

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”**

PROGRAMA DE PROFESIONALIZACION DOCENTE

PROGRAMA DE ESTUDIOS

EDUCACIÓN FÍSICA



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Actividad Física en estudiantes de la institución educativa
secundaria “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025

Para Obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación

AUTOR

HUISA PUMA, Rene

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-8370-2942>

ASESOR

Mg. PINEDA TAPIA, Freddy Roland

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5108-1504>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Actividad Física y Recreación

**Huanta – Ayacucho - Perú
2026**



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Siendo las **11:00 A.M. del 5 DE SETIEMBRE DEL 2026**, se reunieron los miembros del **JURADO EXAMINADOR**, el **SUSTENTANTE** y el **PÚBLICO** en el Auditorio Institucional para llevar a cabo la **CEREMONIA DE SUSTENTACIÓN** del **TRABAJO DE INVESTIGACIÓN "ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA "APÓSTOL SANTIAGO", LUCANAS 2025** Línea de investigación: **ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREACIÓN**, presentado por el egresado **HUISA PUMA, RENE** con código de matrícula **46298038**.

De Formación Continua / Programa de Profesionalización Docente de **EDUCACIÓN FÍSICA**, sustentación autorizada por la **Resolución Directoral No. 00633-2026- EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA**, Jurado Examinador autorizado por la **RD No 0634-2026-EESPPÚB."JSCO"/DG-HTA**. obteniendo como resultado el PROMEDIO de 14 (catorce).

Por tanto, el **Jurado Examinador de la Sustentación**, emite el siguiente **DICTAMEN**:

RESULTADO FINAL: Aprobado

El **SUSTENTANTE**, se encuentra **APTO** para iniciar los trámites administrativos para la obtención del **GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN**.

En señal de conformidad, firman los miembros del Jurado Examinador y la Autoridad Institucional.


PRESIDENTE


VOCAL


SECRETARIO


Dr. Walter Mariano Arce Villar
DIRECTOR GENERAL
vº Bº DIRECTOR GENERAL



FECHA	DÍA	MES	AÑO
	5	09	2026

ENTIDAD	EESPP "JOSE SALVADOR CAVERO OVALLE"			DRE	AYACUCHO		
CÓDIGO MODULAR	DENOMINACIÓN	GESTIÓN	CREACIÓN	DIRECCIÓN	JR. RAZUHUILLCA N°624		
604371	EESP	PÚBLICO	D.S. N°10.85-ED	PROVINCIA	HUANTA	DISTRITO	HUANTA

FORMACIÓN CONTINUA / PPD	EDUCACIÓN FÍSICA
RESOLUCIÓN DE AUTORIZACIÓN	RVM N°267-2020-MINEDU

DIRECTOR GENERAL (E)	Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR
DOCUMENTO DE DESIGNACIÓN	RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR

AUTORIZACIÓN DE SUSTENTACIÓN	RD No 00633-2026-EESP PÚB. "JSCO" /DG-HTA
NOMINACIÓN DE JURADOS	RD No 00634-2026-EESP PÚB. "JSCO" /DG-HTA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OBTENER:	GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN
--	---

JURADO EXAMINADOR	PRESIDENTE	Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR
	SECRETARIO	Dr. WILBER ANTONIO REYES ARAUJO
	VOCAL	Prof. JESUS RAMIREZ GUTIERREZ

TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:	ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA "APÓSTOL SANTIAGO", LUCANAS 2025
LINEA DE INVESTIGACIÓN:	ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREACIÓN

FECHA	5 / 09 / 2026	HORA	11:00 A.M.
LUGAR	AUDITORIO DE LA EESP PÚB. "JSCO"		

N° Matricula	APELLIDOS Y NOMBRES	PRESIDENTE	VOCAL	SECRETARIO	PROMEDIO GENERAL
46298038	HUISA PUMA, RENE	14	14	15	14


PRESIDENTE JURADO
Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública
José Salvador Caverio Ovalle


VOCAL JURADO
Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública
José Salvador Caverio Ovalle


SECRETARIO JURADO
Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública
José Salvador Caverio Ovalle


Dr. Walter Mariano Arce Villar
DIRECTOR GENERAL
Firma, Post Firma y Sello

INTRUCCIONES:

- El secretario del Jurado Examinador es el responsable del llenado del Acta de Sustentación.
- El secretario consolida las calificaciones de cada uno de los miembros del Jurado utilizando lapicero de tinta líquida negra si el calificativo es aprobatorio, si es desaprobatorio con tinta roja.
- La nota aprobatoria de la sustentación es 14, no hay medio punto a favor del sustentante.
- Las actas se llenan sin borrones ni enmendaduras.



"Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia"

ÁREA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

N° 0262-2026-AVO-EESPP "JSCO"HTA

El responsable del Área de Verificación de Originalidad:

Hace constar:

El trabajo de investigación titulado **"ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA "APÓSTOL SANTIAGO", LUCANAS 2025"**, presentado por la egresada **Huisa Puma, Rene**, del Programa de Profesionalización Docente, ha sido sometido, en su versión final, a **VALIDACIÓN DE ORIGINALIDAD EN MEDIOS AUTORIZADOS POR LA INSTITUCIÓN**, siendo este de un **10%** de índice de similitud obteniendo como resultado **APROBADO AL LÍMITE PERMITIDO** en el Reglamento de Grados y Títulos de la institución, lo que **GARANTIZA SU ORIGINALIDAD E INTEGRIDAD ACADÉMICA**. Así mismo se adjunta los reportes del mismo en el siguiente link:

https://drive.google.com/drive/folders/1BrdZf2keCeUJjWayHts6LM7J1hizPY?usp=drive_link

Por lo que, el trabajo de investigación cumple con la solvencia académica de acuerdo a las normas institucionales de la Escuela de Educación.

Se expide la presente a solicitud de la interesada para los fines que estime conveniente.

Huanta, 1 de octubre de 2026



rec. Prof. José Luis Cervero, pinto
Área de Verificación de Originalidad

Archivo
JLPP/AVO
jvm/Sec. Acad.

Validaciones JSCO

HUISA PUMA, Rene B Rev.docx

 240 HUISA PUMA, Rene B Validaciones JOSACO 2026 Enterprise-Escuela de Educacion Superior Pedagogica Publica Jose Salvador Cervero Ovalle

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1.3666083750

31 páginas

Fecha de entrega

1 oct 2026, 10:46 a.m. GMT-5

9097 palabras

48.735 caracteres

Fecha de descarga

1 oct 2026, 3:46 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

HUISA_PUMA_Rene_B_Rev.docx

Tamaño del archivo

89.2 KB

10% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 25 palabras)

Fuentes principales

- 10%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 4%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

10%  Fuentes de Internet
0%  Publicaciones
4%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	
alicia.concytec.gob.pe		3%
2	Internet	
repositorio.eespjsco.edu.pe		2%
3	Internet	
repositorio.unsch.edu.pe		2%
4	Internet	
repositorio.upse.edu.ec		<1%
5	Internet	
repositorio.upt.edu.pe		<1%
6	Internet	
repositorio.uide.edu.ec		<1%
7	Internet	
unavistasexual.blogspot.com		<1%
8	Internet	
www.coursehero.com		<1%
9	Internet	
accede.iuacj.edu.uy		<1%

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”**

PROGRAMA DE PROFESIONALIZACION DOCENTE

PROGRAMA DE ESTUDIOS

EDUCACIÓN FÍSICA



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Actividad Física en estudiantes de la institución educativa
secundaria “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025

Para Obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación

AUTOR

HUISA PUMA, Rene

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-8370-2942>

ASESOR

Mg. PINEDA TAPIA, Freddy Roland

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5108-1504>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Actividad Física y Recreación

**Huanta – Ayacucho - Perú
2026**



Dr. Walter Mariano Arce Villar
Presidente



Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo
Secretario



Prof. Jesús Ramírez Gutiérrez
Vocal

Con mucho aprecio a mis seres amados
por su apoyo en todo momento.

Rene H.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradecer a Dios por guiarnos siempre en el camino del bien y darnos una salud óptima para seguir día a día con el fin de terminar de manera favorable las metas trazadas como profesionales.

En segundo lugar, agradecer a la prestigiosa Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Caveró Ovalle” por brindarnos de mucha oportunidad poder culminar nuestros objetivos y formarnos como profesores capacitados para la sociedad y primordialmente a nuestra región, así también, por el habernos albergado en sus aulas durante los tiempos de estudio.

Por otra parte, a todos los docentes de esta gran escuela “JOSACO” por brindarnos una educación de calidad mediante sus enseñanzas en las diferentes materias de estudio, así como también, por el apoyo constante de manera profesional.

Asimismo, agradecer a las autoridades de la institución educativa secundaria “Apóstol Santiago” de Lucanas, Ayacucho.

Por último, a mis estudiantes por el compromiso y participación en el trabajo investigativo.

PRESENTACIÓN

Señores del Jurado Examinador, presento ante ustedes el trabajo de investigación titulado: Actividad física en estudiantes de la institución educativa secundaria “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025, con el objetivo: Describir el nivel de actividad física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundaria de la institución educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025, en cumplimiento al Reglamento de Investigación de Grados y títulos para obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación en el Programa de Estudios de Educación Física en la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Caveró Ovalle” de Huanta.

Esperando cumplir con los requisitos aprobación.

Rene Huisa

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Rene Huisa Puma, identificado con DNI N° 46298038, egresado del Programa de Estudios de Educación Física de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, autor del trabajo de Investigación titulada: Actividad física en estudiantes de la institución educativa secundaria "Apóstol Santiago", Lucanas 2025, al amparo de la Ley N° 27444, Ley del Procedimiento Administrativo General y demás normas conexas, declaro Bajo Juramento lo siguiente:

1. El Trabajo de Investigación es de mi autoría.
2. He respetado las normas técnicas para la formulación de trabajo académico; por lo tanto, el trabajo no ha sido plagiado en ninguna de sus partes.
3. Los datos presentados, así como los resultados, son reales y no han sido falseados total o parcialmente. Consiguientemente, dichos resultados constituirán un aporte a la realidad investigada.
4. En caso de detectarse fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (presentar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las sanciones que la Ley dispone.

Si, el presente trabajo de investigación fuese aprobado para su publicación en una revista institucional u otro documento de difusión, autorizo a la Escuela, la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga esta casa superior de estudios.

Huanta, 05 de setiembre 2026

Firma y huella,



Huisa Puma, Rene

DNI N.° 46298038



ÍNDICE DE CONTENIDOS

AGRADECIMIENTO	xi
PRESENTACIÓN	xii
DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD	xiii
ÍNDICE DE TABLAS.....	xviii
RESUMEN.....	xix
ABSTRAC.....	xx
INTRODUCCIÓN.....	xxi

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del Problema	16
1.2. Formulación del Problema	18
1.2.1. Problema General.....	18
1.2.2. Problemas Específicos	18
1.3. Justificación e Importancia	19
1.3.1. Justificación Teórica	19
1.3.2. Justificación Práctica.....	19
1.3.3. Justificación Metodológica	19
1.4. Objetivos.....	19
1.4.1. Objetivo General	19
1.4.2. Objetivos Específicos.....	19
1.5. Limitaciones de la Investigación.....	20

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. Antecedentes del Problema	21
2.2. Bases Teóricas	25
2.2.1. Actividad Física	25
2.3. Definición de Términos Básicos	30
2.4. Variables y Dimensiones	31

2.4.1.	Definición Conceptual de la Variable	31
2.4.2.	Definición Operacionalal de la Variable	31
2.4.3.	Variable y Dimensiones	31
2.5.	Operacionalización de la Variable y Dimensiones de Estudio	32

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.	Tipo y Nivel de Investigación	33
3.1.1.	Tipo de Investigación	33
3.1.2.	Nivel de Investigación.....	33
3.2.	Método de Estudio	33
3.3.	Diseño de Investigación	34
3.4.	Población y Muestra	34
3.4.1.	Población	34
3.4.2.	Muestra	35
3.5.	Técnicas de Muestreo	35
3.6.	Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	35
3.6.1.	Técnica.....	35
3.6.2.	Instrumento	35
3.7.	Validez y Confiabilidad del Instrumento	35
3.7.1.	Validez.....	35
3.7.2.	Confiabilidad.....	36
3.8.	Técnicas de Procesamiento y Análisis e Interpretación de Datos	37
3.9.	Aspectos Éticos.....	37

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

4.1.	Presentación y Descripción de Resultados	38
4.2.	A Nivel Descriptivo	38
4.3.	Discusión de Resultados	40
CONCLUSIONES.....		43

RECOMENDACIONES	44
Referencias	45

ANEXOS

Anexo 1. R.D. de Aprobación del Proyecto de Investigación.....	49
Anexo 2. R.D. de Expedito de Tesis	52
Anexo 3. R.D. de Fecha de Sustentación de Tesis	55
Anexo 4. R.D. de Nominación de Jurados de Sustentación de Tesis.....	57
Anexo 5. Matriz de Consistencia	59
Anexo 6. Matriz de Operacionalización de Variable	60
Anexo 7. Matriz Instrumental	61
Anexo 8. Instrumentos de Recolección de Datos.....	62
Anexo 9. Informe de Opinión de Expertos.....	63
Anexo 10. Prueba de confiabilidad del instrumento	66
Anexo 11. Matriz de Datos.....	67
Anexo 12. Carta de Autorización Emitida por la I.E.	68
Anexo 13. Evidencias Fotográficas.....	69

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de Estudio.....	34
Tabla 2 Muestra de Estudio.....	35
Tabla 3 Validación del Instrumento por Juicio de Expertos	36
Tabla 4 Estadística de Fiabilidad.....	36
Tabla 5 Resultado del Nivel de la Actividad Física	38
Tabla 6 Resultado del Nivel de la Dimensión Frecuencia Física	39
Tabla 7 Resultado del Nivel de la Dimensión Duración Física.....	39
Tabla 8 Resultado del Nivel de la Dimensión Intensidad Física.....	40

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tiene por título: Actividad física en estudiantes de la institución educativa secundaria “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025, el cual tuvo como objetivo general describir el nivel de actividad física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundaria de la institución educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025. El trabajo investigativo fue con un enfoque cuantitativo, de tipo básico, con un nivel descriptivo, los métodos utilizados fueron el descriptivo, inductivo y deductivo, el diseño que optó el estudio fue el descriptivo simple, la población fue constituida de 29 estudiantes del ciclo VI y la muestra de 14 estudiantes seleccionados a través de un muestreo no probabilístico de manera intencional. Asimismo, para la recolección de datos se utilizó la técnica de la observación y el instrumento utilizado fue la ficha de observación con su respectivo baremo. Los resultados a los cuales llegó la investigación fueron que, un 35, 7% (5 estudiantes) alcanzaron la escala de Nunca, un 64,3% (9 estudiantes) alcanzaron la escala de A veces y ningún estudiante alcanzó la escala de Siempre. En conclusión, el nivel de la actividad física se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en la escala de A veces (64,3%) en los estudiantes del segundo grado de secundaria.

