



**FACULTAD DE CIENCIAS EMPRESARIALES Y
EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE**

TESIS

**LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES Y SU
INFLUENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO EN
ALUMNOS CATEGORÍA 2009 DE LA ACADEMIA DE FÚTBOL
DREAM TEAM, PACHACAMAC, 2019.**

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

PRESENTADO POR:

BACH. SAMUEL DÍAZ MONTALVO

ASESORES:

DR. RONALD JESÚS ALARCÓN ANCO

LIMA, PERÚ, OCTUBRE 2021

DEDICATORIA

A mis padres y hermanos por su apoyo incondicional en mi formación profesional.

AGRADECIMIENTO

A mis docentes de la Escuela Profesional
Ciencias del Deporte.

RECONOCIMIENTO

A la Universidad Alas Peruanas, por fomentar esta carrera Profesional Ciencias del Deporte.

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	13
1.3.1. Problema principal.....	13
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.	Entrenamiento deportivo	22
2.3.	Definición de términos Básicos	24
3.	CAPÍTULO III.....	26
	HIPÓTESIS Y VARIABLES.....	26
3.1.	Hipótesis general	26
3.2.	Hipótesis Específicos	26
3.3.	Definición conceptual y operacional de las variables	27
3.3.1.	Las capacidades físicas condicionales	27
3.3.2.	Entrenamiento deportivo	27
3.4.	Operacionalización de las variables.....	28
4.	CAPÍTULO IV	29
	METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	29
4.1.	Enfoque, tipo y nivel de Investigación	29
4.1.1.	Enfoque de investigación	29
4.1.2.	Tipo de Investigación.....	29
4.1.3.	Nivel de Investigación.....	29
4.2.	Diseño y Método de la Investigación.....	29
4.2.1.	Método de Investigación.....	29
4.2.2.	Diseño de Investigación	30
4.3.	Población y muestra de la investigación	30
4.3.1.	Población.....	30
4.3.2.	Muestra	31
4.4.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	31
4.4.1.	Técnicas.....	31
4.4.2.	Instrumentos.....	31
4.5.	Validez y confiabilidad	31
4.6.	Procesamiento y análisis de datos.....	32
4.6.1.	Estadística Descriptiva	32

4.6.2. Estadística inferencial.....	32
4.7. Ética de la Investigación	32
5. CAPÍTULO V	34
LOS RESULTADOS.....	34
5.1. Análisis e interpretación de los resultados	34
5.2. Estadística descriptiva.....	34
5.3. Estadística inferencial	43
6. CAPITULO VI	53
DISCUSIÓN DE RESULTADOS	53
6.1. Discusión	53
CONCLUSIONES	54
RECOMENDACIONES	55
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	56
ANEXOS	58
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	59
Anexo 2 Instrumento de recolección de datos organizado en variables, dimensiones e indicadores	60
Anexo 3 Validación de Instrumentos	62
Anexo 4 Consentimiento informado	67
Anexo 5 Autenticidad de la Tesis	68

RESUMEN

La tesis presenta un objetivo general de este estudio es determinar la influencia de las capacidades físicas condicionales en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019. El tipo de estudio es básico, con nivel explicativo y el diseño no es experimental.

La investigación se centra en indicadores cuantitativos ordinales. La población de estudio fue de 42 alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream, para la primera variable sobre las capacidades físicas condicionales la batería del eurofit con una confiabilidad de (.993), siendo la recomendable y para la segunda variable sobre el entrenamiento deportivo se aplicó el test de course de navette logrando una confiabilidad similar. Que indica alta confiabilidad, la validez de los instrumentos fue aportada por dos expertos y el metodólogo quienes coincidieron en determinar que los instrumentos están dentro el rango y son aplicables para medir la influencia de las capacidades físicas condicionales en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009. Las estadísticas fueron procesadas por el estadístico RhO Spearman.

Los resultados obtenidos tras procesar y analizar los datos muestran que: Las capacidades físicas condicionales influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019. Esto se demuestra mediante la prueba RhO Spearman. 0,00 (valor de $p = 0,000 < 0,05$).

Palabras clave: Fuerza; Resistencia; Velocidad; Fartlek; Carrera continua; Power training

ABSTRACT

The thesis presents a general objective of this study is to determine the influence of conditional physical capacities in sports training in students in the 2009 category of the Dream Team Pachacámac Soccer Academy, 2019. The type of study is basic, with an explanatory level and the design it is not experimental.

The research focuses on ordinal quantitative indicators. The study population was 42 students, 2009 category of the Dream Soccer Academy, for the first variable on the conditional physical capacities the eurofit battery with a reliability of (.993), being the recommended one and for the second variable on training In sports, the navette course test was applied, achieving similar reliability. Indicating high reliability, the validity of the instruments was provided by two experts and the methodologist who agreed to determine that the instruments are within the range and are applicable to measure the influence of conditional physical capacities in sports training in 2009 category students. The statistics were processed by the RhO Spearman statistician.

The results obtained after processing and analyzing the data show that: Conditional physical capacities significantly influence sports training in 2009 category students from the Dream Team Pachacámac Soccer Academy, 2019. This is demonstrated by the RhO Spearman test. 0.00 (p value = 0.000 <0.05).

Keywords: Force; Endurance; Speed; Fartlek; Continuous run; Power training

INTRODUCCIÓN

El proyecto de investigación, titulado. Las Capacidades Físicas Condicionales y su Influencia en el Entrenamiento Deportivo en Alumnos Categoría 2009 de la Academia de Fútbol Dream Team, Pachacamac, 2019. Cumplimos con las procedimientos y reglas de la Universidad y Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (Sunedu), para optar el grado de licenciado (a) en Ciencias del Deporte.

Este proyecto de investigación permitirá determinar la influencia de las capacidades físicas condicionales en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

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.

El tener una buena capacidad física condicional es primordial en la vida diario de cada individuo, sin embargo, existen diferentes situaciones o actividades que se pierda o aumenten la complejidad de las capacidades físicas con ellos se presencian series de incapacidades en el entrenamiento o salud el cual afecta llegar a los objetivos. En España, según Martín, (2020) el confinamiento a causa del coronavirus hizo que muchos deportistas carezcan de condiciones físicas a falta de entrenamientos como los son *“una pérdida de masa muscular y por ende una disminución de la fuerza, de la potencia y del equilibrio”*. Y también afirmó que, si los juegos olímpicos previstos en cuatro meses no se hubiesen suspendido, muchos deportistas habrían sufrido descompensaciones, debido a que no todos los deportistas habrían rendido de igualdad de condiciones.

A nivel nacional, según las encuestas realizadas por Ipsos (2016) informan que solo un tercio de la población realiza actividades deportivas, más de tres veces por semana, los hombres son más los que se dedican al deporte, mientras que las mujeres son menos y cuanto más nivel socioeconómico, más deporte practican. También informaron que existen dos grupos muy marcados en perfiles deportivos; activos y los súper activos que solo representa el 32 % de la población y la mayoría representada por solteros y de buena economía, mientras que el 68 % de los peruanos son los sedentarios y semi sedentarios son aquellos que en el pasado practicaban deportes y también son los casados y de economía baja.

A nivel local, requiere hacer este tipo de investigaciones el cual nos permita demostrar qué tan activos están las capacidades físicas condiciones y en qué influencia el entrenamiento deportivo en los alumnos en alumnos Categoría 2009 de la Academia de Fútbol Dream Team, Pachacamac, 2019.

Dado esto surgió el interés de plantear una investigación en la Academia de Fútbol Dream Team, en donde los alumnos precisamente tienen que saber que las condiciones físicas son muy importantes, y así lograr con éxito los entrenamientos muy óptimos y poder lograr los objetivos.

1.2. Delimitación de la investigación

1.2.1. Delimitación espacial

La tesis se desarrolló en la Academia de Fútbol Dream Team, Pachacamac.

1.2.2. Delimitación social

La tesis se aplicó a los alumnos de la Categoría 2009 de la Academia de Fútbol Dream Team.

1.2.3. Delimitación temporal

La tesis se desarrolló en el año 2019.

1.2.4. Delimitación conceptual

La tesis está basada en los conceptos, clasificación, características científicas, como también apreciaciones sustentadas y están mencionadas en el marco teórico y las variables.

Las capacidades físicas condicionales

Es la capacidad física de una persona para mejorar gradualmente su rendimiento físico. Por tanto, dependen de los procesos energéticos, como la resistencia, la fuerza, la velocidad y la flexibilidad. Nuñez, (2009)

Método de entrenamientos deportivos

Es un método sistemático para lograr los objetivos del proceso de entrenamiento, como las disciplinas (físicas, mentales, técnicas, tácticas) se esfuerzan por lograr resultados y deben aplicarse durante las fases de entrenamiento. Matveev, (1965)

1.3. Problema de la investigación

1.3.1. Problema principal

- ¿De qué manera influye las capacidades físicas condicionales en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019?

1.3.2. Problemas específicos

- ¿De qué manera influye las capacidades físicas de la fuerza en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019?
- ¿De qué manera influye las capacidades físicas de la resistencia en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019?
- ¿De qué manera influye las capacidades físicas de la velocidad en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019?

1.4. Objetivos de la Investigación:

1.4.1. Objetivo General

- Determinar la influencia de las capacidades físicas condicionales en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Identificar la influencia de las capacidades físicas de la fuerza en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.
- Diagnosticar la influencia de las capacidades físicas de la resistencia en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.
- Demostrar la influencia de las capacidades físicas de la velocidad en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

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 nuestros alumnos de la categoría 2009 que realiza entrenamientos deportivos tienen las capacidades físicas de alto rendimiento y la calidad de vida adecuada el cual ofrecen los beneficios que queremos lograr para la determinar la influencia que existe en los entrenamientos.

Aporte Teórico: Esta investigación nos permitirá tener datos reales sobre las capacidades físicas condicionales con el entrenamiento deportivo.

Aporte Metodológico: En esta investigación se demostrará que las capacidades físicas condicionales, efectivamente influyen en el entrenamiento deportivo en los alumnos de la categoría 2009 de la Academia Fútbol Dreaan Team, Pachacamac.

Aporte Práctico: Esta investigación se basa en tomar mediciones de ambas variables de estudio.

Aporte Social: El siguiente proyecto de investigación pretende demostrar la influencia de las capacidades físicas condicionales con el método de entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia Fútbol Dream Team, Pachacamac.

