



FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES

PROGRAMA ACADÉMICO DE EDUCACIÓN

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

**CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN
FÍSICA, ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 60059" ANTONIO RAYMONDI -
PUNCHANA -2020**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

**Autor: LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN
VELA ACUÑA DEYSI KARINA**

**Asesora: Dra. CLAUDET CADILLO LÓPEZ
ID ORCID. 0000-0001-5726-6043**

**San Juan Bautista - Loreto – Maynas – Perú
Marzo – 2021**

DEDICATORIA

*A mis padres e hijos con cariño.
A la Universidad Científica del Perú
como motivo de formación profesional.*

Shirley Karen

DEDICATORIA

A Dios creador supremo del Universo por ser quien guía nuestro camino, que día a día recorreremos en nuestra vida profesional y personal.

Deysi Karina

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestro agradecimiento y gratitud a la Universidad Científica del Perú, UCP de Iquitos, por la gran oportunidad, al permitirnos profundizar y ampliar nuestras convicciones profesionales.

Las autoras

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA, ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 60059" ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA -2020

FACULTAD : Educación Y Humanidades

GRADUANDO : Layche Sandoval Shirley Karen

GRADUANDO : Vela Acuña Deysi Karina

DENOMINACIÓN DEL TÍTULO: Licenciada En Educación

ESPECIALIDAD: Educación Física

MIEMBROS DEL JURADO

Dra. XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
PRESIDENTE

Dr. XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
MIEMBRO

Dra. XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
MIEMBRO

Dra. CLAUDET CADILLO LÓPEZ
ASESOR

Fecha: 20 de julio del 2021
San Juan Bautista – Maynas – Loreto



UNIVERSIDAD CIENTIFICA DEL PERÚ
Facultad de Educación y Humanidades
Programa Académico de Educación

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE SUFICIENCIA
PROFESIONAL

Con Resolución Decanal N° 382-2022-EFEH-UCP, del 14 de julio del 2022, la Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad Científica del Perú – UCP designa como jurado evaluador y dictaminador del TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL a los Señores:

Dra. Marina del Águlla Gonzales	Presidente
Dra. Judith Alejandrina Soplin Ríos	Miembro
Lic. Armando Llerena Días	Miembro

En la ciudad de Iquitos, a las 09:00 horas del día 23 del mes de julio del año 2022, de modo presencial y supervisado por el secretario Académico de la Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad Científica del Perú- UCP; Programa Académico de: Complementación Pedagógica, Complementación Universitario y Complementación Pedagógica y Universitaria en Educación, se constituyó el Jurado para escuchar la Sustentación y defensa del TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL:

CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 60059 "ANTONIO RAYMONDI" - PUNCHANA - 2020

Presentado por las Bachilleres:

**LAYCHE SANDOVAL, SHIRLEY KAREN y
VELA ACUÑA, DEYSI KARINA**

Como requisito para optar el TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

Asesora: Dra. Claudet Cadillo López

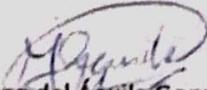
Luego de escuchar la sustentación y formuladas las preguntas, las que fueron:

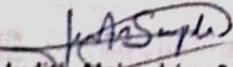
..... *Abruldas*

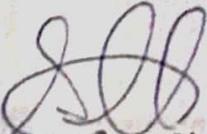
El Jurado después de la deliberación en privado, llegó a las siguientes conclusiones:

1. La Sustentación es: *Aprobado por unanimidad*
2. Observaciones:

En fe de lo cual los miembros del Jurado firman el Acta:


Dra. Marina del Águlla Gonzales
Presidenta


Dra. Judith Alejandrina Soplin Ríos
Miembro


Lic. Armando Llerena Días
Miembro

“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”

**CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN
DE LA UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ - UCP**

**El presidente del Comité de Ética de la Universidad Científica del Perú -
UCP**

Hace constar que:

El Trabajo de Suficiencia Profesional titulado:

**“CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN
FÍSICA, ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 60059” ANTONIO RAYMONDI -
PUNCHANA -2020”**

De los alumnos: **LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN Y VELA
ACUÑA DEYSI KARINA**, de la Facultad de Educación y Humanidades, pasó
satisfactoriamente la revisión por el Software Antiplagio, con un porcentaje de
10% de plagio.

Se expide la presente, a solicitud de la parte interesada para los fines
que estime conveniente.

San Juan, 21 de Setiembre del 2021.

CJRA/ri-a325-2021



Dr. César J. Ramal Asayag
Presidente del Comité de Ética – UCP

ÍNDICE

	Pg
Portada	
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Página de Aprobación	iv
Acta de Sustentación del trabajo de suficiencia profesional	v
Constancia de Originalidad del trabajo de suficiencia profesional	vi
Índice de Contenido	viii
Índice de Tablas	
Índice de Figuras	
Resumen. Palabras Clave	x
Abstract. Key Words	xi
Introducción	01
CAPÍTULO I: Marco Teórico	03
1.1. Antecedentes de estudio	03
1.2. Bases teóricas	03
1.2.1. Capacidades físicas coordinativas	04
1.2.2. Dimensiones de las capacidades físicas coordinativas	05
1.2.2.1. Fuerza	06
1.2.2.2. Velocidad	07
1.2.2.3. Flexibilidad	08
1.3. Definición de términos básicos	09
CAPÍTULO II: Planteamiento del problema	12
2.1. Descripción del problema	12
2.2. Formulación del problema	13
2.2.1. Problema general	13
2.2.2. Problemas específicos	13
2.3. Objetivos	14
2.3.1. Objetivo general	14
2.3.2. Objetivos específicos	14

2.4. Justificación e importancia de la investigación	15
2.5. Hipótesis	16
2.5.1. Hipótesis general	16
2.5.2. Hipótesis derivadas	16
2.6. Variables	17
2.6.1. Identificación de las variables	17
2.6.2. Definición de las variables	17
2.6.2.1. Definición conceptual	17
2.6.2.2. Definición operacional	17
2.6.3. Operacionalización de las variables	18
CAPÍTULO III: Metodología	21
3.1. Nivel y tipo y diseño de investigación	21
3.1.1. Nivel de investigación	21
3.1.2. Tipo de investigación	21
3.1.3. Diseño de investigación	21
3.2. Población y muestra	22
3.2.1. Población	22
3.2.2. Muestra	23
3.3. Técnica, instrumentos y procedimientos de recolección de datos	23
3.3.1. Técnica de recolección de datos	23
3.3.2. Instrumentos de recolección de datos	23
3.3.3. Procedimientos de recolección de datos	24
3.4. Procesamiento y análisis de la información	24
3.4.1. Procesamiento de la información	24
3.4.2. Análisis de la información	24
CAPÍTULO IV: Resultados	25
4.1. Análisis descriptivo	25
4.1.1. Presentación y análisis de la variable	25

CAPÍTULO V: Discusión. Conclusiones. Recomendaciones	39
5.1. Discusión	39
5.2. Conclusiones	42
5.3. Recomendaciones	43
Referencias bibliográficas	44

Anexos

Anexo 01: Matriz de consistencia

Anexo 02: Instrumento de recolección de datos

Anexo 03: Informe de validez y confiabilidad

Anexo 04: Solicitud de inscripción y aprobación del trabajo de suficiencia profesional

Anexo 05: Carta de aceptación de asesoramiento del trabajo de suficiencia profesional

ÍNDICE DE TABLAS

N°	TITULO	Pág.
01.	La Fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria.	37
02.	La Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria.	39
03.	La Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria.	41
04.	Las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria.	43

ÍNDICE DE GRÁFICOS

N°	TITULO	Pág.
01.	La Fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria.	37
02.	La Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria.	39
03.	La Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria.	41
04.	Las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria.	43

CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL ÁREA EDUCACIÓN
FÍSICA, ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 60059" ANTONIO RAYMONDI -
PUNCHANA -2020

Autoras: LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN
VELA ACUÑA DEYSI KARINA

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue: Determinar las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi del Distrito de Punchana durante el año 2021.

La investigación fue de tipo descriptivo y de diseño no experimental, siendo el diseño específico el descriptivo transversal.

La población lo conformó 97 estudiantes de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021. La muestra se obtuvo utilizando el diseño muestral para poblaciones menor a 1500 obteniéndose 40 Estudiantes. La selección de la muestra fue no aleatoria intencionada.

La técnica empleada en la recolección de datos fue la encuesta y el instrumento de recolección de datos fue el cuestionario. Los resultados muestran que del promedio (\bar{x}) de 40 (100%) estudiantes: 23 (57.0%) estudiantes manifestaron que A menudo o Con Frecuencia (2) utilizan las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física.

Palabras Claves: Capacidades Físicas Coordinativas.

