

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

PROGRAMA FORMACIÓN INICIAL DOCENTE

PROGRAMA DE ESTUDIOS

EDUCACIÓN FÍSICA



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” – Huanta, 2025.

Para obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación

AUTOR

CCOCHACHI TAYPE, Carlos Jefferson

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-8328-1849>

ASESOR

Mg. PINEDA TAPIA, Freddy Ronald

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

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Actividad Física y Recreación

HUANTA – AYACUCHO - PERÚ

2026



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Siendo las 4:00 P.M. del 9 DE MAYO 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 "ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN ESTUDIANTES DEL CUARTO AÑO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "MARÍA AUXILIADORA" – HUANTA 2025. Línea de investigación: ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS**, presentado por la egresada **MANRIQUE SABOYA, KAREN SINDEL** con código de matrícula **70510204**.

De Formación Inicial Docente del Programa de Estudios de **EDUCACIÓN FÍSICA**, sustentación autorizada por la **RD No 00262-2026-EESPPÚB. "JSCO"/DG-HTA.**, Jurado Examinador autorizado por la **RD No 0263-2026-EESPPÚB. "JSCO"/DG-HTA** obteniendo como resultado el PROMEDIO de 15 (QUING).

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.



[Signature]
PRESIDENTE



[Signature]
VOCAL



[Signature]
SECRETARIO



[Signature]
Walter Mariano Arce Villar
DIRECCIÓN GENERAL

vº Bº DIRECTOR GENERAL



FECHA	DÍA	MES	AÑO
	9	05	2026

ENTIDAD	EESPP "JOSE SALVADOR CAVERO OVALLE"			DRE	AYACUCHO		
CÓDIGO MODULAR	DENOMINACIÓN	GESTIÓN	CREACIÓN	DIRECCIÓN	JR. RAZUHUILCA N°624		
604371	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 00262-2026-EESP PÚB. "JSCO"/DG-HTA
NOMINACIÓN DE JURADOS	RD No 00263-2026-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	Dr. WILBER ANTONIO REYES ARAUJO

TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN ESTUDIANTES DEL CUARTO AÑO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "MARÍA AUXILIADORA" – HUANTA 2025.
---	--

LINEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS
-------------------------------	-----------------------------------

FECHA	9 / 05 / 2026	HORA	4:00 P.M.
LUGAR	AUDITORIO DE LA EESP PÚB. "JSCO"		

N° Matricula	APELLIDOS Y NOMBRES	PRESIDENTE	VOCAL	SECRETARIO	PROMEDIO GENERAL
70510204	MANRIQUE SABOYA, KAREN SINDEL	14	16	15	15

 PRESIDENTE
 VOCAL
 SECRETARIO
 Dr. Walter Mariano Arce Villar
 vº Bº 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 desaprobatario 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° 0194-2026-AVO-EESPP "JSCO"HTA

El responsable del Área de Verificación de Originalidad:

Hace constar:

El trabajo de investigación titulado **RESISTENCIA FUTBOLÍSTICA EN LOS ESTUDIANTES DEL CUARTO DE SECUNDARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "GONZÁLEZ VIGIL" – HUANTA, 2025**, presentado por el egresado **Ccochachi Taype, Carlos Jefferson**, 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 **7%** 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/1hhN16_aqnm8WDRdw_AiMtv14ssQ_D7QUJ?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, 5 de junio 2026

ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERÓ OVALLE"
HUANTA
C. Prof. José Luis Piceros Pisco
Área de Verificación de Originalidad

Archivo
JLPP/AVO
jvm/Sec. Acad.

Validaciones JSCO

CCOCHACHI TAYPE, Carlos Jefferson B

- 142 CCOCHACHI TAYPE, Carlos Jefferson B
- Validaciones JOSACO 2026
- Enterprise-Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública José Salvador Cavero Ovaile

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:aid::1:3587044596

Fecha de entrega

4 Jun 2026, 6:34 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

5 Jun 2026, 6:27 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

CCOCHACHI_TAYPE_Carlos Jefferson_B.docx

Tamaño del archivo

77.9 KB

33 páginas

9308 palabras

51.427 caracteres




7% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, es 7%.

Filtrado desde el informe

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

Fuentes principales

- 7%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 1%  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

7%	 Fuentes de Internet
0%	 Publicaciones
1%	 Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes son el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes suprimidas no se muestran.

1	Internet	
	alicia.concytec.gob.pe	3%
2	Internet	
	dspace.utb.edu.ec	1%
3	Internet	
	dspace.unl.edu.ec	<1%
4	Internet	
	repositorio.utn.edu.ec	<1%
5	Internet	
	repositorio.eesppjSCO.edu.pe	<1%
6	Internet	
	repositorio.unap.edu.pe	<1%

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

PROGRAMA FORMACIÓN INICIAL DOCENTE

PROGRAMA DE ESTUDIOS

EDUCACIÓN FÍSICA



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” – Huanta, 2025.

Para obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación

AUTOR

CCOCHACHI TAYPE, Carlos Jefferson

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-8328-1849>

ASESOR

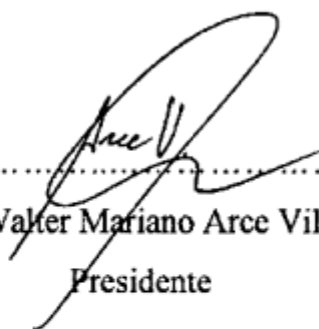
Mg. PINEDA TAPIA, Freddy Ronald

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

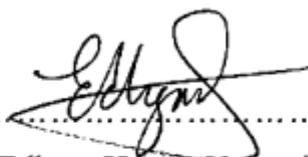
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Actividad Física y Recreación

**HUANTA – AYACUCHO - PERÚ
2026**



.....
Dr. Walter Mariano Arce Villar
Presidente



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



.....
Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo
Vocal

Con amor a Dios y a toda mi familia quienes me apoyaron para lograr mi carrera profesional.

Carlos Ccochachi

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradecer a Dios por brindarme salud para lograr terminar dichosamente mis propósitos perfilados en el sendero de la vida.

En lugar, un agradecimiento profundo a la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Cavero Ovalle” por acogernos en sus prestigiosas aulas durante los cinco años de estudio y brindarnos una oportunidad en la formación de docentes competentes con el objetivo de servir a la sociedad y principalmente permitir lograr mis sueños alcanzados.

Asimismo, a los profesores de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Cavero Ovalle” por habernos enseñado día a día con vocación en las distintas materias con el fin de formar docentes competentes y capaces de afrontar los obstáculos de la vida.

A las diversas autoridades de la prestigiosa Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, Ayacucho.

A los estudiantes del cuarto grado de secundaria, por haber permitido llevar a cabo la presente investigación, agradecido completamente por su cooperación.

A toda mi familia y amigos por su apoyo incondicional durante todos los años de estudio, con el cual estaré agradecido eternamente.

PRESENTACIÓN

Señores del jurado examinador, presento ante ustedes la tesis: Resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025, cuyo objetivo es: Describir el nivel de resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la institución educativa “González Vigil” – Huanta, 2025, en cumplimiento al Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados o Títulos Institucional para obtener el Grado Académico de Bachiller en el programa de estudios de Educación Física en la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José salvador Caverro Ovalle” de Huanta.

Esperando cumplir con los requisitos aprobación.

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD


Yo, Ccochachi Taype, Carlos Jefferson identificado con DNI N.º 70424033, egresado del Programa de Estudios de Educación Física de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Caveró Ovalle” de Huanta, autor del trabajo de Investigación titulada: Resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025, al amparo de la Ley N.º 27444, Ley del Procedimiento Administrativo General y demás normas conexas, declaro Bajo Juramento lo siguiente:

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

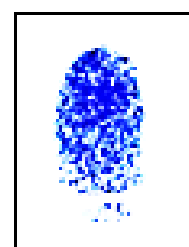
Si, el presente trabajo de investigación fuese aprobado para su publicación en una revista institucional u otro documento de difusión, autorizo a la Escuela, la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga esta casa superior de estudios.

Huanta, 15 de abril 2026

Firma y huella.



CCOCHACHI TAYPE, Carlos Jefferson
DNI N.º 70424033



ÍNDICE DE CONTENIDO

PÁGINA DE JURADO	ix
DEDICATORIA.....	¡Error! Marcador no definido.
AGRADECIMIENTO	iv
PRESENTACIÓN	v
DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD	vi
ÍNDICE DE CONTENIDO	vii
INDICE DE ANEXOS	x
INDICE DE TABLAS.....	xi
RESUMEN	xii
ABSTRAC.....	xiii
INTRODUCCIÓN.....	xiv

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del Problema.....	15
1.2. Formulación del Problema	17
1.2.1. Problema General	17
1.2.2. Problemas Específicos.....	18
1.3. Justificación e Importancia.....	18
1.3.1. Justificación Teórica.....	18
1.3.2. Justificación Práctica	18
1.3.3. Justificación Metodológica.....	18
1.4. Objetivos.....	19
1.4.1. Objetivo General	19
1.4.2. Objetivos Específicos	19
1.5. Limitaciones de la Investigación	19

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. Antecedentes del Problema	20
2.1.1. Antecedente Internacional	20

2.1.2	Antecedente Nacional.....	21
2.1.3.	Antecedente Regional.....	23
2.2.	Bases Teóricas	23
2.2.1.	Resistencia Futbolística.....	23
2.2.2.	Clasificación de la Resistencia en el Fútbol.....	24
2.2.3.	Vínculo entre las Capacidades de Resistencia y las Capacidades Condicionales.....	25
2.2.4	Tipos de Resistencia.....	25
2.2.5.	Importancia de la Resistencia en el Rendimiento Deportivo	28
2.2.6.	Métodos de Entrenamiento de la Resistencia.....	29
2.2.7.	Evaluación de la Resistencia en el Fútbol	30
2.2.8.	Factores que Afectan la Resistencia en el Fútbol.....	31
2.2.9.	Impacto de la Resistencia en el Rendimiento de los Futbolistas.....	32
2.3.	Definición de Términos Básicos	32
2.4.	Variables y Dimensiones.....	33
2.5.	Operacionalización de las Variables y Dimensiones de Estudio.....	34

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.	Tipo y Nivel de Investigación	35
3.1.1.	Tipo de Investigación	35
3.1.2.	Nivel de Investigación.....	35
3.2.	Método de Estudio.....	36
3.3.	Diseño de Investigación	36
3.4.	Población y Muestra	37
3.4.1.	Población.....	37
3.4.2.	Muestra.....	37
3.5.	Técnicas de Muestreo.....	38

3.6.	Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos.....	38
3.7.	Técnicas de Procesamiento y Análisis e Interpretación de Datos	40
3.8.	Aspectos Éticos	40

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

4.1.	Presentación y Descripción de los Resultados	41
4.2.	A Nivel Descriptivo.....	41
4.3.	Discusión de Resultados.....	43
	CONCLUSIONES.....	45
	RECOMENDACIONES	46
	Referencias	47

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Resolución de Aprobación de Proyecto de Investigación.	52
Anexo 2 Resolución de expedito.....	56
Anexo 3 Resolución de fecha de sustentación.	59
Anexo 4 Resolución de miembros del jurado.....	61
Anexo 5 Matriz de consistencia	63
Anexo 6 Cuadro de operacionalización de variables título.....	64
Anexo 7 Matriz Instrumental.....	66
Anexo 8 Instrumento de recolección de datos.....	68
Anexo 9. Validación por juicio de expertos	69
Anexo 10. Instrumentos de recolección de datos	72
Anexo 11 Prueba de confiabilidad	73
Anexo 12 Autorización para la aplicación de instrumentos.....	74
Anexo 13 Fotográfico.....	75

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de estudio del cuarto de secundaria	37
Tabla 2 Muestra de estudio del cuarto grado “A” de secundaria	38
Tabla 3 Técnica e Instrumento de recolección de datos.....	39
Tabla 4 Validación del instrumento por juicio de expertos.....	39
Tabla 5 Estadística de fiabilidad.....	40
Tabla 6 Resultado del nivel de la resistencia futbolística.....	41
Tabla 7 Resultado del nivel de la resistencia aeróbica	42
Tabla 8 Resultado del nivel de la resistencia anaeróbica	42
Tabla 9 Resultado del nivel de la resistencia física	43

RESUMEN

La presente investigación titulada: Resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” -Huanta, 2025, tuvo como objetivo: Describir el nivel de resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “Gonzales Vigil” – Huanta, 2025, la investigación fue de tipo básica, con un nivel descriptivo, diseño descriptivo simple, la población estuvo compuesta por 48 estudiantes del 4to grado “A” y “B”, la muestra lo conformo 22 estudiantes del 4to grado “A”, se utilizó la técnica de la observación y una ficha de observación como instrumento. Los resultados descriptivos a nivel general de la resistencia futbolística fueron que, el 0% (0 estudiantes) se encuentra en el nivel bajo, el 100% (22 estudiantes) se encuentra en el nivel medio y el 0% (0 estudiantes) se encuentra en el nivel alto. Se concluye que, el nivel de la resistencia futbolística se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en el nivel medio (100%). en los estudiantes de 4to grado “A” de secundaria.