1.5.2. Importancia

Lo más primordial es la fidelidad y veracidad de los datos que se obtienen, ya que es un trabajo con un componente subjetivo muy importante que debe tener la tesis. Ávila (2001)

Este proyecto de tesis tendrá como objetivo determinar la influencia de las capacidades físicas condicionales en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

1.6. Factibilidad de la investigación

Hernández, et al. (2010) Menciona que la determinación de los recursos para un estudio de viabilidad sigue el mismo modelo considerado por los objetivos planteados en la investigación, que tienen que ser evaluado y revisado para llevar a cabo el proyecto. Estos recursos se analizan de acuerdo con tres aspectos de viabilidad de operatividad, técnica y económica.

Por lo tanto, este proyecto de investigación será factible en su totalidad, puesto que se tiene acceso a la Academia de Fútbol Dream Team, Pachacamac.

1.7. Limitaciones del estudio

Ávila (2001, p. 87) afirma que una limitación no estudiar un aspecto de la investigación por alguna razón, y por consiguiente tiene esta limitación debe justificarse con una buena razón. Las limitaciones que aparecen en el desarrollo de esta investigación son:

Hora: complete la encuesta en una fecha determinada.

El costo: limitaciones de personas, recursos, bienes raíces, etc. con los que tiene que trabajar. Representa el presupuesto del proyecto.

De tal manera, este proyecto de investigación no presentará limitaciones para su correcta elaboración.

2. CAPÍTULO II: EL MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes del Problema

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Weslei (2017) desarrolló la tesis llamada: El entrenamiento físico en el fútbol como factor de influencia en el aprendizaje del gesto técnico del chut a portería: Una propuesta didáctica, para obtener el grado de doctoral, conformada con una muestra de 40 futbolistas de edades 14 y 15 años, en dos grupos experimentales, el estudio se caracterizó por investigación cuantitativa, descriptiva comparativa y exploratoria en la Universidad de Barcelona - España.

El objetivo fue analizar el aprendizaje técnico del tiro a portería en jugadores de fútbol entrenados con y sin fatiga y Se concluyó que aquellos individuos que entrenaron con fatiga tuvieron mejor progreso técnico que en comparación los que entrenaron en total reposo en todas las condiciones evaluativas como; pierna derecha, izquierda y total.

Carrillo, et al (2020) desarrolló el artículo llamado: El desarrollo de las capacidades físicas del estudiante de Mecánica desde estudiante de Mecánica desde la educación física, para obtener el grado de Licenciados, el estudio fue de método dialectico materialista, como análisis documental, entrevistas, encuestas en la universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Monte de Oca" -Cuba

EL objetivo de este trabajo está encaminado a reflexionar sobre la importancia del desarrollo de las capacidades físicas desde la clase de Educación Física en los estudiantes y se concluyó que es importante desarrollar las capacidades físicas y que con este el desarrollo de la personalidad y salud de esta manera el organismo se va adaptando físicamente a las condiciones desarrollo social. Mejorar las condiciones

físicas con el arduo entrenamiento deportivo se puede llevar a otro nivel los objetivos trazados.

Rosales, (2015) desarrolló la tesis llamada: Los Métodos de Preparación física que Utilizan los Entrenadores del Equipo de Reserva de Liga Deportiva Universitaria de Loja, para obtener el título de Licenciado, el estudio fue de tipo descriptiva de diseño no experimental, con una orientación mixta, en la Universitaria de Loja- Ecuador.

El objetivo fue identificar, los métodos preparación física que utilizaron los entrenadores de futbol para desarrollar la velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad. del equipo de Reserva de Liga Deportiva Universitaria de la Ciudad de Loja, y concluyó que no hay entrenadores deportivos profesionales, sino hay personas que realizan este trabajo y solo se basan en las experiencias de un año o seis.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Riquez (2018) desarrolló la tesis llamada: Programa experimental y su influencia en las capacidades físicas condicionales en el área de educación física en alumnos del segundo año de educación secundaria, para obtener el grado de Doctor, la investigación estuvo conformada por 189 estudiantes y 62 muestras no probabilísticas estudiantes que perteneces al grupo control y experimental, el estudio fue de tipo experimental, en la Universidad Enrique Guzmán y Valle .

El objetivo fue conocer la influencia de un programa experimental de cargas físicas en el rendimiento de las capacidades físicas condicionales, de los alumnos del Segundo Año de Secundaria de la Institución Educativa Nacional Mariscal Ramón Castilla N° 1199 - Chacacayo y se concluyó que los resultados muestran que el grupo experimental obtuvieron un rendimiento de 95% de confianza respecto al grupo de control. Demostrando que la carga física influye

significativamente en el rendimiento de capacidades físicas condicionales.

Maquera & Bermejo (2017) elaboraron el artículo llamado: Indicadores de capacidades físicas en estudiantes de educación secundaria desarrollados por el plan de fortalecimiento de la educación física y el deporte escolar Puno 2016, para obtener el grado de Licenciado, contando con una muestra conformada de 280 estudiantes entre edades 13 a 17 años, el estudio fue de tipo experimental, diseños de un grupo pre y post prueba, en la institución educativa Glorioso San Carlos de la ciudad de Puno.

El objetivo fue determinar los indicadores de las capacidades físicas (velocidad, agilidad, fuerza, resistencia y flexibilidad) en la ciudad de Puno y se concluyó que no es suficiente definir los resultados de indicadores basados en un solo instrumento de medición y también no es adecuado tomar como base a la velocidad para desarrollar a las demás capacidades físicas condicionales.

Llanos, et al (2017) desarrolló la tesis llamada: La Gestión del Programa de Entrenamiento Deportivo General en el Desarrollo de las Cualidades Físicas “*fuerza rapidez, resistencia y la flexibilidad*” de la ciudad de Huánuco - 2017, para obtener el grado de Licenciado, conformada como muestra por 18 alumnos, el método de estudio fue diseño experimental, estadística descriptiva, en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán - Huánuco.

El objetivo fue comprobar el grado de efectividad de la gestión del Programa de Entrenamiento Deportivo General para desarrollar cualidades físicas y se concluyó que se ha demostrado, que la aplicación del programa de entrenamiento deportivo general desarrolla favorablemente las cualidades físicas de los alumnos.

2.2. Bases Teóricas o científicas

2.2.1. Capacidades físicas condicionales

Definición: Son las condiciones internas de cada organismo determinadas genéticamente y que se desarrollan mediante el entrenamiento o la acción motriz y permiten la actividad física en la vida diaria o durante el deporte, Mora (1989).

La condición física afecta la capacidad de determinar la condición del cuerpo a través de varios procesos en el cuerpo como los son la composición, equipos y sistemas, crecimiento y desarrollo, factores hereditarios y nutrición, entre otros. Todas estas capacidades tienen un momento oportuno para desarrollar o mantener un incentivo, por eso es tan importante ser un gran ayudante o desarrollar una condición física que asista al cuerpo en su correcto funcionamiento. La salud es uno de los beneficios más importantes del ejercicio y se deben seguir procedimientos regulares, moderados y diferentes, de esa manera llevar una vida más saludable y tranquila de las enfermedades, Peral (2009)

La capacidad física es la cantidad de factores y elementos que se encuentran en las capacidades motrices, lo que significa que no hay clasificación única para la distribución de dichas capacidades, Antón (1989) citado por Mateo, et al (2013)

Desde los inicios de la vida innata, el ser humano tiene características individuales, susceptibles al desarrollo de sus capacidades físicas condicionales progresivamente y estas capacidades físicas dependen tales como:

- La edad y el sexo
- La herencia genética
- La coordinación
- Capacidades psíquicas o fuerza de voluntad

- Experiencia previa
- Hábitos de vida.

Dimensiones de la capacidad físicas básicas.

Fuerza: Es la capacidad de entrenar y torcer los nervios y vencer o prevenir la resistencia externa. Esta técnica se puede practicar con regularidad para asegurar la disciplina y la preparación muscular para cada ejercicio. La fuerza es lo que le permite a la cabeza ganar y desafiar a los oponentes o lo que hacen. **García, et al (1996).**

Mientras que, para otros autores la fuerza no solo es la capacidad de resistir o la cantidad de masa muscular, sino la calidad con el que esté entrenado para el caso de futbolistas, ellos que realizan la actividad de fuerza explosiva en el partido, En general, los futbolistas deben ser más fuertes que la mayoría de sus grandes grupos de músculos, ya que la fuerza muscular es una parte integral de muchas actividades, sin embargo, la fuerza de los músculos utilizados durante el juego depende de muchos factores, como el estilo de juego y la posición del jugador en el equipo. Es por ello que en la practica deportiva se manejan tres grupos de fuerza y son:

- Fuerza Máxima: Determinados por volumen muscular y la composición de las fibras de contracción rápidas y lentas.
- Fuerza explosiva: Fuerza que actúa en el menor tiempo posible, este tipo de fuerza es presenciado con frecuencia en los juegos de futbol. Según este tipo de fuerza se clasifica en cuatro grupos; la fuerza máxima, fuerza inicial, fuerza de aceleración muscular y velocidad máxima de movimiento.
- Fuerza resistencia: Definida como adaptabilidad compleja, que consiste en la capacidad de soportar la fatiga de la carga competitivo que requiere entrenamientos de alta resistencia.

Por otra parte, la fuerza se conceptualiza como las cualidades físicas básicas o habilidades motoras que todo deportista debe poseer,

la fuerza es uno de los principales factores para el desarrollo de los eventos deportivos. **Álvarez** (1985).

Resistencia: La capacidad de soportar el estrés físico y mental durante mucho tiempo, lo que finalmente conduce a una fatiga abrumadora debido a su intensidad y duración. Zintil, citado por **Martínez** (2006).

Por otra parte, resistencia es la capacidad de una persona para soportar el agotamiento físico y mental mediante un ejercicio prolongado y dependiendo de factores externos e internos. **Mirella** (2011).

Así mismo se define como, Es una habilidad física que te permite ejercitarte y mantenerse en ella el mayor tiempo posible. Al aumentar la resistencia, se puede pausar o reducir la fatiga y, si es posible, reducirla. Esta es una de las cualidades más importantes del mundo del deporte y la salud. **Gamboa** (1985).

Teniendo conocimiento sobre qué es la resistencia, en la investigación los alumnos en la muestra tendrán que realizar entrenamientos que ayuden a que los músculos inferiores tengan mayor resistencia en coordinación con la fuerza de esa manera llegar a los objetivos de la meta.

Velocidad: Es la capacidad que, basada en la agilidad de los procesos del sistema neuromuscular y las propiedades de los músculos, permite desarrollar la fuerza para realizar acciones cinéticas durante un tiempo determinado en unas condiciones mínimas determinadas. **Mirella** (2011).

Como se afirma, que la velocidad es la capacidad de una persona para realizar energías cinéticas con máxima intensidad y dentro de las circunstancias mínimas, siempre que el trabajo sea en corto tiempo y no haya fatiga. **Hahn** (1988).