COORDINATING PHYSICAL CAPABILITIES IN THE PHYSICAL
EDUCATION AREA, STUDENTS OF THE 2ND GRADE OF
ELEMENTARY OF THE EDUCATIONAL INSTITUTION N ° 60059
ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA -2020

Authoras: LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN
CANDLE ACUÑA DEYSI KARINA

ABSTRACT

The objective of this research was: To determine the Coordinative Physical Abilities in the Area of Physical Education in Students of the 2nd grade of Primary of the Educational Institution N ° 60059 Antonio Raymondi of the District of Punchana during the year 2021.

This research was descriptive, whose usual design of the inquiry was non-experimental, while the specific design was descriptive cross-sectional.

The population was made up of 97 Students of the Educational Institution N ° 60059 Antonio Raymondi of the District of Punchana during the year 2021. The sample was obtained using the sample design for populations less than 1500 obtaining 40 Students. The choice of the sample was intentional non-random.

The technique used to collect the data was the survey and the data collection instrument was the questionnaire. The results show that of the average () of 40 (100%) students: 23 (57.0%) students stated that Often or Frequently (2) they use the Coordinative Physical Abilities in the Area of Physical Education.

Keywords: Coordinative Physical Capabilities.

INTRODUCCIÓN

Un dicho universal es “Mente Sana en Cuerpo Sano” entendiéndose que para tener buena salud habría que practicar algún deporte, habituándose al mismo desde muy temprana edad y todo en función de nuestras capacidades físicas coordinativas muy importantes, pues son uno de los cimientos de cualquier entretenimiento y es necesario tenerlo en cuenta para hacer una buena programación para los escolares y practicantes, así no los adiestramientos presentados no sean nocivos para ellos, al respecto el autor: Guío (2011, p.36) señala que: *“es pertinente reconocer y caracterizar las capacidades físicas básicas (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad) de los escolares, mediante la aplicación de una batería de pruebas de campo con buen porcentaje de validez, fiabilidad, objetividad”*

El estudio las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi del Distrito de Punchana durante el año 2021., es de mucha importancia en todas las instituciones Educativas e instancias, sean estas públicas o privadas; a fin de mantener sanos el cuerpo y la salud.

En ese sentido nos planteamos el siguiente objetivo: Determinar las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

Este trabajo fue desarrollado en cinco capítulos:

CAPÍTULO I: Marco Teórico

CAPÍTULO II: Planteamiento del Problema

CAPÍTULO III: Metodología

CAPÍTULO IV: Resultados

CAPÍTULO V: Discusión. Conclusiones. Recomendaciones

Además, se presentaron las referencias bibliográficas y los anexos.

Entre las dificultades encontradas, es de destacar la búsqueda de la bibliografía especializada, así como el tiempo empleado, lo cual fue superado con prolijidad, lo cual permitió presentar este trabajo de investigación.

Estamos agradecidas con la Universidad Científica del Perú, UCP de Iquitos, por permitirnos cumplir uno de nuestros deseos de formación profesional y mejorar el conocimiento que transmitiremos a nuestra sociedad con ética profesional.

Las autoras

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes de Estudio

Internacionales

Vizcarra et al., (2015) realizaron la investigación: *“Incidencia de un programa integrado en el desarrollo de las capacidades físicas en la etapa preparatoria. Club de Fútbol Independiente del Valle, categoría reserva 2014-2015”*, en el Departamento de Ciencias Humanas y Sociales de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE Sangolquí, Quito. Llegando a la conclusión: *“Se observa que en la capacidad física coordinativa es la de mayor incremento bajo el programa integrado aplicado en la pretemporada.”* Pág 17

Guañuna & Meza (2012) realizaron la investigación: *“Estudio de las capacidades físicas que intervienen en el entrenamiento deportivo de la disciplina del futbol en la categoría sub 16 de las ligas cantonales de la provincia de Imbabura durante el año del 2012”*, en la Universidad Técnica del Norte. Llegando a la siguiente conclusión: *“La investigación se difundió entre los entrenadores, autoridades y deportistas de la Categoría Superior de Fútbol, mediante una charla técnica para los entrenadores, a fin de que dar a conocer algunos lineamientos concernientes con la disposición técnica, física, integral, teórica y táctica; estos vienen a ser elementos que ayudan a la disposición adecuada de los futuros futbolistas; e incluso la difusión de este manual coadyuvó a tomar conciencia a algunos profesores que les otorgaban permisos para los respectivos entrenamiento. Asimismo, a las autoridades para brindar mayor apoyo con los permisos, así como con la logística. También, al mismo futbolista para conciencia respecto de su rol, con bastante responsabilidad para que realice sus entrenamientos”*. (Pág.175).

Sáez & Gutiérrez (2007) realizaron la investigación: *“Los contenidos de las capacidades condicionales en la educación física”*, en la Universidad de

Vigo. Llegando a la siguiente conclusión: *“Hemos enumerado los diversos contenidos que las personas deberán realizar en cuanto al ejercicio físico, dependiendo de la etapa evolutiva en la que se encuentren. No se describieron, ni se enumeraron formas concretas de movimientos. Esta investigación desarrolló los diversos planteamientos de praxis, que vendrían a ser los adecuado para cada una de las diversas etapas”*, Pág 57.

Nacionales

Quispe (2018) realizó la investigación: *“Influencia del programa de fútbol-sala en las capacidades físicas básicas en la selección sub 12 de los “PAGPA” 2018”*, en la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Llegando a siguiente conclusión: *“Los resultados obtenidos mediante el estadígrafo Wilcoxon permite concluir que la influencia del programa de fútbol-sala produce efectos significativos en las mejoras de la velocidad motora de la selección sub 12 masculino de los Planteles de Aplicación “Guamán Poma de Ayala” - 2018. Resultado que es corroborado con el nivel de significancia obtenida de $p = 0,000$ que es menor a $\alpha = 0.05$, motivo por el que se afirma que existen diferencias significativas en el desarrollo de la velocidad motora cuando comparamos el pretest y posttest con niveles de confianza de un 95 % y una significancia de 5%.”* Pág 51.

Bravo & Santos (2015) realizó la investigación: *“El nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la institución educativa secundaria industrial N° 32 de Puno - 2015”*, en la Universidad Nacional del Altiplano. Llegando a la siguiente conclusión: *“Los resultados de capacidades físicas condicionales de los alumnos del primer año de la institución educativa secundaria industrial (I.E.S.) No. 32 de Puno, están en el nivel bueno el cual significa que no están en un nivel óptimo, puesto que dicho nivel se interpreta como una representación igual al mínimo aceptable y que un mínimo porcentaje alcanza el nivel excelente, el cual indica que están en un nivel muy superior al mínimo aceptable”*. Pág 79.

Colla (2018) realizó la investigación: “*Capacidades físicas condicionales de los alumnos del quinto grado de la institución educativa secundaria Manuel Gonzales Prada de Ilo Moquegua para la práctica de la natación – 2017*”, en la Universidad Nacional del Altiplano, llegando a la siguiente conclusión: “*Los resultados de capacidades físicas condicionales de los escolares, están en un 47,4 %, que el mayor porcentaje de alumnos de la I.E. Manuel Gonzales Prada, están en situaciones de iniciar la práctica deportiva*”. Pág 52

Locales

Guerra et al. (2014) realizaron la investigación: “*Motivaciones hacia la práctica de actividades físico-deportivas en estudiantes segundo nivel de idiomas extranjeros, facultad de educación, primer semestre-2014*”, en la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana. Llegando a la siguiente conclusión: “*Las motivaciones hacia la práctica de actividades físico-deportivas son altas*”. Pág 66.

1.2. Bases teóricas

1.2.1. Capacidades físicas coordinativas

La formación física y el deporte son prácticas fundamentales en diferentes edades del hombre; solo que es recomendable que esta práctica este realizado mediante las capacidades físicas coordinativas y esto se da por medio del movimiento, tanto así que “Las capacidades no son innatas, sino que se desarrollan en base a las propiedades fundamentales que tiene el organismo del hombre, en el enfrentamiento diario con el medio. Estas tienen en común con las destrezas, que serían indicios coordinativos del beneficio que se despliegan en la actividad, principalmente en el movimiento deportivo”. (Rivera et al., 2014).

1.2.2. Dimensiones de las capacidades físicas coordinativas

El trabajo en la enseñanza física y deportes obliga a los especialistas conocer diversas dimensiones de las capacidades físicas y coordinativas, con el fin de no poner en riesgo el organismo y la salud del deportista, tanto que nuestro estudio tratara las siguientes dimensiones:

1.2.2.1. Fuerza

Para que el estudiante logre ir desarrollando dicha capacidad tiene que ir entrenando, es por ello que: Sáez & Gutiérrez (2007) sostiene que *“La fuerza muscular absoluta viene a ser la máxima fuerza que podría desarrollar una persona en una determinada actividad o en el mantenimiento de una posición. La fuerza relativa es considerada como la relación entre la fuerza muscular absoluta y el peso de la persona”*.

