



**UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS
FACULTAD DE CIENCIAS EMPRESARIALES Y EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE**

**“RELACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES
CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES
DEL QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DEL COLEGIO
NACIONAL JORGE CHÁVEZ, LIMA, 2021.”**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN CIENCIAS DEL DEPORTE**

PRESENTADO POR

Bach. MARIO ALBERTO AVENDAÑO DEL CASTILLO

ORCID:

<https://orcid.org/0000-0003-4491-1992>

ASESOR

Dr. ALARCÓN ANCO, RONALD JESÚS

<https://orcid.org/0000-0002-7971-5302>

LIMA – PERÚ

2022

DEDICATORIA

A mis padres por su apoyo incondicional en
mi formacion profesional

AGRADECIMIENTO

A mis docentes, compañeros, de la escuela Profesional Ciencias del deporte

RECONOCIMIENTO

A la universidad Alas peruanas.

ÍNDICE

CARATULA	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RECONOCIMIENTO	iv
ÍNDICE	v
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	11
1.1. Descripción de la Realidad Problemática.....	11
1.2. Delimitación de la investigación	12
1.2.1. Delimitación espacial.....	12
1.2.2. Delimitación social.....	12
1.2.3. Delimitación temporal	12
1.2.4. Delimitación conceptual.....	12
1.3. Problema de la investigación	12
1.3.1. Problema principal.....	12
1.3.2. Problemas específicos	13
1.4. Objetivos de la Investigación:	13
1.4.1. Objetivo General.....	13
1.4.2. Objetivos Específicos	13
1.5. Justificación e importancia y limitaciones de la Investigación:	14
1.5.1. Justificación.....	14
1.5.2. Importancia.....	14
1.6. Factibilidad de la investigación	15
1.7. Limitaciones del estudio.....	15
2. CAPÍTULO II:	16

EL MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	16
2.1. Antecedentes del Problema	16
2.1.1. Antecedentes Internacionales	16
2.1.2. Antecedentes Nacionales.....	17
2.2. Bases Teóricas o científicas	19
2.2.1. Capacidades físicas condicionales.....	19
2.2.2. Rendimiento académico	24
2.3. Definición de términos Básicos:	27
3. CAPÍTULO III:	28
HIPÓTESIS Y VARIABLES.....	28
3.1. Hipótesis general	28
3.2. Hipótesis Específicos	28
3.3. Definición conceptual y operacional de las variables	29
3.3.1. Capacidades físicas condicionales.....	29
3.3.2. Rendimiento académico	29
3.4. Operacionalización de las variables.....	30
4. CAPÍTULO IV:.....	31
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	31
4.1. Enfoque, tipo y nivel de Investigación	31
4.1.1. Enfoque de investigación	31
4.1.2. Tipo de Investigación.....	31
4.1.3. Nivel de Investigación.....	31
4.2. Diseño y Método de la Investigación.....	32
4.2.1. Método de Investigación.....	32
4.2.2. Diseño de Investigación:	32
4.3. Población y muestra de la investigación	32
4.3.1. Población.....	32
4.3.2. Muestra	33
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	33
4.4.1. Técnicas.....	33
4.4.2. Instrumentos.....	33
4.5. Validez y confiabilidad.....	33
4.6. Procesamiento y análisis de datos.....	34

4.6.1. Estadística Descriptiva	34
4.6.2. Estadística inferencial.....	34
4.7. Ética de la Investigación	35
5. CAPÍTULO V	36
LOS RESULTADOS.....	36
5.1. Analisis e interpretacion de resultado	36
5.2. Estadística descriptiva	36
5.3. Estadística inferencial	46
5. CAPITULO VI.....	57
DISCUSION DE LOS RESULTADOS	57
5.1. Discusión de los resultados	57
CONCLUSIONES	58
RECOMENDACIONES	59
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	60
ANEXOS	68
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	69
Anexo 2 Instrumento de recolección de datos organizado en variables, dimensiones e indicadores.....	71
Anexo 3 Validación de Instrumentos.....	73
Anexo 4 Consentimiento informado	77
Anexo 5 Autenticidad de la Tesis	78

RESUMEN

La tesis presenta un objetivo general sobre demostrar la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. El tipo de estudio es básico, con nivel correlacional y el diseño no es experimental, con un método hipotético deductivo.

La tesis se centra en indicadores cuantitativos, con una población de estudio fue de 120 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, para recolectar datos de la variable sobre las capacidades físicas condicionales se usó el test de Eurofit, recomendado por su alta confiabilidad, y para la segunda variable, del rendimiento académico se aplicó un cuestionario, finalmente los instrumentos fueron validados por dos temáticos y un metodólogo quienes coincidieron en determinar que los instrumentos son aplicables para medir la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. Las estadísticas fueron procesadas por Rho Spearman.

Los resultados obtenidos tras procesar y analizar los datos muestran que: Demostrar la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. Esto se demuestra mediante la prueba Rho Spearman. 0,00 (valor de $p = 0,000 < 0,05$).

Palabras clave: capacidades físicas condicionales, fútbol, conceptual, procedimental, actitudinal.

ABSTRACT

The thesis presents a general objective on demonstrating the relationship of conditional physical abilities in the academic performance of fifth grade high school students at Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. The type of study is basic, with a correlational level and the design it is not experimental, with a hypothetical-deductive method.

The thesis focuses on quantitative indicators, with a study population of 120 students of the fifth grade of secondary school of the Jorge Chávez National School, Lima, to collect data of the variable on the conditional physical capacities, the Eurofit test was used, recommended by its high reliability, and for the second variable, of academic performance, a questionnaire was applied, finally the instruments were validated by two thematicians and a methodologist who agreed to determine that the instruments are applicable to measure the relationship of conditional physical capacities in performance Academic performance of fifth grade secondary school students at Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. The statistics were processed by Rho Spearman.

The results obtained after processing and analyzing the data show that: Demonstrate the relationship of conditional physical abilities in the academic performance of students in the fifth grade of secondary school at Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. This is demonstrated by the Rho Spearman test . 0.00 (p value = 0.000 <0.05).

Keywords: conditional physical abilities, soccer, conceptual, procedural, attitudinal.

INTRODUCCIÓN

La tesis, titulada. Relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. Cumplimos con los procedimientos y reglas de la Universidad y Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), para optar el grado de licenciado en Ciencias del Deporte.

La tesis permitirá demostrar la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Esto nos permitirá sacar conclusiones y sugerencias para mejorar el equilibrio en ambas variables a nivel del plan no experimental porque no se realizará manipulación de las variables a evaluar.

La información se estructuró en seis capítulos, teniendo en cuenta el esquema de investigación propuesto por la universidad. En el capítulo I: Planteamiento del problema; En el capítulo II: El marco teórico; El Capítulo III: Las hipótesis y Variables. Capítulo IV: La metodología de la investigación; y el capítulo V: Los resultados; el capítulo VI: La discusión de resultados, las conclusiones y las recomendaciones y finalmente los anexos y las referencias bibliográficas.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la Realidad Problemática.

A nivel internacional, en Cuba, Fuentes y Fuentes (2020) mencionaron que las capacidades físicas condicionales están determinadas por fuertes factores que liberada en el proceso de intercambio de cosas en el cuerpo producto del trabajo físico son cualidades energéticas funcionales de desempeño, desarrolladas como resultado de la acción motor consciente del alumno que a su vez contiene las condiciones de esas acciones motores y otros para desarrollar: fuerza, velocidad, resistencia, es decir, no tienen nada más que las condiciones orgánico básico necesario para lograr un rendimiento físico indefinido - deportes que depende de las características del individuo.

El desarrollo de las capacidades físicas ocupa un lugar muy importante en el desarrollo de la personalidad humana, determinando la condición física del individuo. De hecho, cada individuo necesita una cierta eficiencia física para realizar sus tareas diarias, en el desarrollo de las capacidades físicas ocupa un lugar importante en la formación de un fuerte equilibrio psicológico para adaptarse a las condiciones ambientales en las que vive.

A nivel nacional, según Puruhuaya et al. (2019) las capacidades físicas condicionales son aquellos factores que determinan la situación de un individuo y lo que lo guía o clasifica para hacer una alguna actividad física y puede a través del entrenamiento el individuo desarrollar al máximo su potencial físico.

Y esto es muy importante en cualquier juego también los estudiantes deben saber qué son las habilidades físicas fundamentales y por qué es importante educarlos, desarrollarlos y perfeccionarlos, así como los como beneficios para su formación como personas y el bienestar de la sociedad en su conjunto.

A nivel local, se pretende que la presente investigación demuestre la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los

estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

1.2. Delimitación de la investigación

1.2.1. Delimitación espacial

La tesis se desarrolló en el Colegio Nacional Jorge Chávez.

1.2.2. Delimitación social

La tesis se aplicó a 93 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima.

1.2.3. Delimitación temporal

La tesis se desarrolló en el año 2022.

1.2.4. Delimitación conceptual

La investigación está basada en los conceptos, clasificación, características científicas, como también apreciaciones sustentadas y/o mencionadas en el marco teórico y variables.

Capacidades físicas condicionales

Son aquellas que dependen de la eficiencia energética del metabolismo, es decir, la capacidad del cuerpo para sostener esfuerzos contra el consumo de la energía disponible, para que no signifiquen acciones o condicionamiento consciente, pero sean consideradas capacidades pasivas. Cruz (2017)

Rendimiento académico

Es la capacidad de lograr un resultado dado usando el más pequeño número de recursos posibles y la efectividad está relacionada de una manera directa a la capacidad de obtener su objetivo deseado. Grasso (2020)

1.3. Problema de la investigación

1.3.1. Problema principal

¿Cuál es la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?

1.3.2. Problemas específicos

¿Cuál es la relación de las capacidades físicas de la resistencia en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?

¿Cuál es la relación de las capacidades físicas de la fuerza en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?

¿Cuál es la relación de las capacidades físicas de la velocidad en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?

¿Cuál es la relación de las capacidades físicas de la flexibilidad en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?

1.4. Objetivos de la Investigación:

1.4.1. Objetivo General

Demostrar la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

1.4.2. Objetivos Específicos

Determinar la relación de las capacidades físicas de la resistencia en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Identificar la relación de las capacidades físicas de la fuerza en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021

Identificar la relación de las capacidades físicas de la velocidad en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021

Determinar la relación de las capacidades físicas de la flexibilidad en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021

1.5. Justificación e importancia y limitaciones de la Investigación:

1.5.1. Justificación

Este trabajo de investigación es importante porque proporcionará información sobre cómo parte de nuestra población que asiste a los 93 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, respecto a la relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico.

Aporte Teórico: Esta investigación nos permitió tener datos reales sobre las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima.

Aporte Metodológico: En esta investigación se demostró la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Aporte Práctico: Esta investigación se basa en realizar observaciones y tomar mediciones de relación entre ambas variables de estudio.

Aporte Social: La siguiente investigación demostró relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

1.5.2. Importancia

Lo más importante es un proceso de aprendizaje para dar soluciones o ampliar el conocimiento efectuar un proceso de investigación, ya que este permitirá conocer sobre el tema de una forma profunda la cual nos va a lanzar las soluciones requeridas. León (2009)

Esta tesis tuvo como objetivo demostrar la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

1.6. Factibilidad de la investigación

Contreras (2017) Menciona que la factibilidad es aquella que tiene relación con la capacidad, la logística y los recursos para llevar a cabo el estudio.

Por lo tanto, la investigación es factible en su totalidad, puesto que se tiene acceso a las instalaciones y estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima.

1.7. Limitaciones del estudio

León (2009) menciona que una limitación consiste en describir limitaciones o problemas con los que te puedes encontrar y las posibles alternativas para solucionarlos

De tal manera, la investigación no presentó limitaciones para su correcta ejecución.

CAPÍTULO II: EL MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes del Problema

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Garnica y Ramos (2016) desarrolló la investigación llamada: Diseño de una estrategia metodológica para el mejoramiento de las capacidades condicionales en los niños de 12 a 16 años del Club Unión F.P del municipio de Guateque Boyacá, a través de la educación física, para obtener el grado de Licenciado, el estudio fue tipo descriptivo, contando con una muestra conformada por 20 deportistas que se encuentran en edades de 10 a 16 años, en la Universidad Pedagógica Nacional Centro Valle de Tenza – Colombia.

El objetivo fue diseñar una estrategia metodológica para el mejoramiento de las capacidades físicas condicionales del Club Deportivo de Fútbol Unión F.P. y se concluyó que el mejoramiento de las capacidades físicas condicionales permite un mejor desenvolvimiento en el deporte tanto a nivel técnico como táctico y el mejoramiento de las capacidades físicas debe ser específico en la dosificación de los ejercicios dependiendo la edad que atraviese el deportista.

Jiménez (2022) desarrolló la investigación llamada: Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la ciudad de Pilar, para obtener el grado de Licenciado, el estudio fue tipo descriptivo, contando con una muestra conformada por 34 estudiantes universitarios, en la Universidad Nacional del Pilar – Paraguay.

El objetivo fue determinar los factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la ciudad de Pilar y se concluyó que es fundamental que el estudiante este motivado para poder actuar con eficiencia ante las distintas situaciones planteadas por el docente durante el proceso de enseñanza aprendizaje, todo esto se logrará mediante una selección bien ejecutada y cuidadosa de las estrategias que le permitan desarrollar su labor con eficacia y eficiencia para el logro de los propósitos

deseados y ayudar de esa manera al educando a lograr un buen rendimiento académico.

