

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL  
CUSCO**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION SECUNDARIA**

**ESPECIALIDAD EDUCACIÓN FÍSICA**



**TESIS**

---

**LA PSICOMOTRICIDAD Y LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN ESTUDIANTES  
DEL PRIMER AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSE  
CARLOS MARIATEGUI DE QUIQUILJANA - QUISPICANCHI, CUSCO 2024**

---

**PRESENTADA POR:**

Br. JUAQUIN QUISINI MENDOZA

Br. MIGUEL ANGEL QUISPE HUAMAN

PARA OPTAR AL TÍTULO PROFESIONAL  
DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN  
SECUNDARIA: ESPECIALIDAD  
EDUCACIÓN FÍSICA

**ASESOR:**

Dr. FREDDY FRANK GONZALES QUISPE

**CUSCO – PERÚ**

**2024**

# INFORME DE ORIGINALIDAD

(Aprobado por Resolución Nro.CU-303-2020-UNSAAC)

El que suscribe, Asesor del trabajo de investigación/tesis titulada: LA PSICOTOTECIDAD Y LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA JOSE CARLOS MARIATEGUI DE QUIBUIJANA - QUISPICANCHI, CUSCO 2024.

presentado por: Br. JUAQUIN QUISINI TENDORA con DNI Nro.: 47450742..... presentado por: Br. MIGUEL ANGEL QUISPE HUAMAN con DNI Nro.: 73129177..... para optar el título profesional/grado académico de LICENCIADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA; ESPECIALIDAD EDUCACIÓN FÍSICA.

Informo que el trabajo de investigación ha sido sometido a revisión por 2 veces, mediante el Software Antiplagio, conforme al Art. 6° del **Reglamento para Uso de Sistema Antiplagio de la UNSAAC** y de la evaluación de originalidad se tiene un porcentaje de 9.....%.

Evaluación y acciones del reporte de coincidencia para trabajos de investigación conducentes a grado académico o título profesional, tesis

| Porcentaje     | Evaluación y Acciones   | Marque con una (X) |
|----------------|---|--------------------|
| Del 1 al 10%   | No se considera plagio.   | X                  |
| Del 11 al 30 % | Devolver al usuario para las correcciones.  |                    |
| Mayor a 31%    | El responsable de la revisión del documento emite un informe al inmediato jerárquico, quien a su vez eleva el informe a la autoridad académica para que tome las acciones correspondientes. Sin perjuicio de las sanciones administrativas que correspondan de acuerdo a Ley. |                    |

Por tanto, en mi condición de asesor, firmo el presente informe en señal de conformidad y adjunto la primera página del reporte del Sistema Antiplagio.

Cusco, 07 de diciembre..... de 2024.....



Firma

Post firma Freddy Frank Bonzales Quispe

Nro. de DNI 073440 B3

ORCID del Asesor 0000-0002-5821-5448

Se adjunta:

1. Reporte generado por el Sistema Antiplagio.
2. Enlace del Reporte Generado por el Sistema Antiplagio: oid: 27259:413064760

# Juaquin Quisini Mendoza Miguel Angel Quispe Hua...

## TESIS.docx

 Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::27259:413064760

106 Páginas

Fecha de entrega

5 dic 2024, 5:46 p.m. GMT-5

17,588 Palabras

Fecha de descarga

5 dic 2024, 6:03 p.m. GMT-5

98,665 Caracteres

Nombre de archivo

TESIS.docx

Tamaño de archivo

5,0 MB

## 9% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

### Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

### Exclusiones

- ▶ N.º de fuentes excluidas

### Fuentes principales

- 4%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 7%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

### Marcas de integridad

#### N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

## DEDICATORIA

Dedico esta Investigación primeramente a Dios, quién guía mi camino, por regalarme sabiduría, salud para poder cumplir mis objetivos y sueños.

A las personas que son mi esencia de mi ser mi luz, motivación y fortaleza, mis padres: Domingo y Alejandrina por todos los sacrificios que realizaron para ser mejor persona. A mis hermanos (a), Edgar, David, Sany, Yovana, Juan Pedro y Domingo, que fueron mi guía y fortaleza en todas las adversidades. Tía Paty, sobrinos (a), primas, les dedico esta Investigación con la esperanza de que también sigan sus pasiones sueños. También dedico de manera muy especial Papá Pancho, Mamá Valentina por estar siempre cooperando en mi formación universitario y profesional.

Juaquin Quisini Mendoza

Dedicar este trabajo de investigación a Dios por brindarme salud, fortaleza y las fuerzas suficientes para continuar con mis objetivos y metas.

Dedicar a mis padres, Grimaldo y Secundina por confiar y creer en mí, por el apoyo inquebrantable que me brindaron. A mis tías (os), Asunta, Primitiva, Patricia, Graciela, Verónica, Eudes, Damián, Raúl, Eloy, a mi abuelita Casiana y a mis primos(as), por estar siempre presente, acompañándome, por el apoyo moral y consejos que me brindaron a lo largo de esta etapa de mi vida.

Miguel Angel Quispe Huaman

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradecemos de manera muy especial a nuestro asesor de tesis, Dr. Freddy Frank Gonzales Quispe, por su oportuna orientación, paciencia y dedicación a lo largo de este proceso. Sus consejos, motivación constante y sabias enseñanzas que fueron fundamentales para el desarrollo y la culminación de este trabajo.

Asimismo, a nuestros docentes de la facultad de Educación, cuyo conocimiento y orientación fueron esenciales en nuestra formación académica. A todas nuestras familias por su amor incondicional y apoyo constante a lo largo de nuestra etapa universitaria. A nuestros amigos, por su aliento, comprensión y momentos de alegría y tristeza que han iluminado este recorrido. A todos aquellos que, con su granito de arena y aportes, han dejado una huella en nuestra formación académica. Este trabajo está dedicado a ustedes, como reconocimiento a su invaluable contribución en nuestras vidas y en la culminación de esta investigación.

Los tesistas

## ÍNDICE

|  |      |
|--|------|
| DEDICATORIA.....   | ii   |
| AGRADECIMIENTOS.....   | iv   |
| ÍNDICE DE TABLAS.....  | viii |
| ÍNDICE DE FIGURAS .....  | ix   |
| RESUMEN.....   | x    |
| ABSTRAC.....   | xi   |
| INTRODUCCIÓN.....  | xii  |
| CAPÍTULO I.....  | 1    |
| PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....                                  | 1    |
| 1.1.  Ámbito de estudio: localización política y geográfica..... | 1    |
| 1.2.  Descripción de la realidad problemática.....               | 1    |
| 1.3.  Formulación del problema .....                             | 4    |
| 1.3.1  Problema general .....                                    | 4    |
| 1.3.2  Problemas específicos.....                                | 4    |
| 1.4.  Justificación de la investigación .....                    | 5    |
| 1.5.  Objetivos de la investigación .....                        | 6    |
| 1.5.1  Objetivo general .....                                    | 6    |
| 1.5.2  Objetivos específicos .....                               | 7    |
| 1.6.  Delimitación y limitaciones de la investigación .....      | 7    |
| CAPÍTULO II.....   | 9    |
| MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....                                    | 9    |

|  |    |
|--|----|
| 2.1. Estado del arte de la investigación.....    | 9  |
| 2.2. Bases teóricas.....                         | 12 |
| 2.2.1. La Psicomotricidad.....                   | 12 |
| 2.2.1.1. Dimensión Motriz:.....                  | 12 |
| 2.2.1.2. Dimensión Afectiva:.....                | 13 |
| 2.2.1.3. Dimensión Relacional: .....             | 13 |
| 2.2.2. Capacidades Físicas.....                  | 19 |
| 2.2.2.1. Fuerza: .....                           | 20 |
| 2.2.2.2. Resistencia:.....                       | 20 |
| 2.2.2.3. Velocidad:.....                         | 20 |
| 2.2.2.4. Flexibilidad:.....                      | 21 |
| 2.3. Marco conceptual.....                       | 29 |
| CAPÍTULO III .....                               | 33 |
| HIPÓTESIS Y VARIABLES.....                       | 33 |
| 3.1. Hipótesis .....                             | 33 |
| 3.1.1 Hipótesis general .....                    | 33 |
| 3.1.2 Hipótesis específicas.....                 | 33 |
| 3.2. Operacionalización de variables .....       | 34 |
| CAPÍTULO IV .....                                | 36 |
| METODOLOGÍA.....                                 | 36 |
| 4.1. Tipo, nivel y diseño de investigación ..... | 36 |
| 4.2. Población y unidad de análisis .....        | 37 |

|                                  |   |    |
|----------------------------------|---|----|
| 4.2.1                            | Población de estudio .....  | 37 |
| 4.2.2                            | Tamaño de muestra y técnica de selección de muestra .....                     | 37 |
| 4.3.                             | Técnicas de recolección de información.....                                   | 38 |
| 4.4.                             | Técnicas de análisis e interpretación de la información .....                 | 39 |
| 4.5.                             | Técnicas para demostrarla verdad o falsedad de las hipótesis planteadas ..... | 40 |
| CAPÍTULO V .....                 |   | 41 |
| RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN..... |   | 41 |
| 5.1.                             | Resultados Descriptivos.....  | 41 |
| 5.2.                             | Resultados inferenciales.....   | 49 |
| 5.3.                             | Prueba de hipótesis .....   | 50 |
| CAPÍTULO VI.....                 |   | 55 |
| DISCUSIÓN.....                   |   | 55 |
| CONCLUSIONES.....                |   | 59 |
| SUGERENCIAS BIBLIOGRAFÍA .....   |   | 61 |
| ANEXOS.....                      |   | 70 |
| a.                               | Matriz de consistencia .....  |    |
| b.                               | Otros .....   |    |

**ÍNDICE DE TABLAS**

|   |    |
|---|----|
| Tabla 1 Frecuencias del nivel de psicomotricidad.....                                   | 41 |
| Tabla 2 Frecuencias de las dimensiones de psicomotricidad .....                         | 42 |
| Tabla 3 Frecuencias del nivel de capacidades físicas.....                               | 43 |
| Tabla 4 Frecuencias de las dimensiones de la variable capacidades físicas.....          | 44 |
| Tabla 5 Nivel de psicomotricidad y capacidades físicas .....                            | 45 |
| Tabla 6 Nivel de la dimensión motriz y capacidades físicas.....                         | 45 |
| Tabla 7 Frecuencias del nivel de dimensión afectiva y capacidades físicas .....         | 47 |
| Tabla 8 Frecuencias del nivel de dimensión relacional y capacidades físicas .....       | 48 |
| Tabla 9 Prueba de normalidad de las variables .....                                     | 49 |
| Tabla 10 Análisis de correlación entre psicomotricidad y capacidades físicas.....       | 50 |
| Tabla 11 Análisis de correlación entre dimensión motriz y capacidades físicas.....      | 51 |
| Tabla 12 Análisis de correlación entre dimensión afectiva y capacidades físicas .....   | 52 |
| Tabla 13 Análisis de correlación entre dimensión relacional y capacidades físicas ..... | 53 |

**ÍNDICE DE FIGURAS**

|  |    |
|--|----|
| Figura 1 Frecuencias del nivel de psicomotricidad .....                          | 41 |
| Figura 2 Frecuencias de las dimensiones de psicomotricidad.....                  | 42 |
| Figura 3 Frecuencias del nivel de capacidades físicas .....                      | 43 |
| Figura 4 Frecuencias de las dimensiones de la variable capacidades físicas ..... | 44 |
| Figura 5 Nivel de psicomotricidad y capacidades físicas.....                     | 45 |
| Figura 6 Nivel de dimensión motriz y capacidades físicas .....                   | 46 |
| Figura 7 Nivel de dimensión afectiva y capacidades físicas .....                 | 47 |
| Figura 8 Nivel de la dimensión relacional y capacidades físicas .....            | 48 |

## RESUMEN

La psicomotricidad está estrechamente relacionada con las capacidades físicas básicas. En el caso de niños y jóvenes, se considera una herramienta efectiva para evaluar el estado tónico de la persona y del deportista, ya que se basa en el análisis del comportamiento motor del cuerpo en relación con los procesos psicosociales y el desarrollo individual.

El objetivo general del estudio fue determinar la relación que existe entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024. La muestra estuvo constituida por 52 estudiantes. El diseño que se utilizó fue no experimental transeccional y correlacional. Los instrumentos que se usaron fueron cuestionarios de psicomotricidad y capacidades físicas. Y los resultados del análisis de correlación entre psicomotricidad y capacidades físicas, siendo el valor de significancia de  $0,00 < 0,01$  por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; siendo el coeficiente de correlación  $r = 0,899$  lo que indica una correlación positiva muy fuerte, es decir que a mayor nivel en la capacidad psicomotriz, mayor son los niveles de las capacidades físicas de los estudiantes.

Palabras claves: Psicomotricidad, Capacidades Físicas, Deportistas.

## ABSTRAC

Psychomotor skills are closely related to basic physical abilities. In the case of children and young people, it is considered an effective tool to evaluate the tonic states of students and athletes, since it is based on the analysis of the motor behavior of the body in relation to psychosocial processes and individual development.

The general objective of the study was to determine the relationship that exists between psychomotor skills and physical abilities in first-year high school students at the José Carlos Mariátegui Educational Institution of Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024. The sample consisted of 52 students. The design used was not experimental transectional and correlational. The instruments used were psychomotor and physical abilities questionnaires. And the results of the evaluation analysis between psychomotor skills and physical abilities, the significance value being  $0.00 < 0.01$ , so the alternative hypothesis is accepted and the null hypothesis is rejected, that is, there is a relationship between psychomotor skills and physical abilities in first-year high school students at the José Carlos Mariátegui Educational Institution of Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; The rating coefficient being  $r = 0.899$ , which indicates a very strong positive compensation, that is, the higher the level of psychomotor abilities, the higher the levels of the students' physical abilities.

Keywords: Psychomotor skills, Physical Abilities, Athletes.

## INTRODUCCIÓN

La psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria han sido temas de creciente interés en el ámbito educativo y deportivo. Este estudio se centra en la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana, Quispicanchi, Cusco, en el año 2024. Nuestro objetivo principal es investigar la relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas de estos estudiantes, buscando comprender cómo estos factores influyen en su desarrollo integral. Escribimos este estudio para aportar conocimiento valioso que pueda mejorar las prácticas educativas y deportivas, beneficiando así a los estudiantes y a la comunidad educativa en general.

La audiencia de este estudio incluye a educadores, entrenadores, psicólogos y otros profesionales interesados en el desarrollo infantil y juvenil. También está dirigido a los responsables de la formulación de políticas educativas y deportivas que buscan implementar estrategias basadas en evidencias para mejorar el rendimiento y bienestar de los estudiantes. Además, los padres y tutores pueden encontrar en esta investigación información útil para apoyar el desarrollo de sus hijos.

La relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas es intrínseca, ya que ambas se influyen mutuamente. La psicomotricidad, que abarca el control motor, la coordinación y el equilibrio, es fundamental para el desarrollo de las capacidades físicas básicas como la fuerza, la resistencia y la velocidad. A su vez, el desarrollo de estas capacidades físicas puede potenciar las habilidades psicomotoras, creando un ciclo de mejora continua. Esta interacción es crucial para el desarrollo integral de los estudiantes, facilitando tanto su desempeño académico como deportivo.

En cuanto a los antecedentes, diversos estudios han demostrado la importancia de la psicomotricidad en el desarrollo infantil. Investigaciones previas han encontrado que los programas de educación psicomotriz pueden mejorar significativamente las capacidades físicas y el rendimiento académico de los estudiantes. Sin embargo, pocos estudios se han centrado específicamente en la relación entre psicomotricidad y capacidades físicas en contextos rurales como el de Quiquijana, lo que resalta la necesidad de este estudio.

Antes de iniciar esta investigación, planteamos la hipótesis de que existe relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.. Específicamente, se espera que los estudiantes con mejoren sus habilidades psicomotoras también demuestren mayores capacidades físicas, lo cual se reflejará en su rendimiento deportivo y académico.

Este estudio es importante para la comunidad científica porque proporciona datos empíricos sobre la relación entre psicomotricidad y capacidades físicas en un contexto específico y poco estudiado. Los resultados pueden contribuir a la elaboración de programas educativos y deportivos más efectivos, adaptados a las necesidades de los estudiantes de esta región. Además, al enriquecer el conocimiento existente, esta investigación puede sentar las bases para futuros estudios en áreas similares, promoviendo un enfoque más integral del desarrollo infantil y juvenil.

Para ello, el trabajo de investigación se organiza de la siguiente manera.

**Capítulo I:** Planteamiento del problema, Situación problemática, justificación, formulación y objetivos del problema planteado.

**Capítulo II:** Bases teóricas, Marco conceptual y los antecedentes empíricos de la investigación.

**Capítulo III:** Se refiere a la hipótesis general, hipótesis específicas, identificación de variables e indicadores y operacionalización de variables.

**Capítulo IV:** Ámbito de estudio, tipo y nivel de investigación, unidad de análisis, población de estudio, tamaño de muestra, técnicas de selección de muestra, técnicas de recolección de información, técnicas de análisis e interpretación de la información, técnicas para demostrar la verdad o falsedad de las hipótesis planteadas.

**Capítulo V:** Procesamiento, análisis, interpretación, pruebas de hipótesis, presentación de resultados.

**Capítulo VI:** Discusión, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### **1.1. Ámbito de estudio: localización política y geográfica**

El ámbito de estudio se centra en la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana, ubicada en el distrito de Quiquijana, provincia de Quispicanchi, en la región de Cusco, Perú.

Desde el punto de vista político, Quiquijana es uno de los distritos que conforman la provincia de Quispicanchi, la cual se encuentra en el departamento de Cusco. Cusco, a su vez, es una de las regiones más importantes del Perú, conocida por su riqueza cultural e histórica, así como por ser uno de los destinos turísticos más populares del país debido a su legado incaico y colonial.

En cuanto a su ubicación geográfica, la Institución Educativa José Carlos Mariátegui se encuentra en una zona montañosa de los Andes peruanos, a una altitud considerable dada la ubicación en la región de Cusco. Esta región se caracteriza por su topografía accidentada, con valles, montañas y una diversidad de paisajes naturales que influyen en el clima y en las actividades económicas de la zona.

En resumen, el ámbito de estudio abarca un contexto político y geográfico específico dentro del departamento de Cusco, en una zona montañosa que presenta características distintivas en términos de geografía, clima y cultura, y que alberga a la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana.

#### **1.2. Descripción de la realidad problemática**

La psicomotricidad, entendida como la interrelación entre el desarrollo motor y el desarrollo cognitivo y emocional, juega un papel crucial en el proceso educativo. En el

contexto actual, es fundamental analizar cómo esta se relaciona con las capacidades físicas en estudiantes de secundaria.

A nivel internacional, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha señalado que la inactividad física se ha convertido en un problema de salud pública, con un 23% de adultos y un 80% de adolescentes no alcanzando las recomendaciones de actividad física (OMS, 2020). Esta falta de actividad no solo afecta la salud física, sino también el desarrollo emocional y social de los jóvenes (Díaz, 2019).

En América Latina, el desarrollo psicomotor de los estudiantes de secundaria es un área de creciente preocupación. Diversos estudios destacan que aproximadamente el 30% de los adolescentes de la región presentan deficiencias en sus capacidades físicas y habilidades psicomotoras, afectando negativamente su rendimiento académico, social y emocional (García, 2022). La situación se agrava en áreas rurales, donde factores como la falta de recursos, infraestructura y programas adecuados limitan el desarrollo integral de los estudiantes.

En Perú, un estudio del Ministerio de Salud (2019) revela que el 54% de los adolescentes entre 12 y 17 años presentan sobrepeso u obesidad, lo que sugiere un bajo nivel de actividad física y un aumento en los problemas de salud relacionados. Además, el informe del Ministerio de Educación (2020) menciona que solo el 34% de las instituciones educativas implementan programas efectivos de educación física, lo que limita el desarrollo de las capacidades físicas en los estudiantes.

A nivel regional, en Cusco, un estudio realizado por la Dirección Regional de Educación (2020) señala que el 40% de los estudiantes en la región presentan dificultades en habilidades motrices básicas, lo que puede atribuirse a la falta de programas de

psicomotricidad en las escuelas. Esto no solo impacta en su rendimiento académico, sino también en su salud integral.

En la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana, ubicada en la provincia de Quispicanchi, Cusco, los estudiantes de primer año de secundaria enfrentan dificultades notables en su desarrollo psicomotor y capacidades físicas. Esto se debe, en gran medida, a la falta de desarrollo de habilidades motoras básicas y de coordinación, esenciales para realizar movimientos complejos y para el aprendizaje de técnicas en actividades deportivas. La situación también se relaciona con la escasa motivación de los estudiantes hacia actividades físicas y deportivas, y con una baja autoestima y limitada inteligencia emocional. La ausencia de programas psicomotrices adecuados contribuye a que los estudiantes no logren desarrollar una relación positiva con el movimiento, lo que afecta su expresión de emociones y sentimientos, así como su capacidad para interactuar socialmente a través de actividades motrices.

Las causas incluyen, en primer lugar, la falta de desarrollo de habilidades motoras y coordinación: muchos estudiantes tienen dificultades con movimientos básicos como correr, saltar o lanzar, debido a la ausencia de programas de educación física que promuevan un aprendizaje gradual de estas capacidades. Además, la actividad motriz no solo fortalece el cuerpo, sino que también impulsa la autoestima y la inteligencia emocional, pero sin experiencias positivas en este ámbito, los estudiantes ven afectada su autopercepción y su capacidad para manejar emociones. También es evidente la falta de oportunidades para fortalecer las relaciones interpersonales y la comunicación no verbal a través del movimiento; sin estos espacios, los estudiantes tienden a aislarse, lo cual limita su capacidad para trabajar en equipo y construir relaciones de calidad.

La falta de un adecuado desarrollo psicomotor y físico en estudiantes de primer año de secundaria trae consecuencias profundas: a nivel académico, estas deficiencias

pueden afectar sus habilidades cognitivas, como la memoria y el aprendizaje, impactando su rendimiento escolar. En el ámbito emocional y social, la baja autoestima y la dificultad para expresar emociones limitan su bienestar emocional y reducen su capacidad para formar relaciones significativas. Además, la falta de interacción social y comunicación no verbal restringe sus habilidades para conectarse con los demás. A nivel físico, la carencia de habilidades motoras y de actividad física adecuada aumenta el riesgo de problemas de salud, como el sobrepeso, el sedentarismo y una baja resistencia física, factores que limitan su calidad de vida y su bienestar general.