Por otra parte, La velocidad es la capacidad de reaccionar lo más rápidamente posible a un estímulo o señal o de ejecutar movimientos lo más rápido posible, aprovechando la poca resistencia del oponente. **Ortiz** (2004).

En la investigación es importante tener los conocimientos de las capacidades físicas condicionales como lo es la fuerza, resistencia, la velocidad de esta manera encontrar las formas de poder entrenar de forma adecuada y así lograr la meta.

2.2.2. Entrenamiento deportivo

Definición: Entrenamiento Deportivo en Fútbol está capacitado para brindar conocimientos, formación y herramientas que permitan a los profesionales diseñar, desarrollar y evaluar adecuadamente propuestas de entrenamiento futbolístico que aseguren los objetivos profesionales de la más alta calidad en el deporte y asuman compromisos éticos dentro de la profesión. **García, et al** (1996).

Es un proceso que estimula los procesos normales del cuerpo y contribuye al desarrollo de diversas habilidades y características físicas. Su objetivo es promover y aumentar el rendimiento deportivo. **González** (2010).

Teoría del deporte e historia citado por (2015)

En la actualidad el futbol es el que más se practica y uno de los deportes más preferidos mundialmente, para tener un buen rendimiento deportivo realizan diversas formas de entrenamiento, aunque se remota desde muchos años atrás, se requieren apoyos de parte de sus gobernantes en algunos países.

Aproximadamente, 4 mil años A.C. existen indicios sobre origen de los deportes clásicos en el Antiguo Egipto, por la razón que se encontró utensilios, herramientas de deportes que hoy en día se practican, como el salto alto, jabalina.

Mientras que, en Grecia antigua, surgió la lucha y el maratón, profundizando que el maratón surge debido a que tenía llevar mensajes de victorias o mensajería de victorias de las guerras de aquellos tiempos, como lo protagonizó el soldado griego Filípides que recorrió kilómetros y cuando finalmente dio el mensaje falleció a causa de la fatiga.

Es de la cultura griega de donde surgen los deportes y la creación de juegos olímpicos antiguos y la modernidad que actualmente se practican y se compiten de diferentes países.

Dimensiones de entrenamiento deportivo

Fartlek: Es un sistema de entrenamiento a partir de una variedad de ejercicios, tanto aeróbicos como anaeróbicos, especialmente ejercicios de carrera, que se caracterizan por cambios de ritmo que se realizan a lo largo del tiempo. Por otro parte es también conocido como, juego de velocidad proveniente de la palabra sueca.

El juego de velocidad es un juego muy efectivo que es muy similar a un entrenamiento de fútbol que tiene un ritmo de carrera diferente y muy similar al del partido. Además, el juego se realiza fácilmente en el terreno de partido o cerca del campo. Chapman, et al (1995).

Carrera continua: Es el ejercicio más popular entre los aficionados y los corredores. Consiste en mantener un ritmo continuo durante un tiempo. Para mejorar nuestra condición física, se recomienda aumentar el tiempo de trabajo.

Power training: Denominado también, el entrenamiento de potencia se usa para aumentar la velocidad del movimiento y la velocidad de los músculos para desarrollar fuerza. Por tanto, en este tipo de entrenamiento es necesario centrarse en la fuerza y la velocidad. El entrenamiento de fuerza ayuda a mejorar el sistema nervioso y la coordinación de la energía muscular para que pueda ser más rápido y preciso. Binkley (2004).

2.3. Definición de términos Básicos:

- Deporte: La iniciación en cualquier deporte debe buscar una variada formación de base sobre la cual poder fundamentar un rendimiento máximo posterior. Álvarez (1987).
- Educación física: Es Proceso pedagógico encaminada al perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo, a la formación y mejoramiento de las capacidades y hábitos importantes para la vida, conocimientos relacionales con ellos. Rueda (2001)
- Entrenamiento: proceso científico y educativo basado en el ejercicio físico que tiene como objetivo un alto nivel de actividad en el área del objetivo. Rueda (2001)
- Alternativa: Es la opción de tener entre dos o más elementos; cuando tienes la posibilidad de elegir, querero escoger entre dos o más cosas o circunstancias diferentes. Martínez (2020, p. 8)
- Rendimiento físico: Es el resultado del desarrollo multilateral y armónico del atleta debido a las capacidades físicas logradas como; la rapidez, la originalidad y el pensamiento distintivo. Rodríguez (1999).
- Aprendizaje: Es un proceso en el que el sujeto, a través de la experiencia, se desarrolla, interactúa con las personas, crea o se arraiga en el conocimiento, lo que cambia activamente sus patrones de pensamiento en el mundo que lo rodea. Piaget (1995, p. 11)
- Capacidad: Es una habilidad de un individuo para realizar cosas que son importantes para una un ser, o para convertirse en una persona tan importante como están diseñadas y razonadas. Sen (1993, p. 30)
- Fuerza máxima: Es la carga más pesada que un atleta es capaz de levantar en un intento y se expresa como el 100% del máximo. Tudor, et al (2016, pág. 65)
- Carga física: Es el efecto que ejerce el organismo un estímulo motor determinado, siempre y cuando éste estímulo sea lo suficientemente fuerte

en correspondencia con la capacidad de rendimiento del individuo. Ruiz (1985)

- Resistencia: Es la capacidad de aguantar el mayor tiempo posible un esfuerzo y recuperarse lo más rápido del esfuerzo realizado. **Chávez** (1990).

3. CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis general

H1: Las capacidades físicas condicionales influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

H0: Las capacidades físicas condicionales no influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

3.2. Hipótesis Específicos

- **H2:** Las capacidades físicas de la fuerza influyen significativamente en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.
- **H0:** Las capacidades físicas de la fuerza no influyen significativamente en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.
- **H3:** Las capacidades físicas de la resistencia influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.
- **H0:** Las capacidades físicas de la resistencia no influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.
- **H4:** Las capacidades físicas de la velocidad influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.
- **H0:** Las capacidades físicas de la velocidad no influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

3.3. Definición conceptual y operacional de las variables

3.3.1. Las capacidades físicas condicionales

Definición conceptual

Lo define como la capacidad de realizar diferentes niveles de actividad física sin fatiga o como un conjunto de parámetros fisiológicos que se pueden medir mediante una prueba especial, test específicos.

Rodríguez (1989)

Definición operacional

Es aquel que permite al individuo realizar actividades físicas con el fin de cumplir o llegar a las metas propuestas, manteniendo un compromiso firme.

3.3.2. Entrenamiento deportivo

Definición conceptual

Es un procedimiento que estimula los procesos normales del cuerpo y contribuye al desarrollo de diversas habilidades y características físicas. Con el fin de promover y aumentar el rendimiento deportivo. **González (2010)**.

Definición operacional

Es aquel que contribuye al desarrollo de diversas habilidades y cualidades físicas. Su objetivo es promover y mejorar el rendimiento deportivo.

3.4. Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICION DE LA VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
Capacidades Físicas condicionales	Lo define como la capacidad de realizar diferentes niveles de actividad física sin fatiga o como un conjunto de parámetros fisiológicos que se pueden medir mediante una prueba especial, test específicos. Rodríguez (1989)	Fuerza Resistencia Velocidad	- Movimiento de peso liviano - Flexión de brazos - Flexión de piernas -Carrera de 10 x 5 -Carreras de 10 x 10	15 Preguntas dentro del cuestionario	Likers Politómica Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Entrenamiento deportivo	Es un procedimiento que estimula los procesos normales del cuerpo y contribuye al desarrollo de diversas habilidades y características físicas. Con el fin de promover y aumentar el rendimiento deportivo. González (2010)	Fartlek Carrera continua Power training	- Capacidad física - Intensidad física - Adaptación física - Capacidad física - Intensidad física - Adaptación física - Capacidad física - Intensidad física - Adaptación física	15 Preguntas dentro del cuestionario	Likers Politómica Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)

4. CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Enfoque, tipo y nivel de Investigación

4.1.1. Enfoque de investigación

Galeano (2004) expresa que el enfoque cuantitativo se refiere a la utilización de datos numéricos, de su intención es buscar la precisión de las mediciones o los indicadores sociales para generalizar los resultados a grandes poblaciones o situaciones. Cuantitativo es la cantidad o números, es decir, datos cuantificables. Es por esta razón este proyecto será del enfoque cuantitativo, porque los datos serán medibles.

4.1.2. Tipo de Investigación

Hernández, et al. (2010) Menciona que los proyectos de investigación básica, también llamada investigación teórica o dogmática, tiene como objetivo desarrollar nuevas teorías y / o modificar las existentes y, en consecuencia, lograr el avanza en la investigación científica o filosófica. Es por esta razón que es de tipo básico, porque la investigación será de información puramente bibliográfica.

4.1.3. Nivel de Investigación

Behar (2008) indica que va más allá de la descripción de conceptos o fenómenos o establecidos de relaciones entre ellos, con el objetivo de encontrar las causas de eventos y fenómenos físicos o sociales. sus objetivos están orientados a explicar por qué ocurre o ha ocurrido un fenómeno y en qué condiciones ocurre o ha ocurrido, o por qué dos o más variables se relacionan entre sí. Este proyecto de investigación será de nivel correlaciona explicativo simple porque permitirá recolectar información y relacionar entre ambas variables de estudio.

4.2. Diseño y Método de la Investigación

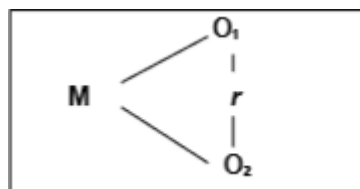
4.2.1. Método de Investigación

Behar (2008) Menciona que el hipotético-deductivo o de contrastación de hipótesis, es la determinación de la verdad o falsedad de hipótesis

que no pueden ser verificadas directamente, debido a la naturaleza de sus enunciados generales, es decir, leyes, que incluyen términos teóricos, basados en la verdad, o la falsedad de las consecuencias de la observación, ciertos enunciados referidos a objetos y propiedades observables, que surgen de su extracción de hipótesis, y de los que podemos constatar inmediatamente la verdad o falsedad. Por lo tanto este proyecto de investigación pertenecerá a este método porque permitirá realizar deducciones directas de las hipótesis formuladas.

4.2.2. Diseño de Investigación:

Gómez (2006) Manifiesta como la investigación que se realiza sin manipular deliberadamente las variables. Lo que es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos. Por lo tanto este proyecto de investigación será de diseño no experimental porque no se realizará manipulación de las variables de estudio.



Donde:

M: Alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Drean Team.

Ox: Las capacidades físicas condicionales

Oy: Método de entrenamiento deportivo

4.3. Población y muestra de la investigación

4.3.1. Población

Según Hurtado (1998) enfatiza 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 es llamado universo.

La población está constituida por 42 Alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Drean Team.

