo | Algo en desacuerdo    | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | Algo de acuerdo       | Totalmente de acuerdo |
|-------------------------------------------------------|--------------------------|-----------------------|--------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| <b>Cuando estoy activo...</b>                         | <b>1</b>                 | <b>2</b>              | <b>3</b>                       | <b>4</b>              | <b>5</b>              |
| 1. Disfruto                                           | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2. Me aburro                                          | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3. No me gusta                                        | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4. Lo encuentro agradable                             | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5. De ninguna manera es divertido                     | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 6. Me da energía                                      | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 7. Me deprime                                         | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 8. Es muy agradable                                   | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 9. Me siento bien físicamente                         | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 10. Siento que me aporta algo bueno                   | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 11. Me emociono                                       | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 12. Me frustra                                        | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 13. De ninguna manera es interesante                  | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 14. Me hace sentir emociones positivas                | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 15. Me siento satisfecho                              | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 16. Pienso que debería estar haciendo otra cosa       | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### Escala de autoeficacia motriz

#### AEM adapto por Hernández-Álvarez y otros (2011)

Las siguientes afirmaciones describen situaciones relacionadas a la hora de práctica de actividades físicas deportivas. Responde con total honestidad

|                                                                                                                                                                                    |                                |                       |                       |                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------------------------------------|
| Sexo: Masculino – Femenino                                                                                                                                                         | Totalmente<br>en<br>desacuerdo | En<br>desacuerdo      | De<br>desacuerdo      | Totalmente<br>de acuerdo<br>Totalmente<br>de acuerdo |
| Grado..... Sección.....                                                                                                                                                            |                                |                       |                       |                                                      |
|                                                                                                                                                                                    | 1                              | 2                     | 3                     | 4                                                    |
| 1. Durante un juego deportivo puedo conseguir resolver un problema aunque alguien se me oponga                                                                                     | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |
| 2. En las clases de educación Física puedo resolver tareas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.                                                                                 | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |
| 3. En la actividad física me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas                                                                        | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |
| 4. Tengo confianza en que podría manejar eficazmente situaciones inesperadas en la práctica de actividad física.                                                                   | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |
| 5. Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas en la práctica de actividades físicas.                                                                | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |
| 6. Cuando me encuentro en dificultades durante un juego o un partido puedo permanecer tranquilo/a porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles. | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |
| 7. Pase lo que pase durante el juego deportivo, por lo general soy capaz de manejar la situación                                                                                   | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |
| 8. Puedo realizar la mayoría de las actividades de clase de educación Física si me esfuerzo lo necesario                                                                           | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |
| 9. Si me encuentro en una situación difícil durante un juego deportivo, generalmente se me ocurre alternativas sobre qué debo hacer                                                | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |
| 10. Al tener que hacer frente a un problema del juego o de la clase de educación Física, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo.                        | <input type="radio"/>          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                |

### Anexo 3: Validación de instrumentos



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION FISICA



#### FICHA DE VALIDACIÓN INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

**Título de la Investigación:** Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho - 2026  
**Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES) adaptado por Moreno y otros (2008).

#### ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

| Indicadores        | Criterios                                               | Deficiente |    |    |    | Baja |    |    |    | Regular |    |    |    | Bueno |    |    |    | Muy bueno |    |    |     |
|--------------------|---------------------------------------------------------|------------|----|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|-----|
|                    |                                                         | 0          | 6  | 11 | 16 | 21   | 26 | 31 | 36 | 41      | 46 | 51 | 56 | 61    | 66 | 71 | 76 | 81        | 86 | 91 | 96  |
| 1. CLARIDAD        | Está formulado con lenguaje propio                      | 5          | 10 | 15 | 20 | 25   | 30 | 35 | 40 | 45      | 50 | 55 | 60 | 65    | 70 | 75 | 80 | 85        | 90 | 95 | 100 |
| 2. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | x         |    |    |     |
| 3. ACTUALIDAD      | Adecuado al avance de la ciencia pedagógica             |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    | x     |    |    |    |           | x  |    |     |
| 4. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica                          |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | x  |    |           |    |    |     |
| 5. SUFICIENCIA     | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | x         |    |    |     |
| 6. INTENCIONALIDAD | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | x  |     |
| 7. CONSISTENCIA    | Basado en aspectos teóricos científicos                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | x         |    |    |     |
| 8. COHERENCIA      | Entre los ítems e indicadores                           |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | x         |    |    |     |
| 9. METODOLOGÍA     | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           | x  |    |     |
| 10. PERTINENCIA    | Es útil y adecuado para la investigación                |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           | x  |    |     |

#### PROMEDIO DE VALORACIÓN:

85.0%

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

|                     |                                |               |               |
|---------------------|--------------------------------|---------------|---------------|
| Nombres y Apellidos | Miguel Andrés Pozo Palomino    | DNI: 70337364 | OBSERVACIONES |
| Título Profesional  | Licenciado en educación Física |               |               |
| Especialidad        | Secundaria                     |               |               |
| Grado Académico     | Magister                       |               |               |
| Mención             | Administración de la educación |               |               |

Ayacucho, 14 de mayo del 2026

Firma  
DNI: 70337364  
Celular: 963986188



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



**FICHA DE VALIDACIÓN  
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO**

**Título de la Investigación:** Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho - 2026

**Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** Escala de autoeficacia motriz AEM adaptado por Hernández-Alvarez y otros (2011)

**ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN**

| Indicadores        | Criterios                                               | Deficiente |   |    |    | Baja |    |    |    | Regular |    |    |    | Bueno |    |    |    | Muy bueno |    |    |    |
|--------------------|---------------------------------------------------------|------------|---|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|----|
|                    |                                                         | 0          | 6 | 11 | 16 | 21   | 26 | 31 | 36 | 41      | 46 | 51 | 56 | 61    | 66 | 71 | 76 | 81        | 86 | 91 | 96 |
| 1. CLARIDAD        | Esta formulado con lenguaje propio                      |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | x         |    |    |    |
| 2. OBJETIVIDAD     | Esta expresado en conductas observables                 |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           | x  |    |    |
| 3. ACTUALIDAD      | Adecuado al avance de la ciencia pedagógica             |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    | x     |    |    |    |           |    |    |    |
| 4. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica                          |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | x  |    |           |    |    |    |
| 5. SUFICIENCIA     | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       | x  |    |    |           |    |    |    |
| 6. INTENCIONALIDAD | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | x  |    |
| 7. CONSISTENCIA    | Basado en aspectos teóricos científicos                 |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | x         |    |    |    |
| 8. COHERENCIA      | Entre los ítems e indicadores                           |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | x         |    |    |    |
| 9. METODOLOGÍA     | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           |    | x  |    |
| 10. PERTINENCIA    | Es útil y adecuado para la investigación                |            |   |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           | x  |    |    |

**PROMEDIO DE VALORACIÓN:**

83.0 %

**OPINIÓN DE APLICABILIDAD:** a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

|                     |                                |      |  |               |
|---------------------|--------------------------------|------|--|---------------|
| Nombres y Apellidos | Miguel Andrés Pozo Palomino    | DNI: |  | OBSERVACIONES |
| Título Profesional  | Licenciado en educación Física |      |  |               |
| Especialidad        | Secundaria                     |      |  |               |
| Grado Académico     | Magister                       |      |  |               |
| Mención             | Administración de la educación |      |  |               |

Ayacucho, 14 de mayo del 2026

Firma  
 DNI: 70337364  
 Celular: 963986188



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**FICHA DE VALIDACIÓN**  
**INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO**

