



**“AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA
INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS
BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO”**

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO



“SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS”



Nivel de condición física en estudiantes de tercer grado de Educación Secundaria de la institución educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

TESIS

**PARA OPTAR EL TÍTULO DE PROFESOR EN LA CARRERA
PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**

AUTORES:

DÍAZ ROJAS Juan Carlos
HUAMAN GERMAN Ronaldo
MENDOZA GÓMEZ Denilton Ronaldo

ASESOR:

Dr. Rodolfo Néstor Idrogo Cubas

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Formación docente – Procesos de aprendizaje.

PROMOCIÓN:

MAESTROS DE VOCACIÓN DEJANDO HUELLA EN LA EDUCACIÓN

2018 – 2022

CHICLAYO – PERÚ

2024

HOJAS DIRECTIVAS

RESOLUCIÓN DIRECTORAL DE APROBACIÓN DEL INFORME FINAL



GERENCIA REGIONAL DE EDUCACIÓN-LAMBAYEQUE
INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
"SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"
CHICLAYO
Creada por Ley N° 12875 del 31 de diciembre de 1957



"INSTITUCIÓN ACREDITADA RUMBO AL LICENCIAMIENTO"

"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

José Leonardo Ortíz, 27 de mayo 2024

RESOLUCIÓN DIRECTORAL N° 132 -2024-GREL/IESPP "SCJ" /D.G.

VISTO, los expedientes N°1538-1539-1540 24/05/2024, presentado por los ex alumnos: DÍAZ ROJAS Juan Carlos, HUAMÁN GERMAN Ronaldo y MENDOZA GÓMEZ Denilton Ronaldo de la Carrera Profesional **EDUCACIÓN SECUNDARIA Especialidad Educación Física** Promoción : "MAESTROS DE VOCACION,DEJANDO HUELLA EN LA EDUCACION 2018-2022 ", Instituto de Educación Superior Pedagógico Publico "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS - CHICLAYO" quienes solicitaron aprobación del Informe Final de investigación y la proyección de la Resolución, con fines de sustentar para optar el título de profesor.

CONSIDERANDO:

Que, mediante la R.D. N. °172-2022-GREL/IESPP "SCJ" D.G. de fecha 26 de octubre 2022, se aprobó el proyecto de Investigación titulado: **NIVEL DE CONDICION FISICA EN ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK, CHICLAYO, 2022.**

Que, el asesor Dr. Rodolfo Néstor IDROGO CUBAS, ha emitido su informe indicando que los recurrentes han cumplido con la ejecución del informe de investigación en todas sus fases y que se encuentran **APTOS** para la sustentación.

De conformidad con las Fichas de Evaluación del Informe Final de investigación, aprobados por el jurado Examinador **Presidente: Lic. William José BALLENA DIAZ Vocal: Mg. Luis Alberto RIVADENEIRA SEBERINO** Secretario: **Dr. Santiago Apóstol ARMAS AVILA** lo actuado por la Coordinación de Practica e Investigación – **INFORME N°38-2024-IESPP "SCJ" CPI.** fecha 27/05/2024. Con las facultades que le confiere la Ley N.º 30512 "ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, y su reglamento D.S. N°010-2017-MINEDU".

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, el Informe Final de Investigación con fines de titulación denominado: **NIVEL DE CONDICION FISICA EN ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE EDUCACION SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK, CHICLAYO, 2022.** a favor de los ex alumnos, **DIAZ ROJAS Juan Carlos, HUAMAN GERMAN Ronaldo y MENDOZA GÓMEZ Denilton Ronaldo** de la Carrera Profesional **EDUCACIÓN SECUNDARIA Especialidad Educación Física**, Promoción: "MAESTROS DE VOCACION, DEJANDO HUELLA EN LA EDUCACION" 2018-2022 ", del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS" – CHICLAYO.



Regístrese, Comuníquese y Archívese



GERENCIA REGIONAL DE EDUCACIÓN - LAMBAYEQUE
IESPP "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS" - CHICLAYO
Dra. María Lúcia Pascoya Chicoma
DIRECTORA GENERAL

Formamos profesionales líderes en el marco de una educación de calidad



Programas de estudio

- Educación Inicial
- Educación Primaria
- Comunicación
- Ciencias Sociales
- Computación e Informática
- Idiomas: Inglés
- Educación Física

www.institutoscj.edu.pe
✉ mesadepartes@institutoscj.edu.pe
Calle Cahuide N° 427 - José L. Ortíz
Teléfono: 074 633573

RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN DE PROYECTO



"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

José Leonardo Ortiz, 26 de octubre 2022

RESOLUCIÓN DIRECTORAL Nº 172 -2022-GREL/IESPP "SCJ"/D.G.

VISTO, los expedientes Nº 1588 - 1589 y 1590 de fecha 22/09/2022 presentados por los alumnos Juan Carlos DÍAZ ROJAS, Ronaldo HUAMAN GERMAN y Denilton Ronaldo MENDOZA GÓMEZ, de la Carrera Profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA, ESPECIALIDAD: EDUCACIÓN FÍSICA, Promoción: "MAESTROS DE VOCACIÓN, DEJANDO HUELLA EN LA EDUCACIÓN" 2018-2022, del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS" -Chiclayo, quienes solicitaron aprobación del Proyecto de Investigación descriptiva con fines de titulación.

CONSIDERANDO:

Que, de acuerdo con la información emitida por el Vocal del Jurado Examinador en calidad de informante Lic. Elmer REQUE MONJA a la Jefatura de Unidad de Investigación a cargo de la Mgtr. Ketty del Carmen SÁNCHEZ UGAZ, el proyecto reúne los requisitos para ser aprobado.

Con las facultades que le confiere la Ley Nº 30512 "Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, y su Reglamento D.S. Nº 010-2017-MINEDU y la R.V. 095-2020.MINEDU. Asimismo la Resolución Directoral Nº145-2020-GREL/IESPP"SCJ"-CH/D.G de fecha 22 de Junio del 2020 donde se aprueba la Directiva N°009- 2020-GREL/IESPP"SCJ"-CH/D.G. de fecha 16 de Junio del 2020 sobre disposiciones para normar la elaboración, aprobación y ejecución de los lineamientos de la Investigación con fines de titulación en el IESPP "Sagrado Corazón de Jesús" Chiclayo, la cual ha sido elaborado por la Jefatura de Unidad de Investigación.

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO.- Aprobar el Proyecto de Investigación descriptiva con fines de titulación denominado: **NIVEL DE CONDICIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK, CHICLAYO, 2022.** Asesor, Dr. Rodolfo Néstor IDROGO CUBAS, a favor de los alumnos Juan Carlos DÍAZ ROJAS, Ronaldo HUAMAN GERMAN y Denilton Ronaldo MENDOZA GÓMEZ, de la Carrera Profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA, ESPECIALIDAD: EDUCACIÓN FÍSICA, Promoción: "MAESTROS DE VOCACIÓN, DEJANDO HUELLA EN LA EDUCACIÓN" 2018-2022, del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"-Chiclayo.

Regístrese, Comuníquese y Archívese.



MAV/D.G.
KCSU/JUI.
Bchv/Sec.V



Formamos profesionales líderes en el marco de una educación de calidad

Carreras Profesionales Pedagógicas

- Educación Inicial
- Educación Primaria
- Comunicación
- Ciencias Sociales
- Computación e Informática
- Idiomas: Inglés
- Educación Física

www.iesppscj.edu.pe

Calle Cahuide Nº 427 - José L. Ortiz / Telf.: 074 - 251248 - 074 - 251247

INFORME DEL ASESOR



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

**INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
“SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS”
JOSÉ LEONARDO ORTIZ - CHICLAYO**



INFORME DE ASESORAMIENTO DE TESIS

1. DATOS GENERALES:

1.1. INSTITUCIÓN DE FORMACIÓN DOCENTE:

Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Sagrado Corazón de Jesús”
– Chiclayo.

1.2. TÍTULO DE LA TESIS:

Nivel de condición física en estudiantes de tercer grado de Educación Secundaria de la institución educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

1.3. INVESTIGADORES:

DÍAZ ROJAS Juan Carlos HUAMAN GERMAN Ronaldo
MENDOZA GÓMEZ Denilton Ronaldo

1.4. CARRERA PROFESIONAL:

EDUCACIÓN FÍSICA.

1.5. PROMOCIÓN:

2018– 2022

2. INFORME:

Por el presente informe, doy fe del asesoramiento final de haber asesorado el actual trabajo de investigación, el cual respeta las normas del Ministerio de Educación y el esquema propuesto por el Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Sagrado Corazón de Jesús” para la promoción 2028 - 2022, siendo su estudio de trascendencia e importancia

para la educación.

3. PARTICIPACIÓN Y RENDIMIENTO DE LAS RESPONSABLES DE LA INVESTIGACIÓN:

Los investigadores en todo momento han demostrado esfuerzo, dedicación, espíritu de trabajo, responsabilidad y ética en la búsqueda y tratamiento de la información, la misma que fue pertinente y sistemática, para el desarrollo de la presente investigación de alcance descriptiva; con el propósito de contribuir a la mejora de la educación, en el cual se han seguido rigurosamente los pasos de la investigación científica.

4. OPINIÓN:

Considero que la presente investigación de alcance descriptiva reúne los requisitos indispensables de un trabajo de investigación científica y educativa, por consiguiente, está APTO PARA SER SUSTENTADO Y APROBADO.

José Leonardo Ortiz, 14 de diciembre de 2022

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Rodolfo', with a date stamp '14 de diciembre 2022' overlaid on it.

Dr. Rodolfo Néstor Idrogo Cubas
Asesor

ACTA DE SUSTENTACIÓN



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
"SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"
CHICLAYO

NIVEL DE CONDICIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE TERCER
GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK, CHICLAYO, 2022

Presentación de la tesis al Instituto de Educación Superior Pedagógico Público
"Sagrado Corazón de Jesús" de Chiclayo para optar el título profesional de profesor

CARRERA PROFESIONAL : EDUCACIÓN FÍSICA
PROMOCIÓN : "MAESTROS DE VOCACIÓN, DEJANDO
HUELLA EN LA EDUCACIÓN" 2018-2022.

AUTORES

DÍAZ ROJAS, Juan Carlos

Aprobado por unanimidad

HUAMAN GERMAN, Ronaldo

Aprobado por unanimidad

MENDOZA GÓMEZ, Denilton Ronaldo

Aprobado por unanimidad

JURADO EXAMINADOR

Mg. BALLENA DÍAZ, William José.

Presidente

Mg. RIVADENEYRA SEBERINO, Luis Alberto

Vocal

Dr. ARMAS ÁVILA, Santiago Apóstol

Secretario

José Leonardo Ortiz, de *Julio* del 2024

DEDICATORIA

DEDICATORIA

A Dios, por todas sus bendiciones, amor y la paciencia que me ha brindado para lograr mis metas, por darme la oportunidad de tener una familia y por ser quien guía e ilumina mi camino.

Juan Carlos

A mis padres y hermanos por su gran apoyo incondicional, que sin ellos no hubiera logrado ser la persona que soy. Me formaron con virtudes y valores que hoy en día son mi escudo ante la sociedad.

Ronaldo

A mi familia por su apoyo incondicional para alcanzar mis metas. También para mi asesor quien siempre estuvo presente para dirigirnos y apoyarnos oportunamente.

Denilton

AGRADECIMIENTO

AGRADECIMIENTO

A todas aquellas personas que dieron sus conocimientos y opiniones constructivas, de ánimo, de sapiencia, de colaboración oportuna para que se concretice la presente investigación descriptiva. De veras nuestro agradecimiento a las autoridades de nuestra Institución de Formación Inicial Docente, a nuestros compañeros de aula, a nuestros profesores de las distintas áreas curriculares que nos formaron como ciudadanos del mundo con sabiduría y sentido humano, a los de la especialidad de Educación Física, especialmente a nuestro asesor de tesis Prof. Rodolfo Néstor Idrogo Cubas.

A todos y cada uno de ellos, ¡Muchas gracias!

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

DECLARACIÓN JURADA

Nosotros, DÍAZ ROJAS Juan Carlos, con DNI N° 47929610, HUAMAN GERMAN Ronaldo, con DNI N° 62974114 y MENDOZA GÓMEZ Denilton Ronaldo, con DNI N° 74897061, estudiantes de la carrera profesional de Educación Secundaria, especialidad Educación Física del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Sagrado Corazón de Jesús”, presentamos la tesis titulada: **Nivel de condición física en estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022**

Declaramos bajo juramento que:

1. La tesis es de nuestra autoría.
2. Hemos respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
3. La tesis no ha sido auto plagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún título profesional o grado académico previo.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes para la educación.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar autores), autoplagio, piratería o falsificación. Asumimos las consecuencias y sanciones que de nuestras acciones se deriven, sometiéndonos a la normatividad vigente del I.E.S.P.P. “Sagrado Corazón de Jesús” de Chiclayo.

José Leonardo Ortiz, diciembre del 2022.



ROJAS Juan Carlos DNI
47929610



HUAN GERMAN Ronaldo DNI
62974114



GÓMEZ Denilton Ronaldo DNI 74897061

PRESENTACIÓN

PRESENTACIÓN

Señores honorables miembros del jurado:

Presentamos ante ustedes la tesis titulada Nivel de condición física en estudiantes de tercer grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo - 2022, la misma que ha sido elaborada en concordancia y cumplimiento de las normas establecidas por el MINEDU y el reglamento del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Sagrado Corazón de Jesús”.