Palabras clave: Resistencia, fútbol, aeróbico, anaeróbico, físico.

ABSTRAC

The present research entitled: Soccer resistance in fourth-grade students at the González Vigil Educational Institution - Huanta, 2025, had the objective: To describe the level of soccer resistance in fourth-grade students at the González Vigil Educational Institution - Huanta, 2025, the research was of a basic type, with a descriptive level, simple descriptive design, the population was made up of 48 students from the 4th grade "A" and "B", the sample consisted of 22 students from the 4th grade "A", the observation technique and an observation sheet were used as an instrument. The descriptive results at the general level of soccer resistance were that 0% (0 students) are at the low level, 100% (22 students) are at the medium level and 0% (0 students) are at the high level. It is concluded that the level of soccer resistance is located most frequently and percentage at the medium level (100%). among 4th grade "A" secondary school students.

Keywords: Endurance, soccer, aerobic, anaerobic, physical.

INTRODUCCIÓN

Desarrollar la resistencia futbolística es fundamental para obtener un rendimiento físico deportivo en los estudiantes, por lo cual su correcta y adecuada enseñanza es vital para formar no solo deportistas sino personas con una salud y bienestar de calidad. Por ende, el trabajo de investigación tiene como objetivo: Describir el nivel de resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” – Huanta, 2025.

La presente investigación tiene cuatro capítulos de manera organizada las cuales son:

Capítulo I; se encuentra la descripción del problema, también la formulación de los problemas y objetivos, asimismo la justificación y por último las limitaciones investigativas.

Capítulo II; encontramos a los antecedentes de estudio, las bases teóricas, también están las definiciones conceptuales y como último, la operacionalización de la variable.

Capítulo III; se puntualiza todo respecto a la metodología, ahí está el tipo de investigación, el nivel, método, diseño empleado, la población y muestra de estudio, también, la técnica e instrumento y las técnicas de análisis y procesamientos de los datos.

Capítulo IV; se describe los resultados y análisis obtenidos de la investigación y, por último, la discusión de los resultados.

En la parte final se hallan las conclusiones, recomendaciones y los anexos del trabajo investigativo.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del Problema

En el ámbito internacional, la resistencia futbolística es uno de los factores muy importantes en el rendimiento físico de los deportistas, principalmente si se trata de nivel internacional, en el cual los deportistas deben enfrentarse a situaciones de suma exigencia en el aspecto físico y táctico de acuerdo a la intensidad del juego. Asimismo, los jugadores para poder conservar un óptimo rendimiento durante los 90 minutos de juego, y en casos excepcionales de tiempos adicionales o extras, dependen de una buena resistencia aeróbica y anaeróbica.

Por su parte, Stolen (2005) menciona que el fútbol es uno de los deportes que demanda una buena combinación de resistencia aeróbica con el fin de poder aguantar esfuerzos extensos y la anaeróbica para los movimientos fuertes o explosivos.

Dicho esto, se recalca la importancia de poder realizar un óptimo entrenamiento y evaluar ambos tipos de resistencia con el objetivo de conseguir un rendimiento físico y táctico completo.

En el contexto peruano, la resistencia en el fútbol ha sido un pilar esencial tanto en aspectos físicos como también en su capacidad de afrontar desafíos, mayormente para tener una excelente resistencia se debe armonizar esfuerzos de baja y alta intensidad en un entrenamiento continuo. Según los autores Portal y Vásquez (2018) en su estudio mencionan que, a una mejor y mayor alimentación de carbohidratos, mejor será la resistencia.

Por otra parte, Gonzales (2019) detalla que “el fútbol peruano no tiene un buen nivel de preparación física en la categoría internacional, esto debido al compromiso de cultura de entrenamiento” (p. 82).

El fútbol peruano tiene limitaciones a nivel internacional por su baja resistencia física, esto debido a que los futbolistas peruanos suelen mostrar problemas para conservar la velocidad, intensidad y la resistencia durante el partido, principalmente en contextos de suma exigencia físico deportivo. También la preparación física de los deportistas peruanos tiene falencias técnicas, estructurales y metodológicas, por ello muchos de los clubes no consideran planes de gestión, ni equipos interdisciplinarios, frente a ello limita la capacidad de los jugadores para los partidos.

En la región de Ayacucho, la resistencia en el fútbol es baja, esto se puede evidenciar en las etapas de los partidos a nivel profesional, mostrando un desempeño desastroso. Nuestro representante de Ayacucho FC en su temporada del 2022, sufrió consecutivas derrotas lo cual terminó en su descenso a la Liga 2. Esto sucedió por no tener un buen rendimiento y preparación física deportiva, la falta de capacidades y sobre todo el espíritu de lucha en sus deportistas. La mezcla de todos estos aspectos muestra una baja resistencia en el fútbol Ayacuchano, es un reto o desafío poner una suma atención en la formación de jóvenes deportistas y formar talentos con un buen rendimiento.

A nivel de la localidad de Huanta, hay varios clubes deportivos y han participado en numerosas ediciones de la Copa Perú, consiguiendo alcanzar etapas provinciales y departamentales, sin embargo, la mayoría de los clubes que llegan a etapas posteriores se ven enfrentados a situaciones desafiantes en cuanto al rendimiento físico, esto restringe su capacidad de lograr progresar en la competencia. Por ende, la formación de jóvenes futbolistas en la provincia de Huanta también se evidenció con deficiencias en la resistencia física, esto es crucial para su rendimiento en los partidos, puesto que si no hay mejoras en sus capacidades su desempeño en el campo será pésimo, por ello, una correcta implantación de ejercicios aeróbicos y anaeróbicos son fundamentales en su preparación integral deportiva.

Asimismo, en la Institución Educativa “González Vigil”, la resistencia futbolista en los estudiantes del cuarto de secundaria aun es preocupante, esto se puede notar tanto en las competencias internas e inter escolares, donde se evidencia un desempeño bajo por

falta de una preparación adecuada por parte de los formadores, es correcto que los docentes de Educación Física no son preparadores técnicos, pero está en ellos la labor de preparar a sus estudiantes en las competencias.

La falta de resistencia en el fútbol se debe sobre todo a un entrenamiento físico deficiente, que se distingue por la carencia o insuficiencia de ejercicios dirigidos a mejorar las habilidades aeróbicas y anaeróbicas. Además, la incorrecta organización de las cargas de trabajo, el exceso de entrenamiento, una alimentación inadecuada y la ausencia de recuperación tienen un efecto negativo en la habilidad del futbolista para mantener esfuerzos a largo plazo durante el partido. A estos factores se les añade la escasa aptitud física general y el reducido ajuste del cuerpo a las exigencias concretas del fútbol, lo que provoca una aparición precoz de la fatiga y una baja en el rendimiento deportivo.

La implementación de programas de entrenamiento organizados que incrementen gradual y simultáneamente la resistencia anaeróbica y aeróbica, a través de ejercicios continuos, interválicos y contextos auténticos de juego, es el fundamento de la prevención de una baja resistencia futbolística. Asimismo, se estima fundamental mantener una adecuada hidratación y alimentación, así como respetar los períodos de recuperación y descanso que posibiliten la adecuada adaptación del cuerpo. Para mejorar el desempeño físico y evitar que el jugador de fútbol se fatigue en exceso, es importante supervisar profesionalmente, controlar las cargas de entrenamiento y realizar evaluaciones periódicas.

En síntesis, este trabajo investigativo tiene como objetivo proporcionar de manera notoria y minuciosa los diferentes factores que influyen para una buena resistencia futbolística y de esta manera poder forjar y facilitar conocimientos que permitan optimizar un rendimiento óptimo en el fútbol.

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Problema General

¿Qué nivel de resistencia futbolística presentan los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil”–Huanta, 2025?

1.2.2. Problemas Específicos

- ¿Qué nivel de resistencia aeróbica presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” –¿Huanta, 2025?
- ¿Qué nivel de resistencia anaeróbica presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” – ¿Huanta, 2025?
- ¿Qué nivel de resistencia física presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” – ¿Huanta, 2025?

1.3. Justificación e Importancia

1.3.1. Justificación Teórica

Esta investigación justifica la importancia de la resistencia futbolística en el rendimiento físico deportivo en los estudiantes de secundaria, fundamentándose con teorías y autores de Bangsbo y Stolen sobre la variable estudiada. De tal manera también, la resistencia futbolística se registra como la aeróbica, anaeróbica y física son esenciales para desarrollar un óptimo rendimiento y preparación integral. El objetivo de estudio es realizar una descripción y lograr identificar la resistencia futbolística en los estudiantes de la Institución Educativa “González Vigil” con el fin de poder apoyar y mejorar su rendimiento.

1.3.2. Justificación Práctica

Este estudio sobre la resistencia futbolística en los estudiantes de la Institución Educativa “González Vigil” nos dará acceso a poder estar al tanto sobre el rendimiento físico deportivos, lo que nos podrá favorecer a los docentes del área de educación física a poder apoyar en su resistencia. Asimismo, nos permitirá comprender su influencia en no solo rendimiento físico, también en lo táctico y técnico, de esta manera se podrá optimizar mejor los conocimientos de entrenamiento deportivo para mejorar eficazmente.

1.3.3. Justificación Metodológica

Esta investigación de la resistencia futbolística en la Institución Educativa “González Vigil” será de un enfoque cuantitativo, asimismo tendrá un diseño descriptivo

con el cual se conseguirá datos de manera rápida. En cuanto a la recolección de datos se utilizará una guía de observación y el muestreo será intencionado. Para el análisis de datos se utilizará una estadística descriptiva que tiene como fin verificar modelos en la resistencia futbolística que se hace presente con una descripción precisa y concisa de la resistencia de los estudiantes.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

Describir el nivel de resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” – Huanta, 2025.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Describir el nivel de resistencia aeróbica que presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” – Huanta, 2025.
- Describir el nivel de resistencia anaeróbica que presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” – Huanta, 2025.
- Describir nivel de resistencia física que presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “González Vigil” – Huanta, 2025.

1.5. Limitaciones de la Investigación

Metodológica. Al ser una investigación descriptiva con una sola variable, poco se encontró en los repositorios información actualizada respecto a mi tema investigativa, dificultando el avance del trabajo.