La investigación sobre "Psicomotricidad y Capacidades Físicas" tiene el potencial de aportar soluciones prácticas a estos problemas. La implementación de programas de psicomotricidad podría mejorar las habilidades motoras, coordinación y capacidades físicas de los estudiantes, y también fomentar el desarrollo de habilidades sociales, autoestima y expresión emocional. Esto contribuiría a crear un ambiente escolar más inclusivo y positivo, donde los estudiantes se sientan motivados y valorados.

### **1.3. Formulación del problema**

#### **1.3.1 Problema general**

¿Cuál es la relación que existe entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024?

#### **1.3.2 Problemas específicos**

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024?

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024?

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024?

#### **1.4. Justificación de la investigación**

##### **1.4.1. Justificación Teórica:**

La psicomotricidad y el desarrollo de las capacidades físicas en estudiantes de secundaria son aspectos fundamentales para su bienestar integral y su desarrollo académico. Según Piaget (1986), el desarrollo cognitivo y motor están estrechamente interrelacionados, y un déficit en las habilidades motoras puede afectar negativamente la adquisición de conocimientos. Además, autores como Le Boulch (1996) señalan que la psicomotricidad juega un papel crucial en el desarrollo emocional y social de los estudiantes. Estas teorías respaldan la importancia de investigar y promover la psicomotricidad en el contexto educativo.

##### **1.4.2. Justificación Metodológica:**

La metodología de investigación aplicada en este estudio se basará en un enfoque cuantitativo. Esta aproximación permitirá una comprensión más completa de las necesidades y experiencias de los estudiantes en relación con la psicomotricidad y las capacidades físicas. Siguiendo las recomendaciones de Creswell y Plano Clark (2011), se utilizarán técnicas de recolección de datos como encuestas y entrevistas, así como observaciones directas en el entorno escolar. Esto garantizará la validez y fiabilidad de los resultados obtenidos.

### **1.4.3. Justificación Pedagógica:**

Desde una perspectiva pedagógica, la promoción de la psicomotricidad y el desarrollo de las capacidades físicas en los estudiantes son fundamentales para una educación integral. Según la UNESCO (2015), la educación física no solo contribuye al desarrollo físico de los estudiantes, sino que también fomenta valores como la cooperación, el trabajo en equipo y el respeto mutuo. Además, estudios como el de Ruiz Pérez y Delgado (2018) han demostrado que la actividad física regular puede mejorar el rendimiento académico y reducir el estrés en los estudiantes.

### **1.4.4. Justificación Psicológica:**

Desde una perspectiva psicológica, el desarrollo de habilidades motoras y la práctica de actividad física tienen un impacto significativo en el bienestar emocional y mental de los estudiantes. Según Bandura (1997), la autoeficacia percibida en actividades físicas puede influir en la autoestima y la motivación de los estudiantes. Además, investigaciones como las de Garaigordobil (2009) han encontrado una asociación positiva entre la actividad física y la salud mental en adolescentes. Estas evidencias subrayan la importancia de abordar la psicomotricidad y las capacidades físicas desde una perspectiva psicológica en el contexto educativo.

## **1.5. Objetivos de la investigación**

### **1.5.1 Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

### **1.5.2 Objetivos específicos**

Determinar la relación que existe entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

Determinar la relación que existe entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

Determinar la relación que existe entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

## **1.6. Delimitación y limitaciones de la investigación**

### **1.6.1. Delimitaciones**

Esta investigación se centra en la psicomotricidad y las capacidades físicas de los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, ubicada en Quiquijana, Quispicanchi, Cusco, durante el año 2024. El estudio abarca a un grupo específico de estudiantes de entre 12 y 14 años, con el propósito de analizar la relación entre sus habilidades psicomotoras y sus capacidades físicas básicas. Se emplearán métodos cuantitativos y cualitativos para recopilar datos, incluyendo evaluaciones físicas y psicomotoras, así como cuestionarios y entrevistas con los estudiantes y sus profesores de educación física.

### **1.6.2. Limitaciones**

**Muestra limitada:** La investigación se limita a los estudiantes del primer año de secundaria de una sola institución educativa. Los resultados obtenidos pueden no ser

representativos de todos los estudiantes de la misma edad en diferentes contextos o regiones.

**Recursos y tiempo:** La disponibilidad de recursos y el tiempo para llevar a cabo la investigación pueden limitar la profundidad y el alcance del estudio. Las restricciones presupuestarias y de tiempo podrían afectar la cantidad y calidad de los datos recopilados.

**Factores externos:** Variables externas como el entorno socioeconómico, el apoyo familiar, la alimentación y otros factores de salud pueden influir en las capacidades físicas y psicomotoras de los estudiantes, dificultando la identificación precisa de la relación entre las dos variables principales del estudio.

**Participación voluntaria:** La participación en las evaluaciones y encuestas es voluntaria, lo que puede llevar a una muestra sesgada si algunos estudiantes optan por no participar. Esto puede afectar la validez de los resultados.

**Medición de variables:** Las herramientas y métodos utilizados para medir las capacidades físicas y psicomotoras pueden tener limitaciones en términos de precisión y fiabilidad. Es posible que algunos aspectos del desarrollo psicomotor y físico no se capturen completamente con las herramientas disponibles.

**Cambios en el contexto educativo:** Alteraciones en el calendario escolar, como huelgas, eventos imprevistos o cambios en la política educativa, pueden afectar el desarrollo del estudio y la recolección de datos, impactando en la continuidad y consistencia de la investigación.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

#### 2.1. Estado del arte de la investigación

##### **Internacional**

Veloz (2022) realizó un estudio titulado: Psicomotricidad y desarrollo cognitivo en preescolares de una Unidad Educativa Ecuador, 2022 en el país de Ecuador. El objetivo general del estudio fue determinar la relación entre psicomotricidad y desarrollo cognitivo en preescolares de una Unidad Educativa Ecuador, 2022. La muestra estuvo constituida por 50 estudiantes preescolares de una Unidad Educativa de Ecuador. El diseño que se utilizó fue no experimental correlaciona. Los instrumentos que se usaron fueron la ficha de observación de psicomotricidad y lista de cotejo del desarrollo cognitivo. Y los resultados obtenidos han sido que, con un valor de  $Rho=0.840$  y una significancia (0.000) menor al 1%. Demuestra que sí existe relación entre motricidad y desarrollo cognitivo en preescolares. Asimismo, con un valor de  $Rho=0.788$  y una significancia (0.000) menor al 1%. Permite concluir que sí existe relación significativa entre coordinación y desarrollo cognitivo en preescolares. También, con un valor de  $Rho=0.725$  y una significancia de (0.000) menor al 1%. Se logro demostrar que sí existe relación significativa entre lenguaje y desarrollo cognitivo en preescolares. Finalmente se concluye que con un valor de  $Rho=0.879$  y una significancia (0.000) menor al 1%. Se demuestra que sí existe relación significativa entre psicomotricidad y desarrollo cognitivo en preescolares de una Unidad Educativa de Ecuador.

Romero, Pulido (2021) realizó un estudio titulado: Evaluación de las capacidades físicas en escolares mediante el uso de la batería EUROFIT. El objetivo general del estudio fue evaluar las capacidades físicas de los estudiantes del Colegio Gerardo Paredes

mediante el uso de la Batería EUROFIT (European Physical Fitness). La muestra estuvo constituida por 116 escolares, en edades entre los 9 a 12 años, donde participaron 66 niñas y 50 niños. El diseño que se utilizó fue descriptivo, de enfoque cuantitativo no experimental de tipo transversal. Los instrumentos que se usaron fueron ocho test por los que está compuesta por dinamómetro manual (fuerza máxima isométrica de prensión manual) test flamenco (equilibrio estático) Curl up (fuerza y resistencia abdominal) El test de Wells (flexibilidad del tronco) prueba 10 x 5 (velocidad de desplazamiento y agilidad) test de Course Navette (potencia aeróbica máxima) salto horizontal (fuerza explosiva de los miembros inferiores) test de Tapping (velocidad de los miembros superiores). Y los resultados obtenidos han sido que, se encontraron bastantes diferencias dentro de los valores antropométricos y capacidades físicas con escolares de Europa y Asia, pero en Latinoamérica al realizar la comparación con países como Perú y Venezuela, los resultados determinan que no hubo mayores diferencias.

### **Antecedentes Nacionales**

Cervantes (2020) realizó un estudio titulado: La relación de la psicomotricidad y las capacidades físicas en los alumnos de primaria de la I.E.P. Madre Amadora del Distrito de Pachacamac, 2020 en la ciudad de Lima del país de Perú. El objetivo general del estudio fue identificar la relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas básicas a nivel de primaria de la I.E.P Madre Amadora del distrito de Pachacamac, 2020. La muestra estuvo constituida por 55 estudiantes. El diseño que se utilizó fue no experimental. Los instrumentos que se usaron fueron un cuestionario para evaluar las variables de análisis. Y los resultados obtenidos han sido Los resultados evidenciaron un 54,54% de coincidencia a nivel descriptivo entre los niños con un nivel de psicomotricidad muy alto, y los de nivel de capacidades físicas muy alto, demostrando así una relación significativa positiva y fuerte entre la psicomotricidad y las capacidades

físicas básicas ( $Rho$  de Spearman=0,833 y  $p=0,000$ ). Por tanto, es de esperar que las intervenciones que mejoren la psicomotricidad eleven las capacidades físicas básicas de los infantes. En conclusión, se encontró relación significativa entre ambas variables.

Quispe (2022) realizó un estudio titulado: Capacidades físicas durante la pandemia por covid19 de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 De Puno 2022 en la ciudad de Puno del país de Perú. El objetivo general del estudio fue determinar el nivel de las capacidades físicas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Industrial 32 Puno – 2022. La muestra estuvo constituida por 250 estudiantes de ambos géneros de edades entre los 12 y los 17 años. El diseño que se utilizó fue no experimental. Los instrumentos que se usaron fueron Test para evaluar el desarrollo de las capacidades físicas. Y los resultados obtenidos han sido que la capacidad física se posiciona en niveles regulares y buenos (47.60%), en velocidad el 30% se posiciona en un nivel muy bueno, la fuerza se esclarece en un nivel excelente (14%) y regular (4.8%), la resistencia se posiciona en niveles deficientes en un 15% y bueno en un 12.40%, la flexibilidad obtuvo niveles deficientes en un 37.20%. Se arriba del análisis por medio de los niveles regulares y buenos en cuanto a la capacidad física, que los estudiantes deben desarrollar su desarrollo motriz en cuanto a la necesidad física ya que se encuentra en vía de menoscabo de su calidad de vida.

### **Antecedente Local**

Ccansaya, Luna (2019) realizó un estudio titulado: La educación física y su relación con el desarrollo de la psicomotricidad en los alumnos del cuarto grado de educación primaria de la Institución Educativa Didascalio San José Obrero Santiago Cusco 2019. en la ciudad de Cusco del país de Perú. El objetivo general del estudio fue demostrar la relación de una variable en otra; teniendo como variable independiente; la educación física y como variable dependiente; desarrollo de la psicomotricidad. La

muestra estuvo constituida por 49 estudiantes. El diseño que se utilizó fue descriptivo explicativo. Los instrumentos que se usaron fue el cuestionario de intensidad de Likert. Y los resultados obtenidos han sido que la relación existente entre la educación física con el desarrollo de la psicomotricidad no es deficiente en los alumnos del cuarto grado de educación primaria de la Institución Educativa Didascalio San José Obrero Santiago Cusco – 2019, ya que en las actividades de educación física que desarrollan los alumnos casi siempre demuestran el desarrollo de su psicomotricidad.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. La Psicomotricidad**

Según Berruezo (2001) La psicomotricidad determina una intervención que da la actividad psíquica que quiere decir de la mente humana, o sea, es terapéutica porque puede haber un progreso con su buen uso, y la capacidad de desplazamiento o motora corporal, que ahí conlleva la parte educativa del ser humano y en eso abarca el aprendizaje, patologías, la estimulación, disfunciones, etc.

Así mismo Muniáin (1997) Al ser estudiado un gran número de conceptos, se dice que: La psicomotricidad es una enseñanza educativa y también terapéutica, hecha como diálogo, que es considerada al humano como una unidad psicosomática y que se realiza sobre su finalidad por medio del cuerpo y del desplazamiento, en el contorno de una relación moderada y desambientado, mediante métodos activos de intercesión corporal, con la finalidad de atribuir a su crecimiento integral. (p. 32)

### **Dimensiones de Psicomotricidad**

#### **2.2.1.1. Dimensión Motriz:**

Según Molina et al. (2020) esta dimensión se refiere al desarrollo de las habilidades motoras y la coordinación del movimiento. en su libro "Psicomotricidad:

educación y reeducación", la dimensión motriz abarca aspectos como el equilibrio, la lateralidad, la coordinación óculo-manual y óculo-pedal, entre otros.

#### **2.2.1.2. Dimensión Afectiva:**

Como menciona Serrano (2021) esta dimensión se centra en las emociones, sentimientos y la autoestima en relación con la actividad motriz. "La Educación Psicomotriz: su teoría y su práctica", la dimensión afectiva en la psicomotricidad abarca aspectos como la confianza en uno mismo, la gestión de la frustración y la expresión emocional a través del movimiento.

#### **2.2.1.3. Dimensión Relacional:**

Según Rodríguez et al. (2022) se refiere a las relaciones interpersonales, la comunicación no verbal y la interacción social a través del movimiento. en su obra "Psicomotricidad: vivencias y juegos para el desarrollo motor", la dimensión relacional en la psicomotricidad incluye aspectos como la cooperación, la empatía y el respeto hacia los demás en el contexto de actividades motoras y lúdicas.

### **Esquema Corporal**

Urizar (2019) Se conceptualiza como una percepción global o entendimiento de nuestro cuerpo, como en estado de reposo o en desplazamiento, en función de la unión de sus partes y, también, de su conexión con el espacio y los objetos que se encuentran alrededor. Este entendimiento se dice que se cierra los ojos y que se puedan imaginar durante unos segundos su cuerpo, luego se haga cualquier desplazamiento sin que se deje de observar esa imagen, después piensen en algo que tienen adelante suyo, detrás, izquierda, derecha, y luego se vean en el mundo que esta alrededor, este conocimiento, se repite, se prepara a partir de sensaciones:

- Propioceptivas, se encuentran de los músculos, tendones y articulaciones, dándonos a conocer acerca de la contracción o relajación corporal.
- Interoceptivas, que se conduce datos acerca del estado de las vísceras.
- Exteroceptivas, influyen en la superficie del cuerpo ya sea táctiles, cinestésicas y nos comunican acerca de los objetos del exterior.

El crecimiento del esquema corporal se realiza en dos leyes psicofisiológicas:

- Ley cefalocaudal: donde se domina el cuerpo y se adquiere de arriba hacia abajo, y se hace de la cabeza a los pies.
- Ley próximo-distal: desde las partes más céntricas del cuerpo hacia los extremos.

### **Equilibrio**

Plata et al. (2022) Se refieren al equilibrio del cuerpo humano que consigne a la concepción global de las referencias del ser mundo. El equilibrio de la postura humana es el efecto de distintas integraciones sensorio perceptivo y motriz que manejan al aprendizaje generalmente y al aprendizaje propio del ser humano en particular, y que, también, podría cambiarse, si hay equivocaciones, en obstáculo más o menos frecuente, más o menos significativa, para el éxito.

El sentido del equilibrio o capacidad de guiar firmemente el cuerpo en el exterior se obtiene de un simple enlace entre el esquema corporal y el mundo exterior. El equilibrio es una manera por el cual el individuo, puede sostener una actividad o un movimiento, quedarse inmóvil o lanzarse su cuerpo en el espacio, luego de utilizar la gravedad o resistiéndola.

El equilibrio solicita de la integración de dos estructuras complejas:

- El propio cuerpo y su enlace en el espacio.
- Estructura en el espacio y temporal, que mejora el permiso al mundo de los objetos y las relaciones.
- Los trastornos del equilibrio causan la edificación del esquema corporal, siendo difícil en la estructura del espacio y tiempo. Además, produce inseguridad, ansiedad, indeterminación, poca claridad y también la cohibición.
- En el instante en que el equilibrio se perturba, uno de los procedimientos más evidentes que producen es el vértigo. El vértigo se conceptualiza como una sensación falsa de girar o desplazarse del individuo o de los objetos, en otros casos lo que se muestra es una sensación de manejar en una colchoneta o en algodones, que es lo que se tiene conocimiento como marearse.

### **Desarrollo Cognitivo**

Rodríguez y Ortiz (2022) En niñez se tiene mucha capacidad en el cual puede razonarse de una forma más eficaz en su desarrollo en la lógica en que se realiza en momentos concretos y precisos. El alumno comprendería cuando se hace los trabajos o tarea de la casa o del colegio de una forma precisa y exacta; y lo que se puede pensar se podría encontrar como una imperfección al escuchar, tocar, oír, etc.

### **Desarrollo Cognoscitivo**

Batancour et al. (2023) manifiestan que, luego de repasar y escribir, en décadas, sobre la evolución cognoscitiva desde el nacimiento hasta su adolescencia y orientado por

una perspectiva organicista que conlleva una mayor importancia al desarrollo que al producto, describiendo a los niños como actores o los que crearon, quiere decir como entes que contribuyen su mundo de manera activa, y disponen su desplazamiento en su propia evolución. Y finalmente, por una serie de etapas de la evolución cognoscitiva propuestas por el autor, en donde se desdobl原因 secuencialmente, es y conllevan las bases para la próxima, dando por finalizado una evolución cognoscitiva madura en la etapa adulta.

### **Tono Postural**

Molina et al. (2020) Podemos demostrar en los trabajos del poder que ejerce en el desplazamiento tanto en la evolución psíquica como en las relaciones del sujeto con otros individuos y dentro del comportamiento que se habitúa en las mismas. El tono muscular está más allá de la evolución de las actividades tanto motriz como postural, y es fundamental en la relación del individuo con él mismo y con el medio donde se encuentra. El tono muscular es muy efectivo y es virtuosa de las expresiones emocionales corporales que el niño o niña establecen sus enlaces con el mundo, y se llaman diálogo tónico, en el cual referirse que el niño se desarrolle a sí mismo a partir del movimiento, mientras, que la evolución va desde el acto hacia pensamiento, de lo complejo a lo inexistente, de la acción a la representación, del movimiento del cuerpo hacia la parte cognitiva. De tal manera su proceso, más que el psicomotor es motor y psíquico.

### **Desarrollo Motor**

Según Molina et al. (2020) el proceso motor del niño desde que nace hasta los 6 años no podría ser comprendido como algo que le ayuda, sino que también algo que el niño va adquiriendo a través del deseo de actuar a través de su entorno y ser así más competente. La finalidad de su evolución motor es obtener el dominio y controlar de su

propio cuerpo, hasta conseguir del mismo sus posibilidades de actuar. Dicha evolución se propone de manifestar dentro de la producción motriz, en donde está constituida por desplazamientos guiados mediante las relaciones con el mundo que lo rodea al niño y que hace un papel fundamental en todo su desarrollo y perfeccionamiento, desde los desplazamientos reflejos primarios hasta terminar hacia la coordinación de los grupos de los músculos que intervienen en el mecanismo de control del cuerpo, incluyendo el equilibrio y desplazamiento. Su mejora de la motricidad está hecha a las cuatro leyes de su evolución:

- Ley céfalo caudal.
- Ley próxima distal.
- Ley de lo más general a lo más específico.
- Ley de la evolución de flexores y extensores.

Y el proceso, también tiene una secuencia de características que lo singularizan, causales de que él mismo y el perfeccionamiento de la motricidad, es depende de la maduración y del aprendizaje, en el cual que se ingiere el aprendizaje en la coordinación de desplazamientos más exactos que el sistema nervioso y el sistema muscular se tendría que conseguir a un nivel idóneo de maduración.

### **Coordinación Motora Fina**

Según Jácome et al. (2022) la coordinación motriz fina es la capacidad en donde se utiliza en los pequeños músculos como finalidad de los procesos de los mismos para que realice desplazamientos específicos: donde se arruga la frente, se cierra los ojos, se guiña, también apretando los labios, se mueve los dedos de los pies, se cierra un puño, se teclea, se recorta y aquellos que piden la participación de las manos y dedos. La

Educación Psicomotriz es donde parte de las vivencias del cuerpo, se descubre del mundo con el cuerpo, también de cómo se asimila de las nociones esenciales, donde parte de la motricidad, para terminar a la expresión simbólica y gráfica incluyendo la abstracción.

### **Motricidad Fina**

Según Urizar (2019) involucra ser preciso, ser eficaz, la economía, la armonía y acción, donde podemos llamar desplazamientos dotados de sentido utilizado, también se marca la gran variación entre el hombre y animales, de tal manera se define como los hechos del ser humano, en donde se realiza e interviene los ojos, las manos, los dedos en relación con el medio, tal como el pie, el dedo, la cara, la lengua y los labios.

Así mismo Montoya et al. (2020) manifiestan que la motricidad fina conlleva una secuencia con la habilidad motriz de las manos y los dedos. Es donde se moviliza las manos centrandose en las actividades dando al manejo de las cosas; guiada a la capacidad motora para la utilización de los objetos, donde se crea a nuevas figuras y maneras, y el desarrollo de la habilidad manual. La motricidad fina quiere decir que la posibilidad de utilizar los objetos, puede ser con la mano, incluyendo con desplazamientos más variados manipulando algunos dedos. Tal que, la definición de motricidad fina da entender a los desplazamientos de la pinza digital y pequeños desplazamientos también de la mano y muñeca. La importación de la pinza digital como también una perfecta coordinación óculo manual contribuye a uno de los objetivos más esenciales para la mejora de habilidades de la motricidad fina.

### **Lateralidad**

Según Mejía and Pérez (2021) se define la lateralidad como el manejo funcionalmente de un lado del cuerpo hacia el otro, donde se consuma por la supremacía de algún hemisferio.

Del mismo modo Celi et al. (2019) afirman que la lateralidad es un servicio de un gran complejo que involucra un principio organizado de la información externa y la respuesta motriz, no se disminuye únicamente a la prioridad sensorial o motriz de alguno de los lados del cuerpo.

### **Tipos de Lateralidad**

Según Sainburg (2023) indica que hay tipos de lateralidad:

- Dextralidad (diestro): Mejor dominio del ojo, mano, pie y oído que sea derecho.
- Zurderia (zurdo): Mejor dominio del ojo, mano, pie y oído que sea izquierdo.
- Ambidextrismo (ambidiestro): No hay exactitud del dominio manual (puede manifestarse en el comienzo del desarrollo de la lateralización). En el ámbito deportivo, se dice que es "deportista ambidiestro" cuando utiliza bien los dos lados.
- Lateralidad cruzada o mixta: Se domina desde la mano derecha y pie izquierdo, o de la mano derecha y ojo izquierdo y consecutivamente.
- Zurdería contrariada o lateralidad invertida: Se emplea preferentemente de la mano derecha en los pequeños virtualmente zurdos.