La presente investigación pretende proporcionar información relevante sobre el nivel de condición física de los estudiantes de tercer grado de educación secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack de la ciudad de Chiclayo.

Seguros del aporte del presente trabajo, los autores estamos prestos a recoger observaciones y sugerencias que ustedes realicen, las mismas que se tendrán presente en provecho de la sociedad, puesto que todo trabajo de investigación está sujeto permanentemente a las mejoras en concordancia con la ciencia y la tecnología así mismo con la mejora a la calidad educativa.

La investigación presenta cuatro capítulos: en el primero se plantea el problema de investigación, en el segundo capítulo se establece el marco teórico a través de los constructos teóricos, en el tercero se plantea la metodología de la investigación y en el cuarto está referido a los resultados sobre la intervención de la investigación; en cumplimiento del Reglamento de Investigación del IESPP “Sagrado Corazón de Jesús” para obtener el Título profesional de Profesor de educación Secundaria en la carrera profesional de Educación Física.

Los autores

INDICE

ÍNDICE

HOJAS DIRECTIVAS	ii
RESOLUCIÓN DIRECTORAL DE APROBACIÓN DEL INFORME FINAL.....	iii
RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN DE PROYECTO.....	iv
INFORME DE ASESORAMIENTO DE TESIS	vi
ACTA DE SUSTENTACIÓN	viii
DEDICATORIA	xi
AGRADECIMIENTO	xiii
DECLARACIÓN JURADA	xv
PRESENTACIÓN.....	xvii
ÍNDICE.....	xix
ÍNDICE DE TABLAS	xxi
ÍNDICE DE FIGURAS.....	xxii
RESUMEN	xxiv
ABSTRACT	xxvi
INTRODUCCIÓN	xxviii
1.1. Planteamiento del problema	30
1.2. Formulación del problema	33
1.2.1. Problema principal	33
1.2.2. Problemas específicos.....	33
1.3. Objetivos de la investigación	33
1.3.1. Objetivo general	33
1.3.2. Objetivos específicos.....	34
1.4. Justificación de la investigación	34
1.4.1. Justificación teórica	35
1.4.2. Justificación práctica.....	35
1.4.3. Justificación metodológica	36
1.5. Delimitación de la investigación	36
1.5.1. Epistemológica.	36
1.5.2. Espacial.....	36
1.6. Temporal	37
2. CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	39
2.1. Antecedentes de la investigación	39
2.2. Bases teóricas de la variable	42
2.2.1. Teoría de la condición física: Ley de Selye (Síndrome general de adaptación- SGA).....	42

2.2.2.	Condición física	43
2.3.	Definición de términos básicos	44
3.	CAPÍTULO III. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	47
3.1.	Variables de investigación - Operacionalización de variables	47
3.2.	Tipo, nivel y diseño de investigación	48
3.2.1.	Tipo de investigación	48
3.2.2.	Diseño y alcance de la investigación.....	48
3.2.3.	Población y muestra	49
3.3.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	50
3.4.	Consideraciones éticas.....	52
4.	CAPÍTULO IV. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	54
4.1.	Descripción de resultados	54
4.2.	Discusión de resultados	64
	CONCLUSIONES	69
	RECOMENDACIONES	72
	REFERENCIAS.....	74
	ANEXOS.....	81
	ANEXO N° 01	82
	ANEXO N° 02.....	84
	ANEXO N° 03	86
	ANEXO N° 04	91
	ANEXO N° 05	94
	ANEXO N° 06	95
	ANEXO N° 07	96

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	49
Tabla 2	49
Tabla 3	54
Tabla 4	55
Tabla 5	56
Tabla 6	58
Tabla 7	59
Tabla 8	60
Tabla 9	61
Tabla 10	63

ÍNDICE DE FIGURAS

Ilustración 1	43
Ilustración 2	54
Ilustración 3	56
Ilustración 4	57
Ilustración 5	58
Ilustración 6	59
Ilustración 7	60
Ilustración 8	62
Ilustración 9	63

RESUMEN

RESUMEN

La presente investigación tiene como propósito determinar el nivel de condición física de los estudiantes de tercer grado de educación secundaria de la Institución Educativa “Monseñor Juan Tomis Stack”, Chiclayo, 2022, ya que en nuestra prácticas preprofesionales se observó que los estudiantes presentan dificultades en el desarrollo de sus capacidades físicas que se evidencian en su cansancio rápido cuando corren o están jugando, poca fuerza al lanzar los balones de basquetbol a la canasta, al sacar en voleibol el balón no llega al campo contrario, además reaccionan lentamente frente a estímulos. La muestra fue conformada por veinticinco estudiantes que fueron evaluados con los test físicos. La investigación tiene un diseño de investigación no experimental, de alcance descriptivo simple.

Resultados significativos: La condición física de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022 se encuentra en el nivel necesita mejorar: la fuerza explosiva del tren inferior, la resistencia de la fuerza del tren superior y otros que se explicitan al final del presente informe de investigación.

Palabras clave: Condición física, capacidades físicas, fuerza, resistencia, flexibilidad.

ABSTRACT

ABSTRACT

The purpose of this research is to determine the level of physical condition of third- grade secondary students of the “Monseñor Juan Tomis Stack” Educational Institution, Chiclayo, 2022, since in our pre-professional practices it was observed that students present difficulties in the development of their physical abilities that are evidenced in their rapid fatigue when they run or are playing, little force when throwing the basketball to the basket, when taking out in volleyball the ball does not reach the opposite field, also react slowly to stimuli. The sample was made up of twenty-five students who were evaluated with the physical tests. The research has a simple descriptive research design.

Significant results: The physical condition of third-grade students of the Monsignor Juan Tomis Stack Educational Institution, Chiclayo, 2022 is at the level that needs improvement: the explosive force of the lower train, the strength strength of the upper train and others that are explained at the end of this research report.

Keywords: Physical condition, physical abilities, strength, resistance, flexibility.

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud - OMS (2019) más del 80% de los adolescentes en edad escolar de todo el mundo, en concreto, el 85% de las niñas y el 78% de los niños no llegan al nivel mínimo recomendado de una hora de actividad física al día. Los niveles de actividad física insuficiente que se observan entre los adolescentes son extremadamente altos, y eso supone un peligro para su salud actual y futura.

La presente investigación titulada: “Nivel de condición física en estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022”, aborda el problema del deficiente desarrollo de la condición física que presentan los estudiantes de tercer grado, en relación a sus capacidades físicas de fuerza, resistencia y flexibilidad, así mismo, su índice de masa corporal y perímetro abdominal.

Frente a esta problemática se determinó el nivel de la condición física en las áreas antropométrica, rendimiento muscular, flexibilidad y resistencia cardiorrespiratoria de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

La presente investigación está estructurada de la siguiente manera:

Capítulo I, se describen el problema de investigación, el cual abarca: el planteamiento del problema, la formulación del problema, objetivos de la investigación, hipótesis, la justificación y las limitaciones encontradas.

En el capítulo II, se presenta el marco teórico y conceptual donde se evidencian antecedentes de la investigación a nivel internacional, nacional y local; las bases teóricas y la definición de términos básicos.

En el Capítulo III, se evidencia la metodología de la investigación: la operacionalización de las variables, el tipo, nivel y diseño de investigación, también se identifica la población y muestra, las técnicas e instrumentos utilizados para recoger información, así como el análisis de los datos.

En el Capítulo IV, se desarrolla la presentación, análisis e interpretación de resultados, mediante la descripción de resultados, contraste de hipótesis y discusión de resultados. De esta manera se evidencian los resultados y las conclusiones generales, y se hacen sugerencias.

CAPITULO I
PROBLEMA DE
INVESTIGACIÓN

CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.

1.1. Planteamiento del problema

La condición física en los adolescentes es un aspecto crucial de su salud y bienestar general. Se refiere al nivel de capacidad física y aptitud que poseen los jóvenes en áreas como la composición corporal o antropométrica, al rendimiento muscular, a la flexibilidad y la resistencia cardiorrespiratoria. Este período de la vida es esencial para establecer hábitos saludables que pueden influir en la salud a lo largo de toda la vida adulta.

La mala condición física se puede definir como un estado en el cual el cuerpo humano no alcanza un nivel adecuado de salud, fuerza, resistencia y capacidad funcional para realizar actividades cotidianas o físicamente exigentes. Lo mencionado se podría deber a una sucesión de factores tanto físicos como psicológicos, y su impacto puede variar desde la fatiga y la falta de energía hasta el aumento del riesgo de enfermedades crónicas. Sus causas pueden ser variadas, como el estilo de vida sedentaria, dieta inadecuada, factores genéticos, enfermedades crónicas como la diabetes, estrés, falta de sueño o la edad.

La inactividad física, que conlleva a una mala condición física, se posiciona en cuarto lugar como factor de riesgo más relevante en la mortalidad global, siendo responsable del 6% de las muertes a nivel mundial. Además, el sedentarismo es considerado como causa del 21% y el 25% de enfermedades como cáncer, casos de diabetes 27% y cardiopatía 30% (OMS, 2020).

A nivel internacional

Según la OMS (2018), La insuficiente actividad física es cusa principal causa de enfermedad y discapacidad en el planeta, y los adolescentes no son una excepción”, Dicha inactividad genera posteriormente enfermedades

cardiovasculares y otros problemas de salud en la edad adulta. (Ortega, F., Ruiz, J., Castillo, M. & Sjöström, M., 2019).

Según lo que afirman Ng, M., Fleming, T., Robinson, M., Thomson, B., Graetz, N., Margono, C., & Gakidou, E. (2018), la inactividad física no solo es un problema de los adolescentes para su vida futura sino para su presente, ya que la obesidad y el sedentarismo entre los adolescentes es una preocupación global que requiere una acción urgente y coordinada a nivel mundial, nacional y local”, sin dejar de considerar los malos hábitos alimenticios y la presencia de la llamada “comida chatarra” en restaurantes y otros lugares.

Vásquez, Zelada y García (2019) identifican la coexistencia de obesidad y desnutrición, fenómeno que se denomina “doble carga de la malnutrición”. En su estudio realizado en Honduras, se evidencia sobre peso, obesidad y desnutrición en estudiantes. Además, los autores señalan que los estudiantes varones practican mayor ejercicio físico que las damas.

La obesidad y sobre peso últimamente ha sido alarmante, lo que conlleva un mayor riesgo de complicaciones graves de salud en adolescentes chilenos, y un incremento en la probabilidad de desarrollar enfermedades y sufrir una muerte prematura en la adultez. El sedentarismo se ha identificado como un problema principal de salud en la población debido a la disminución de la ejercitación física física entre los adolescentes chilenos. El ejercicio físico ha demostrado tener una correspondencia inversa con el sobrepeso y la obesidad. Este tipo de actividad, conocida como condición física, incluye la capacidad aeróbica, que se considera uno de los componentes más cruciales (Muros, Cofre, Zurita, Castro, Linares, & Chacón, 2018).

Según Morenilla e Iglesias (2012), citados por Valdés y Yanci (2018),

hay una correlación entre la salud y condición física, donde resalta la importancia de practicar ejercicios de resistencia aeróbica y anaeróbica.

Una baja condición física puede afectar significativamente el desarrollo de los seres humanos en diversas áreas, incluyendo aspectos psicológicos (emociones), físicos y sociales (aislamiento y relaciones interpersonales). En niños y adolescentes con mala condición física, es posible que encuentren “dificultades para desarrollar plenamente sus habilidades motoras gruesas y finas, esenciales en actividades como la escritura. En adolescentes, una condición física deficiente puede manifestarse en problemas como obesidad, lentitud en la realización de actividades, fatiga, somnolencia, cansancio y baja autoestima, lo que podría contribuir al aumento del acoso escolar, la ansiedad y depresión (Chaparro et al., 2019).

A nivel regional

En la Región Lambayeque, un informe de la Gerencia Regional de Salud (Geresa) revela que el 3% de los niños y adolescentes presenta problemas de obesidad, al igual que el 7% de los adolescentes que reciben atención a través del Ministerio de Salud, con una tendencia al alza en estas cifras. Además, los distritos con mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad incluyen a Chiclayo, Jayanca, Zaña, San José, Chongoyape y Monsefú, afectando no solo a niños y adolescentes, sino también a adultos, debido al sedentarismo y al uso excesivo de la tecnología que limita la actividad física (La Industria, 2019).

Durante el desarrollo de nuestras prácticas pre profesionales, se pudo evidenciar, a través de la observación y anotación en nuestros diarios de clases, en la Institución Educativa de Educación Secundaria “Monseñor Juan Tomis Stack” que un considerable número de estudiantes del tercer grado de secundaria presentan dificultades para realizar actividades físicas,

por ejemplo: se cansan rápidamente cuando corren o están jugando, al lanzar los balones de basquetbol no llegan a la canasta, cuando sacan en voleibol el balón no llega al campo contrario, reaccionan lentamente frente a estímulos, por ello consideramos que hay la necesidad de determinar el nivel de condición física de los estudiantes para que sirva de información significativa para que otros investigadores la utilicen, la profundicen o la relacionen con otra u otras variables

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema principal

¿Cuál es la condición física de los estudiantes de tercer grado de educación secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel antropométrico de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?
- ¿Qué nivel de rendimiento muscular presentan los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?
- ¿Cuál es el nivel de flexibilidad de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?
- ¿Qué nivel de resistencia cardiorrespiratoria presentan los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar el nivel de la condición física de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan

Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel antropométrico de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.
- Describir el grado de rendimiento muscular presentan los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022
- Identificar el nivel de flexibilidad en los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022
- Describir el nivel de resistencia cardiorrespiratoria en los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

1.4. Justificación de la investigación

En los últimos años se han originado importantes cambios en la sociedad, producto de la globalización, que han repercutido en los estilos de vida de las personas, teniendo en cuenta que estilo de vida es cualquier acción que realiza un individuo para satisfacer sus necesidades, en su bienestar.