Tiempo. Para avanzar y desarrollar el trabajo investigativo, el tiempo era un factor limitante por tema de mis practicas pre profesionales.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. Antecedentes del Problema

2.1.1. Antecedente Internacional

Gavilánez & Villegas (2024) en su trabajo de tesis *Desarrollo de la resistencia a la velocidad de corta duración: incidencia en el rendimiento competitivo del equipo de fútbol de la universidad técnica de Babahoyo*. Tesis para obtener el título en Pedagogía de la actividad física y deporte en la Universidad Técnica de Babahoyo. El objetivo fue evaluar y mejorar la resistencia de los jugadores para potenciar su desempeño competitivo en el campo de juego. La investigación fue de tipo mixto, el método cualitativo, un diseño no experimental, la población fue de 22 jugadores y la muestra de 21. Para la recolección de datos la técnica empleada es la encuesta y el instrumento fue el cuestionario. Los resultados esperados tenían como propósito revelar una comprensión más detallada del estado actual de la resistencia de los jugadores, lo que permitiría diseñar un programa de entrenamiento especializado. Se identificaron áreas de mejora y se implementaron estrategias específicas para fortalecer la resistencia a la velocidad de corta duración. Se concluye que, la evaluación exhaustiva de la resistencia reveló un compromiso notable por parte de los jugadores, con la mayoría dedicando entre 3 y 4 días por semana al entrenamiento físico, crucial para el progreso y la mejora continua en el rendimiento atlético.

Cevallos (2023) en su trabajo de tesis *Análisis de resistencia aeróbica y anaeróbica en la formación de los futbolistas de la categoría sub 15 - 18 años de la escuela formativa Chavitos Fútbol Club de la parroquia de González Suárez en el*

periodo 2021-2022. Tesis para obtener el título de licenciado en Entrenamiento Deportivo en la Universidad Técnica del Norte. El objetivo de estudio fue la formación de los deportistas y como está influye en el desarrollo de la resistencia aeróbica y anaeróbica. La investigación fue de un enfoque mixto, el tipo es descriptiva, método inductivo – deductivo, la población y muestra fue de 20 deportistas. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la escala de medición y el instrumento fue el test de Yo – Yo. El resultado, se mostró que en la resistencia anaeróbica en la categoría de 15 a 16 años demostraron una condición física anaeróbica pobre, mientras que en la resistencia aeróbica la mayoría de los deportistas estuvieron en la puntuación de inferior a la media según los baremos de barrio. Se concluye que, Con los resultados de la investigación se mostró que en la resistencia anaeróbica en la categoría de 15 a 16 años demostraron una condición física anaeróbica pobre, mientras que en la resistencia aeróbica la mayoría de los deportistas estuvieron en la puntuación de inferior a la media según os baremos de Barrio (2019).

Placencia (2024) en su trabajo de tesis *La resistencia anaeróbica y su influencia en el rendimiento físico de los árbitros profesionales de fútbol de la provincia de Loja, 2023-2024*. Tesis para obtener el Título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte. El objetivo fue desarrollar la resistencia anaerobia buscando mejorar el rendimiento físico de los Árbitros Profesionales de Fútbol de la Provincia de Loja, 2023-2024. La investigación fue de un enfoque mixto, diseño cuasiexperimental, alcance correlacional, método inductivo e interválico, la población y muestra fue de 60 árbitros. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la observación y el instrumento fue el test de Cooper. Los resultados al finalizar el plan de entrenamiento se aplicó un post-test progresos en los aspectos físicos antes mencionados, hasta el punto de ubicarse en una media de 2700 y 3100 metros, entrando en una escala de valoración de muy buena y excepcional. Se concluye que antes de la aplicación del plan de entrenamiento existían falencia con respecto al desarrollo de la resistencia anaerobia y su incidencia en el rendimiento físico, en cambio, post aplicación del plan de entrenamiento se mejoró en estos aspectos, demostrando así la efectividad del entrenamiento de la resistencia anaerobia.

2.1.2 Antecedente Nacional

Jiménez (2023) en su trabajo de tesis *Programa de entrenamiento para desarrollar la resistencia aeróbica del equipo de fútbol de la Institución Educativa*

Privada Blas Pascal de la ciudad de Juliaca año 2022. Tesis para obtener el título de licenciado en Educación Física en la Universidad Nacional del Altiplano de Puno. El objetivo fue determinar el nivel de eficacia del programada de entrenamiento para desarrollar la resistencia aeróbica del equipo de futbol de la Institución Educativa Privada Blass Pascal de la Ciudad de Juliaca año 2022. La investigación fue de enfoque cuantitativo, tipo aplicada, un nivel explicativo, diseño pre experimental, la población y muestra es de 16 estudiantes. Como resultados se evidencia según la tabla y figura en el pres test empezaron con una condición mala y mediano con un 93.80% luego de aplicar el programa de entrenamiento con micro ciclos periodos preparatorio, competitivo y transitorio, lo cual tuvo una duración de 3 meses, frecuencia por 3 veces por semana, tipos de ejercicio, nivel de adaptación de los deportistas, alto volumen de trabajo con una intensidad sensible, fuerza y resistencia; fortalecer fuerza y resistencia con intensidad media y alta; volumen con alta intensidad físicas y técnicas; también se tomó el pos test de cooper donde subieron a la categoría buena y excelente con un 43.80 % y 50.00% donde se evidencia una mejoría considerable en el nivel de resistencia aeróbica Para la recolección de datos la técnica fue la observación y el instrumento es test de Cooper. Se concluyó que, en pres test empezaron con una condición mala y mediano con un 93.80% luego de aplicar el programa de entrenamiento en el post test de Cooper donde subieron a la categoría buena y excelente con un 43.80 % y 50.00% donde se evidencia una mejoría considerable en el nivel de resistencia aeróbica.

Alarcón (2021) en su trabajo de tesis *Entrenamiento del core abdominal y resistencia física de los futbolistas del club deportivo Carlos Alberto Manucci de Lima – 2021.* Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciado en Tecnología Médica con Especialidad en Terapia Física y Rehabilitación en la Universidad Continental. El objetivo fue determinar la relación del entrenamiento del Core abdominal y resistencia física de los futbolistas del club deportivo Carlos Alberto Manucci de Lima – 2021. La investigación fue de tipo aplicada, nivel correlacional, diseño no experimental- transeccional- correlacional, la población fue de 65 futbolistas y la muestra de 56. Para la recolección de datos se empleó la técnica de observación y el instrumento fue el Test de Ruffier-Dickson. El resultado es lo siguiente, los deportistas presentaron un promedio de 23,5 años, respecto al tiempo de la evaluación muscular global del Core (sumatoria de tiempos de contracción de las pruebas funcionales), registrando una media de $438,4 \pm 48,4$ segundos de contracción; así mismo la mayoría de los deportistas evaluados (57%)

se encontraban aptos para el acondicionamiento físico y solo el 8% se encontraba en un estado físico óptimo. En conclusión, existe una relación inversamente proporcional entre el entrenamiento del Core abdominal en la resistencia física de los futbolistas del Club Deportivo Carlos A. Manucci en Lima – 2021.

2.1.3. Antecedente Regional

Una vez haber realizado una ardua y completa indagación de los trabajos investigativos, tanto en repositorios de las universidades públicas y privadas, así como también en las bibliotecas institucionales de las escuelas e institutos de la región de Ayacucho, no se lograron encontrar trabajos previamente ejecutados que tenga relación a la resistencia futbolística.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Resistencia Futbolística

La resistencia pertenece a una de las capacidades físicas que son importantes dentro del fútbol como también en otros deportes generales, puesto que admite a los deportistas poder tener un alto rendimiento físico deportivo durante los 90 minutos de juego en el partido y en casos determinado los tiempos extras o adicionales. Para ello, los jugadores deben tener una rigurosa preparación en la resistencia, lo cual no solo se trata de correr distancias extensas, sino de tener la capacidad de hacer esfuerzos físicos repetidos de intensidad alta durante el partido.

Según el autor Galarza (2022) menciona que la resistencia admite al ser humano poder ejecutar una específica actividad física por un tiempo largo de manera eficaz. Además, la resistencia está sujeta a otros estados de fatiga, como lo afirman los especialistas que la resistencia pelea en contra de la fatiga.

Para poder obtener un buen resultado en el rendimiento del partido, lo necesario es trabajar arduamente en la resistencia, la preparación para evitar el cansancio y un desgaste físico es realizar ejercicios de intensidad alta y moderada, de esta manera estar preparado para el juego futbolístico.

Por otro lado, López (2018) define desde un punto más extensa, que la resistencia es la capacidad de poder ejecutar una fuerza con el objetivo de soportar la mayor duración en un período determinado posible.

La resistencia es poder realizar una determinada fuerza hacia algo, con el fin de aguantar o resistir un tiempo explícito, asimismo es la capacidad de ejecutar una actividad o ejercicio durante un largo periodo, al final el cuerpo produce cansancio y fatiga.

2.2.2. Clasificación de la Resistencia en el Fútbol

Para la resistencia futbolística en los deportistas, se debe tener en cuenta la preparación adecuada de un entrenamiento con el propósito de conservar actividades o esfuerzos extensos y de profunda intensidad durante el tiempo del juego.

Dentro de las capacidades de resistencia se pueden encontrar:

Funciones de las Capacidades de Resistencia. En esta función de las capacidades se destacan la:

Resistencia Básica. Capacidad del ser humano de poder aguantar la fatiga cuando se desarrollan esfuerzos de extensa duración y la misma no recurre hacer uso del metabolismo anaeróbico, más de lo contrario, depende de la cantidad de oxígeno que absorbe para tener un nivel de rendimiento óptimo.

Resistencia Competitiva. También es entendida como la capacidad del hombre de soportar la fatiga cuando la misma está sujeta a las exigencias particulares de una disciplina deportiva, asimismo se encuentra en situaciones de competencia (resistencia corta, moderada y larga duración).

Tiempo de Duración de la Carga Competitiva. En el tiempo de duración podemos distinguir a tres tipos de resistencias:

Corta Duración. Prevalece el metabolismo anaeróbico, donde la capacidad del practicante debe ser dominante a los trabajos o esfuerzos realizados entre los tiempos de 45 segundos – 2 minutos sin agotarse demasiado.

Media Duración. En este tipo de duración el practicante debe tener la capacidad resistir cargas de entre 2 – 11 minutos, aquí también no debe fatigarse mucho, pero si necesita exigencias mayores a ambos metabolismos (aeróbico y anaeróbico).

Larga Duración. En esta duración si influye el metabolismo aeróbico, esto debido a que el deportista debe tener la capacidad necesaria de sobreponerse a los trabajos o esfuerzos de 11 minutos a muchas horas y esto también debe realizarlo sin agotarse demasiado.

2.2.3. Vínculo entre las Capacidades de Resistencia y las Capacidades Condicionales.

Si bien es cierto que todo tipo de actividad física debe tener conexión con diferentes capacidades, habilidades, cualidades, etc. con el objetivo de desenvolverse mejor, asimismo podemos encontrar como:

Capacidad de Velocidad Resistencia. El deportista debe tener la capacidad suficiente de sobrellevar cargas a velocidades muy intensivas (máxima) sin agotarse excesivamente, aquí influye el metabolismo anaeróbico.

La Capacidad de Fuerza- Resistencia. Aquí el deportista debe también tener la capacidad necesaria de ser dominante y su cansancio no debe excederse más de lo adecuado.

Para los autores Shepard & Astrand (2018) detallan que la capacidad física de la resistencia es fundamental para el organismo, de tal manera que debe tolerar y resistir el cansancio o la fatiga después de realizar una actividad física de máxima intensidad en un tiempo largo, además su recuperación debe ser apresurada después de lo hecho. La capacidad de la resistencia se descompone en dos aspectos: la resistencia aeróbica y anaeróbica.

Entonces podemos definir a la resistencia que es la capacidad del cuerpo de soportar y afrontar ejercicios explosivos durante un espacio limitado, asimismo luchar en recuperar el cansancio agotado.

2.2.4 Tipos de Resistencia

Resistencia Aeróbica. Distinguida también como capacidad aeróbica, es la encargada de utilizar el oxígeno como fuente fundamental de energía con el propósito de ejecutar una serie de actividades de intensidad alta, moderada o baja durante un tiempo extendido.