**Título de la Investigación:** Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho - 2026

**Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES)

| Indicadores        | Criterios                                               | Deficiente |    |    |    | Baja |    |    |    | Regular |    |    |    | Bueno |    |    |    | Muy bueno |    |    |     |
|--------------------|---------------------------------------------------------|------------|----|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|-----|
|                    |                                                         | 0          | 5  | 11 | 16 | 21   | 26 | 31 | 36 | 41      | 46 | 51 | 56 | 61    | 66 | 71 | 76 | 81        | 86 | 91 | 96  |
|                    |                                                         | 5          | 10 | 15 | 20 | 25   | 30 | 35 | 40 | 45      | 50 | 55 | 60 | 65    | 70 | 75 | 80 | 85        | 90 | 95 | 100 |
| 1. CLARIDAD        | Está formulado con lenguaje propio                      |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 2. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 3. ACTUALIDAD      | Adecuado al avance de la ciencia pedagógica             |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 4. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica                          |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 5. SUFICIENCIA     | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 6. INTENCIONALIDAD | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 7. CONSISTENCIA    | Basado en aspectos teóricos científicos                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 8. COHERENCIA      | Entre los ítems e indicadores                           |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 9. METODOLOGÍA     | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 10. PERTINENCIA    | Es útil y adecuado para la investigación                |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |

**PROMEDIO DE VALORACIÓN:**

75%

**OPINIÓN DE APLICABILIDAD:** a) Deficiente b) Baja c) Regular **d) Buena** e) Muy buena

|                            |                                     |            |          |
|----------------------------|-------------------------------------|------------|----------|
| <b>Nombres y Apellidos</b> | Oscar Gutiérrez Huamani             | <b>DNI</b> | 28274743 |
| <b>Título Profesional</b>  | Licenciado en Educación Física      |            |          |
| <b>Especialidad</b>        | Educación Física                    |            |          |
| <b>Grado Académico</b>     | Doctor en ciencias de la motricidad |            |          |
| <b>Mención</b>             | Actividad física y Salud            |            |          |

Lugar y Fecha: 5 de mayo del 2026

**Firma**  
**DNI: 28274743**  
**Celular: 966630920**



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



### FICHA DE VALIDACIÓN INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

**Título de la Investigación:** Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho - 2026

**Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** Escala de autoeficacia motriz AEM adapto por Hernández-Álvarez y otros (2011)

| Indicadores        | Criterios                                               | Deficiente |    |    |    | Baja |    |    |    | Regular |    |    |    | Bueno |    |    |    | Muy bueno |    |    |     |
|--------------------|---------------------------------------------------------|------------|----|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|-----|
|                    |                                                         | 0          | 6  | 11 | 16 | 21   | 26 | 31 | 36 | 41      | 46 | 51 | 56 | 61    | 66 | 71 | 76 | 81        | 86 | 91 | 96  |
|                    |                                                         | 5          | 10 | 15 | 20 | 25   | 30 | 35 | 40 | 45      | 50 | 55 | 60 | 65    | 70 | 75 | 80 | 85        | 90 | 95 | 100 |
| 1. CLARIDAD        | Está formulado con lenguaje propio                      |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 2. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 3. ACTUALIDAD      | Adecuado al avance de la ciencia pedagógica             |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 4. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica                          |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 5. SUFICIENCIA     | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       | X  |    |    |           |    |    |     |
| 6. INTENCIONALIDAD | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       | X  |    |    |           |    |    |     |
| 7. CONSISTENCIA    | Basado en aspectos teóricos científicos                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       | X  |    |    |           |    |    |     |
| 8. COHERENCIA      | Entre los ítems e indicadores                           |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       | X  |    |    |           |    |    |     |
| 9. METODOLOGÍA     | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 10. PERTINENCIA    | Es útil y adecuado para la investigación                |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

73%

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

|                     |                                     |     |          |
|---------------------|-------------------------------------|-----|----------|
| Nombres y Apellidos | Oscar Gutiérrez Huamani             | DNI | 28274743 |
| Título Profesional  | Licenciado en Educación Física      |     |          |
| Especialidad        | Educación Física                    |     |          |
| Grado Académico     | Doctor en ciencias de la motricidad |     |          |
| Mención             | Actividad física y Salud            |     |          |

Lugar y Fecha: 5 de mayo del 2026

Firma

DNI: 28274743

Celular: 966630920



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



FICHA DE VALIDACIÓN  
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

**Título de la Investigación:** Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho - 2026  
**Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES) adaptado por Moreno y otros (2008).

**ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN**

| Indicadores        | Criterios                                               | Deficiente |    |    |    | Baja |    |    |    | Regular |    |    |    | Bueno |    |    |    | Muy bueno |    |    |     |
|--------------------|---------------------------------------------------------|------------|----|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|-----|
|                    |                                                         | 0          | 6  | 11 | 16 | 21   | 26 | 31 | 36 | 41      | 46 | 51 | 56 | 61    | 66 | 71 | 76 | 81        | 86 | 91 | 96  |
| 1. CLARIDAD        | Está formulado con lenguaje propio                      | 5          | 10 | 15 | 20 | 25   | 30 | 35 | 40 | 45      | 50 | 55 | 60 | 65    | 70 | 75 | 80 | 85        | 90 | 95 | 100 |
| 2. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 3. ACTUALIDAD      | Adecuado al avance de la ciencia pedagógica             |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 4. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica                          |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 5. SUFICIENCIA     | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 6. INTENCIONALIDAD | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 7. CONSISTENCIA    | Basado en aspectos teóricos científicos                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 8. COHERENCIA      | Entre los ítems e indicadores                           |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 9. METODOLOGÍA     | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 10. PERTINENCIA    | Es útil y adecuado para la investigación                |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |

**PROMEDIO DE VALORACIÓN:**

77,6 %

**OPINIÓN DE APLICABILIDAD:** a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

|                     |                               |               |               |
|---------------------|-------------------------------|---------------|---------------|
| Nombres y Apellidos | Edwin H. EYZAGUIRRE MALDONADO | DNI: 08124092 | OBSERVACIONES |
| Título Profesional  | Licenciado                    |               |               |
| Especialidad        | Educación Física              |               |               |
| Grado Académico     | Doctor                        |               |               |
| Mención             | Educación                     |               |               |

Ayacucho, 26 de mayo del 2026

Firma

DNI: 08124092  
Celular: 995514227



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



FICHA DE VALIDACIÓN  
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho - 2026

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Escala de autoeficacia motriz AEM adaptado por Hernández-Alvarez y otros (2011)

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

| Indicadores        | Criterios                                               | Deficiente |    |    |    | Baja |    |    |    | Regular |    |    |    | Bueno |    |    |    | Muy bueno |    |    |     |
|--------------------|---------------------------------------------------------|------------|----|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|-----|
|                    |                                                         | 0          | 6  | 11 | 16 | 21   | 26 | 31 | 36 | 41      | 46 | 51 | 56 | 61    | 66 | 71 | 76 | 81        | 86 | 91 | 96  |
|                    |                                                         | 5          | 10 | 15 | 20 | 25   | 30 | 35 | 40 | 45      | 50 | 55 | 60 | 65    | 70 | 75 | 80 | 85        | 90 | 95 | 100 |
| 1. CLARIDAD        | Está formulado con lenguaje propio                      |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 2. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 3. ACTUALIDAD      | Adecuado al avance de la ciencia pedagógica             |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 4. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica                          |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 5. SUFICIENCIA     | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 6. INTENCIONALIDAD | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 7. CONSISTENCIA    | Basado en aspectos teóricos científicos                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 8. COHERENCIA      | Entre los ítems e indicadores                           |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 9. METODOLOGÍA     | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 10. PERTINENCIA    | Es útil y adecuado para la investigación                |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 77.9 %

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

|                     |                               |               |               |
|---------------------|-------------------------------|---------------|---------------|
| Nombres y Apellidos | Edwin H. EYZAGUIRRE MALDONADO | DNI: 08124092 | OBSERVACIONES |
| Título Profesional  | Licenciado                    |               |               |
| Especialidad        | Educación Física              |               |               |
| Grado Académico     | Doctor                        |               |               |
| Mención             | Educación                     |               |               |

Ayacucho, 26 de mayo del 2026

Firma:   
DNI: 08124092  
Celular: 995514227



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**FICHA DE VALIDACIÓN**  
**INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO**

**Título de la Investigación:** Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho - 2026  
**Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES) adaptado por Moreno y otros (2008).

**ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN**

| Indicadores        | Criterios                                               | Deficiente |    |    |    | Baja |    |    |    | Regular |    |    |    | Bueno |    |    |    | Muy bueno |    |    |     |
|--------------------|---------------------------------------------------------|------------|----|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|-----|
|                    |                                                         | 0          | 6  | 11 | 16 | 21   | 26 | 31 | 36 | 41      | 46 | 51 | 56 | 61    | 66 | 71 | 76 | 81        | 86 | 91 | 96  |
| 1. CLARIDAD        | Está formulado con lenguaje propio                      | 5          | 10 | 15 | 20 | 25   | 30 | 35 | 40 | 45      | 50 | 55 | 60 | 65    | 70 | 75 | 80 | 85        | 90 | 95 | 100 |
| 2. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 3. ACTUALIDAD      | Adecuado al avance de la ciencia pedagógica             |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | X         |    |    |     |
| 4. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica                          |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 5. SUFICIENCIA     | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 6. INTENCIONALIDAD | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | X         |    |    |     |
| 7. CONSISTENCIA    | Basado en aspectos teóricos científicos                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 8. COHERENCIA      | Entre los ítems e indicadores                           |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | X         |    |    |     |
| 9. METODOLOGÍA     | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 10. PERTINENCIA    | Es útil y adecuado para la investigación                |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |

**PROMEDIO DE VALORACIÓN:**

**81.8**

**OPINIÓN DE APLICABILIDAD:** a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

|                     |                             |               |               |
|---------------------|-----------------------------|---------------|---------------|
| Nombres y Apellidos | Chavez Cspinoza Brhay Ilich | DNI: 70757930 | OBSERVACIONES |
| Título Profesional  | Licenciado en Educación     |               |               |
| Especialidad        | Educación Física            |               |               |
| Grado Académico     | Maestría                    |               |               |
| Mención             | Gestión Educacional         |               |               |

Ayacucho, 18 de mayo del 2026

Firma  
DNI: 70757930  
Celular: 95212320



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**FICHA DE VALIDACIÓN**  
**INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO**

**Título de la Investigación:** Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho - 2026  
**Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** Escala de autoeficacia motriz AEM adaptado por Hernández-Álvarez y otros (2011)

**ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN**

| Indicadores        | Criterios                                               | Deficiente |    |    |    | Baja |    |    |    | Regular |    |    |    | Bueno |    |    |    | Muy bueno |    |    |     |
|--------------------|---------------------------------------------------------|------------|----|----|----|------|----|----|----|---------|----|----|----|-------|----|----|----|-----------|----|----|-----|
|                    |                                                         | 0          | 6  | 11 | 16 | 21   | 26 | 31 | 36 | 41      | 46 | 51 | 56 | 61    | 66 | 71 | 76 | 81        | 86 | 91 | 96  |
|                    |                                                         | 5          | 10 | 15 | 20 | 25   | 30 | 35 | 40 | 45      | 50 | 55 | 60 | 65    | 70 | 75 | 80 | 85        | 90 | 95 | 100 |
| 1. CLARIDAD        | Está formulado con lenguaje propio                      |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | X         |    |    |     |
| 2. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 3. ACTUALIDAD      | Adecuado al avance de la ciencia pedagógica             |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 4. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica                          |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 5. SUFICIENCIA     | Comprende los aspectos en cantidad y calidad            |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    | X  |    |           |    |    |     |
| 6. INTENCIONALIDAD | Adecuado para valorar los indicadores                   |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    |           | X  |    |     |
| 7. CONSISTENCIA    | Basado en aspectos teóricos científicos                 |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | X         |    |    |     |
| 8. COHERENCIA      | Entre los ítems e indicadores                           |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 9. METODOLOGÍA     | La estrategia responde al propósito de la investigación |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    | X  |           |    |    |     |
| 10. PERTINENCIA    | Es útil y adecuado para la investigación                |            |    |    |    |      |    |    |    |         |    |    |    |       |    |    |    | X         |    |    |     |

**PROMEDIO DE VALORACIÓN:**

**81.5**

**OPINIÓN DE APLICABILIDAD:** a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

|                     |                             |               |               |
|---------------------|-----------------------------|---------------|---------------|
| Nombres y Apellidos | Chavez Espinoza Brhay Ilich | DNI: 70757930 | OBSERVACIONES |
| Título Profesional  | Licenciado En Educacion     |               |               |
| Especialidad        | Educación Física            |               |               |
| Grado Académico     | Maestría                    |               |               |
| Mención             | Gestión Educacional         |               |               |

Ayacucho, 18 de mayo del 2026

Firma:  
DNI: 70757930  
Celular: 95212320

# Anexo 4: Autorización

SOLICITO: PERMISO PARA APLICAR EL CUESTIONARIO DE AUTOEFICACIA MOTRIZ Y DISFRUTE DE LA ACTIVIDAD FISICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. "CORAZÓN DE JESÚS", AYACUCHO-2026

SEÑOR: DIRECTOR DE LA I.E. "CORAZÓN DE JESÚS"

Yo, JHADER SANCHEZ SANTAPE, identificado con DNI N° 73448196, domiciliado en Asoc. Micaela Bastidas Mz. 1 Lt. 22 distrito Jesús Nazareno, Provincia de Huamanga, Departamento de Ayacucho, y ROSMEL STALIN AYALA GONZALES, identificada con DNI N° 72242883, con domicilio en Asoc. Unión Sinal - CP Huancabamba, Provincia de Huamanga, Departamento de Ayacucho. Egresados de la Escuela Profesional de Educación Física, nos dirigimos a usted con el debido respeto y exponemos:

Que, en cumplimiento de las actividades académicas de la universidad y con la finalidad de optar el título profesional de Licenciados en Educación, venimos desarrollando el proyecto de investigación "autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho-2026", por lo que solicitamos se nos brinde la autorización correspondiente para aplicar los instrumentos de recolección de datos: mes de mayo.

## POR LO EXPUESTO:

A usted, acceder a la presente petición por ser justa y necesaria.