Silva (2020) desarrolló la investigación llamada: Nivel de actividad física y rendimiento académico en médicos residentes de la especialidad de medicina familiar adscritos a la UMF1 delegación Aguas calientes, para obtener el grado de Licenciado, el estudio fue tipo descriptivo, contando con una muestra conformada por 73 médicos residentes, en la Universidad Autónoma de Aguascalientes – México.

El objetivo fue determinar el nivel de actividad física y su relación con el rendimiento académico en médicos residentes de la especialidad de medicina familiar adscritos a la UMF1 delegación Aguas calientes y se concluyó que existe una correlación de Spearman para corroborar alguna relación entre estas variables en donde se obtuvo que no existe correlación entre estas ($Rho = 0.033$ y -0.186) cuyos valores tampoco fueron significativos.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Flores (2019) desarrolló la tesis llamada: Desarrollo de las capacidades condicionales en niños de 6 años del nivel primario, para obtener el grado de Licenciado, el estudio fue de tipo descriptivo, contando con una muestra conformada por 27 niños de educación primaria, en la Universidad Nacional de Tumbes.

El objetivo fue analizar la importancia del desarrollo de las capacidades condicionales en los estudiantes del nivel primario y se concluyó que permitió posicionar y motivar los distintos contenidos que deben realizar los profesores en materia de ejercicio físico según su etapa evolutiva, y cómo desarrollar habilidades condicionales con los alumnos y el resultado de un esfuerzo considerable en el establecimiento del plan de estudios en todas las etapas escolares establecerá un mecanismo entre los estudiantes para adaptarse a los hábitos de trabajo y práctica, es decir, se desarrollará el hábito del ejercicio

físico. Esto ayudará a estimular el desarrollo de la capacidad condicional de nuestros estudiantes.

Chamberg (2019) desarrolló la investigación llamada: Desarrollo de las capacidades condicionales en niños de 10 años del nivel primario, para obtener el grado de Licenciado, el estudio fue tipo descriptivo, contando con una muestra conformada por 50 escolares, en la Universidad Nacional de Tumbes.

El objetivo fue conocer la importancia que tiene el desarrollo de las capacidades coordinativas en los estudiantes del nivel primario y se concluyó que las capacidades coordinativas, son una de las capacidades que adquieren gran importancia por la complementación que tiene en las capacidades condicionales, es a su vez la capacidad que permite el desarrollo de las habilidades físicas, así como también de los movimientos estéticos que tiene el ser humano, esta capacidad debe ser entrenada desde temprana edad y que existen muchos aportes de estudios que indican el papel del desarrollo de la capacidad coordinativa, en él se puede ver los beneficios de los aspectos físicos y deportivos, a ello se le debe sumar la importancia que adquiere en el aspecto formativo del aprendizaje en actividades básicas de aprendizaje como la escritura.

Bravo (2016) desarrolló la investigación llamada: El nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno - 2015, para obtener el grado de Licenciado, el estudio fue tipo descriptivo, contando con una muestra conformada por 135 estudiantes del primer grado, en la Universidad Nacional del Altiplano.

El objetivo fue determinar el nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno -2015 y se concluyó que el nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución

Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno en su totalidad es bueno, por lo tanto podemos decir que los estudiantes presentan un grado igual o ligeramente superior al mínimo aceptable, puesto que es el nivel medio.

2.2. Bases Teóricas o científicas

2.2.1. Capacidades físicas condicionales

Definición: Son aquellas que dependen de la eficiencia energética del metabolismo, es decir, la capacidad del cuerpo para sostener esfuerzos contra el consumo de la energía disponible, para que no signifiquen acciones o condicionamiento consciente, pero sean consideradas capacidades pasivas. Cruz (2017)

Son las habilidades que las personas pueden desarrollar sin tener una condición corporal estable y pueden ser desarrollado por entrenamiento físico.

Las capacidades físicas condicionales, se pueden dimensionar en resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.

a) Resistencia: Oña (2020) define la resistencia como la capacidad de la persona para resistir la condición de fatiga que se crea para la actividad física. Del mismo modo, la persistencia implica la persistencia en el esfuerzo en el momento de la finalización.

En términos generales, la resistencia depende de cómo funciona la rutina de los músculos de un sujeto para realizar ciertas actividades.

Así mismo, la resistencia se puede desarrollar levantando pesas y sosteniéndolas en una posición durante unos segundos. Con el tiempo, la duración de este ejercicio debe ser creciente. Otra forma de mejorar la resistencia es trotar o correr extensiones que son más o menos alto y aumente gradualmente la extensión.

La resistencia es la capacidad de cambiar y mantener durante mucho tiempo un esfuerzo de intensidad relativamente alta y localizado en algunos grupos musculares. Este tipo de esfuerzo hace falta el aporte del oxígeno

necesario a los músculos. De lo contrario, adaptarse a la naturaleza del trabajo o gracias a la producción de sustancias que evitan el exceso de ácido y al aumentar sus reservas energéticas.

Es un hecho comprobado que la inmunidad aumenta, más o menos constantemente, a lo largo de la niñez y la adolescencia, y representa un factor importante para mantener la salud.

A los 8-9 años hay un aumento importante del rendimiento infantil, a los 11 años un relativo estancamiento y hacia los 13 años parece que los niños experimentan un gran aumento, mientras que las mujeres no solo son eso. aumentan, pero en muchos casos se estancan. Por lo tanto, los hombres tienen mejores requisitos para el entrenamiento de resistencia a estas edades.

De los 15 a los 17 años, la capacidad de resistencia aumentó significativamente, alcanzando el nivel más alto de resistencia aláctica. Alrededor de los 20 años, es cuando el individuo está listo para realizar esfuerzos intensos, asumiendo el desarrollo de resistencia láctica anaeróbica, porque el organismo está más dispuesto a permitir la acumulación de lactato.

Entre los 20 y los 30 años tenemos el periodo de mayor capacidad, tanto de esfuerzo aeróbico como anaeróbico. A partir de los 30 años, la resistencia comienza a declinar, aunque más lentamente que la fuerza y la velocidad. A esta edad, con bastante trabajo se puede mantener en un nivel muy alto

b) Fuerza: Aguedo (2019) expresa que es conocido como habilidad física se refiere al esfuerzo muscular y esta capacidad permite levantar objetos pesados, moverlos, jalarlos, tensar resortes, tiro con arco, soportando nuestro propio peso, etc.

Los músculos reaccionan gracias a los estímulos nerviosos. De esta manera, pueden contraer, flexionar, extender o permanecer en una determinada posición.

La fuerza de una persona se puede aumentar mediante el entrenamiento. Algunos de las actividades recomendadas son las siguientes: Levantar el propio peso corporal, levantamiento de pesas, sprints (correr distancias cortas a máxima velocidad).

La fuerza consiste en apretar la tensión de encender una resistencia, es también una capacidad fácil porque se contraen y el resultado es lo que llamamos aumento del tono muscular, que es la fuerza del músculo en reposo.

El factor de fuerza continúa mejorando durante el crecimiento y alcanza su nivel más alto en la tercera década de la vida.

De los 6 a los 10 años, el desarrollo de la fuerza es lento y se mantiene igual entre niños y niñas. A la edad de 11 años aumenta el desarrollo de la fuerza, donde el niño es más rápido que la niña.

De los 12 a los 14 años no se produce un aumento significativo de la fuerza, que se debe únicamente al crecimiento de la altura y del grosor de los huesos y los músculos.

De los 14 a los 16 años se produce un marcado aumento del tamaño corporal, primero en altura y luego en grosor, lo que supone un aumento importante de la fuerza muscular, hasta casi el 85% de la energía total.

De los 17 a los 19 años se completa el crecimiento muscular hasta el 44% del peso corporal de un individuo adulto.

A partir de los 20 a los 25 años, el nivel de energía se mantiene. A partir de esta edad y hasta los 30 años, el mayor % de fuerza lo obtienen ambos sexos. Después de más de 30 años, la fortaleza sufrió un declive gradual, frenado solo por un considerable trabajo de mantenimiento físico.

c) Velocidad: Ariel (2019) menciona que se entiende como la capacidad del cuerpo para responder a un estímulo externo, hacer un movimiento rápido o moverse rápidamente. Hay muchos factores asociados a la velocidad. Para empezar, fuerza y tono muscular de una persona puede aumentar la velocidad.

Otro aspecto importante es la reacción de los estímulos musculares a los nerviosos. Finalmente, la coordinación de los movimientos es más preciso y, eventualmente, más rápidos.

Con ejercicios repetitivos de corta duración se puede entrenar la velocidad y de esa forma se puede observar la diferencia de velocidad en cada repetición.

Es la capacidad de realizar uno o más movimientos o recorrer una distancia en el menor tiempo posible.

De los 6 a los 9 años se produce un aumento de la velocidad. Los movimientos acíclicos se completan y la frecuencia motora mejora significativamente.

De los 9 a los 11 años hay niveles de coordinación satisfactorios a favor de desarrollar cosas como la frecuencia y la velocidad de los movimientos, incluso con falta de fuerza.

Alrededor de los 11 y 12 años es un buen momento para realizar tareas motoras específicas de la velocidad.

De los 12 a los 14 años la fuerza gana tasas más altas y existen importantes diferencias en la coordinación, también llamada "torpeza adolescente", algo que limita la velocidad.

De los 14 a los 16 años se obtiene la máxima frecuencia gestual para que los tiempos de reacción sean similares a los de los adultos. El sistema anaeróbico láctico y la fuerza muscular están cerca del momento adulto (80%) por lo que es un buen escenario para el análisis de talentos en pruebas que requieren la máxima velocidad de reacción.

A los 17-18 años se alcanza el 95% de la velocidad máxima, se desarrolla la velocidad cíclica y el sistema anaeróbico está al 90%.

A partir de esta edad se estabiliza el desarrollo de la velocidad ya los 25 años empieza a decrecer si no se mantiene el entrenamiento de dicha capacidad.

d) Flexibilidad: Tullume (2019) expresa que es la capacidad del cuerpo para extender una articulación durante la infancia, el cuerpo es muy flexible y con los años se va perdiendo la calidad. Por ello, es necesario realizar ejercicios de estiramiento y alargamiento de la articulación.

Permite el máximo movimiento de las articulaciones gracias a la elasticidad y expansión de los músculos insertados. La flexibilidad de la musculatura empieza a disminuir a partir de los 9 o 10 años si no se trabaja.

A diferencia de otras capacidades, la flexibilidad implica crecimiento. La mayor flexibilidad se aprecia en la infancia, aunque hay un cierto apogeo al inicio de la pubertad, en concreto, hacia los 10-12 años y luego desaparece.

Hasta los 6 años, el sistema musculoesquelético se caracteriza por su gran elasticidad, mostrándose actividades globales, en movimientos básicos que le permiten utilizar libremente su motricidad.

De los 6 a los 12 años la reducción no es muy importante, pero precisamente a partir de esta edad, debido a los cambios hormonales y así se acentúa el crecimiento antropométrico, se producen una serie de cambios en la extensibilidad, hasta mantenerse, abriéndose un punto de quiebre en el desarrollo de la flexibilidad, porque se enfatiza su retorno. A partir de esta edad, la reducción dependerá mucho de la actividad del sujeto y de su constitución particular.

En definitiva, la flexibilidad es una capacidad que sigue un proceso natural de involución; si no se le presta atención, empeorará gradualmente.

2.2.2. Rendimiento académico

Definición: Es la capacidad de lograr un resultado dado usando el más pequeño número de recursos posibles y la efectividad está relacionada de una manera directa a la capacidad de obtener su objetivo deseado. Grasso (2020)

El rendimiento académico se considera un indicador de la eficacia y calidad de la educación. Pero también se piensa que es un problema multifactorial donde pueden intervenir muchas variables como: práctica docente, tipo de asignatura, entorno familiar, apoyo institucional, motivación, etc.

Cabe señalar que los estudiantes no conocen los métodos para lograr un aprendizaje significativo, debido a que muchas veces practican el aprendizaje a través de la repetición y la memoria, esto también se desarrolla en el ámbito educativo y por tal motivo tienen muchas dificultades con los nuevos retos cognitivos, que se les presentan más complejo. Jiménez (2022)

Albán y Calero (2017) defienden la idea de que el proceso de enseñanza - aprendizaje, se ponen en juego las capacidades del alumno, vinculadas a factores volitivos, afectivos y emocionales, además del ejercicio para lograr las metas u objetivos establecidos de la institución. En este caso, los siguientes factores son relevantes.

a) Motivación El desarrollo de la motivación puede ser estudiada en componentes o dimensiones básicas: el valor motivacional, las expectativas motivacionales y la motivación motivacional. Todos ellos actúan como promotor y regulador del aprendizaje en un esfuerzo por alcanzar las metas, condición que se ven mostradas en el rendimiento.

b) El rendimiento pasado es la variable relacionada con el proceso de aprendizaje del alumno en el campo académico. Si el rendimiento académico que el estudiante tiene a lo largo de su vida educativa no es suficiente, en el desempeño futuro que obtendrá el estudiante será bajo, incluso lo que conducirá al fracaso de la escuela descrita anteriormente.

c) Los hábitos de estudio como factor importante para el rendimiento académico, porque a los estudiantes con habilidades académicas excepcionales les va mejor estrategias y mejores hábitos de estudio son probables tienen alto rendimiento académico y estudiantes con bajas habilidades académicas, pero con los hábitos de estudiar regularmente, tienden a obtener resultados similares a los de alta capacidad. Luego, el hábito de estudio se especifica como un factor desarrollo o no de los problemas e incide directamente en el desempeño favorable o no del alumno adolescente.

d) La percepción de la tarea, considerando que es una de las características importantes de alto rendimiento porque permite al estudiante identificar y tomar decisiones y expresar su participación y compromiso voluntario de tareas y tareas que les correspondan según su contexto, lo cual se indica el cumplimiento de las tareas escolares, el establecimiento de metas personales y el desarrollo de actitudes de éxito, es decir, el cumplimiento de las tareas encomendadas a la satisfacción del alumno que los desarrolló, lo que este es un factor que será favorable si se desarrolla del estudiante adolescente.

e) La autorregulación insiste en que quienes autorregulan su propio aprendizaje sean conscientes cognitiva y motivacionalmente de lo que están haciendo y de lo que están haciendo para lograr con éxito sus objetivos, por tanto, presentan un balance positivo entre sus creencias sobre sí mismos, la tarea o el tema de estudio y las razones que explican su implicación.