### **2.2.2. Capacidades Físicas.**

Según Román et al. (2019) las capacidades físicas se refieren al conjunto de cualidades y habilidades físicas que posee un individuo y que determinan su capacidad para realizar actividades físicas de manera eficaz y eficiente., las capacidades físicas comprenden aspectos como la fuerza, la resistencia, la velocidad, la flexibilidad, la

coordinación y la agilidad, entre otras. Estas capacidades son fundamentales para el rendimiento deportivo, la salud física y el bienestar general del individuo, y su desarrollo adecuado contribuye a mejorar la calidad de vida y prevenir lesiones.

### **Dimensiones de capacidades físicas**

#### **2.2.2.1. Fuerza:**

Según Lamotte (2020) la fuerza es la capacidad del sistema neuromuscular para generar tensión y vencer resistencias externas. en su libro "Fisiología del ejercicio", esta dimensión es esencial para realizar actividades físicas de alta intensidad y mejorar el rendimiento deportivo en disciplinas como el levantamiento de pesas, el sprint y el salto.

#### **2.2.2.2. Resistencia:**

Como mencionan Revelo y Burgos (2018) la resistencia se define como la capacidad de mantener un esfuerzo físico durante un periodo prolongado de tiempo. en "Entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología", esta dimensión incluye tanto la resistencia aeróbica, que se relaciona con la capacidad del sistema cardiovascular y respiratorio para suministrar oxígeno durante el ejercicio, como la resistencia anaeróbica, que se refiere a la capacidad de los músculos para mantener el esfuerzo en ausencia de oxígeno.

#### **2.2.2.3. Velocidad:**

Según Mantilla (2020) la velocidad es la capacidad de realizar movimientos rápidos en el menor tiempo posible. en "Bases de la Programación del Entrenamiento de Fuerza", esta dimensión es esencial en deportes como el atletismo, el fútbol y el baloncesto, donde la velocidad de reacción y desplazamiento son determinantes para el éxito.

#### **2.2.2.4. Flexibilidad:**

Como señala Mantilla (2020) la flexibilidad se refiere a la capacidad de mover las articulaciones a través de un rango completo de movimiento. en "Entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología", esta dimensión es importante para prevenir lesiones, mejorar la postura y la eficacia del movimiento, y facilitar la realización de actividades diarias y deportivas.

#### **Las Capacidades Físicas Básicas**

Según Farinola et al. (2020) se puede precisar que las capacidades físicas básicas y los divisores que establecen la aptitud físicamente de la persona, en el cual lo lleva a una ejecución de un establecido entrenamiento físico y dan el apoyo al crecimiento de su esfuerzo físico a través de su actividad.

Así mismo Mantilla (2020) la definición capacidad o cualidad física presenta varias referencias, por lo que debido a sus contradicciones que generan, parece aclarar, a los términos como cualidad y capacidad.

#### **Fuerza Máxima, Fuerza Explosiva y Fuerza Hipertrofia Fuerza Hipertrofia**

Según Macedo et al. (2020) fue uno de los autores en enlazar la hipertrofia y la fuerza. Se ha definido la hipertrofia como un aumento de la masa muscular y se da de manera esquemática por motivo donde se produce hipertrofia mediante un trabajo de fuerza, quiere decir, en un trabajo sin ser específico de hipertrofia.

Así mismo Lamotte (2020) la capacidad donde el músculo es donde produce la fuerza dependiendo de su sección transversal, del número de fibras del musculo y de los puentes cruzados aptos. De tal manera que el grosor muscular decide el potencial de fuerza en la persona. Por eso se puede mencionar que predomina en la fuerza de una forma

indirecta. El aprovechamiento de esa capacidad también tiene que estar dependiendo de la actividad neuromuscular.

De igual manera Mota et al. (2018) manifiestan que la hipertrofia muscular como un factor importante de prevenir las lesiones, ya que un músculo esquelético con más tono, mejor o más hipertrofia, también se desarrolla una hipertrofia desde su propio tendón por las tensiones producidas mediante la actividad física. También es verdad que en otros estudios se defiende la idea de que la hipertrofia, en donde a nivel neuromuscular produce una reducción del rendimiento, antes de la mejora.

### **Fuerza Máxima**

Según Macedo et al. (2020) manifiestan que la capacidad donde se genera el valor de fuerza más desarrollado que el sistema neuromuscular pueda obtener en una contracción máxima voluntaria. Según la forma de contracción, el porcentaje de fuerza será variable. Quiere decir que, se sabe que el músculo producirá su mayor porcentaje de fuerza en contracciones excéntricas, y luego las isométricas, y finalizando las concéntricas; para verse en números, se puede decir que en una contracción concéntrica máxima, se puede llegar a un 100% que se denomina RM, que quiere decir repetición máxima; pero en contracciones isométricas se podrá llegar a los valores ligeramente por arriba del 100% de su capacidad, y en contracciones excéntricas donde se podrían llegar a porcentajes de fuerza del 130-140%.

### **Adaptaciones de la Fuerza Máxima**

Para confrontar las varias adaptaciones que genera el trabajo de Fuerza Máxima, se divide los sistemas del esfuerzo físico:

**a. Métodos con sobrecargas:**

Según Ocampo y Villada (2018) manifiestan que los primeros hechos que se encuentran con este método son de carácter nervioso; o sea se mejora las capacidades coordinativas musculares; mejoran en la sincronización intramuscular e intermuscular. A nivel estructural se da la producción de una leve hipertrofia en individuos que no entrenan seguido, pero eso no se da en atletas.

**b. Métodos excéntricos:**

Lamotte (2020) las mejoras neuromusculares que genera el trabajo excéntrico en la fuerza máxima son mucho mayores, ya que no solo se estará afectando a la sincronía muscular, también es afectada a los reflejos miotáticos empeorando su respuesta en donde se hace más sensible, incrementando la fuerza activa muscular. Tal manera que también genera gran adaptación en las fibras, ya que en donde las cargas muy altas son necesarias para este trabajo que se produce en un reclutamiento alto de estas fibras.

**c. Método isométrico:**

Según Alvarenga et al. (2019) con los mismos sistemas de actividades físicas, se obtiene una mejora tanto neuromusculares y estructurales, incluyen los métodos sin desplazamiento, donde mejora la coordinación muscular y se produce una fuerte rotura muscular; pero el principal problema de los métodos isométricos es que solo se produce la ganancia de fuerza en los rangos donde se realizan dichas contracciones musculares.

**Fuerza Explosiva**

Según Román et al. (2019) se trata principalmente de ser capaces de evolución en su máxima fuerza posible, en el menor tiempo, ya que no siempre la velocidad es el factor característico en la fuerza explosiva, o sea, un mismo individuo puede realizar

desplazamientos explosivos, rápidos o lentos de acuerdo al aumento de carga, pero también de mantenerse una misma carga, las variaciones de velocidad se deben a los cambios de la capacidad del propio individuo para ejecutar su fuerza explosiva. Se puede definir que la fuerza explosiva es donde hay gran incremento de tensión muscular por unidad de tiempo, en el cual, está presente en todas las características de la fuerza.

### **Fuerza Resistencia**

Lamotte (2020) propone que es la capacidad del sujeto para enfrentar a la fatiga en rendimientos de fuerza de mayor duración o repetidos. Esta forma de fuerza depende de:

- La fuerza máxima.
- La Resistencia.
- La coordinación intramuscular.

### **Coordinación**

Según Mejía y Pérez (2021) manifiestan que cuando se es capaz de enlazar la mente con el músculo, es decir, la parte neuromuscular, y en que adapta con exactitud lo que se va pensando a través de la imagen que se realizó por el conocimiento motriz siendo obligada al movimiento (p. 3-11).

### **Clasificación de la capacidad de la velocidad**

Según Biancardi et al. (2020) indica que hay diferentes tipos de velocidad:

**Velocidad de reacción:** Es aquella que sucede desde la emisión del estímulo hasta la contracción muscular correcta. En el cual se llama como velocidad de reacción motriz y tiempo de reacción.

**Velocidad de acción:** Capacidad de efectuar desplazamientos acíclicos a la máxima velocidad delante de resistencias bajas. Son sinónimos: velocidad de desplazamiento simple o velocidad de coordinación motriz.

**Velocidad gestual o frecuencial:** Capacidad de enfocar desplazamientos cíclicos que se repiten a máxima velocidad o frecuencia. Hay términos que son utilizados: frecuencia máxima o frecuencia de desplazamiento.

**Velocidad de aceleración:** Capacidad de aparecer lo antes posible a máxima velocidad de frecuencia. De esta manera la fuerza explosiva conlleva una gran importancia. Son sinónimos: capacidad de aceleración o capacidad de fuerza veloz.

**Velocidad de locomoción:** Es la velocidad que su gesto es aplicada complacidamente a la carrera. Está reunido con la velocidad máxima de carrera. Hay términos como: velocidad máxima y la capacidad de sprint.

**Velocidad resistencia:** Capacidad de mantenerse la máxima velocidad en el gran tiempo posible.

### **Importancia de la Flexibilidad**

Según Sandford et al. (2021) mse señala que una mejor flexibilidad accede:

- 1) Se limita, se disminuye y se evita el número de lesiones, no solamente de músculos, sino también de articulaciones.
- 2) Se facilita el aprendizaje de la mecánica.
- 3) Se incrementa las otras posibles capacidades físicas que incluye la fuerza, la velocidad y la resistencia.

- 4) Se garantiza la amplitud del gesto técnico específico y de desplazamientos de forma natural.
- 5) Se realiza y se perfecciona desplazamientos estudiados; se economiza los movimientos y las repeticiones.
- 6) Se desplaza con gran rapidez cuando la velocidad de movimiento está dependiendo de la frecuencia y amplitud de la zancada.
- 7) Se refuerza el conocimiento del propio cuerpo.
- 8) Se llega a los límites de cualquier región a base del cuerpo sin deteriorarse de ésta y de forma activa.
- 9) Se aumenta la relajación física.
- 10) Estando en forma.
- 11) Y se refuerza la salud.

Así mismo Biancardi et al. (2020) tienen el concepto que la flexibilidad son dos:

**Flexibilidad general:** donde se da la movilización de todas las articulaciones que acceden ejecutar muchos desplazamientos con mucha amplitud.

**Flexibilidad especial:** reside de una examinable movilidad, que llega hasta la mayor amplitud y que se representa en ciertas articulaciones, de acuerdo a la rigurosidad del deporte activo.

De igual manera Sousa et al. (2021) transcriben tres tipos de flexibilidad:

**Flexibilidad anatómica:** capacidad de relajación de músculos y ligamentos, donde se posibilita estructuralmente de avalar la amplitud de un cierto desplazamiento desde el grado de libertad que obtiene cada articulación de manera natural.

**Flexibilidad activa:** se considera como una amplitud mayor de una articulación o de desplazamiento que pueden llegar al individuo sin apoyo externo, en el cual procede a través de la contracción y relajación voluntaria de los músculos del cuerpo.

**Flexibilidad pasiva:** mayor amplitud de una articulación o de un desplazamiento desde la acción de fuerzas externas, o sea, durante el apoyo de un amigo, un aparato y el peso corporal.

### **Resistencia Aeróbica y Resistencia Anaeróbica**

Según Denisenko et al. (2020) resistencia Aeróbica es lo que desarrolla u obtiene una persona y hace demostrar a través de un ritmo correcto, es preparado de realizar una actividad sostenida en equilibrio de oxígeno. Además, es una capacidad de hacer lo contrario hacia el cansancio por un equilibrio con la obligación de oxígeno y su almacenamiento. La resistencia aeróbica tiene un enlace directo hacia la capacidad del sistema circulatorio y respiratorio para sostener oxígeno y de materias que alimentan a los músculos y transportan desde los puntos de desviación a los productos de residuo que producen mediante el esfuerzo. Se desarrollan y mejoran esa capacidad que ofrecen las ventajas de poder realizar de una manera hacia un trabajo sostenido, como en el aspecto deportivo, poco a poco incrementando la intensidad en equilibrio de oxígeno.

### **Resistencia Anaeróbica**

Así mismo Allsopp et al. (2024) ambas resistencias tanto anaeróbica y la aeróbica son primordiales en el aspecto físico del deportista, al efectuar una variación pronunciada de los entrenamientos, donde es simultaneo su desarrollo de dos o tres cualidades relacionadas a la resistencia, como: cualidades anaeróbicas y resistencia física al cansancio, cualidades aérobicas y rendimiento de los músculos, también desarrollar de su potencial corporal y características de logros motores y de las capacidades tácticas

De igual manera Cabrera et al. (2020) mencionan que el enlace con las demás capacidades básicas es:

**Fuerza resistencia:** aclara una mayor capacidad de esfuerzo de la fuerza incluyendo la resistencia muy buena y una resistencia permanente y bien procesada en los músculos que mayor esfuerzo hay en la secuencia de desplazamiento en el deporte.

**Velocidad resistencia:** capacidad de contraponer al cansancio provocado por esfuerzos en velocidades mayores a las máximas y con una provisión de energía preponderante de la anaeróbica. A través de la manera de especificidad de la modalidad deportiva: es importante variar las partes de entrenamiento de resistencia aplicada y de la resistencia más específica de competencia para varios deportes. Si más largo sea la distancia de la competencia, más es la consideración de cada entrenamiento de la resistencia aplicada.

**Resistencia básica:** Se facilita en los elementos importantes para su formación y expresión de la resistencia específica de competencia. Hay importantes trabajos que son desarrollados en la capacidad aeróbica y se utiliza económicamente, capacitando al entrenado para perfeccionar poco a poco a la mayor densidad de carga incluyendo a una evolución de velocidad para poder desarrollar continuamente a nuevas reservas para mejorar del rendimiento.

**Resistencia específica:** Donde incurre directo hacia la formación y el fortalecimiento del rendimiento en el deporte; en cuanto a la resistencia específica, las demás características del esfuerzo físico, quiere decir que la velocidad, la frecuencia y los parámetros de desplazamiento y su duración del esfuerzo, se acercan a los parámetros específicos competitivamente y que también se acogen correspondientemente con varios de los factores.

## **2.3. Marco conceptual**

### **Psicomotricidad**

La psicomotricidad es una actividad motora, afectiva e intelectual con el actuar del sistema nervioso, en el que crea la actividad de acuerdo de los patrones motores, para obtener la capacidad de ser veloz y que conlleva a su espacio y tiempo.

### **Fuerza**

Es la capacidad de producir tensión o presión durante una contracción del musculo, accediendo a lograr, resistir o realizar una tensión a través de una resistencia.

Dada su variabilidad en la forma de manifestarse, tiene una clasificación:

### **Fuerza Máxima**

Es donde se da la tensión mayor que puede obtener el individuo. Fuerza Explosiva, la capacidad de producir presión en el menor tiempo posible.

### **Fuerza Resistencia**

Capacidad de conservar la presión a través de un tiempo determinado.

### **Fuerza Construcción**

Es vital para los pequeños y jóvenes. El modo de ejecutarse no es mayor, con largos descansos y esfuerzos bajos (p. 15).

### **Resistencia**

Es la capacidad física y mental de aguantar la fatiga mediante trabajos relativos amplios como también cortos que requiere mayor fuerza y/o la capacidad de adaptación rápida después de que los haya realizado.

## **Velocidad**

Esta capacidad puede manifestarse de diversas formas, ya sea en gestos rápidos o en desplazamientos ágiles. Sin embargo, es importante comprender que la velocidad no es un concepto único, sino que se manifiesta de distintas maneras según la actividad que estemos realizando. Imagina la velocidad como la habilidad de ejecutar un movimiento en un tiempo mínimo.

## **Flexibilidad**

La flexibilidad abarca más que simplemente mover las articulaciones; implica también la capacidad de nuestro cuerpo para estirarse y adaptarse mediante la elasticidad muscular. Es decir, no se trata solo de la amplitud de movimiento de nuestras articulaciones, sino también de la capacidad de nuestros músculos para estirarse y contraerse de manera eficiente.

## **Esquema Corporal**

Boulch (1987) es una unión de instintos o de entendimiento rápido en donde tenemos el cuerpo de manera estática o también de desplazamiento enlazándose con las variadas partes, pero también, en la unión espacial y en el entorno donde se encuentran.

En conclusión, no es posible investigar la realidad del esquema corporal sin hacer referencia al cuerpo en general, como unidad y totalidad (p. 15).

## **Capacidades Coordinativas**

Kosel, A (1996) Puede ser complicado organizar todas las diferentes capacidades coordinativas. En el cual se pueden diferenciar capacidades básicas, o específicas de determinada área deportiva, de mayor o menor organización, y visibles o que no se puedan ver. Este monto de varias ideas está en un minúsculo sorprendente.

### **Capacidad de acoplamiento o de combinación del movimiento**

Es donde se es capaz de tener la coordinación mediante los desplazamientos de cada segmento del cuerpo, en diferentes fases, y así estar logrando la realización de dicho desplazamiento final.

### **Capacidad de orientación espacial y temporal**

Donde se determina y se varía la posición de los desplazamientos corporales en los espacios y en el aspecto temporal; de acuerdo con el campo de las acciones y al objeto en desplazamiento.

### **Capacidad de diferenciación kinestésica**

Donde se es capaz de expresión de una mayor exactitud y económicamente de acuerdo a las variadas fases del desplazamiento o también en los desplazamientos de varias partes corporales.

### **Capacidad de equilibrio**

Se hace capaz de mantenerse el cuerpo en posibilidades de equilibrio. Puede estar reposando como en desplazamiento.

### **Capacidad de reacción**

Capaz de comenzar y tener la continuación rápida de acciones motrices correctas y de poca duración, y de resultado en una señalización dada.

### **Capacidad de transformación o de cambio**

En el cual el individuo es capaz de obtener la modificación de la acción hecha, de acuerdo con su sensación o a su precaución de diferentes situaciones mediante el crecimiento de la misma acción.

### **Capacidad de ritmo regular e irregular**

Cuando se es capaz de tener la intuición y la reproducción de un ritmo contribuido desde el espacio y en el cual se tiene que ser capaz de manejar las mismas actividades motrices acompañando un ritmo asimilado.

## CAPÍTULO III

### HIPÓTESIS Y VARIABLES

#### 3.1. Hipótesis

##### 3.1.1 Hipótesis general

Existe relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

##### 3.1.2 Hipótesis específicas

Existe relación significativa entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

Existe relación significativa entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024

Existe relación significativa entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

### 3.2. Operacionalización de variables

| VARIABLES       | DEFINICIÓN CONCEPTUAL   | DEFINICIÓN OPERACIONAL  | DIMENSIONES          | INDICADORES  | ÍTEMS  |
|-----------------|---|---|----------------------|--|--------|
| Psicomotricidad | Según Le Boulch (1996) la psicomotricidad es un área interdisciplinaria que estudia la relación entre los aspectos psicológicos y motrices del individuo, centrándose en el desarrollo y la integración de las habilidades motoras, cognitivas y afectivas, la psicomotricidad se define como "la relación que existe entre el pensamiento y la acción, entre el mundo interno y el mundo externo, expresada a través del movimiento". Esta disciplina se enfoca en comprender cómo el individuo experimenta, percibe y se relaciona con su entorno a través del cuerpo en movimiento, y en cómo estas experiencias motoras influyen en su desarrollo global. | Esta variable Psicomotricidad se va a medir mediante un cuestionario de elaboración propia para este estudio guiado por los investigadores. | Dimensión Motriz     | Desarrollo de habilidades motoras.   | 1, 2   |
|                 |   |   |                      | Coordinación del movimiento  | 3, 4   |
|                 |   |   |                      | Equilibrio, lateralidad, coordinación óculo-manual.                                    | 5, 6   |
|                 |   |   | Dimensión Afectiva   | Autoestima en relación con la actividad motriz   | 7, 8   |
|                 |   |   |                      | Expresión emocional mediante el movimiento   | 9, 10  |
|                 |   |   |                      | Práctica de la psicomotricidad   | 11, 12 |
|                 |   |   | Dimensión Relacional | Relaciones interpersonales y comunicación no verbal en relación con el movimiento.     | 13, 14 |
|                 |   |   |                      | Cooperación, empatía y respeto hacia los demás.  | 15, 16 |
|                 |   |   |                      | Contexto de actividades motoras y lúdicas en el desarrollo de la dimensión relacional. | 17, 18 |

|                      |   |   |              |   |        |
|----------------------|---|---|--------------|---|--------|
| Capacidades Físicas. | Según González y Ribas (2002) las capacidades físicas se refieren al conjunto de cualidades y habilidades físicas que posee un individuo y que determinan su capacidad para realizar actividades físicas de manera eficaz y eficiente., las capacidades físicas comprenden aspectos como la fuerza, la resistencia, la velocidad, la flexibilidad, la coordinación y la agilidad, entre otras. Estas capacidades son fundamentales para el rendimiento deportivo, la salud física y el bienestar general del individuo, y su desarrollo adecuado contribuye a mejorar la calidad de vida y prevenir lesiones. | Esta variable Capacidades Físicas se va a medir mediante un cuestionario de elaboración propia para este estudio guiado por los investigadores. | Fuerza       | Nivel de tensión generada por el sistema neuromuscular.                           | 1, 2   |
|                      |   |   |              | Capacidad para vencer resistencias externas.                                      | 3, 4   |
|                      |   |   |              | Rendimiento deportivo en actividades de alta intensidad.                          | 5, 6   |
|                      |   |   | Resistencia  | Capacidad de mantener un esfuerzo físico durante un período prolongado de tiempo. | 7, 8   |
|                      |   |   |              | Nivel de resistencia aeróbica   | 9, 10  |
|                      |   |   |              | Nivel de resistencia anaeróbica   | 11, 12 |
|                      |   |   | Velocidad    | Velocidad de ejecución de movimientos   | 13, 14 |
|                      |   |   |              | Velocidad de reacción ante estímulos externos.                                    | 15, 16 |
|                      |   |   | Flexibilidad | Amplitud del rango de movimiento en las articulaciones.                           | 17, 18 |
|                      |   |   |              | Mejora en la postura corporal.  |        |
|                      |   |   |              | Reducción del riesgo de lesiones.   | 19, 20 |
|                      |   |   |              |   | 21, 22 |

## CAPÍTULO IV

### METODOLOGÍA

#### 4.1. Tipo, nivel y diseño de investigación

##### 4.1.1. Tipo de investigación:

Martines y Espinal (2023), la presente investigación es de tipo básica porque es de diseño descriptivo, las variables no se han modificado y no se ha hecho algo que solucione el problema planteado, motivo por el que se realizó este estudio. Se eligió este enfoque para describir y analizar el fenómeno tal como ocurre, sin modificar las variables ni intervenir en el contexto. Esto permite comprender en profundidad el tema y ampliar el marco teórico, ofreciendo una base sólida para futuros estudios.