Actividad: Población:  
1-2 días 291 estudiantes  
10 secciones A.B

Ayacucho, 06 de abril del 2026

  
ROSMEL STALIN AYALA GONZALES  
DNI N° 72242883

  
JHADER SANCHEZ SANTAPE  
DNI N° 73448196



## Anexo 5: Base de datos

| Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES) |                       |    |    |    |    |     |     |     |     |       |    |                        |    |       |    |       |    |       |     |        |     |        |     |        |    |    |   | total | Total no inv | Total V1 - V2 |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-------|----|------------------------|----|-------|----|-------|----|-------|-----|--------|-----|--------|-----|--------|----|----|---|-------|--------------|---------------|
| ID                                                           | DISFRUTE POSITIVO(D1) |    |    |    |    |     |     |     |     |       |    | DISFRUTE NEGATIVO (D2) |    |       |    |       |    |       |     |        |     |        |     |        |    |    |   |       |              |               |
|                                                              | P1                    | P4 | P6 | P8 | P9 | P10 | P11 | P14 | P15 | Total | P2 | P2Inv                  | P3 | P3Inv | P5 | P5Inv | P7 | P7Inv | P12 | P12Inv | P13 | P13Inv | P16 | P16Inv | TI |    |   |       |              |               |
| E01                                                          | 5                     | 4  | 1  | 1  | 1  | 1   | 3   | 3   | 3   | 22    | 2  | 1                      | 5  | 2     | 4  | 4     | 2  | 2     | 4   | 2      | 4   | 2      | 4   | 3      | 3  | 26 | 4 | 2     | 3            |               |
| E02                                                          | 3                     | 4  | 4  | 4  | 3  | 4   | 3   | 3   | 4   | 32    | 4  | 4                      | 2  | 2     | 4  | 2     | 4  | 3     | 3   | 1      | 5   | 2      | 4   | 2      | 4  | 26 | 4 | 2     | 4            |               |
| E03                                                          | 5                     | 5  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 5   | 5   | 45    | 5  | 4                      | 2  | 5     | 1  | 4     | 2  | 1     | 5   | 1      | 5   | 5      | 1   | 4      | 2  | 18 | 3 | 3     | 4            |               |
| E04                                                          | 5                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 5   | 4   | 4   | 4   | 38    | 4  | 1                      | 5  | 1     | 5  | 1     | 5  | 1     | 5   | 3      | 3   | 1      | 5   | 1      | 5  | 33 | 5 | 1     | 4            |               |
| E05                                                          | 5                     | 5  | 5  | 5  | 5  | 5   | 4   | 4   | 5   | 43    | 5  | 2                      | 4  | 2     | 4  | 2     | 4  | 1     | 5   | 1      | 5   | 2      | 4   | 3      | 3  | 29 | 4 | 2     | 4            |               |
| E06                                                          | 5                     | 5  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 5   | 5   | 45    | 5  | 3                      | 3  | 1     | 5  | 2     | 4  | 2     | 4   | 2      | 4   | 2      | 4   | 1      | 5  | 29 | 4 | 2     | 5            |               |
| E07                                                          | 4                     | 4  | 5  | 5  | 5  | 5   | 3   | 5   | 5   | 41    | 5  | 3                      | 3  | 3     | 3  | 4     | 2  | 3     | 3   | 3      | 3   | 2      | 4   | 4      | 2  | 20 | 3 | 3     | 4            |               |
| E08                                                          | 5                     | 4  | 4  | 5  | 5  | 5   | 5   | 4   | 5   | 42    | 5  | 2                      | 4  | 2     | 4  | 1     | 5  | 1     | 5   | 2      | 4   | 1      | 5   | 1      | 5  | 32 | 5 | 1     | 5            |               |
| E09                                                          | 5                     | 5  | 2  | 5  | 4  | 5   | 5   | 5   | 4   | 40    | 4  | 3                      | 3  | 1     | 5  | 1     | 5  | 2     | 4   | 1      | 5   | 4      | 2   | 5      | 1  | 25 | 4 | 2     | 4            |               |
| E10                                                          | 4                     | 3  | 3  | 3  | 4  | 3   | 3   | 3   | 3   | 29    | 3  | 3                      | 3  | 3     | 3  | 3     | 3  | 3     | 3   | 3      | 3   | 3      | 3   | 3      | 3  | 21 | 3 | 3     | 3            |               |
| E11                                                          | 4                     | 4  | 5  | 5  | 4  | 4   | 5   | 3   | 5   | 39    | 4  | 1                      | 5  | 1     | 5  | 1     | 5  | 1     | 5   | 3      | 3   | 1      | 5   | 3      | 3  | 31 | 4 | 2     | 4            |               |
| E12                                                          | 3                     | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 3   | 3   | 3   | 27    | 3  | 3                      | 3  | 3     | 3  | 3     | 3  | 3     | 3   | 3      | 3   | 3      | 3   | 3      | 3  | 21 | 3 | 3     | 3            |               |
| E13                                                          | 5                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 5   | 4   | 5   | 39    | 4  | 3                      | 3  | 3     | 3  | 3     | 3  | 3     | 3   | 3      | 3   | 3      | 3   | 3      | 3  | 21 | 3 | 3     | 4            |               |
| E14                                                          | 1                     | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 9     | 1  | 1                      | 5  | 1     | 5  | 1     | 5  | 1     | 5   | 1      | 5   | 1      | 5   | 1      | 5  | 35 | 5 | 1     | 3            |               |
| E15                                                          | 5                     | 5  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 5   | 5   | 45    | 5  | 2                      | 4  | 3     | 3  | 2     | 4  | 2     | 4   | 5      | 1   | 2      | 4   | 2      | 4  | 24 | 3 | 3     | 4            |               |
| E16                                                          | 5                     | 5  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 1   | 5   | 41    | 5  | 3                      | 3  | 1     | 5  | 1     | 5  | 1     | 5   | 1      | 5   | 1      | 5   | 1      | 5  | 33 | 5 | 1     | 5            |               |
| E17                                                          | 5                     | 3  | 5  | 4  | 4  | 4   | 4   | 5   | 5   | 39    | 4  | 3                      | 3  | 3     | 3  | 3     | 3  | 5     | 1   | 1      | 5   | 1      | 5   | 2      | 4  | 24 | 3 | 3     | 4            |               |
| E18                                                          | 5                     | 5  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 5   | 5   | 45    | 5  | 1                      | 5  | 1     | 5  | 1     | 5  | 1     | 5   | 1      | 5   | 1      | 5   | 1      | 5  | 35 | 5 | 1     | 5            |               |
| E19                                                          | 5                     | 5  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 1   | 1   | 37    | 4  | 1                      | 5  | 1     | 5  | 1     | 5  | 1     | 5   | 2      | 4   | 2      | 4   | 5      | 1  | 29 | 4 | 2     | 4            |               |
| E20                                                          | 4                     | 4  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 1   | 5   | 39    | 4  | 1                      | 5  | 4     | 2  | 2     | 4  | 1     | 5   | 1      | 5   | 1      | 5   | 1      | 5  | 31 | 4 | 2     | 4            |               |
| E21                                                          | 5                     | 4  | 5  | 5  | 5  | 5   | 5   | 5   | 5   | 44    | 5  | 3                      | 3  | 3     | 3  | 2     | 4  | 2     | 4   | 2      | 4   | 1      | 5   | 1      | 5  | 28 | 4 | 2     | 4            |               |