Para los autores López & Cuaspa (2018) nos explican que la resistencia aeróbica intrínsecamente en la actividad física es de suma interés, lo cual influye directamente en el aspecto de la salud de la persona que lo practica, asimismo siendo una capacidad física condicional, permite al deportista la realización de una serie de actividades o ejercicios físicos en un tiempo amplio con ciertas intensidades de trabajo sin limitaciones de la eficacia, produciendo consigo la mejoría en el proceso metabólico energético dando así una efectiva modificación en el sistema pulmonar y cardiovascular.

En la actividad física es necesario y benéfico gozar de una buena salud, para ello la práctica de los deportes es uno de los pilares esenciales, acompañada también de la capacidad aeróbica en su ejecución de ejercicios físicos teniendo en cuenta los procesos de intensidad para su correcta aplicación, de esa manera progresará su rendimiento en su sistema cardiovascular y pulmonar en el cuerpo.

Por otra parte, Ravinovich (2021) señala que la capacidad de la resistencia aeróbica radica su importancia en el sistema vascular y el corazón, en donde estas deben funcionar correctamente para ejecutar actividades físicas en extensos tiempos, esfuerzos controlados, mínima fatiga y un instante recuperación.

Para el autor Galera (2013) menciona que “la resistencia aeróbica es la capacidad física de ejecutar esfuerzos continuos de exigencia en su intensidad conservando equilibradamente la respiración contribuida del aire” (p. 79).

Cabe recalcar, la importancia de la realización y practica de la resistencia aeróbica, asimismo es la capacidad que debe tener el sistema cardiovascular para desarrollar ciertas actividades de larga duración destinadas al rendimiento físico, para ello su funcionamiento debe ser buena para evitar la fatiga y su recuperación tiene que ser ligera.

Resistencia Anaeróbica. La resistencia anaeróbica tiene como capacidad fundamental poder ejecutar esfuerzos físicos de una intensidad alta en un corto tiempo sin recurrir al oxígeno muscular, asimismo realizando procesos anaeróbicos se obtiene la energía.

Según Carrera (2018) la resistencia anaeróbica durante la realización de ciertas actividades físicas intensos provoca la necesidad de oxígeno en el periodo máximo determinado, por lo que la demanda de oxígeno debe ser recuperado una vez concluida dicha actividad.

Por otra parte, la resistencia anaeróbica es poder soportar esfuerzos grandes en una duración menor que en la resistencia aeróbica, además exige cierta cantidad de oxígeno que ni el sistema cardiovascular son capaces de proporcionar.

Mismo autor, Carrera (2018) menciona que después de culminar el trabajo de la resistencia anaeróbica, el pulso del ritmo cardíaco demora en retornar a la normalidad, debido a que los mismos músculos siguen careciendo de oxígeno para poder restablecerse por completo.

Se reconocen como resistencia anaeróbica a los ejercicios que demanden en alta intensidad y que la misma no se ejerza más de 3 minutos aproximadamente. Por tal motivo la recuperación tarda mucho al efectuar dicho esfuerzo físico, puesto que no es igual a la resistencia aeróbica.

Anaeróbica Láctica. También definido con el nombre de sistema glucolítico, es la encargada de generar o producir energía (ATP) a través de la glucosa por vía metabólica, además ésta no necesita el oxígeno para crear el ácido láctico. Asimismo, este sistema es esencial para realizar esfuerzos intensivos (30 – 40 segundos) y menor duración.

McArdle et al. (2015). La resistencia anaeróbica láctica se presenta durante ejercicios de alta intensidad y corta duración, aproximadamente entre 20 y 120 segundos, en los cuales la producción de energía depende principalmente de la glucólisis anaeróbica. En este proceso, el glucógeno muscular constituye la principal fuente de combustible, y como resultado de su degradación se produce lactato, lo que se asocia con la fatiga muscular

Hidratos de Carbono o Carbohidratos. Los hidratos son fuentes vitales de combustible al momento de ejecutar actividades de extensos trayectos, proporciona glucosa a los músculos y de esta manera evita el cansancio o la fatiga accediendo a preservar el rendimiento físico deportivo en las personas. Para la obtención de ATP (Adenosín Tri Fosfato) como fuente de energía el glucógeno se debe descomponer.

Además, se puede mencionar que el ácido láctico no llega a ser el responsable de la fatiga, más de lo contrario, el ácido láctico es de mucha utilidad para el movimiento y esfuerzo del músculo, las cuales siguen produciendo energía, sin embargo, dicho proceso reduce el potencial de hidrógeno, causando una reacción negativa en los músculos como son las contracturas o los calambres

Anaeróbica Aláctica. La resistencia anaeróbica aláctica posee como capacidad poder ejecutar los esfuerzos de alto nivel sin la necesidad de oxígeno y la misma tampoco acumula el ácido láctico, el tiempo de duración es demasiado corto, habitualmente esta menos de 10 – 15 segundos. Asimismo, para adquirir la energía hace uso de la vía fosfocreatina como fuente transcendental.

Por otra parte, los autores Astrand & Rodahl (2019) indican que la resistencia anaeróbica aláctica:

No siempre está sujeta en el deporte del fútbol, sin embargo, tampoco se le puede obviar en diferentes estudios, además la misma se entiende que no produce sustancias del ácido láctico y su intensidad es de un nivel sumamente alto, teniendo en cuenta que su tiempo de duración es baja (0 – 16 segundos), es decir, el período del tiempo no es largo y el uso de oxígeno no es necesario al momento de trabajar, podemos tener algunos ejemplos en la pliometría o saltos múltiples.

Así también, cabe detallar que para la adquisición de energía es necesaria la mezcla química entre la fosfocreatina y el ATP, ambas fuentes son de corta duración, no obstante, su reacción es muy acelerada y la cantidad es mínima.

Por lo dicho, la resistencia anaeróbica aláctica mejora la capacidad de los deportistas para realizar movimientos o acciones físicas a un nivel intensivo durante cortos periodos de tiempo, sin poder almacenar el ácido láctico.

Resistencia Física. La resistencia física permite a los deportistas sostener esfuerzos prolongados y cortos de alta intensidad haciendo su rápida recuperación en las diferentes acciones.

Poole & Jones (2017). "La resistencia física es una capacidad multifacética que se define como la habilidad para mantener una actividad física prolongada. Depende críticamente de la eficiencia de los sistemas cardiovascular, respiratorio y musculoesquelético, así como de las adaptaciones metabólicas que optimizan la producción de energía"

La resistencia física es la capacidad psicofisiológica de un organismo para soportar y mantener un esfuerzo de intensidad media o baja durante el mayor tiempo posible, retardando la aparición de la fatiga y facilitando una rápida recuperación posterior. Esta capacidad condicional del rendimiento humano involucra múltiples sistemas: cardiovascular, respiratorio, muscular y metabólico, y se manifiesta en diferentes formas.

2.2.5. Importancia de la Resistencia en el Rendimiento Deportivo

Para la obtención de una buena resistencia es necesario tener una correcta preparación, de esta manera los futbolistas conservan un nivel alto en su rendimiento físico en todo el tiempo del partido, permitiendo evitar de igual manera los riesgos a las lesiones, reduce el cansancio y la fatiga. Al mismo tiempo, con una adecuada resistencia se logra favorecer a tener una mejoría en la capacidad de la recuperación entre los

esfuerzos moderados o intensivos, lo cual es fundamental en los deportes que generan alta petición de energía como lo es el fútbol.

La condición física comprende un conjunto de cualidades que incluyen tanto capacidades condicionales como la fuerza, la velocidad y la resistencia, así como capacidades coordinativas, entre las que se encuentran la flexibilidad, la coordinación y el equilibrio, las cuales en conjunto determinan el rendimiento físico general del individuo (Weineck, 2005).

Cuando se habla de rendimiento físico deportivo, debemos saber que involucra de manera global a todas las capacidades (físicas, coordinativas, condicionales, etc.), habilidades (motrices, básicas, específicas, etc.) las cuales son muy importantes al momento de practicar cualquier deporte y entender mejor de que se está realizando y cuáles serán los beneficios que se obtendrá.

El rendimiento físico depende de la capacidad funcional de los sistemas energéticos del organismo y de la eficiencia muscular, estando condicionado tanto por la herencia genética como por el entrenamiento y la educación física recibida (Weineck, 2005).

Entonces podemos afirmar que el desempeño o rendimiento físico deportivo de un practicante en distinto deporte, está vinculada con el metabolismo de cada persona en relación a cada actividad física deportiva que ejecuta o practica el mismo, de esa manera es desigual la intensidad de carga que se está desarrollando.

2.2.6. *Métodos de Entrenamiento de la Resistencia*

El entrenamiento de la resistencia es una porción muy importante en la formación del entrenamiento de todas las personas que lo practican, esto se refleja de como cada persona se desenvuelve dentro del campo durante el entrenamiento.

Según Brooks y Fahey (2005), la aplicación de intensidades moderadas durante el entrenamiento resulta más eficaz para el desarrollo de la resistencia aeróbica. Este planteamiento se fundamenta en estudios realizados con atletas sometidos a pruebas de carrera continua a niveles de velocidad hasta alcanzar el agotamiento, lo que permitió identificar que trabajar por debajo de la intensidad máxima favorece mejores adaptaciones fisiológicas.

Entrenamiento Continuo. En el entrenamiento continuo se trata de poder desarrollar ejercicios o actividades con una intensidad progresiva desde la baja a la moderada en tiempos extensos. En este tipo de entrenamiento se hace uso especialmente de la energía aeróbica, debido a que este método influye directamente a la resistencia aeróbica en general y también mejora la eficacia del sistema vascular y el corazón.

El entrenamiento continuo en los deportistas produce adaptaciones fisiológicas que mejoran la resistencia, caracterizándose por una disminución de la frecuencia cardíaca, una menor ventilación pulmonar y un uso más eficiente del oxígeno durante la actividad física, lo que optimiza el rendimiento en esfuerzos prolongados (Åstrand & Rodahl, 2003).

Por lo afirmado, según los autores nos señalan que los trabajos que están conectados con la carrera de velocidades favorecen a optimizar de manera significativa la resistencia, aunque esto depende mucho de la intensidad que se está ejecutando, asimismo en cuanto a la recuperación del deportista se da de manera rápida debido a que se hace poco uso del oxígeno.

Entrenamiento Interválico de Alta Intensidad (HIIT). Este tipo de entrenamiento de alta intensidad o conocido también como (HIIT) se basa principalmente en realizar esfuerzos físicos máximas en intervalos, con tiempo de respiro o actividad de intensidad menor. Con este método se logra optimizar ambas resistencias (aeróbica y anaeróbica), es efectivo también replicar principalmente en las exigencias que demanda el deporte del fútbol.

Entrenamiento de la Capacidad de Repetir Sprints (RSA). En este entrenamiento, poder ejecutar la capacidad de repetir sprints es una habilidad, en donde se desarrolla esfuerzos variados de una intensidad alta con tiempos limitados de recuperación. Este método de entrenamiento es trascendental para optimizar un excelente rendimiento en los ejercicios explosivos durante el tiempo del partido.

2.2.7. Evaluación de la Resistencia en el Fútbol

Pruebas de Campo. Para llegar a examinar la capacidad de la resistencia en situaciones o contextos similares a las de un partido real en los deportistas de fútbol, es necesario utilizar el test de sprints o el Yo-Yo. Estas pruebas de campo facilitan una información de suma importancia sobre el rendimiento de los jugadores para conservar esfuerzos de intensidad mayor en el tiempo del partido.

Según Reilly (2001), las pruebas de tipo Yo-Yo constituyen un método válido para evaluar la resistencia aeróbica y estimar el consumo máximo de oxígeno en deportistas. Estas pruebas son especialmente relevantes en deportes intermitentes como el fútbol y el baloncesto, ya que permiten analizar la capacidad del atleta para alternar esfuerzos de alta intensidad con periodos cortos de recuperación, reflejando de manera más precisa las demandas reales del juego.

