

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”
PROGRAMA FORMACION INICIAL DOCENTE
PROGRAMA DE ESTUDIOS
EDUCACIÓN FÍSICA**



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”-Iguain, 2025

Para Obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación

AUTORA

RUIZ ROJAS, Mayerly Milagros

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-1590-4321>

ASESOR

Dr. REYES ARAUJO, Wilber Antonio

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9172-1337>

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 11 DE ABRIL DEL 2026**, se reunieron los miembros del **JURADO EXAMINADOR, la SUSTENTANTE** y el **PÚBLICO** en el Auditorio Institucional para llevar a cabo la **CEREMONIA DE SUSTENTACIÓN del TRABAJO DE INVESTIGACIÓN “CAPACIDADES FÍSICAS EN ADOLESCENTES DEL CUARTO AÑO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “CARLOS CH. HIRAOKA” -IGUAIN, 2025. Línea de investigación: ACTIVIDADES FÍSICA Y RECREATIVA**, presentado por la egresada **RUIZ ROJAS, MAYERLY MILAGROS** con código de matrícula **74147682**.

De Formación Inicial Docente del Programa de Estudios de **EDUCACIÓN FÍSICA**, sustentación autorizada por la **RD No 00212-2026-EESPPÚB. “JSCO”/DG-HTA.**, Jurado Examinador autorizado por la **RD No 0213-2026-EESPPÚB. “JSCO”/DG-HTA** obteniendo como resultado el PROMEDIO de 15 (Quince).

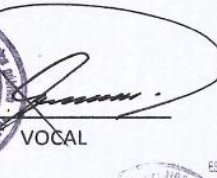
Por tanto, el **Jurado Examinador de la Sustentación**, emite el siguiente **DICTAMEN**:

RESULTADO FINAL: APROBADA

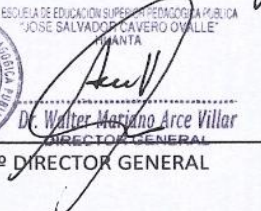
La **SUSTENTANTE**, se encuentra **APTA** para iniciar los trámites administrativos para la obtención del **GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN**.

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


PRESIDENTE JURADO
PRESIDENTE


VOCAL JURADO
VOCAL


SECRETARIO JURADO
SECRETARIO


D^o Walter Mariano Arce Villar
DIRECCIÓN GENERAL
vº Bº DIRECTOR GENERAL



FECHA	DÍA	MES	AÑO
	11	04	2026

ENTIDAD	EESPP "JOSE SALVADOR CAVERO OVALLE"			DRE	AYACUCHO		
CÓDIGO MODULAR	DENOMINACIÓN	GESTIÓN	CREACIÓN	DIRECCIÓN	JR. RAZUHUILCA N°624		
6 0 4 3 7 1	EESP	PÚBLICO	D.S. N°10.85-ED	PROVINCIA	HUANTA	DISTRITO	HUANTA

FORMACION INICIAL DOCENTE	EDUCACIÓN FÍSICA
RESOLUCIÓN DE AUTORIZACIÓN	RM N°420-2024-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 00212-2026-EESP PÚB. "JSCO"/DG-HTA
NOMINACIÓN DE JURADOS	RD No 00213-2026-EESP PÚB. "JSCO"/DG-HTA


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

JURADO EXAMINADOR	PRESIDENTE	Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR
	SECRETARIO	Mg. EDHGAR HECTOR VALENCIA AGUILAR
	VOCAL	Lic. MAXIMO CONTRERAS CCONOVILCA

TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:	CAPACIDADES FÍSICAS EN ADOLESCENTES DEL CUARTO AÑO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "CARLOS CH. HIRAOKA" -IGUAIN, 2025.
LINEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDADES FÍSICA Y RECREATIVA

FECHA	11 / 04 / 2026	HORA	11:00 A.M.
LUGAR	AUDITORIO DE LA EESP PúB. "JSCO"		

N° Matrícula	APELLIDOS Y NOMBRES	PRESIDENTE	VOCAL	SECRETARIO	PROMEDIO GENERAL
74147682	RUIZ ROJAS, MAYERLY MILAGROS	16	15	15	15


 PRESIDENTE


 VOCAL


 SECRETARIO


 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° 0127-2026-AVO-EESPP "JSCO"HTA

El responsable del Área de Verificación de Originalidad:

Hace constar:

El trabajo de investigación titulado **"CAPACIDADES FÍSICAS EN ADOLESCENTES DEL CUARTO AÑO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "CARLOS CH. HIRAOKA"-IGUAIN, 2025"**, presentado por la egresada **Ruiz Rojas, Mayerly Milagros**, del Programa de Estudios de Educación Física, ha sido sometido, en su versión final, a **VALIDACIÓN DE ORIGINALIDAD EN MEDIOS AUTORIZADOS POR LA INSTITUCIÓN**, siendo este de un **15%** 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/1A9r2BTgLiFYaB4R1QiqX9zkkeZw8Oh3M?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, 14 de mayo de 2026

ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
HUANTA
Dc. Prof. José Luis Beceros Pincos
Área de Validación de Originalidad


Archivo
JLPP/AVO
jvm/Sec. Acad.

Validaciones JSCO

RUIZ ROJAS, Mayerly Milagros B

 128 RUIZ ROJAS, Mayerly Milagros B

 Validaciones JOSACO 2026

 Enterprise-Escuela de Educacion Superior Pedagogica Publica Jose Salvador Cavero Ovalle

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3569892193

39 páginas

Fecha de entrega

14 may 2026, 11:18 a.m. GMT-5

11.004 palabras

Fecha de descarga

14 may 2026, 3:26 p.m. GMT-5

60.729 caracteres

Nombre del archivo

RUIZ_ROJAS,_Mayerly_Milagros_B.docx

Tamaño del archivo

88.2 KB




15% 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

- 15%  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

- 15% 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	5%
2	Internet		
		www.flpcaec.com	2%
3	Internet		
		repositorio.uap.edu.pe	2%
4	Internet		
		repositorio.eespjisco.edu.pe	2%
5	Internet		
		dspace.utb.edu.ec	2%
6	Internet		
		repositorio.unap.edu.pe	<1%
7	Internet		
		espacio.digital.upel.edu.ve	<1%
8	Internet		
		repositorio.uncp.edu.pe	<1%
9	Internet		
		repositorio.unu.edu.pe	<1%

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”
PROGRAMA FORMACION INICIAL DOCENTE
PROGRAMA DE ESTUDIOS
EDUCACIÓN FÍSICA**



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”-Iguain, 2025

Para Obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación

AUTORA

RUIZ ROJAS, Mayerly Milagros

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-1590-4321>

ASESOR

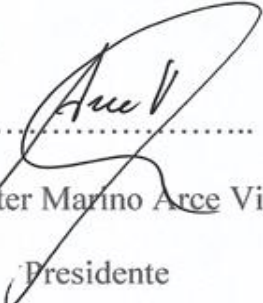
Dr. REYES ARAUJO, Wilber Antonio

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9172-1337>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Actividad física y recreación

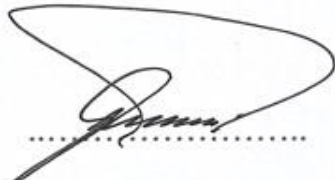
**HUANTA-AYACUCHO-PERÚ
2026**



.....
Dr. Walter Marino Arce Villar
Presidente



.....
Mg. Edhgar Héctor Valencia Aguilar
Secretario



.....
Lic. Máximo Contreras Cconovilca
Vocal

A mi madre por su amor incondicional y enseñanza del valor de la perseverancia, junto con su apoyo en mis logros. A mi hermana, por su compañía y aliento en los momentos difíciles, su motivación ha sido fundamental en mi camino, a mi novio Edder quien creyó en mi incluso cuando yo dudaba.

Milagros Ruiz

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darme la salud, la fuerza y la sabiduría que necesito para seguir este camino profesional y por permitirme terminar con éxito este importante paso de mi vida académica.

A mi escuela, la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Cavero Ovalle”, por haberme recibido en sus aulas y darme una formación completa como futura profesora de Educación Física.

A mi asesor, el Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo, por su valiosa ayuda técnica, su paciencia y sus buenos consejos, que fueron clave para organizar y desarrollar este proyecto de investigación.

A la Institución Educativa "Carlos CH."Hiraoka" del distrito de Iguain, por darme la bienvenida a su comunidad educativa. Un agradecimiento especial a los directivos y a los 24 estudiantes de cuarto grado que participaron en la muestra, ya que hizo posible la recolección de los datos necesarios para este estudio.

A mis padres y hermanos, por siempre apoyarme, por sus palabras de ánimo y por su sacrificio constante. Ustedes han sido la fuerza que me ayuda a alcanzar mis metas y las principales razones de mis éxitos profesionales.

PRESENTACIÓN

Estimados miembros del Jurado Examinador, es un honor presentarles el informe de la investigación descriptiva titulada: Capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”-Iguain, 2025. El objetivo fue identificar las capacidades físicas en adolescentes. El presente trabajo se realizó en cumplimiento al Reglamento de Investigación 2025 del JOSACO, para obtención del Grado Académico de Bachiller en Educación en el Programa de Estudios de Educación Física de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Valle" de Huanta.

Presento este trabajo a los miembros del jurado, con la finalidad de que cumpla con los requisitos necesarios para ser aprobado

La autora

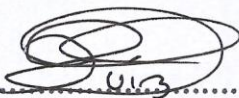
DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, RUIZ ROJAS, Mayerly Milagros, identificada con DNI N°74147682, egresada del Programa de Estudios de Educación inicial Intercultural Bilingüe de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta autor del trabajo de Investigación titulado: "Capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa "Carlos CH. Hiraoka"-Iguain, 2025". al amparo de la ley N°27444, Ley de 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 (usa 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.

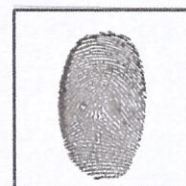
Si, el presente trabajo de investigación fuese aprobado para su publicación en una revista institucional u otro documento de difusión, autorizo a la escuela, la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga esta casa superior de estudios.

Huanta, 11 de setiembre del 2025


.....

RUIZ ROJAS, Mayerly Milagros

DNI N° 74147682



ÍNDICE DE CONTENIDO

AGRADECIMIENTO	iv
PRESENTACIÓN	v
DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD	vi
ÍNDICE DE CONTENIDO	vi
INDICE DE ANEXOS	ix
ÍNDICE DE TABLAS	x
RESUMEN	xi
ABSTRAC.....	xii
INTRODUCCIÓN.....	xiii

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

<i>1.1. Descripción del Problema</i>	<i>15</i>
<i>1.2 Formulación del Problema</i>	<i>18</i>
<i>1.2.1 Problema General.....</i>	<i>18</i>
<i>1.2.2 Problemas Específicos</i>	<i>18</i>
<i>1.3 Justificación e Importancia.....</i>	<i>18</i>
<i>1.3.1. Justificación por Implicaciones Prácticas</i>	<i>18</i>
<i>1.3.2 Justificación por valor teórico.....</i>	<i>19</i>
<i>1.3.3. Justificación metodológica</i>	<i>19</i>
<i>1.4. Objetivos</i>	<i>20</i>
<i>1.4.1 Objetivo General.....</i>	<i>20</i>
<i>1.4.2 Objetivos Específicos</i>	<i>20</i>

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

<i>2.1. Antecedentes del Problema.....</i>	<i>21</i>
<i>2.1.1 Antecedente Internacional</i>	<i>21</i>
<i>2.2.1. Anecedene Nacional.....</i>	<i>23</i>
<i>2.2. Bases Teóricas</i>	<i>25</i>
<i>2.2.1. Capacidades Físicas</i>	<i>25</i>
<i>2.2.4. Importancia.....</i>	<i>28</i>
<i>2.2.5. Dimension la Velocidad.....</i>	<i>29</i>
<i>2.2.6. Dimension Fuerza.....</i>	<i>30</i>
<i>2.2.7. Dimension la Flexibilidad.....</i>	<i>31</i>

2.3. <i>Definición de Terminicos Basicos</i>	33
2.4. <i>Variable y Dimensiones</i>	33
2.4.1. <i>Definición Conceptual de la Variable</i>	33
2.5 <i>Operacionalización de las Variables y Dimensiones de Estudio</i>	35

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. <i>Tipo y Nivel de Investigación</i>	36
3.1.1. <i>Tipo de Investigación</i>	36
3.1.2. <i>Nivel de Investigación</i>	36
3.2. <i>Método de Estudio</i>	37
3.3. <i>Diseño de Investigación</i>	37
3.4. <i>Población y Muestra</i>	38
3.4.1. <i>Población</i>	38
3.4.2. <i>Muestra</i>	38
2.5. <i>Técnicas de Muestreo</i>	39
3.6. <i>Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos</i>	40
3.6.1. <i>Técnicas</i>	40
3.6.2. <i>Instrumento</i>	40
3.7. <i>Validez de Instrumentos</i>	41
3.8. <i>Técnicas de procesamiento y análisis e interpretación de datos</i>	41

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. <i>Presentación y descripción de los resultados</i>	43
4.1.1 <i>A nivel descriptivo</i>	43
4.2. <i>Discusión de Resultados</i>	45
CONCLUSIONES.....	48
RECOMENDACIONES	50
REFERENCIAS	51

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Resolució de aprobació de proyecto de investigación.....	56
Anexo 2 Resolució de expedito.....	61
Anexo 3 Resolución de fecha de sustentación de trabajo de investigación.....	63
Anexo 4 Resolución de jurados de sustentación de trabajo de investigación.....	65
Anexo 5 Matriz de consistencia capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la institucion educativa “Carlos CH. Hiraoka”- Iguain, 2025.....	66
Anexo 6 Cuadro de Operacionalización de Variable de Estudio.....	67
Anexo 7 Matriz instrumental Capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la institucion educativa Carlos CH. Hiraoka”- Iguain, 2025.....	68
Anexo 8 Instrumento de recolección de datos	69
Anexo 9 Instrumento de investigación.....	70
Anexo 10 Instrumento Valido y con Prueba de Confialidad	71
Anexo 11 Matriz de datos.....	74
Anexo 12 Prueba de validez y confiabilidad del instrumento	75
Anexo 13 Carta de aceptación de la Institución Educativa.....	76
Anexo 14 Evidencias fotografias. Los estudiantes realizan las capacidades fisica.....	77

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Cuadro de operacionalización de la variable de estudio.....	20
Tabla 2 Población de estudio del cuarto de secundaria.....	23
Tabla 3 Muestra de estudio del cuarto grado “A” de secundaria.....	24
Tabla 4 Validación del instrumento por juicio de expertos	25
Tabla 5 Estadística de fiabilidad.....	26
Tabla 6 Resultados descriptivos de la variable capacidades físicas	27
Tabla 7 Resultados descriptivos de la dimensión velocidad.....	28
Tabla 8 Resultados descriptivos de la dimensión fuerza.....	29
Tabla 9 Resultados descriptivos de la dimensión flexibilidad.....	30

RESUMEN

La presente investigación titulada: Capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”-Iguaín, 2025. Tuvo como objetivo identificar las capacidades físicas en adolescentes. La investigación se rigió bajo la metodología en un enfoque cuantitativo, de tipo básico y nivel descriptivo, empleando un diseño no experimental de corte transversal. Se trabajó con una muestra de 24 estudiantes del cuarto grado de secundaria, utilizando como técnica la observación y como instrumento una ficha de observación de 12 ítems, la cual demostró una excelente confiabilidad con un alfa de Cronbach de 0,865. Los resultados evidenciaron que el análisis descriptivo de la variable Capacidades Físicas determinó que la gran mayoría de los evaluados, específicamente el 75,0% (18 estudiantes), se encuentran en un nivel Medio. Un 20,8% se ubica en un nivel Bajo y apenas un 4,2% alcanzó un nivel Alto. Se concluye en un predominante del nivel medio (75,0%), y solo hay una pequeña parte en el nivel alto (4,2%), mientras un 20,8% se encuentra en un nivel bajo. Este hallazgo muestra un desarrollo físico aceptable, pero hay mucho espacio para mejorar. Por lo tanto, la gran mayoría de los estudiantes adolescentes del cuarto grado “A” poseen un desarrollo de las capacidades físicas aceptable pero no tan óptimo, ubicándose en un rango predominante de intermedio en el rendimiento.