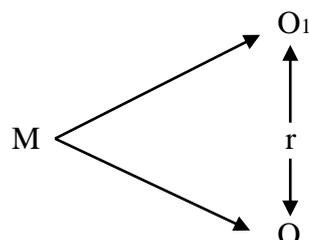
##### 4.1.2. Nivel de investigación:

Es relacional, ya que las características más importantes de este nivel es que posee análisis estadístico bivariado (de dos variables) y es, precisamente, lo que lo diferencia del nivel descriptivo (donde el análisis estadístico es univariado); y la diferencia con el nivel explicativo es que no pretenden demostrar relaciones de causalidad. Supo (2020).

##### 4.1.3. Diseño de investigación:

El diseño de investigación es de tipo no experimental transeccional y correlacional, según Cancela (2010), los estudios correlacionales comprenden aquellos estudios en los que estamos interesados en describir o aclarar las relaciones existentes entre las variables más significativas, mediante el uso de los coeficientes de correlación.

Dónde:



M = Es la muestra

O1= Observación a la variable (1) (Psicomotricidad)

O2= Observación a la variable (2) (Capacidades Físicas)

r = Relación existente entre las variables

## **4.2. Población y unidad de análisis**

La unidad de análisis estará constituida por los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa Jose Carlos Mariategui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

### **4.2.1 Población de estudio**

En la presente investigación, se aplicará a del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariategui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

En reconocimiento a la población Hernández-Sampieri (2018) detalla: La población de estudio se refiere al conjunto completo de individuos, elementos o casos que comparten características específicas y que son objeto de análisis en un estudio de investigación. Carrasco (2019) comparte esta definición añadiendo que la población: “es el conjunto de todos los elementos (unidades de análisis) que pertenecen al ámbito espacial donde se desarrolla el trabajo de investigación” (p. 236).

### **4.2.2 Tamaño de muestra y técnica de selección de muestra**

#### **4.2.2.1 Tamaño de muestra**

La muestra se convierte en una estrategia metodológica y estadística cuando, al llevar a cabo nuestro análisis de factibilidad, identificamos que no es posible acceder a toda la población. No obstante, nos enfocaremos en 52 estudiantes para nuestro estudio.

#### 4.2.2.2 Técnicas de selección de muestra

Para Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) este se define como un grupo pequeño de la población, de quien se toma cierta información, y esta información puede ser tan útil que puede extrapolarse al conjunto poblacional. En otras palabras, la información que se pueda recoger de una muestra puede servir para poder realizar caracterizaciones, confrontar ideas, relacionar fenómenos, causas para toda la población. En ese entender, para el estudio, se estableció trabajar con 52 estudiantes, esto fue hallado con el uso de la fórmula estadística probabilística presentado en adelante:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * q}{(N - 1) * E^2 + Z^2 p * q}$$

Donde:

N = Población accesible = 60

Z= Nivel de confianza = 95% (1.96)

q = Proporción de fracaso = 50%

p = Proporción de éxito = 50%

E = Error de muestra = 5%

n= Tamaño de la muestra = 52

#### 4.3. Técnicas de recolección de información

a. Técnica:

Según Tafur e Izaguirre (2015), para alcanzar los objetivos de la investigación y comprobar las hipótesis establecidas, se deben conseguir datos. Por tal motivo, existen procedimientos específicos para reunir los datos, los cuales se denominan técnicas. La técnica que se empleará en esta investigación es la encuesta. Se tomó esta decisión porque

la información que se va recabar permitirá adquirir información objetiva. Para Carrasco (2019), la encuesta es “una técnica dedicada para la investigación social por excelencia, debido a varias características como su utilidad, sencillez, versatilidad y objetividad de los datos que se obtienen. Estas preguntas pueden plantearse de manera directa o indirecta a los individuos que componen el estudio” (p.314). Particularmente, se utilizará esta técnica porque permitirá recolectar información objetiva para su análisis y procedimiento posterior de ambas variables de estudio.

b. Instrumento:

El instrumento que se ha empleado en esta investigación es el cuestionario. Según el aporte de los investigadores Tafur e Izaguirre (2015, p. 197) manifiestan que el cuestionario es el instrumento que tiene su nombre debido a que consiste en un conjunto de preguntas que se elaboran luego de tener en cuenta las variables y sus dimensiones. Además, el cuestionario está relacionado a la técnica llamada encuesta. De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), este “consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir (...). El contenido de las preguntas del cuestionario es tan variado como los aspectos que mide. Básicamente, se consideran dos tipos de preguntas: cerradas y abiertas” (p. 310). En este caso, se optará por las de tipo cerrada, es decir, aquellas en las que los estudiantes deben optar por una de cinco alternativas.

#### **4.4. Técnicas de análisis e interpretación de la información**

Para probar su nivel de confiabilidad se utilizará el Alfa de Cronbach, estas se colocaron en los anexos del trabajo de investigación, y para el análisis e interpretación de la información del cuestionario se utilizará la valoración en la escala de Likert para luego proceder a una baremación y procesarlo en el software estadístico SPSS, versión 26, a fin

de determinar la correlación que existe entre las variables en el estudio, se aplicó la técnica estadística de Correlación de Pearson, luego los resultados se presentan en tablas y figuras.

#### **4.5. Técnicas para demostrarla verdad o falsedad de las hipótesis planteadas**

Respecto a las hipótesis, que la estadística bivariada nos permite hacer asociaciones Coeficiente de correlación de alfa de Crombach y medidas de asociación; correlaciones y medidas de correlación (Correlación de Pearson), en caso el valor de dicha significancia sea menor a 0.05 se aceptará la hipótesis del investigador, caso contrario; es decir, si el valor de significancia es mayor a 0.05 se rechazará la hipótesis del investigador, de esta manera se podrá determinar si las hipótesis planteadas demuestran verdad o falsedad.

Para realizar la prueba de hipótesis de investigación, previamente se han planteado las hipótesis alterna y nula para la hipótesis general y para las hipótesis específicas, luego se aplicará la técnica estadística de Correlación de Pearson a fin de determinar la verdad o falsedad de las hipótesis de investigación.

## CAPÍTULO V

### RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN

#### 5.1. Resultados Descriptivos

**Tabla 1**

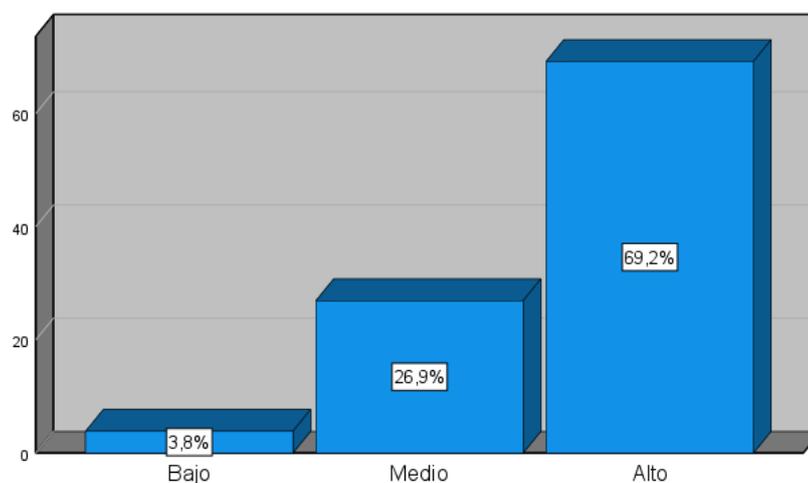
*Frecuencias del nivel de psicomotricidad*

|       | <b>Psicomotricidad</b> |       |
|-------|------------------------|-------|
|       | n                      | %     |
| Bajo  | 2                      | 3,8   |
| Medio | 14                     | 26,9  |
| Alto  | 36                     | 69,2  |
| Total | 52                     | 100,0 |

En la tabla 1 y figura 1 se muestra los resultados del nivel de psicomotricidad en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; del total (52), se encontró que el 69.2% (36) presenta nivel alto en psicomotricidad, el 26,9% (14) nivel medio y el 3,8% (2) nivel bajo

**Figura 1**

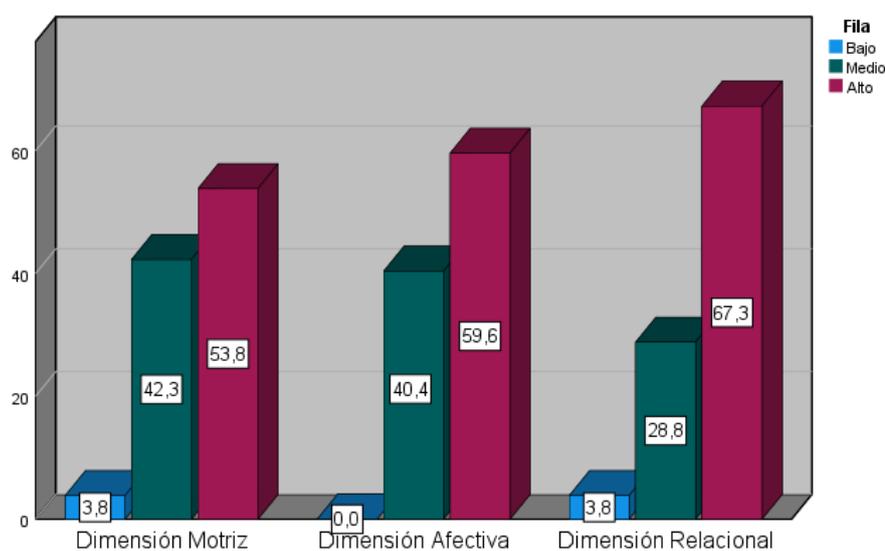
*Frecuencias del nivel de psicomotricidad*



**Tabla 2***Frecuencias de las dimensiones de psicomotricidad*

|       | Dimensión Motriz |       | Dimensión Afectiva |       | Dimensión Relacional |       |
|-------|------------------|-------|--------------------|-------|----------------------|-------|
|       | n                | %     | n                  | %     | n                    | %     |
| Bajo  | 2                | 3,8   | 0                  | ,0    | 2                    | 3,8   |
| Medio | 22               | 42,3  | 21                 | 40,4  | 15                   | 28,8  |
| Alto  | 28               | 53,8  | 31                 | 59,6  | 35                   | 67,3  |
| Total | 52               | 100,0 | 52                 | 100,0 | 52                   | 100,0 |

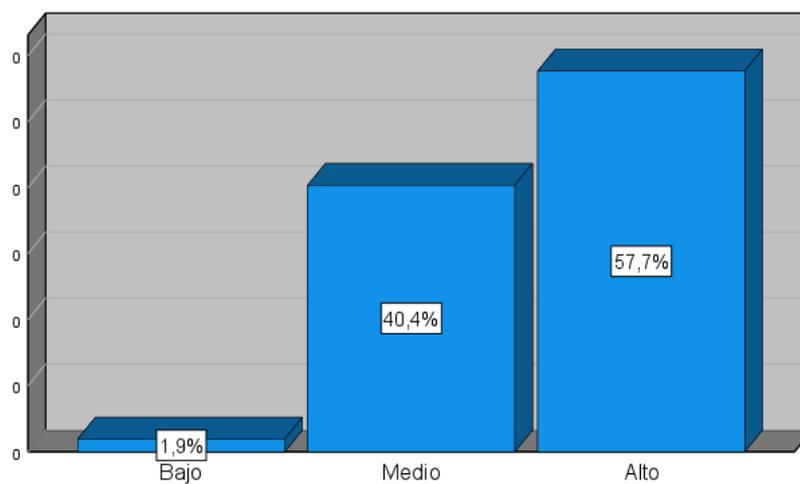
En la tabla 2 y figura 2 se muestra los resultados de las frecuencias de las dimensiones de psicomotricidad en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; del total (52), en la dimensión motriz, se encontró que el 53,8% (28) presenta psicomotricidad nivel alto en la dimensión motriz, el 42,3% (22) nivel medio y el 3,8% (2) nivel bajo; en la dimensión afectiva, el 59,6% (31) presenta nivel alto, el 40,4% (21) nivel medio y el 0% (0) nivel bajo; en la dimensión relacional, el 67,3% (35) presenta nivel alto, el 28,8% (15) nivel medio, y el 3,8% (2) nivel bajo.

**Figura 2***Frecuencias de las dimensiones de psicomotricidad*

**Tabla 3***Frecuencias del nivel de capacidades físicas*

| <b>Capacidades Físicas</b> |    |       |
|----------------------------|----|-------|
|                            | N  | %     |
| Bajo                       | 1  | 1,9   |
| Medio                      | 21 | 40,4  |
| Alto                       | 30 | 57,7  |
| Total                      | 52 | 100,0 |

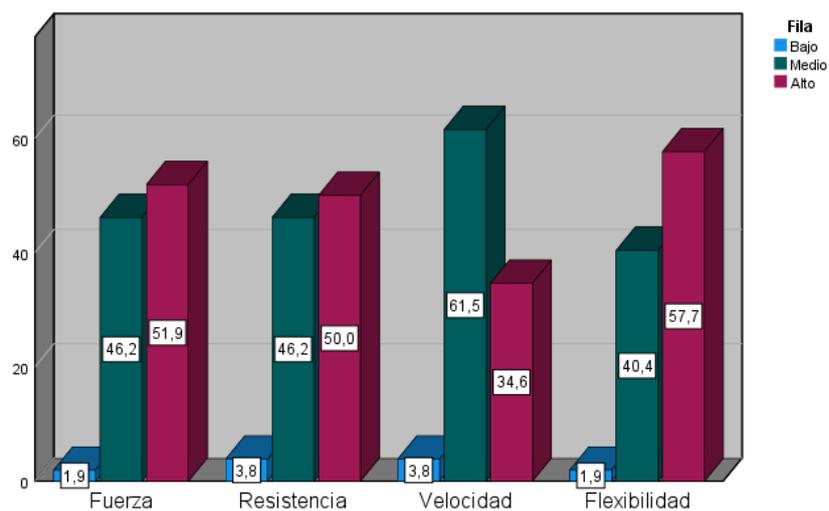
En la tabla 3 y figura 3 se muestra los resultados del nivel de capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; del total (52), se encontró que el 57,7% (30) presentan altas capacidades físicas, el 40,4% (21) nivel medio y el 1,9% (1) nivel bajo.

**Figura 3***Frecuencias del nivel de capacidades físicas*

**Tabla 4***Frecuencias de las dimensiones de la variable capacidades físicas*

|       | Fuerza |       | Resistencia |       | Velocidad |       | Flexibilidad |       |
|-------|--------|-------|-------------|-------|-----------|-------|--------------|-------|
|       | n      | %     | n           | %     | n         | %     | n            | %     |
| Bajo  | 1      | 1,9   | 2           | 3,8   | 2         | 3,8   | 1            | 1,9   |
| Medio | 24     | 46,2  | 24          | 46,2  | 32        | 61,5  | 21           | 40,4  |
| Alto  | 27     | 51,9  | 26          | 50,0  | 18        | 34,6  | 30           | 57,7  |
| Total | 52     | 100,0 | 52          | 100,0 | 52        | 100,0 | 52           | 100,0 |

En la tabla 4 y figura 4 se muestra los resultados de las frecuencias de las dimensiones de la variable capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; del total (52), en la dimensión fuerza, se encontró que el 51,9% (27) presenta nivel alto, el 46,2% (24) nivel medio y el 1,9% (1) nivel bajo; en la dimensión resistencia, el 50% (26) presenta nivel alto, el 46,2% (24) nivel medio y el 3,8% (2) nivel bajo; en la dimensión velocidad, el 61,5% (32) presenta nivel medio, el 34,6% (18) nivel alto, y el 3,8% (2) nivel bajo; en la dimensión flexibilidad, se encontró que el 57,7% (30) presenta nivel alto, el 40,4% (21) nivel medio y el 1,9% (1) nivel bajo.

**Figura 4***Frecuencias de las dimensiones de la variable capacidades físicas*

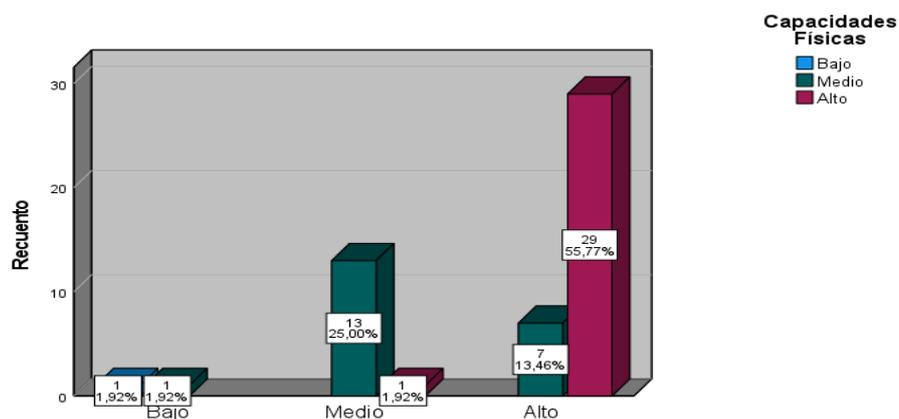
**Tabla 5***Nivel de psicomotricidad y capacidades físicas*

|                 |       | Capacidades Físicas |      |       | Total |        |
|-----------------|-------|---------------------|------|-------|-------|--------|
|                 |       |                     | Bajo | Medio | Alto  |        |
| Psicomotricidad | Bajo  | Recuento            | 1    | 1     | 0     | 2      |
|                 |       | % del total         | 1,9% | 1,9%  | 0,0%  | 3,8%   |
|                 | Medio | Recuento            | 0    | 13    | 1     | 14     |
|                 |       | % del total         | 0,0% | 25,0% | 1,9%  | 26,9%  |
|                 | Alto  | Recuento            | 0    | 7     | 29    | 36     |
|                 |       | % del total         | 0,0% | 13,5% | 55,8% | 69,2%  |
| Total           |       | Recuento            | 1    | 1     | 1     | 3      |
|                 |       | % del total         | 1,9% | 40,4% | 57,7% | 100,0% |

En la tabla 5 se muestra las frecuencias de la relación del nivel de psicomotricidad y capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; del total (52) de estudiantes, el 55,8% (29) tiene psicomotricidad alta y a la vez capacidades físicas altas, seguido del 25% (13) tiene psicomotricidad media y a la vez capacidades físicas nivel medio, el 13,5% (7) tiene psicomotricidad en nivel alto y capacidades físicas nivel medio.

**Figura 5**

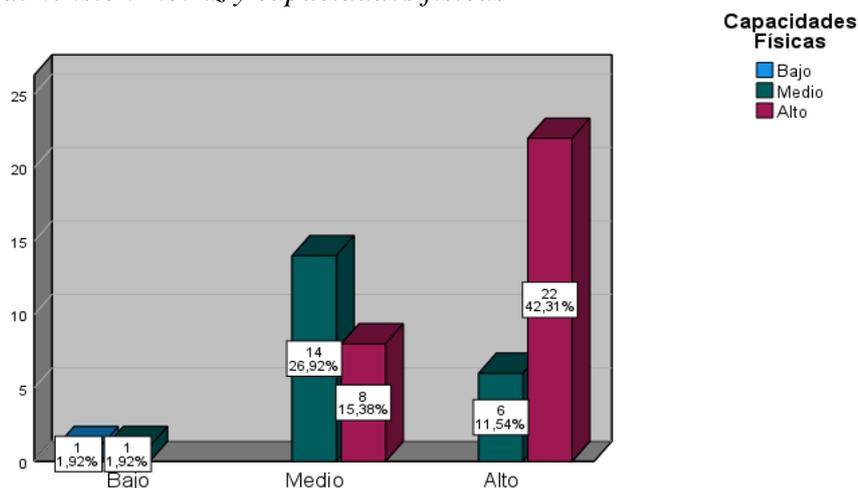
Nivel de psicomotricidad y capacidades físicas



**Tabla 6***Nivel de la dimensión motriz y capacidades físicas*

|                  |             | Capacidades Físicas |       |       | Total  |       |
|------------------|-------------|---------------------|-------|-------|--------|-------|
|                  |             | Bajo                | Medio | Alto  |        |       |
| Dimensión Motriz | Bajo        | Recuento            | 1     | 1     | 0      | 2     |
|                  |             | % del total         | 1,9%  | 1,9%  | 0,0%   | 3,8%  |
|                  | Medio       | Recuento            | 0     | 14    | 8      | 22    |
|                  |             | % del total         | 0,0%  | 26,9% | 15,4%  | 42,3% |
|                  | Alto        | Recuento            | 0     | 6     | 22     | 28    |
|                  |             | % del total         | 0,0%  | 11,5% | 42,3%  | 53,8% |
| Total            | Recuento    | 1                   | 21    | 30    | 52     |       |
|                  | % del total | 1,9%                | 40,4% | 57,7% | 100,0% |       |

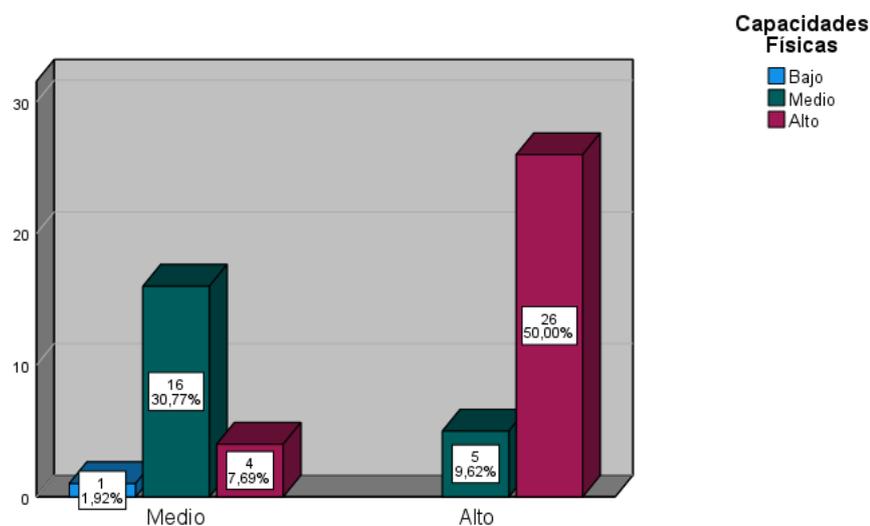
En la tabla 6 se muestra las frecuencias de la relación del nivel de la dimensión motriz y capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; del total (52) de estudiantes, el 42,3% (22) presenta capacidad motriz en nivel alto y a la vez capacidades físicas nivel alto, seguido del 26,9% (14) tiene capacidad motriz media y a la vez capacidades físicas nivel alto, el 15,4% (8) tiene habilidad motriz en nivel medio y capacidades físicas nivel alto.