Se debe tener en cuenta que la autorregulación debe entenderse en el contexto académico como la graduación de involucrar al estudiante en su propio proceso para aprender y debe establecer tanto, desde creencias, razones, emociones, así como métodos que, por su frecuencia y eficacia, se mantienen el rendimiento de los estudiantes.

f) El equilibrio entre la fe, la razón y la emoción o reacciones afectivas permiten la explicación cuando se establecen metas y dedicar tiempo y

esfuerzo a se puede lograr, incluso sin comprender la autoeficacia muy positivo o sin una visión clara y alentadora del progreso realizado en las tareas de aprendizaje anteriores, mientras que otros pronto deciden no esforzarse o establecer metas relacionadas con la abstinencia en su participación académica.

g) La decisión vocacional entonces, en el contexto escolar, para lograr sus intereses vocacionales, el estudiante debe desarrollar ciertas habilidades y capacidades que influyen en su proyección hacia los demás en la actividad de estudiar y conducir al aprendizaje, que influye en la definición de metas, el esfuerzo de lograrlo y en satisfacción por el proceso posterior, se convirtió en un catalizador en el proceso de mejora continua.

h) El interés de los padres en las actividades educativas del estudiante les informa de su trabajo en el campo de la educación, que tiene un impacto en su desempeño escolar.

i) Interés de los padres en el aprendizaje, porque el interés de los padres en las actividades educativas del estudiante les hace conscientes de su trabajo en campo de la educación que tiene un impacto en su rendimiento escolar, por lo tanto, contactar con el centro educativo de sus hijos, crear un buen ambiente de trabajo en casa, buen aprovechamiento del tiempo en entretenimiento, presión a los niños para que realicen actividades de lectura y visitas culturales y ayuda con las tareas para el hogar.

Loayza (2019) define que el rendimiento académico es un constructo multidimensional, compuesto por diversas variables como inteligencia, motivación, personalidad, factores de individuo, etc., aunque la forma más eficiente de medir esta variable es mediante la calificación o notas obtenidas por los alumnos evaluados durante un período en el momento. Sin embargo, los autores también señalan que las calificaciones están ausentes siempre se reflejan a nivel conceptual, procedimental y actitudinal de los estudiantes.

2.3. Definición de términos Básicos:

- Capacidades físicas condicionales: Son aquellas que dependen de la eficiencia energética del metabolismo, es decir, la capacidad del cuerpo para sostener esfuerzos contra el consumo de la energía disponible, para que no signifiquen acciones o condicionamiento consciente, pero sean consideradas capacidades pasivas. Cruz (2017, p. 4)
- Rendimiento académico: Es la capacidad de lograr un resultado dado usando el más pequeño número de recursos posibles y la efectividad está relacionada de una manera directa a la capacidad de obtener su objetivo deseado. Grasso (2020, p. 21)
- Motivación: Es aquella que se utiliza para describir la voluntad o motivo que mueve a una persona hacia una meta. Montalvo y Plasencia (2015, p. 11)
- Actitud: Es la condición que rige el comportamiento humano en cualquier situación de la vida. Monsalve (2021, p. 7)
- Aprendizaje: Es la adquisición de nuevas características de un ser vivo a partir de experiencias pasadas, para lograr una mejor adaptación al medio físico y social en el que se desenvuelve. Pérez (2009, p. 5)
- Habilidad: Es la habilidad que necesita una persona para realizar una actividad específica. Sixto y Márquez (2017, p. 25)
- Competencia: Es una acción integral que permite identificar, interpretar, argumentar y resolver problemas contextuales con equidad y ética. López (2016, p. 16)
- Meta: Es una guía o sueño por cumplir, que uno mismo se marca, por ejemplo, en torno a un proyecto de vida, o es planteado por un tercero. Ruiz (2019, p. 20)
- Rendimiento: Es la expresión de capacidades y de características psicológicas del estudiante, desarrollado y actualizado a través del proceso de enseñanza aprendizaje. Albán y Calero (2017, p. 9)
- Percepción: Es un proceso de fortalecimiento activo en el que el perceptor, antes de procesar nueva información y con los datos almacenados en su conciencia. Rosales (2015, p. 2)

CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis general

H₁: Las capacidades físicas condicionales se relacionan significativamente con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas condicionales no se relacionan significativamente con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

3.2. Hipótesis Específicos

H₁: Las capacidades físicas de la resistencia se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas de la resistencia no se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₂: Las capacidades físicas de la fuerza se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas de la fuerza no se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₃: Las capacidades físicas de la velocidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas de la velocidad no se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₄: Las capacidades físicas de la flexibilidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas de la flexibilidad no se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

3.3. Definición conceptual y operacional de las variables

3.3.1. Capacidades físicas condicionales

Definición conceptual

Son aquellas que dependen de la eficiencia energética del metabolismo, es decir, la capacidad del cuerpo para sostener esfuerzos contra el consumo de la energía disponible, para que no signifiquen acciones o condicionamiento consciente, pero sean consideradas capacidades pasivas. Cruz (2017)

Definición operacional

Son aquellas que permiten que el cuerpo humano desarrolle sus capacidades físicas de manera efectiva, teniendo en cuenta el gasto energético requerido.

3.3.2. Rendimiento académico

Definición conceptual

Es la capacidad de lograr un resultado dado usando el más pequeño número de recursos posibles y la efectividad está relacionada de una manera directa a la capacidad de obtener su objetivo deseado. Grasso (2020)

Definición operacional

Es aquella capacidad para alcanzar una determinada meta académica empleando todos los elementos necesarios de manera efectiva.

3.4. Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICION DE LA VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
Capacidades físicas condicionales	Son aquellas que dependen de la eficiencia energética del metabolismo, es decir, la capacidad del cuerpo para sostener esfuerzos contra el consumo de la energía disponible, para que no signifiquen acciones o condicionamiento consciente, pero sean consideradas capacidades pasivas. Cruz (2017)	Resistencia Fuerza Velocidad Flexibilidad	Prolongar esfuerzos. -Pulsaciones -Acciones motrices -Tiempos -Movimientos amplios. -Vencer o controlar y Resistencia. -Preparación físico.	Test de Eurofit	
Rendimiento académico	Es la capacidad de lograr un resultado dado usando el más pequeño número de recursos posibles y la efectividad está relacionada de una manera directa a la capacidad de obtener su objetivo deseado. Grasso (2020)	Conceptual Procedimental Actitudinal	Sintetizar los conceptos. Desarrollo de los procesos dentro la formación. Aplica los conocimientos aprendidos	Cuestionario	

CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Enfoque, tipo y nivel de Investigación

4.1.1. Enfoque de investigación

Ruiz (2006) expresa que el enfoque es un proceso sistemático, disciplinado y controlado y está directamente relacionado con los métodos de investigación, que son dos: enfoque inductivo que suele relacionarse con la investigación cualitativa que implica pasar de casos concretos a generalizar; mientras que el método deductivo a menudo se asocia con tanta investigación que la naturaleza va de lo general a lo particular.

Por lo tanto, la presente investigación será del enfoque cuantitativo porque los datos a obtener serán totalmente medibles.

4.1.2. Tipo de Investigación

Tomala (2006) Menciona que el tipo de investigación básica, es también llamado puro o estándar, busca hacer avanzar la ciencia, incrementar el conocimiento teórico, sin estar directamente interesado en posibles aplicaciones o consecuencias prácticas; es más formal y persigue reuniones de con vistas para desarrollar una teoría basada en principios y leyes.

Esta investigación será de tipo básico porque la información a obtener será netamente bibliográfica.

4.1.3. Nivel de Investigación

León (2009) manifiesta que los niveles de investigación se refieren al grado de profundidad con que se aborda un objeto o fenómeno.

Esta investigación será de nivel correlacional porque se recolectarán datos para poder realizar una correlación de los resultados obtenidos de ambas variables de estudio.

4.2. Diseño y Método de la Investigación

4.2.1. Método de Investigación

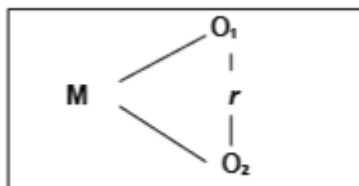
Estela (2020) Menciona que los métodos de investigación son los diferentes modelos metodológicos que se pueden utilizar en una investigación específica, atendiendo a sus requerimientos, es decir, a la naturaleza del evento que queremos investigar.

Por lo tanto, la presente investigación pertenecerá a este método porque permitirá realizar deducciones directas de las hipótesis planteadas.

4.2.2. Diseño de Investigación:

Estela (2020) Manifiesta que los proyectos de investigación no son experimentales y tendrán secciones transversales para recopilar datos al mismo tiempo, al mismo tiempo.

Por lo tanto, este proyecto de investigación será de diseño no experimental porque no se realizará manipulación de las variables de estudio.



Donde:

M: 93 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima.

Ox: Capacidades físicas condicionales

Oy: Rendimiento académico

4.3. Población y muestra de la investigación

4.3.1. Población

Según Hurtado (1998) indica que población es el total de individuos o elementos a los que se refiere la investigación, o todos los elementos que estudiaremos, por esta razón también se llama universo.

La población está constituida por 120 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima.

4.3.2. Muestra

Hurtado (1998) manifiesta que la muestra está conformada por un subgrupo de la población.

Por lo tanto, la muestra estará compuesta por 93 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima.

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.4.1. Técnicas

Gutiérrez (2002) expresó: Las técnicas son un conjunto de reglas y procedimientos que permitirán establecer al investigador la relación con el objeto o sujeto de la investigación. Por lo tanto, las técnicas que se utilizaron fueron:

- Observación.
- Entrevista

4.4.2. Instrumentos

Gutiérrez (2002) Menciona que los instrumentos son el medio físico utilizado para recopilar información. Cada herramienta provoca o estimula la presencia o manifestación del aprendizaje a evaluar.

- Test de Eurofit
- Cuestionario

4.5. Validez y confiabilidad

Según León (2009) expresan que se refiere al grado en que un instrumento de recopilación de datos mide el cambio que está diseñado para medir, y la confiabilidad se refiere al grado en que la aplicación repetida de un instrumento de recopilación de datos sobre el mismo sujeto u objeto crea consecuencias similares.

Validez se aplicará a 3 expertos los cuales validaran el instrumento para la variable de las actividades lúdicas.

La confiabilidad son los resultados de un estudio y estos pueden considerarse confiables cuando tienen un alto grado de validez, es decir, cuando no hay sesgos. Sin embargo, este término se utiliza más cuando se están desarrollando instrumentos y este se sometió a una escala de valor tomada por medio del SPSS, y así obtener el Alfa de cron Bach.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,981	,982	2

Interpretación. El coeficiente Alfa de Cronbach oscila entre el 0 y el 1. Cuanto más próximo esté a 1, más consistentes será su confiabilidad el instrumento tiene una escala de ,982 Estando dentro el promedio de confiabilidad, por tanto, si garantiza un trabajo exitoso.

4.6. Procesamiento y análisis de datos

4.6.1. Estadística Descriptiva

Las estadísticas descriptivas o deductivas se sirven tanto para la población como para la muestra (un subconjunto de la población cuyos elementos se seleccionan al azar), la estadística de inferencia trabaja con muestras de las que se intenta sacar conclusiones sobre la población. Santillán (2016)

4.6.2. Estadística inferencial

Santillán (2016) Las estadísticas inferenciales o inductivas son una parte de la estadística que tiene métodos y técnicas que, por inducción, determinan las propiedades de una población estadística.

4.7. Ética de la Investigación

Santillán (2016) expreso: Es una rama de la ética, la ciencia que se ocupa de la moralidad y el comportamiento humano en relación con la moralidad, que ofrece principios éticos que deben seguirse en el campo de la ciencia.

En un aspecto más específico, la investigación en ética humana es una rama de la ética aplicada, en la que el tema de estudio es la investigación científica, en la que se involucran seres humanos vivos y en la que se encuentra su naturaleza humana específica.

Este hecho hace que los sujetos de estas investigaciones sean vulnerables a rastrear sus identidades, posiblemente en relación con su privacidad; En consecuencia, se necesitan medidas adicionales para proteger a las personas que participan en estos estudios.