Palabras clave: Capacidades físicas, velocidad, fuerza y flexibilidad

ABSTRAC

The present research entitled Physical Capacities in Adolescents of the Fourth Year at “Carlos CH. Hiraoka” Educational Institution - Iguaín, 2025 aimed to identify the physical capacities of adolescents. The study was conducted under a quantitative approach, with a basic type and descriptive level, using a non-experimental cross-sectional design. A sample of 24 fourth-grade secondary students was considered. Observation was used as the data collection technique, and a 12-item observation checklist was applied as the instrument, which demonstrated excellent reliability with a Cronbach’s alpha of 0.865. The results showed that the descriptive analysis of the variable Physical Capacities determined that the great majority of participants, specifically 75.0% (18 students), were at a medium level. Likewise, 20.8% were at a low level, while only 4.2% reached a high level. It is concluded that there was a predominance of the medium level (75.0%), with only a small proportion at the high level (4.2%), whereas 20.8% were at the low level. These findings indicate an acceptable physical development, although there is considerable room for improvement. Therefore, most fourth-grade adolescent students in section “A” possess an acceptable but not optimal level of physical capacities, placing them predominantly within an intermediate performance range.

Keywords:Physical abilities, speed, strength, and flexibility

INTRODUCCIÓN

La presente investigación aborda el estado de las capacidades físicas en el contexto escolar, entendiendo estas como el conjunto de habilidades fisiológicas que permiten realizar movimientos y mejorar la condición física mediante la fuerza, velocidad y flexibilidad. A nivel local, se ha identificado en la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka” una problemática caracterizada por dificultades motrices en los estudiantes, tales como lentitud en desplazamientos, rigidez articular y falta de fuerza para ejecutar saltos o empujes. Estas limitaciones están estrechamente vinculados por el uso excesivo de dispositivos electrónicos y la escasez de prácticas físicas constantes, lo que afecta el desarrollo motor y la salud integral de los adolescentes. La importancia y relevancia del estudio radica en su valor práctico y pedagógico, ya que permite identificar niveles específicos de desarrollo físico en una etapa crítica del crecimiento. El desarrollo de estas capacidades es clave para consolidar hábitos motores, prevenir el sedentarismo y orientar intervenciones docentes adaptadas a las necesidades reales del alumnado. Asimismo, el estudio posee un valor teórico y metodológico al generar aportes y estrategias aplicables en el ámbito rural de Ayacucho, sirviendo como base para futuras investigaciones que busquen mejorar la calidad de vida de los estudiantes en zonas menos favorecidas por las políticas estatales. El objetivo general de la investigación es describir las capacidades físicas (velocidad, fuerza y flexibilidad) en los adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka” durante el año 2025. Para alcanzar este propósito, la metodología utilizada se rige bajo un enfoque cuantitativo, de tipo básico y nivel descriptivo, empleando un diseño no experimental de corte transversal.

La presente investigación está estructurada en cuatro capítulos según los siguientes detalles:

Capítulo I; en este capítulo se describe la realidad problemática, la formulación del problema, la justificación del trabajo y los objetivos.

Capítulo II; en este apartado encontramos el marco teórico dentro de él los antecedentes, las bases teóricas, la definición de los términos básicos y la definición conceptual y operacional de la variable de estudio.

Capítulo III; en este capítulo se detalla la metodología de la investigación, describe el tipo, nivel y diseño de estudio, y el método de estudio, la población y muestra, la técnica e instrumentos, asimismo, los procesamientos y análisis de los datos.

Capítulo IV; resultados y discusión de la investigación se detalla el análisis y los hallazgos obtenidos de la investigación a nivel descriptivo, asimismo la discusión de los resultados.

En la parte final se encuentran las conclusiones, de igual forma las recomendaciones de la presente investigación, como anexos se consideran las fotografías, entre otros datos importantes

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción del Problema

Las capacidades físicas son conjuntos de competencias y potencialidades que tiene el ser humano para desarrollar actividades motrices y rendimientos físicos en general, elementos principales que subyacen a cualquier desplazamiento y que, al ser ejecutados, facilitan mejorar el estado físico y el desempeño en múltiples tareas y disciplinas. Estas capacidades están enlazadas a una serie de procedimientos fisiológicos del cuerpo, lo que se refleja en ejecuciones como la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad, y estas presentan distintos niveles en las personas.

En su investigación realizada en la revisión sistemática a nivel mundial por Masanovic et al. (2020) se analizó internacionalmente la aptitud física con sus cambios equitativos en el rendimiento físico y en pruebas de aptitud física en edades escolares. La búsqueda se ejecutó en 4 bases de información internacionales (ERIC, PubMed, Scopus y Web of Science). Se identificaron un total de 485 artículos con mayor rigor, se consideraron 19 en totalidad. En su totalidad se incluyeron 1.746.023 niños y adolescentes de 14 países (China, Finlandia, Suecia, Bélgica, Nueva Zelanda, Dinamarca, España, Noruega, Mozambique, Polonia, EE. UU., Lituania, Portugal, Canadá), para el período comprendido entre 1969 y 2017. Fueron evaluados con 45 pruebas motoras y 8 pruebas de batería. En mayor parte de los estudios se muestra una disminución seguida de la fuerza y la resistencia. En China 3 estudios de la fuerza muestran el aumento entre los años 1985 y 1995, una disminución seguida hasta 2014. En cuanto a los resultados de la resistencia se vieron similares a los estudios chinos, mientras los resultados en los países europeos de la flexibilidad a sido decadenyte. En

cuanto a la agilidad, velocidad, equilibrio y la coordinación son diferentes en cada población.

En su investigación realizada en la México por Silva et al. (2024) el estudio tuvo como objetivo describir estilo de vida y las capacidades físicas, se le aplicó una evaluación de un cuestionario para el estilo de vida de los estudiantes que promediaban entre los 16 años de edad, mientras para las capacidades físicas se evaluó con la prueba de FitnessGram, los resultados revelaron que el 43,8 % practica ejercicio dos veces por semana con predominio de las disciplinas de fútbol y mientras en el vóley 22.95%, el 75 % evidencia un peso normal y el 22.9 % de sobrepeso, que mostró un nivel alto de sedentarismo. En cuanto a las capacidades físicas, en la flexibilidad se evidenció un nivel muy bajo 100 % de los estudiantes, en la velocidad los resultados fueron diferentes con un 52.1 %, fuerza media en brazos 47.9 % y muy baja en la fuerza de piernas y abdomen. Lo que concluye que evidencian dificultades en el estilo de vida y en las capacidades físicas con niveles bajos y muy bajos ; esto requiere la necesidad de implementar programas de actividades físicas para los escolares.

En la investigación realizada en Brasil por Eduardo et al. (2025) su objetivo de estudio es examinar las características, estructuras físicas y las políticas que influyen en la AP en niños y adolescentes. 1359 estudiantes fueron evaluados entre niños (707) de 5 a 15 años , en 12 escuelas estatales de Lagoa do Carro, Permaburco, Brasil. Se midió con la prueba de carrera de ida y vuelta de 20 metros, fuerzas de presión, salto de longitud. los resultados evidenciaron que los estudiantes urbanos superaron a los de rural en fuerza de presión y en salto de longitud. Mientras que los estudiantes con dominio en el patio mostraron un mejor resultado en las carreras de ida y vuelta en 20 metros y en la fuerza de presión, lo que concluye la importancia en las inversiones de infraestructura escolares y programas netamente estructurados en las actividades físicas para poder disminuir disparidades en la salud y la condición física.

En su investigación realizada en Perú por Oviedo et al. (2021) su objetivo de su investigación fue determinar el estado físico y gestual en estudiantes de 8 y 9 años de edad. Se midieron con pruebas de eficiencia física a las capacidades: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad; teniendo la participación de 95 estudiantes que fueron distribuidos en 41 niños y 54 niñas. Los hallazgos evidenciaron que los docentes de educación física no cuentan con los materiales necesarios y adecuados para medir las cargas internas y externas de las actividades físicas en los estudiantes. Así mismo, se

observó un deterioro de la motricidad y las capacidades físicas. Finalmente, los participantes se ubican en un nivel de deterioro en la eficiencia física.

Chaves et al. (2016) su estudio tuvo como objetivo de desarrollo asociadas con los problemas de la coordinación motora gruesa en 5193 niños y 2787 niñas peruanas, fueron escogidos de diferentes lugares geográficos. Los hallazgos evidenciaron que los niños y adolescentes con menor dificultad en la condición física presentan mayores dificultades en la coordinación motora gruesa (flexibilidad, velocidad). Se requiere incorporar programas específicos para mejorar esta problemática y contribuir a la mejora y la salud.

En la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka” como centro de las prácticas pre profesionales pude observar en las diferentes sesiones dictadas se identificó la problemática de las capacidades físicas (flexibilidad, fuerza y velocidad) hacia que el estudiante limitara su desempeño en las diferentes actividades lúdicas y deportivas de educación física. Presentando dificultades como lentitud en los desplazamientos cortos, largos, en cambios de direcciones, rigidez en las articulaciones y poca presencia en la amplitud de movimientos; asimismo como la poca presencia de la fuerza para ejecutar saltos y empujes para sostener su propio peso, demostrando dificultades individuales en el desarrollo motor. Estas dificultades o limitaciones se relacionan con los hábitos sedentarios, la falta de prácticas constantes de las actividades, así como la poca motivación y confianza para ejecutar los ejercicios de coordinación. Como consecuencia los estudiantes mostraron un rendimiento físico deficiente para su edad, lo que afecta su desarrollo motor, salud y la participación de las actividades de la institución.

Las posibles causas de la problemática de la capacidad física (velocidad, fuerza y flexibilidad) serían los hábitos de estilo de vida en el sedentarismo, uniéndolo el uso descomunal de los dispositivos electrónicos y las pocas horas en las prácticas de actividades físicas, lúdicas y recreativas o deportivas. En ese sentido, la falta de motivación y confianza es otro factor de aporte en la decadencia de la participación en los ejercicios que requiere esfuerzo; en consiguiente con la poca orientación de programas de acondicionamiento físicos pertinentes a las edades.

Las posibles consecuencias que pudieran generar en los estudiantes serían la no participación activa de los estudiantes en los diferentes eventos deportivos, juegos lúdicos, etc. También afectaría en su postura corporal, la coordinación, la resistencia y la

salud, con aumentos en las lesiones y contribuyendo en hábitos sedentarios que abarcarían en la adolescencia y adultez. Evidentemente, el bajo nivel del rendimiento físico aportaría a la baja autoestima y motivación en los escolares.

Las probables soluciones para mejorar la velocidad, flexibilidad y fuerza en los estudiantes, serían, la implementación de programas de actividades sistematizadas y adaptadas a las necesidades individuales, que sean compatibles con los ejercicios de estiramientos, fuerza y juegos que promuevan los desplazamientos coordinados y rápidos. Es de suma importancia fomentar hábitos saludables activos dentro y fuera de los colegios. Así mismo, incorporar talleres de estrategias pedagógicas diferenciadas a los educadores y realizar supervisiones, acompañamiento constantes en los programas, garantizando los trabajos que conllevarán a la prevención del problema en la salud asociada al sedentarismo.

1.2 Formulación del Problema

1.2.1 Problema General

- ¿Cuál es el nivel de desarrollo de las capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”- 2025?

1.2.2 Problemas Específicos

- ¿Qué nivel de velocidad tienen los adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”- Iguain, 2025?
- ¿Qué nivel de flexibilidad tienen los adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”- Iguain, 2025?
- ¿Qué nivel de fuerza tienen los adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”- Iguain, 2025?.

1.3 Justificación e Importancia

1.3.1. Justificación por Implicaciones Prácticas

Las capacidades físicas en adolescentes tienen importancia en las implicancias prácticas, ya que los resultados permitirán identificar el nivel de desarrollo de cualidades específicas como la fuerza, la velocidad, la flexibilidad en una etapa crítica del crecimiento humano. Este dato es esencial para que los docentes de educación física

puedan buscar estrategias de enseñanza y adaptar a las necesidades reales de los estudiantes, fomentar una participación activa y dinámica. Según Romero (2010), "el desarrollo de las capacidades físicas en la adolescencia es clave para consolidar hábitos motores, prevenir el sedentarismo y fomentar una actitud positiva hacia la práctica regular de actividad física". En este sentido, evaluar estas capacidades no solo aporta datos sobre el estado físico del alumnado, sino que también orienta intervenciones pedagógicas concretas que favorecen el desarrollo integral del adolescente.

En la actualidad la educación en el país es una situación crítica en todo sentido, ya que el gobierno no se preocupa por los estudiantes del país, solo está dirigido a la capital Lima, los adolescentes de otros departamentos tienen dificultades en reconocer las capacidades físicas.

1.3.2 Justificación por valor teórico

La presente investigación está dirigida a describir y a mejorar las deficiencias que tienen los estudiantes al momento de realizar actividades físicas en las diferentes disciplinas deportivas y de tal manera que la aplicación de capacidades físicas que puedan ayudar nuevas formas de intervención en el ámbito rural y sean base para nuevas investigaciones que aportan al desarrollo de las actividades físicas, es necesario que se generen nuevas estrategias que puedan ser utilizadas en otras instituciones.

En la presente investigación se conocerá la aplicación de capacidades físicas utilizando la única variable para la mejora de los adolescentes del cuarto año en el área rural de Ayacucho que a partir de los resultados, discusiones y conclusiones de la investigación se pueda generar aportes en la metodología. Permiten identificar patrones, establecer criterios de evaluación precisos y validar estrategias pedagógicas centradas en el desarrollo físico integral.