Al hacer educación física el estudiante, en sus ejercicios tendrá que realizar esfuerzo muscular generando fuerza, en este sentido Muñoz (2009), cita a *“Porta (1988), define la **Fuerza** como “la capacidad de generar tensión intramuscular”*

En ese sentido, García et al. (2010) manifiesta *“Desde un punto de vista del proceso de progreso de la capacidad condicional de fuerza se deben utilizar diferentes variables que nos permiten diseñar y organizar su adecuada prescripción como son: la intensidad, el tipo de ejercicio, la densidad, la velocidad y el volumen. Es necesario considerar y controlar cuidadosamente cada uno de ellos si se quiere poder incurrir en el desarrollo de una definitiva revelación de la fuerza, ya que, dependiendo del grado de ímpetu, del volumen de trabajo, de la velocidad de realización del entrenamiento, de la pausa entre las sucesiones, y del ejemplo de adiestramientos selectos, se estará encaminado el progreso de la fuerza en un definitivo sentido”*. Pág 110.

1.2.2.2. Velocidad

Existen componentes que establecen la velocidad, Zúñiga (1998) según cita a “López, M. (1995) cita cuatro tipos de factores: a Hereditarios, Evolutivos y de Aprendizaje (Sexo, Talento - aptitud, calidad técnica, constitución, edad). B) Sensoriales - Cognoscitivos (concentración, aceptación, aprovechamiento, adelanto, energía, medida, intervención, estimulación). C) Neuronales (incorporación y frecuencia de mecanismos motores, velocidad conductora de estímulos, inervación refleja). D) Tendo - musculares (Flexibilidad muscular y tendinosa, características de fibra, sección transversal, velocidad de contorsión muscular, calentura muscular, sendas energéticas, extensibilidad - elongación)”. Pág 5

Es necesario tener claro lo que entendemos por velocidad, en ese sentido Sillero et al. (2003) lo conceptúan como “La Velocidad es la relación entre la distancia o espacio y el tiempo que se invierte en recorrerlo:

$$V = E/T$$

También Reyes et al. (2019) refieren “La velocidad que se requiere entonces al momento de ir al ataque o contra atacar pone de manifiesto la necesidad de contar con jugadores no solamente veloces, sino también fuertes. Por lo que, toda preparación física en el fútbol, tanto en alto rendimiento, como en mujeres infantiles y prejuveniles que ocupa este estudio, le brinda gran importancia al hecho de desarrollar adecuados niveles de potencia”.

1.2.2.3. Flexibilidad

Al realizar las actividades físicas el cuerpo muestra cierta flexibilidad, por ello es importante comprender que es, Pareja (2010) nos refiere: “Una explicación del porqué es definida la flexibilidad únicamente como

capacidad máxima de... (concepto cuantitativo) podría estar cedida por la predisposición a definir así las capacidades físicas o porque para su perfeccionamiento, en el campo del adiestramiento de cualesquiera deportes, como la gimnasia artística, es obligatorio adiestrar en límites máximos y esto se transfiere sin reflexión alguna a otros deportes y actividades físicas, tanto en la teoría como en la práctica” pág 18.

También es preciso saber de qué manera se puede trabajar la flexibilidad, ante ello las recomendaciones generales para su trabajo:

- 1. Se debe aprender la organización del cuerpo para poder elegir los ejercicios adecuados y establecer el grado de dificultad, así como la técnica o técnicas más adecuadas de acuerdo con el requerimiento.*
- 2. La organización de la articulación que establece la dirección y extensión de movimiento, por ejemplo, la articulación de la rodilla sólo permite movimientos en dos direcciones, flexión y extensión, esto es improbable de cambiar.*
- 3. La dirección del movimiento está fijada por la organización de la articulación, por ejemplo: el hecho de llevar los brazos lateralmente hasta la altura de los omóplatos, no llega a ser un ejercicio de flexibilidad, porque la organización de la articulación permite perfectamente este movimiento sin sufrir ninguna resistencia a niveles articulares y musculares. Sin embargo, un movimiento, de abducción en la articulación de la cadera a partir de 90 grados comienza a ser intenso.*
- 4. La iniciación de la “fijación” que representa que un movimiento es más agudo si una parte del cuerpo persiste fija en tanto otra se mueve.*
- 5. El objetivo de hacer ejercicios para optimar la flexibilidad es la de depositar o reponer su función inicial a los músculos y articulaciones.*

6. Los ejercicios deben ser realizados con mayor profundidad y frecuentar de motivar aquellas articulaciones o músculos en los cuales debe reposar el esfuerzo de flexibilidad.

7. La obligación de un calentamiento previo, ejecutado de modo creciente importando a cada uno de los grupos musculares, sin tosquedad, choques, impulsos indisciplinados o desordenados.

8. Los ejercicios reiterados de un mismo ejercicio, ejecutados de modo creciente y alcanzando a términos extremos, no producen ningún problema.

9. Los ejercicios selectos pueden ser:

- Manejando el propio peso del organismo.
- Manejando la autoayuda.
- Utilizando al compañero.
- Utilizando medios auxiliares.” (Echevarría-Pérez et al., 2013).

1.3. Definición de términos básicos

Capacidades Físicas. Son definidas como aquellas características individuales del sujeto, que vienen a ser determinantes en las condiciones físicas y que se fundamentan en los ejercicios mecánicos y en aquellos procesos metabólicos y energéticos de rendimiento de la musculatura voluntaria, que no implican situaciones de elaboración sensorial complejas. (Guío, 2011).

Educación Física. es una parte integrante del concepto global de Educación que, como medio pedagógico, utiliza el movimiento humano en todas sus formas y posibilidades. (Sáez & Gutiérrez, 2007).

Educación Primaria. constituye el segundo nivel de la EBR y se desarrolla durante seis grados. (MINEDU, 2016).

Estudiante. Individuo que desarrolla aprendizaje en la institución escolar.

Fuerza. Robustez, vigor y capacidad para poder mover algo o a alguien que tenga peso o pueda hacer resistencia como para tirar una barra, levantar una piedra, etc. (ASALE, 2020).

Velocidad. Se trata de la aquella capacidad para ejecutar diversas acciones o movimientos fuertes o menor complejas de forma cíclica en el mínimo tiempo viable. (Y. Arguello & Velásquez, 2011, pág. 630).

Flexibilidad. Cualidad de flexible. (ASALE, 2020).

CAPÍTULO II: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

Un dicho universal es “Mente Sana en Cuerpo Sano” entendiéndose que para tener buena salud habría que practicar algún deporte, habituándose al mismo desde muy temprana edad y todo en función de nuestras capacidades físicas coordinativas muy importantes, pues son uno de los cimientos de cualquier entretenimiento y es necesario tenerlo en cuenta para hacer una buena programación para los escolares y practicantes, así no los adiestramientos presentados no sean nocivos para ellos, al respecto el autor: Guío (2011) señala que: *“sería pertinente caracterizar y reconocer aquellas capacidades físicas básicas (fuerza, flexibilidad, resistencia y velocidad) de los escolares mediante la aplicación de una batería de pruebas de campo con buen porcentaje de objetividad, fiabilidad, validez”*. (p.36).

Esta situación se observa en las centros educativos públicos y privados que llevan como área de amaestramiento la educación física, específicamente en los Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi del Distrito de Punchana durante el año 2021, donde los jóvenes, si bien es cierto practican deporte pero sin la técnica respectiva que proteja su cuerpo y su salud, que de seguir en esta situación se corre el riesgo de ver a la educación física y al deporte como una actividad sin importancia; tanto que es urgente investigar el problema de la: Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física con Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi del Distrito de Punchana durante el año 2021, formulando los siguientes problemas.

2.2. Formulación del problema

2.2.1. Problema general

¿Cuáles son las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021?

2.2.2. Problemas específicos

¿Cómo es la fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021?

¿Cómo es la velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021?

¿Cómo es la flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021?

2.3. Objetivos

2.3.1. Objetivo general

Determinar las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

2.3.2. Objetivos específicos

Evaluar la fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

Evaluar la velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

Evaluar la flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

2.4. Justificación e importancia de la investigación

Es imprescindible que nuestros estudiantes conozcan cuáles sus capacidades físicas coordinadoras y por qué es importante educarlas en cultura física y mental, perfeccionarlas y mejorarlas, así como los beneficios para su formación como personas y para el bienestar de la sociedad en su conjunto. Para que nuestros estudiantes logren provechos en la práctica, deben edificar la comprensión teórica acerca del estado físico, educarse cómo conseguir, saber planear y vigilar su asunto de desarrollo, todo ello como una representación de conservarse sanos y optimistas en la consecución de sus metas.

Así, el tema de capacidades físicas coordinativas según: Cellán Palacios (2013a), señala que: *“Las capacidades coordinativas son determinadas por las funciones parciales que sirven de base para el desarrollo coordinativo (Percepción y elaboración de informaciones, comparación de los parámetros ideales y reales del movimiento, programación y anticipación, impulsos eferentes) pág 21.*

La investigación será importante en lo teórico porque el estudio contribuirá a determinar las capacidades físicas coordinativas mediante sus dimensiones y otras que se presenta en forma organizada.