La condición física tiene un rol importante en la salud y bienestar de los individuos en todas las etapas de la vida. Investigaciones previas han demostrado consistentemente que niveles adecuados de condición física están asociados con una reducción del riesgo de enfermedades crónicas, una mejor calidad de vida y un mayor rendimiento cognitivo y funcional (Blair, Kampert, Kohl, Barlow, Macera, Paffenbarger & Gibbons (2016).

Encontraron Blair et al. (2016) que la baja condición física está relacionada con un mayor riesgo de mortalidad por enfermedades cardiovasculares y otras causas, independientemente del peso corporal o

la presencia de factores de riesgo metabólicos.

Entendiéndose que la justificación de una investigación es probar su fundamento, con argumentos convincentes o razones suficientes que evidencien el beneficio en los aspectos teóricos, metodológicos y prácticos; planteamos a continuación.

1.4.1. Justificación teórica

Con el propósito de argumentar, verificar, rechazar, confrontar o aportar aspectos de alguna teoría, contrastar resultados de investigaciones, se realiza una justificación teórica, (Chavarría, sf). Por ello es que, a pesar de que hay mucha información teórica especializada respecto a la condición física de las personas nos parece insuficiente la información a nivel local, específicamente de nuestros estudiantes, es por ello que se considera necesario y trascendente tener información teórica para contribuir a una comprensión más completa de la importancia de la condición física, aportar conocimientos para generar reflexión y conciencia en la sociedad en general, contribuyendo así a ampliar y aportar datos relevantes de los estudiantes del grupo de estudios, que serán de interés para los docentes de la IE Juan Tomis Stack y profesionales o personas relacionadas con esta investigación, que sirve como base de información para futuros investigadores.

1.4.2. Justificación práctica

Según (Chavarría, sf), una justificación de una investigación es práctica cuando “ayudará a la solución de problemas. En ese sentido esta investigación llena relativamente el vacío de escasa información escrita respecto al acondicionamiento físico de los alumnos del grupo de estudios IE Juan Tomis Stack, además que invitará a los profesores de Educación Física y Directivos de la institución a plantear posteriormente alternativas para adecuar el currículo a la condición física de los alumnos y desarrollarla al máximo nivel posible, implementando un conjunto de lineamientos y políticas institucionales para su cumplimiento en los procesos de enseñanza y aprendizaje de la Educación Física.

1.4.3. Justificación metodológica

El aporte con nuevos métodos, técnicas, instrumentos, modelos o estrategias de investigación, para generar conocimiento válido y confiable es el propósito de la justificación metodológica en una investigación. El objetivo es determinar el nivel de la condición física en las áreas antropométrica, rendimiento muscular, flexibilidad y resistencia cardiorrespiratoria de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo en el año 2022. Para lograr tal objetivo se diseñó, elaboró y validó por expertos un instrumento de recojo de información diseñados por los autores, que permitió determinar la condición física de los estudiantes del grupo de estudio. Para ello se utilizó una metodología cuantitativa para su respectiva sistematización y presentación de los datos obtenidos y luego poder realizar aseveraciones y conclusiones referidas a la condición física de los estudiantes del grupo de estudio.

1.5. Delimitación de la investigación.

1.5.1. Epistemológica.

El trabajo de investigación corresponde al enfoque cuantitativo y el método inductivo. Para la recolección de datos se utiliza instrumentos de recogida de datos cuantitativos, se miden las variables en un determinado contexto específico, la I.E. Monseñor Juan Tomis Stack. Este tipo de investigación tiene un alcance descriptivo (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2014, p.26).

Esta investigación se fundamenta en el paradigma positivista utilizando un enfoque cuantitativo de alcance descriptivo simple, lo cual describe los niveles de condición física de los estudiantes del tercer grado de Educación Secundaria de la I. E. Juan Tomis Stack.

1.5.2. Espacial

El diagnóstico, la problematización de la realidad problemática, su propósito u objetivos, la recogida de datos en cada una de las unidades de

análisis y otros se circunscriben a la muestra de una de las aulas del tercer grado de Educación Secundaria de la Institución Monseñor Juan Tomis Stack de la ciudad de Chiclayo.

1.6. Temporal.

La duración de la presente investigación estuvo enmarcada en un período de 7 a 8 meses del año 2022, porque al desarrollarla, desde el proyecto de investigación, su aplicación, ejecución y análisis de resultados fueron necesarios para que los datos recogidos y sus resultados sean válidos y confiables. Además, por ser una investigación en el campo educativo coincide con el período del año académico de los estudiantes de Educación Básica Regular.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2. CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.

2.1. Antecedentes de la investigación

A continuación, presentaremos algunos referentes de investigación, resumen de artículos científicos, tesis de grado que nos permitan recoger información para comprender el presente trabajo de investigación que guardan relación con nuestras variables de estudio, así como también algunas aclaraciones conceptuales.

Entre los estudios de investigación tenemos:

A nivel internacional

Ariel (2019) en Colombia, en su investigación titulada relación entre capacidades físicas condicionales en niños de Guavatá y Puente Nacional, España. Como objetivo se tuvo relacionar las capacidades físicas condicionales de los estudiantes de 9 a 17 años. El estudio fue de tipo correlacional con un enfoque cuantitativo. Como resultados se obtuvo la relación entre fuerza resistencia, aceleración, velocidad cíclica, fuerza explosiva y volumen de oxígeno.

Por otro lado, Moreno (2020), en su estudio realizado en Ecuador, titulado Condición física de estudiantes de 13 a 16 años de la ciudad de Atuntanqui, tuvo como objetivo calificar la condición física de los estudiantes integrantes de la muestra. Está basado en un enfoque cuantitativo diseño cuasi experimental, incluyó una muestra de 54 adolescentes de ambos géneros. Los instrumentos utilizados fueron el test ISAK para la medición de parámetros físicos. Los resultados mostraron que ambos géneros presentaron un IMC normal, con niveles excelentes en fuerza para los varones y aceptables para las mujeres, mientras que en flexibilidad, ambos géneros mostraron niveles excelentes.

Finalmente, Gutiérrez, Sierra y Villarraga (2017) en Colombia, en su investigación titulada aplicación de intervalos de alta intensidad para

mejorar la condición física en estudiantes de educación secundaria, se propusieron determinar la influencia de ejercicios de intensidad alta en las capacidades físicas básicas condicionales de adolescentes.

Empleando una metodología cuantitativa cuasi-experimental, la muestra incluyó 48 adolescentes, separados en dos grupos control y experimental. Los integrantes del grupo experimental realizaron ejercicios de alta intensidad durante ocho semanas, con dos sesiones semanales. Los resultados, obtenidos mediante técnicas estadísticas descriptivas y analizados en el programa SPSS, revelaron mejoras significativas en la potencia aeróbica, medida por la prueba de Course Navette, y en la frecuencia de flexiones de brazos y la velocidad, en el grupo experimental. Estas investigaciones tienen una estrecha relación con nuestro trabajo, ya que abordan el estudio de diversas capacidades motoras.

A nivel nacional

Ramírez (2022), en su estudio realizado en Huánuco, Perú, titulado estado nutricional y condicionamiento físico en estudiantes de Huanaco en el año 2022. Se señaló como objetivo identificar la correlación entre la nutrición y condición física en la muestra seleccionada. La muestra estuvo compuesta por 74 deportistas. Para la recolección de datos, se utilizaron pruebas de medición de capacidades físicas y de evaluación nutricional, contrastándose las hipótesis con un valor de $p < 0,05$. Los resultados indicaron que el 51,3% de las deportistas presentaron una condición física regular, el 36,5% mostraron un acondicionamiento físico bueno y el 12,2% un deficiente acondicionamiento físico. En cuanto al estado nutricional, el 73,0% tenía un estado nutricional normal, el 18,9% presentaba delgadez y el 8,1% sobrepeso. La conclusión del estudio fue que existe correlación favorable entre nutrición y el acondicionamiento físico, confirmándose la hipótesis propuesta.

Quiñones (2018), en su tesis actividad física y comportamiento sedentario e índice masa corporal, señala el objetivo identificar el grado de relación entre el sedentarismo personal, el nivel de actividad física y el IMC.

La investigación fue observacional, cuantitativo, descriptivo y de corte transversal, y contó con la participación de 103 adolescentes de primero a quinto año de secundaria. Se realizaron encuestas, además de controles de peso y talla para calcular el Índice de Masa Corporal (IMC). Las conclusiones indicaron una relación favorable entre el IMC, comportamiento sedentario y actividad física.

A nivel local

Sánchez (2017), en Monsefú, desarrolló la tesis titulada aplicaciones de TIC, para mejorar la calidad de vida. El objetivo principal de este estudio fue diseñar una propuesta que utilice aplicaciones móviles como recursos didácticos para potenciar la habilidad de incorporar prácticas que su estilo de vida entre la muestra de estudiantes.

La investigación contó con una muestra de 43 estudiantes, quienes inicialmente fueron evaluados para identificar y confirmar la existencia del problema en cuestión. Una vez verificado el problema, se procedió a elaborar una proposición nombrada "Estrategias basados en aplicativos para el desarrollo de capacidades en el área de Educación Física. Para llevar a cabo este estudio, se aplicó una encuesta diagnóstica a los estudiantes con el fin de determinar el nivel de desarrollo de la capacidad focalizada. Posteriormente, se analizó la problemática y se diseñó la propuesta sustentada en las teorías constructivista, construccionista y conectivista, integrando aplicaciones móviles como herramientas didácticas destinadas a mejorar el proceso de aprendizaje de los estudiantes involucrados en la investigación.

Comentario: El estudio realizado por Sánchez guarda una estrecha relación con nuestra investigación, ya que se enfoca en identificar y promover actividades físicas que pueden ser impartidas de manera virtual para mejorar la condición física de los estudiantes. Además, reconoce que, en la actualidad, una de las características destacadas entre los adolescentes de nuestra sociedad es la creciente preocupación por adoptar estilos de vida saludables, evidenciada en el aumento de prácticas

deportivas no competitivas y la proliferación de gimnasios en la ciudad.

2.2. Bases teóricas de la variable

2.2.1. Teoría de la condición física: Ley de Selye (Síndrome general de adaptación- SGA)

El fisiólogo canadiense Hans Selye, a través de sus investigaciones, demostró que cuando el organismo enfrenta un desequilibrado estado debido a un agente exterior, producto del estrés. Estos ajustes tienen como objetivo restablecer el equilibrio en las funciones del organismo afectado (García y García, 2010).

Asimismo, Selye descubrió que, aunque los ajustes fisiológicos varían según el agente estresante, la manera en que estos se manifiestan sigue una secuencia común e inespecífica, independientemente del estímulo. Le denominó Síndrome General de Adaptación (S.G.A.).

En las personas, esta adaptación puede ser inconsciente o elemental, como la adaptación al clima, al medio ambiente o a procesos de desarrollo, lo cual ocurre de manera natural en un proceso evolutivo vital (Vinuesa y Coll, 1987). También existe una adaptación consciente, en la cual el ser humano provoca una adaptación deliberada en su organismo, como en el caso del ejercicio físico, o ante amputaciones y problemas físicos resultantes de accidentes.

Reacción de alarma: Se produce una ruptura del equilibrio en el organismo, y de inmediato se activan todos los mecanismos necesarios para realizar los ajustes ante el agente estresante, como los sistemas hormonal, cardiovascular y químico, con el fin de restablecer el equilibrio.

Estado de resistencia: Una vez que el organismo ha realizado los ajustes necesarios, este resiste la acción del agente estresante, recuperándose del choque inicial.

Si la acción del estímulo persiste, pueden ocurrir dos posibles

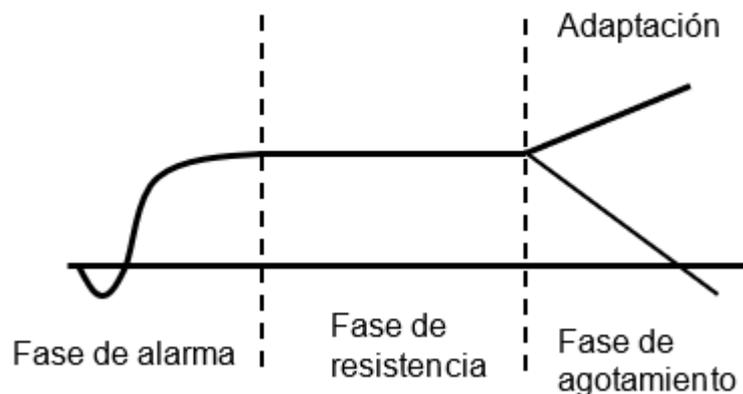
resultados:

Agotamiento: Si el organismo se agota, los ajustes se alteran y la resistencia ante cualquier estímulo disminuye, debilitando así al organismo.

Adaptación: Si el organismo logra adaptarse, no solo restaura sus niveles previos, sino que incluso los supera, volviéndose más resistente al estímulo o agente estresante. Este fenómeno es conocido como "supercompensación". Sin embargo, este beneficio extra es temporal, y si no se presenta un nuevo estímulo similar, el organismo vuelve a sus niveles anteriores, perdiendo el efecto de la supercompensación.