1.3.3 Justificación metodológica

La finalidad de toda la investigación es encontrar nuevas estrategias y obtener información exacta para mejorar las capacidades físicas para solucionar los problemas en los adolescentes, en este caso es la capacidad física de cuarto año a realizar en el área rural en la que se requiere la aplicación. Por lo tanto, la elección metodológica responde a criterios de viabilidad, pertinencia y utilidad práctica, garantizando la obtención de

datos válidos con la finalidad de describir y mejorar en las futuras investigaciones de las capacidades físicas en los estudiantes.

1.4. Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Describir las capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”-2025

1.4.2 Objetivos Específicos

- Describir la velocidad en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”- Iguaín, 2025
- Describir la flexibilidad en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”- Iguaín, 2025
- Describir la fuerza en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”- Iguaín, 2025.

1.5. Limitaciones

Contexto educativo.La investigación se desarrolló en una institución educativa específica, con características particulares en cuanto a infraestructura, recursos y nivel de los estudiantes, lo que limita la generalización de los resultados a otras realidades educativas.

Participación de los estudiantes.Algunos estudiantes no mostraron total disposición o motivación durante la aplicación de las pruebas físicas, lo que pudo afectar el rendimiento y, en consecuencia, los resultados del estudio.

Condiciones físicas y ambientales. Factores como el estado de salud de los estudiantes, el clima o el espacio disponible para la práctica influyeron en el desempeño durante la evaluación de las capacidades físicas

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. Antecedentes del Problema

2.1.1 Antecedente Internacional

Ortiz et al. (2023) en su investigación titulada *Juegos recreativos en el fomento de las capacidades físicas durante la clase de educación física*. El objetivo de este estudio fue desarrollar las capacidades físicas condicionales como fuerza y velocidad a fin de mejorar la condición física de los estudiantes, motivándolos a realizar cualquier tipo de actividad que conlleve movimiento personal como por diversión. La metodología que se utilizó fue un enfoque cuantitativo y el tipo de investigación fue la observación cuantitativa con un enfoque descriptivo por las cifras utilizadas; el instrumento utilizado fue la prueba de aptitud física otorgada por el Instituto Nacional de Educación Física (INEFI), esta mide las capacidades físicas condicionales y también utiliza la estatura y el peso, conjunto con la edad para medir el Índice de Masa Corporal (IMC) de la persona. Los resultados sugieren que, si los niños tienen dificultad para desarrollar las capacidades físicas de fuerza y velocidad, pero a través del juego recreativo, se puede mejorar. Como conclusiones, el estudio muestra que los juegos recreativos son una estrategia efectiva para mejorar las capacidades físicas, como la fuerza y la velocidad, en niños y niñas. A través de actividades lúdicas y divertidas, los niños pueden desarrollar su potencial físico de una manera motivadora y estimulante. Además, el juego enriquece al discente en el ámbito cognitivo, social, familiar y cultural, debido a que permiten que hasta que las niñas que son las menos motivadas a la hora de realizar la actividad física sean las primeras que participar.

Naranjo & Garcia (2022) es su estudio titulada *La capacidad física de flexibilidad en los estudiantes de la escuela particular “El Rosario”*. El objetivo de estudio se enfoca en elaborar un programa de ejercicios para mejorar la capacidad física de flexibilidad en los estudiantes de la Escuela Particular “El Rosario”. Las propiedades de la flexibilidad se enfocan en mejorar la postura y reducir el deterioro muscular, desarrollar la capacidad motriz y articular. La metodología de estudio fue de carácter cuantitativo, la población inmersa en el estudio está constituida por 350 estudiantes, la muestra seleccionada fue de tipo no probabilístico de selección intencional, encontrando que los estudiantes de cuarto año básico eran los más idóneos. La técnica que se utilizó para identificar el nivel de flexibilidad de los niños fue una batería de ejercicios, los cuales fueron observados directamente. Los resultados del pre test demostraron que el nivel de flexibilidad de las niñas y los niños era relativamente bueno y regular, situación que mejoro con la práctica de los ejercicios de flexibilidad. Al aplicar el pos test se evidencio una mejora en la flexibilidad del cuerpo, lo que demostró que, con la practica constante de ejercicios la flexibilidad no se pierde, involucionando de manera más lenta. Se concluye que los ejercicios propuestos son novedosos desde el ámbito físico, así como también desde parámetros científicos; más aún cuando la flexibilidad permite el movimiento del cuerpo en forma coordinada por lo que debe promoverse en los centros educativos ejercicios enfocados a mantener un adecuado nivel de flexibilidad en los estudiantes.

Según Falcón & Silva (2025) en su investigacion titulada *Actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas en estudiantes de 10 años, unidad educativa “diez de agosto”* objetivo implementar actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de educación básica de la Unidad Educativa “Diez de Agosto”. La metodologia se evidencia un enfoque mixto, un tipo de investigación descriptiva, presenta un diseño de investigación preexperimental. El resultado evidencia los cuatro docentes (100%) coinciden que las clases de educación física que ellos utilizan han ayudado a los estudiantes a fomentar en cierta medida su desarrollo de capacidades físicas, lo que permite inferir, que están en buen camino a lo que respecta a preparación y conocimiento. Se llevo a la conclusión que la fundamentación teórica acerca de las actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes del décimo año de la unidad educativa “Diez de Agosto” nos ha facilitado el establecimiento de un marco conceptual variado y fortalecido mediante varias teorías pedagógicas y psicológicas, lo que ha demostrado que

la lúdica es una puerta de salida al fortalecimiento de las inteligencias que posee el ser humano

2.2.1. Anecedene Nacional

Mamani (2020), en su investigación titulada *Desarrollo de las capacidades físicas en estudiantes del vii ciclo de la institución educativa privada san José juliaca, 2020*, tuvo como objetivo determinar el desarrollo de las capacidades físicas en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Privada San José Juliaca, 2020, este estudio se enmarca en una metodología no experimental, de tipo descriptivo de corte transversal. Para la recolección de datos, se utilizó la técnica de observación a través del test de evaluación del desarrollo de las capacidades físicas, RAMOS (2006) estadístico, la población de estudio estuvo conformado por un total de 62 estudiantes de las diferentes edades de 12 a 17 años de ambos sexos, la muestra que está compuesto de 40 estudiantes del tercero a quinto grado de secundaria de las cuales 20 del sexo masculinos y 20 del sexo femenino, se tomó como referencia a Ramos (2006) y su protocolo de desarrollo de la evaluación del test (velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad). El resultado de la evaluación total del desarrollo de las capacidades físicas se determinó de la siguiente manera. Velocidad 35.0% se encuentran en categoría regular, fuerza 40.0% categoría excelente, resistencia 42.5% categoría regular y flexibilidad 35.0% en categoría bueno. Por la tanto se llegó a la siguiente conclusión de los estudiantes de la institución educativa privada san José Juliaca están en categoría bueno. Los resultados finales considerando la evaluación de las cuatro habilidades, nos llevan a la conclusión de que, el 31.9% de los estudiantes tienen un nivel de desarrollo de las capacidades físicas buenas, luego tenemos a un 26.9% que tienen un nivel de capacidades físicas regulares y un 22.5% de estudiantes que tienen un nivel de capacidades físicas muy buenas y solo un 12.5% tienen un nivel de capacidades físicas muy buenas.

Caceres (2024) en su investigación titulada *Estilos de vida y capacidades físicas condicionales en estudiantes de ciclo VII de una institución educativa, UGEL 06, Lima – 2023* El estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre los estilos de vida y las capacidades físicas condicionales en estudiantes del ciclo VII de EBR, de una institución educativa de la UGEL 06, con la participación de 66 estudiantes. Se utilizó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental y nivel correlacional, aplicando un cuestionario para evaluar los estilos de vida y una serie de ejercicios para medir las capacidades físicas. Los resultados mostraron una correlación significativa y positiva

entre ambas variables, con un valor de r de Pearson de 0.602 y una significancia de 0.000, lo que indica que los estudiantes con mejores estilos de vida también presentan mejores capacidades físicas condicionales. se puede tener como conclusión que concurre correlación denominada como moderada y positiva entre los estilos de vida y las capacidades físicas condicionales en los estudiantes de una I.E. perteneciente a la UGEL 06 durante el 2023.

Avendaño (2022) la investigación titulada como la Relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del colegio nacional jorge Chávez, lima, 2021. Presenta un objetivo general sobre demostrar la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. La metodología es de tipo básico, con nivel correlacional y el diseño no es experimental, con un método hipotético deductivo. La tesis se centra en indicadores cuantitativos, con una población de estudio fue de 120 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, para recolectar datos de la variable sobre las capacidades físicas condicionales se usó el test de Eurofit, recomendado por su alta confiabilidad, y para la segunda variable, del rendimiento académico se aplicó un cuestionario, finalmente los instrumentos fueron validados por dos temáticos y un metodólogo quienes coincidieron en determinar que los instrumentos son aplicables para medir la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. Las estadísticas fueron procesadas por Rho Spearman. Los resultados obtenidos tras procesar y analizar los datos muestran que: Demostrar la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. Esto se demuestra mediante la prueba Rho Spearman. 0,00 (valor de $p = 0,000$. y se concluyó que no existió una alta correlación entre estas variables, cuyos valores tampoco fueron significativos.

Melgar & Gomez (2024) en su investigación titulada Nivel de las capacidades físicas básicas en estudiantes del segundo grado de secundaria, Ayacucho 2024 El objetivo fue describir el nivel de las capacidades físicas básicas en los estudiantes del segundo grado de secundaria, Ayacucho 2024. La metodología de investigación fue de tipo básico, desde el enfoque cuantitativo y nivel descriptivo; el diseño aplicado fue no

experimental de tipo transversal o transeccional descriptivo simple. La muestra fue conformada por 237 estudiantes, tanto masculinos como femeninos. Se validó el test de capacidades física básicas como instrumento (Alfa de Cronbach; 0,850). Los resultados descriptivos a nivel general son: el 55,7% presenta un nivel bajo de las capacidades físicas básicas; el 21,9% muestran un nivel regular mientras que el 20,7% un nivel deficiente y por último el 1,7% un nivel bueno. En la dimensión de velocidad el 74,3% presenta un nivel deficiente; el 13,6% un nivel bajo, mientras que el 10,0% en nivel regular y por último el 1,3% un nivel bueno. En la dimensión de fuerza que el 62,9% presenta un nivel deficiente de fuerza; el 25,7% un nivel bajo, mientras que, el 9,7% un nivel regular y por último el 1,7% un nivel bueno. En la dimensión de flexibilidad el 26,2% presenta un nivel deficiente de flexibilidad; el 31,6% un nivel bajo, mientras que el 24,5% en nivel regular, un 15,2% un nivel bueno y por último el 2,5% un nivel muy bueno. En la dimensión resistencia aeróbica el 44,7% presenta un nivel bajo de resistencia aeróbica; el 30,0% un nivel regular, mientras que el 14,8% un nivel deficiente y por último el 10,5% un nivel bueno. En conclusión, se puede inferir que los alumnos de dicha Institución Educativa del segundo de secundaria manifiestan un nivel deficiente en la capacidad física básica.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Capacidades Físicas

Según Gutiérrez (2011), las características personales que afectan la condición física de una persona se centran en acciones mecánicas y en procesos de energía y metabolismo en los músculos que se pueden controlar, sin incluir situaciones sensoriales complicadas. Las capacidades físicas son los componentes más visibles y medibles de la motricidad, y están vinculadas a aspectos anatómicos y funcionales. Estas habilidades se pueden mejorar con entrenamiento y práctica regular de ejercicio físico, e incluyen resistencia, fuerza, velocidad y movilidad. Se muestra una estructura que clasifica estas habilidades de manera general.

De la misma manera, es importante destacar que según Apaza & Santos (2015) las capacidades físicas no solo son fundamentales, sino que también constituyen los pilares esenciales de la condición física, siendo elementos imprescindibles para el desempeño motriz y deportivo. Por consiguiente, para optimizar el rendimiento físico, es crucial enfocar el trabajo en el desarrollo integral de las diversas capacidades físicas. Todos los individuos contamos con cierto nivel de capacidad física, ya sea en términos

de fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad y otras habilidades relacionadas con el rendimiento físico. En otras palabras, cada uno de nosotros posee en cierta medida todas las habilidades motoras y capacidades físicas desarrolladas. Para Valenzuela Morales, (2019) define las capacidades físicas generales como “Las cualidades de una persona innata, en la que pueden mejorar con ejercicios físicos, además esta se puede medir y observar.

Por otro lado, Aguas, (2019) señala que la condición física depende del desarrollo de distintas capacidades físicas como fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Estas capacidades permiten a las personas realizar actividades diarias y también representan el potencial para llevar a cabo diferentes acciones deportivas.

La capacidad física es el conjunto de cualidades orgánicas y funcionales que permiten a una persona realizar actividades físicas de manera eficiente en la vida diaria y en el deporte. Estas capacidades dependen del correcto funcionamiento de los sistemas muscular, cardiovascular, respiratorio y nervioso, y se desarrollan con la práctica sistemática de actividad física. Las capacidades físicas básicas son la base del movimiento humano y del rendimiento motor.

Características. Una característica crucial de estas capacidades es su profunda interdependencia. Rara vez actúan de forma aislada; por ejemplo, un corredor de velocidad necesita fuerza explosiva en las piernas, velocidad de reacción en la salida, resistencia anaeróbica para mantener el sprint y una buena flexibilidad para una zancada amplia y eficiente. Además, todas son entrenables, aunque el potencial de mejora tiene un componente genético importante, y su desarrollo es específico al tipo de estímulo aplicado. Es fundamental comprender que también existe un fenómeno de transferencia entre ellas, que puede ser positiva (como cuando una mejora de la fuerza potencia la velocidad) o negativa (como cuando un exceso de masa muscular limita la flexibilidad). Por ello, un acondicionamiento físico integral y equilibrado debe considerar el desarrollo armónico de todas estas capacidades, adaptándose siempre a las necesidades y objetivos individuales.

2.2.2. Clasificación. Para Valenzuela, (2019) precisa a las capacidades físicas como “Capacidades o cualidades personales e innatas, las cuales se pueden mejorar, además de desarrollar por medio del ejercicio físico, también se pueden medir y

observar. Son cuatro las capacidades tales como: fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad” (p.7).

Las capacidades y habilidades personales, que son inherentes a cada individuo, tienen la posibilidad de ser perfeccionadas y potenciadas a través de la práctica regular de actividades físicas. Además, es factible evaluar y analizar de manera objetiva dichas destrezas mediante diferentes métodos y técnicas de medición. Existen cuatro capacidades físicas fundamentales que son esenciales para el rendimiento deportivo: fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad. Estas cualidades son clave para alcanzar un óptimo desempeño en cualquier disciplina deportiva.

Para Montero (2008) Las capacidades físicas se clasifican o distingue en cuatro elementos básicos:

- Resistencia
- Velocidad
- Fuerza
- Flexibilidad.

Factores que Influyen. Chavez & Quispe (2018) explican que hay "factores exógenos" como el sexo, la edad, la situación emocional, la rutina diaria, la alimentación, las condiciones climáticas y la hora del día. También mencionan "factores endógenos" como los relacionados con los músculos, el sistema nervioso, las biomecánicas y las hormonas. Este último factor es clave e importante a considerar, así que se explicará a continuación:

Factores musculares. Estos actúan como catalizadores de la movilidad mediante estímulos nerviosos que generan contracciones en los músculos.