Los participantes fueron aquellos que, tras recibir una explicación de la investigación a la que fueron sometidos, manifestaron su consentimiento informado y consentimiento para participar en el estudio.

CAPÍTULO V

LOS RESULTADOS

5.1. Analisis e interpretacion de resultado

El análisis y la interpretación de los datos de la muestra y posteriormente la validación de las hipótesis se ven reflejados en este capítulo por tanto es importante demostrar la relación de las Las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. Primero la obtención de los datos por medio de la estadística descriptiva y seguido de la estadística inferencial para ver la relación de las variables de la tesis.

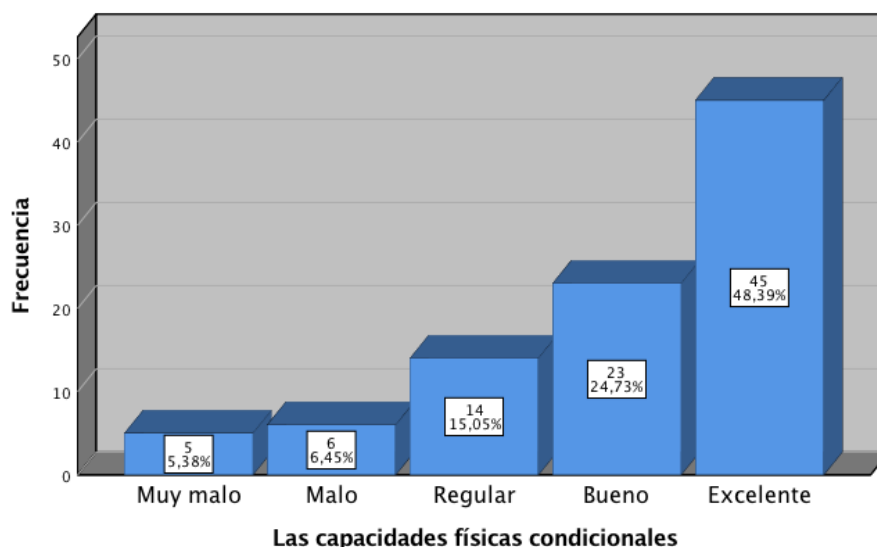
5.2. Estadística descriptiva

La estadística descriptiva nos brinda la información en referencia a la toma de datos de la muestra, donde se puede demostrar el porcentaje y la frecuencia en que se trabajó con la muestra esto se simplificará e tabla y figuras para evidenciar cada resultado obtenido.

Tabla N°1. Variable 1:

		Las capacidades físicas condicionales			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy malo	5	5,4	5,4	5,4
	Malo	6	6,5	6,5	11,8
	Regular	14	15,1	15,1	26,9
	Bueno	23	24,7	24,7	51,6
	Excelente	45	48,4	48,4	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Figura N°.1 Variable 1:

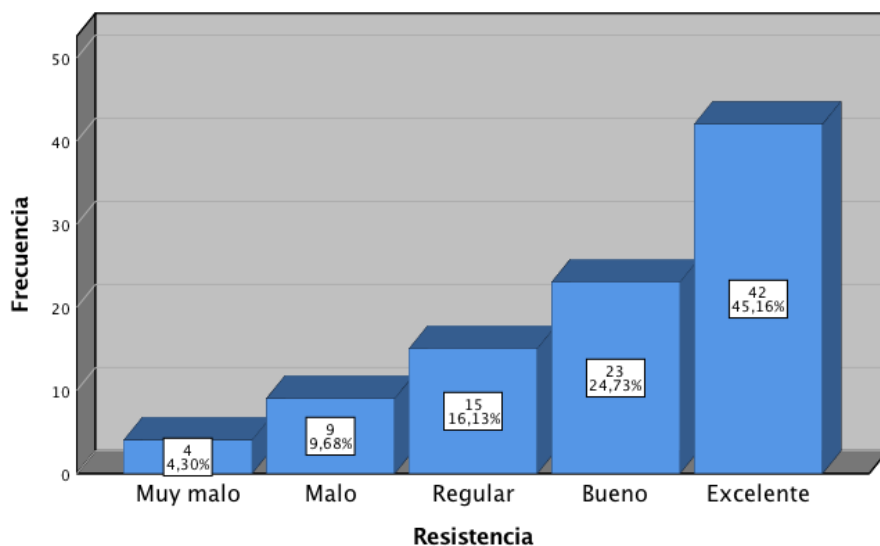


Interpretación: En la figura N°.1. Se observa que, el 5,38% de los participantes opinan que es muy malo; el 6,45% de los participantes opinan que es malo; el 15,05% de los participantes opinan que es regular; el 24,73% de los participantes opinan que es bueno, y finalmente el 48,39% de los participantes opinan que es excelente trabajar las capacidades físicas condicionales, dentro el proceso de formación en el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N°. 2 Dimensión 1

		Resistencia			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy malo	4	4,3	4,3	4,3
	Malo	9	9,7	9,7	14,0
	Regular	15	16,1	16,1	30,1
	Bueno	23	24,7	24,7	54,8
	Excelente	42	45,2	45,2	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Figura N°.2 Dimensión 1

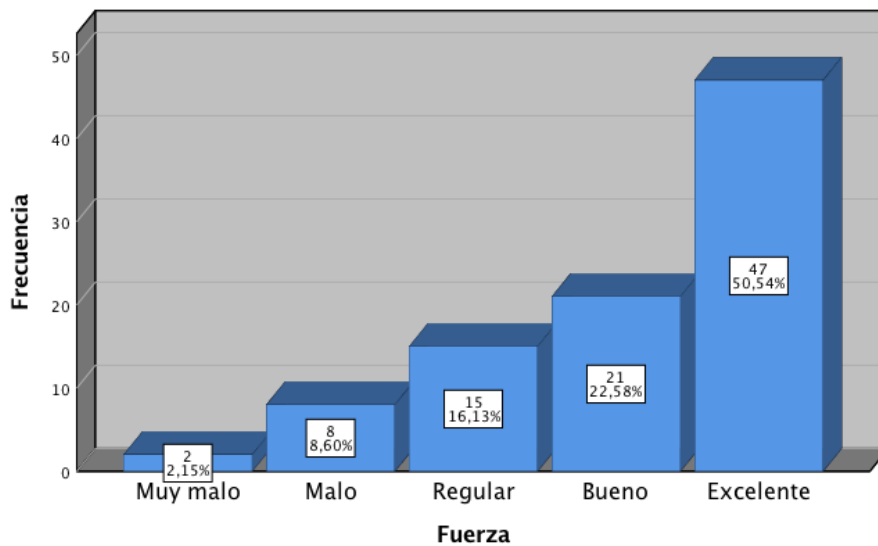


Interpretación: En la figura N°.2. Se observa que, el 4,30% de los participantes opinan que es muy malo; el 9,68% de los participantes opinan que es malo; el 16,13% de los participantes opinan que es regular; el 24,73% de los participantes opinan que es bueno, y finalmente el 45,16% de los participantes opinan que es excelente el trabajo de la resistencia como un complemento deportivo en aras de mejorar el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N°. 3 Dimensión 2

		Fuerza			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy malo	2	2,2	2,2	2,2
	Malo	8	8,6	8,6	10,8
	Regular	15	16,1	16,1	26,9
	Bueno	21	22,6	22,6	49,5
	Excelente	47	50,5	50,5	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Figura N°. 3 Dimensión 2

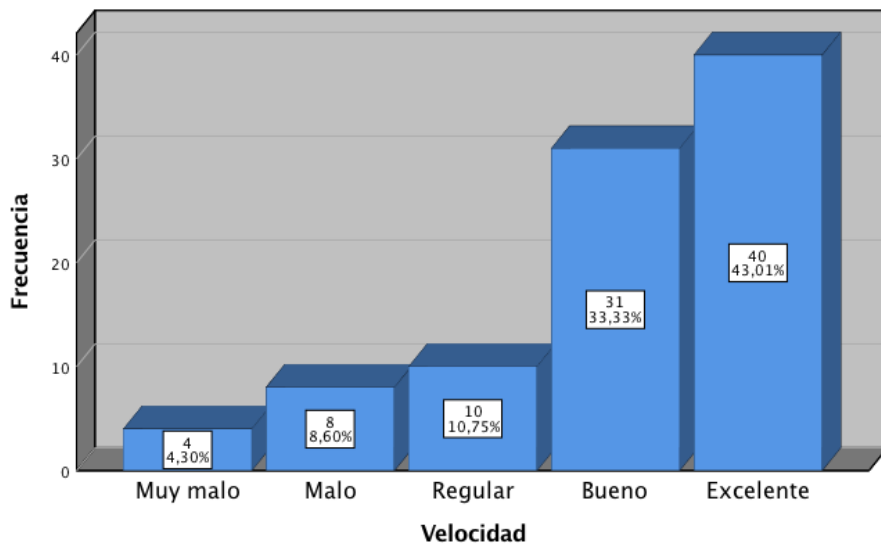


Interpretación: En la figura N°.3. Se observa que, el 2,15% de los participantes opinan que es muy malo; el 8,60% de los participantes opinan que es malo; el 16,13% de los participantes opinan que es regular; el 22,58% de los participantes opinan que es bueno, y finalmente el 50,54% de los participantes opinan que es excelente el trabajo de la fuerza como un complemento deportivo en haras de mejorar el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N°. 4 Dimensión 3

		Velocidad			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy malo	4	4,3	4,3	4,3
	Malo	8	8,6	8,6	12,9
	Regular	10	10,8	10,8	23,7
	Bueno	31	33,3	33,3	57,0
	Excelente	40	43,0	43,0	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Figura N°. 4 Dimensión 3

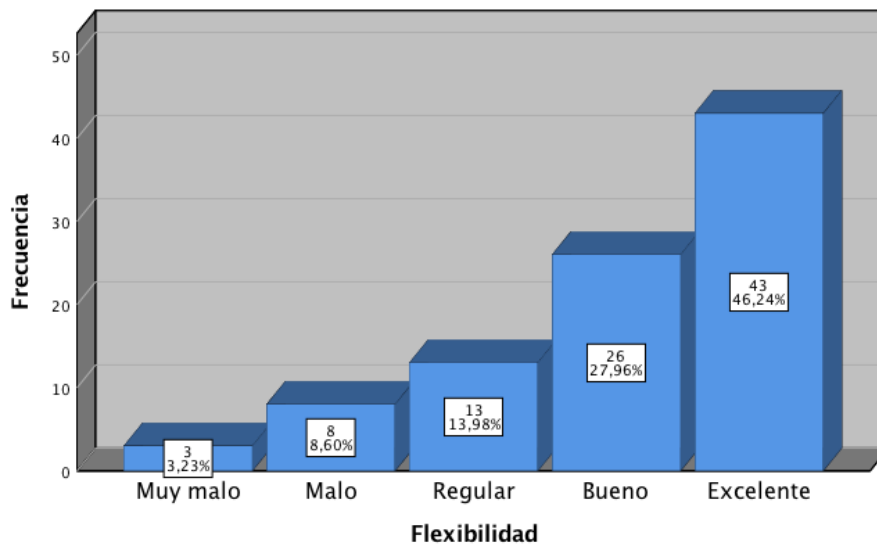


Interpretación: En la figura N°.3. Se observa que, el 4,30% de los participantes opinan que es muy malo; el 8,60% de los participantes opinan que es malo; el 10,75% de los participantes opinan que es regular; el 33,33% de los participantes opinan que es bueno, y finalmente el 43,01% de los participantes opinan que es excelente el trabajo de la velocidad como un complemento deportivo en haras de mejorar el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021

Tabla N°. 4 Dimensión 4

		Flexibilidad			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy malo	3	3,2	3,2	3,2
	Malo	8	8,6	8,6	11,8
	Regular	13	14,0	14,0	25,8
	Bueno	26	28,0	28,0	53,8
	Excelente	43	46,2	46,2	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Figura N°. 4 Dimensión 4

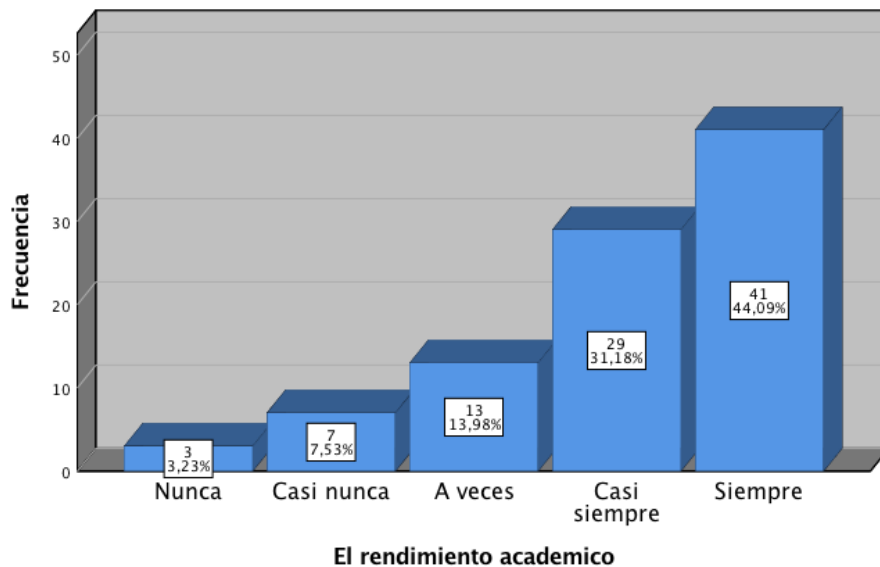


Interpretación: En la figura N°.3. Se observa que, el 3,23% de los participantes opinan que es muy malo; el 8,60% de los participantes opinan que es malo; el 13,98% de los participantes opinan que es regular; el 27,96% de los participantes opinan que es bueno, y finalmente el 46,24% de los participantes opinan que es excelente el trabajo de la flexibilidad como un complemento deportivo en haras de mejorar el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N°. 5 Variable 2