Palabras Clave. actividad, física, frecuencia, duración, intensidad.

ABSTRAC

This research project, entitled "Physical Activity in Students of the 'Apóstol Santiago' Secondary School, Lucanas 2025," aimed to describe the level of physical activity among sixth-grade students at the "Apóstol Santiago" Secondary School in Lucanas 2025. The research employed a quantitative approach, was basic in nature, and descriptive in its analysis. The methods used were descriptive, inductive, and deductive. The study design was simple descriptive. The population consisted of 29 sixth-grade students, and the sample comprised 14 students selected through purposive non-probability sampling. Data was collected using observation, and the instrument employed was an observation checklist with its corresponding scoring scale. The research results showed that 35.7% (5 students) scored on the "Never" scale, 64.3% (9 students) scored on the "Sometimes" scale, and no students scored on the "Always" scale. In conclusion, the level of physical activity among second-year secondary school students was most frequently and predominantly on the "Sometimes" scale (64.3%).

Keywords. activity, physical, frequency, duration, intensity.

INTRODUCCIÓN

La actividad física es todo aquel movimiento que el cuerpo realiza mediante la acción de los músculos, el cual requiere un gasto energético para poder realizarlo ya sea caminar, trotar, correr, escalar o jugar algún deporte. No obstante, distintos estudios muestran que existe una disminución gradual de los niveles de actividad física en la población estudiantil, una situación que simboliza un problema en la salud social a nivel global. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) nos indica que “el 81% de los adolescentes entre las edades de 11 a 17 no consiguen los niveles apropiados y recomendados en la actividad física cotidiana, aumentando el riesgo de contraer enfermedades de obesidad y sedentarismo” (p. 27). En el contexto regional, en la institución educativa “Apóstol Santiago” de Lucanas, se presentan factores de riesgo al no realizar la práctica de actividad física diaria, esto debido a que diversos factores sociales, contextuales y tecnológicos han disminuido la participación estudiantil en la vida de los mismos, haciendo muy elemental la evaluación de la variable de estudio en este ámbito educativo.

Por tanto, conocer el nivel de la variable estudiada que presentan los escolares resulta importante para elaborar información científica que nos permita lograr entender la realidad problemática de la institución y la misma sirva de base para posteriores investigaciones e intervenciones fijadas al fortalecimiento de estilos de vida saludable. La relevancia de la investigación reside en identificar el nivel de la actividad física, proporcionando una evidencia esencial para los profesores del área de Educación Física, directivos institucionales y autoridades educativas en la planificación de intervenciones estratégicas para reducir y promocionar la práctica de la actividad física. Su práctica cotidiana favorece y fortalece la anatomía del cuerpo, mejorando en gran capacidad los

músculos y huesos, así como también, previniendo las enfermedades cardiovasculares, obesidad y el sedentarismo.

En acuerdo con lo mencionado, el objetivo del estudio fue describir el nivel de actividad física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundaria de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas, 2025. Asimismo, metodológicamente, el estudio se realizó bajo un enfoque cuantitativo, esto porque nos permitió medir y describir el comportamiento de la variable haciendo uso de procedimientos estadísticos, también el tipo de estudio fue básico, con un nivel descriptivo y un diseño descriptivo simple, debido a que no hay manipulación de variable y la información se recoge en el mismo instante. La población fue de por 29 estudiantes del VI ciclo y la muestra de 14 estudiantes, para la recolección de datos se utilizó la técnica de la observación y el instrumento fue la ficha de observación para registrar las manifestaciones de la variable de estudio en los estudiantes y poder describir el nivel que presentan los mismos.

El presente trabajo de investigación tiene como estructura fundamental realizado en cuatro capítulos detallados a continuación:

Capítulo I; tiene como punto de partida describir la realidad problemática, asimismo se realiza la formulación de los problemas y los objetivos de manera general y específico, por último, se redacta las justificaciones del estudio.

Capitulo II; dentro de este capítulo se encuentra principalmente los antecedentes de investigación, así también las bases teóricas de la variable de estudio, los términos básicos y finalmente el cuadro operacional.

Capitulo III; en este apartado se especifica la metodología de la investigación, donde encontramos el tipo de estudio, el nivel, métodos, diseño de investigación, población y muestra, la técnica e instrumento de recolección de datos, análisis y procesamiento y finalmente los aspectos éticos.

Capitulo IV; en este último capítulo se describe los resultados y discusión de la investigación.

Por último, se encuentra las conclusiones, recomendaciones, referencias y los anexos de estudio.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del Problema

La actividad física son todo tipo de movimientos producido por el cuerpo, además los músculos esqueléticos deben ser voluntarios al movimiento y que los mismos tengan un gasto energético mayor al reposo, ya sea como la actividad doméstica, laboral y recreativa que generen aumento de frecuencia cardiaca, respiratorio, sudoración, gasto energético e incluso los pequeños movimientos que hacemos durante el tiempo de ocio son parte de la actividad física.

Realizar tiene grandes beneficios para la salud del cuerpo y la mente, sumado a ello es fundamental para ayudar a mantener el estado de sistema circulatorio y respiratorio, mantener el tono muscular del cuerpo y huesos sanos, evitar el riesgo de caídas, fracturas de caderas o vertebras, reducir síntomas de depresión y ansiedad, prevenir enfermedades cardiacas, sobrepeso, diabetes, hipertensión, accidentes cerebrovasculares y varios tipos de cáncer así mismo mejora las habilidades de razonamiento, aprendizajes y juicio, gradúa el control de peso, de esta forma debemos dedicar por lo menos de 20 a 30 minutos al día, 3 veces por semana mínimo y de esta manera buscar estrategia para la activación corporal.

La Organización Mundial de Salud (OMS, 2020), a través de un estudio denominado frecuencia de la actividad física en el mundo en el 2022 concluye, que el 81% de los púberes y adolescentes entre las edades de 11 a 17 no cumplen la frecuencia recomendada de actividad física la misma que es 60 minutos al día, hecho que afecta la salud mental y física de los mismos, evidenciando que existe la necesidad de una mayor

práctica de la actividad física como parte del desarrollo humano a demás alerta que se incrementaría las enfermedades transmisibles como hipertensión y depresión la que refleja problemas de su proceso de aprendizaje.

La humanidad cada vez afronta problemas no sólo de salud física sino también de salud mental y afectiva, se incrementan los niveles de depresión, estrés y ansiedad en la población por ello es importante el ejercicio porque favorece el desarrollo intelectual, disminuye la depresión, la ansiedad, favorece el bienestar psicológico y afectivo porque libera las tensiones y emociones encontradas.

En el contexto nacional la actividad física en el año 2020 a través de un estudio a los adultos se estableció que, más del 60% de la población tiene una baja actividad física, el 25% de manera regular y el 15% restante de forma intensa; además en el área urbana se reflejaba menor actividad física a comparación del poblador de zona rural que tiene mayor actividad moderada Ministerio de Salud, (MINSA, 2020), por lo que es importante su práctica constante desde la infancia para favorecer la formación integral y la mejora de su corporeidad la que incidirá en una percepción favorable sobre sí mismo elevando los niveles de identidad.

El Instituto Peruano de Deporte (IPD, 2021), realizó una encuesta nacional de actividad física y hábitos saludables entre la población de 18 a 70 años, en la que el 72% de los encuestados reconocen no practicar ejercicio deporte o actividad física y de preferencia se incrementa en el sexo femenino que el 80% alcanza una inactividad física menor que los varones; dentro de las razones mencionan la falta de tiempo por sus estudios y actividades laborales, falta de hábitos, por flojera, por problemas de salud entre otros. Realidad que debe ser superada para disminuir problemas futuros de salud que inicia desde temprana edad.

Considero que la actividad física se debe realizar de manera reciproco y progresivo al menos 30 minutos diarias para una vida sana, un deporte específico evita problemas de sobrepeso, estrés, ansiedad, problemas para dormir, estos hábitos de actividad física son importante para el bienestar general.

En esa misma encuesta se desprende que los peruanos tienen una percepción negativa de su estado físico considerándola mal y muy mal, de la misma forma los encuestados reconocen que la práctica de la actividad física les permitirá alcanzar una vida saludable. Estudio que evidencia altos índices de inactividad las que deben ser

tomados en cuentas por las instituciones educativas con la finalidad de promover caminatas, ejercicios, deportes para formar ciudadanos activos capaces de alcanzar una realización plena no sólo de su desarrollo motor sino también en sus dimensiones psicológica, social e intelectual.

Córdova (2022), los escolares de una institución educativa de Sarhua reconocen de realizar de forma regular más no frecuente, indicador que en promedio se replica en las instituciones educativa no sólo de la región sino también de la provincia de Lucanas, razones que nos indiquen a desarrollar la presente investigación.

A sí mismo en la Institución Educativa Secundaria “Apóstol Santiago” de Lucanas se evidencia en los estudiantes que la gran mayoría no realiza una actividad física en sus tres dimensiones de la frecuencia, duración e intensidad física, esto por el motivo del cambio climático, la poca atracción y participación en los diferentes deportes, la escasa disponibilidad de tiempo debido a nuestras precarias condiciones.

La presente investigación tiene como finalidad de mejorar las dimensiones de actividad física en diferentes niveles de condiciones para el desarrollo integral de calidad humana, sumado a ello que tenga un buen desarrollo corporal, un buen desempeño, por lo expuesto anteriormente que crezcan teniendo habilidades motrices, coordinativas que desarrollan diferentes capacidades, de esta forma incorpora el bienestar emocional, mental y físico que va más allá de prevenir la ganancia de peso.

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Problema General

¿Qué nivel de actividad física presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025?

1.2.2. Problemas Específicos

- ¿Qué nivel de frecuencia física presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025?
- ¿Qué nivel de duración física presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025?
- ¿Qué nivel de intensidad física presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025?

1.3. Justificación e Importancia

1.3.1. Justificación Teórica

La importancia de actividad física en el desarrollo integral en los estudiantes de secundaria, basándose a las recomendaciones de la OMS (2020) respecto a vida saludable, de la misma forma recoge los aportes del enfoque de la corporeidad, el objetivo es realizar y sentir el calor de la actividad física de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Apóstol Santiago, Lucanas y así mejorar su acción física.

1.3.2. Justificación Práctica

La actividad física en los estudiantes de la mencionada institución educativa permite contribuir a resolver problemas de estrés, ansiedad, obesidad, mejorando así el rendimiento académico. A si mismo proporciona datos útiles para su desarrollo corporal de manera más eficiente y eficacia.

1.3.3. Justificación Metodológica

La investigación sobre la actividad física en la Institución Educativa Secundaria Apóstol Santiago de Lucanas utilizará un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo que se obtendrá datos en un solo momento. La recolección de datos se hará mediante un cuestionario estructurado y un muestreo intencionado. El análisis de los datos será realizado con la estadística descriptiva para identificar patrones en la actividad física.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

Describir el nivel de actividad física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Describir el nivel de frecuencia física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025.
- Describir el nivel de duración física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025.

- Describir el nivel de intensidad física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025.

1.5. Limitaciones de la Investigación

En esta investigación se pudieron identificar limitantes detalladas a continuación: en primera instancia, de manera teórica, en los antecedentes a nivel internacional se obtuvieron escasos estudios sobre el tema, esto dificulta una buena redacción de la investigación a fondo, en segundo punto, metodológicamente, al ser una investigación descriptiva no busca soluciones y el tamaño de la muestra fue reducido por temas de colaboración. El factor tiempo fue insuficiente para la recolección de datos, así como también el factor de los recursos se vieron solventados por mi persona acomplejando un poco el estudio investigativo.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. Antecedentes del Problema

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Ramírez (2023) en su trabajo de tesis *Nivel de actividad física en personas de 20 a 35 años del barrio 25 de Septiembre, La Libertad, 2022*. Tesis para optar el título de licenciada en Educación Física. El objetivo fue es determinar el nivel de actividad física en personas de 20 a 35 años. La investigación fue de enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y un diseño no experimental. La muestra fue de 90 personas, para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta y el instrumento fue el Cuestionario Mundial de Actividad Física (GPAQ). Los resultados el nivel de actividad física es deficiente, debido a que el 64,44% no realiza actividad física de intensidad vigorosa o moderada en su lugar de trabajo; asimismo el 74.44% no realiza ningún tipo de ejercicio en su tiempo libre y el 52,22% pasa más de 3 horas sentados durante el día, por lo tanto, no cumplen con lo mínimo de tiempo establecido por las OMS que es de 150 a 300 minutos durante la semana, como forma para tener un estado de salud en óptimas condiciones.