Ilustración 1

Fases del Síndrome General de Adaptación



Nota: Modificado de Álvarez (1983)

2.2.2. Condición física

Es un conjunto de caracteres físicos que se pueden evaluar en los individuos y que están relacionados con su cualidad para realizar ejercicio físico (Caspersen, Powell y Christenson, 1985, citados por Delgado, Machado y Álvarez, 2017). Estos atributos se dividen en dos categorías principales: aquellos vinculados con el bienestar físico y mental y los asociados con el performance deportivo (Caspersen et al., 1985, citados por Delgado et al., 2017).

La correlación entre condición física y ejercicio físico es recíproca, ya que relkizar ejercicio físico mejora la condición física, incluyendo aspectos como la antropometría, el rendimiento muscular, lo que facilita la ejecución de tareas motrices.

2.3. Definición de términos básicos

- **Condición física**
Se refiere al nivel de rendimiento de una persona, involucrando la interacción energética entre el organismo y los músculos (Sánchez, 2018).
- **Ejercicio físico**
Es una forma específica de actividad física que se planifica, estructura y repite con el propósito de mejorar ell estado físico (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2018).
- **Flexibilidad**
Es la capacidad de mivilizar una articulación o varias de ellas, según la amplitud de movimientos sin experimentar restricciones ni dolor (Bennassar, 2002, p. 500).
- **Fuerza**
La fuerza es la habilidad de generar tensión dentro de los músculos bajo ciertas condiciones específicas. Es una capacidad que se desarrolla rápidamente, pero también se pierde con facilidad (Bennassar, 2002, p. 462).
- **Resistencia**
La resistencia se describe como la capacidad física y mental de soportar la fatiga durante esfuerzos prolongados y de recuperarse rápidamente después de ellos. Metabólicamente, se distingue entre resistencia aeróbica y anaeróbica (Ros, 2007, p. 22).

- Velocidad

La velocidad es una capacidad compleja que combina propiedades funcionales como la fuerza y la coordinación, permitiendo regular, según los parámetros de tiempo (Bennassar, 2002, p. 484).

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA

INVESTIGACIÓN

3. CAPÍTULO III. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Variables de investigación - Operacionalización de variables

VARIABLE DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	UNIDAD
Condición física	Es la capacidad de realizar tareas de la vida cotidiana con vigor y efectividad, y con suficiente energía para disfrutar del tiempo libre y la recreación, sin caer en la excesiva fatiga y previniendo la aparición de lesiones (Lamela, 2009).	La condición física será entendida como el análisis de los componentes de antropometría, rendimiento muscular, flexibilidad y resistencia cardiorrespiratoria.	Antropometría	Índice de masa corporal (IMC)	Bajo peso: $IMC < 16.5$ Normal: $16.5 < IMC \leq 22.6$ Sobre peso: $22.6 < IMC \leq 26$ Obesidad: $IMC > 26$	Kg/m ²
				Perímetro de cintura (P)	Sin riesgo: $P < 0.55$ Con riesgo: $P \geq 0.55$	m
			Rendimiento muscular	Salto largo a pies juntos (SL)	Necesita mejorar: $SL < 177$ Aceptable: $177 < SL \leq 188$ Destacado: $SL > 188$	cm
				Abdominales cortos (AC)	Necesita mejorar: $AC \leq 16$ Aceptable: $AC > 16$	repeticiones
				Flexo extensión de codos (F)	Necesita mejorar: $F \leq 19$ Aceptable: $19 < F \leq 22$ Destacado: $F > 22$	repeticiones
			Flexibilidad	Flexión de tronco adelante (FTA) (Wells-Dillon adaptado).	Necesita mejorar: $FTA \leq 32$ Aceptable: $32 < FTA \leq 35$ Destacado: $FTA > 35$	repeticiones
			Resistencia cardiorrespiratoria	Resistencia cardiovascular (RC). (test de <u>Cafra</u>)	Aceptable: $RC \leq 160$ Necesita mejorar: $RC > 160$	<u>Puls/min</u>
				Resistencia aeróbica máxima (RAM). (test de <u>Navette</u>)	Necesita mejorar: $RAM \leq 6$ Aceptable: $6 < RAM \leq 9$ Destacado: $RAM > 9$	<u>Puls/min</u>

3.2. Tipo, nivel y diseño de investigación

3.2.1. Tipo de investigación

El estudio en cuestión se clasifica como descriptiva simple. Según Hernández, Fernández y Baptista (2010), estos estudios se enfocan en valorar y recoger datos sobre dimensiones consideradas, con el propósito de conseguir información pertinente a fin de alcanzar conclusiones sobre la investigación.

3.2.2. Diseño y alcance de la investigación

El diseño adoptado es de tipo no experimental y transversal. Hernández, Fernández y Baptista (2019) definen la investigación no experimental como aquella en la que no se manipulan deliberadamente las variables; es decir, no se alteran intencionalmente las variables independientes para observar sus efectos en otras variables. El carácter transversal del estudio se debe a que la recolección de datos se realiza en un único punto en el tiempo.

Según Sánchez y Reyes (2015), en su libro Metodología y Diseños en la investigación científica (p. 77), el alcance de la investigación es descriptivo simple. El diagrama que ilustra este alcance es el siguiente:



Donde:

- **M** representa la muestra.
- **O** simboliza la información relevante que se obtendrá de la muestra a través de la aplicación de una ficha de observación.

3.2.3. Población y muestra

Población.

La población objeto de estudio está compuesta por 104 estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022. Los detalles de la población se presentan a continuación:

Tabla 1

Población de estudiantes tercer grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022

N° de secciones	Varones	Mujeres	TOTAL
Tercero A	14	13	27
Tercero B	12	13	25
Tercero C	14	13	27
Tercero D	13	12	25
TOTAL	53	5	104

Nota. Elaborado por el equipo de investigación en base a la nómina de matrícula.

Muestra de estudio

La muestra está conformada por 25 estudiantes del tercer grado “B” de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

Tabla 2

Muestra de estudiantes del tercer grado de secundaria de la institución

N° De secciones	Varones	Mujeres	TOTAL
Tercero B	12	13	25
TOTAL	12	13	25

Nota: Elaborado por el equipo de investigación en base a la nómina de matrícula.

Muestreo

Este estudio utiliza un muestreo no probabilístico intencional o criterial, en el cual la representatividad de la muestra se basa en la opinión o intención específica del investigador que selecciona a los participantes (Sánchez & Reyes, 1998, p. 117).

3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas de gabinete

Técnica de fichaje

La técnica del fichaje sirvió para seleccionar información teórica de las diferentes teorías, constructos de la ciencia que orientará el trabajo de investigación. Permitió organizar el marco teórico y los antecedentes de estudio para una orientación del trabajo.

Para la concreción se utilizó los siguientes instrumentos:

Fichas de resumen.

Establece una síntesis de la información teórica consultada de las fuentes de información. Se utilizó para sintetizar la información respecto a la problemática detectada, los antecedentes, el marco teórico y el marco conceptual.

Fichas bibliográficas.

Constituyen el registro de fuentes consultadas a expertos sobre las variables de estudio. Se utilizó para determinar los asientos y referencias bibliográficas de las fuentes consultadas.

Fichas textuales.

Se establecen en una traducción literal de las fuentes bibliográficas al trabajo de investigación. Son los aportes temáticos de los autores en razón de las variables de estudio. Se utilizó para transcribir párrafos que se relacionaban directamente con la variable de estudio.

Fichas de comentario.

Se constituyen en un aporte de los autores a la investigación a partir de análisis trabajado en los constructos teóricos.

Técnicas de campo.

Para recolectar los datos necesarios, se empleó el instrumento validado por la Agencia de Calidad de Educación de Chile (2018) y utilizado en el estudiante de 13, 14 y 15 años a nivel nacional. Este instrumento ayuda a identificar el nivel de acondicionamiento físico de discentes al final de la Educación Básica, proporcionando evidencias y orientaciones para futuras mejoras. La escala permite identificar el nivel de desarrollo de la condición física en estudiantes de tercer grado, evaluando áreas como antropometría, rendimiento muscular, flexibilidad y resistencia cardiorrespiratoria.

El instrumento aplicado consistió en una ficha de observación con ocho aspectos. La confiabilidad de esta herramienta se determinó mediante el procedimiento de estabilidad, también conocido como prueba-reprueba, en el cual se administra el mismo instrumento en dos ocasiones diferentes al mismo grupo, tras un intervalo adecuado (Hernández & Mendoza, 2020, p. 323). Para evaluar la condición física en la muestra de estudio, se aplicó el instrumento a un grupo reducido de cinco estudiantes en dos momentos diferentes, obteniendo un coeficiente de correlación muy positivo de 0,89.

Se coordinó con la directora de la institución para obtener la autorización necesaria para su aplicación. El análisis de los datos se llevó a cabo utilizando métodos descriptivos, que incluyeron la distribución de frecuencias, porcentajes y representaciones gráficas, empleando hojas

de cálculo de Excel y el software Statistical Package for the Social Sciences/Personal Computer Plus (SPSS/PC+).

3.4. Consideraciones éticas

La investigación obtuvo la debida autorización del director y del personal docente de la institución educativa. Se garantizó la privacidad de los participantes, el respeto hacia ellos en todo momento y la confidencialidad de los datos recopilados, asegurando que las respuestas se manejaran con la máxima precisión sin emitir juicios sobre su validez.

La investigación estableció las siguientes consideraciones éticas:

- El tema de investigación se seleccionó en respuesta a una necesidad identificada por los propios estudiantes.
- Los intereses de los investigadores no prevalecerán sobre las necesidades de los estudiantes.
- Los investigadores cuentan con la capacitación y las condiciones adecuadas para aplicar la metodología de investigación cuantitativa.

CAPÍTULO IV
PRESENTACIÓN,
ANÁLISIS DE
INTERPRETACIÓN DE
RESULTADOS

4. CAPÍTULO IV. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Descripción de resultados

Este capítulo corresponde a los resultados obtenidos en la presente investigación, recogidos a través del instrumento utilizado:

Objetivo N° 01

El objetivo Identificar el nivel de antropometría, con sus indicadores: índice de masa corporal y perímetro de cintura, se ha logrado y los resultados se presentan a continuación teniendo en cuenta la frecuencia y porcentajes en cada una de las dimensiones.

Tabla 3

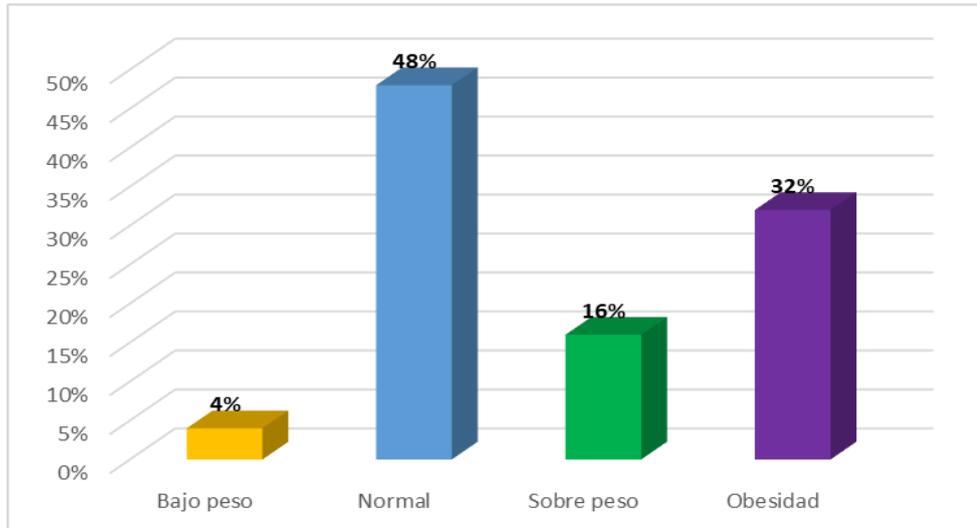
Índice de masa corporal de estudiantes tercer grado “B”.

Categorías	Frecuencia absoluta simple	Frecuencia porcentual simple
Bajo peso	1	4%
Normal	12	48%
Sobre peso	4	16%
Obesidad	8	32%
Total	25	100%

Nota: Elaborado por el equipo de investigación en base a los resultados de la aplicación de la ficha de observación a los estudiantes de la muestra.

Ilustración 2

Índice de masa corporal de estudiantes tercer grado “B”



Nota: Elaborado por el equipo de investigación en base a los resultados de la tabla 3.

De 25 estudiantes evaluados que hacen el 100%, 1 estudiante que equivale al 4% se ubicó en la categoría bajo de peso, 12 estudiantes (48%) se ubicaron en la categoría normal, 4 estudiantes (16%) se ubicó en la categoría sobre peso y 8 estudiantes (32%) se ubicaron en la categoría obesidad en relación con su peso y talla.

El mayor porcentaje de estudiantes se encuentra en la escala normal, lo que implica que el grupo realiza actividad física suficiente y consume alimentos necesarios para mantener una relación aceptable entre su peso y talla.