		El rendimiento académico			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	3	3,2	3,2	3,2
	Casi nunca	7	7,5	7,5	10,8
	A veces	13	14,0	14,0	24,7
	Casi siempre	29	31,2	31,2	55,9
	Siempre	41	44,1	44,1	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Figura N°. 5 Variable 2

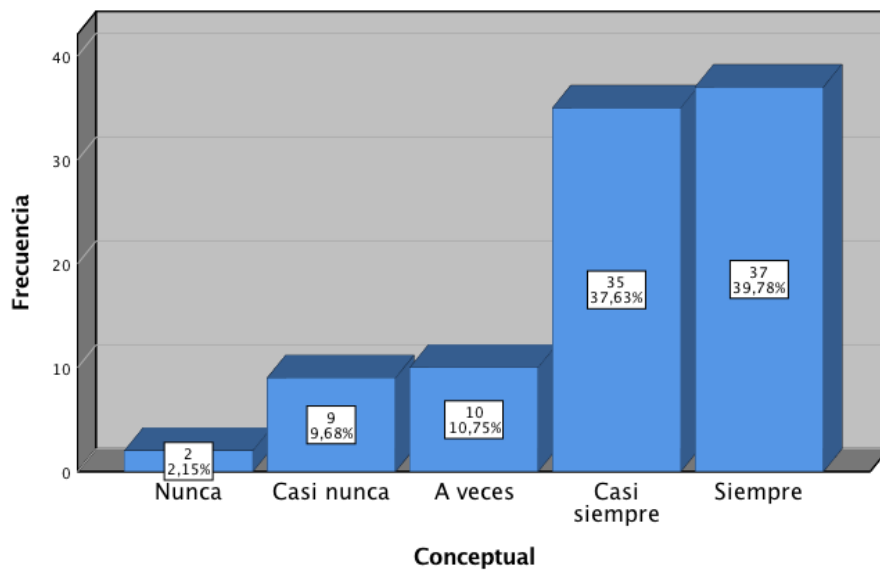


Interpretación: En la figura N°.5. Se observa que, el 3,23% de los participantes opinan que nunca; el 7,53% de los participantes opinan que casi nunca; el 13,98% de los participantes opinan que a veces; el 31,18% de los participantes opinan que casi siempre, y finalmente el 44,09% de los participantes opinan que siempre el rendimiento académico mejora cuando trabajan las capacidades físicas en estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N°. 6 Dimensión 1

		Conceptual			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	2	2,2	2,2	2,2
	Casi nunca	9	9,7	9,7	11,8
	A veces	10	10,8	10,8	22,6
	Casi siempre	35	37,6	37,6	60,2
	Siempre	37	39,8	39,8	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Figura N°. 6 Dimensión 1

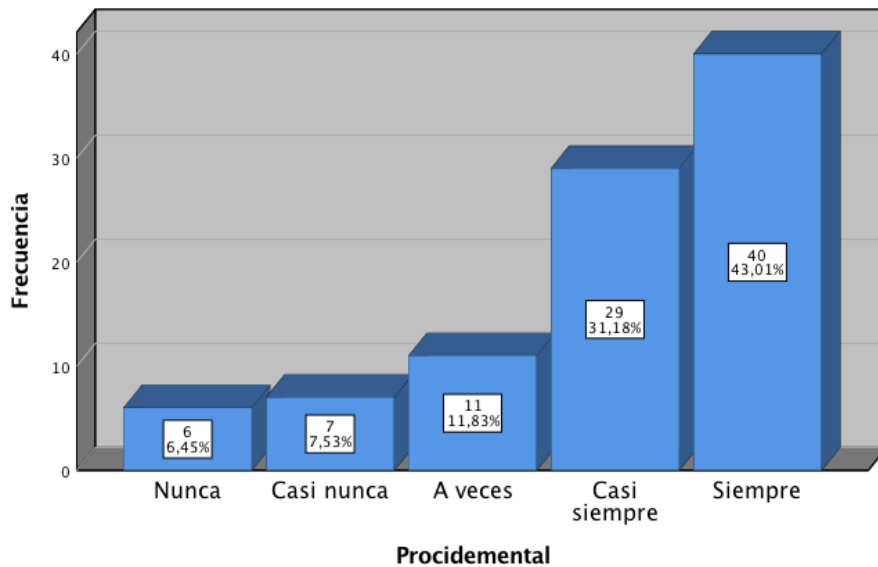


Interpretación: En la figura N°.6. Se observa que, el 2,15% de los participantes opinan que nunca; el 9,68% de los participantes opinan que casi nunca; el 10,75% de los participantes opinan que a veces; el 37,63% de los participantes opinan que casi siempre, y finalmente el 39,78% de los participantes opinan que siempre el rendimiento conceptual mejora cuando trabajan las capacidades físicas en estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N°. 7 Dimensión 2

		Procedimental			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	6	6,5	6,5	6,5
	Casi nunca	7	7,5	7,5	14,0
	A veces	11	11,8	11,8	25,8
	Casi siempre	29	31,2	31,2	57,0
	Siempre	40	43,0	43,0	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Figura N°.7 Dimensión 2

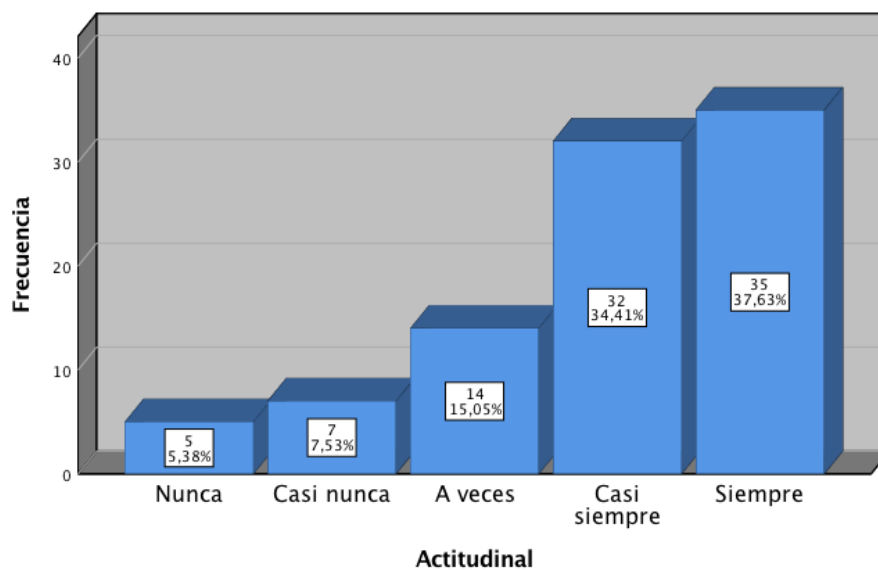


Interpretación: En la figura N°.7. Se observa que, el 6,45% de los participantes opinan que nunca; el 7,53% de los participantes opinan que casi nunca; el 11,83% de los participantes opinan que a veces; el 31,18% de los participantes opinan que casi siempre, y finalmente el 43,01% de los participantes opinan que siempre el rendimiento procedimental mejora cuando trabajan las capacidades físicas en estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N°. 8 Dimensión 3

		Actitudinal		Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
		Frecuencia	Porcentaje		
Válido	Nunca	5	5,4	5,4	5,4
	Casi nunca	7	7,5	7,5	12,9
	A veces	14	15,1	15,1	28,0
	Casi siempre	32	34,4	34,4	62,4
	Siempre	35	37,6	37,6	100,0
	Total	93	100,0	100,0	

Figura N°.8 Dimensión 3



Interpretación: En la figura N°.7. Se observa que, el 5,38% de los participantes opinan que nunca; el 7,53% de los participantes opinan que casi nunca; el 10,05% de los participantes opinan que a veces; el 34,41% de los participantes opinan que casi siempre, y finalmente el 37,63% de los participantes opinan que siempre el rendimiento qctitudinal mejora cuando trabajan las capacidades físicas en estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

5.3. Estadística inferencial

Prueba de las Hipótesis

Una de las pruebas preliminares para el desarrollo estadístico es ver si los datos presentados son normales por cuanto se sometió a la toma de datos por medio de la prueba de normalidad y verificar si los datos trabajados tienen una distribución normal o no, de tener una distribución normal, se aplicara pruebas paramétricas de lo contrario pruebas no paramétricas.

1.- Prueba de Distribución normal:

Ha: Los datos de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. Tienen una distribución normal.

H0: Los datos de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. No tienen una distribución normal.

Nivel de significancia: 5%

Tabla N° 9. Prueba estadística: Normalidad

	Las capacidades físicas condicionales	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
El rendimiento académico	Muy malo	,367	5	,026	,684	5	,006
	Malo	,492	6	,000	,496	6	,000
	Regular	,510	14	,000	,428	14	,000
	Bueno	.	23	.	.	23	.
	Excelente	,532	45	,000	,322	45	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Como los datos son menores a 50, se utiliza la prueba de Kolmogorov-smirnov, teniendo como prueba estadística (sig.= 0.000) es menor al 5% (0.05), por lo tanto se rechaza la hipótesis nula.

Interpretación:

A un nivel de significancia del 5%, existe evidencia estadística para concluir que, los datos de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento

académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021. Tienen una distribución normal

Por lo tanto se utilizara las pruebas estadísticas No paramétricas, la más adecuada es la Prueba de RhO Spearman.

Hipótesis General:

H₁: Las capacidades físicas condicionales se relacionan significativamente con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas condicionales no se relacionan significativamente con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Nivel de significación (α) del 5% $\rightarrow \alpha = 0.05$

Prueba estadística:

Tabla N° 10. Tabla cruzada El rendimiento académico*Las capacidades físicas condicionales

			Las capacidades físicas condicionales					Total
			Muy malo	Malo	Regular	Bueno	Excelente	
El rendimiento académico	Nunca	Recuento	3	0	0	0	0	3
		Recuento esperado	,2	,2	,5	,7	1,5	3,0
	Casi nunca	Recuento	2	5	0	0	0	7
		Recuento esperado	,4	,5	1,1	1,7	3,4	7,0
	A veces	Recuento	0	1	12	0	0	13
		Recuento esperado	,7	,8	2,0	3,2	6,3	13,0
	Casi siempre	Recuento	0	0	2	23	4	29
		Recuento esperado	1,6	1,9	4,4	7,2	14,0	29,0
	Siempre	Recuento	0	0	0	0	41	41
		Recuento esperado	2,2	2,6	6,2	10,1	19,8	41,0
Total		Recuento	5	6	14	23	45	93

Recuento esperado	5,0	6,0	14,0	23,0	45,0	93,0
-------------------	-----	-----	------	------	------	------

Tabla N° 11. Correlaciones no paramétricas

			El rendimiento académico	Las capacidades físicas condicionales
Rho de Spearman	El rendimiento académico	Coeficiente de correlación	1,000	,954**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	93	93
	Las capacidades físicas condicionales	Coeficiente de correlación	,954**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	93	93

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

Interpretación: Bajo la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,954$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P. 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se comprueba de este modo que las capacidades físicas condicionales se relacionan significativamente con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N° 12. Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coeficiente de contingencia	,860	,000
N de casos válidos		93	

De los resultados obtenidos se observa que sig. (0.000) es menor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), por lo tanto se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Conclusión: Después de realizar las pruebas estadísticas se concluye la confirmación de la hipótesis: Las capacidades físicas condicionales se relacionan significativamente con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Hipótesis específica 1:

H₁: Las capacidades físicas de la resistencia se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas de la resistencia no se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Nivel de significación (α) del 5% $\rightarrow \alpha = 0.05$

Prueba estadística:

Tabla N° 13 Tabla cruzada El rendimiento académico*Resistencia

		Resistencia							
		Muy malo	Malo	Regular	Bueno	Excelente	Total		
El rendimiento académico	Nunca	Recuento	3	0	0	0	0	3	
		Recuento esperado	,1	,3	,5	,7	1,4	3,0	
	Casi nunca	Recuento	1	6	0	0	0	7	
		Recuento esperado	,3	,7	1,1	1,7	3,2	7,0	
	A veces	Recuento	0	3	10	0	0	13	
		Recuento esperado	,6	1,3	2,1	3,2	5,9	13,0	
	Casi siempre	Recuento	0	0	5	23	1	29	
		Recuento esperado	1,2	2,8	4,7	7,2	13,1	29,0	
	Siempre	Recuento	0	0	0	0	41	41	
		Recuento esperado	1,8	4,0	6,6	10,1	18,5	41,0	
	Total		Recuento	4	9	15	23	42	93

Recuento esperado	4,0	9,0	15,0	23,0	42,0	93,0
-------------------	-----	-----	------	------	------	------