Alvares (2020) en su trabajo de tesis *Análisis descriptivo del nivel de actividad física en trabajadores del Distrito 12D05 Palenque – Vinces – Salud; enero – junio 2019*. Tesis para Especialista en Salud y Seguridad Ocupacional. El objetivo fue describir el nivel de la actividad física en los trabajadores. La investigación fue de básico y observacional, nivel descriptivo y de corte transversal. La muestra fue de 90 participantes, para la recolección de datos se usó la técnica de la encuesta y el instrumento

fue el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ). Los resultados encontrados fueron que 55 trabajadores equivalentes al 61% del total de la muestra (n=90), no cumplieron con los niveles moderados o vigorosos de actividad física semanal, es decir no alcanzaron al menos las 600 Unidades de Índice Metabólico (Mets) requeridos según las recomendaciones de actividad de la OMS, mientras que 35 encuestados que equivalen al 38,89% si cumplieron con actividad física igual o mayor a 600 Mets semanales.

Lizarazo et al., (2020), en la revista titulada *Correlación entre actividad física y autoestima de escolares adolescentes*. Un análisis de tipo trasversal Universidad Católica del Norte, tuvo como propósito estudiar un plan de mejora más pertinente en su formación académica con actividad física en estudiantes de secundaria de media en Colombia , haciendo el uso de enfoque cuantitativo diseño descriptivo, con una muestra de 90 alumnos, aplico el PAQ-A, dando entender que tienen baja calidad de vida debido a la escasa actividad física que desarrollan , concluyendo que mayor desarrollo de ejercicios, movimientos y actividad física mejora los estilos de aprendizaje dando innovación en ámbito de autoestima de los estudiantes.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Sonco (2024) en su trabajo de tesis *Nivel de actividad física en estudiantes escolares del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Privada Cima después de recibir educación no presencial en la ciudad de Tacna en el año 2022*. Tesis para optar el grado académico de bachiller en educación física. El objetivo fue determinar el nivel de actividad física en estudiantes del quinto grado de secundaria. La investigación fue de tipo básica, nivel descriptivo, con un diseño descriptivo trasversal, la muestra censal fue de 96 estudiantes, el instrumento fue el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ). Los resultados obtenidos fueron que, el 57,14% de diecisiete años y el 57,33% de dieciséis años mostraron un alto nivel de actividad física. Por otro lado, durante la semana los escolares realizaron actividades físicas más de 60 minutos diarios siendo 55,21% para la actividad física intensa; 53,1% para la caminata y 47,92% para aquellos que realizaron actividades físicas moderadas. En conclusión, los estudiantes de la muestra presentan entre media y altos niveles de actividad física.

Guadalupe (2026) en su trabajo de investigación *Nivel de actividad física de estudiantes de un colegio particular, Pachacamac, 2025*. Tesis para optar el grado académico de bachiller en educación física. El objetivo fue determinar el nivel de

actividad física de los estudiantes. La investigación fue de tipo básico, diseño no experimental, la población fue de 130 escolares y la muestra solo de 98. La técnica fue la encuesta y el instrumento el cuestionario internacional de actividad física para adolescentes (IPAQ-A). Los resultados fueron que, el 77.6% de los estudiantes presentó un nivel bajo de actividad física, el 20.4% un nivel moderado y solo el 2.0% alcanzó un nivel vigoroso. En la dimensión frecuencia, el 80.6% reportó niveles bajos; en la dimensión duración, el 77.6% se ubicó en nivel bajo; y en la dimensión intensidad, el 50.0% se situó en nivel moderado, el 38.8% en bajo y únicamente el 11.2% en vigoroso. En conclusión, estos hallazgos evidencian que la mayoría de los adolescentes no cumple con las recomendaciones internacionales de práctica física regular.

Chura (2024) en su trabajo de tesis *Nivel de actividad física según características personales de usuarios que acuden al consultorio de medicina del hospital II-1 Ilave, 2023*. Tesis de pregrado. El objetivo fue determinar el nivel de actividad física en función de las características personales de los usuarios. La investigación fue de un enfoque cuantitativo, tipo básico, nivel descriptivo y con un diseño no experimental. La población fue de 642 usuarios y la muestra de 241. La técnica fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el "Cuestionario Internacional de Actividad Física" (IPAQ). Los resultados alcanzados fueron que, el 46% de los usuarios realizan actividad física nivel moderado, seguido por un 37% en un nivel bajo y un 17% un nivel alto. En conclusión, la mayoría de los usuarios evidencian realizar actividad física de nivel moderado.

2.1.3. Antecedentes Regionales

Zamora (2025) en su trabajo de investigación *Nivel de actividad física en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa rural del distrito de Totos, Cangallo 2025*. Tesis para optar el título de licenciado en educación física. El objetivo fue describir el nivel de actividad física en estudiantes de educación secundaria. La investigación fue de tipo básica, nivel descriptivo y con un diseño descriptivo simple. La población y muestra fue censal con 111 estudiantes desde el 1° al 5° grado de secundaria. La técnica fue la observación y el instrumento el PAQ-A. Los resultados se observa una clara preferencia por los deportes, destacando el vóleybol (27.0%) y el futsal (25.2%) como más frecuentes. El fútbol (7.2%), correr (6.3%) y caminar por tiempo prolongado (9.0%) también presentan una participación relevante. Caminar al colegio es la actividad frecuente con un 74.8%, especialmente en las primeras horas de la mañana; en términos de continuidad semanal, se observa que el 55.9% realiza actividad física

tanto sábado como domingo. La mayoría de los escolares realiza actividad física en nivel moderado, tanto en la clase de Educación Física (59.5%) como después del colegio (41.4%) y durante las mañanas (50.5%). Se concluye que, los estudiantes presentan un nivel de actividad física moderado.

Huallpa y Paquiyauri (2024) en su tesis *Práctica de actividad física en escolares de sexo femenino de dos instituciones educativas, Ayacucho – 2023*. Tesis para optar el título profesional de licenciadas en educación física. El objetivo fue describir las características de la práctica de actividad física en escolares de sexo femenino. La investigación fue de un enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo y con un diseño descriptivo transeccional. La muestra fue de 262 escolares de todo el nivel secundario. La técnica fue la encuesta y el instrumento el (PAQ-A). Los resultados descriptivos a nivel general establecen que las escolares se ubican en bajo el 25.6%; en medio el 55.7%; en alto 18.7%. La intensidad de actividad física de las escolares se ubica en bajo el 53.5%; en medio el 49.2%; en alto 7.3%. La frecuencia de actividad física de las escolares se ubica en bajo el 19.8%; en medio el 55.3%; en alto 29.8%. El tipo de actividad física que practican las escolares es el vóleybol 22.5%; caminar 16.4%; correr 15.3%; bailar/danzar 11.1%; realizar actividades domésticas en casa 8.8%; jugar fútbol 6.5%; jugar futsal 6.1%; jugar básquetbol 4.9%. En conclusión, las escolares manifiestan un nivel medio de actividad física.

Canchari y Escriba (2024) sujeto a tesis titulada *Nivel de actividad física y el índice de masa corporal en estudiantes*. Tesis para obtener título profesional de licenciado en educación física en la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Considerando como objetivo diagnosticar la conexión de actividad física y el índice de masa corporal (IMC) de los escolares. Dando metodología de enfoque cuantitativo, con un nivel correlacional, además se realizó un método deductivo, diseño no experimental con una muestra de estudio fue 73 estudiantes del segundo año de educación secundaria de la institución educativa Mariscal Cáceres-Ayacucho, los instrumentos utilizados fue el IPAQ-C a sí mismo para IMC aplicó una balanza y con tallímetro. Dicho de otra manera, confirman que, en el nivel de actividad física, el 61,6% de estudiantes se ubican en nivel intermedio, ósea el 26% en nivel bajo y sumado el 12,3% en nivel alto. Paralelo a ello el Índice de masa corporal, el 60,9% se encontraron en condición moderado, el 17% con peso deficiente y el 12,3% con sobre peso bajo y el 12,3% en nivel destacado. En la misma forma al Índice de masa corporal, el 60,9% se

encontraron en condición normal, el 17% con peso chico y el 12,3% con sobrepeso, valga la redundancia que no se detectó casos de obesidad en los púberes y adolescentes.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Actividad Física

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) menciona que la actividad física es una capacidad física en esencia es todo movimiento corporal producido por el aparato locomotor con gasto de energía, para satisfacer su necesidad la misma que produce desgaste de energía y actuación de músculos esqueléticos que puede realizarse en diversas formas como: tipos de actividad física, la caminata, moderada y vigorosa estas se pueden realizar durante el trabajo, las tareas domésticas, el transporte o el tiempo libre, o al hacer deporte, caminar y montar en bicicleta y durante el ocio y el juego activos siempre en cuando haya movimientos en el cuerpo humano. Gracias e ella nuestro cuerpo se encuentra en movimiento, es una acción innata del ser humano que le posibilita desplazarse, correr, saltar, trotar de ahí que existen diversos tipos de actividad física.

La OMS (2020) en el área de Educación Física, se hace alusión a actividades físicas aeróbicas que implican el uso del oxígeno, anaeróbicas que busca el fortalecimiento de músculos, actividades físicas de resistencia y actividades de flexibilidad para favorecer la elasticidad del musculo.

La OMS (2020) recomienda la práctica de la actividad física de ahí que cuenta con un Plan de Acción denominado “Más personas activas para un mundo más sano”, dentro de sus objetivos tiene la de crear una sociedad activa, crear entornos activos, fomentar poblaciones activas y crear sistemas activos para alcanzar una vida saludable y disminuir los altos índices de sedentarismo. Bajo estos propósitos existe la necesidad de promover la actividad física no sólo en los escolares sino en la población en general para lograr un desarrollo físico armónico, vida afectiva favorable, crecimiento cognitivo e integración social activa.

Ofrece una serie de beneficios de manera especial para la salud porque permite superar enfermedades cardiovasculares desde edades tempranas, controlar el gasto calórico, mantener un buen balance energético cotidiano y alcanzar un estado metabólico saludable. La escasa actividad produce el incremento de enfermedades cardiovasculares y el aumento del sobrepeso y obesidad desde edades tempranas a si mismo reduce los

síntomas de depresión y ansiedad de esta forma mejora la salud cerebral en especial la función cognitiva y el rendimiento académico.

Las cuatro esferas de política estratégicas del Plan de Acción Mundial sobre Actividad Física (GAPPA) que debemos tener es: sociedades activas, entornos activos, personas y sistemas activos con el fin de informarlas de manera motivada lo cual ofrece múltiples oportunidades de aprendizaje durante el proceso académico.

La presente investigación se sustenta sobre las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, en la que sostiene que toda persona debe desarrollar en promedio treinta minutos diarios de actividad física y en el caso de los niños y adolescente de 60 minutos diarios.

El Ministerio de Educación (MINEDU, 2016) recoge el enfoque de la corporeidad a través de la Educación Física, la misma que tiene como propósito alcanzar la vida saludable de la población a través de estilos de vida saludable, el desarrollo de la corporeidad y el desarrollo integral del individuo. Enfoque que va más allá del simple ejercicio o actividad deportiva, está vinculado con el cultivo del cuerpo, mente y afecto; en esta última se parte del principio que la educación por el movimiento armoniza la vida de ser humano.

En la educación física, el movimiento sostiene a la actividad motriz como motor del desarrollo psicomotor toda vez que favorece un adecuado desarrollo físico psicológico y social, aporte que debe privilegiarse desde la infancia para favorecer un desarrollo pleno de los niños.

La Caminata. Son actividades cotidianas que involucran una ligera actividad física la misma que desarrolla todo ser humano para desplazarse de un lugar a otro ya sea para el estudio, el centro de trabajo, a su hogar o para satisfacer alguna necesidad; mientras el recorrido sea corto no requiere de mucho esfuerzo físico sino más bien forma parte del movimiento relativo del cuerpo apoyado de las extremidades superiores e inferiores. Es común observar a los niños caminando para asistir a su centro educativo, a medida que la ciudad se urbaniza la costumbre de caminar se va reduciendo porque se opta por el uso de la movilidad que le limita a desarrollar una actividad física como el caminar. En horario escolar de ingreso es común observar a los niños de Puquio tomar moto taxi para llegar a tiempo a su escuela debiendo recomendar la práctica de la

caminata para evitar el sedentarismo y la inactividad física que tiene efectos desfavorables sobre la salud, así como la autoestima.

Actividad Física Moderada. La OMS (2020) indica que se considera moderada cuando la aceleración cardíaca oscila 120 a 140 pulsaciones como máximo, la que se logra a través de actividades como ejercitar juegos, paseos, actividades deportivas individuales, colectivas, ejercicios; el período de tiempo de la práctica de la actividad física varía en función de la edad. Tipo de actividad que fortalece el sistema inmunológico, reduce el riesgo a problemas respiratorias, además este tipo de actividad es la recomendable a los escolares para favorecer un desarrollo físico, psicológico, y social pleno acorde a su necesidad, la que involucra hábitos alimentarios adecuados, actividad física permanente e higiene corporal.

De acuerdo al estudio realizado los niños y adolescentes de 5 a 17 años deben realizar o practicar al menos 60 minutos diarios de actividad física moderada toda vez que tienen mayores beneficios para la salud permitiendo alcanzar una vida saludable que posibilite un desarrollo físico, intelectual y afectivo.

Actividad Física Vigorosa. Es la que requiere mayor esfuerzo y constancia donde las pulsaciones son mayores a 160, se produce más desgaste de energía, oxigenación intensa, resistencia pulmonar, se desarrollan tiempos prolongados que requieren esfuerzo físico; actividades como deportes competitivos como la maratón, el fútbol, basquetbol, el ciclismo, gimnasia, natación entre otras actividades forman parte de la actividad vigorosa.

Actividad Física Aeróbica. Calentamientos y ejercicios con una duración de más allá de 3 minutos teniendo en cuenta con baja intensidad y larga duración es decir mejora la capacidad cardiorrespiratoria. Ejemplos: caminar, correr, montar en bicicleta.

Actividad Física Anaeróbica. Es un ejercicio de alta intensidad con corta duración por lo mismo tiene el tipo de resistencia láctico con una duración de 30 segundos a 3 minutos por ejemplo cargar de 400 a 800 metros y aláctico con un sistema energético de 5 segundos a 30 segundos como saltos lanzamientos carreras de 60 a 200 metros.