Factores biomecánicos. Se centran en el movimiento, el equilibrio, la resistencia y los mecanismos que pueden provocar lesiones en las personas al realizar diversas actividades físicas.

Factores relacionados con los nervios. El sistema nervioso central también tiene influencia, ya que las neuronas envían señales que hacen que las células musculares trabajen juntas.

Factores hormonales. Al entrenar las habilidades físicas generales, se liberan hormonas en los tejidos, lo que aumenta la concentración de sangre. Tanto los músculos como los nervios dependen de estas hormonas.

2.2.4. Importancia

La capacidad física es importante porque ayuda a las personas a desarrollarse de manera integral, manteniendo buena salud y un funcionamiento adecuado del cuerpo. En la educación, es muy importante aprender habilidades motoras y promover hábitos saludables desde una edad temprana. En el deporte, las habilidades físicas son fundamentales para el rendimiento y para alcanzar metas competitivas. Además, tener una buena condición física hace que sea más fácil realizar las actividades diarias y reduce el riesgo de lesiones.

Según Morales (2017) afirma el crecimiento de las capacidades físicas generales es muy importante, especialmente en las actividades diarias de las personas, como en el deporte y el trabajo. Todos los movimientos que hace el cuerpo humano necesitan un cierto nivel de fuerza, movilidad articular, velocidad y resistencia para desplazarse de un lugar a otro a través de movimientos en el espacio y el tiempo..

Asimismo, Carrillo (2020) señala que el fortalecimiento y la mejora de las capacidades físicas son de suma importancia en una amplia variedad de actividades que llevan a cabo las personas en su día a día, así como en el ámbito deportivo y, además, en el entorno laboral, dado que cada acción se ejecuta a través del cuerpo del individuo, incluyendo aspectos como la velocidad mediante la realización de ejercicios, la resistencia, la movilidad articular y la habilidad para trasladarse de un lugar a otro, a través de una serie de movimientos y ejecuciones.

Beneficio. La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece en sus directrices que la capacidad física se refiere a la aptitud para llevar a cabo tareas musculares de manera eficiente y efectiva. Esta habilidad para mantener un equilibrio entre el bienestar físico, mental y social es fundamental para una vida plena y satisfactoria. La Organización Mundial de la Salud también hace mención a la "aptitud física" como la habilidad para llevar a cabo una labor física, en la cual se ponen en juego diversos aspectos del funcionamiento fisiológico del organismo.

Rabadán & Rodríguez (2015) explican los beneficios de trabajar las capacidades físicas condicionales de la siguiente manera: Se observa una mejora en el cuidado del

cuerpo y la salud, así como en la condición física de la persona, lo que lleva a una mejor capacidad cardiovascular, respiratoria y muscular. Los beneficios en el desarrollo personal se ven en la mejora del tono muscular y la postura. (pág. 91).

Mejorar las capacidades físicas tiene muchos beneficios para la salud y el bienestar. Los principales beneficios incluyen la mejora del corazón y los pulmones, el fortalecimiento de los músculos y huesos, y el aumento de la resistencia al ejercicio. También ayuda a prevenir enfermedades como la obesidad, la diabetes y problemas del corazón. A nivel psicológico, hacer ejercicio ayuda a reducir el estrés, mejora la autoestima y promueve una mejor calidad de vida.

2.2.5. Dimension la Velocidad

La velocidad es la habilidad física que permite moverse o trasladarse rápidamente, respondiendo de manera ágil y efectiva a las señales del entorno. Esta habilidad requiere la coordinación entre los músculos y la rápida respuesta del sistema nervioso. Para García (2018) menciona que la velocidad “es la capacidad para reaccionar o realizar un movimiento ante un estímulo concreto, en el menor tiempo posible, con la máxima eficacia y donde el cansancio todavía no ha aparecido” (p.611)

La velocidad se muestra en acciones como correr muy rápido, responder a una señal o hacer un movimiento técnico rápidamente. Es una habilidad importante en muchos deportes y actividades físicas, ya que afecta directamente el rendimiento y la capacidad de reaccionar ante situaciones inesperadas.

Asimismo para Homann et al. (2010) La velocidad se define como la habilidad para reaccionar y actuar rápidamente, en condiciones que no estén afectadas por la fatiga, y en el menor tiempo que sea posible. La rapidez juega un papel crucial en el logro de objetivos, impactando directamente en la calidad y eficacia de numerosos procesos y acciones. Por lo tanto Gamboa (2005), señala “Puede ser definida como la rapidez con la que se puede cambiar la posición del cuerpo, o de una parte del cuerpo en un tiempo dado” (p. 42).

En consiguiente la velocidad se clasifica en:

Velocidad de reacción. Este concepto se refiere al tiempo que pasa desde que se presentan los estímulos hasta que ocurre el movimiento. En este caso se hablará de la

rapidez de reacción, ya que siempre se buscará que sea en el menor tiempo posible (López, 2014).

Velocidad máxima. Según López (2014), se define como la habilidad para llevar a cabo un recorrido en el tiempo más eficiente. Pueden presentarse a través de acciones cíclicas o acíclicas, ya sean segmentarias o globales. Esta velocidad es la que más ha sido objeto de estudio en la literatura especializada, ya que se puede entrenar de forma directa mediante métodos específicos para el desarrollo de la velocidad. Sin embargo, es importante recordar que el progreso en otras capacidades físicas impactará, sin duda, en la mejora de la velocidad.

2.2.6. Dimensión Fuerza

Según López & Sandoval (2021) la definen como “la capacidad física la cual tiene una misión muy importante es de una resistencia o que tiene la labor de rendir presión mediante la rigidez muscular que emplea en cada actividad” (p.28).

La fuerza se define como la habilidad del sistema muscular para superar una resistencia, ya sea interna o externa, a través de la contracción de los músculos, o para resistir dicha resistencia. Esta habilidad resulta fundamental para ejecutar acciones cotidianas como alzar, empujar, arrojar o agarrar objetos.

La fuerza para Gamboa (2005), dice: “Fisiológicamente la fuerza se define como la capacidad de contraer los músculos con diferentes grados de tensión con o sin desplazamiento de una masa” (p. 37). El fortalecimiento muscular no solo optimiza la postura, sino que también ayuda a evitar lesiones y hace más accesible la realización de ejercicios, ya sean básicos o avanzados. Asimismo, la fuerza constituye una habilidad esencial que sirve de base para otras capacidades físicas, tales como la velocidad y la resistencia.

Asimismo para Mirella (2014), La fuerza se puede entender como la habilidad física del ser humano para superar una resistencia o hacer frente a ella mediante el esfuerzo de los músculos. En términos prácticos, el término fuerza se emplea para describir la esencia del movimiento aleatorio de una persona al llevar a cabo una acción motriz específica.

Finalmente para López (2014), indica que la fuerza es la habilidad de crear tensión en los músculos en situaciones específicas. Es la habilidad que se aprende más

rápido, pero también la que se pierde con más facilidad. Antes se pensaba que esta práctica era mala para el entrenamiento deportivo porque podía tensar los músculos. Sin embargo, hoy en día, es poco común encontrar un deportista que no la practique. Algunos expertos piensan que esta es la habilidad física en la que se basan todas las demás. Cualquier movimiento necesita la fuerza que dan los músculos.

Para Torres (1996) menciona los siguientes tipos de fuerza:

Fuerza máxima. La capacidad de mover una carga pesada, sin preocuparnos por cuánto tiempo tardamos. Por ejemplo: Levantamiento de un peso grande, como en el caso de la halterofilia.

Fuerza resistencia. La capacidad de usar una fuerza que no es la máxima durante un periodo largo, como se muestra: Remar, escalar, y otras actividades similares.

Fuerza explosiva. La fuerza-velocidad es la capacidad de mover una carga ligera en el menor tiempo posible. Por ejemplo: Saltos, tiros, etc.

2.2.7. Dimensión la Flexibilidad

Según López (2014), Indica que la flexibilidad es la habilidad de mover varias articulaciones en todo su rango de movimiento, sin limitaciones ni dolor. También se llama amplitud de movimiento de una articulación o de varias articulaciones. La flexibilidad es la habilidad de los músculos y tendones para estirarse, teniendo en cuenta las limitaciones que tiene cada articulación.

La flexibilidad es la capacidad que permite realizar movimientos con la máxima amplitud posible en las articulaciones, sin causar dolor ni daño corporal. Depende de factores como la elasticidad muscular, la movilidad articular y la extensibilidad de los ligamentos y tendones.

Asimismo García (2018) afirma “la flexibilidad se considera uno de los más extendido, dándola conocer como una capacidad física que permite a las personas poder realizar movimientos de gran amplitud en una determinada articulación o serie de articulaciones, de forma activa o pasiva” (Pag. 614.).

Esta capacidad es crucial para conservar una movilidad óptima, perfeccionar la postura y evitar lesiones musculares y articulares. La flexibilidad permite una ejecución precisa de los movimientos y fomenta el bienestar corporal en general, especialmente en actividades que demandan un vasto abanico de movimientos.

Finamente señala sobre la flexibilidad. Gamboa (2005), argumenta que “Flexibilidad es una valencia física fundamental en el desarrollo de la velocidad y agilidad, así como para una adecuada coordinación” (p. 43).

Chuquín (2017) clasifica la flexibilidad en dos las cuales se dará a conocer a continuación:

Flexibilidad estática. “Este tipo de flexibilidad se produce sin la presencia de ningún movimiento, simplemente tenemos que adoptar la postura y hacer un estiramiento de manera lenta para no tener ninguna lesión muscular” Chuquín (2017), pág. 30 , en consiguiente según Lisástigui (2020) La flexibilidad estática se define “como la capacidad de mover las articulaciones hasta su límite, sin considerar las características del movimiento o la velocidad”. La flexibilidad estática es cuando una persona se estira lentamente hasta alcanzar la postura deseada, evitando así lesiones musculares.

Flexibilidad dinámica. Para Chuquín (2017) “La flexibilidad dinámica se produce cuando trabajamos ejercicios donde tengamos que realizar algunos movimientos amplios de nuestras articulaciones y al mismo tiempo de nuestra musculatura” (p.31). del mismo modo para Lisástigui, (2020) define como “La Capacidad de utilizar la amplitud del movimiento articular en la ejecución de un gesto deportivo o la realización de un ejercicio, considerando la velocidad del mismo”.

Según los autores, la flexibilidad dinámica se define como la capacidad que se desarrolla al moverse, además de hacer trabajar los músculos de manera repetitiva, especialmente durante movimientos rápidos.

Importancia de la flexibilidad. Para Anderson (1997) menciona varias razones importantes que explican por qué es útil hacer ejercicios de estiramiento o flexibilidad, tanto en el deporte como en otras situaciones, porque:

- Reduce la tensión muscular y hace sentir al cuerpo más relajado
- Ayuda a la coordinación permitiendo un movimiento más libre
- Mejora la amplitud de los movimientos
- Previene lesiones tales como los tirones musculares.
- Hace más fáciles las actividades físicas o deportivas.
- Facilita la circulación

2.3. Definición de Terminicos Basicos

Capacidades físicas. Las capacidades físicas son las cualidades o atributos innatos en el cuerpo humano que permiten la realización de actividades físicas, como la fuerza, la resistencia, la velocidad, la flexibilidad, la agilidad y la coordinación. Se consideran fundamentales para el desarrollo de habilidades motrices y la mejora del rendimiento físico.

Fuerza. La fuerza, como capacidad física, se define como la capacidad de ejercer tensión contra una resistencia, ya sea para vencerla o para oponerse a ella. Esta capacidad implica la producción de una tensión muscular para realizar un movimiento o mantener una postura, y se ve afectada por factores internos como la fuerza muscular, y factores externos como la resistencia que se debe vencer.

Flexibilidad. La flexibilidad en capacidades físicas se refiere a la capacidad de una articulación o grupo de articulaciones para moverse dentro de un rango de movimiento amplio sin dolor ni restricciones. Es la capacidad de los músculos de adaptarse a diferentes grados de movimiento articular, mediante su alargamiento.

Velocidad La velocidad en capacidades físicas se refiere a la capacidad de realizar un movimiento o desplazarse en el menor tiempo posible. Es una cualidad física fundamental que permite realizar acciones motrices rápidamente y se puede manifestar de varias formas como velocidad de reacción, velocidad de desplazamiento y velocidad gestual.

Adolescentes. Representa la población objetivo de la investigación, específicamente estudiantes que se encuentran en una etapa crítica del crecimiento humano.

Educación física. Ámbito pedagógico donde se desarrollan estas capacidades para fomentar hábitos de vida saludable y mejorar el rendimiento motor.

Desarrollo motor. Proceso vinculado a las dificultades o logros individuales en la ejecución de actividades físicas y lúdicas según la edad

2.4. Variable y Dimensiones

2.4.1. Definición Conceptual de la Variable

Variable Capacidades físicas. Para Valenzuela Morales, (2019) define las capacidades físicas generales como “Las cualidades de una persona innata, en la que pueden mejorar con ejercicios físicos, además esta se puede medir y observar.

Definición Operacional de la Variable. Esta variable de estudio sobre las capacidades físicas tiene 3 dimensiones las cuales fueron evaluadas con una escala de calificación ordinal, utilizando la técnica de la observación y el instrumento será la ficha de observación.

Dimensiones:

- Velocidad
- Fuerza
- Flexibilidad

2.5 Operacionalización de las Variables y Dimensiones de Estudio

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala de Medicion
Capacidades Físicas	Para Valenzuela Morales, (2019) define las capacidades físicas generales como “Las cualidades de una persona innata, en la que pueden mejorar con ejercicios físicos, además esta se puede medir y observar.	Esta variable de estudio sobre las capacidades físicas tiene 3 dimensiones las cuales fueron evaluadas con una escala de calificación ordinal, utilizando la técnica de la observación y el instrumento será la ficha de observación.	Velocidad	Velocidad de desplazamiento	Puede correr rápido en distancias cortas Mantiene la técnica de carrera durante pruebas de velocidad	ORDINAL 1 = Bajo (C) 2 = Medio (B) 3 = Alto (A)
				Velocidad de reacción	anticipa a los movimientos en deportes de equipo Puede responder con rapidez a órdenes físicas	
			Fuerza	Fuerza de miembros superiores	Realiza ejercicios de brazos con regularidad Puede levantar objetos pesados sin ayuda	
				Fuerza de miembro inferior	Siente flaqueza en las piernas durante ejercicios Realiza desplazamientos o saltos largos con facilidad	
			Flexibilidad	Flexibilidad de miembros inferiores	Puede hacer estiramientos de piernas con facilidad Tiene la capacidad de realizar la flexibilidad de la columna vertebral Puede juntar las manos detrás de la espalda Puede realizar estiramiento lateral del tronco	

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo y Nivel de Investigación

3.1.1. Tipo de Investigación

El tipo de investigación es de carácter básico o pura, se basó en la recolección de información de un solo momento y lugar, sin ninguna intervención directa. con el interés de no interceptar en el desarrollo ni en el entorno. Solo se centró en especificar las características importantes y el nivel o grado de destreza que desarrollaron los estudiantes dentro de las clases de educación física.