Pruebas de Laboratorio. El propósito de estas pruebas de laboratorio es lograr analizar las exhalaciones respiratorias durante la actividad física, permitiendo calcular los diferentes parámetros fisiológicos como el consumo máximo de oxígeno (VO_2) que es la que el cuerpo puede llegar a absorber y hacer uso durante cualquier esfuerzo físico y el umbral de lactato que mide el nivel de esfuerzo que el cuerpo empieza a almacenar el ácido láctico en la sangre. Asimismo, estas pruebas nos brindan una valoración más detallada y precisa en ambas resistencias (aeróbica y anaeróbica) en los deportistas.

2.2.8. Factores que Afectan la Resistencia en el Fútbol

Factor Genético. La influencia del factor genético puede llegar a intervenir en la capacidad de la resistencia en los deportistas, sin embargo, un correcto entrenamiento puede lograr a moderar estas diferencias.

Edad. La edad es uno de los aspectos más cruciales en todos los deportistas, puesto que su rendimiento de acuerdo a su edad puede llegar a afectar disminuyendo en su capacidad de resistencia.

Sexo. En una comparación de ambos sexos, el más resaltante o dominante en tener un alto resistencia son los hombres, debido a su gran diferencia orgánica, sin embargo, con una adecuada serie de entrenamientos las mujeres pueden mejorar significativamente su condición.

Nivel de Entrenamiento. Aquellos deportistas que practican la actividad física, generalmente poseen un nivel alto en su capacidad de resistencia, esto debido a que su entrenamiento adapta al cuerpo a las exigencias o demandas de cualquier deporte y esto fortalece y mejora su optimización en su sistema muscular y cardiovascular.

Por otro lado, según Bompa & Haff, (2009), el entrenamiento se concibe como un proceso sistemático y planificado dentro de la formación del individuo, el cual debe desarrollarse de manera organizada y progresiva. Su finalidad es favorecer la adquisición

de conocimientos, habilidades, capacidades y actitudes orientadas al logro de objetivos específicos en el rendimiento deportivo.

Entonces el entrenamiento de la resistencia debe darse de manera secuencial y sistemática empezando desde lo más sencillo y llegando hasta lo más difícil, aplicando esfuerzos progresivos para lograr un óptimo desarrollo.

2.2.9. Impacto de la Resistencia en el Rendimiento de los Futbolistas

Al tener un entrenamiento y formación adecuado brinda una mejor resistencia a los futbolistas, conservando así mismo un nivel mayor en el rendimiento durante todo el periodo del partido, ejecutar los sprints continuos, preservar la concentración y realizar las habilidades técnicas con seguridad. Al mismo tiempo, al tener una correcta resistencia auxilia a prevenir lesiones y optimiza la recuperación al realizar esfuerzos intensivos.

2.3. Definición de Términos Básicos

Resistencia. Es la capacidad física que accede a un deportista poder soportar un esfuerzo extenso dentro de un partido y que la fatiga no sea apresurada.

Resistencia Aeróbica. Es la habilidad del ser humano el poder ejecutar una acción física de extenso tiempo, donde se hace el menor uso del oxígeno, como el estar en movimiento dentro de todo un partido de futbol o baloncesto.

Resistencia Anaeróbica. Es la capacidad del hombre demostrar o aguantar en esfuerzo de nivel intensivo en un menor tiempo determinado, donde el oxígeno será inferior, como so en las actividades de Sprint o intervalos de ritmo.

Capacidad Pulmonar. Es la magnitud del oxígeno que puede ser dominado y controlado por los pulmones, lo cual es de suma importancia para una óptima oxigenación en el cuerpo durante todo un partido de juego.

Frecuencia Cardíaca. Se entiende por la cantidad de pulsos o latidos que realiza el corazón en un periodo de un minuto estando en reposo, la misma que puede incrementarse al ejecutar un esfuerzo físico, con esta medición se evidencia el nivel de resistencia que posee una persona o deportista.

Rendimiento Físico. Es la resistencia que posee una persona o jugador durante un partido real, en aquí se muestra el nivel de su capacidad física deportiva.

Entrenamiento. Es realizar una serie de actividades físicas durante un tiempo planificado, con el objetivo de mejorar la condición física de un deportista. Se puede utilizar diferentes métodos de enseñanza.

Consumo de Oxígeno (VO₂ máx). Es un indicador muy esencial para la medición de la resistencia, es decir que cantidad máxima de oxígeno puede hacer uso un deportista durante un esfuerzo físico de nivel intenso.

Fatiga Muscular. Es cuando el cuerpo o el sistema muscular tiene pérdidas de fuerza tras haber ejecutado un esfuerzo físico extenso, se puede evidenciar al finalizar un juego o partido deportivo.

Umbral Anaeróbico. Es el momento donde el cuerpo abandona hacer uso del oxígeno como origen primordial de la energía, lo cual posteriormente propaga la fatiga apresuradamente.

2.4. Variables y Dimensiones

2.4.1. Definición Conceptual de la Variable

Variable Resistencia Futbolística. Según Galarza (2022) menciona que la resistencia admite al ser humano poder ejecutar una específica actividad física por un tiempo largo de manera eficaz. Además, la resistencia está sujeta a otros estados de fatiga, como lo afirman los especialistas que la resistencia pelea en contra de la fatiga.

Definición Operacional de la Variable. Esta variable de estudio sobre la resistencia tiene 3 dimensiones las cuales serán evaluadas con una escala de calificación ordinal, utilizando la técnica de la observación y el instrumento será la lista de cotejo.

Dimensiones:

- Resistencia Aeróbico
- Resistencia Anaeróbico
- Resistencia Físico

2.5. Operacionalización de las Variables y Dimensiones de Estudio

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Resistencia Futbolística	Según Galarza (2022) menciona que la resistencia admite al ser humano poder ejecutar una específica actividad física por un tiempo largo de manera eficaz. Además, la resistencia está sujeta a otros estados de fatiga, como lo afirman los especialistas que la resistencia pelea en contra de la fatiga.	Esta variable de estudio sobre la resistencia tiene 3 dimensiones las cuales serán evaluadas con una escala de calificación ordinal, utilizando la técnica de la observación y el instrumento será la lista de cotejo.	Resistencia Aeróbico	<ul style="list-style-type: none"> Consumo Máximo de Oxígeno. Frecuencia Cardíaca de Recuperación. (FCR) 	ORDINAL 1: Bajo 2: Medio 3: Alto
			Resistencia Anaeróbico	<ul style="list-style-type: none"> Potencia Anaeróbica Máxima (Pmax). Duración del Esfuerzo Máximo en Sprint. 	
			Resistencia Física	<ul style="list-style-type: none"> Ejercicio de Alta Intensidad (Potencia Máxima). Frecuencia Cardíaca en Reposo (FCR). 	

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo y Nivel de Investigación

3.1.1. Tipo de Investigación

En este trabajo investigativo se optó por el tipo básico, debido a que son “estudios ejecutados donde no existe la manipulación intencional de las variables de investigación y solo se ajusta a observar los fenómenos para luego ser examinados” Hernández et al. (2014, p.152).

El tipo de investigación básica, teórica o designada también por el nombre dogmática, es una investigación que se caracteriza primordialmente en originar o aportar constructos y marcos teóricos (conocimientos científicos) a un fenómeno o problema en particular, sin embargo, la misma no se pone en práctica la aplicación y solo se concentra en ser observables el objeto estudiado.

3.1.2. Nivel de Investigación

En este trabajo investigativo se realizó en un nivel descriptivo, Por su parte, Arias (2012) sostiene que la investigación descriptiva se orienta a detallar y analizar las características específicas del objeto de estudio, lo que permite comprender la naturaleza del problema antes de abordarlo de manera global. En este sentido, este tipo de investigación sirve como base para estudios que requieren un mayor nivel de profundidad y análisis

El nivel descriptivo de la investigación, trata de que se detalle y se describa un observado fenómeno en específico, que posteriormente sirva teóricamente un nuevo

conocimiento científico dentro de la investigación, asimismo ésta no se involucra a ser aplicado, manipulado ni hacer usado.

3.2. Método de Estudio

En este trabajo investigativo se hará uso del método descriptivo y analítico – sintético que está definida por los autores posteriores:

En relación con el método descriptivo, Tamayo y Tamayo (2004) señalan que este tipo de investigación se centra en la recolección y descripción de datos tal como se presentan en el momento de la observación, permitiendo analizar las características de personas, fenómenos o situaciones sin intervenir en ellas

Bernal (2010) indica que el método analítico – sintético “estudia los fenómenos observados y de inicio descompone el objeto estudiado en diminutos componentes para ser intervenida específicamente (análisis), y finalmente lo descompuesto se restituye para ser examinada en su totalidad” (p. 60).

Por su parte, Montaner y Simón (1887) en correspondencia a este método de estudio nos da a entender que:

Llamamos analítico a la desintegración de un fenómeno en elementos minúsculos y el sintético, es la agrupación o combinación de los mismos elementos divididos estableciendo un todo. Asimismo, dicho de otra manera, el método analítico parte de un compuesto a lo sencillo y mientras la sintética trata de mezclar conexiones con el propósito de estudiar en conjunto.

3.3. Diseño de Investigación

En este trabajo investigativo toma en cuenta un diseño descriptivo simple o acreditada también por el diseño transeccional descriptiva, definida por el hecho que “busca averiguar el grado de una o más variables de estudio dentro de un conjunto o población en un tiempo determinado” (Hernández y Mendoza, 2018, p. 178).

El diseño descriptivo simple se enfatiza en observar la variable de estudio y medirla, asimismo debe detallar y describir minuciosamente las particularidades que tiene dicho fenómeno, pero no se enfoca en comprobar una hipótesis, ni manipular la variable.

Por lo definido con autores, este trabajo de investigación siguió el siguiente esquema:

M ----- O

Donde:

M: muestra u objeto de estudio

O: observación de la muestra

3.4. Población y Muestra

3.4.1. Población

Según Vizcaíno et al. (2023) definen que la población se puede entender por un conjunto total de individuos, elementos o también fenómenos que los mismos comparten comúnmente ciertas características, además, posteriormente se convertirán en objeto de estudio.

Por ello con definición anteriormente, la población escogida para este trabajo investigativo son los estudiantes del cuarto de secundaria en la institución educativa González Vigil – Huanta, 2025

Tabla 1

Población de estudio del cuarto de secundaria

Estudiantes	Varones	Mujeres	Cantidad
4° “A”	12	10	22
4° “B”	14	12	26
4° “C”	13	15	28
Total			76

Nota. Acta de registro de nómina.

3.4.2. Muestra

Para Velázquez y Rey (1999) indican que la muestra de estudio “un minúsculo fragmento de un conjunto de la población, las mismas deben poseer o cumplir determinadas características dentro de una probabilidad y el resultado debe asumir eficacia para todo el grupo” (p. 219).

Asimismo, con lo definido anteriormente, la muestra selecta para este trabajo investigativo son los estudiantes del cuarto de secundaria en la institución educativa González Vigil – Huanta, 2025.

Tabla 2*Muestra de estudio del cuarto grado "A" de secundaria*

Estudiantes	Varones	Mujeres	Cantidad
4° "A"	12	10	22
Total			22

Nota: Número total de la muestra**3.5. Técnicas de Muestreo**

En este trabajo investigativo se utilizó la técnica de muestreo no probabilístico (por conveniencia), al respecto, Hernández et al. (2014) mencionan que "las muestras por conveniencia están desarrolladas y perfiladas por cuestiones utilizables donde el investigador tiene disposición" (p. 390).

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

Según Hernández et al. (2014), las técnicas de recolección de datos son procedimientos sistemáticos que permiten al investigador obtener información relevante de manera organizada y eficiente sobre una muestra o población específica, con el fin de responder a los objetivos de la investigación.

Por ende, la técnica son los métodos y procedimientos que se maneja con el propósito de adquirir y acopiar la información de forma segura y sistemática de un tema de investigación específica, seguidamente los datos sean cualitativos o cuantitativos serán analizadas. En conclusión, la técnica utilizada en este presente trabajo investigativo será la observación.