**Figura 6***Nivel de dimensión motriz y capacidades físicas*

**Tabla 7***Frecuencias del nivel de dimensión afectiva y capacidades físicas*

|                    |       | Capacidades Físicas |       |       | Total |        |
|--------------------|-------|---------------------|-------|-------|-------|--------|
|                    |       | Bajo                | Medio | Alto  |       |        |
| Dimensión Afectiva | Medio | Recuento            | 1     | 16    | 4     | 21     |
|                    |       | % del total         | 1,9%  | 30,8% | 7,7%  | 40,4%  |
|                    | Alto  | Recuento            | 0     | 5     | 26    | 31     |
|                    |       | % del total         | 0,0%  | 9,6%  | 50,0% | 59,6%  |
| Total              |       | Recuento            | 1     | 21    | 30    | 52     |
|                    |       | % del total         | 1,9%  | 40,4% | 57,7% | 100,0% |

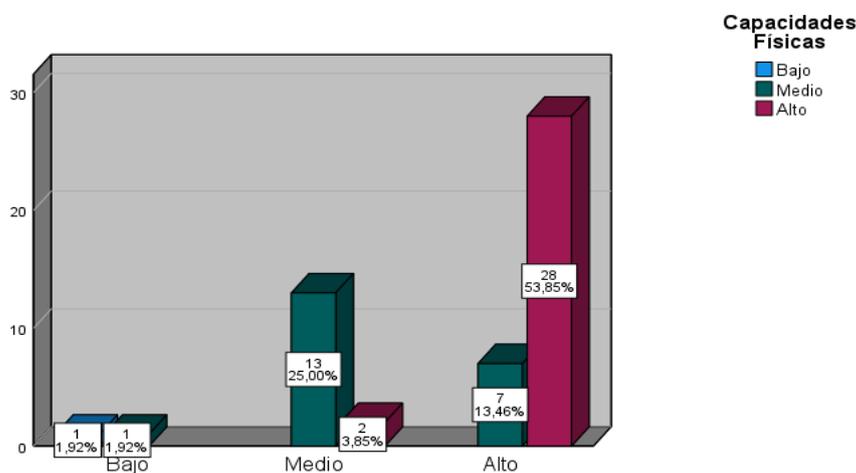
En la tabla 7 se muestra las frecuencias de la relación entre la dimensión afectiva y capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; del total (52), el 50% (26) presenta capacidad afectiva en nivel alto y a la vez capacidades físicas nivel alto, seguido del 30,8% (16) tiene capacidad afectiva media y a la vez capacidades físicas nivel medio.

**Figura 7***Nivel de dimensión afectiva y capacidades físicas*

**Tabla 8***Frecuencias del nivel de dimensión relacional y capacidades físicas*

|                      |             | Capacidades Físicas |       |       | Total  |       |
|----------------------|-------------|---------------------|-------|-------|--------|-------|
|                      |             | Bajo                | Medio | Alto  |        |       |
| Dimensión Relacional | Bajo        | Recuento            | 1     | 1     | 0      | 2     |
|                      |             | % del total         | 1,9%  | 1,9%  | 0,0%   | 3,8%  |
|                      | Medio       | Recuento            | 0     | 13    | 2      | 15    |
|                      |             | % del total         | 0,0%  | 25,0% | 3,8%   | 28,8% |
|                      | Alto        | Recuento            | 0     | 7     | 28     | 35    |
|                      |             | % del total         | 0,0%  | 13,5% | 53,8%  | 67,3% |
| Total                | Recuento    | 1                   | 21    | 30    | 52     |       |
|                      | % del total | 1,9%                | 40,4% | 57,7% | 100,0% |       |

En la tabla 8 se muestra las frecuencias de la relación entre la dimensión relacional y capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; del total (52), se encontró que el 53,8% (28) presenta la dimensión relacional nivel alto y a la vez capacidades físicas nivel alto, el 25% (13) tiene capacidad relacional media y a la vez capacidades físicas nivel alto, el 13,5% (7) tiene habilidad relacional en nivel alto y capacidades físicas nivel medio.

**Figura 8***Nivel de la dimensión relacional y capacidades físicas*

## 5.2. Resultados inferenciales

**Tabla 9**

*Prueba de normalidad de las variables*

|                      | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       |
|----------------------|---------------------------------|----|-------|
|                      | Estadístico                     | gl | Sig.  |
| Psicomotricidad      | ,114                            | 52 | ,089  |
| Dimensión Motriz     | ,149                            | 52 | ,006  |
| Dimensión Afectiva   | ,171                            | 52 | ,001  |
| Dimensión Relacional | ,140                            | 52 | ,012  |
| Capacidades Físicas  | ,084                            | 52 | ,200* |

En la tabla 9 se muestra los resultados de la prueba de normalidad de las variables en estudio mediante el estadístico Kolmogorov Smirnov, de donde se encontró, en la variable psicomotricidad el valor de significancia de  $0,089 > 0,05$  por lo que cumple con el supuesto de normalidad; respecto a la dimensión motriz, se encontró un valor de significancia de  $0,006 < 0,05$  por lo que los datos no presentan una distribución normal, del mismo modo, las dimensiones afectiva y relacional no cumplen con el supuesto de normalidad ( $\text{sig.} < 0,05$ ), finalmente, en la variable capacidades físicas se encontró valor de significancia de  $0,2 > 0,05$  por lo que presenta una distribución normal. En tal sentido, para determinar la hipótesis general se utilizará el coeficiente r de Pearson, en cambio para las hipótesis específicas se utilizará el coeficiente rho de Spearman.

### 5.3. Prueba de hipótesis

#### Hipótesis general:

Ho: No existe relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

H1: Existe relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

**Tabla 10**

*Análisis de correlación entre psicomotricidad y capacidades físicas*

|                     |                        | <b>Correlaciones</b> |                     |
|---------------------|------------------------|----------------------|---------------------|
|                     |                        | Psicomotricidad      | Capacidades Físicas |
| Psicomotricidad     | Correlación de Pearson | 1                    | ,899**              |
|                     | Sig. (bilateral)       |                      | ,000                |
|                     | N                      | 52                   | 52                  |
| Capacidades Físicas | Correlación de Pearson | ,899**               | 1                   |
|                     | Sig. (bilateral)       | ,000                 |                     |
|                     | N                      | 52                   | 52                  |

En la tabla 10 se muestra los resultados del análisis de correlación entre psicomotricidad y capacidades físicas, siendo el valor de significancia de  $0,00 < 0,01$  por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024; siendo el coeficiente de correlación  $r = 0,899$  lo que indica una correlación positiva muy fuerte, es decir que a mayor nivel en las capacidades psicomotrices, mayores son los niveles de las capacidades físicas de los estudiantes.

### Hipótesis específicas:

#### Hipótesis específica 1

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

H1: Existe relación significativa entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

**Tabla 11**

*Análisis de correlación entre dimensión motriz y capacidades físicas*

| <b>Correlaciones</b> |             |                            | Dimensión | Capacidades |
|----------------------|-------------|----------------------------|-----------|-------------|
|                      |             |                            | Motriz    | Físicas     |
| Rho de               | Dimensión   | Coeficiente de correlación | 1,000     | ,656**      |
| Spearman             | Motriz      | Sig. (bilateral)           | .         | ,000        |
|                      |             | N                          | 52        | 52          |
|                      | Capacidades | Coeficiente de correlación | ,656**    | 1,000       |
|                      | Físicas     | Sig. (bilateral)           | ,000      | .           |
|                      |             | N                          | 52        | 52          |

En la tabla 11 se muestra los resultados del análisis de correlación entre la dimensión motriz y capacidades físicas, siendo el valor de significancia de  $0,00 < 0,01$  por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación significativa entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024 con coeficiente de correlación  $\rho = 0,656$  lo que indica una correlación positiva considerable, esto significa que a mayores niveles en la

dimensión motriz, los estudiantes evidencian también mayor nivel de capacidades físicas, en caso contrario a menores niveles en la dimensión motriz, menor será las capacidades físicas.

### Hipótesis específica 2

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024

H1: Existe relación significativa entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024

**Tabla 12**

*Análisis de correlación entre dimensión afectiva y capacidades físicas*

| <b>Correlaciones</b> |                        |   |                       |                        |
|----------------------|------------------------|---|-----------------------|------------------------|
|                      |                        |   | Dimensión<br>Afectiva | Capacidades<br>Físicas |
| Rho de<br>Spearman   | Dimensión<br>Afectiva  | Coeficiente de correlación<br>Sig. (bilateral)<br>N | 1,000<br>.<br>52      | ,781**<br>,000<br>52   |
|                      | Capacidades<br>Físicas | Coeficiente de correlación<br>Sig. (bilateral)<br>N | ,781**<br>,000<br>52  | 1,000<br>.<br>52       |

En la tabla 12 se muestra los resultados del análisis de correlación entre la dimensión afectiva y capacidades físicas, siendo el valor de significancia de  $0,00 < 0,01$  por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación significativa entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024, siendo el coeficiente de correlación  $\rho = 0,781$

lo que indica una correlación positiva muy fuerte; es decir que a mayores niveles en la dimensión afectiva, los estudiantes evidencian también mayor nivel de capacidades físicas, en caso contrario a menores niveles en la dimensión afectiva, menor será las capacidades físicas.

### Hipótesis específica 3

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

H1: Existe relación significativa entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.

### Tabla 13

*Análisis de correlación entre dimensión relacional y capacidades físicas*

| <b>Correlaciones</b> |                         |   |                         |                        |
|----------------------|-------------------------|---|-------------------------|------------------------|
|                      |                         |   | Dimensión<br>Relacional | Capacidades<br>Físicas |
| Rho de<br>Spearman   | Dimensión<br>Relacional | Coeficiente de correlación<br>Sig. (bilateral)<br>N | 1,000<br>.<br>52        | ,798**<br>,000<br>52   |
|                      | Capacidades<br>Físicas  | Coeficiente de correlación<br>Sig. (bilateral)<br>N | ,798**<br>,000<br>52    | 1,000<br>.<br>52       |

En la tabla 13 se muestra los resultados del análisis de correlación entre la dimensión relacional y capacidades físicas, siendo el valor de significancia de  $0,00 < 0,01$  por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación significativa entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en

estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024, siendo el coeficiente de correlación  $\rho = 0,798$  lo que indica una correlación positiva muy fuerte, es decir que a mayor nivel en la dimensión relacional, mayores son los niveles de las capacidades físicas de los estudiantes.

## CAPÍTULO VI

### DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en la presente investigación revelan una correlación positiva muy fuerte entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024, con un coeficiente de correlación de  $r = 0,899$  y un nivel de significancia de  $0,00 < 0,01$ . Estos hallazgos confirman la hipótesis alterna, indicando que a mayor nivel en las capacidades psicomotrices, mayores son los niveles de las capacidades físicas de los estudiantes. Esta relación sugiere que la psicomotricidad es un factor clave en el desarrollo de las capacidades físicas, lo cual es fundamental para el diseño de programas educativos y entrenamientos que buscan optimizar el rendimiento físico y motriz de los estudiantes en sus primeros años de secundaria. Y comparando con estudios previos, como el realizado por Cervantes (2020) en la I.E.P. Madre Amadora del Distrito de Pachacamac, se observa una coherencia en los resultados que apuntan a una relación significativa positiva y fuerte entre la psicomotricidad y las capacidades físicas. Mientras que Cervantes encontró una coincidencia del 54,54% entre los niños con un nivel de psicomotricidad muy alto y aquellos con un nivel de capacidades físicas muy alto, el presente estudio refuerza esta relación con una correlación aún más fuerte en estudiantes de secundaria. Esto sugiere que, a medida que los estudiantes avanzan en su desarrollo académico y físico, la relación entre estas dos dimensiones se intensifica, lo que abre nuevas oportunidades para futuras investigaciones en diferentes niveles educativos y grupos etarios.

Los resultados obtenidos en esta investigación confirman la existencia de una relación significativa entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos

Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024. Con un coeficiente de correlación  $\rho = 0,656$  y un nivel de significancia de  $0,00 < 0,01$ , se evidencia una correlación positiva considerable. Estos hallazgos indican que a medida que los estudiantes desarrollan sus habilidades en la dimensión motriz, también mejoran sus capacidades físicas, lo que subraya la importancia de enfocar las prácticas educativas en el fortalecimiento de las habilidades motoras para potenciar el rendimiento físico en este grupo etario. Y, al comparar estos resultados con las contribuciones de Molina et al. (2020), quien en su libro "Psicomotricidad: educación y reeducación" aborda la dimensión motriz como un componente clave que incluye el equilibrio, la lateralidad y la coordinación, entre otros aspectos, se refuerza la relevancia de esta dimensión en el desarrollo integral de las capacidades físicas. La correlación encontrada en este estudio apoya la idea de que una mejora en las habilidades motoras específicas se traduce en un incremento en el desempeño físico general, sugiriendo la necesidad de continuar explorando y desarrollando programas educativos que integren de manera efectiva la educación motriz y física desde los primeros años de la educación secundaria.

Los resultados de esta investigación revelan una correlación positiva muy fuerte entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024, con un coeficiente de correlación  $\rho = 0,781$  y un nivel de significancia de  $0,00 < 0,01$ . Estos hallazgos indican que a medida que los estudiantes desarrollan un mayor nivel en la dimensión afectiva, evidencian también un aumento en sus capacidades físicas, lo que resalta la importancia de trabajar en el fortalecimiento de aspectos emocionales y de autoestima como parte integral del desarrollo físico. Estos resultados sugieren que la integración de estrategias que fomenten la confianza en sí mismos y la gestión emocional puede ser clave para potenciar el rendimiento físico en los

estudiantes. Y, comparando estos hallazgos con la perspectiva de Serrano (2021), quien en su obra "La Educación Psicomotriz: su teoría y su práctica" destaca la relevancia de la dimensión afectiva en la psicomotricidad, se refuerza la idea de que las emociones, la autoestima y la expresión emocional tienen un impacto significativo en el desarrollo motor y físico. Serrano subraya que la confianza en uno mismo y la gestión de la frustración son aspectos críticos para el desempeño en actividades físicas. Por lo tanto, futuras investigaciones podrían enfocarse en explorar más a fondo cómo el fortalecimiento de la dimensión afectiva podría influir de manera aún más profunda en las capacidades físicas, y cómo este enfoque podría ser implementado efectivamente en programas educativos dirigidos a adolescentes.

Los resultados de la investigación muestran una correlación positiva muy fuerte entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024, con un coeficiente de correlación  $\rho = 0,798$  y un nivel de significancia de  $0,00 < 0,01$ . Esto indica que a mayor desarrollo en la dimensión relacional, los estudiantes tienden a demostrar un mayor nivel en sus capacidades físicas. Este hallazgo resalta la importancia de las relaciones interpersonales, la cooperación y la interacción social en el contexto educativo, ya que estas pueden tener un impacto significativo en el desarrollo físico de los estudiantes. El fortalecimiento de la dimensión relacional podría, por lo tanto, ser una estrategia clave para mejorar el rendimiento físico y, en general, el bienestar de los estudiantes. Y comparando estos hallazgos con el estudio realizado por Quispe (2022) sobre las capacidades físicas de los estudiantes durante la pandemia de COVID-19 en la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno, donde se encontraron niveles variados en diferentes capacidades físicas, se sugiere que el contexto relacional y social juega un rol crucial en el desarrollo físico. Mientras que la

pandemia afectó negativamente ciertas capacidades físicas, es probable que la falta de interacción social y actividades grupales haya contribuido a estos resultados. Este contraste refuerza la idea de que la dimensión relacional es fundamental para el desarrollo físico integral, y futuras investigaciones podrían enfocarse en cómo la mejora de las relaciones interpersonales en el ámbito escolar podría influir positivamente en las capacidades físicas, especialmente en contextos de aislamiento o situaciones de emergencia.

## CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Los resultados de la investigación demuestran una correlación positiva muy fuerte entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana, Quispicanchi, Cusco. Con un coeficiente de correlación de  $r = 0,899$  y un valor de significancia de  $0,00 < 0,01$ , se confirma la hipótesis alterna, lo que indica que un mayor desarrollo de las capacidades psicomotrices está asociado con niveles superiores de capacidades físicas en los estudiantes. Estos hallazgos subrayan la importancia de fomentar el desarrollo psicomotriz en el contexto educativo, ya que tiene un impacto directo en el rendimiento físico y, potencialmente, en el rendimiento académico y general de los estudiantes.

**SEGUNDA:** Los resultados de la investigación revelan una correlación positiva considerable entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana, Quispicanchi, Cusco. Con un coeficiente de correlación  $\rho = 0,656$  y un valor de significancia de  $0,00 < 0,01$ , se acepta la hipótesis alterna, confirmando que un mayor desarrollo en la dimensión motriz está asociado con niveles superiores de capacidades físicas en los estudiantes. Este hallazgo subraya la relevancia de la dimensión motriz como un factor clave en el desarrollo de las capacidades físicas, lo que sugiere la necesidad de fortalecer las actividades y programas educativos que promuevan el desarrollo motriz para mejorar el rendimiento físico de los estudiantes.

**TERCERA:** Los resultados de la investigación evidencian una correlación positiva muy fuerte entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana, Quispicanchi, Cusco. Con un coeficiente de correlación  $\rho = 0,781$  y un

valor de significancia de  $0,00 < 0,01$ , se acepta la hipótesis alterna, lo que indica que un mayor desarrollo en la dimensión afectiva está fuertemente asociado con niveles superiores de capacidades físicas en los estudiantes. Estos hallazgos destacan la importancia de abordar el aspecto afectivo en el ámbito educativo, ya que su desarrollo no solo influye en el bienestar emocional de los estudiantes, sino que también tiene un impacto directo en su rendimiento físico.

**CUARTA:** Los resultados de la investigación muestran una correlación positiva muy fuerte entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana, Quispicanchi, Cusco. Con un coeficiente de correlación  $\rho = 0,798$  y un valor de significancia de  $0,00 < 0,01$ , se acepta la hipótesis alterna, lo que indica que un mayor desarrollo en la dimensión relacional está asociado con niveles superiores de capacidades físicas en los estudiantes. Estos hallazgos resaltan la importancia de las interacciones sociales y el entorno relacional en el desarrollo físico de los estudiantes, sugiriendo que un ambiente relacional positivo puede contribuir significativamente al rendimiento físico y al bienestar general de los alumnos.

## SUGERENCIAS

**PRIMERA:** Para futuras investigaciones, se sugiere ampliar el estudio a otras instituciones educativas y considerar diferentes niveles de escolaridad para verificar si la relación entre psicomotricidad y capacidades físicas se mantiene consistente en diferentes contextos y edades. Además, sería valioso investigar cómo intervenciones específicas en el desarrollo psicomotriz pueden influir en la mejora de las capacidades físicas y su impacto a largo plazo en el bienestar general de los estudiantes. Esto permitiría diseñar programas de intervención más efectivos y personalizados para mejorar el desarrollo integral de los estudiantes.

**SEGUNDA:** Al director de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, se recomienda promover y apoyar futuras investigaciones que profundicen en la relación entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes de diversos niveles y contextos educativos, considerando factores como edad, género y entorno sociocultural. Sería valioso explorar cómo intervenciones específicas dirigidas a fortalecer la dimensión motriz pueden influir en el desarrollo de capacidades físicas clave y analizar si estos efectos tienen un impacto duradero en el bienestar integral y el rendimiento físico de los estudiantes. Asimismo, se sugiere incluir el estudio de variables mediadoras o moderadoras, como el entorno socioeconómico, el estado nutricional y el acceso a recursos deportivos, con el objetivo de diseñar estrategias pedagógicas e intervenciones más efectivas y adaptadas a las necesidades de la comunidad educativa, contribuyendo al desarrollo integral y equitativo de los estudiantes.

**TERCERA:** A los docentes de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, se sugiere fomentar y participar en investigaciones que profundicen en el impacto de la dimensión afectiva, incluyendo aspectos como la motivación, la autoestima y la autoconfianza, en el desarrollo de las capacidades físicas

de los estudiantes, considerando diferencias etarias y contextos educativos. Sería enriquecedor analizar la efectividad de programas que combinen el desarrollo afectivo con actividades físicas, con el objetivo de maximizar el rendimiento físico y fortalecer el bienestar integral de los alumnos. Además, se recomienda investigar cómo el entorno social y familiar influye en esta relación, para diseñar estrategias de intervención más completas, que integren a la comunidad educativa y promuevan un desarrollo equilibrado, tanto en el ámbito físico como en el emocional, favoreciendo el desempeño académico y personal de los estudiantes.

**CUARTA:** A la Municipalidad de Quiquijana - Quispicanchi, se recomienda promover y apoyar investigaciones que analicen cómo aspectos de la dimensión relacional, como la cooperación, la competencia y el apoyo social, impactan el desarrollo de las capacidades físicas en estudiantes de diversas edades y contextos educativos. Sería valioso explorar la efectividad de intervenciones diseñadas para fortalecer las relaciones interpersonales en el entorno escolar, y cómo estas pueden contribuir al desarrollo integral de los estudiantes, tanto en lo físico como en lo emocional. Asimismo, se sugiere profundizar en la interacción entre la dimensión relacional y otras dimensiones, como la afectiva y motriz, con el objetivo de diseñar programas educativos más integrales que fomenten una formación equilibrada y sostenible. Este enfoque no solo beneficiará a los estudiantes, sino que también fortalecerá el tejido social del distrito, promoviendo valores de convivencia y bienestar colectivo.