4.3.2. Muestra

Hurtado (1998) argumenta que la población es tan grande o inaccesible el cual no todos pueden ser estudiados, por consiguiente, el investigador tendrá que extraer o seleccionar una muestra. Aunque el muestreo no es un requisito indispensable de toda investigación, que depende del propósito del investigador, el contexto y las características de sus unidades de estudio. Por lo tanto, la muestra seleccionada está compuesta por 42 alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dreaan Team.

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.4.1. Técnicas

Arias (2012) manifestó las técnicas son las diferentes formas de obtener información. Las técnicas de adquisición de información incluyen la observación en sus diversas modalidades, entrevistas, análisis de documentos, entre otros. Las técnicas que se utilizaron fueron:

- Bateria del Eurofit
- Course navete

4.4.2. Instrumentos

Hernández, et al. (2012) Argumenta que los instrumentos son medios físicos utilizado para obtener información. Cada instrumento provoca o estimula la presencia o expresión del aprendizaje evaluado.

- Cuestionario.

4.5. Validez y confiabilidad

La validez se refiere al grado en que una herramienta de recopilación de datos mide a la variable y la confiabilidad se refiere al grado en que la aplicación repetida de una herramienta de recopilación de datos al mismo sujeto u objeto produce resultados similares. Hernández, et al. (2010).

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,992	,993	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 ,993. 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 indican el recuento, clasificación de los datos obtenidos de las observaciones. Las tablas y gráficos están diseñados para simplificar la complejidad de los datos relacionados con la distribución. También se calculan los parámetros estadísticos que caracterizan la distribución. Los cálculos de probabilidad no se utilizan y se limitan a inferencias directas de los datos y parámetros obtenidos. Ríos (1983, p. 56)

4.6.2. Estadística inferencial

Ríos (1983, p. 57) Las estadísticas inferenciales o inductivas plantean y resuelven el problema de establecer pronósticos generales y conclusiones sobre una población en base a los resultados obtenidos de una muestra. Los modelos estadísticos actúan como un puente entre lo observado (muestra) y lo desconocido (población).

4.7. Ética de la Investigación

Hernández, et al (2012) manifestó que en la investigación de las ciencias sociales y de la salud, las personas se involucran en experimentos, razonamientos, entrevistas e investigación cualitativa. A veces también son colaboradores. La tarea de quienes tienen el derecho como objeto de estudio

filosófico moral, ético y sobre todo práctico, incluso teniendo en cuenta la relación entre la escuela, la literatura y los materiales audiovisuales, es promover, no resolver, el conflicto. Ni la teoría de la justificación ni la ética de la comunicación allanan el camino para la organización social o la comunidad de diálogo idealizada que demandan. Y es una parte muy larga que aún no ha sucedido, y somos nosotros los que necesitamos una reflexión ética urgente y constante. La realización de investigaciones científicas y el uso del conocimiento obtenido de la ciencia requieren un comportamiento ético por parte de investigadores y profesores. No hay lugar para la conducta inmoral en ninguna práctica científico.

5. CAPÍTULO V

LOS RESULTADOS

5.1. Análisis e interpretación de los resultados

Para obtener los resultados de la tesis se aplicó las estadísticas del SPSS25, con el cual se obtendrá los datos necesarios para la tesis. Donde el propósito de la investigación fue si las capacidades físicas condicionales influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019. El análisis de los datos obtenidos se divide en dos partes, la estadística descriptiva, para demostrar la frecuencia y el porcentaje de cada muestra evaluada y la validación de las hipótesis y la estadística inferencial, lo cual nos ayudó a calcular los niveles de relación en la significancia, en la muestra tomada en la tesis.

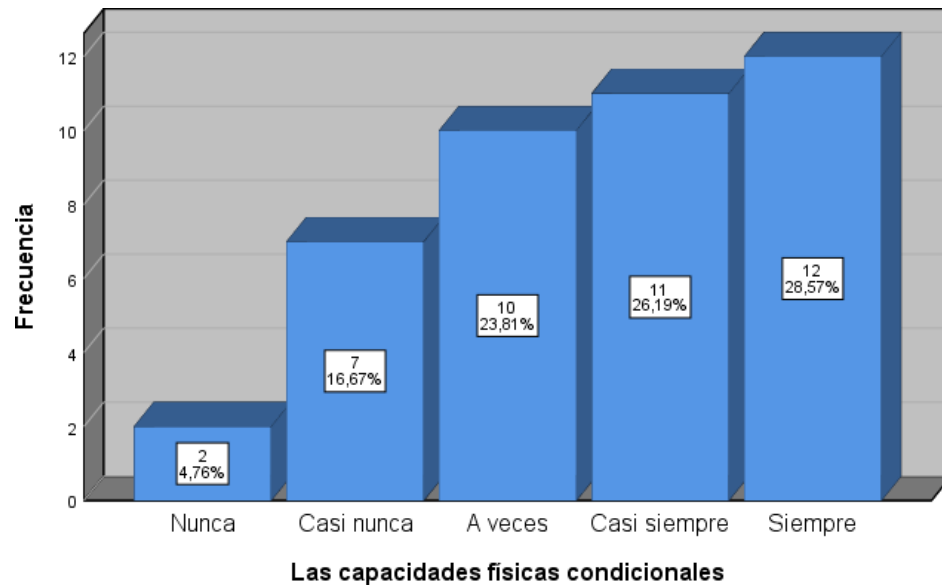
5.2. Estadística descriptiva

La estadística descriptiva nos muestra los valores de la toma de datos, y la frecuencia que se tabulo en los cuestionarios y el test aplicado. Para medir cómo se comporta las variables y las dimensiones de la tesis.

Tabla N°1. Variable X:

		Las capacidades físicas condicionales			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	2	4,8	4,8	4,8
	Casi nunca	7	16,7	16,7	21,4
	A veces	10	23,8	23,8	45,2
	Casi siempre	11	26,2	26,2	71,4
	Siempre	12	28,6	28,6	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

Figura N°.1 Variable X:

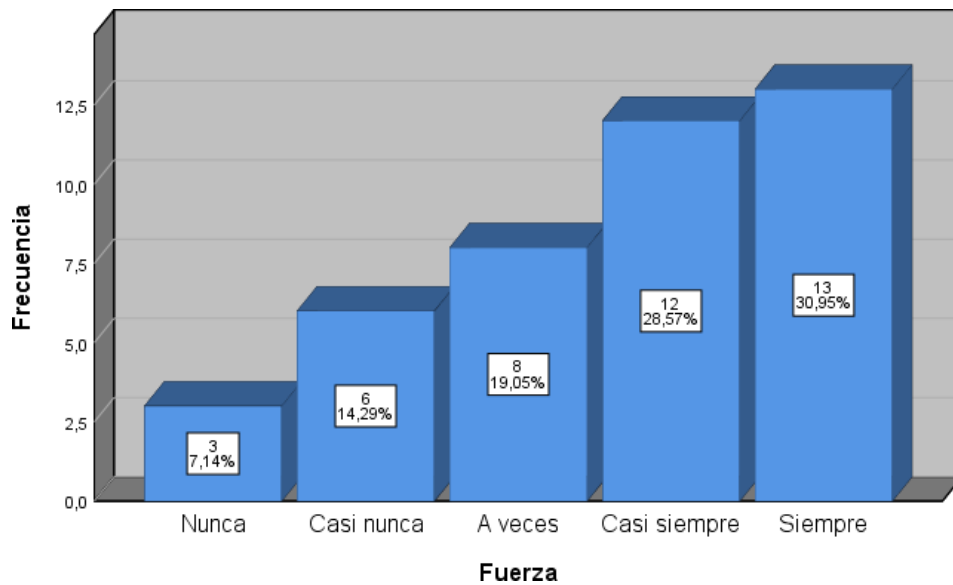


Interpretación: En la figura N°.1. Se observa que, el 4,76% de los encuestados manifiestan que nunca; el 16,67% de los encuestados manifiestan que casi nunca, el 23,81% de los encuestados manifiestan que a veces, el 26,19% manifiestan que casi siempre y finalmente el 28,57% de los encuestados manifiestan que siempre las capacidades físicas condicionales influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N°. 2 Dimensión 1

		Fuerza		Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
		Frecuencia	Porcentaje		
Válido	Nunca	3	7,1	7,1	7,1
	Casi nunca	6	14,3	14,3	21,4
	A veces	8	19,0	19,0	40,5
	Casi siempre	12	28,6	28,6	69,0
	Siempre	13	31,0	31,0	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

Figura N°.2 Dimensión 1

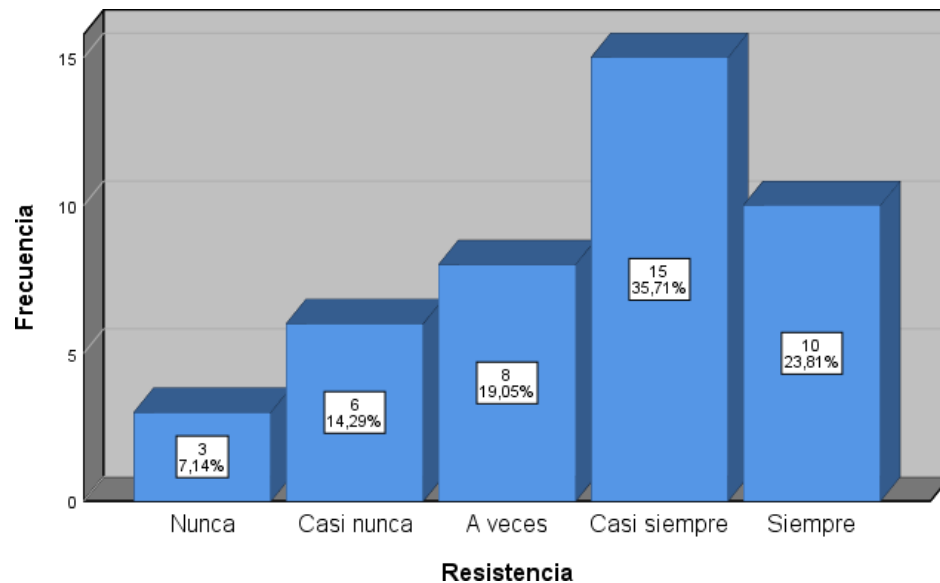


Interpretación: En la figura N°.2. Se observa que, el 7,14% de los encuestados manifiestas que nunca; el 14,29% de los encuestados manifiestan que casi nunca, el 19,05% de los encuestados manifiestan que a veces, el 28,57% manifiestan que casi siempre y finalmente el 30,95% de los encuestados manifiestan que siempre la fuerza influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N°. 3 Dimensión 2