3.6.2. Instrumentos

El mismo autor citado anteriormente, Quispe (2012) nos define que los instrumentos de recolección de datos:

Se presentan como los recursos materiales que se optan o se construyen por el científico conforme a los indicadores instituidos dentro de la operacionalización de variables para después ser aplicado y la misma seguidamente recopila los datos obtenidos de la muestra estudiada.

El instrumento dentro de la investigación sea cualitativa o cuantitativa, es una herramienta particular que se ejecuta con el fin de recoger, sistematizar y analizar los datos

conseguidos. En conclusión, el instrumento que sea empleará en este presente trabajo investigativo será la lista de cotejo.

Tabla 3

Técnica e Instrumento de recolección de datos

Variable	Técnica	Instrumento
Resistencia futbolística	Observación	Ficha de Observación

Nota. Elaboración propia

3.6.3. Validez y Confiabilidad

Validez. Hernández et al. (2014) mencionan que la validez es “que capacidad o grado posee el instrumento para poder realizar una medición a una variable de estudio” (p. 200). Por siguiente, para la validez del instrumento, la misma fue sometido a tres juicios de expertos para ser validado.

Tabla 4

Validación del instrumento por juicio de expertos

Juicio de expertos	Instrumento		
	Ficha de Observación		
	Puntaje	Puntos	Decisión
Experto 1	80	0.80	Considerable
Experto 2	80	0.80	Considerable
Experto 3	90	0.90	Casi perfecta
Promedio de ponderación	250	0.250	0.83

Nota. Data de juicio de expertos sobre validación.

Interpretación. Según la tabla 4 nos indica que el primer experto puntuó con 0.80, el segundo con 0.80 y el tercero con 0.90. En tal sentido, el instrumento ficha de observación tuvo como puntuación total de 0.83, esto señala que la valoración tiene la validez aceptable.

Confiabilidad. Hernández et al. (2014) definen que la confiabilidad es “la capacidad que tiene un instrumento para obtener los mismos resultados conseguidos a través de su aplicación en distintos momentos y sujetos de la población” (p. 225).

Tabla 5*Estadística de fiabilidad*

Estadísticas de Fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N.º de elementos
0,875	12

Nota. Fiabilidad obtenida de SPSS

Interpretación. Según la tabla 5 se puede evidenciar la estadística de fiabilidad ejecutado en el programa SPSS, cuyo valor kappa conseguido fue de ,875 y la decisión fue casi perfecta.

3.7. Técnicas de Procesamiento y Análisis e Interpretación de Datos

En cuanto a la técnica de procesamiento se hará uso de la estadística descriptiva, conveniente porque los datos conseguidos a través de la lista de cotejo serán procesados, organizados y consecutivamente la información será expuesta. De esta manera el procesamiento adjuntará la codificación y tabulación donde los datos serán sistematizados en frecuencias (absolutas y relativas), seguidamente se produce la tabla y gráficos con el objetivo de lograr concebir mejor las conclusiones.

En cuanto al análisis se hará usos de los objetivos para su interpretación de los datos con la finalidad de hacer una comparación ante las teorías y antecedentes seleccionados, todo ello para determinar patrones y relaciones destacados que asentarán el entendimiento del fenómeno trabajado (resistencia futbolística).

3.8. Aspectos Éticos

Este trabajo investigativo está establecido en los principios que resguardan y garantizan la protección de los derechos de todos aquellos que participaron en la investigación evitando la maleficencia. También se hizo un adecuado uso y ético de la tecnología y los datos, con la finalidad de que los resultados o hallazgos obtenidos sean accesibles para diferentes estudios, mostrando una clara transparencia e información relevante. Asimismo, esta investigación fue hecha con transparencia y objetividad sometiendo al Turniting para prevenir el plagio y a las normas APA 7, de esa manera tener la integridad científica y autoría en el trabajo.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Presentación y Descripción de los Resultados

En esta parte de la investigación se puntualiza los resultados conseguidos de la aplicación del instrumento ficha de observación sobre la variable resistencia futbolística de los estudiantes del cuarto grado de educación secundaria de la Institución Educativa “González Vigil”, del distrito Huanta del departamento de Ayacucho. Por siguiente, los resultados están procesado con la estadística descriptiva el cual se especifica a continuación:

4.2. A Nivel Descriptivo

Tabla 6

Resultado del nivel de la resistencia futbolística

Nivel de Logro	Resistencia Futbolística	
	fi	hi%
Bajo	0	0
Medio	22	100
Alto	0	0
Total	22	100,0

Nota: Resultados obtenidos en el SPSS.

Análisis. Según la tabla 6 e ilustración 1 se puede justificar que, del total de la muestra de estudio, el 0% (0 estudiantes) se encuentra en el nivel bajo, el 100% (22 estudiantes) se encuentra en el nivel medio y el 0% (0 estudiantes) se encuentra en el nivel alto. Por lo tanto, el nivel de la resistencia futbolística en los estudiantes de 4to

grado “A” de secundaria de la Institución Educativa “Gonzales Vigil”, se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en el nivel medio (100%).

Tabla 7

Resultado del nivel de la resistencia aeróbica

Nivel de Logro	Resistencia Aeróbica	
	fi	hi%
Bajo	0	0
Medio	20	90,9
Alto	2	9,1
Total	22	100,0

Nota. Resultados obtenidos en el SPSS.

Análisis. Según la tabla 7 e ilustración 2 se puede justificar que, del total de la muestra de estudio, el 0% (0 estudiantes) se encuentra en el nivel bajo, el 90,9% (20 estudiantes) se encuentra en el nivel medio y el 9,1% (2 estudiantes) se encuentra en el nivel alto. Por lo tanto, el nivel de la resistencia aeróbica en los estudiantes de 4to grado “A” de secundaria de la Institución Educativa “Gonzales Vigil”, se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en el nivel medio (90,9%).

Tabla 8

Resultado del nivel de la resistencia anaeróbica

Nivel de Logro	Resistencia Anaeróbica	
	fi	hi%
Bajo	0	0
Medio	15	68,2
Alto	7	31,8
Total	22	100,0

Nota: Resultados obtenidos en el SPSS.

Análisis. Según la tabla 8 e ilustración 3 se puede justificar que, del total de la muestra de estudio, el 0% (0 estudiantes) se encuentra en el nivel bajo, el 68,2% (15 estudiantes) se encuentra en el nivel medio y el 31,8% (7 estudiantes) se encuentra en el nivel alto. Por lo tanto, el nivel de la resistencia anaeróbica en los estudiantes de 4to grado “A” de secundaria de la Institución Educativa “Gonzales Vigil”, se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en el nivel medio (68,2%).

Tabla 9*Resultado del nivel de la resistencia física*

Nivel de Logro	Resistencia Física	
	fi	hi%
Bajo	0	0
Medio	16	72,7
Alto	6	27,3
Total	22	100,0

Nota: Resultados obtenidos en el SPSS.

Análisis. Según la tabla 9 e ilustración 4 se puede justificar que, del total de la muestra de estudio, el 0% (0 estudiantes) se encuentra en el nivel bajo, el 72,7% (16 estudiantes) se encuentra en el nivel medio y el 27,3% (6 estudiantes) se encuentra en el nivel alto. Por lo tanto, el nivel de la resistencia física en los estudiantes de 4to grado “A” de secundaria de la Institución Educativa “Gonzales Vigil”, se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en el nivel medio (72,7%).

4.3. Discusión de Resultados

En esta investigación la resistencia futbolística, es una de las capacidades físicas llevadas hacia un deporte determinado, dentro del fútbol la resistencia es lograr mantener un esfuerzo físico al máximo nivel durante un tiempo extenso y que la fatiga no altere demasiado el rendimiento, por lo tanto, en la edad escolar es una actividad donde hay desgaste de energía. Del panorama expuesto, el objetivo general de la investigación fue: Describir el nivel de resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa “Gonzales Vigil”- Huanta, 2025. Los resultados evidencian que, el 0% (0 estudiantes) se encuentra en el nivel bajo, el 100% (22 estudiantes) se encuentra en el nivel medio y el 0% (0 estudiantes) se encuentra en el nivel alto. Por lo tanto, se concluye que, el nivel de la resistencia futbolística en los estudiantes de 4to grado “A” de secundaria de la institución educativa Gonzales Vigil, se ubica en mayor frecuencia y porcentaje en el nivel medio (100%).

Estos resultados mostrados se asimilan con la investigación de Gavilánez y Villegas (2024) quienes en su investigación llegan a concluir que, al evaluar la condición de la resistencia se evidenció un nivel notable en los estudiantes, teniendo un progreso dentro del rendimiento físico.

Así también, otro estudio equivalente en el resultado es de Jiménez (2023) concluye en su investigación, donde después de haber aplicado el test de Cooper pudo evidenciar la resistencia en los jugadores (estudiantes), lo cual presentaban un nivel mediano en su condición física.

Finalmente, bajo lo manifestado anteriormente y haber realizado el análisis respectivo con los resultados conseguidos de la variable de estudio, asimismo contrastar los resultados con los autores de los antecedentes, podemos mencionar que la investigación brindo un aporte en el campo de los estudios investigativos describiendo el nivel real de la resistencia futbolística en que se encuentran los estudiantes en un contexto urbano.

CONCLUSIONES

El siguiente estudio de investigación llegó a las siguientes conclusiones.

Se llegó a la conclusión que los estudiantes de 4to grado “A” de secundaria de la Institución Educativa “Gonzales Vigil” presentan un nivel medio en la resistencia futbolística, ubicándose con mayor frecuencia y porcentaje con el 100% de los estudiantes evaluados (22 estudiantes) en el nivel “Medio” y el 0% (0 estudiantes) en las demás frecuencias.

Se concluye que los estudiantes de 4to grado “A” de secundaria de la Institución Educativa “Gonzales Vigil” presentan un nivel medio en la resistencia aeróbica con la mayor frecuencia y porcentaje en un 90,9% equivalente a 20 estudiantes. Por otro lado, un 9,1% (2 estudiantes) presentan un nivel alto.

Se concluye que los estudiantes de 4to grado “A” de secundaria de la Institución Educativa “Gonzales Vigil” presentan un nivel medio en la resistencia anaeróbica, quienes se ubican con mayor frecuencia y porcentaje de 68,2 % equivalente a 15 estudiantes. Asimismo, evidenciaron que el 31,8% (7 estudiantes) se ubican en el nivel alto.

Se concluye que los estudiantes de 4to grado “A” de secundaria de la Institución Educativa “Gonzales Vigil” presentan un nivel medio en la resistencia física presentan con mayor frecuencia y porcentaje de un 72,7% equivalente a 16 estudiantes. Asimismo, el 27,3% (6 estudiantes) en el nivel alto.

RECOMENDACIONES

A la institución educativa, promover talleres y programas que desarrollen la resistencia futbolística en los menores con el objetivo de que los mismos adquieran a futuro mayor optimismo y rendimiento físico benéfico para las actividades y deportes.

A los profesores de Educación Física, generar en el impulso de los aprendizajes en cuanto a la resistencia futbolística y apoyar a los estudiantes para obtener mejores condiciones favorables en su desarrollo físico deportivo.

A los padres de familia, ayudar a sus hijos e hijas con el fortalecimiento de sus habilidades y entender la importancia que tiene el desarrollar las capacidades físicas desde la edad temprana.

A futuros estudios relacionados a este tema de la resistencia futbolística, indagar aún más en muestras amplias, asimismo proceder a estudios experimentales que conduzcan a mejorar en la enseñanza y aprendizaje dentro de la Educación básica.