Beneficios de la Actividad Física. Genera bienestar para la salud con el ejercicio físico; con la escala moderada de la actividad física, abierto y voluntario de cada individuo, con movimientos del cuerpo analizados, organizados y consecutivos

realizados para superar o mantener una o más habilidades motoras, así como habilidades locomotoras, no locomotoras y manipulativas con el intención de generar un mejor circulación del organismo así como mejor forma de los músculos esqueléticos, por ejemplo: girar, desplazar, saltar, hacer yuga, nadar, correr, lanzar, golpear. De esta forma ayuda a mejora en sus deficientes características y condiciones de cada persona. Así mismo, al planificar un programa de actividad de realizar movimiento se debe tomar en cuenta los 5 minutos de calentamiento, 30 minutos de actividad de larga duración-aeróbica y finalmente 5 a 10 minutos activación corporal y momento de relajación. Por lo que se recomienda practicar de manera diaria la actividad física por lo menos 45 minutos de tipo baja intensidad o aeróbico.

La actividad física es sumamente beneficioso para: genera bienestar emocional, genera la producción de endomorfos en el hemisferio cerebral, regula la presión sanguínea, mejora cambios en la mente del ser humano, dando el resultado eficaz en su desarrollo integral, ayuda a mejorar la circulación en el del sistema cardiovascular y respiratorio, aumenta la circulación cerebral, supera en mejorar el flujo sanguíneo cerebral, disminuye el estrés y fortalece en los músculos esqueléticos.

Importancia de Actividad Física. Basado desde varios puntos de vista, la actividad física es sumamente importante dicho de otra manera es beneficiosa para el desarrollo integral del cuerpo, por lo tanto, está demostrado el pensamiento crítico en la actividad física, realizada de forma permanente claro y preciso de esta forma gradúa o reduce el riesgo de cardiopatías y accidentes cerebrovasculares, diabetes, hipertensión, cáncer de colon, cáncer de mama y disminuye el estrés. Por lo tanto, la actividad física es un factor más pertinente en el consumo de energía, por lo que es fundamental para conseguir el equilibrio energético y el control del peso.

Tipos de Actividad Física Deportiva. Dentro de este punto podemos diferenciar de dos maneras según la OMS (2020):

Aeróbicos. La actividad física aeróbicos es toda aquella que desarrolla con la baja intensidad y con una duración larga básicamente con la presencia del oxígeno, esta actividad se realiza de manera de ritmo medio, moderado dando esfuerzos baja o medio y larga duración además se requiere suficiente aporte de oxígeno, dentro de ello encontramos la capacidad física en bicicleta lo cual genera oxígeno, con el desarrollo de ese deporte requiere el uso moderado de esfuerzo aeróbico y las necesidades de oxígeno

son satisfechos en el momento que se produce desgaste de fuerza, esto se agita en las pulsaciones que atraviesa entre 120- 170 por minuto, además son designados a incrementar el gasto de oxígeno a fin de superar las funciones aparato respiratorias y circulatorias en el cuerpo.

Anaeróbicas. Se entiende por actividades de alta intensidad y poca duración, esto a la vez se clasifica en dos, anaeróbica láctica que tiene una corta duración de 30 segundos a 180 segundos, sin oxígeno, con una fuente de energía ; glucógeno muscular además genera ácido láctico, dentro de ello encontramos natación de 100 ,metros, carrera de 400 a 800 metros, por otro lado entontaremos anaeróbica aláctica con una duración de 5 a 30 segundos, sin oxígeno, con una fuente de energía lo cual no genera ácido láctico, también encontramos lo actividades de salto, lanzamientos, carreras de 60 a 200 metros.

Relación de la Actividad Física con las Capacidades Físicas. Las actividades físicas se relacionan en dos puntos importantes con las capacidades físicas las cuales son:

Flexibilidad. Las actividades físicas de flexibilidad están interrelacionados con las capacidades físicas pasivas y activas: pasiva determinado por la mayor amplitud que puede lograr un deportista mediante la influencia de fuerza externas y activas que es una capacidad de ejecutar movimientos con gran amplitud

Equilibrio. Capacidad física de mantener el control postural ya sea en posición estático o dinámico además el equilibrio favorece el desplazamiento de habilidades básicas, genéricas y específicas, coordinación entre el óculo podal y la coordinación entre el óculo motriz, de esta forma es mantener el equilibrio con la masa corporal es por ello se genere una posición débil en resumen el control postural pierde en habilidades motoras que realiza el ser humano en general.

Dimensiones de la Actividad Física. Las dimensiones se componen en tres partes importantes según la OMS (2020):

Frecuencia Física. Se refiere al número de veces que practicas la actividad física durante el día, semana y finalmente durante mensual, esto se realizan dependiendo de estado emocional, física y de salud y del nivel de escala de forma física de cada ser humano racional, en esencial en ejercicios de la intensidad moderada del esfuerzo, vale resaltar que las actividades aeróbicas se puede realizar durante una frecuencia moderadas, con esto se pueden realizar prácticamente todos los días como caminar de casa a la institución y viceversa. Además, si la intensidad es paulatinamente alta pueden ser

suficientes tres o cuatro veces al mes. En los movimientos de fuerza y equilibrio se ejecutan 1 o 2 veces por semana, pero mientras que los de flexibilidad proponemos hacerlos todos los días teniendo en cuenta siempre de manera gradual en los movimientos.

Duración Física. Se le denomina volumen de actividad física es por ello que se trata del tiempo de aplicación de menos de 10 minutos, entre 10 a 30 minutos y más de 30 minutos del estímulo físico para producir adaptaciones fisiológicas siendo este el proceso para realizar actividad física más adecuado.

Intensidad Física. Se entiende como escala de capacidad en diferentes niveles como baja, leve, moderada, y vigorosa este último es la capacidad máxima de trabajo o esfuerzo físico que se utiliza para realizar una actividad de movimiento ya sea aeróbica y anaeróbica. Es un muy importante realizar actividad física de manera gradual para desarrollar sin indicios en adelante, además pone en desarrollo en fisioterapia deportiva, dando visto bueno en imagen corporal, conciencia y esquema corporales.

La actividad física es sumamente importante practicar en diferentes edades, incluso cuando uno está en deterioro, es tan importante que hasta incluso ayuda a formar el cuerpo conocidos como somatotipos que a veces tiene con defectos posturales que una persona posee, lo cual puede ser detectado por la constitución ósea, metabolismo, y de la masa de grasa, esto el movimiento y la alimentación balanceada puede cambiar la apariencia física tanto interna y externa del hombre excepto en la genética.

2.3. Definición de Términos Básicos

Actividad Física. Son aquellos movimientos corporales dados por la reacción de músculos esqueléticos, generando desgaste de energía, así mismo el desplazamiento o habilidades motrices tanto como locomoción, no locomoción y manipulativas es la propia de actividad física.

Intensidad Física. Es la capacidad física que refleja en las habilidades motrices más rápidas que requiere mayor carga energética.

Actividad Física Moderada. Son aquellas actividades físicas que se realiza de manera gradual, dando el uso regular de frecuencia cardiaca, respiratoria y calor corporal.

Frecuencia Física. Se deduce la cantidad de veces que realizas la actividad física la calendarización programada.

Duración Física. Es la duración en realizar la actividad física en un tiempo determinado

Actividad Física Aeróbica. Son aquellas actividades que requiere la baja intensidad con una larga duración.

Actividad Física Anaeróbica. Se requiere la mayor carga o tiene alta intensidad con una corta duración.

Sistemas Energéticos. El deportista obtiene energía a partir de la utilización que funcionan conjuntamente e individualmente según sea el caso estamos refiriendo a las actividades físicas anaeróbicas y aeróbicas..

2.4. Variables y Dimensiones

2.4.1. Definición Conceptual de la Variable

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), la actividad física es todo movimiento corporal producido por el aparato locomotor con gasto de energía, para satisfacer su necesidad la misma que produce desgaste de energía y actuación de músculos esqueléticos que puede realizarse en diversas formas.

2.4.2. Definición Operacional de la Variable

La recolección de los datos de la variable de la variable de actividad física se realizó a través de la ficha de observación con 12 ítems de las variables.

2.4.3. Variable y Dimensiones

- Actividad Física
- *Frecuencia Física*
- *Duración Física*
- *Intensidad Física*

2.5. Operacionalización de la Variable y Dimensiones de Estudio

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Actividad Física	Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), la actividad física es todo movimiento corporal producido por el aparato locomotor con gasto de energía, para satisfacer su necesidad la misma que produce desgaste de energía y actuación de músculos esqueléticos que puede realizarse en diversas formas.	La recolección de los datos de la variable de la variable de actividad física se realizó a través de la ficha de observación con 12 ítems de las variables.	Frecuencia	Diaria	Ordinal 1: Nunca 2: A veces 3: Siempre
				Semanal	
				Mensual	
			Duración	Menos de 10 minutos	
				Entre 10 y 30 minutos	
				Más de 30 minutos	
			Intensidad	Baja	Baremo: 1: Nunca (1 – 12) 2: A veces (13 – 24) 3: Siempre (25 – 36)
				Leve	
				Moderada	
				Vigorosa	

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo y Nivel de Investigación

3.1.1. Tipo de Investigación

El tipo de investigación fue básica, por que busca descubrir principios, leyes o teorías por lo mismo no se orienta a resolver problemas concretos, sino a formar conocimiento general. Hernández et al., (2014) es básica y teórica por que recoge los aportes de las teorías y conocimientos existentes.

3.1.2. Nivel de Investigación

El nivel de investigación fue descriptivo por que pretende detallar como se manifiesta un fenómeno, además no explica causa, solo describe. Tamayo y Tamayo (2003), entiende la descripción como “registro, análisis e interpretación del contexto y la composición de procesos de los fenómenos de esta forma trabaja sobre la realidad con su característica” (p. 46).

3.2. Método de Estudio

El método de estudio fue descriptivo que son las estrategias generales en el camino que sigue la investigación. Hernández et al., (2014) busca detallar las características, propiedades o comportamientos de un fenómeno sin manipularlo y que sea analizado los rasgos importantes.

En método de la observación la que ayudó a observar sistemáticamente los comportamientos o situaciones de conducta de los estudiantes, con el fin de registrar

información objetiva y detallada sobre lo que ocurre en un contexto determinado, sin intervenir en el desarrollo natural de los hechos.

Kerlinger y Lee (2002) señalan que "La observación es el método sistemático de registrar patrones de comportamiento de personas, objetos y eventos sin comunicarse directamente con los sujetos que se estudian" (p. 546).

3.3. Diseño de Investigación

Según Hernández et al., (2014) el diseño fue descriptivo simple teniendo como propósito describir con precisión y detalle las características, comportamientos o circunstancias de un fenómeno, población o situación en un momento determinado.

Para Ñaupas et al., (2018) corresponde al nivel más simple de una investigación descriptiva que trabaja con una sola variable.

La representación de esquema de diseño descriptivo simple es:

M ----- O

Donde:

- **M:** muestra u objeto de estudio
- **O:** observación de la muestra

3.4. Población y Muestra

3.4.1. Población

Hernández et al., (2014) señalan que la población es el total de las personas a estudiar donde los componentes poseen características comunes o similares. En el presente estudio estuvo conformado por VI ciclo del nivel secundaria en la institución educativa secundaria “Apóstol Santiago” de Lucanas.

Tabla 1

Población de Estudio

Grado	N° de Estudiantes		Total
	Varones	Mujeres	
Primero	09	06	15
Segundo	08	06	14
Total	17	12	29

Nota. Nómina de Matrícula 2025

3.4.2. Muestra

Hernández, et al., (2014) sostienen como un subconjunto o una parte, es representativo y expresa las características e intereses de los mismos. La muestra estuvo conformado por 14 estudiantes de segundo grado de la institución educativa secundaria “Apóstol Santiago” de Lucanas.

Tabla 2

Muestra de Estudio

Grado	N° de Estudiantes		Total
	Varones	Mujeres	
Segundo	08	06	14
Total	08	06	14

Nota. Muestra del Segundo Grado.

3.5. Técnicas de Muestreo

Los autores Hernández et al., (2014) señalan que se realizó a través del método de muestreo no probabilístico cuya técnica fue por criterios definidos e intencional además todos los estudiantes de segundo grado hubo la posibilidad de formar parte de la muestra.

3.6. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

3.6.1. Técnica

Según Hernández et al., (2014) mencionan que la técnica se empleó a través de la observación, siendo esta un procedimiento o método para el recojo de información, la misma que se operativiza a través de ficha de observación.

3.6.2. Instrumento

Para Hernández et al., (2014) es un conjunto de preguntas que tiene como finalidad recoger información al variable, dimensiones e indicadores de estudio.

Para el caso de la actividad física se empleó la ficha de observación que consta de 12 ítems que evalúa las áreas establecidas de la variable, asimismo el instrumento tiene su respectivo baremo tal como se muestra a continuación:

3.7. Validez y Confiabilidad del Instrumento

3.7.1. Validez

Para Hernández et al., (2014) mencionan que la validez es la capacidad o grado de validez interna y externa del instrumento de medir la variable, la misma que se realizaron a través de la consulta de expertos

Tabla 3

Validación del Instrumento por Juicio de Expertos

Juicio de Expertos	Instrumento		
	Ficha de Observación		
	Puntaje	Puntos	Decisión
Experto 1	80	0.80	Considerable
Experto 2	80.5	0.80	Considerable
Experto 3	80	0.80	Casi perfecta
Promedio de Ponderación	80.1	0.80	Casi perfecta

Nota. Data de Juicio de Expertos sobre Validación del Instrumento

Interpretación. En la tabla 3 se observa la validez del instrumento de acuerdo al juicio de tres expertos, el primer experto puntúa 80, el segundo 80.5 y tercero 80, finalmente el valor kappa de los tres expertos es 0.80 cuya decisión es considerable, esta información se corrobora con el valor kappa de Landis y Kosh (1977).