		Resistencia		Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
		Frecuencia	Porcentaje		
Válido	Nunca	3	7,1	7,1	7,1
	Casi nunca	6	14,3	14,3	21,4
	A veces	8	19,0	19,0	40,5
	Casi siempre	15	35,7	35,7	76,2
	Siempre	10	23,8	23,8	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

Figura N°. 3 Dimensión 2

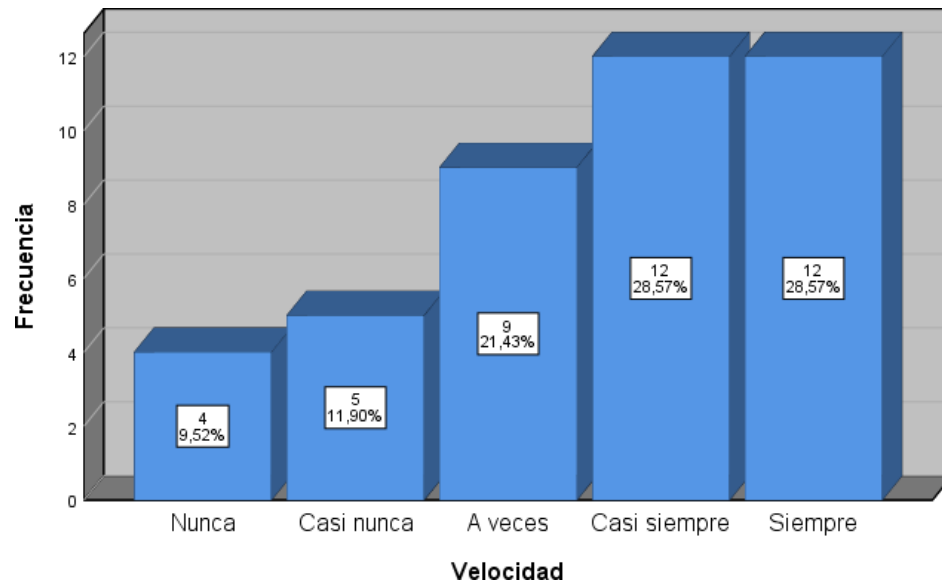


Interpretación: En la figura N°.3. Se observa que, el 7,14% de los encuestados manifiestas que nunca; el 14,29% de los encuestados manifiestan que casi nunca, el 19,05% de los encuestados manifiestan que a veces, el 37,71% manifiestan que casi siempre y finalmente el 23,81% de los encuestados manifiestan que siempre la resistencia influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N°.4 Dimensión 3

		Velocidad		Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
		Frecuencia	Porcentaje		
Válido	Nunca	4	9,5	9,5	9,5
	Casi nunca	5	11,9	11,9	21,4
	A veces	9	21,4	21,4	42,9
	Casi siempre	12	28,6	28,6	71,4
	Siempre	12	28,6	28,6	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

Figura N°. 4 Dimensión 3

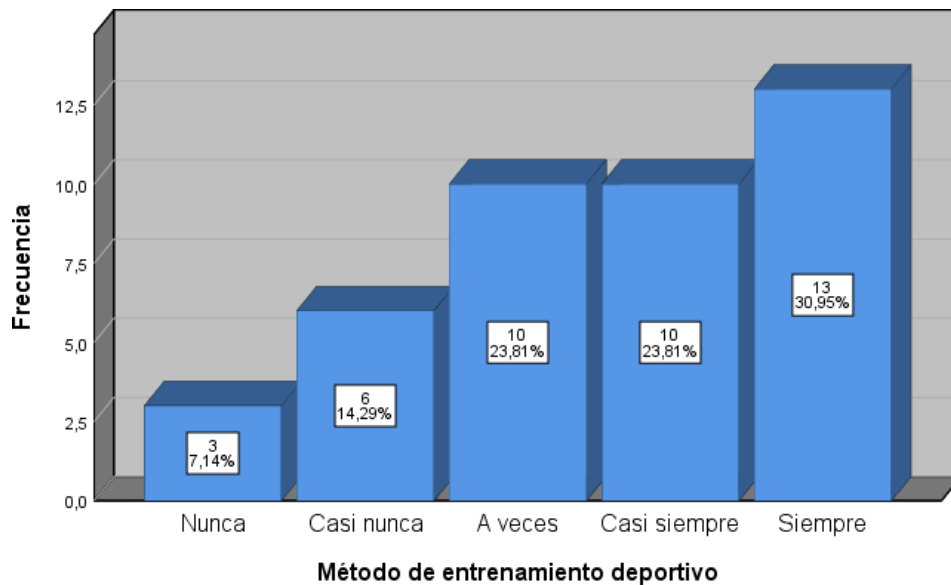


Interpretación: En la figura N°.4. Se observa que, el 9,52% de los encuestados manifiestan que nunca; el 11,90% de los encuestados manifiestan que casi nunca, el 21,43% de los encuestados manifiestan que a veces, el 28,57% manifiestan que casi siempre y finalmente el 28,57% de los encuestados manifiestan que siempre la velocidad influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N°. 6 Variable Y

		Método de entrenamiento deportivo			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	3	7,1	7,1	7,1
	Casi nunca	6	14,3	14,3	21,4
	A veces	10	23,8	23,8	45,2
	Casi siempre	10	23,8	23,8	69,0
	Siempre	13	31,0	31,0	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

Figura N°. 6 Variable Y

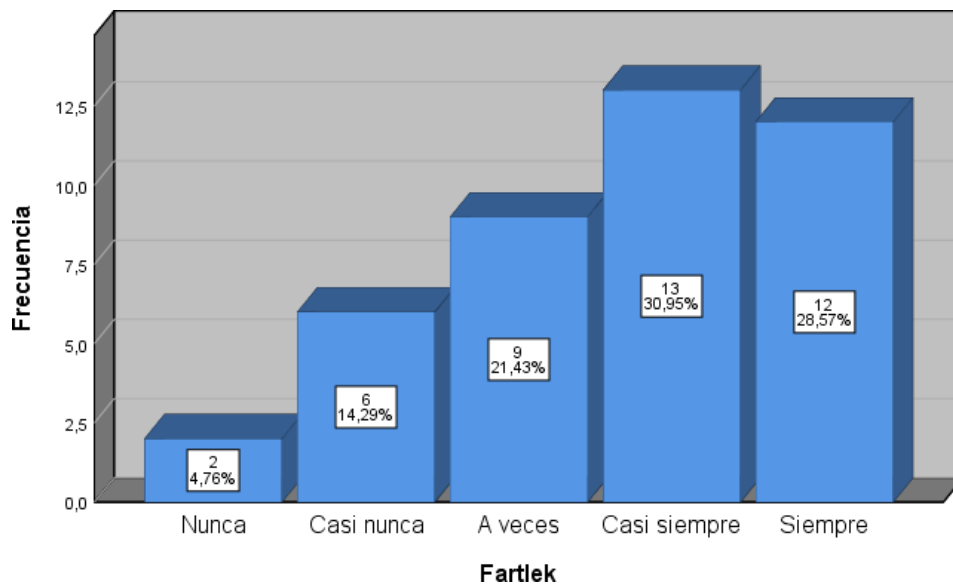


Interpretación: En la figura N°.6. Se observa que, el 7,14% de los encuestados manifiestan que nunca; el 14,29% de los encuestados manifiestan que casi nunca, el 23,81% de los encuestados manifiestan que a veces, el 23,81% manifiestan que casi siempre y finalmente el 30,95% de los encuestados manifiestan que siempre el entrenamiento deportivo influye en las capacidades físicas condicionales en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N°. 6 Dimensión 1

		Fartlek		Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
		Frecuencia	Porcentaje		
Válido	Nunca	2	4,8	4,8	4,8
	Casi nunca	6	14,3	14,3	19,0
	A veces	9	21,4	21,4	40,5
	Casi siempre	13	31,0	31,0	71,4
	Siempre	12	28,6	28,6	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

Figura N°. 6 Dimensión 1

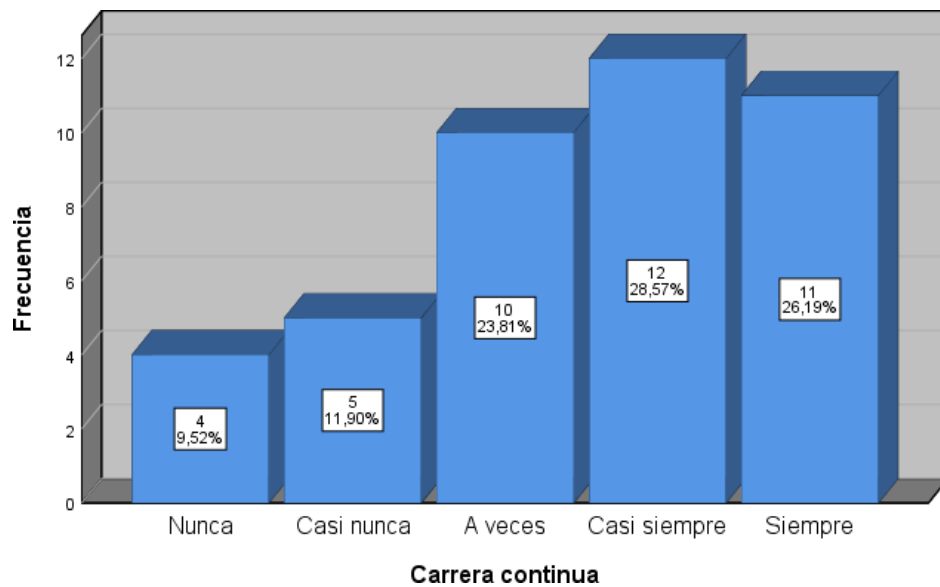


Interpretación: En la figura N°.7. Se observa que, el 4,76% de los encuestados manifiestas que nunca; el 14,29% de los encuestados manifiestan que casi nunca, el 21,43% de los encuestados manifiestan que a veces, el 30,95% manifiestan que casi siempre y finalmente el 28,57% de los encuestados manifiestan que siempre el entrenamiento de fartlek influye en las capacidades físicas condicionales en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N°. 7 Dimensión 2

		Carrera continua			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	4	9,5	9,5	9,5
	Casi nunca	5	11,9	11,9	21,4
	A veces	10	23,8	23,8	45,2
	Casi siempre	12	28,6	28,6	73,8
	Siempre	11	26,2	26,2	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