Tabla N° 14 Correlaciones no paramétricas

		El rendimiento académico		Resistencia	
Rho de Spearman	El rendimiento académico	Coeficiente de correlación	1,000		,974**
		Sig. (bilateral)	.		,000
		N	93		93
	Resistencia	Coeficiente de correlación	,974**		1,000
		Sig. (bilateral)	,000		.
		N	93		93

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

Interpretación: Bajo la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,974$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P. 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se comprueba de este modo que las capacidades físicas de la resistencia se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N° 15 Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coeficiente de contingencia	,857	,000
N de casos válidos		93	

De los resultados obtenidos se observa que sig. (0.000) es menor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), por lo tanto se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Conclusión: Después de realizar las pruebas estadísticas se concluye la confirmación de la hipótesis: Las capacidades físicas de la resistencia se relacionan

significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Hipótesis específica 2:

H₂: Las capacidades físicas de la fuerza se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas de la fuerza no se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Nivel de significación (α) del 5% $\rightarrow \alpha = 0.05$

Prueba estadística:

Tabla N° 16 Tabla cruzada El rendimiento académico*Fuerza

			Fuerza					
			Muy malo	Malo	Regular	Bueno	Excelente	Total
El rendimiento académico	Nunca	Recuento	2	1	0	0	0	3
		Recuento esperado	,1	,3	,5	,7	1,5	3,0
	Casi nunca	Recuento	0	7	0	0	0	7
		Recuento esperado	,2	,6	1,1	1,6	3,5	7,0
	A veces	Recuento	0	0	13	0	0	13
		Recuento esperado	,3	1,1	2,1	2,9	6,6	13,0
	Casi siempre	Recuento	0	0	2	21	6	29
		Recuento esperado	,6	2,5	4,7	6,5	14,7	29,0
	Siempre	Recuento	0	0	0	0	41	41
		Recuento esperado	,9	3,5	6,6	9,3	20,7	41,0
	Total	Recuento	2	8	15	21	47	93
		Recuento esperado	2,0	8,0	15,0	21,0	47,0	93,0

Tabla N° 17 Correlaciones no paramétricas

			El rendimiento académico	Fuerza
Rho de Spearman	El rendimiento académico	Coeficiente de correlación	1,000	,936**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	93	93
	Fuerza	Coeficiente de correlación	,936**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	93	93

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

Interpretación: Bajo la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,936$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P. 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se comprueba de este modo que las capacidades físicas de la fuerza se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021..

Tabla N° 18 Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coeficiente de contingencia	,869	,000
N de casos válidos		93	

De los resultados obtenidos se observa que sig. (0.000) es menor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), por lo tanto se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Conclusión: Después de realizar las pruebas estadísticas se concluye la confirmación de la hipótesis: Las capacidades físicas de la fuerza se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Hipótesis específica 3:

H₃: Las capacidades físicas de la velocidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas de la velocidad no se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Nivel de significación (α) del 5% $\rightarrow \alpha = 0.05$

Prueba estadística:

Tabla N° 16 Tabla cruzada El rendimiento académico*Velocidad

			Velocidad					Total
			Muy malo	Malo	Regular	Bueno	Excelente	
El rendimiento académico	Nunca	Recuento	3	0	0	0	0	3
		Recuento esperado	,1	,3	,3	1,0	1,3	3,0
	Casi nunca	Recuento	1	6	0	0	0	7
		Recuento esperado	,3	,6	,8	2,3	3,0	7,0
	A veces	Recuento	0	2	10	1	0	13
		Recuento esperado	,6	1,1	1,4	4,3	5,6	13,0
	Casi siempre	Recuento	0	0	0	29	0	29
		Recuento esperado	1,2	2,5	3,1	9,7	12,5	29,0
	Siempre	Recuento	0	0	0	1	40	41
		Recuento esperado	1,8	3,5	4,4	13,7	17,6	41,0
	Total	Recuento	4	8	10	31	40	93
		Recuento esperado	4,0	8,0	10,0	31,0	40,0	93,0

Tabla N° 17 Correlaciones no paramétricas

			El rendimiento académico	Velocidad
Rho de Spearman	El rendimiento académico	Coeficiente de correlación	1,000	,984**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	93	93
	Velocidad	Coeficiente de correlación	,984**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	93	93

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

Interpretación: Bajo la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,940$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P: 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se comprueba de este modo que las capacidades físicas de la velocidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N° 18 Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coeficiente de contingencia	,871	,000
N de casos válidos		93	

De los resultados obtenidos se observa que sig. (0.000) es menor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), por lo tanto se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Conclusión: Después de realizar las pruebas estadísticas se concluye la confirmación de la hipótesis: Las capacidades físicas de la velocidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Hipótesis específica 4:

H₄: Las capacidades físicas de la flexibilidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

H₀: Las capacidades físicas de la flexibilidad no se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Nivel de significación (α) del 5% $\rightarrow \alpha = 0.05$

Prueba estadística:

Tabla N° 16 Tabla cruzada El rendimiento académico*Flexibilidad

			Flexibilidad					Total
			Muy malo	Malo	Regular	Bueno	Excelente	
El rendimiento académico	Nunca	Recuento	3	0	0	0	0	3
		Recuento esperado	,1	,3	,4	,8	1,4	3,0
	Casi nunca	Recuento	0	7	0	0	0	7
		Recuento esperado	,2	,6	1,0	2,0	3,2	7,0
	A veces	Recuento	0	1	12	0	0	13
		Recuento esperado	,4	1,1	1,8	3,6	6,0	13,0
	Casi siempre	Recuento	0	0	1	26	2	29
		Recuento esperado	,9	2,5	4,1	8,1	13,4	29,0
	Siempre	Recuento	0	0	0	0	41	41
		Recuento esperado	1,3	3,5	5,7	11,5	19,0	41,0
	Total	Recuento	3	8	13	26	43	93
		Recuento esperado	3,0	8,0	13,0	26,0	43,0	93,0

Tabla N° 17 Correlaciones no paramétricas

El rendimiento académico	Flexibilidad
--------------------------	--------------

Rho de Spearman	El rendimiento académico	Coefficiente de correlación	1,000	,976**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	93	93
	Flexibilidad	Coefficiente de correlación	,976**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	93	93

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

Interpretación: Bajo la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,976$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P. 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se comprueba de este modo que las capacidades físicas de la flexibilidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Tabla N° 18 Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coefficiente de contingencia	,884	,000
N de casos válidos		93	

De los resultados obtenidos se observa que sig. (0.000) es menor al nivel de significancia ($\alpha = 0.05$), por lo tanto se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Conclusión: Después de realizar las pruebas estadísticas se concluye la confirmación de la hipótesis: Las capacidades físicas de la flexibilidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

CAPITULO VI

DISCUSION DE LOS RESULTADOS

5.1. Discusión de los resultados

Cuando se evalúa, la capacidad física condicional se relaciona significativamente con el rendimiento de los estudiantes de quinto grado de secundaria en el Colegio Nacional Jorge Chávez. Investigación tomada de; Silva (2020); nivel de actividad física y rendimiento académico de los médicos residentes de medicina familiar adscritos a la UMF1 delegación Aguas Calientes, el objetivo fue determinar el nivel de actividad física y su relación con el rendimiento académico de los médicos residentes de medicina familiar adscritos a la UMF1 delegación Aguas Calientes, y se se concluyó que no existió una alta correlación entre estas variables, cuyos valores tampoco fueron significativos. Los resultados en la disertación están interconectados, esto demuestra que todos los estudios se basan en la demostración de hechos confiables en el proceso de su desarrollo.

Cuando se prueban resultados específicos de capacidad física de resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad, se asocian significativamente con el rendimiento de los estudiantes de quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, de donde se extrae el estudio; Chambergó (2019) sobre el desarrollo de la habilidad condicionada en niños de 10 años del nivel primario, el objetivo fue conocer la importancia de desarrollar la habilidad coordinativa en los estudiantes del nivel primario, y se concluyó que la habilidad física es de gran importancia debido a la adición que tiene en las habilidades condicionales, esta es a su vez la habilidad que le permite desarrollar las habilidades físicas, estudios que indican el papel de desarrollar habilidades de coordinación, en esto se puede ver las ventajas de los aspectos físicos, a a esto hay que añadir la importancia que adquiere en el aspecto formativo del aprendizaje en actividades básicas de aprendizaje como la escritura. Demostrando que la habilidad física potencia mucho el aprendizaje y esto incluye el rendimiento académico, de ahí que se sustenten los datos de la tesis.

CONCLUSIONES

Aplicando la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,954$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P. 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se concluye que las capacidades físicas condicionales se relacionan significativamente con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Aplicando la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,974$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P. 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se concluye que las capacidades físicas de la resistencia se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Aplicando la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,936$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P. 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se concluye que las capacidades físicas de la fuerza se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Aplicando la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,940$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P. 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se concluye que las capacidades físicas de la velocidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

Aplicando la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,976$), lo que manifiesta con relación positiva además el valor de ($P. 0.00$) resulta menor ($\alpha = 0.05$), siendo así se rechaza la hipótesis nula y se concluye que las capacidades físicas de la flexibilidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

RECOMENDACIONES

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, se puede observar que la sig. (0,000) es menor que el nivel de significación ($\alpha = 0,05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0). La relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico en estudiantes de secundaria del quinto grado del Colegio Nacional. estabilidad emocional de los adolescentes de la I.E.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, se puede observar que la sig. (0,000) es menor que el nivel de significación ($\alpha = 0,05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0). Mostrando la relación de las capacidades físicas de resistencia, se relacionan significativamente con el aprovechamiento de los estudiantes de quinto grado del Colegio Nacional Jorge Chávez, para quienes se recomienda que los trabajos de resistencia tengan una temática más instructiva en sus procesos de su aprovechamiento académico, dado la conceptualización del aprendizaje.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, se puede observar que la sig. (0,000) es menor que el nivel de significación ($\alpha = 0,05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0). La correlación de las capacidades de fuerza física mostrada se relaciona en gran medida con el rendimiento académico de los estudiantes de quinto grado del Colegio Nacional Jorge Chávez, para quienes se recomienda controlar toda actividad física, en especial la fuerza, a través del ejercicio aeróbico, como parte de su proceso de aprendizaje.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, se puede observar que la sig. (0,000) es menor que el nivel de significación ($\alpha = 0,05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0). El mostrar la relación de las capacidades físicas de velocidad tiene una alta relación con el rendimiento académico de los estudiantes de quinto grado del Colegio Nacional Jorge Chávez, para quienes se recomienda realizar clases de velocidad en el momento de la iniciación y así crear un cronograma de actividades, esto aumentará las oportunidades para crear memoria receptiva en el aprendizaje.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, se puede observar que la sig. (0,000) es menor que el nivel de significación ($\alpha = 0,05$), por lo que se rechaza la

hipótesis nula (Ho). La relación de la flexibilidad física mostró estar altamente correlacionada con el rendimiento de los estudiantes de quinto grado del Colegio Nacional Jorge Chávez, y se recomienda que los estudiantes consideren esta actividad física ya que tienen un mejor control sobre sus emociones. y comunicarse mejor con sus compañeros, y así mejorar su aprendizaje.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Agudelo, M. (2019). *Correlación entre las capacidades de la condición física en niños futbolistas de los municipios Guavatá y Puente Nacional, Santander*. Obtenido de <https://repositorio.uptc.edu.co/handle/001/2779>
- Albán, J. y Calero, J. (2017). *El rendimiento académico: aproximación necesaria a un problema pedagógico actual*. Obtenido de [https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/download/498/532/0#:~:text=Seg%C3%BAAn%20Chadwick%20\(1979\)%2C%20el,un%20per%C3%ADodo%2C%20que%20se%20sintetizan](https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/download/498/532/0#:~:text=Seg%C3%BAAn%20Chadwick%20(1979)%2C%20el,un%20per%C3%ADodo%2C%20que%20se%20sintetizan)
- Ariel, M. (2019). *Correlación entre las capacidades de la condición física en niños futbolistas de los municipios Guavata y Puente Nacional Santander*. Obtenido de

https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/8634/1/Correlacion_capacidades_condicion_fisica.pdf

Armando, D., Sebastián, J. y Cortes, W. (2020). *Análisis de la eficacia técnico-táctica del portero de fútbol sub-16 en el torneo futuras estrellas 2018-2019 y 2019-2020*. Obtenido de

http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/12933/a%C3%A1lisis_de_la_eficacia%20t%C3%A9cnico_t%C3%A1ctico_del_portero_de_f%C3%BAtbol_sub_16_en%20el_torneo_futuras%20estrellas_2018_2019_y_2019_2020.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Benitez, J., Silva, M., Muñoz, E., Morente, A. y Guillén, M. (2015). *Capacidades físicas en jugadores de fútbol formativo de un club profesional*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/542/54239641006.pdf>

Bravo, J. (2016). *El nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno - 201*. Obtenido de <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3274278>

Chambergó, R. (2019). *Desarrollo de las capacidades condicionales en niños de 10 años del nivel primario*. Obtenido de <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/2060/ROBERTO%20GREGORIO%20CHAMBERGO%20GONZALES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Contreras, M. (2017). Justificación, Viabilidad y Factibilidad.