3.7.2. *Confiabilidad*

Para Hernández et al., (2014) señalan que el nivel de fiabilidad es la propiedad del instrumento de recolección de datos de mostrar similares resultados en repetidas o en diferentes oportunidades sobre la muestra se desarrollará utilizando el Alfa de Cronbach.

Tabla 4

Estadística de Fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,875	12

Nota. Fiabilidad Obtenida de SPSS

Interpretación. En la tabla 4 se evidencia la estadística de fiabilidad, cuyo valor kappa obtenido fue de ,875 cuya decisión fue considerable.

3.8. Técnicas de Procesamiento y Análisis e Interpretación de Datos

Para el procesamiento de los datos se ha utilizado la técnica de la estadística descriptiva haciendo uso de MS Excel con el fin de organizar y sintetizar los datos obtenidos con el instrumento de la ficha de observación, asimismo, apoyado del IBM SPSS Versión 27 para obtener resultados.

3.9. Aspectos Éticos

El desarrollo de la investigación se ha actuado con ética respetando el reglamento de investigación, consentimiento autorizado por la institución para ejecutar el instrumento en la muestra, el uso adecuado de las normas de APA séptima edición y la aplicación Turniting para en el trabajo de investigación evitar el plagio.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Presentación y Descripción de Resultados

En esta parte del estudio se detalla los hallazgos encontrados con el instrumento de la ficha de observación en la variable de la actividad física en los estudiantes del VI ciclo del nivel secundaria de la institución educativa “Apóstol Santiago” de Lucanas, Ayacucho.

Los hallazgos o datos fueron procesados con la técnica de la estadística descriptiva tal como se especifica en lo siguiente:

4.2. A Nivel Descriptivo

Tabla 5

Resultado del Nivel de la Actividad Física

Escala de Valoración	Actividad Física		
	Baremo	fi	hi%
Nunca (1)	1 - 12	5	35,7
A veces (2)	13 - 24	9	64,3
Siempre (3)	25 - 36	0	0
Total		14	100,0

Nota: Resultados Obtenidos en el SPSS.

Interpretación. Tal como se puede evidenciar según la tabla 5, de un total de 14 estudiantes con respecto al nivel de la actividad física se encuentra de la siguiente manera: un 35, 7% correspondiente a (5 estudiantes) alcanzaron la escala de Nunca, por

otro lado, un 64,3% pertenecientes a (9 estudiantes) alcanzaron la escala de A veces y, por último, ningún estudiante alcanzó la escala de Siempre. En tal sentido, el nivel de la actividad física se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en la escala de A veces (64,3%) en los estudiantes del segundo grado de secundaria de la institución educativa “Apóstol Santiago” de Lucanas, 2025.

Tabla 6

Resultado del Nivel de la Dimensión Frecuencia Física

Escala de Valoración	Frecuencia Física		
	Baremo	fi	hi%
Nunca (1)	1 - 12	3	21,4
A veces (2)	13 - 24	10	71,4
Siempre (3)	25 - 36	1	7,1
Total		14	100,0

Nota: Resultados Obtenidos en el SPSS.

Interpretación. Tal como se puede observar según la tabla 6, de un total de 14 estudiantes con respecto al nivel de la dimensión frecuencia física se halla de la siguiente manera: un 21,4% correspondiente a (3 estudiantes) alcanzaron la escala de Nunca, por otro lado, un 71,4% pertenecientes a (10 estudiantes) alcanzaron la escala de A veces y finalmente, un 7,1% concernientes a (1 estudiante) alcanzó la escala de Siempre. En tal sentido, el nivel de la dimensión frecuencia física se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en la escala A veces (71,4%) en los estudiantes del segundo grado de secundaria de la institución educativa “Apóstol Santiago” de Lucanas, 2025.

Tabla 7

Resultado del Nivel de la Dimensión Duración Física

Escala de Valoración	Duración Física		
	Baremo	fi	hi%
Nunca (1)	1 - 12	4	28,6
A veces (2)	13 - 24	7	50,0
Siempre (3)	25 - 36	3	21,4
Total		14	100,0

Nota: Resultados Obtenidos en el SPSS.

Interpretación. Tal como se puede observar según la tabla 7, de un total de 14 estudiantes con respecto al nivel de la dimensión duración física se halla de la siguiente manera: un 28,6% correspondiente a (4 estudiantes) obtuvieron la escala de Nunca, por otro lado, un 50,0% pertenecientes a (7 estudiantes) obtuvieron la escala de A veces y finalmente, un 21,4% concernientes a (3 estudiantes) obtuvieron la escala de Siempre. En tal sentido, el nivel de la dimensión duración física se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en la escala de A veces (50,0%) en los estudiantes del segundo grado de secundaria de la institución educativa “Apóstol Santiago” de Lucanas, 2025.

Tabla 8

Resultado del Nivel de la Dimensión Intensidad Física

Escala de Valoración	Intensidad Física		
	Baremo	fi	hi%
Nunca (1)	1 - 12	2	14,3
A veces (2)	13 - 24	8	57,1
Siempre (3)	25 - 36	4	28,6
Total		14	100,0

Nota: Resultados Obtenidos en el SPSS.

Interpretación. Tal como se puede registrar según la tabla 8, de un total de 14 estudiantes con respecto al nivel de la dimensión intensidad física se encuentra de la siguiente manera: un 14,3% correspondiente a (2 estudiantes) obtuvieron la escala de Nunca, por otro lado, un 57,1% pertenecientes a (8 estudiantes) obtuvieron la escala de A veces y finalmente, un 28,6% concernientes a (4 estudiantes) obtuvieron la escala de Siempre. En tal sentido, el nivel de la dimensión intensidad física se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en la escala de A veces (57,1%) en los estudiantes del segundo grado de secundaria de la institución educativa “Apóstol Santiago” de Lucanas, 2025.

4.3. Discusión de Resultados

El trabajo investigativo nos muestra los resultados alcanzados de manera detallada y clara de la variable de estudio Actividad física y sus dimensiones de la frecuencia física, duración física e intensidad física en los estudiantes del segundo grado de secundaria en el colegio “Apóstol Santiago” de Lucanas. Por siguiente se presenta los datos estadísticos alcanzados en la investigación.

En el objetivo general de la actividad física los resultados encontrados son que, 5 estudiantes (35, 7%) alcanzaron la escala de Nunca, 9 estudiantes (64,3%) alcanzaron la escala de A veces y en la escala de Siempre no se registra datos, por ello, la mayor parte de los estudiantes del segundo grado de secundaria del colegio “Apóstol Santiago” se ubica en la escala de A veces. Estos resultados se asemejan con estudios de Chura (2024) quien al examinar el nivel de la actividad física reportó que el 46% se ubica en nivel moderado, el 37% en nivel bajo y solo el 17% en nivel alto. Asimismo, el estudio de Zamora (2025) tiene el mismo resultado al investigar el nivel de la actividad física, llegando al resultado de que la mayoría de los escolares se ubican en el nivel moderado, tanto en la clase de Educación Física (59.5%) como después del colegio (41.4%) y durante las mañanas (50.5%). Se deduce que hay predominio en niveles medios en estas investigaciones, sin embargo, se requiere intervenir aún más en la actividad física para mejorar sus condiciones físicas en los estudiantes y que ningún estudiante se ubique en niveles de inicio o inferiores.

En el objetivo específico 1 de la dimensión frecuencia física los resultados conseguidos son que, 3 estudiantes (21,4%) alcanzaron la escala de Nunca, por otro lado, 10 estudiantes (71,4%) alcanzaron la escala de A veces y un estudiante (7,1%) alcanzó la escala de Siempre. Por ende, la mayor parte de los estudiantes del segundo grado de secundaria del colegio “Apóstol Santiago” se ubica en la escala de A veces. Estos resultados guardan similitud con estudios de Huallpa y Paquiyauri (2024) quienes al evaluar la práctica de la actividad física en la dimensión frecuencia física reportó que, se ubica en bajo el 19.8%; en medio el 55.3%; en alto 29.8%. En síntesis, ambas investigaciones tienen un mayor porcentaje en niveles medios en la frecuencia física en los estudiantes, aun así, se requiere que los escolares alcancen niveles superiores en su totalidad practicando cualquier actividad física en su día a día para mejorar su rendimiento en esta dimensión.

En el objetivo específico 2 de la dimensión duración física los resultados alcanzados son que, 4 estudiantes (28,6%) obtuvieron la escala de Nunca, 7 estudiantes (50,0%) obtuvieron la escala de A veces y 3 estudiantes (21,4%) obtuvieron la escala de Siempre. Por ello, la mayor parte de los estudiantes del segundo grado de secundaria del colegio “Apóstol Santiago” se ubica en la escala de A veces. Estos resultados tienen cierto parecido con estudios previos de Sonco (2024) quien en su trabajo investigativo del nivel de actividad física en la dimensión duración física obtuvo que el 57,14% de 17

años y el 57,33% de 16 años mostraron un moderado nivel de actividad física en la duración. En la semana los escolares realizaron actividades físicas más de 60 minutos diarios siendo 55,21% para la actividad física intensa; 53,1% para la caminata y 47,92% para aquellos que realizaron actividades físicas moderadas. En tal sentido, ambas investigaciones tienen cierto balance en su predominancia de niveles medios, lo cual también se requiere que se optimice aún más en esta dimensión para que la mayoría de los estudiantes alcancen niveles superiores.

En el objetivo específico 3 de la dimensión intensidad física los resultados conseguidos son que, 2 estudiantes (14,3%) obtuvieron la escala de Nunca, 8 estudiantes (57,1%) obtuvieron la escala de A veces y 4 estudiantes (28,6%) obtuvieron la escala de Siempre. Por ende, la mayor parte de los estudiantes del segundo grado de secundaria del colegio “Apóstol Santiago” se ubica en la escala de A veces. Estos resultados se asimilaran con estudios recientes de Guadalupe (2026) quien en su estudio del nivel de actividad física en la dimensión intensidad física reveló que, el 50.0% se situó en nivel moderado, el 38.8% en bajo y únicamente el 11.2% en vigoroso. De tal forma se deduce que ambas investigaciones tienen mayor predominancia en los niveles medios, sin embargo, también hay reporte que aún hay estudiantes que se encuentran por niveles bajos, el cual se requiere la intervención para mejorar su condición en esta dimensión.

CONCLUSIONES

1. En el objetivo general de la actividad física, se demostró que en mayor predominio en los estudiantes del 2do grado de secundaria en el colegio “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025 se ubican en la escala de A veces con un 64,3% (9 estudiantes) del total de la muestra, en las otras escalas de Nunca con 35, 7% (5 estudiantes) y en la escala de siempre no se registra datos; solicitando optimizar la actividad física con estrategias adecuadas a su mejoría.
2. En el objetivo específico 1 de la dimensión frecuencia física, se demostró que en mayor predominio en los estudiantes del 2do grado de secundaria en el colegio “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025 se ubican en la escala de A veces con un 71,4% (10 estudiantes) del total de la muestra, en las otras escalas de Nunca con 21,4% (3 estudiantes) y en la escala de Siempre con 7,1% (1 estudiante); requiriendo que se mejore esta dimensión para alcanzar niveles superiores con más estudiantes.
3. En el objetivo específico 2 de la dimensión duración física, se demostró que en mayor predominio en los estudiantes del 2do grado de secundaria en el colegio “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025 se ubican en la escala de A veces con un 50,0% (7 estudiantes) del total de la muestra, en las otras escalas de Nunca con 28,6% (4 estudiantes) y en la escala de Siempre con 21,4% (3 estudiantes); sugiriendo también mejorar esta dimensión con actividades apropiadas.
4. En el objetivo específico 3 de la dimensión intensidad física, se demostró que en mayor predominio en los estudiantes del 2do grado de secundaria en el colegio “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025 se ubican en la escala de A veces con un 57,1% (8 estudiantes) del total de la muestra, en las otras escalas de Nunca con 14,3% (2 estudiantes) y en la escala de Siempre con 28,6% (4 estudiantes); solicitando asimismo que los estudiantes deben mejorar para alcanzar niveles superiores en esta dimensión.

RECOMENDACIONES

1. A los directivos y docentes de la EESSP “José Salvador Cavero Ovalle” de Huanta fomentar en los futuros profesionales realizar investigaciones descriptivas, principalmente en las problemáticas educativas locales con el fin de dar soluciones adecuadas. Es esencial capacitar a los profesores con talleres de actividad física para solventar necesidades que mejoren su formación profesional.
2. A los docentes de la institución educativa “Apóstol Santiago” de Lucanas, Ayacucho; impulsar a enfocarse en hacer uso de diversas estrategias pedagógicas en actividades físicas para intervenir a temprana edad la problemática. Es de vital importancia identificar estudiantes que presentan dificultades para brindarles el apoyo requerido a través de talleres deportivos o físicos.
3. A los directivos y especialistas de la DRE Ayacucho, sugerir el apoyo constante en las capacitaciones y acompañamiento necesario en las distintas instituciones educativas fomentando la actividad física que es importante en la salud, primordialmente en los escolares.
4. A los padres de familia de la institución educativa fomentar y apoyar la buena convivencia en el hogar con el fin de fortalecer en sus hijos la empatía con sus compañeros, asimismo impulsar la práctica de la actividad física que es necesario para la salud y el cuerpo.