Figura N°.7 Dimensión 2

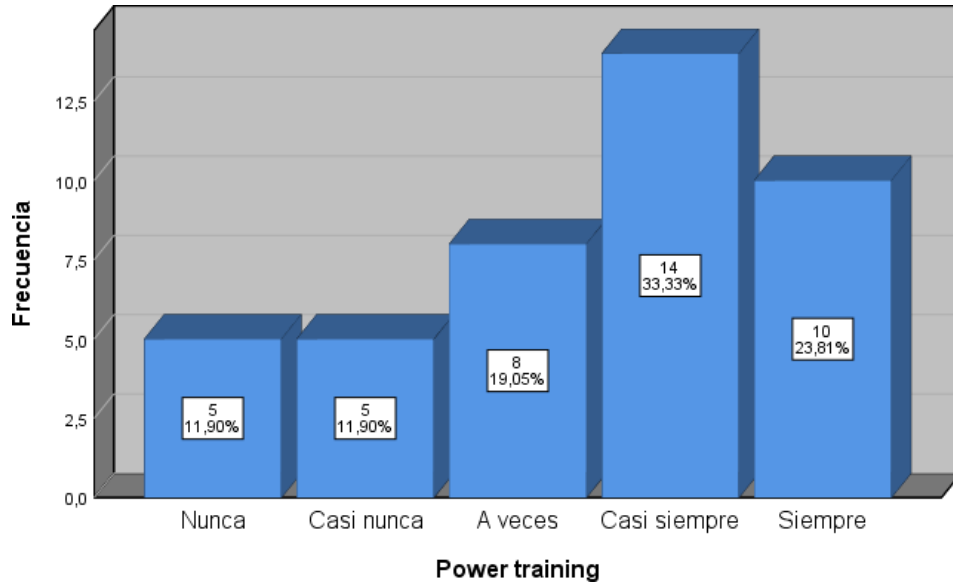


Interpretación: En la figura N°.8. Se observa que, el 9,52% de los encuestados manifiestan que nunca; el 11,90% de los encuestados manifiestan que casi nunca, el 23,81% de los encuestados manifiestan que a veces, el 28,57% manifiestan que casi siempre y finalmente el 26,19% de los encuestados manifiestan que siempre el entrenamiento de la carrera continua influye en las capacidades físicas condicionales en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N°. 8 Dimensión 3

		Power training			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nunca	5	11,9	11,9	11,9
	Casi nunca	5	11,9	11,9	23,8
	A veces	8	19,0	19,0	42,9
	Casi siempre	14	33,3	33,3	76,2
	Siempre	10	23,8	23,8	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

Figura N°.8 Dimensión 3



Interpretación: En la figura N°.9. Se observa que, el 11,90% de los encuestados manifiestan que nunca; el 11,90% de los encuestados manifiestan que casi nunca, el 19,05% de los encuestados manifiestan que a veces, el 33,33% manifiestan que casi siempre y finalmente el 23,81% de los encuestados manifiestan que siempre el entrenamiento de power training influye en las capacidades físicas condicionales en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

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 y el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019. Tienen una distribución normal.

H0: Los datos de las capacidades físicas condicionales y el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019. No tienen una distribución normal.

Nivel de significancia: 5%

Tabla N° 10. Prueba estadística: Normalidad

	Las capacidades físicas condicionales	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Estadístico	g	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Método de entrenamiento deportivo	Nunca	.	2	.	.		
	Casi nunca	,504	7	,000	,453	7	,000
	A veces	.	10	.	.	10	.
	Casi siempre	,528	11	,000	,345	11	,000
	Siempre	.	12	.	.	12	.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Como los datos son menores a 50, se utiliza la prueba de Shapiro-Wilk, como la 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 y el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019. No tienen una distribución normal.

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

Hipótesis General:

H1: Las capacidades físicas condicionales influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

H0: Las capacidades físicas condicionales no influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

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

Prueba estadística:

Tabla N° 11. Tabla cruzada Método de entrenamiento deportivo*Las capacidades físicas condicionales

			Las capacidades físicas condicionales					Total
			Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre	
Método de entrenamiento deportivo	Nunca	Recuento	2	1	0	0	0	3
		Recuento esperado	,1	,5	,7	,8	,9	3,0
	Casi nunca	Recuento	0	6	0	0	0	6
		Recuento esperado	,3	1,0	1,4	1,6	1,7	6,0

A veces	Recuento	0	0	10	0	0	10
	Recuento esperado	,5	1,7	2,4	2,6	2,9	10,0
Casi siempre	Recuento	0	0	0	10	0	10
	Recuento esperado	,5	1,7	2,4	2,6	2,9	10,0
Siempre	Recuento	0	0	0	1	12	13
	Recuento esperado	,6	2,2	3,1	3,4	3,7	13,0
Total	Recuento	2	7	10	11	12	42
	Recuento esperado	2,0	7,0	10,0	11,0	12,0	42,0

Tabla N° 12. Correlaciones no paramétricas

		Método de entrenamiento deportivo	Las capacidades físicas condicionales
Rho de Spearman	Método de entrenamiento deportivo	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,988**
		N	,000
Las capacidades físicas condicionales		Coeficiente de correlación	42
		Sig. (bilateral)	42
		N	,988**
		Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	42

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

Interpretación: Bajo la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,988$), 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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N° 13. Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coefficiente de contingencia	,879	,000
N de casos válidos		42	

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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Hipótesis específica 1:

- **H1:** Las capacidades físicas de la fuerza influyen significativamente en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.
- **H0:** Las capacidades físicas de la fuerza no influyen significativamente en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

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

Prueba estadística:

Tabla N° 14 Tabla cruzada Método de entrenamiento deportivo*Fuerza

Tabla cruzada Método de entrenamiento deportivo*Fuerza

		Fuerza				Total
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	
Método de entrenamiento deportivo	Nunca	3	0	0	0	3
	Recuento esperado	,2	,4	,6	,9	3,0

Casi nunca	Recuento	0	6	0	0	0	6
	Recuento esperado	,4	,9	1,1	1,7	1,9	6,0
A veces	Recuento	0	0	8	2	0	10
	Recuento esperado	,7	1,4	1,9	2,9	3,1	10,0
Casi siempre	Recuento	0	0	0	10	0	10
	Recuento esperado	,7	1,4	1,9	2,9	3,1	10,0
Siempre	Recuento	0	0	0	0	13	13
	Recuento esperado	,9	1,9	2,5	3,7	4,0	13,0
Total	Recuento	3	6	8	12	13	42
	Recuento esperado	3,0	6,0	8,0	12,0	13,0	42,0

Tabla N° 15 Correlaciones no paramétricas

		Método de entrenamiento deportivo	Fuerza
Rho de Spearman	Método de entrenamiento deportivo	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,984**
		N	42
	Fuerza	Coefficiente de correlación	,984**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	42

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

Interpretación: Bajo la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,984$), 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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N° 16 Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coefficiente de contingencia	,886	,000
N de casos válidos		42	

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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Hipótesis específica 2:

H2: Las capacidades físicas de la resistencia influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

H0: Las capacidades físicas de la resistencia no influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

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

Prueba estadística:

Tabla N° 17 Tabla cruzada Método de entrenamiento deportivo*Resistencia

			Resistencia				Total	
			Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre		Siempre
Método de entrenamiento deportivo	Nunca	Recuento	3	0	0	0	3	
		Recuento esperado	,2	,4	,6	1,1	,7	3,0
	Casi nunca	Recuento	0	6	0	0	0	6
		Recuento esperado	,4	,9	1,1	2,1	1,4	6,0

	A veces	Recuento	0	0	8	2	0	10
		Recuento esperado	,7	1,4	1,9	3,6	2,4	10,0
	Casi siempre	Recuento	0	0	0	10	0	10
		Recuento esperado	,7	1,4	1,9	3,6	2,4	10,0
	Siempre	Recuento	0	0	0	3	10	13
		Recuento esperado	,9	1,9	2,5	4,6	3,1	13,0
Total		Recuento	3	6	8	15	10	42
		Recuento esperado	3,0	6,0	8,0	15,0	10,0	42,0

Tabla N° 18 Correlaciones no paramétricas

			Método de entrenamiento deportivo	Resistencia
Rho de Spearman	Método de entrenamiento deportivo	Coeficiente de correlación	1,000	,947**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	42	42
	Resistencia	Coeficiente de correlación	,947**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	42	42

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

Interpretación: Bajo la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,947$), 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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N° 19 Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coeficiente de contingencia	,876	,000
N de casos válidos		42	

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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Hipótesis Especifica 3:

H3: Las capacidades físicas de la velocidad influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

H0: Las capacidades físicas de la velocidad no influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

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

Prueba estadística:

Tabla N° 20 Tabla cruzada Método de entrenamiento deportivo*Velocidad

Método de entrenamiento deportivo	Nunca	Recuento	Velocidad				Total	
			Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre		Siempre
		3	0	0	0	0	3	
		Recuento esperado	,3	,4	,6	,9	,9	3,0
		Recuento	1	5	0	0	0	6

	Casi nunca	Recuento esperado	,6	,7	1,3	1,7	1,7	6,0
	A veces	Recuento	0	0	9	1	0	10
		Recuento esperado	1,0	1,2	2,1	2,9	2,9	10,0
	Casi siempre	Recuento	0	0	0	10	0	10
		Recuento esperado	1,0	1,2	2,1	2,9	2,9	10,0
	Siempre	Recuento	0	0	0	1	12	13
		Recuento esperado	1,2	1,5	2,8	3,7	3,7	13,0
Total		Recuento	4	5	9	12	12	42
		Recuento esperado	4,0	5,0	9,0	12,0	12,0	42,0

Tabla N° 21 Correlaciones no paramétricas

			Método de entrenamiento deportivo	Velocidad
Rho de Spearman	Método de entrenamiento deportivo	Coeficiente de correlación	1,000	,978**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	42	42
	Velocidad	Coeficiente de correlación	,978**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	42	42

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

Interpretación: Bajo la prueba estadística del Rho Spearman donde el valor de coeficiente es ($r = ,978$), 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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Tabla N° 22 Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coeficiente de contingencia	,876	,000
N de casos válidos		42	

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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

6. CAPITULO VI

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

6.1. Discusión

Los resultados mostraron la validez de la hipótesis según la cual las habilidades físicas condicionales afectan significativamente el entrenamiento deportivo de los estudiantes de la categoría 2009 de la Academia de Fútbol Pachacamac, 2019. Según la tesis: Llanos et al. (2017) sobre el tema "Gestión del programa general de entrenamiento deportivo en el desarrollo de cualidades físicas "fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad" de la ciudad de Huánuco - 2017. Su objetivo fue probar el grado de efectividad del liderazgo del Programa General de Entrenamiento Deportivo para el desarrollo de las cualidades físicas, y se concluyó que se demostró que el uso del programa de Entrenamiento Deportivo General desarrolla favorablemente las cualidades físicas de los estudiantes. La capacidad de demostrar que cualquier actividad física requiere una base de entrenamiento. Así, en la disertación se pudo demostrar que la habilidad física es de suma importancia en el entrenamiento deportivo, se confirman los resultados de la disertación.