## BIBLIOGRAFÍA

- Allsopp, G L., Britto, F., Wright, C., & Deldicque, L. (2024, August 14). The Effects of Normobaric Hypoxia on the Acute Physiological Responses to Resistance Training: A Narrative Review. Lippincott Williams & Wilkins. <https://doi.org/10.1519/jsc.0000000000004909>
- Alvarenga, G., Kiyomoto, H D., Martinez, E C., Polesello, G C., & Alves, V L D S. (2019, April 1). NORMATIVE ISOMETRIC HIP MUSCLE FORCE VALUES ASSESSED BY A MANUAL DYNAMOMETER. Brazilian Society of Orthopedics and Traumatology, 27(2), 124-128. <https://doi.org/10.1590/1413-785220192702202596>
- Bandura, A. (1997). Autoeficacia: cómo afrontamos los cambios de la sociedad actual. Barcelona: Paidós.
- Batancour, E M., Rubio, N R., Hernández, M F., Rogert, G R., Arango, R D L C R., & Hernández, A B. (2023, July 1). Habilidades prácticas en estudiantes de Enfermería Técnica de tercer año, Facultad Finlay-Albarrán, 2021. , 18(2). <https://doi.org/10.33517/rue2023v18n2a2>
- Berruezo. (2001). El contenido de la psicomotricidad. Reflexiones para la delimitación de su ambito teórico y práctico. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*.
- Biancardi, C M., Bona, R L., & Lagos, L. (2020, September 8). Locomoción humana: modelos y variables biomecánicas. University of Costa Rica, 18(2), e41360-e41360. <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v18i2.41360>
- Boulch, L. (1987). La Educacion psicomotriz en la escuela primaria.

- Cabrera, F I M., Núñez, F., Muñoz-López, A., & Hoyo, M D. (2020, October 2). Aceleraciones de alta intensidad en el fútbol. ¿Por qué es importante el método de evaluación? (High-intensity acceleration in soccer. Why is the evaluation method important?). FEADDEF, 750-754. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.82281>
- Ccansaya Tapara, F. E. & Luna Kancha, X. O. (2019). La educación física y su relación con el desarrollo de la psicomotricidad en los alumnos del cuarto grado de educación primaria de la Institución Educativa Didascalio San José Obrero Santiago Cusco 2019.
- Celi, J C., Izquierdo, A Y., Monteiro, G C., & Margarit, B P. (2019, May 1). Protocolo diagnóstico del déficit motor asimétrico. Elsevier BV, 12(78), 4644-4648. <https://doi.org/10.1016/j.med.2019.05.017>
- Cervantes Piérola, F. A. (2021). *La relación de la psicomotricidad y las capacidades físicas en los alumnos de primaria de la I. E. P. Madre Amadora del distrito de Pachacamac, 2020.*
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2011). *Designing and Conducting Mixed Methods Research.* Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Denisenko, Y., Akhmetov, A., Yatsenko, L G., Гераськин, А А., & Ertman, Y N. (2020, January 1). Special Relaxation Preparation for Increasing Athletes' Resistance to Extreme Impacts. <https://doi.org/10.2991/iceder-19.2020.90>
- Díaz, A. (2019). "Impacto de la inactividad física en la salud de adolescentes." *Revista de Salud Pública*, 12(3), 145-152.
- Dirección Regional de Educación Cusco. (2020). "Informe sobre habilidades motrices en estudiantes." Cusco: DRE Cusco.

- Farinola, M G., Dardano, P L., & Maroni, G P. (2020, March 6). Propuesta de evaluación de la condición física para población general: Batería Dickens. National University of La Plata, 22(1), e114-e114. <https://doi.org/10.24215/23142561e114>
- Garaigordobil, M. (2009). Actividad física y salud mental en la adolescencia. *Psicothema*, 21(2), 242-247.
- Jácome, J E V., Fonseca, C F M., Rojas-Bohórquez, G K., & Ugsha, E F J. (2022, December 9). Terapia psicomotriz fina para mejorar el proceso grafomotor en niños de educación inicial. *Latin American Association for the Advancement of Sciences*, 6(6), 5120-5134. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i6.3800](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3800)
- Juan Geiner, A. P. (2019). *Desarrollo de capacidades físicas condicionales en niños de 9 a 11 años de educación primaria*.
- Lamotte, M. (2020, February 1). Entrenamiento físico en la rehabilitación cardíaca. Elsevier BV, 41(1), 1-14. [https://doi.org/10.1016/s1293-2965\(19\)43288-x](https://doi.org/10.1016/s1293-2965(19)43288-x)
- Le Boulch, J. (1996). "La psicomotricidad". Editorial EOS.
- Macedo, A G., Oliveira, D M D., Simionato, A R., Silva, A B D., & Filho, D M P. (2020, April 17). Exercício resistido e hipertrofia regional da musculatura esquelética: revisão de literatura. *Universidade Federal de Goiás*, 16(3), 01-11. <https://doi.org/10.5216/rir.v16i3.61864>
- Mantilla, J I A. (2020, December 22). Construyendo un marco en el desarrollo y creación de circuitos funcionales en el deporte de alto rendimiento una visión desde la fisioterapia: un estudio de reflexión. *University of Málaga*, 9(3), 74-90. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2020.v9i3.9996>

- Mejía, N F M., & Pérez, B Z. (2021, October 1). Estructura interna de la coordinación motriz de los movimientos de pies en ataque del baloncesto (Internal structure of the motor coordination of foot movements in attack of basketball). *FEADEF*, 42, 813-820. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.88511>
- Ministerio de Educación del Perú. (2020). Informe sobre el estado de la educación en el Perú 2020.
- Ministerio de Educación. (2020). "Informe sobre educación física en el Perú." Lima: MINEDU.
- Ministerio de Salud. (2019). "Estudio sobre obesidad en adolescentes." Lima: MINSA.
- Molina, A G., Cabrera, J M F., Moreno, J H., Álvarez, G Q., & Lara, J J P. (2020, November 21). (Re) pensar la competencia motriz ((Re) think motor competence). *FEADEF*, 375-384. <https://doi.org/10.47197/retos.v1i40.82959>
- Montoya, T S., Gandarías, J M., Pastor, F., Muñoz-Ramírez, A J., García-Cerezo, A., & Gabriel, J. (2020, June 11). Diseño de una pinza subactuada híbrida soft-rigid con sensores hápticos para interacción física robot-humano. <https://doi.org/10.17979/spudc.9788497497169.795>
- Mota, C G D., Silva, S C O., Teixeira, B V., Oliveira, F M., & Cardoso, C V. (2018, September 30). Resultados de um programa de exercício físico combinado na força muscular e capacidade funcional de um indivíduo com síndrome Pós-Poliomielite. , 25(3). <https://doi.org/10.11606/issn.2317-0190.v25i3a162646>
- Muniáin. (1997). Noción/Definición de Psicomotricidad. *Psicomotricidad, Revista de Estudios y Experiencia*, 32.

- Ocampo, N V., & Villada, J F R. (2018, July 1). El efecto de los programas de fuerza muscular sobre la capacidad funcional. Revisión sistemática. National University of Colombia, 66(3), 399-410. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v66n3.62336>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). "Inactividad física: un problema de salud pública." Recuperado de [www.who.int](http://www.who.int).
- Piaget, J. (1986). La psicología del niño. Barcelona: Ediciones Morata.
- Plata, A P R., Saravia, P C C., Acuña, G R A., Vilchez, E A R., & Gomez, R G. (2022, September 12). El funcionamiento familiar y el logro de aprendizaje en estudiantes un colegio público peruano. , 3(2), 175-183. <https://doi.org/10.56712/latam.v3i2.73>
- Quispe Ticona, D.A. (2022). Capacidades físicas durante la pandemia por covid19 de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno 2022.
- Revelo, J E L., & Burgos, H Y C. (2018, November 5). Resistencia aeróbica en los futbolistas durante el periodo competitivo. , 2(3). <https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog18.09020302>
- Rodríguez, F M C., Izquierdo, M I C., & Mármol, A G. (2022, July 15). Emociones en situaciones motrices de expresión corporal según agrupamiento y género en 2º de ESO. University of Jaén, 24(1), 55-76. <https://doi.org/10.17561/ae.v24n1.6648>
- Rodríguez, J C H., & Ortiz, A M R. (2022, July 6). ¡Pongámosle lógica! Aportes al pensamiento crítico, la argumentación y la comprensión lectora a partir del aprendizaje de la lógica formal. National Pedagogic University. <https://doi.org/10.17227/folios.56-12712>

- Román, M R., García-Rubio, J., Medina, A A., & Ibáñez, S J. (2019, October 26). Comparación de la carga interna y externa en competición oficial de 3 vs. 3 y 5 vs. 5 en baloncesto femenino (Comparison of internal and external load in official 3 vs. 3 and 5 vs. 5 female basketball competitions). *FEADEF*, 400-405. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.73720>
- Romero Satizabal, D. A., & Pulido Rodriguez, B. E. (2021) *Evaluación de las capacidades físicas en escolares mediante el uso de la batería EUROFIT* (Doctoral dissertation, Universidad Santo Tomás).
- Ruiz Pérez, L. M., & Delgado Fernández, M. (2018). Efectos de la actividad física sobre el rendimiento académico en adolescentes: una revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria*, 35(4), 904-918.
- Sainburg, R L. (2023, June 28). Handedness: Differential Specializations for Control of... [https://journals.lww.com/acsm-essr/fulltext/2005/10000/handedness\\_\\_differential\\_specializations\\_for.10.aspx](https://journals.lww.com/acsm-essr/fulltext/2005/10000/handedness__differential_specializations_for.10.aspx)
- Sandford, G N., Laursen, P B., & Buchheit, M. (2021, August 16). Anaerobic Speed/Power Reserve and Sport Performance: Scientific Basis, Current Applications and Future Directions. *Springer Science+Business Media*, 51(10), 2017-2028. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01523-9>
- Serrano, D G. (2021, August 27). Musicomotricidad: la música como herramienta psicomotriz en Educación Física (Musicomotricity: music as psychomotor tool for Physical Education). *FEADEF*, 43, 672-682. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.89717>
- Sousa, M S S R D., Santos, C A D S., Silveira, C F D., Meira, R L., & Miranda, F B. (2021, July 1). Obediencia al principio de la sobrecarga en el entrenamiento

resistido y mejora de la autonomía funcional en ancianos mayores. Universidad Santo Tomás, 11(2), 120-140. <https://doi.org/10.15332/2422474x.6760>

UNESCO. (2015). Educación Física y Deporte para el Desarrollo Humano. Recuperado de <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245415>.

Urizar, G C H. (2019, January 1). El cuerpo disciplinado y el ocaso de la libertad: Análisis del hospital psiquiátrico y la escuela en el pensamiento de Michel Foucault. , xxiii(75), 104-128. <https://doi.org/10.32870/sincronia.axxiii.n75.5a19>

Veloz Macias, M. O. (2022). Psicomotricidad y desarrollo cognitivo en preescolares de una unidad educativa Ecuador, 2022.

# ANEXOS

**a. Matriz de consistencia**

| <b>PROBLEMAS</b>  | <b>OBJETIVOS</b>  | <b>HIPÓTESIS</b>   | <b>VARIABLES</b>   | <b>METODOLOGÍA / DISEÑO</b>   |
|---|---|--|--|---|
| <b>Problema general</b>   | <b>Objetivo general</b>   | <b>Hipótesis general</b>   | <b>Psicomotricidad</b>   | <b>Tipo de investigación:</b> Básico  |
| ¿Cuál es la relación que existe entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024?       | Determinar la relación que existe entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024).      | Existe relación entre la psicomotricidad y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.                    | Dimensión Motriz<br>Dimensión Afectiva<br>Dimensión Relacional | <b>Diseño de la investigación:</b> No Experimental transeccional y correlacional<br><br><b>Variables:</b> Psicomotricidad |
| <b>Problemas específicos</b>  | <b>Objetivos específicos</b>  | <b>Hipótesis específicas</b>   | <b>Capacidades Físicas</b>                                     | Capacidades físicas   |
| 1) ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024?   | 1) Determinar la relación que existe entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.   | 1) Existe relación significativa entre la dimensión motriz y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.  | Fuerza<br>Resistencia<br>Velocidad                             | <b>Población:</b> Estudiantes del primer año A y B del nivel secundaria.<br><br><b>Muestra:</b> 52 estudiantes            |
| 2) ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024? | 2) Determinar la relación que existe entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024. | 2) Existe relación significativa entre la dimensión afectiva y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024 | Flexibilidad   | <b>Instrumentos:</b> Cuestionarios y encuesta de Psicomotricidad y Capacidades físicas                                    |
| 3) ¿Cuál es la relación que existe  | 3) Determinar la relación que existe  | 3) Existe relación significativa entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la   |  | <b>Estadística:</b> SPSS<br>Estadísticos descriptivos<br>Estadísticos inferenciales                                       |

|   |   |   |  |  |
|---|---|---|--|--|
| <p>entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024?</p> | <p>entre la dimensión relacional y las capacidades físicas en estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.</p> | <p>Institución Educativa José Carlos Mariátegui de Quiquijana - Quispicanchi, Cusco 2024.</p> |  |  |
|---|---|---|--|--|

**b. Otros**

## Confiabilidad del instrumento

| Variable            | Alfa de Cronbach | N de elementos |
|---------------------|------------------|----------------|
| Psicomotricidad     | ,867             | 18             |
| Capacidades físicas | , 831            | 22             |

## BASE DE DATOS

| LA PSICOMETRICIDAD | RESPUESTAS X ITEM X DIMENSION |   |   |   |   |   |       |                    |   |   |    |    |    |       |                      |    |    |    |    |    |       |
|--------------------|-------------------------------|---|---|---|---|---|-------|--------------------|---|---|----|----|----|-------|----------------------|----|----|----|----|----|-------|
|                    | DIMENSION MOTRIZ              |   |   |   |   |   |       | DIMENSION AFECTIVA |   |   |    |    |    |       | DIMENSION RELACIONAL |    |    |    |    |    |       |
|                    | 1                             | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | TOTAL | 7                  | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | TOTAL | 13                   | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | TOTAL |
| 1                  | 4                             | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 26    | 4                  | 5 | 4 | 3  | 4  | 5  | 25    | 4                    | 5  | 4  | 4  | 4  | 3  | 24    |
| 2                  | 2                             | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 17    | 4                  | 5 | 3 | 2  | 4  | 3  | 21    | 4                    | 2  | 3  | 4  | 2  | 4  | 19    |
| 3                  | 5                             | 4 | 3 | 2 | 3 | 5 | 22    | 4                  | 5 | 3 | 3  | 3  | 3  | 21    | 3                    | 5  | 4  | 4  | 4  | 3  | 23    |
| 4                  | 4                             | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 22    | 4                  | 3 | 4 | 4  | 4  | 4  | 23    | 4                    | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 22    |
| 5                  | 5                             | 5 | 4 | 4 | 5 | 2 | 25    | 5                  | 2 | 2 | 5  | 5  | 5  | 24    | 5                    | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 28    |
| 6                  | 5                             | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 26    | 4                  | 5 | 4 | 5  | 4  | 4  | 26    | 5                    | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 28    |
| 7                  | 4                             | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24    | 4                  | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 24    | 4                    | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 26    |
| 8                  | 4                             | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 23    | 3                  | 4 | 4 | 4  | 3  | 3  | 21    | 3                    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 23    |
| 9                  | 5                             | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 22    | 5                  | 4 | 3 | 4  | 4  | 4  | 24    | 5                    | 5  | 4  | 3  | 4  | 5  | 26    |
| 10                 | 4                             | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24    | 2                  | 4 | 4 | 2  | 4  | 4  | 20    | 4                    | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 21    |
| 11                 | 4                             | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24    | 4                  | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 24    | 4                    | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 26    |
| 12                 | 5                             | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 22    | 4                  | 4 | 4 | 4  | 5  | 5  | 26    | 5                    | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 26    |
| 13                 | 4                             | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 19    | 4                  | 4 | 5 | 4  | 4  | 5  | 26    | 4                    | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 26    |
| 14                 | 4                             | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 18    | 5                  | 1 | 3 | 1  | 2  | 5  | 17    | 1                    | 1  | 4  | 3  | 3  | 5  | 17    |
| 15                 | 4                             | 5 | 5 | 5 | 3 | 4 | 28    | 5                  | 4 | 5 | 4  | 4  | 5  | 27    | 4                    | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 26    |
| 16                 | 5                             | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 28    | 5                  | 5 | 5 | 5  | 5  | 4  | 29    | 5                    | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 30    |
| 17                 | 5                             | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 27    | 5                  | 4 | 5 | 4  | 4  | 4  | 26    | 3                    | 5  | 5  | 4  | 3  | 5  | 25    |
| 18                 | 4                             | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 20    | 4                  | 4 | 3 | 4  | 3  | 4  | 22    | 4                    | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 22    |
| 19                 | 4                             | 4 | 3 | 2 | 5 | 4 | 22    | 5                  | 4 | 5 | 4  | 5  | 4  | 27    | 4                    | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 27    |
| 20                 | 4                             | 5 | 4 | 2 | 4 | 2 | 21    | 4                  | 4 | 2 | 4  | 2  | 55 | 71    | 4                    | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 26    |
| 21                 | 4                             | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 24    | 3                  | 4 | 4 | 5  | 4  | 4  | 24    | 5                    | 3  | 4  | 5  | 3  | 4  | 24    |
| 22                 | 5                             | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 29    | 5                  | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 30    | 4                    | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 29    |
| 23                 | 4                             | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 20    | 4                  | 4 | 5 | 3  | 4  | 4  | 24    | 5                    | 3  | 2  | 4  | 3  | 2  | 19    |
| 24                 | 5                             | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 25    | 4                  | 5 | 5 | 4  | 5  | 5  | 28    | 5                    | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 29    |
| 25                 | 5                             | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 23    | 4                  | 5 | 3 | 2  | 5  | 5  | 24    | 3                    | 3  | 5  | 5  | 4  | 4  | 25    |
| 26                 | 4                             | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 20    | 5                  | 4 | 5 | 5  | 5  | 4  | 28    | 4                    | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 27    |
| 27                 | 4                             | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 23    | 3                  | 4 | 4 | 4  | 3  | 3  | 21    | 3                    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 23    |
| 28                 | 4                             | 3 | 4 | 5 | 4 | 3 | 23    | 4                  | 4 | 3 | 4  | 2  | 3  | 20    | 3                    | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 21    |
| 29                 | 4                             | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 21    | 4                  | 4 | 5 | 5  | 3  | 3  | 24    | 4                    | 4  | 4  | 5  | 3  | 4  | 24    |
| 30                 | 4                             | 5 | 3 | 4 | 4 | 3 | 23    | 4                  | 5 | 4 | 5  | 3  | 4  | 25    | 5                    | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 22    |
| 31                 | 2                             | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 18    | 4                  | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 24    | 4                    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 24    |
| 32                 | 3                             | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 23    | 5                  | 4 | 4 | 5  | 3  | 4  | 25    | 4                    | 4  | 3  | 4  | 4  | 5  | 24    |
| 33                 | 1                             | 4 | 4 | 5 | 3 | 3 | 20    | 2                  | 3 | 2 | 3  | 5  | 1  | 16    | 5                    | 1  | 2  | 1  | 5  | 3  | 17    |
| 34                 | 3                             | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 13    | 3                  | 1 | 3 | 3  | 4  | 2  | 16    | 2                    | 1  | 1  | 2  | 3  | 1  | 10    |
| 35                 | 4                             | 2 | 4 | 5 | 4 | 5 | 24    | 2                  | 4 | 5 | 4  | 4  | 2  | 21    | 5                    | 2  | 5  | 4  | 2  | 4  | 22    |
| 36                 | 5                             | 2 | 5 | 5 | 2 | 5 | 24    | 3                  | 4 | 5 | 1  | 2  | 5  | 20    | 5                    | 5  | 2  | 5  | 5  | 5  | 27    |
| 37                 | 4                             | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 26    | 5                  | 4 | 5 | 4  | 4  | 4  | 26    | 4                    | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 25    |
| 38                 | 2                             | 5 | 3 | 5 | 5 | 2 | 22    | 2                  | 5 | 3 | 5  | 3  | 2  | 20    | 5                    | 1  | 3  | 2  | 5  | 2  | 18    |
| 39                 | 5                             | 4 | 4 | 3 | 1 | 5 | 22    | 4                  | 4 | 5 | 2  | 3  | 3  | 21    | 5                    | 5  | 4  | 3  | 5  | 4  | 26    |
| 40                 | 5                             | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 30    | 5                  | 3 | 5 | 5  | 4  | 4  | 26    | 5                    | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 30    |
| 41                 | 4                             | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 24    | 4                  | 5 | 4 | 4  | 4  | 4  | 25    | 3                    | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 24    |
| 42                 | 5                             | 3 | 4 | 5 | 5 | 1 | 23    | 5                  | 5 | 1 | 5  | 5  | 4  | 25    | 5                    | 5  | 4  | 5  | 2  | 5  | 26    |
| 43                 | 3                             | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 24    | 5                  | 4 | 4 | 5  | 4  | 5  | 27    | 4                    | 3  | 5  | 4  | 5  | 4  | 25    |
| 44                 | 5                             | 4 | 3 | 1 | 3 | 2 | 18    | 1                  | 5 | 3 | 2  | 4  | 1  | 16    | 3                    | 5  | 3  | 1  | 4  | 2  | 18    |
| 45                 | 5                             | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 29    | 4                  | 4 | 4 | 3  | 5  | 5  | 25    | 4                    | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 28    |
| 46                 | 4                             | 5 | 3 | 4 | 1 | 4 | 21    | 4                  | 5 | 1 | 4  | 2  | 5  | 21    | 4                    | 2  | 4  | 5  | 3  | 3  | 21    |
| 47                 | 5                             | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 27    | 4                  | 4 | 5 | 4  | 5  | 4  | 26    | 5                    | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 29    |
| 48                 | 3                             | 4 | 3 | 5 | 4 | 3 | 22    | 5                  | 5 | 5 | 4  | 5  | 5  | 29    | 4                    | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 28    |
| 49                 | 4                             | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 26    | 5                  | 4 | 3 | 1  | 2  | 4  | 19    | 3                    | 3  | 5  | 5  | 4  | 4  | 24    |
| 50                 | 5                             | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 27    | 4                  | 5 | 5 | 4  | 5  | 3  | 26    | 5                    | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 28    |
| 51                 | 3                             | 4 | 4 | 3 | 3 | 5 | 22    | 2                  | 5 | 2 | 4  | 3  | 4  | 20    | 5                    | 3  | 2  | 4  | 3  | 5  | 22    |
| 52                 | 3                             | 4 | 3 | 5 | 5 | 4 | 24    | 4                  | 5 | 5 | 5  | 4  | 4  | 27    | 5                    | 5  | 4  | 3  | 5  | 4  | 26    |