Tabla 4

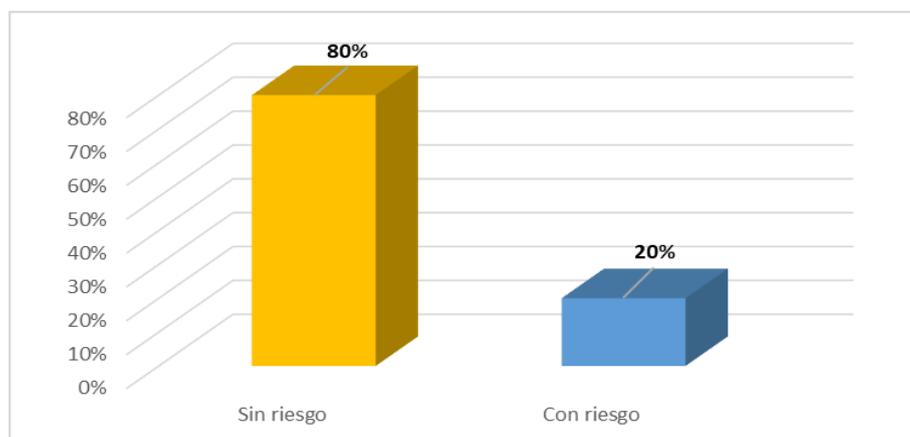
Perímetro de cintura de estudiantes tercer grado "B".

Categorías	Frecuencia absoluta simple	Frecuencia porcentual simple
Sin riesgo	20	80%
Con riesgo	5	20%
Total	25	100%

Nota: Elaborado por el equipo de investigación en base a los resultados de la aplicación de la ficha de observación a los estudiantes de la muestra.

Ilustración 3

Perímetro de cintura de estudiantes tercer grado "B" de Educación Secundaria



Nota: elaborado por el equipo de investigación en base a la tabla 4

De 25 estudiantes encuestados que hacen el 100%, 20 estudiantes que equivale al 80% se ubicaron en la categoría sin riesgo, 5 estudiantes (20%) se ubicaron en la categoría con riesgo, con relación a la acumulación de de tejido adiposo en la barriga.

El mayor porcentaje de estudiantes se encuentra en la escala sin riesgo, lo que implica que los estudiantes que la acumulación de grasa en la zona central del cuerpo es aceptable y los factores de riesgo cardiovascular son mínimos.

Objetivo N° 02

El objetivo describir el grado de rendimiento muscular que presentan los estudiantes, se ha logrado y los resultados se presentan a continuación teniendo en cuenta la frecuencia y porcentajes en cada una de las dimensiones.

Tabla 5

Condición del salto largo de los estudiantes del tercer grado "B" de Educación Secundaria.

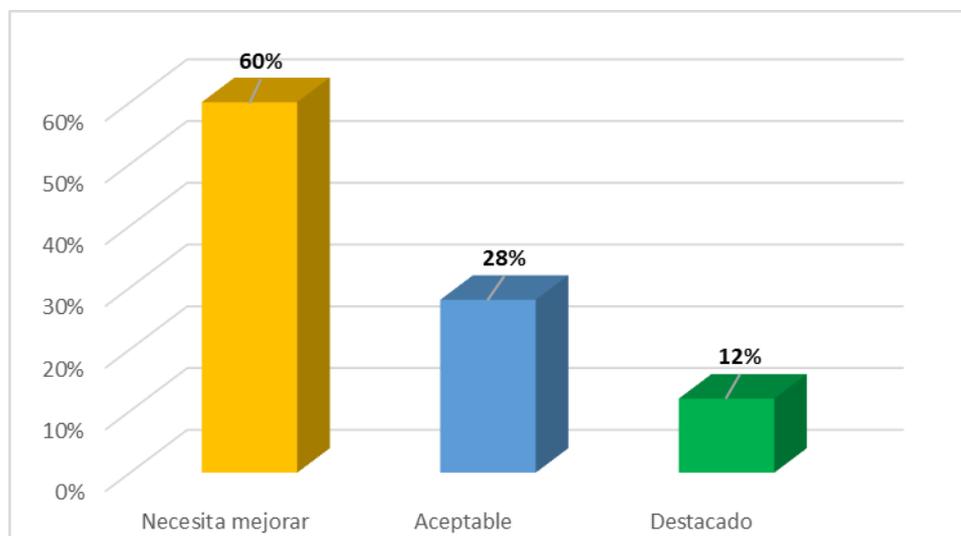
Categorías	Frecuencia absoluta simple	Frecuencia porcentual simple
Necesita mejorar	15	60%
Aceptable	7	28%
Destacado	3	12%
Total	25	100%

Nota:

Elaborado por el equipo de investigación en base a los resultados de la aplicación de la ficha de observación a los estudiantes de la muestra.

Ilustración 4

Condición del salto largo de los estudiantes del tercer grado “B” de Educación Secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022



Nota: elaborado por el equipo de investigación en base a la tabla 5

De 25 estudiantes examinados que hacen el 100%, 15 estudiantes que equivale al 60% se ubicaron en la categoría necesita mejorar, 7 estudiantes (28%) se ubicaron en la categoría aceptable, 3 estudiante (12%) se ubicó en la categoría destacado en relación con la fuerza explosiva del tren inferior.

El mayor porcentaje de estudiantes se encuentra en la categoría necesita mejorar, lo que implica que el grupo presenta dificultades en el desarrollo de la fuerza explosiva del tren inferior.

Tabla 6

Condición al realizar abdominales los estudiantes del tercer grado "B" de Educación Secundaria

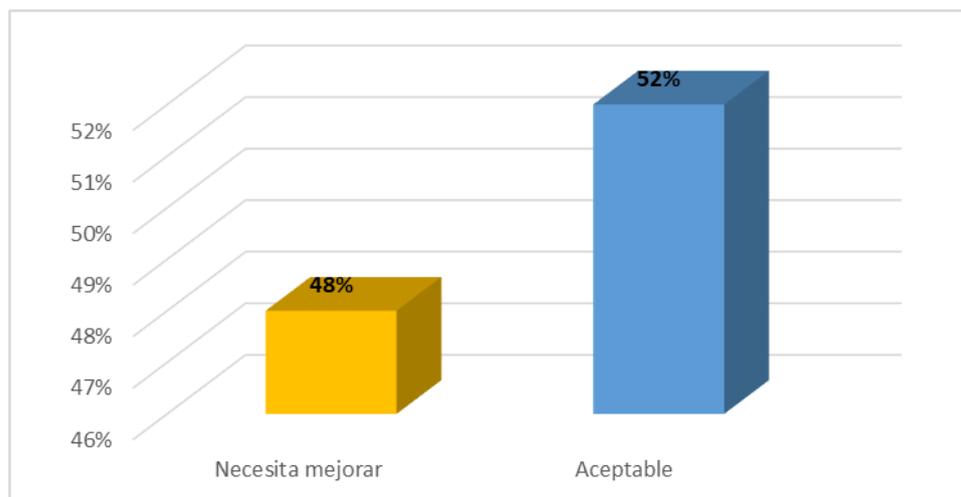
Categorías	Frecuencia absoluta simple	Frecuencia porcentual simple
Necesita mejorar	12	48%
Aceptable	13	52%
Total	25	100%

Nota:

Elaborado por el equipo de investigación en base a los resultados de la aplicación de la ficha de observación a los estudiantes de la muestra.

Ilustración 5

Condición al realizar abdominales los estudiantes del tercer grado "B" de Educación Secundaria



Nota: elaborado por el equipo de investigación en base a la tabla 6.

De 25 estudiantes examinados que hacen el 100%, 12 estudiantes que equivale al 48% se ubicaron en la categoría necesita mejorar, 13

estudiantes (52%) se ubicaron en la categoría aceptable en relación a los abdominales cortos.

La mayoría de los estudiantes se encuentra en la categoría aceptable, lo que implica que el grupo ha desarrollado la resistencia de su musculatura flexora del tronco.

Tabla 7

Flexo extensión de codos de los estudiantes del tercer grado "B" de Educación Secundaria

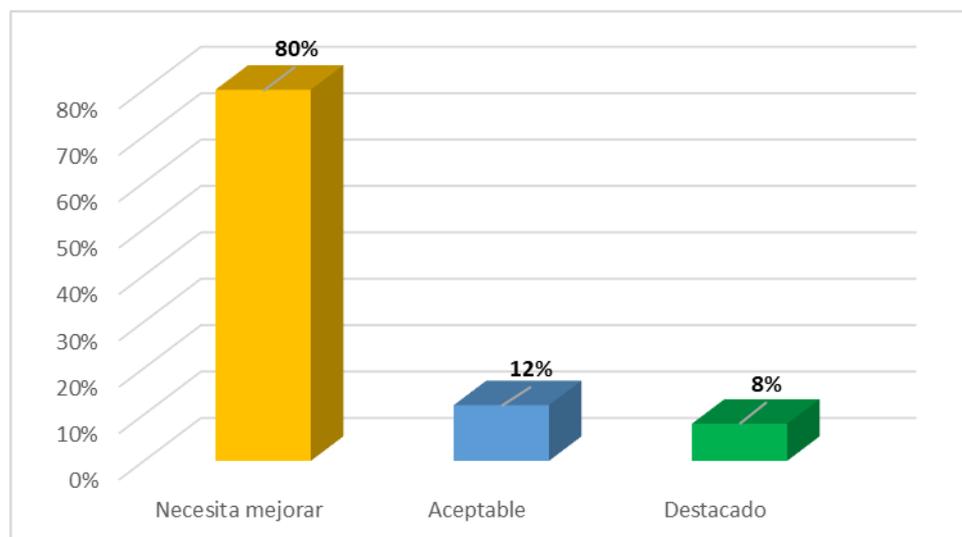
Categorías	Frecuencia absoluta simple	Frecuencia porcentual simple
Necesita mejorar	20	80%
Aceptable	3	12%
Destacado	2	8%
Total	25	100%

Nota:

Elaborado por el equipo de investigación en base a los resultados de la aplicación de la ficha de observación a los estudiantes de la muestra.

Ilustración 6

Flexo extensión de codos de los estudiantes del tercer grado "B" de Educación Secundaria



Nota: elaborado por el equipo de investigación en base a la tabla 7.

De 25 estudiantes examinados que hacen el 100%, 20 estudiantes que equivale al (80%) se ubicaron en la categoría necesita mejorar, 3 estudiantes (12%) se ubicaron en la categoría aceptable y 2 estudiantes (8%) se ubicaron en la categoría destacado en relación a la prueba de flexo extensión de codos.

La mayoría de los estudiantes se encuentra en la categoría necesito mejorar, lo que implica que el grupo presenta deficiente desarrollo de la resistencia de la fuerza del tren superior.

Objetivo N° 03

El objetivo Identificar el nivel de flexibilidad en los estudiantes de tercer grado de secundaria, se ha logrado y los resultados se presentan a continuación teniendo en cuenta la frecuencia y porcentajes.

Tabla 8

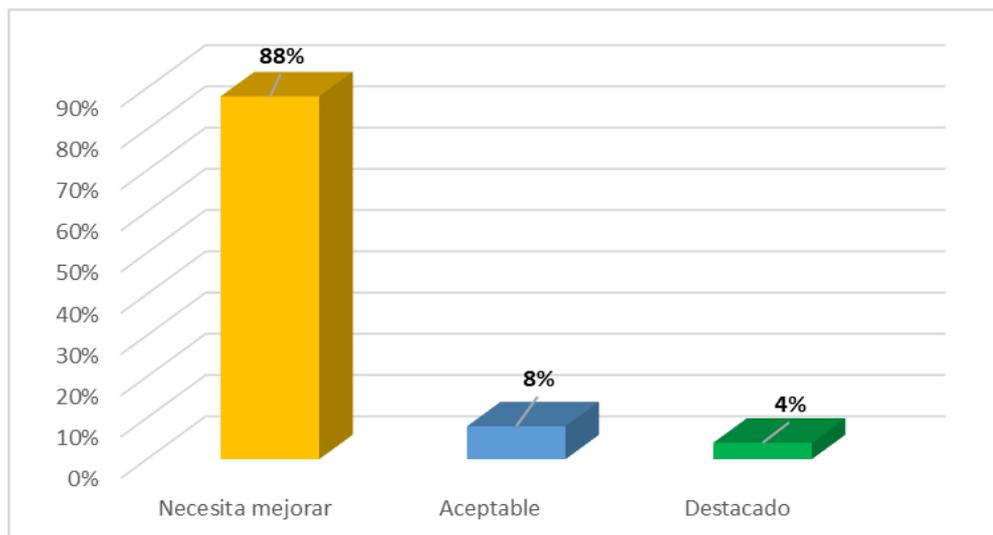
Flexión del tronco de los estudiantes del tercer grado “B” de Educación Secundaria

Categorías	Frecuencia absoluta simple	Frecuencia porcentual simple
Necesita mejorar	22	88%
Aceptable	2	8%
Destacado	1	4%
Total	25	100%

Nota: Elaborado por el equipo de investigación en base a los resultados de la aplicación de la ficha de observación a los estudiantes de la muestra.

Ilustración 7

Flexo del tronco de los estudiantes del tercer grado “B” de Educación Secundaria



Nota: elaborado por el equipo de investigación en base a la tabla 8.

De 25 estudiantes examinados que hacen el 100%, 22 estudiantes que equivale al (88%) se ubicaron en la categoría necesita mejorar, 2 estudiantes (8%) se ubicaron en la categoría aceptable y 1 estudiante (4%) se ubicaron en la categoría sobresaliente en relación a la prueba de flexión del tronco.

La mayoría de los estudiantes se encuentra en la categoría necesito mejorar, lo que implica que el grupo presenta deficiente desarrollo.

Objetivo N° 04

El objetivo Describir el nivel de resistencia cardiorrespiratoria en los estudiantes de tercer grado de secundaria, se ha logrado y los resultados se presentan a continuación teniendo en cuenta la frecuencia y porcentajes.