En lo metodológico porque se presenta la operacionalización de la variable en estudio con sus dimensiones, indicadores e índices que será manejado para la elaboración del instrumento de recolección de datos.

En lo práctico por que los resultados de estudio permitirían prevenir situaciones anómalas en la práctica del deporte escolar e individual y ejecutar alternativas para la familia y la escuela y así prevenir consecuencias en la salud.

En lo social por que los beneficiarios del estudio los Estudiantes, papás responsables de su familia, Directivos, jerárquicos y Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi del Distrito de Punchana en particular.

2.5. Hipótesis

2.5.1. Hipótesis general

Las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física se da a menudo o Con Frecuencia en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

2.5.2. Hipótesis derivadas

La práctica de la fuerza se da a menudo o Con Frecuencia en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física se da a menudo o Con Frecuencia en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

La práctica de la velocidad se da a menudo o Con Frecuencia en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

La práctica de la flexibilidad se da a menudo o Con Frecuencia en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

2.6. Variables

2.6.1. Identificación de las variables

Variable independiente: capacidades físicas coordinativas

2.6.2. Definición de las variables

2.6.2.1. Definición conceptual

Capacidades físicas coordinativas se define conceptualmente como *“son de gran significación en el proceso del comportamiento sensorio-motriz, para ajustar los patrones de movimiento y fortalecer movimientos determinados. Por otro lado, las capacidades coordinativas se determinan por direccionar y regular el desarrollo de los movimientos, con un propósito determinado, que fortalecen las aptitudes físicas del individuo en su reto cotidiano con el entorno”*. (Carrillo Arévalo & Zambrano Cruz, 2015, p.25).

2.6.2.2. Definición operacional

La variable: Capacidades físicas coordinativas se define operacionalmente como: condición física relacionada con la capacidad coordinativa; a través de las dimensiones: Diferenciación. Acoplamiento. Orientación. Equilibrio. Cambio. Ritmo. Relajación apreciados como: Nunca o Pocas Veces (1). A menudo o Con Frecuencia (2). Siempre (3)

2.6.3. Operacionalización de las Variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Índices
Capacidades Físicas Coordinativas	1. Fuerza	1.1. En qué medida la fuerza, como condición física, ejerce tensión contra una resistencia	Nunca o Pocas Veces (1) A menudo o Con Frecuencia (2) Siempre (3)
		1.2. En qué medida la capacidad estriba substancialmente de la fuerza contráctil del tejido muscular	
		1.3. En qué medida la resistencia puede ejercerla el propio cuerpo en pugna contra la gravedad (dar un salto, elevarse colgado de una barra) o contra un objeto (levantar peso, remar, pedalear)	
		1.4. En qué medida la fuerza logra ser: límite, fuerza-velocidad y fuerza-resistencia	
		1.5. En qué medida la fuerza máxima es la mayor expresión de fuerza que puede desarrollar una musculatura, al vencer resistencias que se encuentran en el límite de su capacidad	
		1.6. En qué medida la fuerza- velocidad es la capacidad de realizar un movimiento dominando una firmeza no máxima, a la máxima velocidad.	
		1.7. En qué medida la fuerza-resistencia es la capacidad del músculo de soportar una acción repetida y prolongada en el tiempo	
		1.8. En qué medida la fuerza muscular absoluta es la máxima fuerza que puede desarrollar un individuo en una acción o en el mantenimiento de una posición	
		1.9. En qué medida la fuerza referente se considera como la relación entre la fuerza musculosa dominante y el peso de la persona.	
	2. Velocidad	2.1. En qué medida la velocidad es la capacidad de hacer uno o varios movimientos en el menor tiempo posible	
		2.2. En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de todo el cuerpo	
		2.3. En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de velocidad	
		2.4. En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de e una o varias partes del cuerpo –segmentaria–	
		2.5. En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de velocidad de reacción para ponerse en movimiento.	
		2.6. En qué medida cualquier acto motor de velocidad se suceden estas tres fases: concepción de la imagen motriz, transmisión del impulso por el sistema nervioso, y ejecución del movimiento	
		2.7. En qué medida la velocidad de resistencia viene determinada por el mínimo tiempo que transcurre entre la aplicación de un estímulo a la obtención de una respuesta motora.	
		2.8. En qué medida la velocidad decide una determinada acción	
		2.9. En qué medida el rápido movimiento del brazo en una acción de esgrima o de tenis, o la brusca extensión del tronco en un salto gimnástico,	
		2.10. En qué medida el trabajo de velocidad de deslizamiento deberá ser con distancias cortas que no permitan que el alumno entre en régimen de resistencia anaeróbica láctica	
		2.11. En qué medida la palabra velocidad engloba una serie de conceptos muy diversos y diferentes: velocidad de realización al golpear, velocidad de intervención, velocidad de arranque, tiempo de resistencia, velocidad de deslizamiento	
		2.12. En qué medida los movimientos continuados que entienden la velocidad de movimientos cíclicos y a cíclicos	
	3. Flexibilidad	3.1. En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión	
		3.2. En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad musculo tendinosa	
		3.3. En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular	
		3.4. En qué medida la flexibilidad es la cualidad que consiente el enorme recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al individuo realizar ejercicios que requieren gran agilidad y destreza	
		3.5. En qué medida la flexibilidad puede venir dada por la naturaleza de la persona, por la edad y por el sexo.	
		3.6. En qué medida la existen personas muy rígidas que, a pesar del entrenamiento, no logran nunca buenos resultados	
		3.7. En qué medida las damas poseen más flexibilidad que los varones, y los infantes más que los adultos	
		3.8. En qué medida las mujeres tienen más flexibilidad que los hombres, y los niños más que los adultos	
		3.9. En qué medida los ejercicios de carácter forzado –también, mal llamados “pasivos”– suelen crear cierta angustia en los discentes; por tanto, solamente se aplicarán en alumnos muy motivados	

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Nivel y tipo y diseño de investigación

3.1.1. Nivel de investigación

La investigación de acuerdo al nivel de conocimiento pertenece a una investigación descriptiva, con una variable: Capacidades Físicas Coordinativas.

El estudio pertenece al enfoque cuantitativo de investigación porque las preguntas de investigación versaron sobre cuestiones específicas, porque se revisó investigaciones anteriores, porque se sometió a prueba la hipótesis mediante el empleo de los diseños de investigación apropiados; porque se utilizó la recolección de datos para probar la hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico.

3.1.2. Tipo de investigación

La investigación fue de tipo descriptivo porque se estudió la situación en que se encuentra la variable (Velásquez & Rey, 1999): Capacidades Físicas Coordinativas.

3.1.3. Diseño de investigación

El diseño general de la investigación fue el no experimental de tipo descriptivo transversal.

Fue No experimental porque no se manipuló la variable en estudio Capacidades Físicas Coordinativas.

Fue Descriptivo Transversal porque se recogió la información en el mismo lugar y en un momento determinado.

Esquema:



Donde:

M : Es la Muestra.

O : Observación de la muestra (Hernández Sampieri et al., 2010).

Los pasos que se seguirá en la aplicación del diseño son:

1. Realizar la observación a la variable (recojo de información sobre el objeto de estudio).
2. Procesar o sistematizar la información o datos.
3. Clasificar la información o datos, organizándolos en cuadros o tablas y representarlos en gráficos.
4. Analizar e interpretar la información o datos.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

La población estuvo delimitada por Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021, distribuidos de la siguiente forma.

Grado y Sección	N° de Estudiantes
2do Grado "A"	40
Total de Estudiantes	40

3.2.2. Muestra

La muestra la conformaron el 100% de estudiantes del 2° grado A de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi del Distrito de Punchana durante el año 2021.

La selección de la muestra será no aleatoria intencionada,

3.3. Técnica, instrumentos y procedimientos de recolección de datos

3.3.1. Técnica de recolección de datos

La técnica que se empleó en la recolección de datos fue la encuesta porque se observó el hecho en forma indirecta.

3.3.2. Instrumentos de recolección de datos

El instrumento que se empleó en la recolección de datos fue el cuestionario el que fue sometido a prueba de validez y confiabilidad antes de su aplicación, obteniéndose 80.7 de validez y 0.911 de confiabilidad.

1.3.3. Procedimientos de recolección de datos

- ✓ Elaboración y aprobación del proyecto de tesis.
- ✓ Elaboración del instrumento de recolección de datos.
- ✓ Prueba de validez y confiabilidad al instrumento de recolección de datos.
- ✓ Recojo de la información.
- ✓ Procesamiento de la información.
- ✓ Organización de la información en cuadros.
- ✓ Análisis de la información.
- ✓ Interpretación de datos.
- ✓ Elaboración de discusión y presentación del informe.

- ✓ Sustentación del informe.