|     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |   |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|
| E22 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 41 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 5 | 3 | 3 | 2 | 4 | 26 | 4 | 2 | 4 |
| E23 | 1 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 38 | 4 | 4 | 2 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 4 | 2 | 4 | 2 | 26 | 4 | 2 | 4 |
| E24 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 35 | 5 | 1 | 5 |
| E25 | 5 | 2 | 1 | 2 | 4 | 1 | 4 | 4 | 2 | 25 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 4 | 2 | 22 | 3 | 3 | 3 |
| E26 | 1 | 2 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 37 | 4 | 5 | 1 | 5 | 1 | 3 | 3 | 5 | 1 | 1 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 17 | 2 | 4 | 3 |
| E27 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 41 | 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 25 | 4 | 2 | 4 |
| E28 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9  | 1 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 35 | 5 | 1 | 3 |
| E29 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 42 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 24 | 3 | 3 | 4 |
| E30 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 34 | 5 | 1 | 5 |
| E31 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 30 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 4 | 2 | 1 | 5 | 5 | 1 | 5 | 1 | 1 | 5 | 24 | 3 | 3 | 3 |
| E32 | 3 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 38 | 4 | 5 | 1 | 5 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 5 | 1 | 4 | 2 | 11 | 2 | 4 | 3 |
| E33 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 5 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 5 | 1 | 12 | 2 | 4 | 3 |
| E34 | 5 | 4 | 2 | 3 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 36 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 24 | 3 | 3 | 4 |
| E35 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 3 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 33 | 5 | 1 | 5 |
| E36 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 29 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 22 | 3 | 3 | 3 |
| E37 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 40 | 4 | 2 | 4 | 1 | 5 | 3 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 32 | 5 | 1 | 5 |
| E38 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 34 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 27 | 4 | 2 | 4 |
| E39 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 36 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 35 | 5 | 1 | 5 |
| E40 | 5 | 1 | 5 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 4 | 27 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 26 | 4 | 2 | 3 |
| E41 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 30 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 21 | 3 | 3 | 3 |
| E42 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 44 | 5 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 29 | 4 | 2 | 5 |
| E43 | 1 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 3 | 1 | 32 | 4 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 1 | 5 | 5 | 1 | 1 | 5 | 3 | 3 | 17 | 2 | 4 | 3 |
| E44 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 35 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 27 | 4 | 2 | 4 |
| E45 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 1 | 5 | 41 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 4 | 2 | 1 | 5 | 1 | 5 | 32 | 5 | 1 | 5 |
| E46 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 44 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 2 | 4 | 31 | 4 | 2 | 5 |
| E47 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 1 | 5 | 37 | 4 | 1 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 5 | 1 | 1 | 5 | 5 | 1 | 1 | 5 | 25 | 4 | 2 | 4 |
| E48 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 41 | 5 | 1 | 5 | 3 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 33 | 5 | 1 | 5 |
| E49 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 28 | 4 | 2 | 5 |
| E50 | 5 | 4 | 1 | 1 | 5 | 5 | 1 | 1 | 1 | 24 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 5 | 33 | 5 | 1 | 4 |
| E51 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 30 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 23 | 3 | 3 | 3 |

|     |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |   |   |   |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|---|---|---|
| E52 | 4 | 2 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 34 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 5 | 1 | 5 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 14 | 2  | 4 | 3 |   |
| E53 | 5 | 5 | 3 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 38 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 4 | 2 | 27 | 4  | 2 | 4 |   |
| E54 | 5 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 33 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 27 | 4  | 2 | 4 |   |
| E55 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 36 | 4 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 4 | 2 | 1 | 5 | 31 | 4  | 2 | 4 |   |
| E56 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 34 | 5  | 1 | 5 |   |
| E57 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 34 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 19 | 3 | 3 | 3 |
| E58 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 27 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 21 | 3 | 3 | 3 |
| E59 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 27 | 3 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 18 | 3  | 3 | 3 |   |
| E60 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 27 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 26 | 4  | 2 | 3 |   |
| E61 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 17 | 2 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 33 | 5  | 1 | 3 |   |
| E62 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 42 | 5 | 4 | 2 | 4 | 2 | 5 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 5 | 1 | 2 | 4 | 15 | 2  | 4 | 3 |   |
| E63 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 42 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 5 | 25 | 4  | 2 | 4 |   |
| E64 | 5 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 41 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 4 | 2 | 32 | 5  | 1 | 5 |   |
| E65 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 36 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 28 | 4  | 2 | 4 |   |
| E66 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 3 | 33 | 5  | 1 | 5 |   |
| E67 | 1 | 1 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 34 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 25 | 4  | 2 | 4 |   |
| E68 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 4 | 2 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 32 | 5  | 1 | 5 |   |
| E69 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 23 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4  | 24 | 3 | 3 | 3 |
| E70 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 28 | 4  | 2 | 3 |   |
| E71 | 4 | 4 | 1 | 4 | 5 | 3 | 1 | 4 | 3 | 29 | 3 | 5 | 1 | 5 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 5 | 3 | 3 | 18 | 3  | 3 | 3 |   |
| E72 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 35 | 5  | 1 | 5 |   |
| E73 | 1 | 1 | 2 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 3 | 30 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 26 | 4  | 2 | 4 |   |
| E74 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 41 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 30 | 4  | 2 | 4 |   |
| E75 | 4 | 5 | 3 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 39 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 32 | 5  | 1 | 4 |   |
| E76 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 37 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 5 | 1 | 19 | 3  | 3 | 3 |   |
| E77 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 39 | 4 | 4 | 2 | 5 | 1 | 4 | 2 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 9  | 1  | 5 | 3 |   |
| E78 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 34 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 5 | 24 | 3  | 3 | 4 |   |
| E79 | 2 | 4 | 1 | 4 | 5 | 4 | 3 | 3 | 4 | 30 | 3 | 5 | 1 | 4 | 2 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 3 | 5 | 1 | 22 | 3  | 3 | 3 |   |
| E80 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 43 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 4 | 2 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 30 | 4  | 2 | 5 |   |
| E81 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 38 | 4 | 4 | 2 | 1 | 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 23 | 3  | 3 | 4 |   |

|      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |   |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|
| E82  | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 34 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 5 | 27 | 4 | 2 | 4 |
| E83  | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 44 | 5 | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 32 | 5 | 1 | 5 |
| E84  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 31 | 4 | 2 | 5 |
| E85  | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 35 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 24 | 3 | 3 | 4 |
| E86  | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 31 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 5 | 26 | 4 | 2 | 4 |
| E87  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 3 | 1 | 5 | 2 | 4 | 32 | 5 | 1 | 5 |
| E88  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 3 | 33 | 5 | 1 | 5 |
| E89  | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 41 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 3 | 32 | 5 | 1 | 5 |
| E90  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 43 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 5 | 3 | 3 | 32 | 5 | 1 | 5 |
| E91  | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 3 | 5 | 40 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 1 | 3 | 3 | 16 | 2 | 4 | 3 |
| E92  | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 39 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 5 | 1 | 1 | 5 | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 5 | 25 | 4 | 2 | 4 |
| E93  | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 31 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 30 | 4 | 2 | 4 |
| E94  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9  | 1 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 30 | 4 | 2 | 3 |
| E95  | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 4 | 4 | 39 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 29 | 4 | 2 | 4 |
| E96  | 3 | 4 | 4 | 4 | 5 | 3 | 4 | 4 | 4 | 35 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 1 | 5 | 5 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 22 | 3 | 3 | 4 |
| E97  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 44 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 4 | 2 | 1 | 5 | 2 | 4 | 31 | 4 | 2 | 5 |
| E98  | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 44 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 33 | 5 | 1 | 5 |
| E99  | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 43 | 5 | 3 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 33 | 5 | 1 | 5 |
| E100 | 5 | 5 | 2 | 3 | 2 | 5 | 3 | 3 | 4 | 32 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 1 | 5 | 20 | 3 | 3 | 3 |
| E101 | 5 | 3 | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 38 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 3 | 1 | 5 | 27 | 4 | 2 | 4 |
| E102 | 4 | 3 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 37 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 4 | 2 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 2 | 4 | 31 | 4 | 2 | 4 |
| E103 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 9  | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 4 | 2 | 10 | 1 | 5 | 1 |
| E104 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 45 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 35 | 5 | 1 | 5 |
| E105 | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 34 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 5 | 1 | 5 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 28 | 4 | 2 | 4 |
| E106 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 44 | 5 | 4 | 2 | 5 | 1 | 3 | 3 | 1 | 5 | 4 | 2 | 1 | 5 | 5 | 1 | 19 | 3 | 3 | 4 |
| E107 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 1 | 5 | 5 | 4 | 31 | 3 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 1 | 5 | 1 | 4 | 2 | 14 | 2 | 4 | 3 |
| E108 | 5 | 1 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 2 | 37 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 1 | 5 | 5 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 20 | 3 | 3 | 3 |
| E109 | 1 | 5 | 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 20 | 2 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 4 | 2 | 1 | 5 | 1 | 5 | 1 | 5 | 20 | 3 | 3 | 3 |