Referencias

- Alarcón, K. (2021). Entrenamiento del core abdominal y resistencia física de los futbolistas del club deportivo Carlos Alberto Manucci de Lima - 2021. Universidad Continental. Recuperado de <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11256>
- Arias, F. G. (2012). El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica (6.ª ed.). Episteme.
- Åstrand, P.-O., Rodahl, K., Dahl, H. A., & Strømme, S. B. (2003). Textbook of work physiology: Physiological bases of exercise (4th ed.). Human Kinetics.
- Bernal, A. (2010). Metodología de la investigación (3º ed.). PEARSON. Obtenido de <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-deinvestigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf>
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). Periodization: Theory and methodology of training (5th ed.). Human Kinetics..
- Brooks, G. A., & Fahey, T. D. (2005). Exercise physiology: Human bioenergetics and its applications (4th ed.). McGraw-Hill.
- Carrera, J. V. (2018). Ejercicios aeróbicos y su incidencia en el desarrollo de la resistencia de los estudiantes que practican futbol en la unidad educativa Clemente Baquerizo. Tesis, universidad técnica de babahoyo, Babahoyo. Obtenido de <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/4155/P-UTB-FCJSE-CFISICA-000063.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cevallos, J. (2023). Análisis de resistencia aeróbica y anaeróbica en la formación de los futbolistas de la categoría sub 15 - 18 años de la escuela formativa Chavitos Fútbol Club de la parroquia de González Suárez en el periodo 2021-2022. Universidad Técnica del Norte. Recuperado de <https://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/14954>
- Galarza, M. A. (2022). Actividades rítmicas en la resistencia aeróbica en estudiantes de bachillerato general unificado. Universidad Técnica de Ambato, Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/35799/1/EST.%20GALARZ>

A%20ACURIO%20MICHAEL%20ANDR%C3%89S%20TESIS%20FINAL%20signed-signed-signed.pdf

Galera, A. D. (2013). Iniciación educativa a la resistencia aeróbica. (I) La carrera económica. *Educación Física y Deportes*, 3(113), 77-83. doi: [https://dx.doi.org/10.5672/apunts.20140983.es.\(2013/3\).113.08](https://dx.doi.org/10.5672/apunts.20140983.es.(2013/3).113.08)

Gavilánez, L., & Villegas, A. (2024). Desarrollo de la resistencia a la velocidad de corta duración: Incidencia en el rendimiento competitivo del equipo de fútbol de la Universidad Técnica de Babahoyo. Universidad Técnica de Babahoyo. Recuperado de <https://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/16229>

Gonzales, J. (2019). Preparación física en el fútbol profesional peruano: Retos y perspectivas. Lima: Instituto Peruano del Deporte.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill Education.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6^o ed.). Mc Graw Hill. Obtenido de <https://www.esup.edu.pe/wpcontent/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20BaptistaMetodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.

<https://www.humankinetics.com/products/physiology-of-sport-and-exercise-9th-edition>

<https://www.humankinetics.com/products/textbook-of-work-physiology-physiological-bases-of-exercise>

Jiménez, J. (2023). Programa de entrenamiento para desarrollar la resistencia aeróbica del equipo de fútbol de la Institución Educativa Privada Blas Pascal de la ciudad de Juliaca año 2022. Universidad Nacional del Altiplano de Puno. Recuperado de <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/20138>

Kenney, W. L., Wilmore, J. H., & Costill, D. L. (2024). *Physiology of sport and exercise* (9th ed.). Human Kinetics.

- Lopez, E., & Cuaspa, H. (2018). Resistencia aeróbica en los futbolistas durante el periodo competitivo. *Revista Electrónica En Educación y Pedagogía*, 22-40. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5739/573962289002/573962289002.pdf>
- López, R. J. (2018). La resistencia aeróbica: base del rendimiento en el fútbol. Editorial Institución Universitaria CESMAG. Recuperado el 13 de marzo de 2023, de http://repositorio.unicesmag.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/96/la_resistencia_aerobica_base_del_rendimiento_en_el_futbol.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- McArdle, W. D., Katch, F. I., & Katch, V. L. (2015). *Fisiología del ejercicio: nutrición, rendimiento y salud* (8.^a ed.). Wolters Kluwer.
- Montaner, J., & Simón, J. (1887). *Los actos positivos de posesionario y la interrupción del derecho de prescripción en el Ecuador*. Recuperado de <https://1library.co/article/m%C3%A9todo-anal%C3%ADtico-sint%C3%A9tico-caracterizaci%C3%B3n-lugar-investigaci%C3%B3n.z31grw7y>
- Placencia, R. (2024). La resistencia anaeróbica y su influencia en el rendimiento físico de los árbitros profesionales de fútbol de la provincia de Loja, 2023-2024. Universidad Nacional de Loja. Recuperado de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/29682>
- Poole, D. C., & Jones, A. M. (2017). Measurement of the maximum oxygen uptake $\dot{V}O_{2max}$: $\dot{V}O_{2peak}$ is no longer acceptable. *Journal of Applied Physiology*, 122 (4), 997–1002. <https://doi.org/10.1152/jappphysiol.01063.2016>
- Portal, P. & Vasquez, R. (2018). Ingesta de carbohidratos y su relación con la resistencia física de jugadores de fútbol de dos clubes de Fernando Lores - Tamshiyacu. Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.
- Ravinovich, S. (2021). “la capacidad de resistencia aeróbica en el fútbol”. Tesis, Universidad abierta Interamericana, Santiago. Obtenido de <https://dspaceapi.uai.edu.ar/server/api/core/bitstreams/ea1bd502-9a92-4a5e-be10-de4cf258fcf1/content>
- Reilly, T. (2001). *Assessment of sports performance with particular reference to field games*. Routledge.

- Shepard, R., & Astrand, P. (2018). *La resistencia en el deporte*. Barcelona-España.: Paidotribo.
- Stølen, T., Chamari, K., Castagna, C., & Wisløff, U. (2005). Physiology of soccer: an update. *Sports Medicine*, 35(6), 501-536.
- Tamayo y Tamayo, M. (2004). *El proceso de la investigación científica* (4.^a ed.). Limusa.
- Velázquez, M., & Rey, N. (1999). *Metodología de la investigación científica*. McGraw-Hill.
- Vizcaíno, P., Maldonado, A., & Cedeño, R. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4). Obtenido de <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7658/11619>
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total* (5.^a ed.). Paidotribo

ANEXOS

Anexo 1

Resolución de Aprobación de Proyecto de Investigación.



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

Ley Creación N° 16737
Resolución RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 05-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU

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

Resolución Directoral No. 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 Licenciada/o 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.



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

Ley Creación N° 16737
 Reapertura RM. N° 228-82-ED
 Adecuación a Instituto OS. N° 010-85-ED
 Autorización de Funcionamiento OS. N° 05-94-ED
 Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU

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 Uribarri 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, GUILTRAN	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° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DG. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU

22	POMA RICO, JORDIN EDMUNDO	Nivel de situaciones de juego de futsal en la categoría Sub-12 de la Institución Educativa "Inmaculada de Concepción" - Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Walter Cangana Canchari
23	QUISPE TAPE, 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° 16737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-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

DISTRIBUCIÓN:
Interesados (as)
Archivo
MJLP/D.G.(e)
prá/sec.

Anexo 2

Resolución de expedito



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

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

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

Resolución Directoral N° 0163-2026-EESP.Púb. "JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 06 de marzo del 2026

Visto, el **INFORME No.076-2026-RAI-EESPP"JSCO"-HTA**, con **EXP.TM20261279 - 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 Cavero 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. Razuhuilca 624 – Huanta
 Telefax (066) 321070
 www.eesppjSCO.edu.pe
 comunicaciones@iesppjSCO.edu.pe



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

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

SE RESUELVE:

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

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE			
Nº	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	RAMÍREZ VARGAS, Karol Gisel	La autonomía en los niños y niñas de la Institución Educativa N° 429-129/Mx-P de Aicas - Luricocha, 2025	Atención integral del infante, niño y adolescente

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA INTERCULTURAL BILINGÜE			
Nº	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	HUAMÁN CURO, Jhour Dannys	Práctica de valores andinos en los estudiantes del tercer grado de primaria de la Institución Educativa "Huanta" 2025	Atención integral del infante, niño y adolescente
2	KAWANA CARBAJAL, Jessy Yakelin	Estilos de aprendizaje en estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa N°38254/Mx-P "Luis Cavero Bendezú" Huanta, 2025	Atención integral del infante, niño y adolescente
3	HILARIO RICO, Ana Gabriela	Trabajo colaborativo en los estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa N°38254/Mx-P "Luis Cavero Bendezú", Huanta 2025	Innovación pedagógica
4	PALOMINO ALIENDRES, Raquel	El Hábito de la lectura en los niños y niñas de 3ro grado en la Institución Educativa N°38254/Mx -P "Luis Cavero Bendezú" -Huanta, 2025	Aprendizaje y evaluación
5	CCOCHACHI GAMBOA, Adani Jerico	Desarrollo de las habilidades de las TIC en los estudiantes de sexto grado de primaria de la Institución Educativa "Huanta" 2025	Atención integral del infante, niño y adolescente

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA			
Nº	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	CCOCHACHI TAYPE, Carlos Jefferson	Resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa "González Vigil"-Huanta, 2025	Actividades físicas y recreativas
2	AROTOMA HUANACO, Beltran	Nivel de coordinación motriz en estudiantes de secundaria en la Institución Educativa de Aycas - Luricocha, 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.



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

Ley Creación N° 16737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-86-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU
RM No 420-2024-MINEDU

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



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

Dr. Walter Mariano Arce Villa
DIRECCIÓN GENERAL

DISTRIBUCIÓN:

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

Anexo 3

Resolución de fecha de sustentación.



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

Ley Creación N° 16737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DG. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU
RM no 420-2024-MINEDU

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

Resolución Directoral No. 00178-2026-EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 17 de marzo de 2026

Visto, el Expediente **TM20261330-F** de fecha **11 de marzo del 2026** y la **Resolución Directoral de Expedito No 0163-2026-EESP Pub. "JSCO"/D.G.-HTA** de fecha **6 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;

Qué, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del **Grado Académico de Bachiller en Educación** a los(as) egresados 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;



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

Ley Creación N° 16737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU
RM no 420-2024-MINEDU

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

SE RESUELVE:

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

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
RESISTENCIA FUTBOLÍSTICA EN LOS ESTUDIANTES DEL CUARTO DE SECUNDARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "GONZÁLEZ VIGIL" – HUANTA, 2025.	
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREACIÓN
FORMACION INICIAL DOCENTE	
EDUCACIÓN FÍSICA	
AUTOR(A)	CCOCHACHI TAYPE, CARLOS JEFFERSON
FECHA	21 DE MARZO DEL 2026
HORA	8:00 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 ARCHIVASE



DISTRIBUCIÓN:

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

Anexo 4

Resolución de miembros del jurado



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

Ley Creación N° 15737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 05-94-ED
Escuela de Educación RIA. N° 267-2020-MINEDU
RM No 420-2024-MINEDU

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

Resolución Directoral No. 00179-2026-EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 17 de marzo de 2026

Visto, el Expediente *TM20261330-F* de fecha *11 de marzo del 2026* y la *Resolución Directoral de Expedito No 0163-2026-EESP Pub. "JSCO"/D.G.-HTA* de fecha *6 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 420-2024-MINEDU y demás normas;

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

Qué, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del **Grado Académico de Bachiller en Educación** a los(as) egresados 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, a la Ley No 30512 Ley General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados, su reglamento y modificatorias, a los Lineamientos Académicos Generales (RM No 130-2025-MINEDU) y a las Disposiciones que regulan la gestión de los procesos académicos en las Escuelas de Educación Superior Pedagógica Públicas y Privadas (RM No 244-2025-MINEDU) que señalan que, el proceso de otorgamiento del Grado Académico de Bachiller en Educación es mediante la sustentación del trabajo de investigación, con el fin de generar conocimientos y propuestas que contribuyan a la mejora continua de la calidad de la educación;



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

Ley Creación N° 15737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU
RM No 420-2024-MINEDU

Que, de conformidad a los considerandos y facultado por la **RDRS No 01529-2025-GRA/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	Dr. WILBER ANTONIO REYES ARAUJO