3.4. Procesamiento y análisis de la información

3.4.1. Procesamiento de la información

El procesamiento de los datos se efectuó en forma mecánica sobre la base de los datos.

3.4.2. Análisis de la información

El análisis e interpretación de los datos se efectuó empleando la estadística descriptiva: Frecuencia, promedio (\bar{x}), porcentaje (%)

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo

4.1.1. Las capacidades físicas coordinativas

CUADRO N° 01

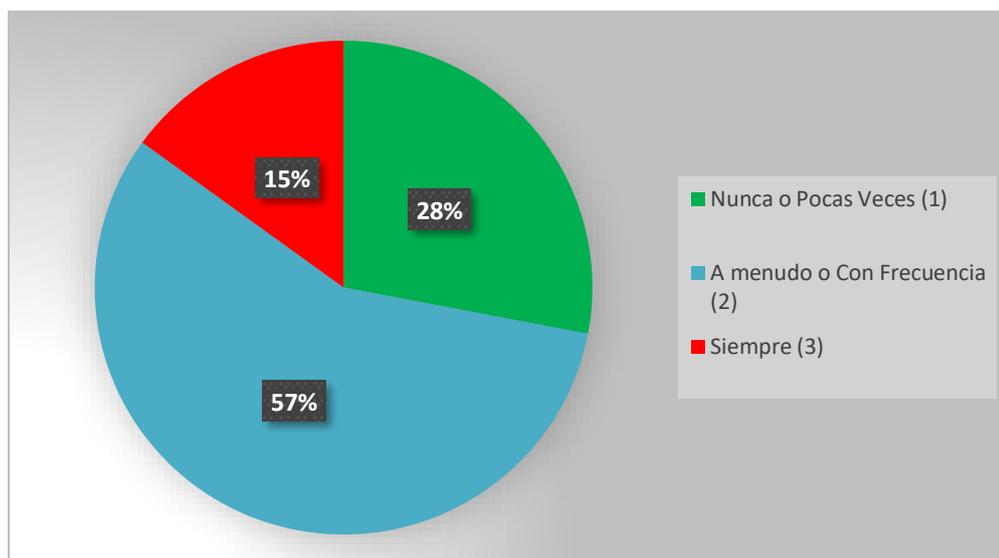
La Fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021

Capacidades Físicas Coordinativas		Nunca o Pocas Veces (1)		A menudo o Con Frecuencia (2)		Siempre (3)		Total		
		f	%	f	%	f	%	f	%	
1	Fuerza									
	1.1.	En qué medida la fuerza, como condición física, ejerce tensión contra una resistencia	12	30.0	22	55.0	6	15.0	40	100.0
	1.2.	En qué medida la capacidad estriba substancialmente de la fuerza contráctil del tejido muscular	10	25.0	24	60.0	6	15.0	40	100.0
	1.3.	En qué medida la resistencia puede ejercerla el propio cuerpo en pugna contra la gravedad (dar un salto, elevarse colgado de una barra) o contra un objeto (levantar peso, remar, pedalear)	8	20.0	24	60.0	8	20.0	40	100.0
	1.4.	En qué medida la fuerza logra ser: limite, fuerza-velocidad y fuerza-resistencia	12	30.0	22	55.0	6	15.0	40	100.0
	1.5.	En qué medida la fuerza máxima es la mayor expresión de fuerza que puede desarrollar una musculatura, al vencer resistencias que se encuentran en el límite de su capacidad	12	30.0	26	65.0	2	5.0	40	100.0
	1.6.	En qué medida la fuerza- velocidad es la capacidad de realizar un movimiento dominando una firmeza no máxima, a la máxima velocidad.	14	35.0	22	55.0	4	10.0	40	100.0
	1.7.	En qué medida la fuerza-resistencia es la capacidad del músculo de soportar una acción repetida y prolongada en el tiempo	12	30.0	20	50.0	8	20.0	40	100.0
	1.8.	En qué medida la fuerza muscular absoluta es la máxima fuerza que puede desarrollar un individuo en una acción o en el mantenimiento de una posición	10	25.0	22	55.0	8	20.0	40	100.0
	1.9.	En qué medida la fuerza referente se considera como la relación entre la fuerza musculosa dominante y el peso de la persona.	12	30.0	22	55.0	6	15.0	40	100.0
PROMEDIO (\bar{X})		11	28.0	23	57.0	6	15.0	40	100.0	

Fuente: Base de datos de las Autoras

GRÁFICO N° 01

La Fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021



Fuente: Cuadro N° 1

En el cuadro y gráfico N° 1 se observa la Fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021 y es lo siguiente:

Del promedio (\bar{x}) de 40 (100%) estudiantes: 23 (57.0%) estudiantes manifestaron que A menudo o Con Frecuencia (2) utilizan la Fuerza, predominando con 65% el indicador: En qué medida la fuerza máxima es la mayor expresión de fuerza que puede desarrollar una musculatura, al vencer resistencias que se encuentran en el límite de su capacidad. 11 (28.0%) estudiantes manifestaron Nunca o Pocas Veces (1) utilizan la Fuerza, predominando con 35% el indicador: En qué medida la fuerza-velocidad es la capacidad de realizar un movimiento dominando una firmeza no máxima, a la máxima velocidad. Mientras que 6 (15.0%) estudiantes manifestaron que Siempre (3) utilizan la Fuerza, predominando con 20% los indicadores: En qué medida la resistencia puede ejercerla el

propio cuerpo en pugna contra la gravedad (dar un salto, elevarse colgado de una barra) o contra un objeto (levantar peso, remar, pedalear). En qué medida la fuerza-resistencia es la capacidad del músculo de soportar una acción repetida y prolongada en el tiempo. En qué medida la fuerza muscular absoluta es la máxima fuerza que puede desarrollar un individuo en una acción o en el mantenimiento de una posición; concluyendo que A menudo o Con Frecuencia utilizan la Fuerza.

Con estos resultados se logra el objetivo específico N° 1 que dice: Evaluar la fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi e Punchana 2021.

Así mismo se aprueba la hipótesis derivada N° 1 que dice: La práctica de la fuerza se da a menudo o Con Frecuencia en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física se da a menudo o Con Frecuencia en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

CUADRO N° 02

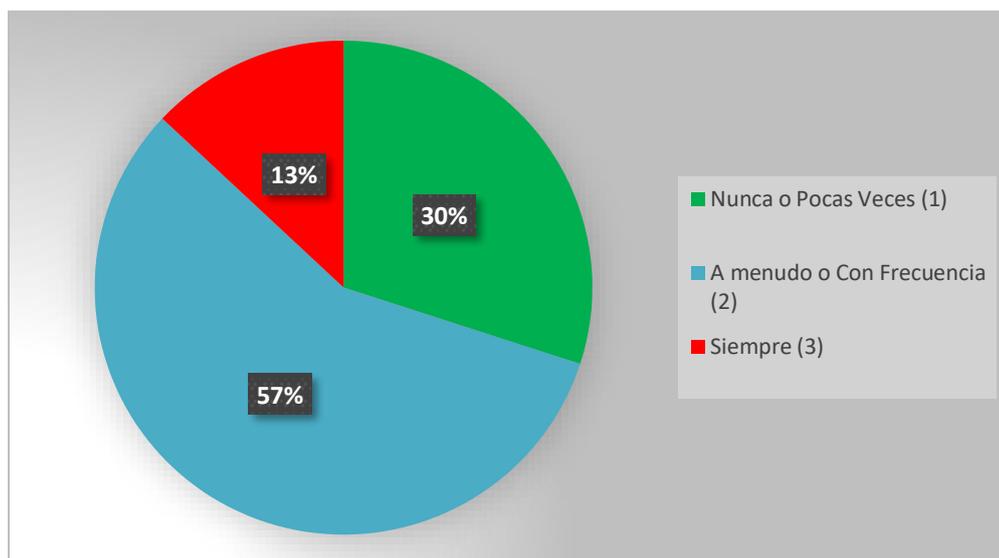
La Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021