Tabla 9

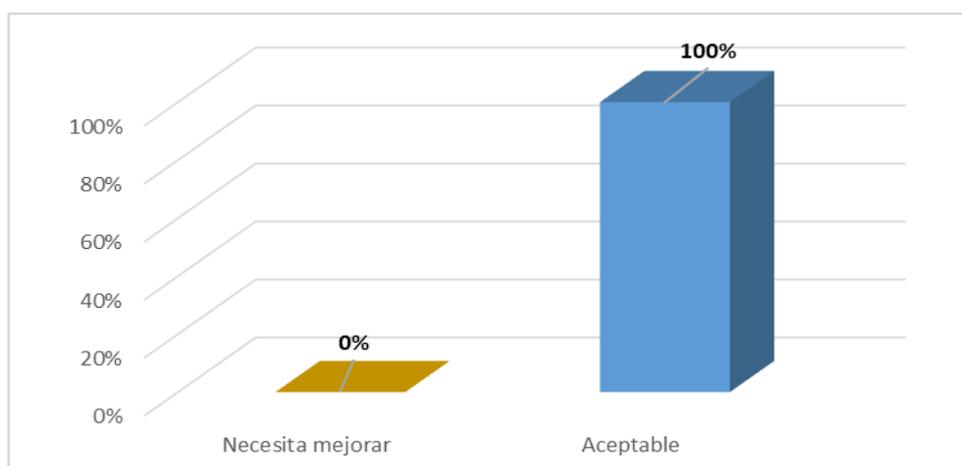
Riesgo cardiovascular de los estudiantes del tercer grado "B" de Educación Secundaria

Categorías	Frecuencia absoluta simple	Frecuencia porcentual simple
Necesita mejorar	0	0%
Aceptable	25	100%
Total	25	100%

Nota: Elaborado por el equipo de investigación en base a los resultados de la aplicación de la ficha de observación a los estudiantes de la muestra.

Ilustración 8

Riesgo cardiovascular de los estudiantes del tercer grado “B” de Educación Secundaria



Nota: elaborado por el equipo de investigación en base a la tabla 8.

De 25 estudiantes examinados que hacen el 100%, 25 estudiantes que equivalen al (100%) se ubicaron en la categoría aceptable, en relación a la prueba de riesgo cardiovascular.

La totalidad de estudiantes se encuentra en la categoría aceptable, lo que implica que el grupo no presentan riesgo cardiovascular y pueden realizar la prueba de Navette, ya que su capacidad adaptativa cardiovascular

de los estudiantes a partir de cargas de trabajo de mediana intensidad durante la marcha es favorable.

Tabla 10

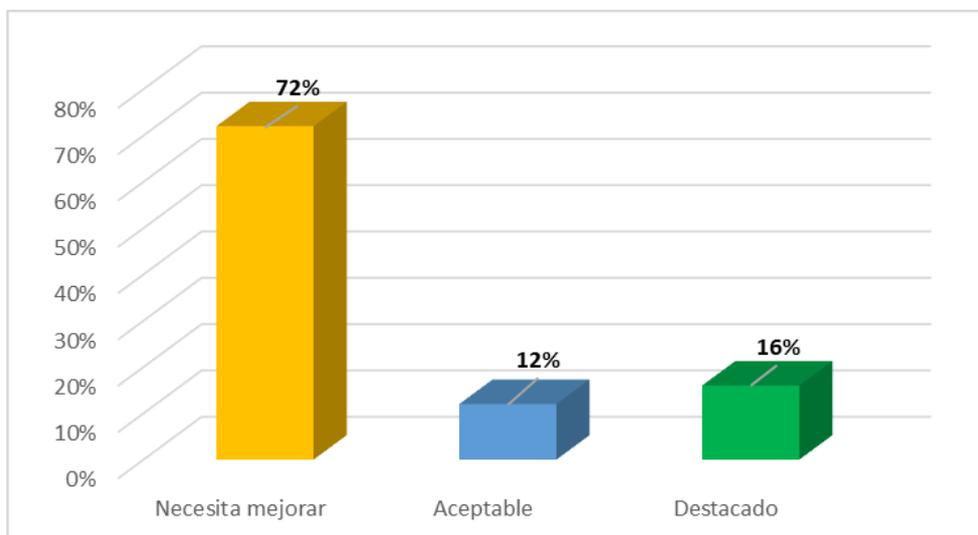
Resistencia aeróbica máxima de los estudiantes del tercer grado “B” de Educación Secundaria

Categorías	Frecuencia absoluta simple	Frecuencia porcentual simple
Necesita mejorar	18	72%
Aceptable	3	12%
Destacado	4	16%
Total	25	100%

Nota: Elaborado por el equipo de investigación en base a los resultados de la aplicación de la ficha de observación a los estudiantes de la muestra.

Ilustración 9

Resistencia aeróbica máxima de los estudiantes del tercer grado “B” de Educación Secundaria



Nota: elaborado por el equipo de investigación en base a la tabla 8.

De 25 estudiantes examinados que hacen el 100%, 18 estudiantes que equivalen al (72%) se ubicaron en la categoría necesita mejorar, 3 estudiantes que equivalen al (12%) se ubicaron en la categoría

aceptable y 4 estudiantes que equivalen al (16%) se ubicaron en la categoría destacado en relación a la prueba de resistencia aeróbica máxima.

La mayoría de los estudiantes se encuentra en la categoría necesita mejorar, lo que implica que el grupo presenta deficiente resistencia aeróbica máxima, es decir, capacidad para suministrar el oxígeno necesario a los músculos durante un esfuerzo físico.

4.2. Discusión de resultados

Expuesta, examinada y representada en tablas y figuras estadísticas la información recolectada y obtenida los resultados generales, la discusión se ejecutó en función al objetivo general y los objetivos específicos, que a continuación se detallan:

Del objetivo general

Determinar el nivel de la condición física en las áreas antropométrica, rendimiento muscular, flexibilidad y resistencia cardiorrespiratoria de los estudiantes de tercer grado de secundaria.

Los resultados de la aplicación de la ficha de observación se precisan, a pesar de que no existe riesgo cardiovascular en los integrantes del grupo de estudio, sí es preocupante en general la condición física de los mismos; ya que debido a que el 48% de ellos están en un nivel de sobrepeso y obesidad, y que el 80% se encuentra en riesgo al tomar las medidas de su cintura, superando los 55 cm de su medida alrededor de la misma.

Del objetivo N° 01

Identificar el nivel de antropometría en estudiantes de tercer grado de secundaria.

Los resultados de la aplicación de la ficha de observación se precisan que el nivel de masa corporal de los estudiantes, según la Tabla 3, en el que el 48% de los estudiantes se ubican en una categoría normal, con un

índice de masa corporal mayor que 16,5 pero menor o igual que 22,6; determinándose que el grupo tiene grasa corporal moderada y mantienen una relación aceptable entre su peso y talla.

Se identifica que los estudiantes alcanzaron en su mayoría una categoría sin riesgo (80%) en relación con el perímetro de cintura y la estatura, determinándose que la acumulación de grasa en la zona abdominal del cuerpo es aceptable y los factores de riesgo cardiovascular son mínimos.

Objetivo N° 02

Describir el grado de rendimiento muscular que presentan los estudiantes. Los resultados de la aplicación de la ficha de observación se precisan que en su mayoría una categoría necesita mejorar (60%), en salto largo a pies juntos, determinándose que el grupo presenta dificultades en el desarrollo de la fuerza explosiva del tren inferior.

Los resultados de acuerdo a la tabla 6 permite identificar que los estudiantes alcanzaron en su mayoría una categoría aceptable (52%), en abdominales cortos, determinándose que el grupo ha desarrollado favorablemente la resistencia de su musculatura flexora del tronco. Los resultados de acuerdo a la tabla 7 permite identificar que los estudiantes alcanzaron en su mayoría una categoría necesita mejorar (80%), en relación a la prueba de flexo extensión de codos, determinándose que el grupo presenta deficiente desarrollo de la resistencia de la fuerza del tren superior.

Para mejorar el rendimiento muscular en los estudiantes, es crucial realizar actividad física específica. Según los estudios del fisiólogo canadiense Hans Selye, cuando el organismo enfrenta un desequilibrio provocado por un agente externo, lo que él denominó estrés, responde mediante una serie de ajustes fisiológicos particulares para cada tipo de estímulo o agente estresante. Estos ajustes buscan restaurar el equilibrio en las funciones del organismo (García & García, 2010). Este proceso se conoce como "supercompensación". No obstante, esta supercompensación, o beneficio adicional, tiene una duración limitada. Si no se presenta un estímulo similar con el tiempo, el efecto extra se

desvanece y el organismo regresa a sus niveles previos al estímulo.

Objetivo N° 03

Para identificar el nivel de flexibilidad en los estudiantes de tercer grado de secundaria, se aplicó una ficha de observación que reveló que la mayoría de los estudiantes se ubicaron en la categoría "necesita mejorar" (88%). Esto indica que los alumnos presentan un desarrollo insuficiente en el rango de movimiento de la articulación coxofemoral y de la columna lumbar, así como en la elongación de los músculos isquiotibiales y glúteos, y en la flexibilidad de la columna vertebral. Lamela (2009) señala que la flexibilidad se refiere a la capacidad funcional de las articulaciones para moverse a través de todo su rango de movimiento o bajo la influencia de fuerzas externas sin causar daño a los músculos o articulaciones. Esta capacidad está determinada por la movilidad articular y la elasticidad muscular.

Objetivo N° 04

Describir el nivel de resistencia cardiorrespiratoria en los estudiantes de tercer grado de secundaria.

Los resultados de la aplicación de la ficha de observación se precisan en su mayoría una categoría aceptable (100%), determinándose que los estudiantes no presentan riesgo cardiovascular y pueden realizar la prueba de Navette, ya que su capacidad adaptativa cardiovascular de los estudiantes a partir de cargas de trabajo de mediana intensidad durante la marcha es favorable. Los resultados de acuerdo a la tabla 10 permiten identificar que los estudiantes alcanzaron en su mayoría una categoría necesita mejorar (72%), determinándose que los estudiantes presentan deficiente resistencia aeróbica máxima, es decir, capacidad para suministrar el oxígeno necesario a los músculos durante un esfuerzo físico.

Pérez y Gardey (2012) definen la resistencia como la capacidad del cuerpo humano para mantener una acción durante un período prolongado.

De manera similar, Robles (2015) sostiene que la resistencia es una de las capacidades fundamentales que permite a las personas soportar una carga física durante un tiempo específico, retrasando la aparición de la fatiga. Esta capacidad está relacionada tanto con actividades aeróbicas como anaeróbicas y se refiere a la habilidad de resistir a lo largo de un período extenso, teniendo en cuenta el tiempo e intensidad de la actividad realizada.

La condición física de los estudiantes tiene un nivel por mejorar, ya que el 60% de los mismos necesitan superar limitaciones en salto largo, el 48% en la ejecución de abdominales, el 80% en la flexo extensión de codos y el 88% en la flexión del tronco.

CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

- Se concluyó que la condición física de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack en Chiclayo, 2022, está en un nivel que requiere mejoras. Esto incluye la fuerza explosiva del tren inferior, la resistencia de la fuerza del tren superior, el rango de movimiento de la articulación coxofemoral y la columna lumbar, la capacidad de elongación de los músculos isquiotibiales y glúteos, la flexibilidad de la columna vertebral, y la resistencia aeróbica máxima.
- El análisis de la antropometría de los estudiantes de tercer grado en la misma institución muestra que sus índices son normales y no presentan riesgos. La relación entre peso y estatura es adecuada, la acumulación de grasa en la zona abdominal es aceptable, y los factores de riesgo cardiovascular son mínimos.
- El rendimiento muscular de los estudiantes también presenta áreas que necesitan mejora. En la prueba de salto largo a pies juntos, un 60% necesita mejorar debido a la deficiencia en la fuerza explosiva del tren inferior. En la prueba de abdominales cortos, un 52% muestra un desarrollo favorable en la resistencia de la musculatura flexora del tronco. Sin embargo, en la prueba de flexo-extensión de codos, un 80% presenta un desarrollo deficiente en la resistencia de la fuerza del tren superior.
- Se observó que un 88% de los estudiantes del grupo de estudio tienen un desarrollo deficiente en la flexibilidad del tronco, afectando el rango de movimiento de la articulación coxofemoral y la columna lumbar, así como la capacidad de elongación de los músculos isquiotibiales y glúteos, y la flexibilidad de la columna vertebral.
- El nivel de resistencia cardiorrespiratoria en los estudiantes de tercer grado muestra que no presentan riesgo cardiovascular y pueden realizar la prueba de Navette. Su capacidad adaptativa cardiovascular para cargas de trabajo de mediana intensidad durante la marcha es favorable. No obstante, un 72% de los estudiantes está en una categoría que necesita mejora, mostrando una deficiente resistencia aeróbica máxima, es decir, su capacidad para

suministrar el oxígeno necesario a los músculos durante el esfuerzo físico es insuficiente.