| TOTAL / DIMENSION |    |    |      | Total VARIABLE |
|-------------------|----|----|------|----------------|
| D1                | D2 | D3 | D4   |                |
| 26                | 25 | 24 | #### | #REF!          |
| 17                | 21 | 19 | #### | #REF!          |
| 22                | 21 | 23 | #### | #REF!          |
| 22                | 23 | 22 | #### | #REF!          |
| 25                | 24 | 28 | #### | #REF!          |
| 26                | 26 | 28 | #### | #REF!          |
| 24                | 24 | 26 | #### | #REF!          |
| 23                | 21 | 23 | #### | #REF!          |
| 22                | 24 | 26 | #### | #REF!          |
| 24                | 20 | 21 | #### | #REF!          |
| 24                | 24 | 26 | #### | #REF!          |
| 22                | 26 | 26 | #### | #REF!          |
| 19                | 26 | 26 | #### | #REF!          |
| 18                | 17 | 17 | #### | #REF!          |
| 28                | 27 | 26 | #### | #REF!          |
| 28                | 23 | 30 | #### | #REF!          |
| 27                | 26 | 25 | #### | #REF!          |
| 20                | 22 | 22 | #### | #REF!          |
| 22                | 27 | 27 | #### | #REF!          |
| 21                | 71 | 26 | #### | #REF!          |
| 24                | 24 | 24 | #### | #REF!          |
| 23                | 30 | 23 | #### | #REF!          |
| 20                | 24 | 19 | #### | #REF!          |
| 25                | 28 | 29 | #### | #REF!          |
| 23                | 24 | 25 | #### | #REF!          |
| 20                | 28 | 27 | #### | #REF!          |
| 23                | 21 | 23 | #### | #REF!          |
| 23                | 20 | 21 | #### | #REF!          |
| 21                | 24 | 24 | #### | #REF!          |
| 23                | 25 | 22 | #### | #REF!          |
| 20                | 16 | 17 | #### | #REF!          |
| 13                | 16 | 10 | #### | #REF!          |
| 24                | 21 | 22 | #### | #REF!          |
| 24                | 20 | 27 | #### | #REF!          |
| 26                | 26 | 25 | #### | #REF!          |
| 22                | 20 | 18 | #### | #REF!          |
| 22                | 21 | 26 | #### | #REF!          |
| 30                | 26 | 30 | #### | #REF!          |
| 24                | 25 | 24 | #### | #REF!          |
| 23                | 25 | 26 | #### | #REF!          |
| 24                | 27 | 25 | #### | #REF!          |
| 18                | 16 | 18 | #### | #REF!          |
| 29                | 25 | 28 | #### | #REF!          |
| 21                | 25 | 21 | #### | #REF!          |
| 27                | 26 | 23 | #### | #REF!          |
| 22                | 23 | 28 | #### | #REF!          |
| 26                | 19 | 24 | #### | #REF!          |
| 27                | 26 | 28 | #### | #REF!          |
| 22                | 20 | 22 | #### | #REF!          |
| 24                | 27 | 26 | #### | #REF!          |

| CAPACIDADES FÍSICAS | RESPUESTAS X ITEM X DIMENSION |   |   |   |   |   |                       |   |   |   |    |    |                     |       |    |    |    |                        |       |    |    |    |    |    |    |       |
|---------------------|-------------------------------|---|---|---|---|---|-----------------------|---|---|---|----|----|---------------------|-------|----|----|----|------------------------|-------|----|----|----|----|----|----|-------|
|                     | DIMENSIÓN FUERZA              |   |   |   |   |   | DIMENSIÓN RESISTENCIA |   |   |   |    |    | DIMENSIÓN VELOCIDAD |       |    |    |    | DIMENSIÓN FLEXIBILIDAD |       |    |    |    |    |    |    |       |
|                     | 1                             | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | TOTAL                 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12                  | TOTAL | 13 | 14 | 15 | 16                     | TOTAL | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | TOTAL |
| 1                   | 4                             | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 20                    | 4 | 4 | 3 | 3  | 4  | 3                   | 21    | 3  | 4  | 4  | 4                      | 15    | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 22    |
| 2                   | 4                             | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24                    | 4 | 2 | 4 | 4  | 4  | 4                   | 22    | 4  | 4  | 4  | 4                      | 16    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 24    |
| 3                   | 4                             | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 23                    | 4 | 4 | 4 | 3  | 3  | 3                   | 21    | 3  | 3  | 3  | 4                      | 13    | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 18    |
| 4                   | 4                             | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 24                    | 3 | 5 | 5 | 4  | 4  | 3                   | 24    | 3  | 2  | 3  | 4                      | 12    | 2  | 4  | 5  | 4  | 2  | 4  | 21    |
| 5                   | 4                             | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 17                    | 2 | 4 | 2 | 3  | 4  | 4                   | 19    | 4  | 3  | 4  | 3                      | 14    | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 20    |
| 6                   | 5                             | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 21                    | 4 | 4 | 1 | 4  | 4  | 4                   | 21    | 2  | 2  | 4  | 2                      | 10    | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 22    |
| 7                   | 5                             | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 26                    | 5 | 4 | 4 | 4  | 5  | 4                   | 26    | 5  | 4  | 4  | 4                      | 17    | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 3  | 25    |
| 8                   | 5                             | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 26                    | 5 | 5 | 4 | 4  | 4  | 5                   | 27    | 4  | 5  | 5  | 5                      | 19    | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 29    |
| 9                   | 4                             | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 26                    | 4 | 3 | 4 | 4  | 4  | 3                   | 22    | 4  | 4  | 4  | 5                      | 17    | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 4  | 25    |
| 10                  | 4                             | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 22                    | 3 | 3 | 4 | 3  | 3  | 4                   | 20    | 4  | 4  | 3  | 4                      | 15    | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 22    |
| 11                  | 4                             | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 22                    | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 4                   | 19    | 4  | 4  | 3  | 4                      | 15    | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 22    |
| 12                  | 4                             | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 20                    | 4 | 3 | 5 | 4  | 4  | 3                   | 23    | 4  | 4  | 4  | 4                      | 16    | 5  | 4  | 3  | 4  | 4  | 5  | 25    |
| 13                  | 5                             | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 25                    | 5 | 4 | 5 | 5  | 4  | 3                   | 26    | 5  | 4  | 4  | 5                      | 18    | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 3  | 26    |
| 14                  | 5                             | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 26                    | 4 | 4 | 3 | 4  | 5  | 4                   | 24    | 4  | 4  | 5  | 4                      | 17    | 4  | 5  | 4  | 3  | 3  | 4  | 23    |
| 15                  | 5                             | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 27                    | 4 | 5 | 5 | 5  | 4  | 4                   | 27    | 5  | 4  | 5  | 5                      | 19    | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 25    |
| 16                  | 1                             | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | 13                    | 3 | 1 | 3 | 3  | 2  | 1                   | 13    | 2  | 2  | 3  | 2                      | 9     | 2  | 1  | 1  | 3  | 2  | 1  | 10    |
| 17                  | 4                             | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 22                    | 3 | 4 | 3 | 4  | 4  | 3                   | 21    | 4  | 4  | 3  | 3                      | 14    | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 21    |
| 18                  | 5                             | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 27                    | 3 | 3 | 4 | 4  | 5  | 4                   | 23    | 5  | 4  | 5  | 5                      | 19    | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 27    |
| 19                  | 3                             | 2 | 1 | 4 | 3 | 5 | 18                    | 1 | 4 | 2 | 4  | 3  | 2                   | 17    | 4  | 3  | 5  | 3                      | 15    | 5  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 21    |
| 20                  | 5                             | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 24                    | 5 | 5 | 4 | 3  | 2  | 5                   | 24    | 4  | 5  | 5  | 5                      | 19    | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 27    |
| 21                  | 2                             | 2 | 3 | 5 | 2 | 4 | 18                    | 2 | 4 | 3 | 4  | 2  | 2                   | 17    | 4  | 3  | 2  | 4                      | 13    | 1  | 4  | 3  | 3  | 4  | 2  | 17    |
| 22                  | 5                             | 4 | 1 | 3 | 4 | 5 | 22                    | 5 | 5 | 5 | 1  | 4  | 5                   | 25    | 5  | 4  | 5  | 5                      | 19    | 5  | 4  | 3  | 5  | 5  | 5  | 27    |
| 23                  | 5                             | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 20                    | 4 | 4 | 4 | 4  | 2  | 4                   | 22    | 4  | 4  | 4  | 2                      | 14    | 4  | 2  | 4  | 5  | 4  | 2  | 21    |
| 24                  | 4                             | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 25                    | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5                   | 30    | 5  | 5  | 5  | 4                      | 19    | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 26    |
| 25                  | 4                             | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 24                    | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4                   | 24    | 4  | 4  | 4  | 4                      | 16    | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 26    |
| 26                  | 5                             | 5 | 4 | 3 | 4 | 5 | 26                    | 4 | 5 | 4 | 3  | 5  | 4                   | 25    | 3  | 5  | 5  | 4                      | 17    | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 28    |
| 27                  | 4                             | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 21                    | 4 | 3 | 4 | 3  | 3  | 3                   | 20    | 2  | 2  | 5  | 3                      | 12    | 2  | 3  | 4  | 5  | 3  | 5  | 22    |
| 28                  | 4                             | 4 | 2 | 4 | 2 | 5 | 21                    | 2 | 4 | 5 | 5  | 5  | 5                   | 26    | 1  | 5  | 1  | 5                      | 12    | 2  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 24    |
| 29                  | 5                             | 2 | 4 | 1 | 3 | 4 | 19                    | 2 | 5 | 1 | 5  | 2  | 3                   | 18    | 1  | 4  | 1  | 3                      | 9     | 2  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 26    |
| 30                  | 2                             | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 23                    | 4 | 2 | 5 | 4  | 2  | 5                   | 22    | 4  | 5  | 1  | 3                      | 13    | 5  | 3  | 5  | 2  | 1  | 5  | 21    |
| 31                  | 3                             | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 18                    | 3 | 5 | 3 | 3  | 4  | 3                   | 21    | 4  | 4  | 3  | 3                      | 14    | 3  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 19    |
| 32                  | 5                             | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 27                    | 5 | 5 | 5 | 4  | 4  | 3                   | 26    | 4  | 4  | 4  | 3                      | 15    | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 30    |
| 33                  | 3                             | 4 | 2 | 3 | 1 | 3 | 16                    | 3 | 3 | 2 | 3  | 2  | 3                   | 16    | 4  | 4  | 4  | 4                      | 16    | 3  | 3  | 5  | 3  | 3  | 4  | 21    |
| 34                  | 4                             | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 27                    | 2 | 5 | 3 | 3  | 5  | 5                   | 23    | 2  | 5  | 5  | 1                      | 13    | 2  | 5  | 4  | 4  | 2  | 5  | 22    |
| 35                  | 4                             | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 26                    | 5 | 4 | 4 | 1  | 4  | 5                   | 23    | 3  | 2  | 5  | 3                      | 13    | 5  | 2  | 4  | 3  | 4  | 4  | 22    |
| 36                  | 4                             | 5 | 3 | 4 | 3 | 3 | 22                    | 3 | 4 | 3 | 3  | 3  | 4                   | 20    | 4  | 4  | 3  | 3                      | 14    | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 23    |
| 37                  | 5                             | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 25                    | 2 | 4 | 5 | 4  | 3  | 5                   | 23    | 3  | 4  | 3  | 3                      | 13    | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 18    |
| 38                  | 4                             | 3 | 5 | 4 | 2 | 4 | 22                    | 5 | 3 | 5 | 2  | 5  | 3                   | 23    | 4  | 3  | 5  | 5                      | 17    | 4  | 2  | 4  | 5  | 3  | 5  | 23    |
| 39                  | 4                             | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 25                    | 4 | 5 | 4 | 5  | 3  | 4                   | 25    | 5  | 5  | 4  | 3                      | 17    | 5  | 3  | 4  | 4  | 5  | 3  | 24    |
| 40                  | 4                             | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 26                    | 5 | 4 | 4 | 4  | 4  | 3                   | 24    | 4  | 4  | 4  | 3                      | 15    | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 24    |
| 41                  | 4                             | 5 | 3 | 5 | 2 | 5 | 24                    | 4 | 4 | 3 | 2  | 4  | 3                   | 20    | 3  | 4  | 3  | 4                      | 14    | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 29    |
| 42                  | 4                             | 5 | 3 | 4 | 3 | 3 | 22                    | 3 | 5 | 2 | 5  | 5  | 5                   | 25    | 3  | 4  | 4  | 4                      | 15    | 3  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 26    |
| 43                  | 4                             | 3 | 5 | 3 | 4 | 4 | 23                    | 3 | 5 | 4 | 2  | 3  | 4                   | 21    | 4  | 3  | 3  | 4                      | 14    | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 24    |
| 44                  | 5                             | 2 | 5 | 2 | 5 | 5 | 24                    | 4 | 5 | 2 | 4  | 2  | 4                   | 21    | 4  | 4  | 4  | 2                      | 14    | 4  | 3  | 2  | 5  | 5  | 5  | 24    |
| 45                  | 4                             | 5 | 1 | 3 | 2 | 4 | 19                    | 3 | 4 | 5 | 1  | 4  | 3                   | 20    | 4  | 4  | 5  | 1                      | 14    | 4  | 3  | 2  | 4  | 3  | 5  | 21    |
| 46                  | 4                             | 5 | 2 | 4 | 4 | 5 | 24                    | 4 | 5 | 1 | 4  | 4  | 5                   | 23    | 4  | 5  | 4  | 1                      | 14    | 4  | 1  | 5  | 4  | 5  | 4  | 23    |
| 47                  | 5                             | 3 | 4 | 4 | 5 | 4 | 25                    | 2 | 5 | 4 | 4  | 3  | 5                   | 23    | 5  | 3  | 2  | 4                      | 14    | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 22    |
| 48                  | 5                             | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 24                    | 4 | 5 | 2 | 5  | 4  | 3                   | 23    | 5  | 5  | 5  | 3                      | 18    | 5  | 4  | 4  | 4  | 3  | 5  | 25    |
| 49                  | 5                             | 5 | 3 | 5 | 1 | 3 | 22                    | 3 | 4 | 5 | 1  | 4  | 5                   | 22    | 3  | 2  | 4  | 5                      | 14    | 5  | 2  | 5  | 4  | 3  | 5  | 24    |
| 50                  | 5                             | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 21                    | 5 | 4 | 2 | 2  | 4  | 4                   | 21    | 2  | 2  | 4  | 4                      | 12    | 5  | 4  | 5  | 4  | 2  | 4  | 24    |
| 51                  | 4                             | 4 | 5 | 5 | 2 | 5 | 25                    | 4 | 4 | 5 | 4  | 5  | 3                   | 25    | 4  | 3  | 5  | 4                      | 16    | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 27    |
| 52                  | 4                             | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 13                    | 2 | 4 | 1 | 1  | 3  | 1                   | 12    | 1  | 5  | 4  | 2                      | 12    | 5  | 4  | 1  | 3  | 4  | 2  | 19    |

| TOTAL / DIMENSION |    |    |    | Total VARIABLE |
|-------------------|----|----|----|----------------|
| D1                | D2 | D3 | D4 |                |
| 20                | 21 | 15 | 22 | 78             |
| 24                | 22 | 16 | 24 | 86             |
| 23                | 21 | 13 | 18 | 75             |
| 24                | 24 | 12 | 21 | 81             |
| 17                | 19 | 14 | 20 | 70             |
| 21                | 21 | 10 | 22 | 74             |
| 26                | 26 | 17 | 25 | 94             |
| 26                | 27 | 19 | 29 | 101            |
| 26                | 22 | 17 | 25 | 90             |
| 22                | 20 | 15 | 22 | 79             |
| 22                | 19 | 15 | 22 | 78             |
| 20                | 23 | 16 | 25 | 84             |
| 25                | 26 | 18 | 26 | 95             |
| 26                | 24 | 17 | 23 | 90             |
| 27                | 27 | 19 | 25 | 98             |
| 13                | 13 | 9  | 10 | 45             |
| 22                | 21 | 14 | 21 | 78             |
| 27                | 23 | 19 | 27 | 96             |
| 18                | 17 | 15 | 21 | 71             |
| 24                | 24 | 19 | 27 | 94             |
| 18                | 17 | 13 | 17 | 65             |
| 22                | 25 | 19 | 27 | 93             |
| 20                | 22 | 14 | 21 | 77             |
| 25                | 30 | 19 | 26 | 100            |
| 24                | 24 | 16 | 26 | 90             |
| 26                | 25 | 17 | 28 | 96             |
| 21                | 20 | 12 | 22 | 75             |
| 21                | 26 | 12 | 24 | 83             |
| 19                | 18 | 9  | 26 | 72             |
| 23                | 22 | 13 | 21 | 79             |
| 18                | 21 | 14 | 19 | 72             |
| 27                | 26 | 15 | 30 | 98             |
| 16                | 16 | 16 | 21 | 69             |
| 27                | 23 | 13 | 22 | 85             |
| 26                | 23 | 13 | 22 | 84             |
| 22                | 20 | 14 | 23 | 79             |
| 25                | 23 | 13 | 18 | 79             |
| 22                | 23 | 17 | 23 | 85             |
| 25                | 25 | 17 | 24 | 91             |
| 26                | 24 | 15 | 24 | 89             |
| 24                | 20 | 14 | 29 | 87             |
| 22                | 25 | 15 | 26 | 88             |
| 23                | 21 | 14 | 24 | 82             |
| 24                | 21 | 14 | 24 | 83             |
| 19                | 20 | 14 | 21 | 74             |
| 24                | 23 | 14 | 23 | 84             |
| 25                | 23 | 14 | 22 | 84             |
| 24                | 23 | 18 | 25 | 90             |
| 22                | 22 | 14 | 24 | 82             |
| 21                | 21 | 12 | 24 | 78             |
| 25                | 25 | 16 | 27 | 93             |
| 13                | 12 | 12 | 19 | 56             |

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN**

**FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES:**

Título del trabajo de investigación: *LA PSICOMOTRICIDAD Y LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI DE QUIQUIJANA – QUISPICANCHI, CUSCO 2024*

Nombre del instrumento: Encuesta

Investigador: Bach. Juaquin Quisini Mendoza, Bach. Miguel Ángel Quispe Huamán

| CRITERIO   | INDICADORES        | CRITERIOS  | Deficiente<br>0-20% | Regular<br>21-40% | Bueno<br>41-60% | Muy Bueno<br>61-80% | Excelente<br>81-100% |
|------------|--------------------|--|---------------------|-------------------|-----------------|---------------------|----------------------|
| Forma      | 1. REDACCIÓN       | Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios.              |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 2. CLARIDAD        | Está formulado con un lenguaje apropiado.  |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 3. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables.   |                     |                   |                 | X                   |                      |
| Contenido  | 4. ACTUALIDAD      | Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.   |                     |                   |                 |                     | X                    |
|            | 5. SUFICIENCIA     | Los ítems son adecuados en cantidad y profundidad.   |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 6. INTENCIONALIDAD | El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación. |                     |                   |                 | X                   |                      |
| Estructura | 7. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.        |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 8. CONSISTENCIA    | Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.                      |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 9. COHERENCIA      | Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables                      |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 10. METODOLOGÍA    | La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.                        |                     |                   |                 | X                   |                      |

**II. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:**

Procede su aplicación

Debe corregirse

PROMEDIO: 83%

  
 Firma  
 Dr. O Mg: ... Alan Connar Carreon Sute  
 DNI: ... 23989728  
 Teléfono: ... 984726805

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN**

**FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES:**

Título del trabajo de investigación: *LA PSICOMOTRICIDAD Y LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE SEGUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ CARLOS MARLÁTEGUI DE QUIQUIJANA - QUISPICANCHI, CUSCO 2024*

Nombre del instrumento: Encuesta

Investigador: Bach. Juaquin Quisini Mendoza, Bach. Miguel Ángel Quispe Huamán

| CRITERIO   | INDICADORES        | CRITERIOS  | Deficiente<br>0-20% | Regular<br>21-40% | Bueno<br>41-60% | Muy Bueno<br>61-80% | Excelente<br>81-100% |
|------------|--------------------|--|---------------------|-------------------|-----------------|---------------------|----------------------|
| Forma      | 1. REDACCIÓN       | Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios.              |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 2. CLARIDAD        | Está formulado con un lenguaje apropiado.  |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 3. OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables.   |                     |                   |                 | X                   |                      |
| Contenido  | 4. ACTUALIDAD      | Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.   |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 5. SUFICIENCIA     | Los ítems son adecuados en cantidad y profundidad.   |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 6. INTENCIONALIDAD | El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación. |                     |                   |                 | X                   |                      |
| Estructura | 7. ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.        |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 8. CONSISTENCIA    | Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.                      |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 9. COHERENCIA      | Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables                      |                     |                   |                 | X                   |                      |
|            | 10. METODOLOGÍA    | La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.                        |                     |                   |                 | X                   |                      |

**II. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:**

Procede su aplicación   
 Debe corregirse

PROMEDIO: 80%

  
 Firma  
 Dr. O Mg: .....  
 DNI: ..... 23814047 .....  
 Teléfono: ..... 950331200 .....

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN

**FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES:**

Título del trabajo de investigación: LA PSICOMOTRICIDAD Y LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSE CARLOS MARIATEGUI DE QUIQUIJANA - QUISPICANCHI, CUSCO 2024

Nombre del instrumento: Encuesta

Investigador: Bach. Juaquin Quisini Mendoza. Bach. Miguel Angel Quispe Huaman

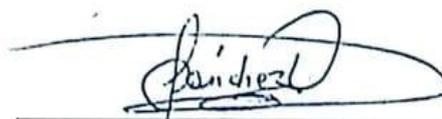
| CRITERIO   | INDICADORES       | CRITERIOS  | Deficiente 0-20% | Regular 21-40% | Buono 41-60% | Muy Buono 61-80% | Excelente 81-100% |
|------------|-------------------|--|------------------|----------------|--------------|------------------|-------------------|
| Forma      | 1.REDACCIÓN       | Los indicadores e Items están redactados considerando los elementos necesarios.              |                  |                |              | X                |                   |
|            | 2.CLARIDAD        | Está formulado con un lenguaje apropiado.  |                  |                |              | X                |                   |
|            | 3.OBJETIVIDAD     | Está expresado en conductas observables.   |                  |                |              |                  | X                 |
| Contenido  | 4.ACTUALIDAD      | Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.   |                  |                |              | X                |                   |
|            | 5.SUFICIENCIA     | Los Items son adecuados en cantidad y profundidad.   |                  |                |              | X                |                   |
|            | 6.INTENCIONALIDAD | El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación. |                  |                |              | X                |                   |
| Estructura | 7.ORGANIZACIÓN    | Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.        |                  |                |              | X                |                   |
|            | 8.CONSISTENCIA    | Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.                      |                  |                |              | X                |                   |
|            | 9.COHERENCIA      | Existe coherencia entre los Items, indicadores, dimensiones y variables                      |                  |                |              | X                |                   |
|            | 10.METODOLOGÍA    | La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.                        |                  |                |              | X                |                   |

**II. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:**

PROMEDIO: 82 %

Procede su aplicación

Debe corregirse



Firma  
Dr.: F. Javier Ricardo Sánchez Ortiz  
DNI: 23.803.533  
Teléfono: 984.614.563

## CUESTIONARIO DE PSICOMOTRICIDAD

Buenos días, estamos realizando una encuesta para describir la **psicomotricidad** de los estudiantes de 1er año de secundaria. Conteste con honestidad.