| ESCALA DE AUTOEFICACIA MOTRIZ |                       |    |    |    |    |     |       |   |                     |    |    |    |       |   |     |
|-------------------------------|-----------------------|----|----|----|----|-----|-------|---|---------------------|----|----|----|-------|---|-----|
| ID                            | CONFIANZA MOTRIZ (D1) |    |    |    |    |     |       |   | PERSISTENCIA MOTRIZ |    |    |    |       |   |     |
|                               | P1                    | P4 | P5 | P6 | P7 | P10 | Total |   | P2                  | P3 | P8 | P9 | Total |   | V.T |
| E01                           | 4                     | 2  | 2  | 4  | 2  | 1   | 15    | 3 | 2                   | 2  | 4  | 4  | 12    | 3 | 3   |
| E02                           | 3                     | 3  | 3  | 4  | 4  | 1   | 18    | 3 | 1                   | 3  | 4  | 4  | 12    | 3 | 3   |
| E03                           | 4                     | 2  | 4  | 4  | 4  | 4   | 22    | 4 | 3                   | 3  | 4  | 4  | 14    | 4 | 4   |
| E04                           | 4                     | 4  | 4  | 4  | 3  | 4   | 23    | 4 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E05                           | 3                     | 3  | 3  | 3  | 4  | 3   | 19    | 3 | 4                   | 4  | 4  | 3  | 15    | 4 | 3   |
| E06                           | 3                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 23    | 4 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E07                           | 4                     | 3  | 3  | 4  | 3  | 4   | 21    | 4 | 4                   | 3  | 4  | 3  | 14    | 4 | 4   |
| E08                           | 3                     | 3  | 4  | 3  | 3  | 3   | 19    | 3 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E09                           | 4                     | 4  | 4  | 2  | 3  | 3   | 20    | 3 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E10                           | 1                     | 2  | 2  | 2  | 2  | 4   | 13    | 2 | 2                   | 4  | 4  | 4  | 14    | 4 | 3   |
| E11                           | 3                     | 4  | 3  | 3  | 4  | 2   | 19    | 3 | 4                   | 3  | 4  | 2  | 13    | 3 | 3   |
| E12                           | 2                     | 3  | 3  | 1  | 3  | 3   | 15    | 3 | 4                   | 4  | 3  | 3  | 14    | 4 | 3   |
| E13                           | 2                     | 3  | 1  | 3  | 3  | 3   | 15    | 3 | 4                   | 4  | 3  | 3  | 14    | 4 | 3   |
| E14                           | 4                     | 4  | 2  | 2  | 1  | 1   | 14    | 2 | 4                   | 4  | 1  | 1  | 10    | 3 | 2   |
| E15                           | 4                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 24    | 4 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E16                           | 4                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 24    | 4 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E17                           | 4                     | 3  | 4  | 3  | 4  | 3   | 21    | 4 | 3                   | 4  | 3  | 4  | 14    | 4 | 4   |
| E18                           | 3                     | 1  | 4  | 2  | 1  | 4   | 15    | 3 | 4                   | 3  | 4  | 4  | 15    | 4 | 3   |
| E19                           | 4                     | 4  | 4  | 1  | 3  | 4   | 20    | 3 | 4                   | 4  | 1  | 4  | 13    | 3 | 3   |
| E20                           | 3                     | 3  | 3  | 1  | 4  | 1   | 15    | 3 | 1                   | 1  | 4  | 3  | 9     | 2 | 2   |
| E21                           | 4                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 24    | 4 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E22                           | 4                     | 4  | 3  | 3  | 4  | 4   | 22    | 4 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E23                           | 3                     | 4  | 3  | 3  | 4  | 4   | 21    | 4 | 1                   | 4  | 4  | 3  | 12    | 3 | 3   |
| E24                           | 4                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 24    | 4 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E25                           | 2                     | 2  | 3  | 1  | 3  | 4   | 15    | 3 | 2                   | 3  | 4  | 2  | 11    | 3 | 3   |
| E26                           | 3                     | 3  | 3  | 4  | 2  | 3   | 18    | 3 | 4                   | 3  | 3  | 3  | 13    | 3 | 3   |
| E27                           | 4                     | 4  | 3  | 4  | 4  | 3   | 22    | 4 | 3                   | 3  | 2  | 3  | 11    | 3 | 3   |
| E28                           | 1                     | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 6     | 1 | 2                   | 1  | 1  | 1  | 5     | 1 | 1   |
| E29                           | 4                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 24    | 4 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E30                           | 3                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 23    | 4 | 4                   | 1  | 4  | 4  | 13    | 3 | 4   |
| E31                           | 3                     | 3  | 3  | 2  | 4  | 3   | 18    | 3 | 4                   | 4  | 4  | 3  | 15    | 4 | 3   |
| E32                           | 1                     | 3  | 3  | 3  | 1  | 3   | 14    | 2 | 3                   | 2  | 1  | 3  | 9     | 2 | 2   |
| E33                           | 2                     | 2  | 4  | 4  | 4  | 4   | 20    | 3 | 2                   | 2  | 4  | 4  | 12    | 3 | 3   |
| E34                           | 3                     | 3  | 4  | 2  | 3  | 4   | 19    | 3 | 1                   | 1  | 4  | 4  | 10    | 3 | 3   |
| E35                           | 1                     | 4  | 3  | 4  | 3  | 4   | 19    | 3 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |
| E36                           | 3                     | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 18    | 3 | 3                   | 3  | 3  | 3  | 12    | 3 | 3   |
| E37                           | 3                     | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 23    | 4 | 3                   | 4  | 4  | 4  | 15    | 4 | 4   |
| E38                           | 4                     | 4  | 3  | 4  | 4  | 3   | 22    | 4 | 4                   | 3  | 4  | 3  | 14    | 4 | 4   |
| E39                           | 3                     | 3  | 3  | 3  | 3  | 4   | 19    | 3 | 4                   | 4  | 3  | 3  | 14    | 4 | 3   |
| E40                           | 2                     | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 17    | 3 | 3                   | 3  | 3  | 3  | 12    | 3 | 3   |
| E41                           | 3                     | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 18    | 3 | 3                   | 3  | 3  | 3  | 12    | 3 | 3   |
| E42                           | 4                     | 3  | 4  | 3  | 3  | 3   | 20    | 3 | 4                   | 3  | 3  | 4  | 14    | 4 | 3   |
| E43                           | 3                     | 3  | 2  | 4  | 3  | 3   | 18    | 3 | 2                   | 4  | 4  | 3  | 13    | 3 | 3   |
| E44                           | 3                     | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 18    | 3 | 3                   | 3  | 3  | 3  | 12    | 3 | 3   |
| E45                           | 3                     | 3  | 3  | 4  | 4  | 4   | 21    | 4 | 4                   | 4  | 4  | 4  | 16    | 4 | 4   |