Cortéz, J. (2014). *Fundamentos tácticos-estratégicos del Fútbol de Salón*. Obtenido de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/download/20088/16971/71863>

Crisolo, J. (2018). *El método AGE y el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes de educación primaria de la I.E 32581, Chaglla, Pachitea, 2018*. Obtenido de https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/4506/PID_S00214C89.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Cruz, M. (2017). *Capacidades físicas condicionales y coordinativas*. Obtenido de https://www.uaeh.edu.mx/division_academica/educacion-media/repositorio/2019/1-semester/cultura-fisica-deporte/docs/capacidades-fisicas.pdf
- Echevarría, M., Govea, Y. y Arencibia, A. (2013). *La flexibilidad en la educación física*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6173937>
- Espinoza, F. (2020). *Técnicas individuales en el fútbol*.
- Estela, M. (2020). Métodos de investigación.
- Flores, J. (2019). *Desarrollo de las capacidades condicionales en niños de 6 años del nivel primario*. Obtenido de <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/2478/TRABAJO%20ACADEMICO%20-%20FLORES%20JIMENEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Fuentes, Y. y Fuentes, F. (2020). *Indicadores para mejorar las capacidades físicas de los estudiantes del segundo ciclo en escuelas primarias del consejo popular El Manguito municipio Songo La Maya*. Obtenido de <https://www.eumed.net/uploads/articulos/66f780a86a61449dbe79e7779bb1ce72.pdf>
- García, G. (2013). *Intensidad de entrenamiento*.
- Garnica, J. y Ramos, R. (2016). *Diseño de una estrategia metodológica para el mejoramiento de las capacidades condicionales en los niños de 12 a 16 años del Club Unión F.P del municipio de Guateque Boyacá, a través de la educación física*. Obtenido de <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2952/TE-19368.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- González, A. (2016). *Desarrollo de las capacidades físicas básicas en niños de 11 a 12 años*. Obtenido de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/21042/TFG-L%201413.pdf?sequence=1>

- Grasso, P. (2020). *Rendimiento académico: un recorrido conceptual que aproxima a una definición unificada para el ámbito superior*. Obtenido de https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/download/4165/4128
- Guevara, D. (2021). *Capacidades físicas y técnica individual del fútbol en niños de la I.E. 17406 San Ignacio de Loyola, Palo Blanco, Jaén*. Obtenido de http://repositorio.udch.edu.pe/bitstream/UDCH/1746/1/T044_46424379_T.pdf
- Gutiérrez, F. (2002). *Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos*.
- Hurtado. (1998). *Metodología de la investigación Guía para la comprensión holística de la ciencia*. Quirón.
- Jiménez, G. (2022). *Factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de la ciudad de Pilar*. Obtenido de <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2549/3779>
- León, C. (2009). *Importancia de la investigación en relación con la sociedad y la cultura*.
- Loayza, S. (2019). *Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en los alumnos de la Escuela Profesional de Odontología - UPT. 2018*. Obtenido de <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/971/Loayza-Ortiz-Sandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- López, J. (2016). *En torno al concepto de competencia. Un análisis de fuentes*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/567/56745576016.pdf>
- Lozano, B. y Valencia, O. (2017). *Estudio de las capacidades físicas condicionales y fundamentos técnicos del fútbol en niños de 13 a 16 años de la escuela de formación de fútbol del municipio de Nariño Cundinamarca*. Obtenido de <https://repositorio.ucundinamarca.edu.co/bitstream/handle/20.500.12558/2178/ESTUDIO%20DE%20LAS%20CAPACIDADES%20FISICAS%20CONDICIONALES%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martín, E. (2016). *El desarrollo de la velocidad en la etapa de educación primaria*. Obtenido de https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/21154/TFG_L1415.pdf?sequence=1

- Martínez, D., Lemos, J., Cortes, W. y Becerra, B. (2022). *Análisis de la eficacia técnico-táctica del portero de fútbol sub-16 del torneo Futuras Estrellas*. Obtenido de <https://cipres.sanmateo.edu.co/ojs/index.php/germina/article/view/506/436>
- Monsalve, P. (2021). *Definición de actitud*. Obtenido de <https://conceptodefinicion.de/actitud/>
- Montalvo, G. y Plasencia, R. (2015). *La motivación*. Obtenido de https://www.ing.unlp.edu.ar/catedras/P0762/descargar.php?secc=0&id=P0762&id_inc=42893#:~:text=Chiavenato%20define%20a%20la%20motivaci%C3%B3n,motivar%C3%A1%20o%20no%20al%20individuo.
- Morales, S., Ortíz, J., Suárez, A. y Tarazona, J. (2015). *Caracterización de las capacidades condicionales de los jugadores de fútbol ASCUN de la Universidad Santo Tomás y la Universidad Autónoma de Bucaramanga*. Obtenido de <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/901/2015-MoralesDiazStevenTesis.pdf?sequence=1>
- Oña, C. (2020). *Las capacidades físicas condicionales en el rendimiento técnico del fútbol femenino ecuatoriano*. Obtenido de <https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/25265/1/T-ESPE-044615.pdf>
- Pérez, J. y Merino, M. (2013). *Definición de frecuencia*.
- Pérez, L. (2017). *Programa de entrenamiento activo para desarrollar los fundamentos técnicos del fútbol en los alumnos de 1er. grado "D" de la Institución Educativa "César Vallejo" - Amarilis – Huánuco 2016*. Obtenido de <https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/2672/TEF%2000025%20M32.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pérez, M. (2009). *Aprendizaje: definición, factores y clases*. Obtenido de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd4922.pdf>
- Pérez, S., Chamorro, P., Rodríguez, A., Sánchez, A. y De Mena, J. (2019). *Efecto del modelo de enseñanza sobre la técnica individual de jugadores de fútbol*

- sub-10. Obtenido de <https://revistas.um.es/sportk/article/view/412541/278701>
- Puruhuaya et al. (2019). *Evaluación de las capacidades físicas de los estudiantes del primer grado de educación secundaria en la institución educativa 41008 Manuel Muñoz Nájjar Arequipa*. Obtenido de http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/11324/EDpuc_cgp.pdf?sequence=1
- Puruhuaya, C. (2019). *Evaluación de las capacidades físicas básicas en estudiantes del primer grado de educación secundaria en la Institución Educativa 41008 Manuel Muñoz Nájjar Arequipa*. Obtenido de http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/11324/EDpuc_cgp.pdf?se
- Quispe, D. (2018). *Influencia del programa de fútbol-sala en las capacidades físicas básicas en la selección sub 12 de los "PAGPA" 2018*. Obtenido de http://repositorio.unsch.edu.pe/bitstream/UNSCH/3135/1/TESIS%20EF42_Qui.pdf
- Quispe, N. y Vilcapaza, R. (2019). *Valoración de las habilidades motoras en los niños y niñas de 6 y 7 años de edad en la I.E.P. N° 72 126 Santiago Giraldo Glorioso 853 de la ciudad de Putina*. Obtenido de [http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10602/EDSquman1.pdf?sequence=3&isAllowed=y#:~:text=Para%20Garc%C3%ADa%20y%20Berruero%20\(1988,controlar%20posturas%2C%20posiciones%20y%20actitudes](http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10602/EDSquman1.pdf?sequence=3&isAllowed=y#:~:text=Para%20Garc%C3%ADa%20y%20Berruero%20(1988,controlar%20posturas%2C%20posiciones%20y%20actitudes)
- Redondo, C. (2011). *Cualidades físicas*. Obtenido de https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_40/CRISTINA_REDONDO_1.pdf
- Rosales, J. (2015). *Percepción y Experiencia*. Obtenido de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-43242015000200002
- Ruiz, L. (2019). *La teoría de fijación de metas de Edwin Locke*. Obtenido de <https://psicologiyamente.com/psicologia/teoria-fijacion-metas-locke>

- Ruiz, M. (2006). Enfoques cuantitativo, cualitativo y mixto.
- Sampedro, J. (2012). *Concepto de técnica, táctica y estrategia*. Obtenido de http://ocw.upm.es/pluginfile.php/1201/mod_label/intro/Tema_1_Estrategia.pdf
- Sanmartín, H. (2015). *Preparación técnica en el fútbol y los adolescentes*. Obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/16371/1/Tesis%20Hamilton%20Sanmart%C3%ADn%20Escaneada.pdf>
- Santillán, A. (2016). Estadística descriptiva e inferencial: conceptos generales.
- Silva, J. (2020). *Nivel de actividad física y rendimiento académico en médicos residentes de la especialidad de medicina familiar adscritos a la UMF1 delegación Aguas calientes*. Obtenido de <http://bdigital.dgse.uaa.mx:8080/xmlui/bitstream/handle/11317/1828/441140.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Simeone, D. (2021). *Flexibilidad: capacidad física básica*.
- Sixto, S. y Márquez, J. (2017). *Tendencias teóricas en la conceptualización de las habilidades*. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942017000300020#:~:text=Seg%C3%BAn%20Savin%20N.%20V.%20\(1976\)%20%22,de%20la%20experiencia%20anteriormente%20recibida%22.](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942017000300020#:~:text=Seg%C3%BAn%20Savin%20N.%20V.%20(1976)%20%22,de%20la%20experiencia%20anteriormente%20recibida%22.)
- Sixto, S. y Márquez, J. (2017). *Tendencias teóricas en la conceptualización de las habilidades: Aplicación en la didáctica de la Oftalmología*. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942017000300020#:~:text=\(1963\)%3A%20%22La%20habilidad%20es,la%20experiencia%20obtenida%20con%20anterioridad%22.](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942017000300020#:~:text=(1963)%3A%20%22La%20habilidad%20es,la%20experiencia%20obtenida%20con%20anterioridad%22.)
- Suárez, F. (2018). *Definición de volumen*.
- Tomala, O. (2006). Tipos de investigación / Metodología de investigación.
- Tullume, J. (2019). *Capacidades físicas condicionales*. Obtenido de https://www.academia.edu/16851645/CAPACIDADES_FISICAS_CONDICIONALES

Vanegas et al. (2011). *Significado del desplazamiento forzado por conflicto armado para niños y niñas.* Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/184/18426920007.pdf>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL ¿Cuál es la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Demostrar la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL Las capacidades físicas condicionales se relacionan significativamente con el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.</p>	<p>VARIABLE 1 Las capacidades físicas condicionales</p>	<p>Resistencia</p> <p>Fuerza</p> <p>Velocidad</p> <p>Flexibilidad</p>	<p>Prolongar esfuerzos. -Pulsaciones -Acciones motrices -Tiempos</p> <p>-Movimientos amplios.</p>	<p>ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN Cuantitativo</p> <p>TIPO DE INVESTIGACIÓN Básico</p> <p>NIVEL DE INVESTIGACIÓN Correlacional</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN No experimental</p> <p>METODO DE INVESTIGACIÓN Hipotético deductivo</p> <p>POBLACION DE ESTUDIO 120 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima</p> <p>MUESTRA DE ESTUDIO 93 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima</p> <p>MUESTREO Probabilístico/ Intencionado</p> <p>INSTRUMENTO Cuestionario Eurofit</p>
<p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS ¿Cuál es la relación de las capacidades físicas de la resistencia en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?</p> <p>¿Cuál es la relación de las capacidades físicas de la fuerza en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?</p> <p>¿Cuál es la relación de las capacidades físicas de la velocidad en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?</p>	<p>OBJETIVO ESPECÍFICOS Determinar la relación de las capacidades físicas de la resistencia en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.</p> <p>Identificar la relación de las capacidades físicas de la fuerza en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021</p> <p>Identificar la relación de las capacidades físicas de la velocidad en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021</p> <p>Determinar la relación de las capacidades físicas de la flexibilidad en el rendimiento</p>	<p>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS Las capacidades físicas de la resistencia se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.</p> <p>Las capacidades físicas de la fuerza se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021</p> <p>Las capacidades físicas de la velocidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021</p>	<p>VARIABLE 2 El rendimiento académico</p>	<p>Conceptual</p> <p>Procedimental</p> <p>Actitudinal</p>	<p>-Vencer o controlar y Resistencia. -Preparación físico.</p> <p>Sintetizar los conceptos. Desarrollo de los procesos dentro la formación. Aplica los conocimientos aprendidos</p>	<p>120 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima</p> <p>MUESTRA DE ESTUDIO 93 estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima</p> <p>MUESTREO Probabilístico/ Intencionado</p> <p>INSTRUMENTO Cuestionario Eurofit</p>

<p>¿Cuál es la relación de las capacidades físicas de la flexibilidad en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021?</p>	<p>académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021</p>	<p>Las capacidades físicas de la flexibilidad se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021</p>				
--	--	---	--	--	--	--

Anexo 2 Instrumento de recolección de datos organizado en variables, dimensiones e indicadores