### **Instrucciones:**

A continuación, encontrarás una lista de habilidades psicomotrices que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que influyen en su capacidad motriz y coordinación. Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes:

| TOTALMENTE EN DESACUERDO | EN DESACUERDO | NEUTRAL | DE ACUERDO | TOTALMENTE DE ACUERDO |
|--------------------------|---------------|---------|------------|-----------------------|
| (1)                      | (2)           | (3)     | (4)        | (5)                   |

| DIMENSIÓN MOTRIZ   |  | TD | D | N | DA | TA |
|--------------------|--|----|---|---|----|----|
|                    |  | 1  | 2 | 3 | 4  | 5  |
| 1                  | Me siento seguro(a) al realizar actividades que requieren coordinación motriz.   |    |   |   |    |    |
| 2                  | Considero que mi coordinación motriz es adecuada para participar en actividades deportivas.  |    |   |   |    |    |
| 3                  | Me siento seguro(a) al realizar movimientos que requieren coordinación.  |    |   |   |    |    |
| 4                  | Creo que mi capacidad para coordinar movimientos ha mejorado con el tiempo.  |    |   |   |    |    |
| 5                  | Me siento seguro(a) al mantener el equilibrio en diferentes situaciones.   |    |   |   |    |    |
| 6                  | Considero que tengo buena coordinación entre mis manos y mis ojos al realizar tareas que requieren precisión.                                  |    |   |   |    |    |
| DIMENSION AFECTIVA |  |    |   |   |    |    |
| 7                  | Creo que mis habilidades motrices y mi rendimiento en actividades físicas influyen en mi autoestima.   |    |   |   |    |    |
| 8                  | Considero que mejorar mis habilidades motrices y mi rendimiento en actividades físicas podría aumentar mi autoestima.                          |    |   |   |    |    |
| 9                  | Siento que puedo expresar mis emociones a través de mi forma de moverme.   |    |   |   |    |    |
| 10                 | Considero que el movimiento me permite expresar emociones que a veces no puedo comunicar verbalmente.  |    |   |   |    |    |
| 11                 | Considero que la psicomotricidad contribuye a mejorar la coordinación, el equilibrio y la lateralidad en niños y adultos.                      |    |   |   |    |    |
| 12                 | Creo que la psicomotricidad es una herramienta útil para promover el desarrollo cognitivo, emocional y social en personas de todas las edades. |    |   |   |    |    |

| DIMENSION RELACIONAL |   |  |  |  |  |  |
|----------------------|---|--|--|--|--|--|
| 13                   | Creo que el movimiento corporal puede ser una forma efectiva de comunicación no verbal en las interacciones sociales.   |  |  |  |  |  |
| 14                   | Creo que las habilidades de comunicación no verbal, como la expresión facial y el lenguaje corporal, son importantes para establecer relaciones interpersonales positivas durante la práctica de actividades físicas. |  |  |  |  |  |
| 15                   | Considero importante trabajar en equipo y cooperar con los demás para lograr objetivos comunes.   |  |  |  |  |  |
| 16                   | Considero fundamental respetar las opiniones, habilidades y limitaciones de los demás en cualquier actividad o situación.   |  |  |  |  |  |
| 17                   | Creo que las actividades lúdicas promueven la interacción social y la comunicación no verbal entre los participantes de manera divertida y natural.   |  |  |  |  |  |
| 18                   | Considero que el contexto de las actividades motoras y lúdicas influye positivamente en el desarrollo de habilidades sociales, como la empatía y el respeto hacia los demás.  |  |  |  |  |  |

## CUESTIONARIO DE CAPACIDADES FÍSICAS

Buenos días, estamos realizando una encuesta para describir las capacidades físicas de los estudiantes de 1er año de secundaria. Conteste con honestidad.

### **Instrucciones:**

A continuación, encontrarás una lista de capacidades físicas que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que influyen en su desempeño físico. Deberás calificar tus capacidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes:

| TOTALMENTE EN<br>DESACUERDO | EN<br>DESACUERDO | NEUTRAL | DE ACUERDO | TOTALMENTE DE<br>ACUERDO |
|-----------------------------|------------------|---------|------------|--------------------------|
| (1)                         | (2)              | (3)     | (4)        | (5)                      |

| DIMENSIÓN FUERZA      |   | TD | D | N | DA | TA |
|-----------------------|---|----|---|---|----|----|
|                       |   | 1  | 2 | 3 | 4  | 5  |
| 1                     | Creo que la sensación de tensión muscular es una señal de que mi cuerpo está trabajando duro durante el ejercicio físico.   |    |   |   |    |    |
| 2                     | Considero que el nivel de tensión generada por mi sistema neuromuscular influye en mi capacidad para realizar actividades físicas de alta intensidad de manera efectiva.    |    |   |   |    |    |
| 3                     | Creo que tengo la capacidad para vencer resistencias externas durante la práctica de actividades físicas y deportivas.  |    |   |   |    |    |
| 4                     | Considero que mi capacidad para vencer resistencias externas es un factor importante para mejorar mi rendimiento físico y alcanzar mis objetivos deportivos.                |    |   |   |    |    |
| 5                     | Creo que tengo la capacidad para mantener un alto nivel de rendimiento físico durante periodos prolongados de ejercicio intenso.  |    |   |   |    |    |
| 6                     | Considero que mi entrenamiento físico me ha preparado adecuadamente para enfrentar y superar los desafíos que implican las actividades deportivas de alta intensidad.       |    |   |   |    |    |
| DIMENSION RESISTENCIA |   |    |   |   |    |    |
| 7                     | Durante la práctica de ejercicio físico prolongado, siento que tengo la capacidad de mantener un ritmo constante y estable.   |    |   |   |    |    |
| 8                     | Considero que mi capacidad de mantener un esfuerzo físico prolongado es una habilidad importante para mejorar mi rendimiento deportivo y alcanzar mis objetivos de fitness. |    |   |   |    |    |
| 9                     | Creo que mi resistencia aeróbica es suficiente para realizar actividades físicas que requieren un esfuerzo prolongado, como correr, nadar o montar en bicicleta.            |    |   |   |    |    |

|                               |   |  |  |  |  |  |
|-------------------------------|---|--|--|--|--|--|
| 10                            | Considero que mi nivel de resistencia aeróbica influye en mi capacidad para realizar actividades físicas de alta intensidad durante largos periodos de tiempo sin fatigarme rápidamente.  |  |  |  |  |  |
| 11                            | Durante el entrenamiento de alta intensidad, siento que mi resistencia anaeróbica me permite realizar ejercicios que requieren esfuerzos máximos durante breves intervalos de tiempo.   |  |  |  |  |  |
| 12                            | Considero que mi capacidad de resistencia anaeróbica es un factor importante para mejorar mi rendimiento en actividades físicas explosivas y de corta duración.   |  |  |  |  |  |
| <b>DIMENSION VELOCIDAD</b>    |   |  |  |  |  |  |
| 13                            | Durante la realización de actividades físicas, considero que tengo la capacidad de ejecutar movimientos rápidos con agilidad y precisión.   |  |  |  |  |  |
| 14                            | Considero que mi capacidad para realizar movimientos rápidos me permite reaccionar con rapidez ante situaciones imprevistas durante la práctica deportiva.  |  |  |  |  |  |
| 15                            | Creo que tengo la capacidad de reaccionar rápidamente ante estímulos externos, como señales visuales o auditivas, durante la práctica de actividades físicas o deportivas.  |  |  |  |  |  |
| 16                            | Considero que mi velocidad de reacción ante estímulos externos influye significativamente en mi desempeño deportivo y en mi capacidad para evitar lesiones durante la práctica física.  |  |  |  |  |  |
| <b>DIMENSION FLEXIBILIDAD</b> |   |  |  |  |  |  |
| 17                            | Considero que tengo una buena flexibilidad en mis articulaciones, lo que me permite realizar movimientos amplios y fluidos durante la práctica de actividades físicas.  |  |  |  |  |  |
| 18                            | Creo que mantener una buena amplitud en el rango de movimiento de mis articulaciones es importante para prevenir lesiones, mejorar mi rendimiento deportivo y facilitar la realización de actividades diarias.  |  |  |  |  |  |
| 19                            | Creo que mantener una buena postura corporal es importante para prevenir molestias musculoesqueléticas, como dolores de espalda o cuello, y para promover una sensación de bienestar general.   |  |  |  |  |  |
| 20                            | Siento que mi postura corporal mejora gradualmente a medida que continúo con mi rutina de ejercicios específicos para fortalecer los músculos de la espalda, abdomen y glúteos, así como para estirar los músculos tensos.                            |  |  |  |  |  |
| 21                            | Creo que la práctica regular de ejercicio físico contribuye significativamente a reducir el riesgo de sufrir lesiones durante la actividad física o deportiva.  |  |  |  |  |  |
| 22                            | Siento que seguir un programa de entrenamiento que incluya ejercicios de calentamiento, estiramiento y fortalecimiento muscular me ayuda a preparar mi cuerpo adecuadamente para la actividad física, lo que disminuye la probabilidad de lesionarme. |  |  |  |  |  |

## ENCUESTA

Buenos días, estamos realizando una encuesta para describir la **psicomotricidad** de los alumnos de 1er año de secundaria. Conteste con honestidad.

### **Instrucciones:**

A continuación, encontrarás una lista de habilidades psicomotrices que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que influyen en su capacidad motriz y coordinación. Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes:

| TOTALMENTE EN DESACUERDO | EN DESACUERDO | NEUTRAL | DE ACUERDO | TOTALMENTE DE ACUERDO |
|--------------------------|---------------|---------|------------|-----------------------|
| (1)                      | (2)           | (3)     | (4)        | (5)                   |

| DIMENSIÓN MOTRIZ     |  | TD | D | N | DA | TA |
|----------------------|--|----|---|---|----|----|
|                      |  | 1  | 2 | 3 | 4  | 5  |
| 1                    | Me siento seguro(a) al realizar actividades que requieren coordinación motriz.   |    |   | X |    |    |
| 2                    | Considero que mi coordinación motriz es adecuada para participar en actividades deportivas.  | X  |   |   |    |    |
| 3                    | Me siento seguro(a) al realizar movimientos que requieren coordinación.  |    | X |   |    |    |
| 4                    | Creo que mi capacidad para coordinar movimientos ha mejorado con el tiempo.  |    | X |   |    |    |
| 5                    | Me siento seguro(a) al mantener el equilibrio en diferentes situaciones.   |    |   | X |    |    |
| 6                    | Considero que tengo buena coordinación entre mis manos y mis ojos al realizar tareas que requieren precisión.                                  |    | X |   |    |    |
| DIMENSIÓN AFECTIVA   |  |    |   |   |    |    |
| 7                    | Creo que mis habilidades motrices y mi rendimiento en actividades físicas influyen en mi autoestima.   |    |   | X |    |    |
| 8                    | Considero que mejorar mis habilidades motrices y mi rendimiento en actividades físicas podría aumentar mi autoestima.                          | X  |   |   |    |    |
| 9                    | Siento que puedo expresar mis emociones a través de mi forma de moverme.   |    |   | X |    |    |
| 10                   | Considero que el movimiento me permite expresar emociones que a veces no puedo comunicar verbalmente.  |    |   | X |    |    |
| 11                   | Considero que la psicomotricidad contribuye a mejorar la coordinación, el equilibrio y la lateralidad en niños y adultos.                      |    |   |   | X  |    |
| 12                   | Creo que la psicomotricidad es una herramienta útil para promover el desarrollo cognitivo, emocional y social en personas de todas las edades. |    | X |   |    |    |
| DIMENSIÓN RELACIONAL |  |    |   |   |    |    |
| 13                   | Creo que el movimiento corporal puede ser una forma efectiva de comunicación no verbal en las interacciones sociales.                          |    | X |   |    |    |

|    |   |   |   |   |  |  |
|----|---|---|---|---|--|--|
|    |   |   |   |   |  |  |
| 14 | Creo que las habilidades de comunicación no verbal, como la expresión facial y el lenguaje corporal, son importantes para establecer relaciones interpersonales positivas durante la práctica de actividades físicas. | X |   |   |  |  |
| 15 | Considero importante trabajar en equipo y cooperar con los demás para lograr objetivos comunes.   | X |   |   |  |  |
| 16 | Considero fundamental respetar las opiniones, habilidades y limitaciones de los demás en cualquier actividad o situación.   |   | X |   |  |  |
| 17 | Creo que las actividades lúdicas promueven la interacción social y la comunicación no verbal entre los participantes de manera divertida y natural.   |   |   | X |  |  |
| 18 | Considero que el contexto de las actividades motoras y lúdicas influye positivamente en el desarrollo de habilidades sociales, como la empatía y el respeto hacia los demás.  | X |   |   |  |  |

## ENCUESTA

Buenos días, estamos realizando una encuesta para describir las capacidades físicas de los alumnos de 1er año de secundaria. Conteste con honestidad.

### **Instrucciones:**

A continuación, encontrarás una lista de capacidades físicas que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que influyen en su desempeño físico. Deberás calificar tus capacidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes:

| TOTALMENTE EN DESACUERDO | EN DESACUERDO | NEUTRAL | DE ACUERDO | TOTALMENTE DE ACUERDO |
|--------------------------|---------------|---------|------------|-----------------------|
| (1)                      | (2)           | (3)     | (4)        | (5)                   |

| DIMENSIÓN FUERZA      |   | TD | D | N | DA | TA |
|-----------------------|---|----|---|---|----|----|
|                       |   | 1  | 2 | 3 | 4  | 5  |
| 1                     | Creo que la sensación de tensión muscular es una señal de que mi cuerpo está trabajando duro durante el ejercicio físico.   | X  |   |   |    |    |
| 2                     | Considero que el nivel de tensión generada por mi sistema neuromuscular influye en mi capacidad para realizar actividades físicas de alta intensidad de manera efectiva.    |    | X |   |    |    |
| 3                     | Creo que tengo la capacidad para vencer resistencias externas durante la práctica de actividades físicas y deportivas.  |    |   |   | X  |    |
| 4                     | Considero que mi capacidad para vencer resistencias externas es un factor importante para mejorar mi rendimiento físico y alcanzar mis objetivos deportivos.                |    | X |   |    |    |
| 5                     | Creo que tengo la capacidad para mantener un alto nivel de rendimiento físico durante periodos prolongados de ejercicio intenso.  |    |   | X |    |    |
| 6                     | Considero que mi entrenamiento físico me ha preparado adecuadamente para enfrentar y superar los desafíos que implican las actividades deportivas de alta intensidad.       | X  |   |   |    |    |
| DIMENSIÓN RESISTENCIA |   |    |   |   |    |    |
| 7                     | Durante la práctica de ejercicio físico prolongado, siento que tengo la capacidad de mantener un ritmo constante y estable.   |    |   | X |    |    |
| 8                     | Considero que mi capacidad de mantener un esfuerzo físico prolongado es una habilidad importante para mejorar mi rendimiento deportivo y alcanzar mis objetivos de fitness. | X  |   |   |    |    |
| 9                     | Creo que mi resistencia aeróbica es suficiente para realizar actividades físicas que requieren un esfuerzo prolongado, como correr, nadar o montar en bicicleta.            |    |   | X |    |    |

|                               |   |   |   |   |  |  |
|-------------------------------|---|---|---|---|--|--|
| 10                            | Considero que mi nivel de resistencia aeróbica influye en mi capacidad para realizar actividades físicas de alta intensidad durante largos períodos de tiempo sin fatigarme rápidamente.  |   |   | X |  |  |
| 11                            | Durante el entrenamiento de alta intensidad, siento que mi resistencia anaeróbica me permite realizar ejercicios que requieren esfuerzos máximos durante breves intervalos de tiempo.   |   | X |   |  |  |
| 12                            | Considero que mi capacidad de resistencia anaeróbica es un factor importante para mejorar mi rendimiento en actividades físicas explosivas y de corta duración.   | X |   |   |  |  |
| <b>DIMENSIÓN VELOCIDAD</b>    |   |   |   |   |  |  |
| 13                            | Durante la realización de actividades físicas, considero que tengo la capacidad de ejecutar movimientos rápidos con agilidad y precisión.   |   | X |   |  |  |
| 14                            | Considero que mi capacidad para realizar movimientos rápidos me permite reaccionar con rapidez ante situaciones imprevistas durante la práctica deportiva.  |   | X |   |  |  |
| 15                            | Creo que tengo la capacidad de reaccionar rápidamente ante estímulos externos, como señales visuales o auditivas, durante la práctica de actividades físicas o deportivas.  |   |   | X |  |  |
| 16                            | Considero que mi velocidad de reacción ante estímulos externos influye significativamente en mi desempeño deportivo y en mi capacidad para evitar lesiones durante la práctica física.  |   | X |   |  |  |
| <b>DIMENSIÓN FLEXIBILIDAD</b> |   |   |   |   |  |  |
| 17                            | Considero que tengo una buena flexibilidad en mis articulaciones, lo que me permite realizar movimientos amplios y fluidos durante la práctica de actividades físicas.  |   | X |   |  |  |
| 18                            | Creo que mantener una buena amplitud en el rango de movimiento de mis articulaciones es importante para prevenir lesiones, mejorar mi rendimiento deportivo y facilitar la realización de actividades diarias.  | X |   |   |  |  |
| 19                            | Creo que mantener una buena postura corporal es importante para prevenir molestias musculoesqueléticas, como dolores de espalda o cuello, y para promover una sensación de bienestar general.   | X |   |   |  |  |
| 20                            | Siento que mi postura corporal mejora gradualmente a medida que continúo con mi rutina de ejercicios específicos para fortalecer los músculos de la espalda, abdomen y glúteos, así como para estirar los músculos tensos.                            |   |   | X |  |  |
| 21                            | Creo que la práctica regular de ejercicio físico contribuye significativamente a reducir el riesgo de sufrir lesiones durante la actividad física o deportiva.  |   | X |   |  |  |
| 22                            | Siento que seguir un programa de entrenamiento que incluya ejercicios de calentamiento, estiramiento y fortalecimiento muscular me ayuda a preparar mi cuerpo adecuadamente para la actividad física, lo que disminuye la probabilidad de lesionarme. | X |   |   |  |  |

---

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL  
CUSCO  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN

Cusco 29 de abril de 2024

**Dra. Marcerlina Arredondo Huaman**

**DECANO DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN**

Presente.

Asunto: Proyecto de tesis

De mi mayor consideración:

Tengo a bien de dirigirme a su despacho y hacer de su conocimiento, que el Br. Juaquin Quisini Mendoza con código 184145y el Br. Miguel Angel Quispe Huaman con código 184583, postulante a optar al Título Profesional de Licenciado en Educación: Especialidad Educación Física, ha elaborado su proyecto de tesis:

**LA PSICOMOTRICIDAD Y LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSE CARLOS MARIATEGUI DE QUIQUIJANA - QUISPICANCHI, CUSCO 2024**; el cual acepto **asesorar**. Expresándole las muestras de mi estima personal quedo de Ud.

Atentamente



Dr. Freddy Frank Gonzales Quispe  
Docente Asesor  
Código orcid: 0000-0002-5821-5448



**UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN**  
**"ESPECIALIDAD EDUCACIÓN FÍSICA"**



**SOLICITO:** Permiso para realizar trabajo de investigación.

**SEÑOR (A) DIRECTOR (A) DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSE CARLOS MARIATEGUI DEL DISTRITO DE QUIQUIJANA.**

JUAQUIN QUISINI MENDOZA con DNI 47450742 y MIGUEL ANGEL QUISPE HUAMAN con DNI 73129111 Bachilleres en Educación, Especialidad Educación Física de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, con el debido respeto nos presentamos.

Que, habiendo culminado la carrera profesional de Educación, Especialidad Educación Física en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, solicitamos a Ud. Permiso para realizar trabajo de investigación en su Institución sobre **"LA PSICOMOTRICIDAD Y LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE SEGUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI DE QUIQUIJANA – QUISPICANCHI, CUSCO 2024"** para optar el Título de Licenciado en Educación Física.

**POR LO EXPUESTO:**  
Rogamos a Ud. Acceder a nuestra petición.

Cusco, 11 de junio de 2024

JUAQUIN QUISINI MENDOZA

MIGUEL ANGEL QUISPE HUAMAN



ANEXO 5: CONSTANCIA DE APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO



UNIDAD DE GESTION EDUCATIVA QUISPICANCHI  
INSTITUCION EDUCATIVA MIXTO JOSE CARLOS MARIATEGUI  
QUIQUIJANA - CUSCO



CONSTANCIA

EL QUE SUSCRIBE, DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MIXTO JOSE CARLOS MARIATEGUI DE QUIQUIJANA.

HAGO CONSTAR que los bachilleres JUAQUIN QUISINI MENDOZA y MIGUEL ANGEL QUISPE HUAMAN llevaron a cabo la aplicación del instrumento de investigación entre los estudiantes del primer año de secundaria de la Institución Educativa desde el 16 de junio de 2024 hasta el 19 de julio de 2024. Este trabajo de investigación fue desarrollado con el propósito de obtener el título profesional de LICENCIADOS EN EDUCACIÓN FÍSICA SECUNDARIA. El título de la investigación lleva por nombre: "LA PSICOMOTRICIDAD Y LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSE CARLOS MARIATEGUI DE QUIQUIJANA - QUISPICANCHI, CUSCO 2024".

Se emite la presente constancia a solicitud de las interesadas para fines que viera por conveniente

QUIQUIJANA, 19 de julio del 2024

  
LIC. Flavio L. Quispe Quispe  
DIRECTOR  
25222787

\_\_\_\_\_  
LIC. FLAVIO L. QUISPE QUISPE

DIRECTOR GENERAL



Tesistas en la puerta del colegio



Tesistas en la Institución Educativa



Tesista Miguel Ángel observando la realización de la encuesta



Tesistas aplicando la encuesta



Tesista Juaquin observando la realización de la encuesta



Estudiantes de la Institución Educativa resolviendo la encuesta 1



Estudiantes de la Institución Educativa resolviendo la encuesta 2