Capacidades Físicas Coordinativas		Nunca o Pocas Veces (1)		A menudo o Con Frecuencia (2)		Siempre (3)		Total		
		f	%	f	%	f	%	f	%	
2	Velocidad									
	2.1.	En qué medida la velocidad es la capacidad de hacer uno o varios movimientos en el menor tiempo posible	12	30.0	26	65.0	2	5.0	40	100.0
	2.2.	En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de todo el cuerpo	14	35.0	22	55.0	4	10.0	40	100.0
	2.3.	En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de velocidad	12	30.0	20	50.0	8	20.0	40	100.0
	2.4.	En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de e una o varias partes del cuerpo - segmentaria-	10	25.0	22	55.0	8	20.0	40	100.0
	2.5.	En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de velocidad de reacción para ponerse en movimiento.	12	30.0	22	55.0	6	15.0	40	100.0
	2.6.	En qué medida cualquier acto motor de velocidad se suceden estas tres fases: concepción de la imagen motriz, transmisión del impulso por el sistema nervioso, y ejecución del movimiento	12	30.0	26	65.0	2	5.0	40	100.0
	2.7.	En qué medida la velocidad de resistencia viene determinada por el mínimo tiempo que transcurre entre la aplicación de un estímulo a la obtención de una respuesta motora.	14	35.0	22	55.0	4	10.0	40	100.0
	2.8.	En qué medida la velocidad decide una determinada acción	12	30.0	20	50.0	8	20.0	40	100.0
	2.9.	En qué medida el rápido movimiento del brazo en una acción de esgrima o de tenis, o la brusca extensión del tronco en un salto gimnástico.	10	25.0	22	55.0	8	20.0	40	100.0
	2.10.	En qué medida el trabajo de velocidad de deslizamiento deberá ser con distancias cortas que no permitan que el alumno entre en régimen de resistencia anaeróbica láctica	12	30.0	22	55.0	6	15.0	40	100.0
	2.11.	En qué medida la palabra velocidad engloba una serie de conceptos muy diversos y diferentes: velocidad de realización al golpear, velocidad de intervención, velocidad de arranque, tiempo de resistencia, velocidad de deslizamiento	12	30.0	26	65.0	2	5.0	40	100.0
2.12.	En qué medida los movimientos continuados que entienden la velocidad de movimientos cíclicos y a cíclicos	14	35.0	22	55.0	4	10.0	40	100.0	
PROMEDIO (\bar{X})		12	30.0	23	57.0	5	13.0	40	100.0	

Fuente: Base de datos de las Autoras

GRÁFICO N° 02

La Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021



Fuente: Cuadro N° 2

En el cuadro y gráfico N° 2 se observa la Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021 y es lo siguiente:

Del promedio (\bar{x}) de 40 (100%) estudiantes: 23 (57.0%) estudiantes manifestaron que A menudo o Con Frecuencia (2) utilizan la Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas, predominando con 65% los indicadores: En qué medida la velocidad es la capacidad de hacer uno o varios movimientos en el menor tiempo posible. En qué medida cualquier acto motor de velocidad se suceden estas tres fases: concepción de la imagen motriz, transmisión del impulso por el sistema nervioso, y ejecución del movimiento y En qué medida la palabra velocidad engloba una serie de conceptos muy diversos y diferentes: velocidad de realización al golpear, velocidad de intervención, velocidad de arranque, tiempo de resistencia, velocidad de deslizamiento. 12 (30.0%) estudiantes manifestaron Nunca o

Pocas Veces (1) utilizan la Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas, predominando con 35% los indicadores: En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de todo el cuerpo. En qué medida la velocidad de resistencia viene determinada por el mínimo tiempo que transcurre entre la aplicación de un estímulo a la obtención de una respuesta motora. Y En qué medida los movimientos continuados que entienden la velocidad de movimientos cíclicos y a cíclicos. Mientras que 5 (13.0%) estudiantes manifestaron que Siempre (3) utilizan la Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas, predominando con 20% los indicadores: En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de velocidad. En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de e una o varias partes del cuerpo –segmentaria. En qué medida la velocidad decide una determinada acción. Y En qué medida el rápido movimiento del brazo en una acción de esgrima o de tenis, o la brusca extensión del tronco en un salto gimnástico, concluyendo que A menudo o Con Frecuencia utilizan la Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas.

Con estos resultados se logra el objetivo específico N° 2 que dice: Evaluar la Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

Así mismo se aprueba la hipótesis derivada N° 2 que dice: La práctica de la Velocidad se da a menudo o Con Frecuencia en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física se da a menudo o Con Frecuencia en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

CUADRO N° 03

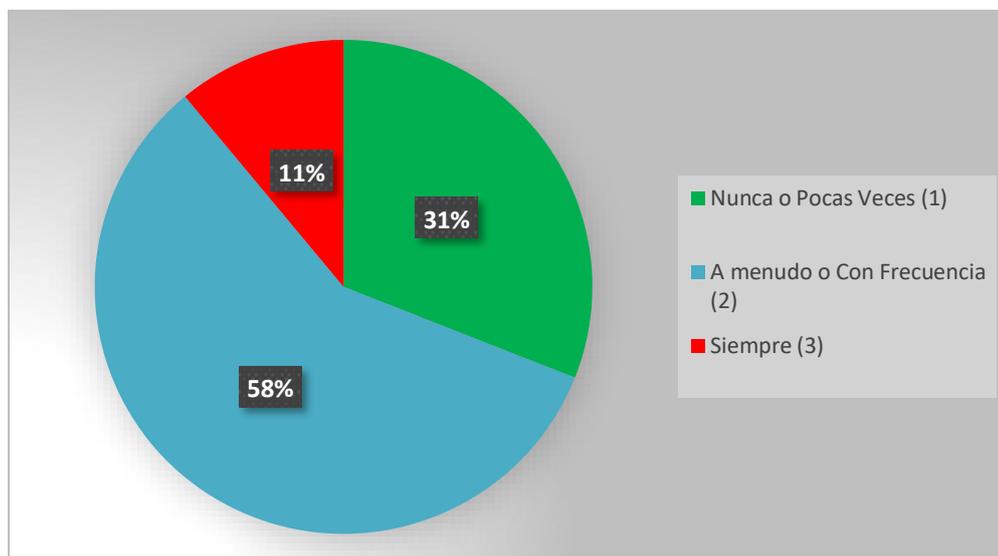
La Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021

Capacidades Físicas Coordinativas		Nunca o Pocas Veces (1)		A menudo o Con Frecuencia (2)		Siempre (3)		Total		
		f	%	f	%	f	%	f	%	
3	Flexibilidad									
	3.1.	En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión	12	30.0	26	65.0	2	5.0	40	100.0
	3.2.	En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad musculo tendinosa	14	35.0	22	55.0	4	10.0	40	100.0
	3.3.	En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular	12	30.0	20	50.0	8	20.0	40	100.0
	3.4.	En qué medida la flexibilidad es la cualidad que consiente el enorme recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al individuo realizar ejercicios que requieren gran agilidad y destreza	10	25.0	22	55.0	8	20.0	40	100.0
	3.5.	En qué medida la flexibilidad puede venir dada por la naturaleza de la persona, por la edad y por el sexo.	12	30.0	22	55.0	6	15.0	40	100.0
	3.6.	En qué medida la existen personas muy rígidas que, a pesar del entrenamiento, no logran nunca buenos resultados	12	30.0	26	65.0	2	5.0	40	100.0
	3.7.	En qué medida las damas poseen más flexibilidad que los varones, y los infantes más que los adultos	14	35.0	22	55.0	4	10.0	40	100.0
	3.8.	En qué medida las mujeres tienen más flexibilidad que los hombres, y los niños más que los adultos	12	30.0	26	65.0	2	5.0	40	100.0
	3.9.	En qué medida los ejercicios de carácter forzado –también, mal llamados “pasivos”– suelen crear cierta angustia en los discentes; por tanto, solamente se aplicarán en alumnos muy motivados	14	35.0	22	55.0	4	10.0	40	100.0
PROMEDIO (\bar{X})		12	31.0	23	58.0	5	11.0	40	100.0	

Fuente: Base de datos de las Autoras

GRÁFICO N° 03

La Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021



Fuente: Cuadro N° 3

En el cuadro y gráfico N° 3 se observa la Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021 y es lo siguiente:

Del promedio (\bar{x}) de 40 (100%) estudiantes: 23 (58.0%) estudiantes manifestaron que A menudo o Con Frecuencia (2) utilizan la Flexibilidad en las Capacidades Físicas, predominando con 65% los indicadores: En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión. En qué medida la existen personas muy rígidas que, a pesar del entrenamiento, no logran nunca buenos resultados. Y En qué medida las mujeres tienen más flexibilidad que los hombres, y los niños más que los adultos. 12 (31.0%) estudiantes manifestaron Nunca o Pocas Veces (1) utilizan la Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas, predominando con 35% los indicadores: En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la

articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad muscular tendinosa. En qué medida las damas poseen más flexibilidad que los varones, y los infantes más que los adultos. Y En qué medida los ejercicios de carácter forzado –también, mal llamados “pasivos”– suelen crear cierta angustia en los discentes; por tanto, solamente se aplicarán en alumnos muy motivados. Mientras que 5 (11.0%) estudiantes manifestaron que Siempre (3) utilizan la Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas, predominando con 20% los indicadores: En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular. Y En qué medida la flexibilidad es la cualidad que consiente el enorme recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al individuo realizar ejercicios que requieren gran agilidad y destreza; concluyendo que A menudo o Con Frecuencia utilizan la Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas.