Según Hernández et al. (2014) sostuvieron que los estudios de tipo básico están limitados a la recopilación de datos para procesarlos y explicar, así como describir los caracteres de un determinado hecho o fenómeno en concreto que es de interés para el estudio, sin manipular el contexto o entorno donde se encuentra la muestra en cuestión.

3.1.2. Nivel de Investigación

El nivel de estudio de investigación es descriptivo, ya que se orientó a examinar y registrar las capacidades físicas de los estudiantes en su contexto determinado, sin la manipulación de la variable. Como afirman Hernández et al. (2014), este tipo de investigación “busca especificar las propiedades, características y los perfiles de personas que sean sometidas a análisis” (p. 92).

Por lo tanto, los estudios de tipo descriptivo se caracterizan por comprender situaciones problemáticas y describir las circunstancias tal cual sin ninguna intervención de parte del investigador.

3.2. Método de Estudio

El método de estudio que se consideró es descriptivo, ya que se centra en describir las características de un fenómeno o de interés propio.

Descriptivo. La investigación se desarrolló bajo el método descriptivo, el cual se orienta a observar, describir y analizar el fenómeno de estudio tal como se presenta en su contexto natural, sin manipulación deliberada de variables. Este método permitió revelar las indagaciones y análisis necesarios para obtener conclusiones confiables a partir de la realidad observada. En este sentido, Bernal (2010) señala que “este proceso cognoscitivo 40 consiste en descomponer un objeto de estudio, separando cada una de las partes del todo para estudiarlas en forma individual” (p. 60).

El método que se empleó para poder dar explicaciones a ciertas circunstancias o hechos que se suscitan dentro de la muestra y que fueron de interés para el estudio. Es por ello que el método se empleó para describir acciones, fenómenos que se presentaron en los estudiantes del cuarto grado “A” de secundaria de la Institución Educativa Carlos CH. Hiraoka.

El método de observación. Se aplicó de manera sistemática y directa para recolectar información sobre las capacidades físicas de los estudiantes durante las clases de educación física. Se utilizó una guía de observación estructurada que permitió registrar aspectos como la resistencia, fuerza, velocidad y coordinación motriz, sin intervenir en las actividades, con el fin de obtener datos objetivos para el análisis de la investigación.

3.3. Diseño de Investigación

La investigación lleva un diseño no experimental, específicamente un diseño transversal descriptivo (transeccional), ya que los datos fueron recolectados en un solo momento temporal para luego describir la variable de estudio y analizar su incidencia e interrelación de problema específico (Hernández et al., 2018).

Este diseño está vinculado al monitoreo y recabación de datos de forma correcta en un momento y lapso exacto, con el propósito de recoger datos adecuados sin ninguna intervención. Por ello se empleó la ficha de observación para recopilar los datos a fin de que sean cuantificables las características respecto a capacidades físicas que presenten los estudiantes.

De acuerdo con las características antes señaladas, la investigación presentó el siguiente esquema:

M ----- O

Donde:

M: Representa la muestra en la que se realizó la investigación.

O: Representa la información o datos que se obtuvieron al aplicar el instrumento en la muestra respectiva.

3.4. Población y Muestra

3.4.1. Población

Según Hernández et al. (2014), la población es el conjunto de elementos que concuerdan con las características y una serie de especificaciones. Se entiende a la totalidad de los elementos, dichos elementos pueden ser personas, u objetos de acuerdo con el interés y la orientación del estudio que se ejecuta. En ese sentido, la población se comprende como un todo, que engloba a todos los elementos que comparten características y similitudes entre sí, los cuales forman parte del estudio en cuestión. La delimitación de la población resulta fundamental, ya que constituye el conjunto de elementos sobre los cuales se centra la investigación

Por lo cual, la población comprendida en el estudio es 46 estudiantes, los cuales, pertenecen al cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Carlos CH. Hiraoka.

Tabla 1

Número total de población respecto a estudiantes

4to Grado	N° de alumnos		Total
A	14	10	24
B	13	9	22
Total	27	19	46

Nota: Total de la población de cuarto grado de secundaria.

3.4.2. Muestra

La muestra comprende a un subgrupo que fue seleccionado de la población en general, con la finalidad de tener un grupo adecuado, de interés y accesibilidad para la investigación. Por tal motivo, según Hernández et al. (2014), “la muestra es un

subconjunto de la población que debe representar sus características esenciales y sobre el cual se recolectarán los datos del estudio”.

De manera similar, en ese sentido, Bernal (2010) afirmó que la muestra se ve como un subgrupo o elemento que forma parte de la población. Este subgrupo tiene características importantes para el estudio, por lo que se elige y determina el tamaño de la muestra, siguiendo los criterios del investigador.

Por lo tanto, para el estudio, la muestra estará conformada por 24 estudiantes, los cuales pertenecen al cuarto grado de secundaria de la sección “A” de la Institución Educativa Carlos CH. Hiraoka.

Tabla 2

Numero de muestra

4to Grado	N° de alumnos		Total
A	14	10	24
Total	14	10	24

Nota: Número total de la muestra

2.5. Técnicas de Muestreo

La técnica de muestreo que se ejecutó fue no probabilística, por ello, Hernández et al. (2014) mencionan que el muestreo no probabilístico es una técnica de muestreo donde el investigador elige muestras a través de un juicio personal, en lugar de elegir por azar. Desde una perspectiva cuantitativa, este método ofrece una ventaja en la determinación de estudios, ya que no demanda una representación de individuos de una población, sino una meticulosa selección de casos con características previamente definidas en el planteamiento del problema. (p. 162)

El muestreo se realizó por medio no probabilístico debido a que no se necesitó realizar un procedimiento estadístico para determinar el número muestral, sino que fue bajo conveniencia, para poder aplicar el estudio en los estudiantes del cuarto grado de nivel secundaria de la sección “A”. Por lo tanto, dentro de la muestra se consideró un total de 24 estudiantes.

a) Criterios de inclusión

- Estudiantes del cuarto grado de la sección A
- Estudiantes que se encuentren en situación de matriculados y figuren en el sistema educativo
- Estudiantes que tengan asistencia continua.

b) Criterios de exclusión

- Estudiantes que sean de grados superiores
- Estudiantes que no tengan la situación de matriculados
- Estudiantes con inasistencias
- Estudiantes ajenos a los ambientes de la institución.

3.6. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos**3.6.1. Técnicas**

La técnica que se utilizó es la observación, según Quispe (2012), señala que la técnica define la observación y que implica un registro sistemático válido y confiable de la conducta que se manifiesta. Se puede utilizar como herramienta de medición en muchas situaciones diferentes. Es un método muy utilizado en la investigación educativa, puede servir para determinar la acepción de un grupo respecto a su profesor, analizar conflictos en sus instituciones, el tratamiento de lenguas, etc., p. 114

3.6.2. Instrumento

Para la presente investigación se utilizó como instrumento la guía de observación para poder ordenar datos y registrarlo. Sobre la guía de observación el autor señala que: “también puede buscar en otras fuentes para desarrollar una ficha de observación, especificar qué puede utilizar como listas para rastrear comportamientos en el desarrollo con niños específicos”. (Morrison, 2005, p. 48)

Se empleó como instrumento la ficha de observación, la cual tiene una valoración de escala ordinal. Con un total de 12 ítems, los cuales contemplaron una valoración de 1, 2, 3, respectivamente. En ese sentido, dichos ítems deben tener vínculo o asociación con el propósito y objetivo de estudio, para garantizar resultados adecuados y eficientes.

3.7. Validez de Instrumentos

Tabla 3

Resultado de validez de contenido por juicio de expertos

Juicio de expertos	Porcentual %	Puntaje	Decisión
Experto 1	90	0,9	Significativa
Experto 2	95	0,95	Significativa
Experto 3	80	0,8	Significativa
Promedio ponderado	88,00	0,88	Excelente de validez

Nota. Data de validación por juicio de expertos de la ficha de observación de las capacidades físicas.

Análisis e Interpretación. En la tabla 3, se muestra el resultado de validez por juicio de experto, con un puntaje de 0,88 se determina que la ficha de observación presenta excelente validez de contenido. Entonces el instrumento de recolección es aplicable en el recojo de datos de la muestra de estudio.

Tabla 4

Resultado de la prueba de fiabilidad

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,865	12

Nota. Resultado de pilotaje de la ficha de observación en estudiantes de secundario.

En la tabla 4, el resultado muestra el coeficiente de alfa de Cronbach con un valor igual a 0,865. Se concluye que el instrumento de recolección de datos de la variable capacidades físicas presenta una excelente confiabilidad. Y es aplicable en la recolección de datos del objeto de estudio.

3.8. Técnicas de procesamiento y análisis e interpretación de datos

Se ejecutó la parte estadística sistemática para poder procesar adecuadamente los datos, por medio del uso de software estadísticos, en primera instancia se empleó el Excel con la finalidad de organizar adecuadamente la base de datos y posteriormente, trabajarlo con el software Spss V.27 respectivamente, el cual, es un software que permite el análisis sistemático y automatizado, previniendo errores mínimos y de esta manera se garantiza el procesamiento de todos los datos, en pro de alcanzar el objetivo propuesto. Así mismo, para la interpretación de datos, se emplearon tablas y gráficos que ayudaron a comprender

y describir adecuadamente la variable de las capacidades físicas. Por eso, la interpretación es un aspecto importante para explicar y describir bien los resultados. Por lo tanto, las tablas y gráficos serán explicados y organizados según las pautas de la investigación.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Presentación y descripción de los resultados

Los datos recolectados con la ficha de observación de la variable capacidades físicas, de la muestra de 24 estudiantes del cuarto grado, de la sección A, del nivel secundario que corresponde al 100%.

4.1.1 A nivel descriptivo

Los datos recolectados con la ficha de observación fueron valorados en una escala de medición valorativa ordinal: bajo (1), medio (2) y alto (3). Estos datos se organizaron en tablas de frecuencias estadísticas, que a continuación se presentan:

Tabla 5

Resultados descriptivos de la variable capacidades físicas

Capacidades Físicas	Frecuencia absoluta (ni)	Frecuencia relativa (hi%)
Bajo	5	20,8
Medio	18	75,0
Alto	1	4,2
Total	24	100 %

Nota. Data obtenida de las capacidades físicas con la ficha de observación.

Análisis e Interpretación. La tabla 5 muestran los resultados generales de los 24 estudiantes evaluados, correspondientes a la variable principal capacidades físicas. Los datos indicaron que el 75,0 % (18 estudiantes) se ubican en un nivel medio, asimismo, un 20,8% (5 estudiantes) se encuentran en un nivel bajo, y solo un 4,2% (1 estudiante)

alcanzó el máximo nivel alto. Por lo tanto, la gran mayoría de los estudiantes adolescentes del cuarto grado A poseen un desarrollo de las capacidades físicas aceptables pero no tan óptimo, ubicándose en un rango predominante de intermedio en el rendimiento.

Tabla 6

Resultados descriptivos de la dimensión velocidad.

Velocidad	Frecuencia Absoluta (ni)	Frecuencia Relativa (hi%)
Bajo	5	20,8
Medio	16	66,7
Alto	3	12,5
Total	23	100 %

Nota. Data obtenida de la velocidad con la ficha de observación.

Análisis e Interpretación. En la tabla 6 se evidencian los resultados de la dimensión velocidad, el mayor predominio se ubica en el nivel Medio con 66,7% (16 estudiantes) , el 20,8% (5 estudiantes) se pronuncia en un nivel Bajo y el 12,5% (3 estudiantes) en el nivel Alto. El promedio es similar al de la variable con un predominio de nivel medio. Sin embargo, se obtuvo un crecimiento ligero de estudiantes en el nivel alto en comparación con el resultado anterior.

Tabla 7

Resultados descriptivos de la dimensión fuerza

Fuerza	Frecuencia Absoluta (ni)	Frecuencia Relativa (hi%)
Bajo	3	12,5
Medio	18	75,0
Alto	3	12,5
Total	24	100 %

Nota. Data obtenida de la fuerza con la ficha de observación.

Análisis e Interpretación. En la tabla 7 se observa el resultado de la dimensión fuerza al igual que el resultado anterior se aprecia un predominio del nivel Medio con el 75,0% (18 estudiantes) ,mientras que los niveles bajo y alto se presencian con un 12,5% (3 estudiantes) cada uno de ellos. La dimensión de la fuerza evidencia una distribución equitativa en los niveles bajo y alto mientras que con mayor predominancia se ubica el nivel medio, lo que significa que la mayoría tiene una resistencia en la capacidad muscular de la fuerza para las actividades físicas.

Tabla 8*Resultados descriptivos de la dimensión flexibilidad.*

Flexibilidad	Frecuencia Absoluta (ni)	Frecuencia Relativa (hi%)
Bajo	5	20,8
Medio	12	50,0
Alto	7	29,2
Total	24	100 %

Nota. Data obtenida de la flexibilidad con la ficha de observación.

Análisis e Interpretación En la tabla 8 se observan los resultados de la dimensión flexibilidad con un predominio del nivel medio en un 50,0% (12 estudiantes), el 29,2% (7 estudiantes) en un nivel alto y mientras en el nivel bajo el 20,8% (5 estudiantes). En esta dimensión el mayor predominante como las otras dimensiones es el nivel medio, pero se observó un aumento en el nivel alto en comparación a los resultados anteriores lo que significa que hay un buen desempeño en estas actividades.

4.2. Discusión de Resultados

En relación con la variable general denominada Capacidades Físicas (según se muestra en la Tabla 6), los datos obtenidos revelan que el 75,0% de los estudiantes se sitúa en un nivel medio, en contraste, un 20,8% se posiciona en un nivel considerado bajo, y únicamente un reducido porcentaje del 4,2% se encuentra en un nivel catalogado como alto. Este predominio del nivel intermedio en el estudio difiere notablemente de lo reportado por Melgar y Gómez (2025) en su investigación realizada en la región de Ayacucho, donde encontraron que un porcentaje significativo, específicamente el 55,7% de los participantes evaluados, mostraba un nivel considerado bajo en comparación con el nivel intermedio observado en este estudio. Sin embargo, los descubrimientos de este estudio están estrechamente vinculados con lo expuesto por Gutiérrez (2011), el cual destaca que las capacidades físicas representan atributos personales cruciales para el estado físico, basados en complejos procesos energéticos y musculares. Asimismo, es importante destacar que la presencia significativa de un sector en nivel bajo de rendimiento físico (20,8%) coincide de manera alarmante con la advertencia realizada por Oviedo et al. (2021) en relación al preocupante deterioro de la eficiencia física que se ha observado en escolares en la actualidad. Este fenómeno suele estar estrechamente vinculado a la carencia de materiales apropiados, así como a la ausencia de programas

efectivos que promuevan tanto la carga física interna como externa necesaria para el desarrollo integral de los estudiantes.