RECOMENDACIONES

RECOMENDACIONES

- A los directores de las UGELs desarrollar Programas de Salud en las instituciones de educación pública y privadas, en los que se eduque sobre educación de consumo de alimentos saludables para mantener una buena salud física y mental.
- A los docentes de las instituciones educativas evaluar sostenidamente el desarrollo de la condición física en los estudiantes para mejorar la ejecución y adecuación de su actividad física.
- A los docentes de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, tener en cuenta los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación con la finalidad de aplicar estrategias pertinentes que ayuden a los estudiantes a superar las dificultades encontradas en relación a su condición física.
- Al docente del área de investigación apoyar a los estudiantes de formación inicial docente y en especial de la carrera profesional de Educación Física, para desarrollar investigaciones sobre el desarrollo de la condición física en las Instituciones Educativas.

REFERENCIAS

REFERENCIAS

Agencia de Calidad de Educación de Chile (2018). *Estudio Nacional de Educación Física: Evaluación de la condición física*. Recuperado de http://archivos.agenciaeducacion.cl/Informe_de_Resultados_Estudio_Nacional_Educacion_Fisica_8_Basico_2018.pdf

Ariel, M. (2019). Correlación entre las capacidades de la condición física en niños futbolistas de los Municipios Guavata y Puente Nacional, Santander. Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. [Tesis de maestría para optar el Título de Magister en Pedagogía de la Cultura Física, Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia]
https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/8634/1/Correlacion_capacidades_condicion_fisica.pdf

Atom. (2016). *Educación física*. Obtenido de Educación Física: <http://secundariaeducacionfisica.blogspot.com/p/fuerza.html>

Bennassar, M. (2002). Manual de educación Física y Deportes. Barcelona: Océano.

Caspersen, C., Powell, K. & Christenson, G. (1985). *Physical-Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and distinctions for health related research*. Public Health Reports, 100(2), 126-131. Recuperado de http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1424733/pdf/pubhealthrep_00100-0016.pdf [febrero, 2014].

Chaparro, D., Ortega, N. y Romero, S. (2019). Condición física *en adolescentes (resistencia): valores normativos de referencia para la población Bumanguesa 11 a 18 años*. Universidad Cooperativa de Colombia.

https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16373/2/2020_condicion_fisica_adolescentes.pdf

Baldin, J. (2020). *Condición Física*. Obtenido de <https://condicionfisica.es/la-fuerza/>

Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación científica*. Prentice Hall

Blair, S. N., Kampert, J. B., Kohl, H. W., Barlow, C. E., Macera, C. A., Paffenbarger Jr, R. S., & Gibbons, L. W. (2016). Influences of cardiorespiratory fitness and other precursors on cardiovascular disease and all-cause mortality in men and women. *Jama*, 276(3), 205-210.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8667564/>

Blázquez, D. (1993): *Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza Primaria*. Volumen I y II. Barcelona: INDE.

Bohórquez, F. J. (2016). *Educación Física*. Obtenido de

<https://sites.google.com/a/iessantodomingo.com/educacionfisica/fuerza>

Chavarría, P (s.f). Justificación de la investigación. Obtenido de

<https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25566w/Justificacion.pdf>

Delgado, D., Machado, A. & Álvarez, Y. (2017). Comportamiento del índice de masa corporal en los estudiantes de segundo año de la universidad de las ciencias informáticas del curso 2016/2017 [Artículo científico, Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma, Cuba].

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6220163.pdf>

Díaz, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Inde.

- Gadea, V. (2017). Uruguay Educa. Obtenido de <https://uruguayeduca.anep.edu.uy/sites/default/files/2017-08/Fuerza%20como%20capacidad%20f%C3%ADsica.pdf>
- García, J. y García, J. (2010). *Apuntes Teoría y práctica del acondicionamiento físico*. Recuperado de <https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/10812>
- Generelo E. (1994). *Cualidades físicas (fuerza, velocidad, agilidad y calentamiento)*. Zaragoza: Imagen y Deporte.
- Gutierrez, M., Sierra, O. & Villarraga, J. (2017). Efectos del entrenamiento de intervalos de alta intensidad sobre la condición física en adolescentes. [Artículo científico]. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Rafael-Zapata-3/publication/324731874_INCREMENTO_DE_LA_FUERZA_DINAMICA_MAXIMA_A_TRAVES_DE_UN_PROTOCOLO_DE_ACCION_RECIPROCA_CON_DEPORTISTAS_AMATEURS_-_Increase_of_force_dynamics_maxim_through_a_protocol_of_reciprocal_action_with_amateur_at/links/5ae0a4b30f7e9b2859476320/INCREMENTO-DE-LA-FUERZA-DINAMICA-MAXIMA-A-TRAVERS-DE-UN-PROTOCOLO-DE-ACCION-RECIPROCA-CON-DEPORTISTAS-AMATEURS-Increase-of-force-dynamics-maxim-through-a-protocol-of-reciprocal-action-with-amateur-at.pdf#page=75
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. Editorial Mc Graw Hill, México.
- Hernández, R. & Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación, las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill, México.
- Hurtado, J. (2013). *Las hipótesis en investigación: ¿cuándo se formulan?*. Recuperado de <http://investigacionholistica.blogspot.com/2013/03/las-hipotesis-en-investigacion-cuando.html>

Irala, L. (12 de Junio de 2018). *Resistencia corporal*. abc color. Obtenido de abc color: <https://www.abc.com.py/edicion-impresas/suplementos/escolar/la-resistencia-en-educacion-fisica-1711587.html>

La Industria (11 de Noviembre del 2019). *Sobrepeso y obesidad en menores de Lambayeque*.

La
Industria.

<https://www.laindustriadechiclayo.pe/noticia/1573681268-sobrepeso-y-obesidad-en-menores-de-lambayeque#permalink>

Lamela, M. (2009). *Valoración de la condición física relacionada con la salud en el ámbito educativo*. [Documento de CFR de Lugo]. Recuperado de <http://centros.edu.xunta.es/cfr/lugo/files/valoracioncondicionfisica.pdf> [mayo, 2022]

Moreno, M. D. (22 de Diciembre de 2014). *Physical Training and Sport*. <https://gse.com/velocidad-conceptos-y-clasificacion-bp-X57cfb26d9f725>

Moreno, D. A. (2020). Caracterización de la condición física en adolescentes de 13 a 16 años de etnia afrodescendiente en la unidad educativa Valle del Chota de la comunidad de Carpuela [Artículo científico].

<http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10504>

Muros, J., Cofre C., Zurita F., Castro M., Linares M & Chacón R. (2018). Relación entre condición física, actividad física y diferentes parámetros antropométricos en escolares de Santiago (Chile) https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v33n2/21_original19.pdf

Ng, M., Fleming, T., Robinson, M., Thomson, B., Graetz, N., Margono, C., ... & Gakidou, E. (2018). Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *The Lancet*, 384(9945), 766- 781. [DOI:

[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)60460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)60460-8)

Organización Mundial de la Salud _- OMS (2018). Global action plan on physical activity 2018-2030: More active people for a healthier world. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/ncds/prevention/physical-activity/global-action-plan-2018-2030/en/>

Organización Mundial de la Salud – OMS (22 de noviembre de 2019) *Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de los adolescentes del mundo no realizan suficiente actividad física, y que eso pone en peligro su salud actual y futura.* <https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>

Organización Mundial de la Salud (2020). *Actividad física.* Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Castillo, M. J., & Sjöström, M. (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: a powerful marker of health. *International Journal of Obesity*, 32(1), 1-11. [DOI: <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0803774>]

Ozolin, N. (1983). *Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo.* Científico-Médica.

Pérez J., y Gardey, A. (2017). *Definición de capacidades físicas.* Obtenido de Definición: <https://definicion.de/capacidades-fisicas/>

Quiñones, L. (2018). *Comportamiento sedentario y actividad física en relación al índice de masa corporal en adolescentes de una institución educativa privada de San Juan de Lurigancho.* Lima. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/9394/Quinones_chl.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Ramírez, L. (2022). CONDICIÓN FÍSICA Y ESTADO NUTRICIONAL EN JUGADORES ADOLESCENTES DE VÓLEY DEL CLUB DEPORTIVO

STAR BALL HUÁNUCO. [Artículo científico]. Recuperado de

<http://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/3903;jsessionid=A3869794AF6E7FB8E5F86C37F78AF265>

Ricoy, C. (2006). *Contribución sobre los paradigmas de investigación*. Revista do Centro de Educação, 31 (1), 11-22.

Robles, F. (2015). *Resistencia*. Liferder.com. Obtenido

de <https://www.liferder.com/resistencia-educacion>

[isica/?fbclid=IwAR0rf-KsPphAZqECG4CSUfba9qn9f6U-](https://www.liferder.com/resistencia-educacion-fisica/?fbclid=IwAR0rf-KsPphAZqECG4CSUfba9qn9f6U-kVxhQm9tMD17jWufHSrEfYXtgWA)

[kVxhQm9tMD17jWufHSrEfYXtgWA](https://www.liferder.com/resistencia-educacion-fisica/?fbclid=IwAR0rf-KsPphAZqECG4CSUfba9qn9f6U-kVxhQm9tMD17jWufHSrEfYXtgWA)

Robles, F. (2018). *Velocidad*. Liferder.com. Obtenido

de <https://www.liferder.com/velocidad-educacion-fisica/>

Rodríguez, P. (2019). *Preparación física: Fuerza*. Universidad del Norte. Recuperado de <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-del-norte-mexico/medicina-legal/fuerza/4741781>

Ros, J. A. (2007). *Actividad física + salud. Hacia un estilo de vida activo*. Murcia: Consejería de Sanidad de la Región de Murcia.

Sánchez, F. (2018). *Evaluación de la condición física en estudiantes de tercer grado de nivel secundario en Colegio de Alto Rendimiento, Trujillo*. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25895/sanchez_ef.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sánchez, R. (2017). *Propuesta didáctica basada en el uso de las apps para desarrollar la capacidad incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida del área*

curricular de educación física en estudiantes del tercero secundaria de una institución educativa de Monsefú [Tesis de pre grado]. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Lambayeque, Perú.

Ucha, F. (diciembre de 2008). *Definición de velocidad*. Obtenido de <https://www.definicionabc.com/general/velocidad.php>

Valdes P. & Yanci J. (2018). Análisis de la condición física, tipo de actividad física realizada y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345744747012.pdf>

Vásquez A., Zelada C. y García J.(2019). Análisis de sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y autoestima en escolares de San Pedro Sula, Honduras. *MHSalud* [online]. 2019, vol.16, n.2, pp.58-71. ISSN 1659-097X. <http://dx.doi.org/10.15359/mhs.16-2.5>. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-097X2019000200058#B24

Vinuesa y Coll (1987). *Teoría básica del entrenamiento*. Madrid. Esteban Sanz. 2º Edición.

ANEXOS

ANEXO N° 01

Matriz de consistencia

TITULO DEL PROYECTO: NIVEL DE CONDICIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK, CHICLAYO, 2022.

PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLE	METODOLOGÍA
<p>¿Cuál es el nivel de condición física de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?</p> <p>PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN</p> <p>¿Cuál es el nivel de antropometría en estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa</p>	<p>Determinar el nivel de condición física de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <p>Identificar el nivel de antropometría en estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.</p> <p>Describir el grado de rendimiento muscular presentan los estudiantes de tercer grado de</p>	<p>VARIABLE</p> <p>Condición física</p>	<p>Tipo de Investigación: descriptiva simple.</p> <p>Diseño: no experimental</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block; margin: 5px 0;">M → O</div> <p>Dónde: M = Representa la Muestra con quienes se va a realizar el estudio (estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa</p>

<p>Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?</p> <p>¿Qué nivel de rendimiento muscular presentan los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?</p> <p>¿Cuál es el nivel de flexibilidad de los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?</p> <p>¿Qué nivel de resistencia cardiorrespiratoria presentan los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022?</p>	<p>secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022</p> <p>Identificar el nivel de flexibilidad en los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022</p> <p>Describir el nivel de resistencia cardiorrespiratoria en los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022</p>		<p>Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022).</p> <p>O = Simboliza la información relevante o de interés que se captará de la muestra a través de la aplicación de la evaluación de la condición física.</p> <p>Ámbito de estudio: educación secundaria</p> <p>Población de Estudio: 104 Estudiantes del tercer grado de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022</p> <p>Muestra de Estudio: 25 estudiantes de tercero "B".</p> <p>Instrumento: Evaluación de la condición física</p>
---	--	--	--

ANEXO N° 02



“AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE
INDEPENDENCIA”

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO

PÚBLICO “SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS”

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA Adaptado de la Agencia de la calidad de la educación-Chile (2014) FICHA DE OBSERVACIÓN

DATOS PERSONALES DEL ESTUDIANTE PARTICIPANTE

EDAD:

M	F
---	---

GRADO Y SECCIÓN:

LUGAR Y FECHA:

OBJETIVO:

Determinar el nivel de desarrollo de la condición física en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

FECHA DE APLICACIÓN: _____

INSTRUCCIONES:

Estimado estudiante, agradecemos su participación, colaboración y tiempo, ya que esta prueba a desarrollar es fundamental para conocer el nivel de condición física que tiene los estudiantes del tercer grado de educación secundaria.

Les recordamos que la información que obtengamos será publicada únicamente con tu consentimiento y con fines exclusivamente académicos.

A continuación, encontrará una serie de pruebas, en las cuales debes participar haciendo tu mejor esfuerzo en cada una de ellas.