Con estos resultados se logra el objetivo específico N° 3 que dice: Evaluar la Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

Así mismo se aprueba la hipótesis derivada N° 3 que dice: La práctica de la Flexibilidad se da a menudo o Con Frecuencia en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física se da a menudo o Con Frecuencia en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

CUADRO N° 04

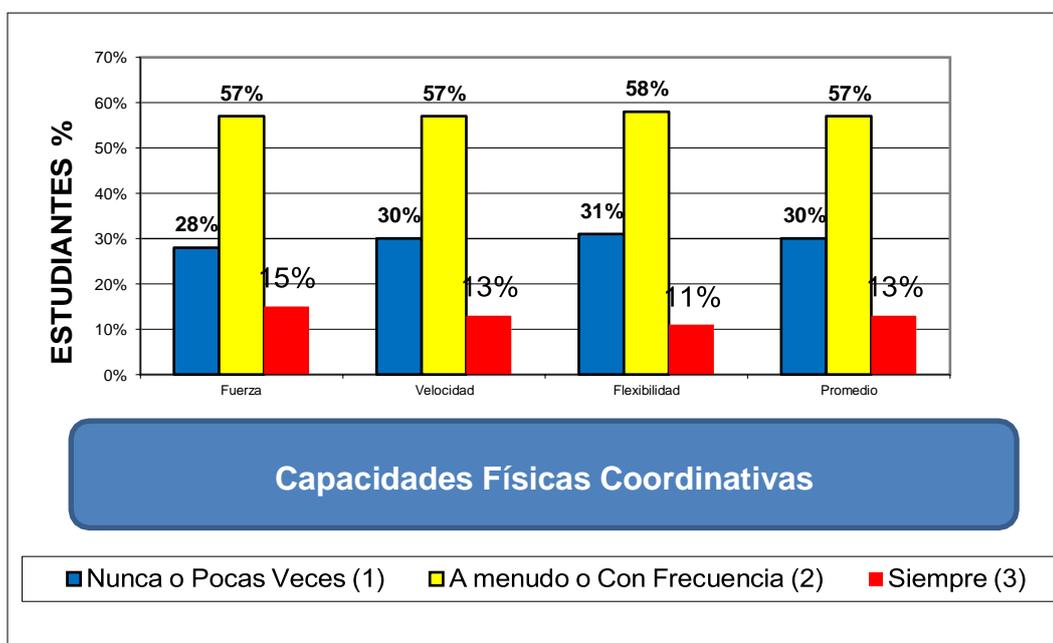
Las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059
Antonio Raymondi Punchana 2021

Capacidades Físicas Coordinativas		Nunca o Pocas Veces (1)		A menudo o Con Frecuencia (2)		Siempre (3)		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%
4	Dimensiones								
	4.1. Fuerza	11	28.0	23	57.0	6	15.0	40	100.0
	4.2. Velocidad	12	30.0	23	57.0	5	13.0	40	100.0
	4.3. Flexibilidad	12	31.0	23	58.0	5	11.0	40	100.0
	PROMEDIO (\bar{x})	12	30.0	23	57.0	5	13.0	40	100.0

Fuente: Cuadros N° 1, 2, 3.

GRÁFICO N° 04

Las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059
Antonio Raymondi Punchana 2021



Fuente: Cuadro N° 4

En el cuadro y gráfico N° 4 se observa las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021 y es lo siguiente:

Del promedio (\bar{x}) de 40 (100%) estudiantes: 23 (57.0%) estudiantes manifestaron que A menudo o Con Frecuencia (2) utilizan las Capacidades Físicas Coordinativas, predominando con 58% los indicadores de la dimensión: Flexibilidad. 12 (30.0%) estudiantes manifestaron Nunca o Pocas Veces (1) utilizan las Capacidades Físicas Coordinativas, predominando con 31% los indicadores de la dimensión: Flexibilidad. Mientras que 5 (13.0%) estudiantes manifestaron que Siempre (3) utilizan las Capacidades Físicas Coordinativas, predominando con 15% los indicadores de la dimensión: Fuerza; concluyendo que A menudo o Con Frecuencia utilizan las Capacidades Físicas Coordinativas.

Con estos resultados se logra el objetivo general que dice: Determinar las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

Así mismo se aprueba la hipótesis general que dice: Las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física se da a menudo o Con Frecuencia en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN. CONCLUSIONES. RECOMENDACIONES

5.1. Discusión

El desarrollo humano solo es posible si combina la mente y el cuerpo; en ese sentido la formación Física y el deporte son prácticas fundamentales en diferentes edades del hombre; solo que es recomendable que esta práctica este realizado mediante las capacidades físicas coordinativas y esto se da por medio del movimiento, tanto así que “Las capacidades no son de nacimiento, sino que se van desarrollando respecto de las bases de las propiedades fundamentales que tiene el organismo del ser humano, en el diario enfrentamiento con el medio. Ellas tienen de común con las destrezas, de que son indicios coordinativos del beneficio que se despliegan en la actividad, principalmente en el movimiento deportivo”. (Rivera et al., 2014).

El trabajo en la enseñanza física y deportes obliga a los especialistas conocer diversas dimensiones de las capacidades físicas y coordinativas, con el fin de no poner en riesgo el organismo y la salud del deportista, tanto que nuestro estudio tratara las siguientes dimensiones: Fuerza, Velocidad y Flexibilidad

Al realizar el análisis descriptivo acerca de las Dimensiones de las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021 se encontró que:

En cuanto a la Fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021, predominando con 65%

En cuanto a la Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021, predominando con 65%

En cuanto a la Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021, predominando con 65%

Al realizar el análisis descriptivo acerca de la variable en estudio: Capacidades Físicas Coordinativas del promedio (\bar{x}) de 40 (100%) estudiantes: 23 (57.0%) estudiantes manifestaron que A menudo o Con Frecuencia (2) utilizan las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021, predominando con 58% los indicadores de la dimensión: Flexibilidad.

Estos resultados coinciden con los trabajos de investigación a nivel internacional de Vizcarra et al. (2015), quien indica que *“Se observa que en la capacidad física coordinativa es la de mayor incremento bajo el programa integrado aplicado en la pretemporada.”* Pág 17. Así mismo Sáez & Gutiérrez (2007), indican que: *“No se han llegado a describir ni enumerar formas concretas de movimientos. El presente estudio desarrolló los diversos planteamientos de praxis que vendrían a ser los adecuados para cada una de las diversas etapas.”*. Pág 57.

También en el nivel nacional los trabajos de investigación de Bravo & Santos (2015), indica que *“Los resultados de capacidades físicas condicionales de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial (I.E.S.) N° 32 de Puno, están en el nivel bueno el cual significa que no están en un nivel óptimo, puesto que dicho nivel se interpreta como una representación igual al mínimo aceptable y*

que un mínimo porcentaje alcanza el nivel excelente, el cual indica que están en un nivel muy superior al mínimo aceptable". Pág 79. De igual modo Colla (2018) , indica que: "Los resultados de capacidades físicas condicionales de los escolares, están en un 47,4 %, que el mayor porcentaje de estudiantes de la I.E. Manuel Gonzales Prada, están en situaciones de iniciar la práctica deportiva". Pág 52

Y en el plano local la investigación de Guerra et al. (2014), indica que: *"Las motivaciones hacia la práctica de actividades físico-deportivas son altas". Pág 66.*

5.2. Conclusiones

5.2.1. Conclusiones específicas

A menudo o Con Frecuencia utilizan la Fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

A menudo o Con Frecuencia utilizan la Velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

A menudo o Con Frecuencia utilizan la Flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

La Variable “Capacidades Físicas Coordinativas” fue delimitado por las siguientes dimensiones: Fuerza. Velocidad. Flexibilidad.

5.2.2. Conclusión general

A menudo o Con Frecuencia utilizan las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.

5.3. Recomendaciones

5.3.1. Recomendaciones específicas

A los directivos y jerárquicos de la Institución Educativa N° 60059 “Antonio Raymondi” Punchana 2021, capacitar a los docentes del Área de Educación Física para que enseñen, refuercen y monitoreen la práctica de las “Capacidades Físicas Coordinativas” en Estudiantes del Estudiantes del 2° grado de Primaria con fines del cuidado y protección de su cuerpo y de su mente.

A los docentes de la Institución Educativa N° 60059 “Antonio Raymondi” Punchana 2021, capacitarse en “Capacidades Físicas Coordinativas” para renovar y reactualizar sus conocimientos a fin de lograr junto a los estudiantes capacidades físicas coordinativas como necesidad del cuidado y protección del cuerpo y la salud

✓ A los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Científica del Perú seguir haciendo investigaciones sobre “Capacidades Físicas Coordinativas”.

✓ Hacer extensivo los resultados de la investigación a otras universidades de la localidad y región.

5.3.2. Recomendación general

A los directivos y jerárquicos de la Institución Educativa N° 60059 “Antonio Raymondi” Punchana 2021 realizar eventos de capacitación sobre “Capacidades Físicas Coordinativas” que ayuden a los estudiantes en su proceso de enseñanza - aprendizaje y el cuidado de su cuerpo y salud preventiva incluyendo a los padres de familia.