En relación con la dimensión de Velocidad (según se muestra en la Tabla 7), el análisis indica que el 66,7% de los estudiantes presenta un nivel medio, mientras que el 20,8% muestra un nivel considerado como bajo y el 12,5% restante presenta un nivel considerado alto. Al contrastar minuciosamente estos datos con los antecedentes, se puede apreciar un rendimiento notablemente superior al reportado por Melgar y Gomez (2025) en su estudio, en el cual identificaron un alarmante 74,3% de nivel deficiente en esta capacidad específica. Por otro lado, los resultados obtenidos en la presente investigación muestran una mayor similitud con los hallazgos reportados por Mamani (2020), quien identificó que un 35,0% de los participantes de su estudio se ubicaban en la categoría de desempeño regular. Desde la perspectiva teórica y científica, García (2018) define esta importancia de la capacidad motriz como la habilidad innata que posee un individuo para llevar a cabo una serie de movimientos coordinados y precisos en respuesta a un estímulo externo, con el objetivo de lograr una ejecución óptima en el menor tiempo posible y con la máxima eficacia. La circunstancia de que la gran parte de los estudiantes de Iguain se sitúan en un nivel intermedio. Esto indica una capacidad de respuesta y movilidad aceptable, lo cual se ajusta a la descripción de Valenzuela Morales (2019) acerca de atributos naturales que pueden ser perfeccionados a través de la práctica constante y disciplinada.

Sobre la dimensión Fuerza (Tabla 8), se puede apreciar que el 75,0% de los estudiantes logra un nivel medio, presentando una distribución equitativa del 12,5% tanto en el nivel bajo como en el nivel alto. Este resultado es significativamente más favorable en comparación con el obtenido por Silva et al. (2024) en México, donde se identificó una debilidad notable de la fuerza en las extremidades inferiores y el área del abdomen. Asimismo, se contraponen los resultados obtenidos en el estudio realizado por Melgar y Gómez (2025), en el cual se observó que un preocupante 62,9% de los estudiantes presentaba un nivel insuficiente de fuerza física. Desde un punto de vista teórico, según la investigación realizada por Mirella (2014), sostiene que la fuerza, entendida como la capacidad de generar movimiento o resistir una carga, posibilita superar una resistencia o contrarrestarla a través de la aplicación de fuerza por medio de la contracción muscular. La concentración adecuada en un nivel medio demuestra la relevancia de esta capacidad como fundamento de otras cualidades físicas esenciales. Es crucial tener en cuenta la

observación de López (2014), quien destaca que, si bien la fuerza se puede desarrollar rápidamente, también es la capacidad que se deteriora con mayor rapidez en ausencia de un entrenamiento continuo y consistente.

Finalmente, en la dimensión Flexibilidad (Tabla 9), el 50,0% de los estudiantes está en un nivel medio, y un 29,2% tiene un nivel alto, lo que hace que esta sea la dimensión con mejor rendimiento relativo. Este hallazgo es mucho más positivo que el de Silva et al. (2024), quienes informaron un nivel muy bajo en el 100% de sus estudiantes. Además, tiene mejores resultados que Melgar y Gomez (2025), quienes solo encontraron un 2,5% en nivel muy bueno. Estos resultados positivos en Iguain coinciden con la teoría de López (2014), que define la flexibilidad como la habilidad de mover las articulaciones a su máximo rango sin sentir dolor. Además, un buen desempeño en esta área respalda lo que dice Gamboa (2005), quien ve la flexibilidad como una habilidad física clave para desarrollar agilidad y una buena coordinación en el movimiento.

CONCLUSIONES

El presente trabajo de investigación llegó a las siguientes conclusiones:

En relación al objetivo general las capacidades físicas de los adolescentes del cuarto grado de secundaria de la sección “A” de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”. Se concluye en un predominante del nivel medio (75,0%), y solo hay una pequeña parte en el nivel alto (4,2%), mientras un 20,8% se encuentra en un nivel bajo. Este hallazgo muestra un desarrollo físico aceptable, pero hay mucho espacio para mejorar. Por lo tanto, la gran mayoría de los estudiantes adolescentes del cuarto grado “A” poseen un desarrollo de las capacidades físicas aceptable pero no tan óptimo, ubicándose en un rango predominante de intermedio en el rendimiento.

En relación al objetivo específico, se concluye que la mayoría de los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la sección “A” de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka” tiene una velocidad promedio en un nivel medio (66,7%), mientras que un 20,8% se encuentra en un nivel bajo. Esto muestra que la mayoría de los estudiantes puede reaccionar y moverse bien ante estímulos externos, realizando movimientos en tiempos adecuados para su etapa de desarrollo. Sin embargo, la continuidad de un sector en un nivel bajo indica que es necesario introducir estrategias pedagógicas para ayudar a desarrollar actividades específicas de reacción para mejorar esta capacidad.

En el segundo objetivo específico, se concluye que los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la sección “A” de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka” se observa que la fuerza tiene una concentración del 75,0% en el nivel medio, mientras que hay una distribución igual del 12,5% en los niveles bajo y alto. Por lo tanto, la mayoría de los adolescentes tiene la fuerza muscular suficiente para superar o resistir cargas mediante el uso de su músculo. Sin embargo, como la fuerza es fundamental para habilidades como la velocidad, es necesario un entrenamiento regular para mejorar estos niveles intermedios hacia un mejor rendimiento.

Finalmente, el tercer objetivo específico, se concluye que los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la sección “A” de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka” muestra que la flexibilidad es la dimensión con mejor desempeño, con el 50,0% ubicándose en un nivel medio. Asimismo, tiene el porcentaje más alto (29,2%) en comparación con las otras capacidades. Por lo tanto, se evidencia que muchos estudiantes muestran buena movilidad en sus articulaciones y flexibilidad en los músculos, lo cual

es importante para la coordinación y para evitar lesiones. Este mejor rendimiento en la capacidad de la flexibilidad es una señal positiva para la agilidad y el desempeño técnico en diferentes actividades.

RECOMENDACIONES

Para los directivos de las Instituciones Educativa :Encabezar la creación de espacios seguros y ofrecer más tiempo en el área de educación física para poder ejecutar estrategias lúdicas y practicar juegos recreativos que mejoren las capacidades físicas, es necesario ofrecer recursos lúdicos que motiven a los adolescentes a mejorar sus desplazamientos y reacciones ante estímulos.

Para los maestros de Educación Física de la Institucion Educativa: Crear clases que incluyan ejercicios de estiramiento dinámico y estático para mejorar la flexibilidad. Se sugiere usar esta habilidad como base para aumentar la agilidad y evitar lesiones, siguiendo programas organizados que garanticen el movimiento de las articulaciones sin dolor ni limitaciones físicas.

Para los padres de familia, estimular y respaldar a sus adolecentes en las prácticas de actividades deportivas dentro y fuera de la Institucion Educativa, promoviendo ámbitos saludables y el interés de mejorar sus capacidades físicas desde el entorno familiar.

Para los estudiantes de cuarto grado de secundundaria, participar de manera activa en las diferentes actividades deportivas realizadas por la Institucion Educativa, reconociendo la importancia de las capacidades físicas para su desarrollo, mental, social y físico.

REFERENCIAS

- Anderson (1997) *Stretching*. Shelter Publications
- Apaza, J. S. B., & Santos, J. (2015). El nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la institución educativa secundaria industrial N 32 de Puno-2015. <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/1839>
- Avendaño Del Castillo, M. A. (2022). Relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del colegio nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. <https://hdl.handle.net/20.500.12990/12672>
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales* (3.ª ed.). Pearson Educación
- Caceres, M. V. (2024). Estilos de vida y capacidades físicas condicionales en estudiantes de ciclo VII de una institución educativa, UGEL 06, Lima–2023 (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle). <https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d90a7eec-23c4-4594-9eec-9a9865433804/content>
- Carrillo, E., Aguilar, V., & González, Y. (2020). El desarrollo de las capacidades físicas del estudiante de mecánica desde la educación física. *Revista de educación*, 18(4), 794-807. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/men/v18n4/1815-7696-men-18-04-794.pdf>
- Chaves, R. N., Bustamante Valdívía, A., Nevill, A., Freitas, D., Tani, G., Katzmarzyk, P. T., & Ribeiro Maia, J. A. (2016). Developmental and physical-fitness associations with gross motor coordination problems in Peruvian children. *Research in Developmental Disabilities*, 53–54, 107–114. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2016.01.003>
- Chavez Chite, F., & Quispe Aucapuma, Y. (2018). El atletismo en el desarrollo de capacidades físicas en niños y niñas de 6 a 13 años en el programa “Ponle Play” del Distrito de Alto Selva Alegre de la Región Arequipa 2018. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, 33-35. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/8040>

- Chuquín Albán, D. (2017). Desarrollo de las capacidades físicas básicas y su influencia en los fundamentos técnicos ofensivos del fútbol en los estudiantes de educación básica media de la unidad educativa Mariano Acosta en la parroquia de la esperanza de la ciudad de Ibarra period. Trabajo de Grado, Universidad Técnica del Norte. Obtenido de <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/6493>
- Eduardo Ferreira Maia, D., de Souza Lira Filho, R., Araújo do Rego Barros, T., Rodrigues de Souza Sobral, I., Felix Lourenço, A. B., Souza de Oliveira, N., Ribeiro Bandeira, P. F., Moura dos Santos, M. A., Pessôa dos Prazeres, T. M., & dos Santos Henrique, R. (2025). ¿Qué características del entorno escolar influyen en la aptitud física de los escolares de bajos ingresos?. *Retos*, 69, 679-689. <https://doi.org/10.47197/retos.v66.114142>
- Falcón Moreta, E. L., & Silva Guadamud, M. N. (2025). Actividades lúdicas para el desarrollo de las capacidades físicas en estudiantes de 10mo año, Unidad Educativa “Diez de Agosto” (Bachelor's thesis, BABAHOYO: UTB, 2025). <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/18419>
- Gamboa, R. (2005). Fisiología del esfuerzo físico. Perú: Edit. Talleres Gráficos P.L. Villanueva S.A.
- García, R. (2018). Incidencia de las habilidades motrices básicas y las capacidades físicas básicas en el área de Educación física en alumnos comprendidos entre los 6 y 12 años de edad. *Revista profesional de docencia y recursos didácticos*, 592- 629. Obtenido de <https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/articulo/102166/articulo-pdf>
- Gutiérrez, F. G. (2011). Conceptos y clasificación de las capacidades físicas. *Cuerpo, cultura y movimiento*, 1(1), 77-86. <https://doi.org/10.15332/s2248-4418.2011.0001.04>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.
- Hohmann, A., Lames, M. Y Letzelter, M. (2010). *Introducción a la ciencia del entrenamiento*. Barcelona: Edit. Paidotribo.

<https://repository.ut.edu.co/server/api/core/bitstreams/6df6526d-3263-4ccb-966d-d49f502d80fc/content>

lisástigui Avilés, M. (2020). La flexibilidad como dirección del rendimiento deportivo. *Revista científica Arrancada*, Vol.20, 80-88. Obtenido de <https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/308/223>

López, J. (2014). *Manual de educación física y deportes*. Barcelona: Edit. Océano

López, M., & Sandoval, L. A. (2021). Diseño de un sistema de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas generales en niños de 10 a 11 años en las calles García Moreno y Mejía en la ciudad de Babahoyo. Universidad Técnica de Babahoyo. Obtenido de <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/10984>

Mamani Mayta, L. Desarrollo de las capacidades físicas en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Privada San José Juliaca, 2020. <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/18062>

Masanovic, B., Gardasevic, J., Marques, A., Peralta, M., Demetriou, Y., Sturm, D. J., & Popovic, S. (2020). Trends in physical fitness among school-aged children and adolescents: A systematic review. *Frontiers in Pediatrics*, 8, 627529. <https://doi.org/10.3389/fped.2020.627529>

Mauricio Javier Aguas Guerrero (2019), Condicion fisca depende del desarrollo de distintas capacidades físicas Tolima,

Melgar Fernandez, E. E., & Gomez Cerda, C. (2025). Nivel de las capacidades físicas básicas en estudiantes del segundo grado de secundaria, Ayacucho 2024. <https://repositorio.unsch.edu.pe/handle/20.500.14612/7948>

Mirella, R. (2014). *Las nuevas metodologías del entrenamiento de la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad*. Barcelona: Edit. Paidotribo

Morales Roldán, M. (2017). Sistema de ejercicios para la mejora del desempeño profesional de los agentes de seguridad penitenciario en la ciudad de Guayaquil. Repositorio Institucional de la Universidad de Guayaquil., 1-2. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/23929>

Morrison, V., & Bennett, P. (2005). *An introduction to health psychology*. Prentice Hall.

- Naranjo Flores, & Gabriel Rodolfo García Murillo. (2022). La capacidad física de flexibilidad en los estudiantes de la escuela particular “El Rosario”.*Revista Científica FIPCAEC (Fomento De La investigación Y publicación científico-técnica multidisciplinaria)*. ISSN : 2588-090X . Polo De Capacitación, Investigación Y Publicación (POCAIP), 7(4), 2717-2746. Recuperado a partir de <https://ftp.polodelconocimiento.com/index.php/fipcaec/article/view/754>
- Organización Mundial de la Salud. (s. f.). Condición física / aptitud física: la habilidad de realizar adecuadamente trabajo muscular. En Facultad de Ciencias de la Salud. Recuperado de <https://www.monografias.com/docs/Condicion-fisica-PKJU4RWYMZ>
- Ortiz-Zorrilla, F., Taveras-Espinal, J., & Bennasar-García, M. (2023). Juegos recreativos en el fomento de las capacidades físicas durante la clase de educación física.*Revista Innova Educación*, 5(3), 52-70. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2023.03.004>
- Oviedo, Á. C., Navarro, E. R., González, Y. M., & Rivera, L. C. (2021). Pruebas de eficiencia física: Información para profesores y entrenadores deportivos. *Revista Internacional de Educación Especial en la Primera Infancia*, 13(2), 799–806
- Quispe, A. (2012). Metodología de la investigación educativa. Editoria
- Rabadán, M., & Rodríguez, S. (2015). Las capacidades físicas condicionales y su desarrollo. <http://efdeportes.com/efd147/las-capacidades-fisicas-basicas-dentro-de-secundaria.htm>
- Silva-Llaca, J. M., Mendéz-Ávila, J. C., Morales-Hernández, A. G., Xequé-Morales, Á. S., Mendoza-Ayala, M. A., & Medina, N. E. G. (2024). Estilos de vida y capacidades físicas en estudiantes mexicanos de bachillerato.*Revista Académica Internacional de Educación Física*, 4(4), 23-37. <https://doi.org/10.59614/acief42024145>
- Torres Guerrero, J. (1996). Teoría y práctica del entrenamiento deportivo. Consideraciones didácticas. Imprenta Rosillo.
- Valenzuela Morales, C. (2019). Las Capacidades Físicas Básicas. Trabajo Fin de Grado. Universidad de Jaén. Obtenido de <https://hdl.handle.net/10953.1/10649>

ANEXOS

Anexo 1

Resolución de aprobación del proyecto de investigación.