|     |   |   |   |   |   |   |    |   |   |   |   |   |    |   |   |
|-----|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|----|---|---|
| E46 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E47 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 10 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4  | 1 | 1 |
| E48 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 20 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 | 3 | 3 |
| E49 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 19 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E50 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 22 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E51 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 23 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E52 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 19 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 | 3 | 3 |
| E53 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E54 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 17 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 3 | 3 |
| E55 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 23 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 13 | 3 | 4 |
| E56 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 23 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E57 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 16 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 11 | 3 | 3 |
| E58 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 18 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E59 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 | 3 | 3 |
| E60 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E61 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 20 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 | 3 | 3 |
| E62 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 21 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E63 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 | 3 | 3 |
| E64 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E65 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 17 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 3 | 3 |
| E66 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 19 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 13 | 3 | 3 |
| E67 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 19 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 | 3 | 3 |
| E68 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E69 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 19 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 13 | 3 | 3 |
| E70 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 18 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 9  | 2 | 3 |
| E71 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 21 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 14 | 4 | 4 |
| E72 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 17 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 14 | 4 | 3 |
| E73 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 20 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 14 | 4 | 3 |
| E74 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 19 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E75 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 21 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E76 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 17 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 11 | 3 | 3 |
| E77 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 9  | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 5  | 1 | 1 |
| E78 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 16 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 3 | 3 |
| E79 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4 | 2 | 3 | 1 | 4 | 10 | 3 | 3 |
| E80 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 23 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 14 | 4 | 4 |
| E81 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 16 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 14 | 4 | 3 |
| E82 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 18 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E83 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 23 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E84 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 17 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E85 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 16 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 3 | 3 |
| E86 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 20 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E87 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 22 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E88 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 22 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 15 | 4 | 4 |
| E89 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4 | 17 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 13 | 3 | 3 |
| E90 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 19 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 15 | 4 | 3 |
| E91 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 20 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 14 | 4 | 3 |
| E92 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 22 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 15 | 4 | 4 |
| E93 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 18 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E94 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 6  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4  | 1 | 1 |
| E95 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 16 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 12 | 3 | 3 |

|      |   |   |   |   |   |   |    |   |   |   |   |   |    |   |   |
|------|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|----|---|---|
| E96  | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 19 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 14 | 4 | 3 |
| E97  | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 19 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 15 | 4 | 3 |
| E98  | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E99  | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 19 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 14 | 4 | 3 |
| E100 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 12 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 8  | 2 | 2 |
| E101 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 23 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 14 | 4 | 4 |
| E102 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 18 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E103 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 6  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4  | 1 | 1 |
| E104 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 22 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | 4 | 4 |
| E105 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 18 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E106 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 18 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 3 | 3 |
| E107 | 1 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 19 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 14 | 4 | 3 |
| E108 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 17 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 3 | 3 |
| E109 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 20 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 14 | 4 | 3 |

## Anexo 6: Procesamiento estadístico

### A nivel descriptivo

#### Autoeficacia motriz

|        |                          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Totalmente en desacuerdo | 5          | 4,6        | 4,6               | 4,6                  |
|        | En desacuerdo            | 4          | 3,7        | 3,7               | 8,3                  |
|        | De acuerdo               | 65         | 59,6       | 59,6              | 67,9                 |
|        | Totalmente de acuerdo    | 35         | 32,1       | 32,1              | 100,0                |
|        | Total                    | 109        | 100,0      | 100,0             |                      |

#### Disfrute de la actividad física

|        |                                | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Totalmente en desacuerdo       | 1          | ,9         | ,9                | ,9                   |
|        | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | 34         | 31,2       | 31,2              | 32,1                 |
|        | Algo de acuerdo                | 44         | 40,4       | 40,4              | 72,5                 |
|        | Totalmente de acuerdo          | 30         | 27,5       | 27,5              | 100,0                |
|        | Total                          | 109        | 100,0      | 100,0             |                      |

#### Disfrute positivo

|        |                                | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Totalmente en desacuerdo       | 4          | 3,7        | 3,7               | 3,7                  |
|        | Algo en desacuerdo             | 4          | 3,7        | 3,7               | 7,3                  |
|        | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | 19         | 17,4       | 17,4              | 24,8                 |
|        | Algo de acuerdo                | 41         | 37,6       | 37,6              | 62,4                 |
|        | Totalmente de acuerdo          | 41         | 37,6       | 37,6              | 100,0                |
|        | Total                          | 109        | 100,0      | 100,0             |                      |

#### Disfrute negativo

|        |                                | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Totalmente en desacuerdo       | 29         | 26,6       | 26,6              | 26,6                 |
|        | Algo en desacuerdo             | 41         | 37,6       | 37,6              | 64,2                 |
|        | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | 29         | 26,6       | 26,6              | 90,8                 |
|        | Algo de acuerdo                | 8          | 7,3        | 7,3               | 98,2                 |
|        | Totalmente de acuerdo          | 2          | 1,8        | 1,8               | 100,0                |
|        | Total                          | 109        | 100,0      | 100,0             |                      |

#### Confianza Motriz

|        |                          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Totalmente en desacuerdo | 3          | 2,8        | 2,8               | 2,8                  |
|        | En desacuerdo            | 6          | 5,5        | 5,5               | 8,3                  |
|        | De acuerdo               | 63         | 57,8       | 57,8              | 66,1                 |
|        | Totalmente de acuerdo    | 37         | 33,9       | 33,9              | 100,0                |
|        | Total                    | 109        | 100,0      | 100,0             |                      |

**Persistencia Motriz**

|        |                          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Totalmente en desacuerdo | 5          | 4,6        | 4,6               | 4,6                  |
|        | En desacuerdo            | 4          | 3,7        | 3,7               | 8,3                  |
|        | De acuerdo               | 49         | 45,0       | 45,0              | 53,2                 |
|        | Totalmente de acuerdo    | 51         | 46,8       | 46,8              | 100,0                |
|        | Total                    | 109        | 100,0      | 100,0             |                      |

**A nivel inferencial****Pruebas de normalidad**

|                                 | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |     |      | Shapiro-Wilk |     |      |
|---------------------------------|---------------------------------|-----|------|--------------|-----|------|
|                                 | Estadístico                     | gl  | Sig. | Estadístico  | gl  | Sig. |
| Autoeficacia motriz             | ,311                            | 109 | ,000 | ,731         | 109 | ,000 |
| Disfrute de la actividad física | ,210                            | 109 | ,000 | ,828         | 109 | ,000 |

a. Corrección de significación de Lilliefors

**Correlaciones**

|                 |                                 |                             | Autoeficacia motriz | Disfrute de la actividad física |
|-----------------|---------------------------------|-----------------------------|---------------------|---------------------------------|
| Rho de Spearman | Autoeficacia motriz             | Coefficiente de correlación | 1,000               | ,497**                          |
|                 |                                 | Sig. (bilateral)            | .                   | ,000                            |
|                 |                                 | N                           | 109                 | 109                             |
|                 | Disfrute de la actividad física | Coefficiente de correlación | ,497**              | 1,000                           |
|                 |                                 | Sig. (bilateral)            | ,000                | .                               |
|                 |                                 | N                           | 109                 | 109                             |

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

**Correlaciones**

|                 |                     |                             | Autoeficacia motriz | Disfrute positivo |
|-----------------|---------------------|-----------------------------|---------------------|-------------------|
| Rho de Spearman | Autoeficacia motriz | Coefficiente de correlación | 1,000               | ,448**            |
|                 |                     | Sig. (bilateral)            | .                   | ,000              |
|                 |                     | N                           | 109                 | 109               |
|                 | Disfrute positivo   | Coefficiente de correlación | ,448**              | 1,000             |
|                 |                     | Sig. (bilateral)            | ,000                | .                 |
|                 |                     | N                           | 109                 | 109               |

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

**Correlaciones**

|                 |                     |                             | Autoeficacia motriz | Disfrute negativo |
|-----------------|---------------------|-----------------------------|---------------------|-------------------|
| Rho de Spearman | Autoeficacia motriz | Coefficiente de correlación | 1,000               | -,332**           |
|                 |                     | Sig. (bilateral)            | .                   | ,000              |
|                 |                     | N                           | 109                 | 109               |
|                 | Disfrute negativo   | Coefficiente de correlación | -,332**             | 1,000             |
|                 |                     | Sig. (bilateral)            | ,000                | .                 |
|                 |                     | N                           | 109                 | 109               |

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

## Anexo 7: Evidencia fotográfica





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° 039-2021-UNSCH-CU, a solicitud escrita de los interesados, se ha realizado el análisis, valoración y verificación del contenido de la tesis titulada: **Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho - 2026**, presentado por los estudiantes: **Rosmel Stalin AYALA GONZALES** y **Jhader SANCHEZ SANTAFE**, "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 14% de índice de similitud, por tanto, aprobado**. Trabajo realizado por los profesores ordinarios Dr. Indalecio MUJICA BERMÚDEZ y Dr. Óscar GUTIÉRREZ HUAMANI, adscritos del Departamento Académico de Educación y Ciencias Humanas.