Los resultados mostraron la validez de las hipótesis específicas, según la cual las capacidades físicas de fuerza, resistencia y velocidad afectan significativamente el desempeño atlético de Fartlek entre los estudiantes de la categoría 2009 del Dream Team de la Pachacamac Football Academy, 2019. Según la tesis; Maquera & Bermejo (2017) desarrollaron un artículo titulado: Indicadores de desempeño para estudiantes de secundaria desarrollados como parte del Plan de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar de Puno 2016. Su objetivo era medir indicadores de desempeño (velocidad, agilidad, fuerza, resistencia y flexibilidad) en la ciudad de Puno, y se concluyó que no basta con determinar los resultados de los indicadores a partir de una sola herramienta de medición, y tampoco es apropiado tomar la velocidad como base para el desarrollo de otras habilidades de la física convencional. Estos resultados nos muestran que se ha sugerido que cada habilidad física tiene diferentes formas de evaluar e implementar. Así, solo confirma los datos obtenidos en el trabajo de diploma.

CONCLUSIONES

Bajo la prueba estadística del Rho Spearman se concluye que el valor de coeficiente es ($r = ,988$), 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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Bajo la prueba estadística del Rho Spearman se concluye que el valor de coeficiente es ($r = ,984$), 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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Bajo la prueba estadística del Rho Spearman se concluye que el valor de coeficiente es ($r = ,947$), 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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

Bajo la prueba estadística del Rho Spearman se concluye que el valor de coeficiente es ($r = ,978$), 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 influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.

RECOMENDACIONES

De acuerdo con los resultados obtenidos, se puede apreciar que sig. (0,000) es menor que el nivel de significancia ($\alpha = 0,05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0). Así, se concluye que las capacidades físicas condicionadas afectan significativamente el entrenamiento deportivo de los estudiantes de la categoría 2009, para quienes se recomienda que las capacidades físicas sean una parte elemental del entrenamiento de todos los deportistas antes del inicio de la etapa de su entrenamiento en su disciplina.

De acuerdo con los resultados obtenidos, se puede apreciar que sig. (0,000) es menor que el nivel de significancia ($\alpha = 0,05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0). Así, podemos concluir que las capacidades físicas de la fuerza afectan significativamente el entrenamiento deportivo de fartleks entre los estudiantes de la categoría 2009, para quienes se recomienda periodizar la fuerza, ya que se basa en el desarrollo muscular, y al bloquearlos, las lesiones durante el entrenamiento.

De acuerdo con los resultados obtenidos, se puede apreciar que sig. (0,000) es menor que el nivel de significancia ($\alpha = 0,05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0). Así, se concluye que las capacidades físicas de resistencia afectan significativamente el entrenamiento deportivo continuo en carrera entre los estudiantes de la categoría 2009, a quienes se les recomienda realizar ejercicios de resistencia de acuerdo con los momentos de aumento de la carga de cardiofunción, en el que es posible que cada vez que la actividad física aumente en resistencia.

De acuerdo con los resultados obtenidos, se puede apreciar que sig. (0,000) es menor que el nivel de significancia ($\alpha = 0,05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0). Así, podemos concluir que las capacidades físicas de velocidad inciden significativamente en el entrenamiento deportivo de fuerza entre los estudiantes de la categoría 2009, para quienes se recomienda periodizar ejercicios de velocidad para optimizar su velocidad. Solo a través del entrenamiento puedes mejorar esta habilidad física.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Arias. (2012). *El proyecto de investigación Introducción a la metodología científica Sexta edición*. Caracas: Episteme.
- Ávila. (2001). *Guía para elaborar la tesis: metodología de la investigación; cómo elaborar la tesis y/o investigación, ejemplos de diseños de tesis y/o investigación*. Lima: R.A.
- Ayhuasi, A. (2018). *Nivel de interés por la educación física en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Emblemática Tawantinsuyo de la ciudad de Desaguadero – 2017*. Obtenido de http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/8669/Ayhuasi_Flores_Arturo_Santos.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bandura, G. (1997). Autoconfianza.
- Bendezú, R. y Manrique, L. (2019). *La motivación escolar y su relación con la autoestima en los estudiantes de 3° grado de primaria de la I.E. Fe y Alegría N° 70 en Salas Guadalupe - Ica*. Obtenido de <https://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2410/TESIS-SEG-ESP-FED-2019-BENDEZ%C3%9A%20RAFFO%20Y%20MANRIQUE%20MU%C3%91OZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bisquerra, J. (2000). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 153-170.
- Caguano, W. (2017). *La motivación en el desarrollo de la clase de cultura física en los estudiantes del noveno año EGB de la unidad educativa del milenio “Cacique Tumbalá”, Cantón Pujilí provincia de Cotopaxi*. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/25167/1/WALTER%20AGUANO%200503081788.pdf>
- Caro, J. y Cifuentes, D. (2017). *Desarrollo de la motivación intrínseca hacia la clase de educación física a partir de los juegos cooperativos*. Obtenido de <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/11827/MOTIVACION%20CARO-CIFUENTES%2018-11-2017%20FINAL%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Contreras, J. (1998). Estilos de aprendizaje de la Educación Física.
- Esquivias, M. (1952). Creatividad: Definiciones, antecedentes y aportaciones. *Revista UNAM*.
- Galeano. (2004). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*. Medellín: Universidad EAFIT.

- García-Romeral, E. (2013). Qué es la motivación y qué podemos hacer para aumentarla todos los días. *Editorial Titania*.
- Hernández, et al. (2010). *Metodología de la investigación (5ta. Ed)*. México: Mc Graw Hill Interamericana.
- Hernández, et al. (2012). *Metodología de la Investigación*. México.: Mac Graw Hill.
- Hurtado. (1998). *Metodología de la investigación Guía para la comprensión holística de la ciencia*. Quirón.
- López-Vásquez, A. (2017). *Análisis de la motivación y actitud en relación con el aprendizaje cooperativo en las clases de Educación Física a partir de deportes alternativos: Una propuesta didáctica*. Obtenido de <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/13172/MoragoLopezVaquezAna.pdf?sequence=1>
- Martínez, A. (2020). Alternativa, definición y características.
- Maulini, C., Ramos, F. y Miatto, E. (2013). La educación física y el hábito físico deportivo, percepción de una realidad incierta en el panorama italiano. *Revista Internacional de Ciencias Sociales de la Actividad Física, el Juego y el Deporte*.
- Montes, K. (2005). La motivación - Características.
- Paiget. (1995). Naturaleza y Concepto de Aprendizaje y Enseñanza.
- Plouz, M. (2004). El proceso de aprendizaje de los movimientos en la educación física y los deportes.
- Portela, H. (1979). *Conceptos básicos de Educación Física*.
- Raffino, M. (2015). Motivación, tipos y teorías. *Revista Estudios P*.
- Sen, H. (1993). El enfoque de las capacidades, la capacidad de búsqueda de información y el autoaprendizaje. *Ciencia, Docencia y Tecnología*.
- Stuart, A. (2009). El concepto de autonomía.
- Suarez, H. (2000). Características del área de Educación Física.
- Thompson, H. (1998). ¿Qué es la estrategia?
- Torres, J. (2019). *Motivación de logro para la clase de educación física en estudiantes de primer año de secundaria en una institución educativa pública del Callao*. Obtenido de http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/9306/1/2019_Torres-Roca.pdf
- Woodworth, F. (1929). Definición, características de estímulo.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Las Capacidades Físicas Condicionales y su Influencia en el Entrenamiento Deportivo en Alumnos Categoría 2009 de la Academia de Fútbol Dream Team, Pachacamac, 2019.

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL ¿De qué manera influye las capacidades físicas condicionales en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar la influencia de las capacidades físicas condicionales en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.</p>	<p>HIPOTESIS GENERAL Las capacidades físicas condicionales influyen significativamente en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.</p>	<p>VARIABLE 1 Las capacidades físicas condicionales</p>	<p>Fuerza</p> <p>Resistencia</p>	<p>Movimientos con peso liviano</p> <p>Flexión de brazos Flección de piernas</p>	<p>ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN Cuantitativo</p> <p>TIPO DE INVESTIGACIÓN Basica descriptivo</p>
<p>PROBLEMAS ESPECIFICOS ¿De qué manera influye las capacidades físicas de la fuerza en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019?</p> <p>¿De qué manera influye las capacidades físicas de la resistencia en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019?</p> <p>¿De qué manera influye las capacidades físicas de la velocidad en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019??</p>	<p>OBJETIVOS ESPECIFICOS Identificar la influencia de las capacidades físicas de la fuerza en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.</p> <p>Diagnosticar la influencia de las capacidades físicas de la resistencia en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.</p> <p>Demostrar la influencia de las capacidades físicas de la velocidad en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.</p>	<p>HIPOTESIS ESPECIFICOS La fuerza influyen significativamente en el entrenamiento deportivo fartlek en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.</p> <p>Las capacidades físicas de la resistencia influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de carrera continua en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.</p> <p>Las capacidades físicas de la velocidad influyen significativamente en el entrenamiento deportivo de power training en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.</p>	<p>VARIABLE 2 Método de entrenamiento deportivo</p>	<p>Fartlek</p> <p>Carrera continua</p> <p>Power training</p>	<p>Carreras de 10*5 Carreras de 10*10</p> <p>Capacidad física Intensidad física Adaptación física</p> <p>Capacidad física Intensidad física Adaptación física</p> <p>Capacidad física Intensidad física Adaptación física</p>	<p>NIVEL DE INVESTIGACIÓN Explicativa simple</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN No experimental</p> <p>METODO DE INVESTIGACIÓN Hipotetico deductivo</p> <p>POBLACION/ MUESTRA DE ESTUDIO 42 alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream.</p> <p>MUESTREO No probabilistico Censal</p> <p>INSTRUMENTO Bateria del Eurofit Course navete Cuestionario</p>