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

Ley Orgánica N° 16737
Resolución del M. E. N° 228-82-ED
Atribución a Institutos C.O. N° 019-85-ED
Atribución de Funcionarios C.O. N° 09-84-ED
Escuela de Educación P. N° 257-2020-MINEDU

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

Resolución Directoral N° 0624-2025 EESP.Púb. "JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 09 de octubre de 2025

La Directora General de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta;

VISTO:

El **INFORME N° 047-2025-UNIDAD DE INVESTIGACION/EESPP"JSCO"-HTA**, de fecha 09 de octubre de 2025, con número de expediente: **TM20253471-F** en la que, el Jefe de la Unidad de Investigación, remite legajo expedito para la tramitación y otorgamiento de Resolución Directoral de Aprobación de los Proyectos de Investigación de los estudiantes del X ciclo académico del Programa de Estudios de Educación Física en el marco del cumplimiento del Reglamento de Investigación y del Reglamento de Grados y Títulos 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 441-2019-MINEDU** Lineamientos Generales Académicos 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** y **RM No 420-2024-MINEDU** 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 titulación de los/as egresados de Formación Inicial Docente y garantizar su acreditación profesional.

Que, 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 y el Título Profesional de Licenciado/a a los/las egresados/as de Formación Inicial Docente de los Programas de Estudios de Educación Inicial Intercultural Bilingüe, Educación Primaria Intercultural Bilingüe y Educación Física previa sustentación de trabajos de investigación en concordancia a la normativa general y documentos de gestión institucional.

Que, estando conforme 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, al Reglamento Institucional, al Reglamento de Investigación y al Reglamento de Grados y Títulos, que señalan que el proceso de otorgamiento del *Grado Académico de Bachiller en Educación y el Título Profesional de Licenciado/a* 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 *Jefe de la Unidad de Investigación* elevó el **047-2025-UNIDAD DE INVESTIGACION/EESPP"JSCO"-HTA**, dando el aval correspondiente para la Aprobación Resolutiva del Proyecto de Investigación de los estudiantes del X ciclo académico del Programa de Estudios de Educación Física en el marco del cumplimiento del Reglamento de Investigación y del Reglamento de Grados y Títulos.

Jr. Razuhuilca 624 – Huanta
Teléfono (085) 281250
www.eesppjcco.edu.pe
informes@ejjcco.edu.pe



Que, la Directora General de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, en amparo a sus facultades, y en el marco del cumplimiento y la conformidad con la *Ley No 30512, su reglamento, modificatorias, el Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos* se oficializa la **APROBACIÓN** de los *Proyectos de Investigación* de los estudiantes del *X ciclo académico del Programa de Estudios de Educación Física*, por tanto:

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO. - APROBAR los *PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN* de los estudiantes del *X ciclo académico del Programa de Estudios de Educación Física* que a continuación se detalla:

ORD	APELLIDOS Y NOMBRES	PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
01	ANAYA LEANDRO, JERIMIN BRANDON	Rendimiento físico en estudiantes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa "San Francisco de Asís"- Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Jesús Ramírez Gutiérrez
02	AROTOMA HUANACO, BELTRAN	Nivel de coordinación motriz en estudiantes de secundaria en la Institución Educativa de Aycas - Luricocha, 2025. Docente Asesor: Lic. Máximo Contreras Cconovilca
03	AVILA CENTENO, MELINA	Actividades lúdicas inclusivas en los estudiantes del nivel primario en la Institución Educativa "María Urribarri Gómez" de Huanta, 2025. Docente Asesor: Prof. Abel Antonio Montesinos Morillo
04	BAUTISTA ANCHO, NINO OMAR	Hábitos alimenticios de los deportistas de voleibol en el cuarto grado de la Institución Educativa Nivel Secundaria "González Vigil" de Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Edhgar Héctor Valencia Aguilar
05	CCOCHACHI TAYPE, CARLOS JEFFERSON	Resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil_Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Freddy Roland Pineda Tapia
06	CORPUS CASTRO, JEANPIERE	La motivación extrínseca en el rendimiento deportivo en estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa "Huanta"-, 2025. Docente Asesor: Prof. Bryan Marlon Palomino Chávez
07	CRESPO CÁRDENAS, KEVIN WEBSTER	Nivel de agresividad en estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa "Luis Cavero Bendezu"- Huanta, 2025. Docente Asesor: Mag. Freddy Roland Pineda Tapia
08	CRUZ Quispe, KARINA	La velocidad en carrera de relevos en los estudiantes de primer grado de secundaria de la Institución Educativa "María Auxiliadora"- Huanta, 2025. Docente Asesor: Lic. Máximo Contreras Cconovilca
09	FARFAN PARIONA, GUIELTRAN	Alimentación saludable en los estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa "San Francisco de Asís" – Huanta 2025. Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe



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

Ley Creación N° 16737
Reapertura RM. N° 226-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-84-ED
Escuela de Educador RM. N° 207-2020-MINEDU



10	GAMBOA CERDAN, MESIAS	Nivel de actividad física en estudiantes del segundo de secundaria de la Institución Educativa "Esmeralda de los Andes" Huanta, 2025. Docente Asesor: Prof. Richar Mendoza Rivera
11	GAMBOA MENDOZA, RODRIGO ALEXIS	La motivación en las actividades físicas en estudiantes del quinto de secundaria de la Institución Educativa "María Auxiliadora"-Huanta, 2025. Docente Asesor: Prof. Bryan Marlon Palomino Chávez
12	GAVILAN HUAMAN, Maythey Katerin	El sedentarismo en los estudiantes de la Institución Educativa "San Ramón" – Huanta, 2025. Docente Asesor: Prof. Richar Mendoza Rivera
13	HUAMAN QUISPE, EDWIN	Rendimiento físico del fútbol en los estudiantes del segundo grado de la Institución Educativa "María Uribarri Gómez"-Huanta, 2025 Docente Asesor: Lic. Máximo Contreras Coonovilca
14	IZARRA MENDOZA, YORIELLA FERNANDA	La comunicación no verbal en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa "María Auxiliadora" - Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Walter Cangana Canchari
15	LUDEÑA BARBOZA, GINO ANTONI	Técnicas de pases en el fútbol en estudiantes de tercer año de secundaria de la Institución Educativa "Perpetuo Socorro" de Luricocha, 2025. Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
16	MALLMA HUAMAN, LINDA NILDA	La Actividad física inclusiva en los estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa "San Ramón" de Huanta, 2025 Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
17	MANRIQUE SABOYA, KAREN SINDEL	Estilos de vida saludable en estudiantes del cuarto año de la Institución Educativa "María Auxiliadora" – Huanta, 2025. Docente Asesor: Mag. Freddy Roland Pineda Tapia
18	NAVARRETE PAREDES, MILUZKA	Fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa "José Félix Iguain" de Intay-Luricocha, 2025. Docente asesor: Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo
19	PACHECO HUAMAN, VICKY ANDREA	Habilidades motoras en el vóley en estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa "Nuestra Señora del Perpetuo Socorro" - Luricocha, 2025. Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
20	PALOMINO URBANO, JOEL ABRAHAN	Práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa "González Vigil" de Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
21	PAREDES MERCADO, FLOR KARINA	Preferencias deportivas de los estudiantes del segundo de secundaria de la Institución Educativa "San Francisco de Asís"-Huanta, 2025. Docente asesor: Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo



22	POMA RICO, JORDIN EDMUNDO	Nivel de situaciones de juego de fútbol en la categoría Sub-12 de la Institución Educativa "Inmaculada de Concepción" - Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Walter Cangana Canchari
23	QUISPE TAIPE, JOSE	Consumo de alimentos no saludables en estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa "María Auxiliadora" - Huanta, 2025 Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
24	RICRA CARDENAS, JAVIER	La higiene personal en los estudiantes de la Institución Educativa "María Auxiliadora" - Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
25	RIMACHI PACHECO, Flor Soledad	Dieta equilibrada en los estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa "Gonzales Vigil" - Huanta 2025. Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
26	RODRIGUEZ VALENCIA, MAGALY	Nivel de actividad física en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa "Esmeralda de los Andes" - Huanta, 2025 Docente Asesor: Mg. Walter Cangana Canchari
27	ROJAS YANCE, SUSAN OMARA	Importancia del baile en estudiantes del primer año de secundaria de la institución educativa "González Vigil" 2025. Docente Asesor: Mg. Walter Cangana Canchari
28	RUIZ BARRIENTOS, KENNY MIKEL	Lonchera saludable en los estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa "María Auxiliadora" - Huanta, 2025. Docente Asesor: Mag. Freddy Roland Pineda Tapia
29	RUIZ ROJAS, MAYERLY MILAGROS	Capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa "Carlos CH. Hiraoka" - Iguain, 2025 Docente asesor: Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo
30	SIMBRON CHAVEZ, YENI	La flexibilidad en los estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa "San Ramon" de Huanta, 2025 Docente asesor: Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo
31	TELLO TAGUADA, JEISON ANIBAL	Juegos cooperativos en estudiantes del tercer grado de la Institución Educativa "San Francisco de Asís" - Huanta 2025 Docente Asesor: Prof. Jesús Ramírez Gutiérrez
32	URRIBURU VARGAS, NEISER	Actividad física y salud en los estudiantes del cuarto grado de la Institución Educativa "San Martín de Porres" - Luricocha, 2025. Docente Asesor: Mg. Walter Cangana Canchari
33	VILCA MOREYRA, WILFREDO	Nivel de motivación y actividad física en los estudiantes de sexto grado de primaria de la Institución Educativa "María Auxiliadora" Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Walter Cangana Canchari
34	YARANGA CURI, ELID RUTMER	La coordinación motriz en los estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa "José María Arguedas" - Huanta, 2025. Docente Asesor: Mag. Freddy Roland Pineda Tapia

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



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

Ley Creación N° 18737
Resolución RM N° 238-02-ED
Atribución a Instituto OS N° 013-85-ED
Autorización de Funcionamiento OS N° 09-84-ED
Escuela de Educación RM N° 267-2020-MINEDU

ARTICULO TERCERO.- ENCARGAR al Webmaster de la Escuela la publicación en la Página Web y en el Portal de Transparencia.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHIVASE

ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
HUANTA
Mg. María J. León Peralta
DIRECTORA GENERAL

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

CERTIFICO
Que la presente es COPIA FIEL DE SU ORIGINAL y al que
señala, dando fe de su AUTENTICIDAD y VERDAD.

Huanta, 20 FEB 2025

ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
HUANTA
Dr. Walter Mauricio Arce Villar
DIRECTOR GENERAL


DISTRIBUCIÓN:

Interesados (as)
Archivo
MILMD.G.(c)
pró/ve.

Jr. Ruzhuilcs 524 - Huanta
Teléfono (068) 291250
www.esppsc.edu.pe
informes@esppsc.edu.pe

Anexo 2

Resolución de Expedito.



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


Ley Creación N° 10227
Resolución RM N° 226-02-ED
Adecuación a Instituto DS N° 010-04-ED
Autorización de Funcionamiento DS N° 28-04-ED
Escuela de Educación RM N° 287-2024-MINEDU
RM N° 426-2024-MINEDU

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

Resolución Directoral N° 0204-2026-EESP.Púb."JSCO"/DG-HTA

Huanta, 24 de marzo del 2026

Visto, el **INFORME No.093-2026-RAI-EESPP"JSCO"-HTA**, con **EXP.TM20261556 - 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 Caveró Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; tiene como fin fomentar la investigación e innovación en los/las estudiantes de Formación Inicial 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 de Formación Inicial 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. Razuñilca 624 – Huanta
Telefax (069) 321070
www.eesppjSCO.edu.pe
comunicaciones@eesppjSCO.edu.pe



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

Reg. Minedu N° 11727
Resolución RM. N° 225-82-ED
Acreditación e Instituto OS N° 000005-17
Autorización de Funcionamiento OS N° 00-04-ED
Escuela de Educación FM N° 257-2004-MINEDU
RM No 420-2004-MINEDU

SE RESUELVE:

PRIMERO. – **DECLARAR EXPEDITO** los **TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN** siguientes:

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA INTERCULTURAL BILINGÜE			
Nº	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	MOLINA HUAILLA, Astrid	Nivel de dominio de expresión oral del quechua en estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa N°38272/Mx-P Iguain - Huanta, 2025	Interculturalidad y bilingüismo
2	BENDEZÚ GAMBOA, Melisa Judith	Rol de las prácticas culturales en el proceso educativo en estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa N°38272/Mx-P Iguain- Huanta,2025	Innovación Pedagógica
3	ROQUE VILLANUEVA, Ruth Melina	Uso de las plantas medicinales en los padres de familia de educación primaria de la Institución Educativa N° 38254/Mx- P "Luis Cavero Bendezú", Huanta 2025	Políticas Educativas

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA			
Nº	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	RUIZ ROJAS, Mayerly Milagros	Capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa "Carlos CH. Hiraoka"- Iguain, 2025	Actividades físicas y recreativas
2	POMA RICO, Jordin Edmundo	Nivel de situaciones de juego de fútbol en la categoría Sub-12 de la Institución Educativa "Inmaculada Concepción" - Huanta, 2025	Actividades físicas y recreativas

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

DISTRIBUCIÓN:

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

Jr. Ranzuñica 624 – Huanta
Teléfono: (066) 321070
www.esppisco.edu.pe
comunicaciones@esppisco.edu.pe



ESQUEMA DE INVESTIGACIÓN
CERTIFICO
Que la presente es COPIA FIEL DE SU ORIGINAL, a el que remito, dando fe de su AUTENTIDAD Y LEGALIDAD.
Huanta, 27 MAR 2025
Dr. Walter Augusto Arce Villa
DIRECTOR GENERAL

ESQUEMA DE INVESTIGACIÓN
CERTIFICO
Que la presente es COPIA FIEL DE SU ORIGINAL, a el que remito, dando fe de su AUTENTIDAD Y LEGALIDAD.

Huanta, 27 MAR 2025
Walter Augusto Arce Villa
DIRECTOR GENERAL

Anexo 3

Resolución de fecha de sustentación de trabajo de investigación



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

Ley Creación N° 1673
Resolución PM N° 229-02-03
Atribución a Instituto DS N° 050-02-03
Atribución de Funcionamiento DS N° 06-06-03
Escuela de Educación RM N° 267-2020-MINEDU
RM en 425-2024-MINEDU

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

Resolución Directoral No. 00212-2026 EESP.Púb. "JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 31 de marzo de 2026

Visto, el Expediente *TM20261622-F* de fecha *27 de marzo del 2026* y la *Resolución Directoral de Expediente No 0204-2026-EESP Pub. "JSCO"/D.G.-HTA* de fecha *24 de marzo 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 del Grado de los egresados de formación inicial docente y garantizar su acreditación con el Grado Académico de Bachiller en Educación;

Que, 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 de los Programas de Estudios de Formación Inicial Docente 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, 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 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-GR/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	
CAPACIDADES FÍSICAS EN ADOLESCENTES DEL CUARTO AÑO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "CARLOS CH. HIRAOKA" -IGUAIN, 2025.	
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDADES FÍSICA Y RECREATIVA
FORMACION INICIAL DOCENTE	
EDUCACIÓN FÍSICA	
AUTOR(A)	RUIZ ROJAS, MAYERLY MILAGROS
FECHA	11 DE ABRIL 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

DISTRIBUCIÓN:

Interesado/a
Dir. Adm. (01)
Sec. Acad. (01)
Archivo (01)
WMAV/D.G. (0)
ped/sec.