TITULO	Relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.			
OBJETIVO GENERAL	Demostrar la relación de las capacidades físicas condicionales en el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.			
VARIABLE X	Capacidades físicas condicionales			
DEFINICIÓN CONCEPTUAL	Son aquellas que dependen de la eficiencia energética del metabolismo, es decir, la capacidad del cuerpo para sostener esfuerzos contra el consumo de la energía disponible, para que no signifiquen acciones o condicionamiento consciente, pero sean consideradas capacidades pasivas. Cruz (2017)			
DEFINICIÓN OPERACIONAL	Son aquellas que permiten que el cuerpo humano desarrolles sus capacidades físicas de manera efectiva, teniendo en cuenta el gasto energético requerido.			
DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTO	ESCALA DE MEDICIÓN
Resistencia	- Prolongar esfuerzos.	Cooper	Test de Cooper	Likers. Con intervalos ordinales Politómicos
Fuerza	-Pulsaciones	Excelente: Mas de 2,800	Test 10 x 5 metros	Muy malo 1
Velocidad	-Acciones motrices	Muy Bueno: 2,400 a 2,800	Test de flexibilidad de Wells	Malo 2
Flexibilidad	-Tiempos	Regular: 2,200 a 2,400	Test de Burpee	Regular 3
	-Movimientos amplios.	Mala: 1,600 a a 2,199		Bueno 4
	-Vencer o controlar y Resistencia.	Muy mala: Menos de 1,600		Excelente 5
	-Preparación físico.	Burpee		
		Número de repeticiones		
		Muy malo		
		0-30		
		Malo		
		31-40		
		Regular		
		41-50		
		Bueno		
		51-60		
		Excelente		
VARIABLE Y	Rendimiento académico			
DEFINICIÓN CONCEPTUAL	Es la capacidad de lograr un resultado dado usando el más pequeño número de recursos posibles y la efectividad está relacionada de una manera directa a la capacidad de obtener su objetivo deseado. Grasso (2020)			
DEFINICIÓN OPERACIONAL	Es aquella capacidad para alcanzar una determinada meta académica empleando todos los elementos necesarios de manera efectiva.			
DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTO	ESCALA DE MEDICIÓN
Conceptual	Sintetizar los conceptos.	¿Es buena la metodología del docente para enseñanza – aprendizaje?	Cuestionario	Likers. Con intervalos ordinales Politómicos
Procedimental				Nunca 1

Actitudinal	<p>Desarrollo de los procesos dentro la formación.</p> <p>Aplica los conocimientos aprendidos</p>	<p>¿Es adecuada la cantidad de horas pedagógicas de estudio?</p> <p>¿Infiere la calidad de infraestructura y/o materiales de la universidad?</p> <p>¿El docente cuenta con material didáctico para la enseñanza?</p> <p>¿Tiene problemas para asistir a clases consecutivamente?</p> <p>¿Le afecta el trabajo como tiempo para estudiar?</p> <p>¿Cuenta con materiales y/o herramientas de estudio para desarrollar sus trabajos académicos?</p> <p>¿Tiene problemas personales en el hogar?</p> <p>¿Tienes problemas de cargas laborales?</p> <p>¿Selecciona datos para responder preguntas?</p> <p>¿Ordena las palabras para obtener secuencias?</p> <p>¿Reconoce hechos explícitos?</p> <p>¿Asimila el significado de las palabras y oraciones?</p> <p>¿Deduce el significado de las palabras desconocidas?</p> <p>¿Deduce acciones o resultados a través de datos explícitos?</p> <p>¿Plantea título para un texto?</p> <p>¿Confecciona resúmenes?</p> <p>¿Pronostica un final distinto?</p>		<p>Casi nunca 2</p> <p>A veces 3</p> <p>Casi siempre 4</p> <p>Siempre 5</p>
-------------	---	--	--	---

Anexo 3 Validación de Instrumentos

Test de Cooper

El test de Cooper nos proporciona una medición indirecta de nuestro VO2 máximo a partir de esta fórmula:

p.ej: si hemos recorrido 2459 metros el cálculo estimado de nuestro VO2 máximo será:

$$\{(2459 \text{ mts}/1000 \text{ mts}/\text{km}) * 22,351\} - 11,288 = 43,67 \text{ ml}/\text{gr}/\text{min}$$

Esta medición en ml/gr/min debe ajustarse teniendo en cuenta el peso del deportista que realiza el test. Para ello sólo tenemos que multiplicar el resultado anterior por el peso del deportista. Si pesa 76 kg el VO2 máximo será:

$$43,67 \text{ ml}/\text{gr}/\text{min} * 76\text{kg} = 3318,92 \text{ ml}/\text{min} = 3,319 \text{ litros}/\text{min}$$

Variable: Rendimiento Académico					
Dimensión 1	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
¿es buena la metodología del docente para enseñanza – aprendizaje?					
¿es adecuada la cantidad de horas pedagógicas de estudio?					
¿infiere la calidad de infraestructura y/o materiales de la universidad?					
¿el docente cuenta con material didáctico para la enseñanza?					
Dimensión 2	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
¿tiene problemas para asistir a clases consecutivamente?					
¿le afecta el trabajo como tiempo para estudiar?					
¿cuenta con materiales y/o herramientas de estudio para desarrollar sus trabajos académicos?					
¿tiene problemas personales en el hogar?					
¿tienes problemas de cargas laborales?					
Variable: comprensión lectora					
Dimensión 1	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
¿selecciona datos para responder preguntas?					

¿ordena las palabras para obtener secuencias?					
¿reconoce hechos explícitos?					
¿asimila el significado de las palabras y oraciones?					
Dimensión 2	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
¿deduce el significado de las palabras desconocidas?					
¿deduce acciones o resultados a través de datos explícitos?					
¿plantea título para un texto?					
¿confecciona resúmenes?					
¿pronostica un final distinto?					
Dimensión 3	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
¿emite juicio frente a un comportamiento?					
¿analiza la intención del autor?					
¿manifiesta reacciones que provoca un determinado texto?					
¿comprende sentido implícitos?					
¿diferencia un hecho de una opinión?					



Anexo

UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE
FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN
JUICIO DE EXPERTOS

Apellidos Y Nombres: Alarcón Anco Ronald Jesús
Grado Académico: Doctor en Administración de Empresas
Institución donde labora: Universidad Alas Peruanas
Título De la investigación: **Relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.**

CRITERIO DE APLICABILIDAD:

- a) Del 00 al 20 % : (No valido, reformular)
- b) Del 21 al 40 % : (No valido, modificar)
- c) Del 41 al 60 % : (Valido, mejorar)
- d) Del 61 al 80 % : (Valido, precisar)
- e) Del 81 al 100 % : (Valido, aplica)


INDICADORES DE EVALUAC. DE INSTR.	CRITERIOS CUALITATIVOS Y CUANTITATIVOS	Deficiente 00 - 20 %	Regular 21 - 40 %:	Bueno 41 - 60 %:	Muy Bueno 61 - 80 %:	Excelente 81 - 100 %:
Claridad	Esta formulado con lenguaje apropiado				X	
Objetividad	Esta formulado con conductas observables					X
Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia y la Tecnología.					X
Organización	Existe organización y lógica				X	
Suficiencia	Comprende los aspectos en cantidad y calidad					X
Intencionalidad	Adecuado para valorar los aspectos de estudio				X	
Consistencia	Basado en el aspecto teórico - científico y del Tema de estudio.					X
Coherencia	Entre las variables, dimensiones y variables					X
Metodología	La estrategia responde al propósito del estudio					X
Conveniencia	Genera nuevas pautas para la investigación Y construcción de teorías.					X
SUB TOTAL						
TOTAL						95%

Valoración Cuantitativa (total x 0.20): 95%

Valoración Cualitativa: Es Valido Y se puede aplicar

Opinión de Aplicabilidad: El cuestionario es válido por lo tanto se puede Aplicar

Lima 2de octubre del 2022


FIRMA DEL EXPERTO
DNI: 30963512



Anexo

UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE
FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN
JUICIO DE EXPERTOS

Apellidos Y Nombres: Abensur Pinasco Cecilia Alicia
Grado Académico: Doctora en Educación
Institución donde labora: Universidad Alas Peruanas
Título De la investigación: **Relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.**

CRITERIO DE APLICABILIDAD:

- a) Del 00 al 20 % : (No valido, reformular)
- b) Del 21 al 40 %: (No valido, modificar)
- c) Del 41 al 60 %: (Valido, mejorar)
- d) Del 61 al 80 %: (Valido, precisar)
- e) Del 81 al 100 %: (Valido, aplica)

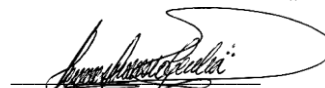
INDICADORES DE EVALUAC. DE INSTR.	CRITERIOS CUALITATIVOS Y CUANTITATIVOS	Deficiente 00 - 20 %	Regular 21 -40 %:	Bueno 41 - 60 %:	Muy Bueno 61 - 80 %:	Excelente 81 - 100 %:
Claridad	Esta formulado con lenguaje apropiado				X	
Objetividad	Esta formulado con conductas observables					X
Actualidad	Adecuado al avance de la ciencia y la Tecnología.				X	
Organización	Existe organización y lógica				X	
Suficiencia	Comprende los aspectos en cantidad y calidad					X
Intencionalidad	Adecuado para valorar los aspectos de estudio				X	
Consistencia	Basado en el aspecto teórico - científico y del Tema de estudio.					X
Coherencia	Entre las variables, dimensiones y variables				X	
Metodología	La estrategia responde al propósito del estudio				X	
Conveniencia	Genera nuevas pautas para la investigación Y construcción de teorías.					X
SUB TOTAL						
TOTAL						93%

Valoración Cuantitativa (total x 0.20): 93%

Valoración Cualitativa: Es Valido Y se puede aplicar

Opinión de Aplicabilidad: El cuestionario es válido por lo tanto se puede Aplicar

Lima 22 de octubre del 2022


FIRMA DEL EXPERTO
DNI: 08769995

Anexo 4 Consentimiento informado

TESIS: Relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

PROPÓSITO DEL ESTUDIO
El siguiente estudio se realiza con la finalidad de lograr obtener el grado de Licenciado en Ciencias del Deporte. Y la investigación estará conducida y desarrollada por graduando: Bach. Mario Alberto Avendaño del Castillo
PROCEDIMIENTO PARA LA TOMA DE INFORMACIÓN
<ul style="list-style-type: none">• Locación: Colegio Nacional Jorge Chávez.• Horarios. 10 – 12 am• Procedimiento: Primero se seleccionará la muestra o representación de la población de estudio, para una entrevista y posteriormente se aplicará la encuesta de 20 ítems. Deberá leer cuidadosamente cada pregunta del cuestionario y marcar con un aspa (x), la respuesta que el encuestado considere correcta. No deberá dejar ningún espacio en blanco. Si tiene alguna duda sobre la tesis, puede hacer preguntas en cualquier momento o durante la aplicación al personal. Puede ser partícipe de la toma de las muestras, como no. Solo se desea que no se le perjudique académicamente en sus labores.
RIESGOS. De acuerdo a estudio y muestreo de la tesis No genera riesgos ni al Encuestado, ni a los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima.
BENEFICIOS. Si el resultado obtenido sea óptimo será un beneficio para los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima.
COSTOS. No representa ningún costo para el encuestado, ni para los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima.
INCENTIVOS O COMPENSACIONES. No representa ningún incentivo o compensación para el que brinda la información
TIEMPO. 05 minutos por entrevista 15 minutos por encuesta
CONFIDENCIABILIDAD. La participación es voluntaria. Los datos recabados serán utilizados estrictamente en la Tesis respetando la confidencialidad, los cuales serán eliminados al término del estudio y no se usará para otra investigación y menos con otros propósitos fuera de las delimitaciones de la tesis

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en la investigación. Tengo pleno conocimiento de la misma y entiendo que puedo tomar decisiones según mi criterio y responsabilidad considerando el respeto y la confidencialidad de los estudiantes, pidiendo que se respete lo establecido.

En fe de lo cual firmo a continuación.

Mario Alberto Avendaño del Castillo
DNI: 71711381

Anexo 5 Autenticidad de la Tesis

Yo, Mario Alberto Avendaño del Castillo; Identificado con D.N.I. 71711381; Graduando; De la Escuela Profesional Ciencias del Deporte, de la Universidad Alas Peruanas., autor de la Tesis titulada: Relación de las capacidades físicas condicionales con el rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional Jorge Chávez, Lima, 2021.

DECLARO QUE:

1. El presente trabajo de investigación, tema de la tesis presentada para la obtención del Grado de Licenciado en Ciencias del Deporte, siendo resultado de mi trabajo personal, el cual no he copiado de otro trabajo de investigación, ni utilizado ideas, fórmulas, ni citas completas "stricto sensu"; así como ilustraciones diversas, sacadas de cualquier tesis, obra, artículo, memoria, etc., (en versión digital o impresa). Caso contrario, menciono de forma clara y exacta su origen o autor, tanto en el cuerpo del texto, figuras, cuadros, tablas u otros que tengan derechos de autor.
2. Declaro que el trabajo de investigación que pongo en consideración para evaluación no ha sido presentado anteriormente para obtener algún grado académico o título, ni ha sido publicado en sitio alguno. Soy consciente de que el hecho de no respetar los derechos de autor y hacer plagio, es objeto de sanciones universitarias y/o legales, por lo que asumo cualquier responsabilidad que pudiera derivarse de irregularidades en la tesis, así como de los derechos sobre la obra presentada. Asimismo, me hago responsable ante la universidad o terceros, de cualquier irregularidad o daño que pudiera ocasionar, por el incumplimiento de lo declarado.

De identificarse falsificación, plagio, fraude, o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, responsabilizándome por todas las cargas pecuniarias o legales que se deriven de ello sometiéndome a la normas establecidas y vigentes de la Universidad Alas Peruanas.



02 de octubre del 2022

Mario Alberto Avendaño del Castillo

DNI: 71711381