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

TITULO	Las Capacidades Físicas Condicionales y su Influencia en el Entrenamiento Deportivo en Alumnos Categoría 2009 de la Academia de Fútbol Dream Team, Pachacamac, 2019			
OBJETIVO GENERAL	Determinar la influencia de las capacidades físicas condicionales en el entrenamiento deportivo en alumnos categoría 2009 de la Academia de fútbol Dream Team Pachacámac, 2019.			
VARIABLE X	Las capacidades físicas condicionales			
DEFINICIÓN CONCEPTUAL	Lo define como la capacidad de realizar diferentes niveles de actividad física sin fatiga o como un conjunto de parámetros fisiológicos que se pueden Medir mediante una prueba especial, test específicos. González (2010).			
DEFINICIÓN OPERACIONAL	Es aquel que permite al individuo realizar actividades físicas con el fin de cumplir o llegar a las metas propuestas, manteniendo un compromiso firme.			
DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTO	ESCALA
Fuerza Resistencia Velocidad	- Movimientos con peso liviano - Flexión de brazos - Flezión de piernas - Carreras de 10*5 - Carreras de 10*10	FUERZA El desarrollo de sus fibras musculares poniéndolo de manifiesto en los trabajos de fuerza son buenos Realiza trabajos de fuerza muscular con dificultad Ejecuta trabajos de fuerza con carga progresiva que permitan vencer una resistencia Requieres de fuerza para el entrenamiento del futbol La fuerza es elemental dentro los entrenamientos deportivos RESISTENCIA Coordina sus movimientos al desplazarse de un lugar a otro en el menor tiempo posible Su reacción fisiológica se presenta más de lo normal (nivel de respiración, color dela piel y transpiración) Su organismo adquiere rápidamente una deuda de oxígeno (color de la piel - nivel de respiración) El desarrollo de tu resistencia aeróbica - anaeróbica es optima El desarrollo de tu fuerza muscular es necesario para la resistencia VELOCIDAD Adopta la posición correcta del cuerpo al realizar los trabajos de velocidad Posee un adecuado desarrollo de su velocidad en el deporte ¿Realizas con frecuencia trabajos de preparación física? ¿Los métodos de entrenamiento deportivo ayudan a incrementar tu velocidad? El desarrollo de tu velocidad te potencializa al jugar futbol	Cuestionario de 15 Preguntas	Likers Politómica Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
VARIABLE Y	Entrenamiento deportivo			
DEFINICIÓN CONCEPTUAL	Es un procedimiento que estimula los procesos normales del cuerpo y contribuye al desarrollo de diversas habilidades y características físicas. Con el fin de promover y aumentar el rendimiento deportivo. González (2010).			
DEFINICIÓN CONCEPTUAL	Es aquel que contribuye al desarrollo de diversas habilidades y cualidades físicas. Su objetivo es promover y mejorar el rendimiento deportivo.			

Fartlek	- Capacidad física - Intensidad física - Adaptación física	FARTLEK Es primordial el entrenamiento deportivo del futbol en el campo	Cuestionario de 15 Preguntas	Likers Politómica Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)
Carrera continua	- Capacidad física - Intensidad física - Adaptación física	Es primordial el entrenamiento deportivo del futbol en la playa Es primordial el entrenamiento deportivo del futbol en los bosques		
Power training	- Capacidad física - Intensidad física - Adaptación física	Es primordial el entrenamiento deportivo del futbol en la naturaleza El fartlek optimiza la mejora del entrenamiento del futbol CARRERA CONTINUA Los movimientos continuos forman cuadros de entrenamiento optimo La carrera continua contribuye a tu entrenamiento deportivo El entrenamiento deportivo está basado en las actividades continuas Es necesario desarrollar trabajos continuos dentro el entrenamiento La carrera continua ayuda a movilizarse mejor en el campo POWER TRAINING Realiza con eficacia los métodos de entrenamiento deportivo Realiza sin dificultad trabajos de fuerza que permitan vencer una resistencia Reacciona rápidamente frente a un estímulo determinado (sonido del silbato) Realiza entrenamientos de movimiento para mejorar su potencial en el futbol Desarrollan entapas de entrenamiento adaptadas al futbol		

Anexo 3 Validación de Instrumentos



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
Titulo De la investigación: LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES Y SU INFLUENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO EN ALUMNOS CATEGORÍA 2009 DE LA ACADEMIA DE FÚTBOL DREAM TEAM, PACHACAMAC, 2019.

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 teorico - científico y del Tema de estudio.					X
Coherencia	Entre las variables, dimensiones y variables					X
Metodología	La estrategia responde al proposito del estudio					X
Conveniencia	Genera nuevas panfas para la investigación Y construcción de teorías.					X
SUB TOTAL						
TOTAL						90%

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 05 de agosto del 2021


 FIRMA DEL EXPERTO
 DNI: 70964312



Anexo

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

Apellidos y Nombres: Gil Sánchez, Dario Pedro
 Grado Académico: Magister
 Institución donde labora: Universidad Alas Peruanas
 Título de la investigación: LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES Y SU INFLUENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO EN ALUMNOS CATEGORÍA 2009 DE LA ACADEMIA DE FUTBOL DREAM TEAM, PACHACAMAC, 2019.

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	
Organizacion	Existe organizacion 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						91%

Valoración Cuantitativa (total x 0.20): 90%

Valoración Cualitativa: Es Valido Y se puede aplicar

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


 FIRMA DEL EXPERTO
 DNI: 10513167

Lima 02 de agosto del 2021



Anexo

UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE
FICHA DE VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION
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: LAS CAPACIDADES FISICAS CONDICIONALES Y SU
INFLUENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO EN ALUMNOS
CATEGORÍA 2009 DE LA ACADEMIA DE FÚTBOL DREAM TEAM,
PACHACAMAC, 2019.

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 %:	May 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	
Organizacion	Existe organizacion 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	
Metodologia	La estrategia responde al propósito del estudio				X	
Conveniencia	Genera nuevas pautas para la investigación Y construcción de teorías.					X
SUB TOTAL						
TOTAL					90%	

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 03 de agosto del 2021


 FIRMA DEL EXPERTO
 DNI: 08769995

Cuestionario de las capacidades físicas condicionales

GRADO Y SECCION:..... FECHA:.....

INSTRUCCIONES: Estimado alumno, a continuación se te presenta 14 ítems relacionados con la motivación, marca sólo una alternativa con una (X) según consideras conveniente.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Variable	CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS					
Dimension I	VELOCIDAD	Siempre 5	Casi siempre 4	Algunas veces 3	Rara ves 2	Nunca 1
1	Adopta la posición correcta del cuerpo al realizar los trabajos de velocidad					
2	Posee un adecuado desarrollo de su velocidad en el deporte					
3	¿Realizas con frecuencia trabajos de preparación física?					
4	¿Los métodos de entrenamiento deportivo ayudan a incrementar tu velocidad?					
5	El desarrollo de tu velocidad te potencializa al jugar futbol					
Dimension II	FUERZA	Siempre 5	Casi siempre 4	Algunas veces 3	Rara ves 2	Nunca 1
6	El desarrollo de sus fibras musculares poniéndolo de manifiesto en los trabajos de fuerza son buenos					
7	Realiza trabajos de fuerza muscular con dificultad					
8	Ejecuta trabajos de fuerza con carga progresiva que permitan vencer una resistencia					
9	Requieres de fuerza para el entrenamiento del futbol					
10	La fuerza es elemental dentro los entrenamientos deportivos					
Dimension III	RESISTENCIA	Siempre 5	Casi siempre 4	Algunas veces 3	Rara ves 2	Nunca 1
11	Coordina sus movimientos al desplazarse de un lugar a otro en el menor tiempo posible					
12	Su reacción fisiológica se presenta más de lo normal (nivel de respiración, color de la piel y transpiración)					
13	Su organismo adquiere rápidamente una deuda de oxígeno (color de la piel – nivel de respiración)					
14	El desarrollo de tu resistencia aeróbica – anaeróbica es optima					
15	El desarrollo de tu fuerza muscular es necesario para la resistencia					

Cuestionario para el entrenamiento deportivo

GRADO Y SECCION:..... FECHA:.....

INSTRUCCIONES: Estimado alumno, a continuación se te presenta 14 ítems relacionados con la motivación, marca sólo una alternativa con una (X) según consideras conveniente.

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Variable	MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO					
Dimension I	FARTLEK	Siempre 5	Casi siempre 4	Algunas veces 3	Rara ves 2	Nunca 1
1	Es primordial el entrenamiento deportivo del futbol en el campo					
2	Es primordial el entrenamiento deportivo del futbol en la playa					
3	Es primordial el entrenamiento deportivo del futbol en los bosques					
4	Es primordial el entrenamiento deportivo del futbol en la naturaleza					
5	El fartlek optimiza la mejora del entrenamiento del futbol					
Dimension II	CARRERA CONTINUA	Siempre 5	Casi siempre 4	Algunas veces 3	Rara ves 2	Nunca 1
6	Los movimientos continuos forman cuadros de entrenamiento optimo					
7	La carrera continua contribuye a tu entrenamiento deportivo					
8	El entrenamiento deportivo está basado en las actividades continuas					
9	Es necesario desarrollar trabajos continuos dentro el entrenamiento					
10	La carrera continua ayuda a movilizarse mejor en el campo					
Dimension III	POWER TRAINING	Siempre 5	Casi siempre 4	Algunas veces 3	Rara ves 2	Nunca 1
11	Realiza con eficacia los métodos de entrenamiento deportivo					
12	Realiza sin dificultad trabajos de fuerza que permitan vencer una resistencia					
13	Reacciona rápidamente frente a un estímulo determinado (sonido del silbato)					
14	Realiza entrenamientos de movimiento para mejorar su potencial en el futbol					
15	Desarrollan etapas de entrenamiento adaptadas al futbol					

Anexo 4 Consentimiento informado

TESIS: Las Capacidades Físicas Condicionales y su Influencia en el Entrenamiento Deportivo en Alumnos Categoría 2009 de la Academia de Fútbol Dream Team, Pachacamac, 2019.

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. Samuel Díaz Montalvo
PROCEDIMIENTO PARA LA TOMA DE INFORMACIÓN
<ul style="list-style-type: none">• Locación: Academia de Fútbol Dream Team• Horarios. 12 am a 12.30pm• Procedimiento: Primero se seleccionara la muestra o representación de la población de estudio, para una entrevista y posteriormente se aplicara ella encuesta de 15 items. 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 participe de la toma de la muestra, 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 la Academia de Fútbol Dream Team
BENEFICIOS. Si el resultado obtenido sean óptimo será un beneficio para la Academia de Fútbol Dream Team
COSTOS. No representa ningún costo para el encuestado, ni para la Academia de Fútbol Dream Team
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 termino del estudio y no se usara para otra investigación y menos con otros propósito 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 establecidos.

En fe de los cual firmo a continuación.

Samuel Díaz Montalvo
DNI: 44052474

Anexo 5 Autenticidad de la Tesis

Yo, **Samuel Díaz Montalvo**; Identificado con D.N.I. 44052474; Graduando; De la Escuela Profesional Ciencias del Deporte, de la Universidad Alas Peruanas., autor de la Tesis titulada: Las Capacidades Físicas Condicionales y su Influencia en el Entrenamiento Deportivo en Alumnos Categoría 2009 de la Academia de Fútbol Dream Team, Pachacamac, 2019.

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.



Samuel Díaz Montalvo

DNI: 44052474

12 de octubre del 2021