Anexo 4

. Resolución de jurados de sustentación de trabajo de investigación



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA

"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"

Huanta – Ayacucho

Leg. Creación N° 18737
Resolución RM. N° 228-82-03
Adecuación a Instituto OS. N° 010-85-03
Autorización de Funcionamiento OS. N° 30-84-03
Escuela de Educación P.M. N° 361-2020-MRE-DJ
ROR/Nº: 430-2024-MRE-DJ

Que, de conformidad a los considerandos y facultado por la **RDRS**
No 01529-2025-GRU/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	Mg. EDHGAR HECTOR VALENCIA AGUILAR
	VOCAL	Lic. MAXIMO CONTRERAS CCONOVILCA

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
CAPACIDADES FÍSICAS EN ADOLESCENTES DEL CUARTO AÑO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "CARLOS CH. HIRAOKA" -IGUAIN, 2025.	
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDADES FÍSICA Y RECREATIVA
FORMACION INICIAL DOCENTE	
EDUCACIÓN FÍSICA	
AUTOR (A)	RUIZ ROJAS, MAYERLY MILAGROS
FECHA	11 DE ABRIL 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 ARCHIVASE

DISTRIBUCIÓN:

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

Anexo 5

Matriz de consistencia capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la institución educativa “Carlos CH. Hiraoka”- Iguain, 2025

Problema	Objetivos	Variable Dimensiones	Metodología
<p>Problema general</p> <p>¿Describir el desarrollo de las capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la institución educativa “Carlos CH Hiraoka”- 2025?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿describir la velocidad en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH Hiraoka”- Iguain, 2025?</p> <p>¿describir la Flexibilidad en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH Hiraoka”- Iguain, 2025?</p> <p>¿describir la Fuerza en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH Hiraoka”- Iguain, 2025?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Identificar las capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”-2025</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Identificar la velocidad en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH Hiraoka”- Iguain, 2025</p> <p>Identificar la flexibilidad en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH Hiraoka”- Iguain, 2025</p> <p>Identificar la fuerza en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH Hiraoka”- Iguain, 2025</p>	<p>Variable:</p> <p>Capacidades Físicas</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Velocidad</p> <p>Flexibilidad</p> <p>Fuerza</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque: cuantitativo • Tipo de estudio por su naturaleza es descriptivo • Método de estudio Método estadístico • Diseños de investigación descriptivo simple: <u>M O.</u> • Población: estará conformada por los estudiantes del cuarto grado A y B de la Institución Educativa “Carlos CH Hiraoka” • Muestra: estará conformada por estudiantes del cuarto grado A. • Técnicas de muestreo: no probabilísticas • Técnicas de recolección de datos: la observación <p>Instrumentos: ficha de observación</p>

Anexo 6

Cuadro de Operacionalización de Variable de Estudio

Variable	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala de Medicion
Variable del problema Capacidades Físicas	Para Valenzuela Morales, (2019) define las capacidades físicas generales como “Las cualidades de una persona innata, en la que pueden mejorar con ejercicios físicos, además esta se puede medir y observar.	Velocidad	Velocidad de desplazamiento	Puede corre rápido en distancias cortas Mantiene la técnica de carrera durante pruebas de velocidad	Ordinal 1 = Bajo (C) 2 = Medio (B) 3 = Alto (A)
			Velocidad de reaccion	Se anticipa a los movimientos en deportes de equipo Puede responder con rapidez a órdenes físicas	
		Fuerza	Fuerza de miembros superiores	Realiza ejercicios de brazos con regularidad Puede levantar objetos pesados sin ayuda	
			Fuerza de miembro inferior	Siente flaqueza en las piernas durante ejercicios Realiza desplazamientos o saltos largos con facilidad	
		Flexibilidad	Flexibilidad de miembros inferiores	Puede hacer estiramientos de piernas con facilidad Tiene la capacidad de realizar la flexibilidad de la columna vertebral Puede juntar las manos detrás de la espalda Puede realizar estiramiendo lateral del tronco	

Anexo 7

Matriz instrumental Capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la institución educativa Carlos CH. Hiraoka”- Iguain, 2025

Variable	Dimensión	Indicadores	Ítems	Técnica e Instrumento	Escala de Valoración	
Capacidades Físicas	Velocidad	Velocidad de desplazamiento	¿Puede correr rápido en distancias cortas?	la observación	Ordinal 1 = Bajo (C) 2 = Medio (B) 3 = Alto (A)	
			¿Mantiene la técnica de carrera durante pruebas de velocidad?			
		Velocidad de reacción	¿Se anticipa a los movimientos en deportes de equipo?			Ficha de observación
			¿Puede responder con rapidez a órdenes físicas?			
	Fuerza	Fuerza de miembros superiores	¿Realiza ejercicios de brazos con regularidad?			
			¿Puede levantar objetos pesados sin ayuda?			
		Fuerza de miembro inferior	¿Siente flaqueza en las piernas durante ejercicios?			
			¿Realiza desplazamientos o saltos largos con facilidad?			
	Flexibilidad	Flexibilidad de miembros inferiores	¿Puede hacer estiramientos de piernas con facilidad?			
			¿Tiene la capacidad de realizar la flexibilidad de la columna vertebral?			
		Flexibilidad de miembros superiores	¿Puede juntar las manos detrás de la espalda?			
			¿puede realizar estiramiento lateral del tronco?			

Anexo 8

Instrumento de recolección de datos

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

FICHA DE OBSERVACIÓN SOBRE CAPACIDADES FÍSICAS

Observadora: Mayerly Milagros Ruiz Rojas

Objetivo: Describir las capacidades físicas en adolescentes del cuarto año de la Institución Educativa “Carlos CH. Hiraoka”-Iguain, 2025

N°	INDICADORES	BAJO	MEDIO	ALTO
		(1)	(2)	(3)
	Dimensión: Velocidad			
1	¿Puede correr en distancias cortas?			
2	¿Mantiene la técnica de carrera durante pruebas de velocidad?			
3	¿Se anticipa a los movimientos en deportes de equipo?			
4	¿Puede responder con rapidez a órdenes físicas?			
	Dimensión: Fuerza			
5	¿Realiza ejercicios de brazos con regularidad?			
6	¿Puede levantar objetos pesados sin ayuda?			
7	¿Siente flaqueza en las piernas durante ejercicios?			
8	¿Realiza desplazamientos o saltos largos con facilidad?			
	Dimensión: Flexibilidad			
9	¿Puede hacer estiramientos de piernas con facilidad?			
10	¿Tiene la capacidad de realizar la flexibilidad de la columna vertebral?			
11	¿Puede juntar las manos detrás de la espalda?			
12	¿Puede realizar estiramiento lateral del tronco?			

Anexo 9

Instrumento de investigación.

FICHA DE OBSERVACIÓN DE CAPACIDADES FISICAS

4 "A"	Ítems	VELOCIDAD				PUNTAJE	FUERZA				PUNTAJE	FLEXIBILIDAD				PUNTAJE	PUNTAJE TOTAL
		VELOCIDAD DE DESPLAZAMIENTO		VELOCIDAD DE REACCION			FUERZA MIEMBROS SUPERIORES		FUERZA DE MIEMBRO INFERIOR			FLEXIBILIDAD DE MIEMBROS INFERIORES		FLEXIBILIDAD DE MIEMBROS SUPERIORES			
		¿Puede correr rápido en distancias cortas?	¿Mantiene la técnica de carrera durante pruebas de velocidad?	¿Se anticipa a los movimientos en deportes de equipo?	¿Puede responder con rapidez a órdenes físicas?		¿Realiza ejercicios de brazos con regularidad?	¿Puede levantar objetos pesados sin ayuda?	¿Siente flaqueza en las piernas durante ejercicios?	¿Realiza desplazamientos o saltos largos con facilidad?		¿Puede hacer estiramientos de piernas con facilidad?	¿Tiene la capacidad de realizar la flexibilidad de la columna vertebral?	¿Puede juntar las manos detrás de la espalda? ¿	¿Puede realizar estiramiento lateral del tronco?		
N°	APELLIDOS Y NOMBRES																
1	ANAYA AMAO, Ana Vanessa	2	1	1	2		1	1	2	2		2	2	2	2		
2	BANCES RAMOS, Milagros Yamile	1	1	1	1		1	1	2	1		2	2	1	2		
3	CUSICHE HUAMAN, Thátiana Erminia	1	1	1	1		1	2	2	1		2	2	2	2		
4	PINO MERINO, Nataly	2	2	1	1		2	2	1	1		2	2	2	2		
5	ESPINOZA SANTIAGO, Fabrizio Andree	3	3	2	2		2	2	1	2		3	2	3	3		
6	HUARANCCA CCOLLCCA, Amisaday	2	1	2	2		2	2	1	2		3	3	3	3		
7	HUAYLLASCO SALCEDO, Jack Jhosme	3	1	1	1		1	2	2	2		1	2	2	1		
8	LIMAQUISPE TORRES, Gaby Madeleine	1	1	1	1		1	2	2	1		1	1	1	1		
9	LOPEZ ROMERO, Angie Gimena	2	1	2	2		2	2	2	2		3	3	3	3		
10	RUIZ AMAO, Roxana Isabel	3	2	2	2		2	3	2	2		2	2	3	2		
11	ORE JORGE, Jhamelim Cielo	1	2	1	1		1	1	2	1		1	1	1	2		
12	TORRES ALBINAGORTA, Shanguio Anais	1	1	1	1		1	1	3	2		2	3	3	3		
13	SICHA PEREZ, Glemis Yareth	2	2	1	2		2	3	2	2		2	3	3	3		
14	TOLEDO VILLANUEVA, Anyelo Ismael	3	1	1	2		1	2	2	1		1	2	2	2		
15	MENDOZA OACOTAYPE, William Venturon	2	2	2	2		2	3	2	3		3	3	3	3		
16	MORALES POLANCP, Ruth Karina	2	2	2	2		1	2	2	1		1	2	1	2		
17	PALOMINO DE LA CRUZ, Aron Anders	1	1	2	2		1	2	2	3		3	3	3	3		
18	RUIZ SILVERA, Mariano Alejandro	2	1	1	2		1	1	2	2		2	2	2	2		

MEDICION	PUNTAJE
ALTO	3
MEDIO	2
BAJO	1

Anexo 10

Instrumento Valido y con Prueba de Confialidad



**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
FICHA DE VALIDACIÓN
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO**

DATOS GENERALES:

Título de la Investigación: : Capacidades Físicas en adolescentes del cuarto año de la institución educativa "Carlos CH. Hiraoka"- 2024.

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	5																		✓		
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	Entre los ítems e indicadores																			✓		
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																			✓		
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																			✓		

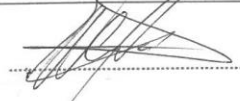
PROMEDIO DE VALORACION

90

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

Nombres y Apellidos	Walter Cruz Cruz	DNI	78272822
Título Profesional	Lic. Edu. Secundaria		
Especialidad	Filosofía, Psicología - OBE		
Grado Académico	Magister		
Mención	Psicología Educativa		

Lugar y Fecha: Huanta, 02 de Abril





ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
FICHA DE VALIDACIÓN
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

DATOS GENERALES:

Título de la Investigación: : Capacidades Físicas en adolescentes del cuarto año de la institución educativa "Carlos CH. Hiraoka"- 2024.

Nombre de los instrumentos motivo de la Evaluación: ficha de observación

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente			Baja				Regular				Bueno			Muy bueno						
		0	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	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																					✓
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																					✓
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos técnicos científicos																					✓
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																					✓
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																					✓
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																					✓

PROMEDIO DE VALORACION

95

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

Nombres y Apellidos	Frida Mayhua Quispe	DNI	43499113
Título Profesional	Licenciada en Educación		
Especialidad	Educación Inicial		
Grado Académico	Magister		
Mención	Administración de la Educación		

Lugar y Fecha: Huanta, 02 Abril 2025

Anexo 11

Matriz de datos

TITULO DEL PROYECTO: CAPACIDADES FISICAS																		
n	DIMENSION VELOCIDAD				SUB T	DIMENSION FUERZA				SUB T	DIMENSION FLEXIBILIDAD				SUB T	TOTAL		
	p1	p2	p3	p4		p5	p6	p7	p8		p9	p10	p11	p12				
1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3.6667		
2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2.8333		
3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2.9167		
4	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3.6667		
5	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	5.1667		
6	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	4.5000		
7	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3.7500		
8	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2.8333		
9	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4.7500		
10	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	5.2500		
11	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2.9167		
12	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	3	3	3	3	3.6667		
13	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4.9167		
14	3	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3.8333		
15	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	5.5000		
16	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	4.0000		
17	1	1	2	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4.5000		
18	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3.6667		
23																		
1:ALTO																		
2:MEDIO																		
3:BAJO																		

Anexo 12

Prueba de validez y confiabilidad del instrumento

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
VAR00001	20,0000	21,412	,302	,873
VAR00002	20,4444	22,144	,273	,871
VAR00003	20,5000	20,735	,682	,849
VAR00004	20,2778	20,801	,667	,850
VAR00005	20,5000	20,618	,710	,847
VAR00006	20,0556	19,938	,581	,852
VAR00007	20,0000	25,294	-,298	,893
VAR00008	20,1667	19,441	,714	,843
VAR00009	19,8889	18,928	,688	,844
VAR00010	19,6667	19,647	,704	,844
VAR00011	19,6667	17,647	,854	,830
VAR00012	19,6111	19,428	,717	,843

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,865	12

Anexo 13

Carta de aceptación de la Institución Educativa



UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL DE
HUANTA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA CARLOS CH. HIRAOKA
MACACHACRA - HUANTA

CARTA DE ACEPTACIÓN

Huanta, 8 de mayo del 2025

Señorita:

Mayerly Milagros Ruiz Rojas

Presente. -

ASUNTO: Aceptación y Autorización para la aplicación de instrumento y recojo de información.

REFERENCIA: Solicitud S/N, de fecha 09/04/2025

Mediante le presente me es grato de dirigirme a usted y en atención al documento de la referencia, comunicarles que se **AUTORIZA** la aplicación de los instrumentos para el recojo de información del trabajo de investigación titulado **“CAPACIDADES FÍSICAS EN ADOLESCENTES DEL CUARTO AÑO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “CARLOS CH. HIRAOKA”- IGUAIN; 2025”**

Sin otro particular, me suscribo de ustedes.

Atentamente,



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA JES.
CARLOS CH. HIRAOKA
Lic. Wilber Apaucusi Cortova
DIRECTOR

Anexo 14

Evidencias fotografias. Los estudiantes realizan las capacidades físicas



Nota. Los estudiantes realizan la flexibilidad.

Anexo 15

Los estudiantes realizan capacidades físicas



Nota. Los estudiantes realizan la velocidad