Referencias

- Álvarez, L. M. (2020). *Análisis descriptivo del nivel de actividad física en trabajadores del Distrito 12D05 Palenque – Vines – Salud; enero – junio 2019* [Tesis de especialización, Universidad Internacional del Ecuador]. Repositorio Digital UIDE. <https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/4082>
- Benites, N., Ardila, J.A., Marín, N.A. (2019) *Correlación entre los niveles de actividad física y los niveles de autoestima en estudiantes de grado octavo de la Institución Educativa Suroriental de Pereira*. [Tesis de la Universidad Tecnológica de Pereira. Colombia]. <https://repositorio.utp.edu.co/items/16f1dd38-1e1f-467f-8058-0629e1b9aae1>
- Canchari, C.A. y Estriba, R. E. (2024) *Nivel de actividad física y el índice de masa corporal en estudiantes de educación secundaria de la institución educativa “Mariscal Cáceres”, Ayacucho 2024*. <https://repositorio.unsch.edu.pe/items/2435b65e-7dab-434c-8176-21ceed3eee8d>
- Carreón, A.G. (2022) *Actividad física y bienestar psicológico en adolescentes del segundo grado de secundaria en la institución educativa Comercio 41 del Cusco, 2021* [Tesis de grado, Universidad César Vallejo] <https://hdl.handle.net/20.500.12692/81445>
- Chura, E. (2024). *Nivel de actividad física según características personales de usuarios que acuden al consultorio de medicina del Hospital II-1 Ilave, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional del Altiplano. <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/23294>
- Córdova, V.A. (2022) *Actividades Físico – deportivas y satisfacción estudiantil del VII ciclo de una Institución Educativa Pública de Sarhua, 2022*. [Tesis de la Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/101533/C%C3%B3rdova_SVA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Guadalupe, T. Y. (2026). *Nivel de actividad física de estudiantes de un colegio particular, Pachacamac, 2025* [Tesis de grado, Universidad Privada Norbert Wiener]. Repositorio Institucional de la Universidad Privada Norbert Wiener. <https://hdl.handle.net/20.500.13053/15396>

- Hernández, C., Fernández, C. Y Baptista, P. (2014) *Metodología de la investigación*. Sexta edición. Mc Graw Hill.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008>
- Huallpa, Y., & Paquiyauri, C. S. (2024). *Práctica de actividad física en escolares de sexo femenino de dos instituciones educativas, Ayacucho - 2023* [Tesis para título profesional, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga]. Repositorio Institucional de la UNSCH. <http://repositorio.unsch.edu.pe/handle/UNSCH/6452>
- Instituto Nacional del Deporte (2021) *Encuesta Nacional de Actividad Física y Hábitos de Vida Saludable*. <http://appweb.ipd.gob.pe/victoria/web/archivo/Encuesta.pdf>
- Kerlinger, F. N., y Lee, H. B. (2002) *Investigación del comportamiento: Método de investigación en ciencias sociales*. Cuarta edición. McGraw Hill.
<https://padron.entretomas.com.ve/INICC2018-2/lecturas/u2/kerlinger-investigacion.pdf>
- Ministerio de Educación. (2016) *Currículo Nacional de la Educación Básica*. Ministerio de Educación del Perú. <https://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>
- Ministerio de Salud (2020) *Actividad física de adultos de 18 a 59 años -Vianev 2017 – 2018*. Informe técnico. <https://observateperu.ins.gob.pe/node/10223>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., Romero, H., (2018) *Metodología de la investigación cuantitativa cualitativa y redacción de tesis*. Edición de la U. http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios*.
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/35b2506b-ddf8-40f5-8e82-9716b37f55e9/content>
- Lizarazo, L. Burbano, V. & Valdivieso, M. (2020). *Correlación entre actividad física y autoestima de escolares adolescentes: Un análisis de tipo trasversal*. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, (60), 95–115.
<https://doi.org/10.35575/rvucn.n60a6>

- Ramírez, J. T. (2023). *Nivel de actividad física en personas de 20 a 35 años del barrio 25 de Septiembre, La Libertad, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Estatal Península de Santa Elena]. Repositorio Institucional de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/9569>
- Sonco, X. N. (2024). *Nivel de actividad física en estudiantes escolares del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Privada Cima después de recibir educación no presencial en la ciudad de Tacna en el año 2022* [Tesis de bachiller, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio Institucional de la Universidad Privada de Tacna. <http://hdl.handle.net/20.500.12969/3521>
- Tamayo, M. y Tamayo (2003), *El proceso de la investigación científica. Incluye evaluación y administración de proyecto de investigación*. Cuarta edición. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf
- Zamora, M. I. (2025). *Nivel de actividad física en estudiantes de educación secundaria de una institución educativa rural del distrito de Totos, Cangallo 2025* [Tesis para título profesional, Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga]. Repositorio Institucional de la UNSCH. <https://hdl.handle.net/20.500.14612/8501>

ANEXOS

Anexo 1.

R.D. de Aprobación del Proyecto de Investigación



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737
Resolución RM N° 228-82-ED
Acreditación a Instituto OS N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento OS N° 05-04-ED
Escuela de Educación RM N° 267-2020-MINEDU
RM N° 40-2024-MINEDU

"Año de la Recuperación y Consolidación de la Economía Peruana"

Resolución Directoral No. 0619-2025 FESP. Púb. "JSCO"/DG-HTA

Huanta, 14 de octubre de 2025

La Directora General (c) de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caverro Ovalle" de Huanta;

VISTO:

El **INFORME N° 002-2025-ASESOR DE INVEST/PPD 2025/EESPP"JSCO"-HTA**, de fecha 22 de agosto de 2025, con número de expedientes: TM20252831-F del asesor de investigación del Programa de Profesionalización Docente 2025 del Programa de Estudios de Educación Física Aula 10, avala los proyectos de investigación para el otorgamiento de Resolución Directoral de Aprobación en el marco del cumplimiento del Reglamento de Investigación, Reglamento de Grados y Titulos y del Plan de Ejecución del PPD 2025 a fin de oficializar y garantizar su ejecución;

CONSIDERANDO:

Que, La **LEY N° 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS No 010-2017-MINEDU** Reglamento de la Ley N° 30512, **DU No 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **DS N° 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia N° 017-2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512 y **LEY N° 31653** Ley que Modifica la Ley 30512; **RM No 130-2025-MINEDU** Lineamientos Académicos Generales para las Escuelas de Educación Superior Pedagógica Públicas y Privadas y demás normas;

Que, la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caverro Ovalle" de Huanta, institución licenciada mediante la **RM No 267-2020-MINEDU** y **RM No 420-2024-MINEDU** en amparo a la normativa general, Documentos de Gestión Institucional, Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Titulos, tiene facultad de otorgar el Grado Académico de Bachiller en Educación y el Título Profesional de Licenciado(a) a los/las egresados/as de formación inicial docente y formación continua a fin de garantizar su acreditación profesional.

Que, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caverro Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del Grado Académico de Bachiller en Educación y el Título Profesional de Licenciado/a a los/las egresados/as de Formación Inicial Docente y de Formación Continua previa sustentación y aprobación del trabajo de investigación y de la tesis respectivamente en concordancia a la normativa general y documentos de gestión institucional.

Que, estando conforme al Reglamento de Investigación y al Reglamento de Grados y Titulos, a la Ley No 30512 Ley General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados, su reglamento y modificatorias, asimismo, a los Lineamientos Académicos Generales que señalan que el proceso de otorgamiento del *Grado Académico de Bachiller en Educación* es mediante la sustentación del Trabajo Investigación con el fin de generar conocimientos y propuestas que contribuyan a la mejora continua de la calidad de la educación.

Que, el Programa de Profesionalización Docente 2025, autorizado por la **RDRS No 00321-2025-GRA/GR-GG-GRDS-DREA-DR**, conduce a la obtención del Grado Académico de Bachiller en Educación y Título Profesional de Licenciado/a en Educación Inicial Intercultural Bilingüe, Licenciado/a en Educación Primaria Intercultural Bilingüe y Licenciado/a en Educación Física, el *Formador Asesor del Módulo de Práctica de Investigación del Aula 10*, elevó el **INFORME N° 002-2025-ASESOR DE INVEST/PPD-2025/EESPP"JSCO"-HTA**, avalando los proyectos de investigación para la aprobación

Jr. Ratzuhilca 824 – Huanta
Telefax (086) 321070
www.eesppjco.edu.pe
informes@eesppjco.edu.pe



resolutiva en el marco del cumplimiento del Reglamento de Investigación, Reglamento de Grados - Títulos y el Plan de Ejecución del PPD 2025.

Que, la Directora General (c) de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caveró Ovalle" de Huanta, en amparo a sus facultades y en el marco de la *Ley No 30512, su reglamento, modificatorias, el Reglamento de Investigación, Reglamento de Grados - Títulos y el Plan de Ejecución del PPD 2025* oficializa la **APROBACIÓN** de los *Proyectos de Investigación* de los/as participantes del **Programa de Profesionalización Docente 2025** del **Programa de Estudios de Educación Física Aula 10**, cuyo *Formador Asesor* es el **Mg. Freddy Roland Pineda Tapia**, por tanto:



SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO. - APROBAR los **PROYECTOS DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN** del **Programa de Profesionalización Docente 2025** del **Programa de Estudios de Educación Física Aula 10** los que a continuación se detallan:

PROGRAMA DE PROFESIONALIZACIÓN DOCENTE		
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	PROYECTO DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN
1	ALTEZ SANTOS, Milagros Marleny	Actividad física en estudiantes de educación secundaria de la institución educativa Esmeralda de los Andes, Huanta 2025
2	ANAYA YARANGA, Héctor	Juegos motores en estudiantes de la institución educativa San Juan de la Frontera, Huamanguilla, Huanta 2025
3	CANCHARI MENDEZ, Ysbel Janet	Desarrollo rítmico en estudiantes del IV ciclo de educación primaria de la institución educativa "San Gerardo", Sivia 2025
4	CCAICO OLARTE, Cynthia Lysett	Fundamentos Técnicos del Voleibol en los Estudiantes de la Institución Educativa Primaria N° 25501 de Puquio, 202
5	CISNEROS QUISPE, Newmar Hugo	Niveles de coordinación óculo manual en estudiantes de la institución educativa N° 38445/Mx-P Santa Rosa, 2025.
6	CRIOLLO CARRASCO, Edson Raúl	Fundamentos técnicos básicos del Voleibol en estudiantes del 6to grado de la institución educativa N° 55006 "Familia Sagrada" de Andahuaylas, 2025
7	DIAZ ALVAREZ, Carlos Alberto	Fundamentos técnicos del baloncesto en estudiantes del 1er grado de la institución educativa secundaria "Gregorio Martinelli" Talavera, 2025
8	ESPINOZA CHOQUE, Miriam Liliana	Condición física en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Integrada "Sergio Arauco Quiñonez", 2025
9	FERNÁNDEZ GARCIA, Ronald Romario	Fundamentos técnicos del fútbol en la selección Sub 12 de la institución educativa "San Martín de Porres" Luricocha, 2025
10	GIRON FLORES, Rocio del Pilar Juanita	Nivel de desarrollo de la motricidad fina en estudiantes sub 10 de la Academia Deportiva Milán Sport, 2025
11	HUISA PUMA, Rene	Actividad física en estudiantes de la institución educativa secundaria "Apostol Santiago", Lucanas 2025
12	INCA SINTI, Maribel	Coordinación motriz en estudiantes del 5to grado de primaria de la institución educativa "Parque Industrial" Pichari, Cusco 2025
13	LAPA AYALA, Richard	Actividad física en los estudiantes del segundo grado de la institución educativa "Luther King School", Huanta 2025



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737
Resolución RM N° 238-82-ED
Atribución a Instituto OS N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento OS N° 09-04-ED
Escuela de Educación RM N° 267-2004-MINEDU
RM N° 40-2004-MINEDU

14	LAURA GUTIERREZ, Pedro Edgar	Nivel de las Capacidades Físicas en los estudiantes de la Institución Educativa "Augusto Salazar Bondy"- Anco, 2025
16	PALOMINO ORIHUELA, Deyni	Fundamentos técnicos del fútbol en estudiantes del 5to grado de la institución educativa "Juan Velasco Alvarado" Andahuaylas, 2025
17	QUISPE SERRANO, Emerson	Nivel de psicomotricidad gruesa en los estudiantes de primaria de la institución educativa "San Alfonso" de Huanta, 2025
18	QUISPE SERRANO, Sandro Baylon	Nivel de habilidades motrices básicas en estudiantes de primaria en la Institución Educativa "San Alfonso" - Huanta, 2025
19	RUIZ RIVAS, Miluzca Milagros	Habilidades motrices en estudiantes de educación primaria de la institución educativa N° 38257/Mx-P "San Ramon", Huanta 2025
20	SACCACO LEIVA, Aydee América	Nivel de motricidad en estudiantes de educación primaria de la institución educativa N° 54080 de Huancabamba, Andahuaylas 2025
21	SUAREZ GOMEZ, Clever	Juegos cooperativos en los estudiantes de la institución educativa "Joel Durand Sobrevilla", Santillana, 2025
22	TAIPE ENRIQUEZ, Aquiles	Habilidades técnicas en el fútbol infantil sub - 14 en la Academia de fútbol Club Social Millpo, Huancavelica 2025
23	TAPULLIMA TAPULLIMA, Jessica Patricia	Rendimiento físico en niños de la Academia de Fútbol "New Star JK", Carabayllo, Lima 2025
24	VELARDE CCOCHACHI, Emil Gaudencio	Dominio técnico del fútbol en la selección sub 17 de la institución educativa "Alfonso Ugarte", Aranzhuay 2025

ARTICULO SEGUNDO.- DISPONER que, el área de Repositorio Institucional registre e inscriba en la base de datos los Proyectos de Trabajo de Investigación para el control correspondiente.

ARTICULO TERCERO.- DISPONER al Webmaster de la Escuela la publicación en la página web y en el portal de transparencia, asimismo, la entrega de una copia a los/las interesados/as.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHIVESE



DISTRIBUCIÓN:
Interesados (as)
Archivo
MILP/D.G.(e)
pdf/sec

Jr. Razuhulica 624 – Huanta
Telefax (086) 321070
www.eesppisco.edu.pe
informes@eesppisco.edu.pe

Anexo 2.