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
RESISTENCIA FUTBOLÍSTICA EN LOS ESTUDIANTES DEL CUARTO DE SECUNDARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "GONZÁLEZ VIGIL" – HUANTA, 2025.	
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREACIÓN
FORMACION INICIAL DOCENTE	
EDUCACIÓN FÍSICA	
AUTOR (A)	CCOCHACHI TAYPE, CARLOS JEFFERSON
FECHA	21 DE MARZO DEL 2026
HORA	8:00 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

Dr. Walter Mariano Arce Villar
DIRECTOR GENERAL

DISTRIBUCIÓN:

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

Anexo 5*Matriz de consistencia*

PROBLEMA	OBJETIVOS	VARAIBLES, DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p>Problema General ¿Qué nivel de resistencia futbolística presentan los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025?</p> <p>Problemas Específicos ¿Qué nivel de resistencia aeróbica presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025.?</p> <p>¿ Qué nivel de resistencia anaeróbica presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025.?</p> <p>¿Qué nivel de resistencia física presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025.?</p>	<p>Objetivo General Describir el nivel de resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025</p> <p>Objetivos Específicos Describir el nivel de resistencia aeróbica que presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025.</p> <p>Describir nivel de resistencia anaeróbica que presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025.</p> <p>Describir nivel de resistencia física que presentan en la resistencia futbolística los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa González Vigil – Huanta, 2025.</p>	<p>Variable:</p> <p>Resistencia futbolística</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Resistencia Aeróbica</p> <p>Resistencia Anaeróbica</p> <p>Resistencia Física</p>	<p>Tipo de estudio: Básica</p> <p>Nivel: Descriptivo.</p> <p>Método de estudio: Descriptivo Estadístico descriptivo</p> <p>Diseños de investigación: Descriptivo simple</p> <p>Población y muestra: Población: 48 estudiantes del 4to grado Muestra: 22estudiantes 4to “A”</p> <p>Técnicas de muestreo: No probabilístico intencional</p> <p>Técnicas: Observación</p> <p>Instrumentos: Lista de cotejo, ficha de observación.</p> <p>Técnicas de procesamiento: Estadística descriptiva</p>

Anexo 6

Cuadro de operacionalización de variables título

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
Resistencia futbolística	Según Galarza (2022) menciona que la resistencia admite al ser humano poder ejecutar una específica actividad física por un tiempo largo de manera eficaz. Además, la resistencia está sujeta a otros estados de fatiga, como lo	Esta variable de estudio sobre la resistencia tiene 3 dimensiones las cuales serán evaluadas con una escala de calificación ordinal, utilizando la técnica de la observación y el instrumento será la guía de observación.	Resistencia Aeróbico	Consumo Máximo de Oxígeno	Realiza correctamente la cantidad de oxígeno durante el ejercicio intenso.	ORDINAL Alto=3 Medio =2 Bajo =1
					Reconoce su relación de la resistencia cardiovascular y el rendimiento deportivo.	
				Frecuencia Cardíaca de Recuperación (FCR)	Adquiere correctamente la disminución del ritmo cardíaco después del ejercicio.	
					Desarrolla su utilidad como marcador de recuperación cardiovascular y buena condición física.	
			Resistencia Anaeróbico	Potencia Anaeróbica Máxima (Pmax)	Interpreta adecuadamente el resultado final como un nivel alto de potencia anaeróbica.	
					Interactúa con frecuencia en contextos deportivos de potencia breve e intensa.	
Duración del Esfuerzo	Desarrolla correctamente el tiempo máximo durante su velocidad máxima antes de fatigarse.					

	afirman los especialistas que la resistencia pelea en contra de la fatiga.		Resistencia Física	Máximo en Sprint	Aplica satisfactoriamente la relación entre el sistema anaeróbico y su importancia en deportes de velocidad.
				Ejercicio de Alta Intensidad (Potencia Máxima)	Participa adecuadamente en la mayor cantidad de energía generada en el menor tiempo posible.
					Identifica correctamente factores como masa muscular, técnica, tipo de fibra muscular, motivación, y nivel de entrenamiento.
				Frecuencia Cardíaca en Reposo (FCR)	Actúa adecuadamente en el estado general de salud y el nivel de condición física.
Reconoce correctamente la FCR como la cantidad de latidos por minuto del corazón en estado de reposo.					

Anexo 7*Matriz Instrumental*

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	N° DE ÍTEMS	TÉCNICAS	INSTRUMENTO	ESCALA	VALORIZACIÓN
Resistencia futbolística	Resistencia Aeróbico	Consumo Máximo de Oxígeno	Realiza correctamente la cantidad de oxígeno durante el ejercicio intenso.	Observación	Ficha de observación	Ordinal	ORDINAL 1: Bajo 2: Medio 3:Alto
			Reconoce su relación de la resistencia cardiovascular y el rendimiento deportivo.				
		Frecuencia Cardíaca de Recuperación (FCR)	Adquiere correctamente la disminución del ritmo cardíaco después del ejercicio.				
			Desarrolla su utilidad como marcador de recuperación cardiovascular y buena condición física.				
		Potencia Anaeróbica Máxima (Pmax)	Interpreta adecuadamente el resultado final como un nivel alto de potencia anaeróbica.				
			Interactúa con frecuencia en contextos deportivos de potencia breve e intensa.				
Resistencia Anaeróbico	Duración del Esfuerzo	Desarrolla correctamente el tiempo máximo durante					

		Máximo en Sprint	su velocidad máxima antes de fatigarse.				
			Aplica satisfactoriamente la relación entre el sistema anaeróbico y su importancia en deportes de velocidad.				
	Resistencia Físico	Ejercicio de Alta Intensidad (Potencia Máxima)	Participa adecuadamente en la mayor cantidad de energía generada en el menor tiempo posible.				
			Identifica correctamente factores como masa muscular, técnica, tipo de fibra muscular, motivación, y nivel de entrenamiento.				
		Frecuencia Cardíaca en Reposo (FCR)	Actúa adecuadamente en el estado general de salud y el nivel de condición física.				
			Reconoce correctamente la FCR como la cantidad de latidos por minuto del corazón en estado de reposo .				

Anexo 8

Instrumento de recolección de datos.



**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA
PÚBLICA "JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACION FISICA
CUESTIONARIO**

SOBRE LA PRÁCTICA INCLUSIVA

TITULO: Resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa "González Vigil" – Huanta, 2025

Estimado estudiante, desarrolle el siguiente cuestionario, de acuerdo a las experiencias con el baile, y marque con una "x" en los casilleros que selecciones

Nº	DIMENSIONES	INDICADORES	BAJO	MEDIO	ALTO
1	Resistencia Aeróbica	Realiza correctamente la cantidad de oxígeno durante el ejercicio intenso.			
2		Reconoce su relación de la resistencia cardiovascular y el rendimiento deportivo.			
3		Adquiere correctamente la disminución del ritmo cardíaco después del ejercicio.			
4		Desarrolla su utilidad como marcador de recuperación cardiovascular y buena condición física.			
5		Interpreta adecuadamente el resultado final como un nivel alto de potencia anaeróbica.			
6	Resistencia Aeróbica	Interactúa con frecuencia en contextos deportivos de potencia breve e intensa.			
7		Desarrolla correctamente el tiempo máximo durante su velocidad máxima antes de fatigarse.			
8		Aplica satisfactoriamente la relación entre el sistema anaeróbico y su importancia en deportes de velocidad.			
9		Participa adecuadamente en la mayor cantidad de energía generada en el menor tiempo posible.			
10		Identifica correctamente factores como masa muscular, técnica, tipo de fibra muscular, motivación, y nivel de entrenamiento.			
11	Resistencia Física	Actúa adecuadamente en el estado general de salud y el nivel de condición física.			
12		Reconoce correctamente la FCR como la cantidad de latidos por minuto del corazón en estado de reposo .			



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: : Resistencia futbolística en los estudiantes del 4to de secundaria en la Institución Educativa González Vigil- Huanta, 2025.

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

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Buena				Muy bueno				
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
1. CLARIDAD	Esto formulado con lenguaje propio																				✓	
2. OBJETIVIDAD	Esta 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									1											✓	
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	Trida Nayhua Gauspe	DNI	43499113
Título Profesional	Licenciada en Educación		
Especialidad	Educación Primaria E-BI		
Grado Académico	Magister		
Mención	Administración de la Educación		

Lugar y Fecha: Huanta, 02 de abril, 2025

Anexo 10. Instrumentos de recolección de datos

Ítem		Resistencia Aeróbico				Resistencia Anaeróbico				Resistencia Físico			
		Consumo Máximo de Oxígeno		Frecuencia Cardíaca de Recuperación (FCR)		Potencia Anaeróbica Máxima (Pmax)		Duración del Esfuerzo Máximo en Sprint		Ejercicio de Alta Intensidad (Potencia Máxima)		Frecuencia Cardíaca en Reposo (FCR)	
		Realiza correctamente la cantidad de oxígeno durante el ejercicio intenso.	Reconoce su relación de la resistencia cardiovascular y el rendimiento deportivo.	Adquiere correctamente la disminución del ritmo cardíaco después del ejercicio.	Desarrolla su utilidad como marcador de recuperación cardiovascular y buena condición física.	Interpreta adecuadamente el resultado final como un nivel alto de potencia anaeróbica.	Interactúa con frecuencia en contextos deportivos de potencia breve e intensa.	Desarrolla correctamente el tiempo máximo durante su velocidad máxima antes de fatigarse.	Aplica satisfactoriamente la relación entre el sistema anaeróbico y su importancia en deportes de velocidad.	Participa adecuadamente en la mayor cantidad de energía generada en el menor tiempo posible.	Identifica correctamente factores como masa muscular, técnica, tipo de fibra muscular, motivación, y nivel de entrenamiento.	Actúa adecuadamente en el estado general de salud y el nivel de condición física.	Reconoce correctamente la FCR como la cantidad de latidos por minuto del corazón en estado de reposo.
N°	APELLIDOS Y NOMBRES	PUNTAJE		PUNTAJE		PUNTAJE		PUNTAJE		PUNTAJE		PUNTAJE TOTAL	
1													
2													
3													
4													
5													

MEDICIÓN		Valoración
Alto	A	3
Medio	B	2
Bajo	C	1

Anexo 11*Prueba de confiabilidad.***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	21,00	24,947	,331	,775
VAR00002	20,30	26,432	,409	,764
VAR00003	20,80	22,695	,558	,747
VAR00004	21,00	21,053	,815	,713
VAR00005	20,50	28,368	,238	,776
VAR00006	21,55	29,524	,000	,783
VAR00007	20,55	29,524	,000	,783
VAR00008	21,35	27,187	,305	,772
VAR00009	21,35	23,818	,562	,747
VAR00010	20,60	29,305	,070	,782
VAR00011	21,05	21,945	,583	,744
VAR00012	20,60	30,674	-,299	,799
VAR00013	21,15	22,239	,589	,743
VAR00014	21,35	24,766	,617	,746

Anexo 12

Autorización para la aplicación de instrumentos

**CARTA DE ACEPTACIÓN**

Huanta, 2 de junio de 2025

Joven:

CCOCHACHI TAYPE, Carlos Jefferson

Presente. -**ASUNTO:** Aceptación y Autorización para la aplicación de instrumento y recojo de información.**REFERENCIA:** Solicitud S/N, de fecha 27/05/2025]

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 "Resistencia futbolística en los estudiantes del cuarto de secundaria en la Institución Educativa "González Vigil" – Huanta, 2025"

Sin otro particular, me suscribo de ustedes.

Atentamente,



G.U.E. "GONZÁLEZ VIGIL"
HUANTA
Dpto. José Velasco Ramírez
DIRECCIÓN

Anexo 13

Anexo Fotográfico

Fotografía;01

Desarrollo de la actividad.



Nota: Fotografía de la Investigación

Fotografía;02

Fotografía de observación.



Nota: Fotografía de la Investigación.