Cont. FICHA DE OBSERVACIÓN

1. Para calcular el Índice de masa muscular (IMC)

1.1. Peso (Kg)

Talla (m):

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (Kg)}}{(\text{Talla (m)})^2}$$

=

2. La medida del perímetro de la cintura (cm) es:

3. Al saltar con los pies juntos alcanza una longitud (cm) de:

4. El número de abdominales cortos/minuto es de:

5. El número de flexo extensiones de codos continuos es de:

6. El número de flexiones continuas del tronco hacia adelante es de:

7. Para el Test de Cafra:

7.1. El número de pulsaciones/minuto antes de la prueba es de:

7.2. El número de pulsaciones/minuto después de la prueba es de:

8. Para el Test de Course - Navette:

8.1. Número de vueltas: _____

8.2. Distancia recorrida: _____

Aplicador

Fecha:

ANEXO N° 03

EVIDENCIA DE VALIDACIÓN INSTRUMENTO: FICHA DE OBSERVACIÓN: NIVEL DE CONDICIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
"SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"
CHICLAYO



VALIDACIÓN DE EXPERTOS

Estimado profesional, usted ha sido invitado a participar en el proceso de evaluación y validación de un instrumento para investigación en educación física, teniendo en cuenta la Variable: Condición física en los estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022. En razón a ello se le alcanza el instrumento motivo de evaluación y el presente formato que servirá para que usted pueda hacernos llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento de recojo de información.

Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento y obtener información válida, criterio requerido para toda investigación científica.

A continuación, sírvase identificar el ítem o pregunta y conteste marcando con un aspa en la casilla que usted considere conveniente y además puede hacernos llegar alguna otra apreciación en la columna de observaciones.

TÍTULO DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN: Nivel de condición física en estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Evaluación de la condición física.



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
"SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"
CHICLAYO

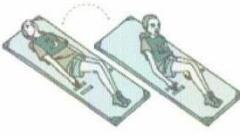
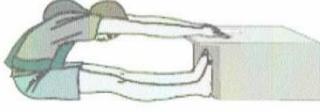


VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMES	Categoría	CRITERIOS DE EVALUACIÓN								Obs. Y Recomend.
					Relación entre la variable y dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta		
					Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	
Condición física	Antropometría	Índice de masa corporal	<p>Estimación del Índice de Masa Corporal (IMC) Esta prueba se utiliza para determinar la relación entre el peso y la talla de las personas. El IMC se obtiene dividiendo el peso por la altura al cuadrado.</p> $\frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Altura}^2 (\text{cm})}$	Normal Sobre peso obesidad	X		X		X		X		
		Perímetro de cintura	 <p>Perímetro cintura (cm) Estatura (cm)</p>	Sin riesgo Con riesgo	X		X		X		X		
	Rendimiento muscular	Salto largo a pies juntos Abdominal es cortos Flexo extensión de codos		Destacado Aceptable Necesita mejorar	X		X		X		X		



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
 "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"
 CHICLAYO

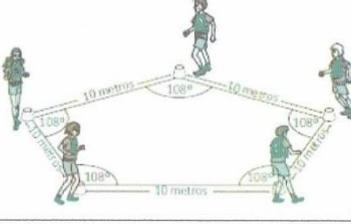


Flexibilidad	Flexión de tronco adelante (Wells-Dillon adaptado).		Aceptable Necesita mejorar	X		X		X		X		
		 	Destacado Aceptable Necesita mejorar	X		X		X		X		
			Destacado Aceptable Necesita mejorar	X		X		X		X		



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
 "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"
 CHICLAYO



Resistencia cardiorrespiratoria general	Riesgo cardiovascular (test de Cafra)		Aceptable Necesita mejorar	X		X		X		X		
	Resistencia aeróbica máxima (test de Navette)		Destacado Aceptable Necesita mejorar	X		x		X		X		

Fuente: Agencia de la calidad de la educación-Chile (2014)

Mg. Jorge Lorenzo Tapia Díaz

DNI: 16669778



MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Evaluación de la condición física.

OBJETIVO: Determinar el nivel de condición física en estudiantes de tercer grado de secundaria.

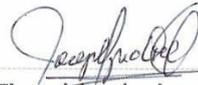
DIRIGIDO A: Estudiantes de tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL (DE LA) EVALUADOR(A):

GRADO ACADÉMICO DE LA EVALUADOR(A):

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	------	-------	------	----------


Firma del evaluador

ANEXO 1



"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
"SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA
Agencia de la calidad de la educación-Chile (2014)

EDAD: SEXO: GRADO Y SECCIÓN:

LUGAR Y FECHA:

OBJETIVO:

Determinar el nivel de desarrollo de la condición física en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

FECHA DE APLICACIÓN: Agosto del 2022

INSTRUCCIONES:

Estimado estudiante, agradecemos su participación, colaboración y tiempo, ya que esta prueba a desarrollar es fundamental para conocer el nivel de condición física que tiene los estudiantes del tercer grado de educación secundaria. Les recordamos que la información que obtengamos será publicada únicamente con tu consentimiento y con fines exclusivamente académicos.

A continuación, encontrará una serie de pruebas, en las cuales debes participar haciendo tu mejor esfuerzo en cada una de ellas.

ANEXO 1



"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
"SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA
Agencia de la calidad de la educación-Chile (2014)

EDAD: SEXO: GRADO Y SECCIÓN:

LUGAR Y FECHA:

OBJETIVO:

Determinar el nivel de desarrollo de la condición física en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Monseñor Juan Tomis Stack, Chiclayo, 2022.

FECHA DE APLICACIÓN: Agosto del 2022

INSTRUCCIONES:

Estimado estudiante, agradecemos su participación, colaboración y tiempo, ya que esta prueba a desarrollar es fundamental para conocer el nivel de condición física que tiene los estudiantes del tercer grado de educación secundaria. Les recordamos que la información que obtengamos será publicada únicamente con tu consentimiento y con fines exclusivamente académicos.

A continuación, encontrará una serie de pruebas, en las cuales debes participar haciendo tu mejor esfuerzo en cada una de ellas.

ANEXO N° 04

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DE LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO: FICHA DE OBSERVACIÓN, NIVEL DE CONDICIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA







ANEXO N° 05

SOLICITUD PARA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO FICHA DE OBSERVACIÓN CONDICIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA



"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"



SOLICITO: CONSTANCIA DE LA APLICACIÓN
DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.

DIR: LIC. FERNANDO SORIA CRISÓSTOMO
DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA
"MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK"

JUAN CARLOS DÍAZ ROJAS, identificado con DNI N° 47929610 RONALDO HUAMAN GERMAN, identificado con DNI N° 62974114 DENILTON RONALDO MENDOZA GÓMEZ, identificado con DNI N.º 74897061, estudiantes del décimo ciclo de la especialidad de educación física, del "instituto de educación superior pedagógico público" (Sagrado Corazón De Jesús), ante usted con el debido respeto nos presentamos y exponemos:

Que, habiendo aplicado el instrumento de investigación del Proyecto denominado: "NIVEL DE CONDICION FISICA EN ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA" MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK" – CHICLAYO – 2022, en el mes de noviembre (en los días jueves 10 y lunes 14 del presente), solicitamos a usted nos extienda la constancia, que acredite la aplicación del instrumento de nuestro trabajo de investigación, por ser requisito indispensable para presentar en nuestro informe final.

Por lo expuesto, Solicito a usted, tenga a bien acceder a mi solicitud, por ser de justicia.

Chiclayo, 25 noviembre del 2022.

JUAN TOMIS STACK	
TRAMITE DOCUMENTARIO	
Exp. N°	2123
Dia:	25-11-2022
Recepcionado por:	10.22

Atentamente.

JUAN CARLOS DÍAZ ROJAS

DNI N°47929610

RONALDO HUAMAN GERMAN

DNI N°62974114

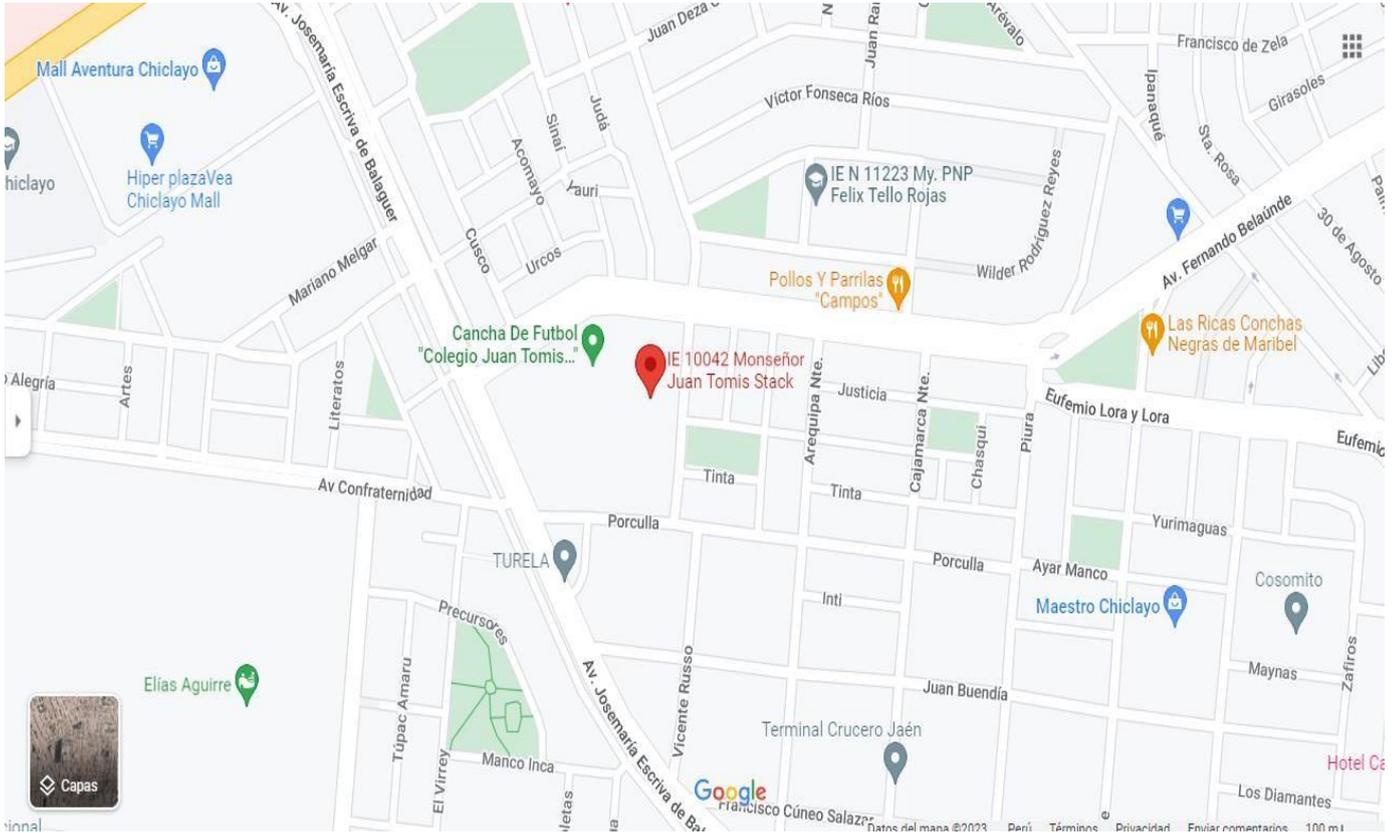
DENILTON RONALDO MENDOZA GÓMEZ

DNI N°74897061



ANEXO N° 06

CROQUIS DE LA I.E “MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK”



ANEXO N° 07

OFICIO EXPEDIDO POR LA DIRECCIÓN GENERAL DEL IESPP "SAGRADO CORAZÓN DE JESUS"



"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

José Leonardo Ortiz, 30 de setiembre del 2022

OFICIO MULTIPLE N°033-2022-GREL/ISEPP "SCJ" CH.D.G.

SEÑOR (A)

LIC. FERNANDO SORIA CRISÓSTOMO
DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
"MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK"
CHICLAYO.



ASUNTO

EJECUCIÓN DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN.

Tengo el agrado de dirigirme a Ud. para saludarle cordialmente y al mismo tiempo manifestarle que nuestros alumnos del último año de estudios, durante el periodo octubre - noviembre del 2022, ejecutaran su trabajo de investigación con fines de titulación; en esta oportunidad nuestros estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Física:

- DÍAZ ROJAS JUAN CARLOS
- HUAMAN GERMAN RONALDO
- MENDOZA GÓMEZ DENILTON RONALDO

Desarrollarán en la institución de su representada, el trabajo de investigación DENOMINADO NIVEL DE CONDICIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "MONSEÑOR JUAN TOMIS STACK"-CHICLAYO - 2022; en tal sentido, solicito autorice la aplicación de sus instrumentos de investigación a los estudiantes del tercer grado de Educación Secundaria, involucrados en este estudio.

Cabe precisar que la ejecución se realizará de manera presencial respetando los protocolos de la emergencia sanitaria por el COVID-19.

De igual manera mucho valoraré que, concluida la investigación se sirva extender a nuestros estudiantes una CONSTANCIA del desarrollo de la misma.

Me despido agradeciendo anticipadamente su valiosa colaboración y reiterándole mi especial consideración y estima.

Atentamente,

MAV/J.D.G.
SBR/Tec. Adm.V.



GERENCIA REGIONAL DE EDUCACIÓN LAMBAYEQUE
IESPP "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"
CHICLAYO
Mag. María Angélica Vásquez Vásquez
DIRECTORA GENERAL



Formamos profesionales líderes en el marco de una educación de calidad

Carreras Profesionales Pedagógicas

- Educación Inicial
- Educación Primaria
- Comunicación
- Ciencias Sociales
- Computación e Informática
- Idiomas: Inglés
- Educación Física

www.iesppscj.edu.pe