R.D. de Expedito de Tesis



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
HUANTA – AYACUCHO

Ley Creación N° 16737
Resolución R.M. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto OS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento OS. N° 09-94-ED
Escuela de Educación R.M. N° 267-2020-MINEDU
RM No 420-2024-MINEDU

"Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia"

Resolución Directoral N° 0405-2026-EESP-Púb. "JSCO"/DG-HTA

Huanta, 17 de julio del 2026

Visto, el **INFORME No.197,205,206y208-2026-RAI-EESPP"JSCO"-HTA.** con **EXP.TM20263324-F, EXP.TM20263318-F, EXP.TM20263348-F y EXP.TM20263381-F** del Área de Investigación quien emite **Opinión Favorable de Expedito de Trabajo de Investigación.**

 **CONSIDERANDO:**

La **LEY N° 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS No 010-2017-MINEDU** Aprueban Reglamento de la Ley N° 30512, **DU No 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **DS N° 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia N° 017_2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **LEY N° 31653** Ley que Modifica la Ley 30512, RM No 130-2025-MINEDU Lineamientos Generales Académicos, RM No 244-2025-MINEDU Disposiciones que regulan la gestión de los procesos académicos en las Escuelas de Educación Superior Pedagógica Públicas - Privadas y demás normas.

Asimismo, la Ley Universitaria No 30220 en su tercera disposición complementaria final, **Títulos y Grados otorgados por instituciones y escuelas de educación superior**, precisa que, mantienen el régimen académico de gobierno y de economía establecidos por las leyes que los rigen. Tienen los deberes y derechos que confiere la presente Ley para otorgar en nombre de la Nación el Grado de Bachiller en Educación, equivalentes a los otorgados por las universidades del país, que son válidos para su reconocimiento nacional y para la realización de estudios de maestría, y, por tanto, su inscripción y registro en SUNEDU en estricto cumplimiento a la normativa vigente.

Que, es política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caverro Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; tiene como fin fomentar la investigación e innovación en los/las estudiantes del Programa de Profesionalización Docente para ofrecer a la sociedad maestros y maestras capaces de producir conocimientos pedagógicos que contribuyan al mejoramiento continuo de la calidad de la educación en el contexto local, regional y nacional, asimismo, garantizar su acreditación con el Grado Académico de Bachiller en Educación para su reconocimiento como tal en la sociedad.

Que es necesario aprobar en calidad de expedito los Trabajos de Investigación, presentados por los/las egresados del Programa de Profesionalización Docente pertenecientes a los Programas de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, Educación Primaria Intercultural Bilingüe y Educación Física para garantizar se acreditación como Bachiller en Educación.

Que, teniendo el informe aval de expedito en concordancia al Reglamento de Investigación y al Reglamento de Grados y Títulos 2025 de la Escuela emitido por el responsable del Área de Investigación y en el marco de mis facultades amparado en la RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR, por tanto;

Jr. Razubulica 824 – Huanta
Teléfono (080) 321070
www.eesppjSCO.edu.pe
comunicaciones@eesppjSCO.edu.pe

0800 400 000
0800 400 000
0800 400 000
0800 400 000



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
HUANTA - AYACUCHO

Ley Casación N° 16737
Resolución RM. N° 225-82-ED
Adecuación a Instituto OS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento OS. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2023-MINEDU
PN No 429-2024-MINEDU

SE RESUELVE:

PRIMERO. – DECLARAR EXPEDITO los TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN siguientes:

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE			
Nº	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	HUAMAN BERROCAL, Gloria Liz	Grado de pensamiento lógico-matemático en niños de 5 años del distrito de Ranracancha, provincia de Chincheros – Apurímac, 2025	Atención integral del infante
2	GUILLEN ORTEGA, Mary luz	Nivel de autorregulación emocional en niños de 4 años de la Institución Educativa N° 1121 "San Gregorio", Andahuaylas - 2025	Interculturalidad y bilingüismo
3	TINCOPI QUISPE, Neley Zujey	La psicomotricidad gruesa en los niños y niñas de 5 años de la Institución Educativa Inicial N°273 "Perú-Japón" de Nasca-Ica 2025	Actividades físicas y recreativas
4	QUISPE FLORES, Jhanett Diana	La autonomía en los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial 864 de Trapiche, Canta - Lima, 2025	Atención integral al infante, niño y adolescente
5	MALDONADO USCATA, Joaquina Lourdes	Práctica de normas de convivencia escolar en niños del Ciclo II en la Institución Educativa N°771 de Larcay- Huancavelica, 2025	Atención integral del infante, niño y adolescente
6	SALAZAR BARRERA, Liset	Nivel de expresión oral en niños y niñas del Centro Poblado de Cavira, Kishuara, Andahuaylas, 2025	Aprendizaje y evaluación
7	DIAZ ALVAREZ, Julian	Nivel de identidad cultural en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial 277-29 San Juan de Kula, Andahuaylas, 2025	Interculturalidad y bilingüismo
8	YUCRA YANASUPO, Magdalena	Nivel de creatividad en niños y niñas de la Institución Educativa Inicial N°429-13/Mx-P Carmen Soto Flores de Uyuvirca, Huanta-2025	Aprendizaje y evaluación
9	RINCÓN YAUROS, Carmela	Las actividades creativas en los niños del Ciclo II de la Institución Educativa N° 277-32 de San Carlos, San Jerónimo-Andahuaylas, 2025	Atención integral del infante
10	CRUZ QUISPE, Vanessa Verónica	Nivel de desarrollo de lenguajes artísticos en niños de 5 años de la I.E.I. N° 248 "Santa Ana" - Perené, Junín 2025	Aprendizaje y evaluación

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA INTERCULTURAL BILINGÜE			
Nº	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	PALOMINO MARTINEZ, Thalia Elizabeth	Uso oral del runa simi en los estudiantes de tercer grado de la Escuela Concertada Solaris N° 5006-20 de Sullhuacca, San Jerónimo-Andahuaylas, 2025	Interculturalidad y bilingüismo
2	SANCHEZ ESPEZA, Jhonson	Juegos tradicionales para el desarrollo socioemocional en estudiantes de aula	Innovaciones pedagógicas



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
HUANTA – AYACUCHO

Ley Creación N° 16737
Resolución RM. N° 225-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Activación de Funcionamiento DS. N° 05-94-ED
Escuela de Educador RM. N° 287-2020-MINEDU
RM No 420-2024-MINEDU

		multigrado en la Institución Educativa N° 30948 de Río Negro 2024.	
--	--	--	--

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA			
N°	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	GIRON FLORES, Rocio del Pilar Juanita	Nivel de desarrollo de la motricidad fina en estudiantes sub 10 de la Academia Deportiva Milán Sport, 2025	Actividades físicas y recreativas
2	TAPULLIMA, Jessica Patricia	Rendimiento físico en niños de la Academia de Fútbol "New Star JK", Carabayllo, Lima 2025	Actividad física y recreación
3	CCAICO OLARTE, Cynthia Lysett	Fundamentos Técnicos del Voleibol en los Estudiantes de la Institución Educativa Primaria N° 25501 de Pucallpa, 2025.	Actividad física y recreación
4	CISNEROS, QUISPE, Newmar Hugo	Niveles de coordinación óculo manual en estudiantes de la institución educativa N° 38445/Mx-P Santa Rosa, 2025.	Actividad física y recreación
5	HUISA PUMA, Rene	Actividad física en estudiantes de la institución educativa secundaria "Apóstol Santiago", Lucanas 2025	Actividad física y recreación

SEGUNDO. - AUTORIZAR, a partir de la fecha, continuar con los trámites para la Sustentación del Trabajo de Investigación cumpliendo con los requisitos establecidos en el Reglamento de Investigación y Grados y Títulos 2025 de la Escuela.

TERCERO.- COMUNICAR, a las áreas internas, a los/las interesados (as), asimismo, subir a la web institucional para los fines administrativos pertinentes.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE

Dr. Víctor Alejandro Arce Villan
DIRECTOR GENERAL

DISTRIBUCIÓN:

Interesados (as)
Archivo
WMAV/D.G.(s)
prd/sec.

Jr. Razuhulisa 624 – Huanta
Telefax (086) 321070
www.eesppisco.edu.pe
comunicaciones@eesppisco.edu.pe

Anexo 3.

R.D. de Fecha de Sustentación de Tesis



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta – Ayacucho

Ley Creación Nº 16737
Reapertura RM. Nº 226-82-ED
Adecuación a Instituto DS. Nº 010-85-ED
Aprobación de Funcionamiento DS. Nº 09-94-ED
Escuela de Educación RM. Nº 237-2020-MINEDU
RM no 420-2024-MINEDU

Resolución Directoral No. 00633-2026-ETSP.Púb."JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 25 de agosto 2026

Visto, el Expediente **TM20263907-F** de fecha **10 de agosto del 2026** y la **Resolución Directoral de Expedito No 0495-2026-EESP Pub. "JSCO"/D.G.-HTA** de fecha **17 de julio del 2026**;



CONSIDERANDO:

La **LEY Nº 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS Nº 010-2017-MINEDU** Aprueban Reglamento de la Ley Nº 30512, **DU Nº 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley Nº 30512, **DS Nº 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley Nº 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia Nº 017_2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley Nº 30512 y **LEY Nº 31653** Ley que Modifica la Ley 30512; RM No 130-2025-MINEDU Lineamientos Generales Académicos, Rm No 244-2025-MINEDU y demás normas;

Que, la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvadr Caveró Ovalle" de Huanta, institución licenciada mediante la RM No 267-2020-MINEDU/RM No 420-2024-MINEDU y en amparo a la normativa general, Documentos de Gestión Institucional, Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos, tiene facultad de planificar, organizar, ejecutar y evaluar el proceso de otorgamiento del Grado de los egresados de Formación Continua del Programa de Profesionalización Docente y garantizar su acreditación con el Grado Académico de Bachiller en Educación;

Qué, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Caveró Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del **Grado Académico de Bachiller en Educación** a los(as) egresados de Formación Continua - Programa de Profesionalización Docente de los Programas de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, Educación Primaria Intercultural Bilingüe y Educación Física previa sustentación del Trabajo de Investigación y su respectiva aprobación en concordancia a la normativa general y documentos de gestión institucional;

Que, estando conforme al Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación, Reglamento de Grados y Títulos, al Reglamento Institucional, a la Ley No 30512 Ley General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados, su reglamento y modificatorias y a los Lineamientos Académicos Generales (RM No 130-2025-MINEDU) y a las Disposiciones que regulan la gestión de los procesos académicos en las Escuelas de Educación Superior Pedagógica Públicas y Privadas (RM No 244-2025-MINEDU) que señalan que, el proceso de otorgamiento del Grado Académico de Bachiller en Educación es

Jr. Razuhulica 624 – Huanta
Teléfono: 281260
www.eesppjSCO.edu.pe
informes@eesppjSCO.edu.pe



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 18137
Resolución RM. N° 229-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-86-ED
Aprobación de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED
Escuela de Educador RM. N° 267-2020-MINEDU
RM no 420-2024-MINEDU

mediante la sustentación del trabajo de investigación, con el fin de generar conocimientos y propuestas que contribuyan a la mejora continua de la calidad de la educación;

Que, de conformidad a los considerandos mencionados y facultado por el **RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR;**

SE RESUELVE:

PRIMERO.- AUTORIZAR la **SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN** conducente a la **OBTENCIÓN DEL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN**, de acuerdo al siguiente detalle:

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA "APÓSTOL SANTIAGO", LUCANAS 2025	
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREACIÓN
FORMACIÓN CONTINUA	PROGRAMA DE PROFESIONALIZACIÓN DOCENTE
EDUCACIÓN FÍSICA	
AUTOR(A)	HUISA PUMA, RENE
FECHA	5 DE SETIEMBRE DEL 2026
HORA	11:00 A.M.
LUGAR	AUDITORIO INSTITUCIONAL

SEGUNDO.- COMUNICAR al interesado (a) y áreas internas del contenido del presente acto resolutivo.

TERCERO.- PÚBLICAR la resolución en la web institucional.

REGISTRESE, COMUNIQUESE Y ARCHIVESE

Dr. Walter Márquez Arce Villar
DIRECTOR GENERAL

DISTRIBUCIÓN:

Interesado/a
Dir. Adm. (01)
Sec. Acad. (01)
Archivo (01)
WMAV/D.G. (c)
prd/sec.

Anexo 4.