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-CF, 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 estimen conveniente, a petición de parte con solicitud de fecha 02 de julio de 2026 y boletas de venta electrónica N°s 26-00004562 y 26-00004566.

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

Ayacucho, 10 de julio de 2026

c.c.: Archivo  
VRTH/mqa

UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
VICTOR RAUL TUMBALOBOS HUAMANI  
DECANO

# Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho-2026

*por* Rosmel Stalin AYALA GONZALES y Jhader SANCHEZ SANTAFE

---

**Fecha de entrega:** 10-jul-2026 05:37a. m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2995956891

**Nombre del archivo:** Tesis\_Jader\_Stalim.pdf (2.83M)

**Total de palabras:** 25817

**Total de caracteres:** 123143

# Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. "Corazón de Jesús", Ayacucho-2026

## INFORME DE ORIGINALIDAD

14%

INDICE DE SIMILITUD

16%

FUENTES DE INTERNET

14%

PUBLICACIONES

11%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1

Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga

Trabajo del estudiante

2

[hdl.handle.net](https://hdl.handle.net)

Fuente de Internet

3

[repositorio.une.edu.pe](https://repositorio.une.edu.pe)

Fuente de Internet

4

[repositorio.unsch.edu.pe](https://repositorio.unsch.edu.pe)

Fuente de Internet

5

[revistas.ucr.ac.cr](https://revistas.ucr.ac.cr)

Fuente de Internet

6

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

7

José Lenin Luquez Villalva, Esther Lucrecia Carlin Chavez, Raúl López Fernández. "El impacto del big data en la personalización del aprendizaje en entornos digitales", MENTOR revista de investigación educativa y deportiva, 2026

Publicación

8

Submitted to Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco

Trabajo del estudiante

9

[repositorio.uam.es](https://repositorio.uam.es)

Fuente de Internet

10

[api-repositorio.unapiquitos.edu.pe](https://api-repositorio.unapiquitos.edu.pe)

Fuente de Internet

11

[apirepositorio.unh.edu.pe](https://apirepositorio.unh.edu.pe)

Fuente de Internet

12

Fabricio Díaz-del Aguila, Hilda Rocío Díaz-del Aguila, Jeison Elí Sánchez-Calle, Christian Miguel Navarro-Angulo et al. "Percepción de autoeficacia académica en estudiantes de Universidad Nacional Autónoma de Alto Amazonas: análisis descriptivo de sus dimensiones cognitivas, autorregulatorias y emocionales", Editora Científica Digital, 2026

Publicación

13

Fuente de Internet

14

Submitted to CUCIENEGA

Trabajo del estudiante

15

Ramos Cardenas, Edith Stephany. "Responsabilidad parental y absentismo académico en estudiantes con hijos de la escuela de Educación Superior Pedagógica Pública Nuestra Señora del Rosario, Madre de Dios - 2024", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru), 2025

Publicación

16

[repositorio.uct.edu.pe](https://repositorio.uct.edu.pe)

Fuente de Internet

17

Submitted to Universidad Libre Seccional Pereira

Trabajo del estudiante

18

[repositorio.unal.edu.co](https://repositorio.unal.edu.co)

Fuente de Internet

19

[repositorio.autonoma.edu.pe](https://repositorio.autonoma.edu.pe)

Fuente de Internet

20

[upc.aws.openrepository.com](https://upc.aws.openrepository.com)

Fuente de Internet

21

Grettel Villalobos Víquez, Carlos Álvarez Bogantes, Gerardo A. Araya Vargas, Graciela Ambulo Arosemena. "Efecto de la intervención "escuelas activas móviles" en tiempos de pandemia sobre la percepción de la autoeficacia, disfrute y el nivel de actividad física en niñez costarricense y panameña", MHSalud: Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud, 2022

Publicación

22

Submitted to unsaac

Trabajo del estudiante

23

Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC

Trabajo del estudiante

24

[repositorio.ucv.edu.pe](https://repositorio.ucv.edu.pe)

Fuente de Internet

25

Submitted to Universidad de Málaga - Tii

Trabajo del estudiante

26

[digibug.ugr.es](https://digibug.ugr.es)

Fuente de Internet

27

[issuu.com](https://issuu.com)

Fuente de Internet

---

|                      |        |                       |            |
|----------------------|--------|-----------------------|------------|
| Excluir citas        | Activo | Excluir coincidencias | < 30 words |
| Excluir bibliografía | Activo |                       |            |



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

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS DE LOS BACHILLERES ROSMEL STALIN AYALA GONZALES Y JHADER SANCHEZ SANTAFE, PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA.**

En la ciudad de Ayacucho, siendo a horas las cuatro de la tarde, del día veinte de julio del año dos mil veintiséis, se reunieron en el auditorio “José María Arguedas” de la Facultad de Ciencias de la Educación, los miembros del jurado el Dr. Víctor Raúl Tumbalobos Huamaní (Presidente), el Dr. Juan Pariona Cahuana, el Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní y el Mtro. Carlos Alberto Auccapuclla Paz (Miembros), bajo la presidencia del primero de los nombrados con la finalidad de recepcionar la sustentación de Tesis Titulada: **Autoeficacia motriz y disfrute de la actividad física en estudiantes de secundaria de la I.E. “Corazón de Jesús”, Ayacucho-2026**, presentado por los bachilleres en Ciencias de la Educación alumnos: **ROSMEL STALIN AYALA GONZALES Y JHADER SANCHEZ SANTAFE**, 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 los recurrentes, acto seguido el Presidente del Jurado invitó a los aspirantes al Título a exponer su tesis, finalizada la exposición los miembros del jurado proceden a formular las preguntas, las mismas que fueron absueltas por los sustentantes en forma satisfactoria, a continuación previa deliberación en privado, han obtenido un promedio de la nota aprobatoria de CATORCE (14).

Siendo a horas las cinco con treinta y cinco minutos de la tarde, se dio por concluido este acto académico. En fe de lo cual firmaron los miembros del jurado el Dr. Víctor Raúl Tumbalobos Huamaní (Presidente), el Dr. Juan Pariona Cahuana, el Dr. Oscar Gutiérrez Huamaní y el Mtro. Carlos Alberto Auccapuclla Paz (Miembros).

Es todo cuanto transcribo, para conocimiento y demás fines.

Ayacucho, 10 de agosto de 2026.

  
UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
Dr. VICTOR RAÚL TUMBALOBOS HUAMANÍ  
DECANO

Registro N° 1518 y 1547 - 2026  
Recibo de Tesorería N°s 26 – 00005689 y 20-00021918  
Libro N° 05, folios 351 y 352  
VRTH/acc.