R.D. de Nominación de Jurados de Sustentación de Tesis



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 15737
Reglamento RM N° 225-83-ED
Adecuación a Instituto OS N° 015-85-ED
Autorización de Funcionamiento OS N° 05-94-ED
Estado de Educación RM N° 267-2020-MINEDU
RM No 420-2024-MINEDU

Resolución Directoral No. 00634-2026-EESP.Púb."JSCO"/DG-HTA

Huanta, 25 de agosto 2026

Visto, el Expediente *TM20263907-F* de fecha *10 de agosto del 2026* y la *Resolución Directoral de Expedito No 0495-2026-EESP Pub. "JSCO"/D.G.-HTA* de fecha *17 de julio del 2026*;

CONSIDERANDO:

La **LEY N° 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS No 010-2017-MINEDU** Aprueban Reglamento de la Ley N° 30512, **DU No 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **DS N° 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia N° 017_2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512 y **LEY N° 31653** Ley que Modifica la Ley 30512; RM No 130-2025-MINEDU Lineamientos Generales Académicos, RM No 244-2025-MINEDU y demás normas;

Que, la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, institución licenciada mediante la RM No 267-2020-MINEDU/RM No 420-2024-MINEDU y en amparo a la normativa general, Documentos de Gestión Institucional, Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos, tiene facultad de planificar, organizar, ejecutar y evaluar el proceso de otorgamiento de Grado de los egresados del *Programa de Profesionalización Docente* y garantizar su acreditación con el Grado Académico de Bachiller en Educación;

Qué, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del *Grado Académico de Bachiller en Educación* a los(as) egresados/as de Formación Continua del Programa de Profesionalización Docente de los Programas de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, Educación Primaria Intercultural Bilingüe y Educación Física previa sustentación del Trabajo de Investigación y su respectiva aprobación en concordancia a la normativa general y documentos de gestión institucional;

Que, estando conforme al Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación, Reglamento de Grados y Títulos, a la Ley No 30512 Ley General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados, su reglamento y modificatorias, a los Lineamientos Académicos Generales (RM No 130-2025-MINEDU) y a las Disposiciones que regulan la gestión de los procesos académicos en las Escuelas de Educación Superior Pedagógica Públicas y Privadas (RM No 244-2025-MINEDU) que señalan que, el proceso de otorgamiento del Grado Académico de Bachiller en Educación es mediante la sustentación del trabajo de investigación, con el fin de generar conocimientos y propuestas que contribuyan a la mejora continua de la calidad de la educación;

Jr. Razuhuilca 624 – Huanta
Teléfono: 281260
www.aespjisco.edu.pe
comunicaciones@espjisco.edu.pe



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta - Ayacucho

Ley Creación N° 18737
Presupuesto RM. N° 226-82-ED
Adecuación al Instituto OE. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento OE. N° 06-84-ED
Escuela de Educación RM. N° 297-2020-MINEDU
RM No 420-2024-MINEDU

Que, de conformidad a los considerandos y facultado por el **RDRS No 01529-2025-GR/GOB-GG-GRDS-DREA-DR;**

SE RESUELVE:

PRIMERO.- NOMINAR: a los **MIEMBROS DEL JURADO EXAMINADOR DE LA SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**, tal como se detalla a continuación:

JURADO EXAMINADOR	PRESIDENTE	Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR
	SECRETARIO	Dr. WILBER ANTONIO REYES ARAUJO
	VOCAL	Prof. JESUS RAMIREZ GUTIERREZ

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA "APÓSTOL SANTIAGO", LUCANAS 2025	
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREACIÓN
FORMACIÓN CONTINUA	PROGRAMA DE PROFESIONALIZACIÓN DOCENTE
EDUCACIÓN FÍSICA	
AUTOR (A)	HUISA PUMA, RENE
FECHA	5 DE SETIEMBRE DEL 2026
HORA	11:00 A.M.
LUGAR	AUDITORIO INSTITUCIONAL

SEGUNDO.- COMUNICAR al Jurado Examinador e interesado(a), el contenido del presente acto resolutivo.

TERCERO.- AUTORIZAR la compensación económica a favor de los miembros del Jurado Examinador conforme a las tasas establecidas en el TUPA 2026.

REGISTRESE, COMUNIQUESE Y ARCHIVESE

Dr. Walter Mariano Arce Villar
DIRECTOR GENERAL

DISTRIBUCIÓN:

Interesado/a
Dir. Adm. (01)
Sec. Acad. (01)
Archivo (01)
WMAV/D.G. (e)
prd/sec.

Jr. Razutilla 624 - Huanta
Teléfono. 281260
www.esppisco.edu.pe
comunicaciones@esppisco.edu.pe

Anexo 5.

Matriz de Consistencia

Problema	Objetivos	Variable, Dimensiones	Metodología
Problema General: ¿Qué nivel de actividad física presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025? Problemas Específicos: ¿Qué nivel de frecuencia física presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025? ¿Qué nivel de duración física presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025? ¿Qué nivel de intensidad física presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025?	Objetivo General: Describir el nivel de actividad física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025 Objetivos Específicos: Describir el nivel de frecuencia física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025 Describir el nivel de duración física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025 Describir el nivel de intensidad física que presentan los estudiantes del VI ciclo del nivel secundario de la Institución Educativa “Apóstol Santiago”, Lucanas 2025	Variable: Actividad Física Dimensiones: Frecuencia Duración Intensidad	Tipo de estudio: Básica Nivel: Descriptivo. Método de estudio: Descriptivo, Observación Inductivo- deductivo Diseños de investigación: Descriptivo simple Población y muestra: Población: VI CICLO estudiantes Muestra: 14 estudiantes de 2do grado Técnicas de muestreo: No probabilístico intencional Técnicas: Observación Instrumentos: ficha de observación Técnicas de procesamiento: Estadística descriptiva.

Anexo 6.

Matriz de Operacionalización de Variable

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Actividad Física	Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), la actividad física es todo movimiento corporal producido por el aparato locomotor con gasto de energía, para satisfacer su necesidad la misma que produce desgaste de energía y actuación de músculos esqueléticos que puede realizarse en diversas formas.	La recolección de los datos de la variable de la variable de actividad física se realizó a través de la ficha de observación con 12 ítems de las variables.	Frecuencia	Diaria	Ordinal 1: Nunca 2: A veces 3: Siempre
				Semanal	
				Mensual	
			Duración	Menos de 10 minutos	
				Entre 10 y 30 minutos	
				Más de 30 minutos	
			Intensidad	Baja	Baremo: 1: Nunca (1 – 12) 2: A veces (13 – 24) 3: Siempre (25 – 36)
				Leve	
				Moderada	
				Vigorosa	

Anexo 7.

Matriz Instrumental

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE VALORACION
ACTIVIDAD FÍSICA	Frecuencia	Diaria Semanal Mensual	1. ¿Participa activamente en juegos o actividades físicas durante el día? 2. ¿Realiza actividad física fuera del horario escolar (como correr, andar en bici, hacer ejercicios) durante el día?	Ordinal Nunca (1) A veces (2) Siempre (3) Baremo: 1: Nunca (1 – 12) 2: A veces (13 – 24) 3: Siempre (25 – 36)
	Duración.	Menos de 10 minutos Entre 10 y 30 minutos Más de 30 minutos	3. ¿Realiza ejercicios físicos estructurados (gimnasia, entrenamiento en casa, videos guiados) durante la semana? 4. ¿Realiza ejercicios de forma autónoma (estiramientos, rutinas, saltos, trote) de manera mensual? 5. ¿Participa activamente durante toda la duración de la clase de educación física? 6. ¿Se mantiene en movimiento durante los juegos o dinámicas sin descansar frecuentemente?	
	Intensidad.	Baja Leve Moderada Vigorosa	7. ¿Mantiene su esfuerzo físico durante toda la rutina asignada (como saltar la cuerda, trotar), en un tiempo prolongado? 8. ¿Realiza repeticiones de ejercicios físicos (flexiones, abdominales, sentadillas) sin detenerse en un tiempo determinado? 9. ¿Muestra esfuerzo físico evidente (sudoración, respiración agitada) durante la actividad? 10. ¿Se mantiene en movimiento continuo con pocos momentos de descanso? 11. ¿Soporta ejercicios de alta intensidad sin detenerse antes del tiempo estimado? 12. ¿Adapta su ritmo al tipo de ejercicio, incrementando el esfuerzo cuando es necesario?	

Anexo 8.

Instrumentos de Recolección de Datos

FICHA DE OBSERVACIÓN

VARIABLE: ACTIVIDAD FISICA

Estudiante:.....

Grado y sección: Segundo grado “U”

Valoración, leyenda:

Nunca	A veces	Siempre
1	2	3

Nº	ÍTEMS	ESCALA DE VALORACIÓN		
		1	2	3
DIMENSION 1: Frecuencia física				
01	Participa activamente en juegos o actividades físicas durante el día.			
02	Realiza actividad física fuera del horario escolar (como correr, andar en bici, hacer ejercicios) durante el día.			
03	Realiza ejercicios físicos estructurados (gimnasia, entrenamiento en casa, videos guiados) durante la semana.			
04	Realiza ejercicios de forma autónoma (estiramientos, rutinas, saltos, trote) de manera mensual.			
DIMENSION 2: Duración física				
05	Participa activamente durante toda la duración de la clase de educación física.			
06	Se mantiene en movimiento durante los juegos o dinámicas sin descansar frecuentemente.			
07	Mantiene su esfuerzo físico durante toda la rutina asignada (como saltar la cuerda, trotar), en un tiempo prolongado.			
08	Realiza repeticiones de ejercicios físicos (flexiones, abdominales, sentadillas) sin detenerse en un tiempo determinado.			
DIMENSION 3: Intensidad física				
09	Muestra esfuerzo físico evidente (sudoración, respiración agitada) durante la actividad.			
10	Se mantiene en movimiento continuo con pocos momentos de descanso.			
11	Soporta ejercicios de alta intensidad sin detenerse antes del tiempo estimado.			
12	Adapta su ritmo al tipo de ejercicio, incrementando el esfuerzo cuando es necesario.			

Anexo 9.

Informe de Opinión de Expertos



**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"**

FICHA DE VALIDACIÓN

INFORME DE OPINIÓN DEL JUEZ

DATOS GENERALES:

Título de la Investigación: La actividad Física en la Institución Educativa Secundaria Apóstol Santiago, Lucanas 2025.

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Ficha de observación

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																									
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																									
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																									
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																									
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																									
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																									
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos técnicos científicos																									
8. COHERENCIA	Error los llama a indicaciones																									
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																									
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																									

PROMEDIO DE VALORACION 80.0

APLICABILIDAD: a) Deficiente () b) Baja () c) Regular () d) Buena () e) Muy Buena ()

Nombres y Apellidos	FREDDY BOLAND PINEDA TAPIA	DNI	41510800
Título Profesional	PEDAGOGIA Y HUMANIDADES		
Especialidad	EDUCACION PRIMARIA		
Grado Académico	MAESTRO		
Mención	GESTION EDUCATIVA		

Lugar y fecha: Huanta, 28 de JULIO de 2025


Firma



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"

FICHA DE VALIDACIÓN

INFORME DE OPINIÓN DEL JUEZ

DATOS GENERALES:

Título de la Investigación: La actividad Física en la Institución Educativa Secundaria Apóstol Santiago, Lucanas
2025.

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Ficha de observación

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

ASPECTOS DE LA VALIDACION																						
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																80					
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																80					
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																80					
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																80					
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																80					
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																80					
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos técnicos científicos																80					
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																80					
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																80					
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																80					

PROMEDIO DE VALORACION **80.00**

APLICABILIDAD: a) Deficiente () b) Baja () c) Regular () d) Buena () e) Muy Buena ()

Nombres y Apellidos	Walter Castañeda Retamozo	DNI	28600672
Título Profesional	Licenciado en Educación		
Especialidad	Lengua y Literatura		
Grado Académico	Doctor		
Mención	Educación		

Lugar y fecha: Huanta, 29 de Julio de 2025

Firma



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"

FICHA DE VALIDACIÓN

INFORME DE OPINIÓN DEL JUEZ

DATOS GENERALES:

Título de la Investigación: La actividad Física en la Institución Educativa Secundaria Apóstol Santiago, Lucanas 2025.

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: Ficha de observación

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

ASPECTOS DE LA VALIDACION																						
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																✓					
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																✓					
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																✓					
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																✓					
5. SUFICIENCIA	Cubre los aspectos en cantidad y calidad																✓					
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																✓					
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																✓					
8. COHERENCIA	Entre los temas e indicadores																✓					
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																	✓				
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																✓					

PROMEDIO DE VALORACION 80.50

APLICABILIDAD: a) Deficiente () b) Baja () c) Regular () d) Buena () e) Muy Buena ()

Nombres y Apellidos	Wilber Moisés Arce Villar	DNI	28231747
Título Profesional	Educación Primaria		
Especialidad	Educación Primaria		
Grado Académico	Doctor		
Mención	Gestión Escolar		

Lugar y fecha: Huanta, ...29...de julio...de 2025

Firma

Anexo 10. Prueba de confiabilidad del instrumento

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	11	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	11	100,0

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

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,875	12

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
R1	25,73	42,618	,240	,879
R2	25,45	37,473	,637	,861
R3	25,64	34,055	,744	,852
R4	25,18	36,964	,562	,865
R5	25,45	40,673	,379	,874
R6	25,36	35,455	,718	,855
R7	25,18	36,164	,560	,866
R8	25,91	38,091	,600	,863
R9	25,27	34,018	,856	,845
R10	25,27	37,818	,701	,859
R11	25,18	35,164	,527	,872
R12	25,36	42,455	,230	,880

Anexo 11.

Matriz de Datos

Ítem		FRECUENCIA				P U N T A J E	DURACION				P U N T A J E	INTENSIDAD				P U N T A J E	PUNTAJE TOTAL
		1	2	3	4		5	6	7	8		9	10	11	12		
N°	APELLIDOS Y NOMBRES																
1		2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2
2		2	1	2	1	2	3	1	1	2	2	2	3	3	2	3	2
3		1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	4	2	1
4		1	3	1	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	2
5		1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
6		1	2	2	1	2	1	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1
7		3	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2
8		1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
9		1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	2	1
10		2	3	3	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
11		2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2
12		1	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	3	2	1	2	1
13		3	1	1	1	2	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	2
14		2	3	1	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	3	2

Anexo 12.

Carta de Autorización Emitida por la I.E.



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta – Ayacucho



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

CONSTANCIA DE TRABAJO DE INVESTIGACION

El director de la Institución Educativa Secundaria Patrón Apóstol Santiago de Lucanas, Profesor HEREDIA ESPINOZA JESÚS NOEL

DEJA CONSTANCIA:

que el estudiante **HUISA PUMA RENE**, de la especialidad de Educación Física de la Escuela de Educación Superior Pedagógico Público José Salvador Cavero Ovalle con RM, N°267-2020-MINEDU. Se realizó instrumentos de evaluación para recoger información de los estudiantes del segundo grado. Para el trabajo de investigación titulado **Actividad Física en estudiantes de la Institución Educativa secundaria "Apóstol Santiago", Lucanas 2025**, para obtener el grado académico de Bachiller en Educación Física.

Por lo expuesto:

Firmo la presente constancia a petición del interesado.

Lucanas, 20 de mayo del 2025



DIRECTOR DE LA I.E.S. "PAS" LUCANAS

Anexo 13.

Evidencias Fotográficas

Fotografía 1

Actividad Física



Nota. Realización de la actividad física de intensidad.

Fotografía 2

Actividad Física



Nota. Realización de la actividad física de frecuencia.