Referencias bibliográficas

- Arguello, Y., & Velásquez, C. (2011). *Programa de preparación física en velocidad de desplazamiento en el fútbol sala*. 30-630.
- ASALE, R.-. (2020). *Diccionario de la lengua española*. «Diccionario de la lengua española»—Edición del Tricentenario (Edición del Tricentenario). RAE.
- Bravo, J., & Santos, J. (2015). *Nivel de Capacidades Físicas Condicionales en Estudiantes del Primer Grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno—2015*. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Educación Física]. Universidad Nacional del Altiplano.
- Carrillo Arévalo, R. F., & Zambrano Cruz, E. (2015). *Las capacidades coordinativas de ritmo y temporización y los juegos básicos de lógica matemática*. <http://repository.unilivre.edu.co/handle/10901/8529>
- Cellán Palacios, J. M. (2013). *Las capacidades físicas coordinativas y su incidencia en la práctica de cultura física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez, en el periodo lectivo 2012—2013*. <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/2998>
- Colla, P. (2018). *Capacidades físicas condicionales de los alumnos del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Manuel Gonzales Prada de Ilo Moquegua para la práctica de la natación—2017* [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Física]. Universidad Nacional del Altiplano.
- Echevarría-Pérez, M., Govea-Díaz, Y., & Arencibia-Moreno, A. (2013). La flexibilidad en la educación física. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 8(1), 75-86.
- García, Ó. G., Gómez, V. S., Lemos, I. M., & Carral, J. M. C. (2010). La fuerza: ¿una capacidad al servicio del proceso de enseñanza-aprendizaje de las habilidades motoras básicas y las habilidades deportivas específicas? *Revista de Investigación en Educación*, 8, 108-116.

- Guañuna, V., & Meza, V. (2012). *Repositorio Digital Universidad Técnica del Norte: Estudio de las capacidades físicas que intervienen en el entrenamiento deportivo de la disciplina del fútbol en la categoría sub 16 de las ligas cantonales de la provincia de Imbabura durante el año del 2012*. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/1450>
- Guerra, J., Pérez, L., & López, J. (2014). *Motivaciones hacia la práctica de actividades físico deportivas en estudiantes 2° nivel de Idiomas Extranjeros, Facultad de Educación, Primer Semestre—2014*. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación]. Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.
- Guerra Mozombite, J. L., Pérez Panduro, L. G., & López Moreno, J. L. (2014). *Motivaciones hacia la práctica de actividades físico deportivas en estudiantes 2° nivel de Idiomas Extranjeros, Facultad de Educación, Primer Semestre—2014*. *Universidad Nacional de la Amazonía Peruana*. <http://repositorio.unapikitos.edu.pe/handle/UNAP/3473>
- Guío, F. (2011). Conceptos y clasificación de las capacidades físicas. *Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 1(1), 77.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2010). *Metodología de la Investigación* (Quinta). McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C.V.
- MINEDU. (2016). *Programa Curricular de Educación*. Ministerio de Educación.
- Muñoz, D. (2009). *Capacidades físicas básicas. Evolución, factores y desarrollo. Sesiones prácticas*. efedeportes. <https://www.efdeportes.com/efd131/capacidades-fisicas-basicas-evolucion-factores-y-desarrollo.htm>
- Pareja, L. A. P. (2010). LA FLEXIBILIDAD COMO CAPACIDAD FISICOMOTRIZ DEL HOMBRE. *Educación Física y Deporte*, 17(1), 13-30.
- Quispe, D. (2018). *Influencia del programa de fútbol-sala en las capacidades físicas báicas en la selección sub 12 de los «PAGPA» 2'18*. [Tesis para obtener el Título de Licenciado en Educación Física]. Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga.

- Reyes, Y. G.-D. L., Fernández-Ortega, J., & Garavito–Peña, F. (2019). CARACTERÍSTICAS DE FUERZA Y VELOCIDAD DE EJECUCIÓN EN MUJERES JÓVENES FUTBOLISTAS. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 19(73), 167-179. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2019.73.012>
- Rivera, H., Gómez, A., Núñez, O., Oliva, B., & Armas, E. (2014). Consideraciones teóricas acerca de las capacidades coordinativas desde las clases de Educación Física. *efedeportes.com*. <https://www.efdeportes.com/efd195/capacidades-coordinativas-desde-educacion-fisica.htm>
- Sáez, F., & Gutiérrez, A. (2007). Los contenidos de las capacidades condicionales en la Educación Física. *Revista de Investigación en Educación*, 4, 36-60.
- Sillero, J., Cos, I., & Montero, A. (2003). La velocidad: Aspectos teóricos (I). *Lecturas: Educación física y deportes*, 67-29.
- Velásquez, A., & Rey, N. (1999). *Metodología de la investigación científica* (Primera Edición). San Marcos.
- Vizcarra, H., Carrasco, O., Vaca, M., & Chávez, M. (2015). *Incidencia de un programa integrado en el desarrollo de las capacidades físicas en la etapa preparatoria. Club de Fútbol Independiente del Valle, categoría reserva 2014-2015*. <https://www.efdeportes.com/efd210/desarrollo-de-las-capacidades-fisicas-en-futbol.htm>
- Vizcarra Torres, H. W., Carrasco Coca, O. R., Vaca García, M. R., & Chávez Cevallos, M. E. (2015). *Incidencia de un programa integrado en el desarrollo de las capacidades físicas en la etapa preparatoria. Club de Fútbol Independiente del Valle, categoría reserva 2014-2015*. <https://www.efdeportes.com/efd210/desarrollo-de-las-capacidades-fisicas-en-futbol.htm>
- Zúñiga, R. M. (1998). El desarrollo de velocidad por medio de los ejercicios pliométricos y el levantamiento de pesas. *Reflexiones*, 70(1), 1.

Anexos

Anexo 01: Matriz de consistencia

Anexo 02: Instrumento de recolección de datos

Anexo 03: Informe de validez y confiabilidad

Anexo 04: Solicitud de Inscripción y aprobación del trabajo de suficiencia profesional

Anexo 05: Carta de aceptación de asesoramiento del trabajo de suficiencia profesional

ANEXO N° 1: Matriz de Consistencia
TÍTULO: CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N°60059"
ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA - 2021

AUTORAS LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN
VELA ACUÑA DEYSI KARINA

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variable	Indicadores	Metodología
<p>Problema General ¿Cuáles son las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N.º 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021?</p> <p>Problemas Específicos ¿Cómo es la fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas del Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N.º 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021?</p> <p>¿Cómo es la velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N.º 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021?</p>	<p>Objetivo General Determinar las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N.º 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.</p> <p>Objetivos Específicos Evaluar la fuerza en las Capacidades Físicas Coordinativas del Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N.º 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.</p> <p>Evaluar la velocidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N.º 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.</p>	<p>Hipótesis General Las Capacidades Físicas Coordinativas en el Área de Educación Física es regular en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N.º 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.</p> <p>Hipótesis Derivadas La práctica de la fuerza se da a menudo o Con Frecuencia en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física se da a menudo o Con Frecuencia en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N.º 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.</p>	<p>CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS</p>	<p>Fuerza</p> <p>1.1. En qué medida la fuerza, como condición física, ejerce tensión contra una resistencia</p> <p>1.2. En qué medida la capacidad estriba substancialmente de la fuerza contráctil del tejido muscular</p> <p>1.3. En qué medida la resistencia puede ejercerla el propio cuerpo en pugna contra la gravedad (dar un salto, elevarse colgado de una barra) o contra un objeto (levantar peso, remar, pedalear)</p> <p>1.4. En qué medida la fuerza logra ser: límite, fuerza-velocidad y fuerza-resistencia</p> <p>1.5. En qué medida la fuerza máxima es la mayor expresión de fuerza que puede desarrollar una musculatura, al vencer resistencias que se encuentran en el límite de su capacidad</p> <p>1.6. En qué medida la fuerza-velocidad es la capacidad de realizar un movimiento dominando una firmeza no máxima, a la máxima velocidad.</p> <p>1.7. En qué medida la fuerza-resistencia es la capacidad del músculo de soportar una acción repetida y prolongada en el tiempo</p> <p>1.8. En qué medida la fuerza muscular absoluta es la máxima fuerza que puede desarrollar un individuo en una acción o en el mantenimiento de una posición</p> <p>1.9. En qué medida la fuerza referente se considera como la relación entre la fuerza muscular dominante y el peso de la persona.</p> <p>Velocidad</p> <p>2.1. En qué medida la velocidad es la capacidad de hacer uno o varios movimientos en el menor tiempo posible</p> <p>2.2. En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de todo el cuerpo</p> <p>2.3. En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de velocidad</p> <p>2.4. En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de e una o varias partes del cuerpo –segmentaria–</p> <p>2.5. En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de velocidad de reacción para ponerse en movimiento.</p> <p>2.6. En qué medida cualquier acto motor de velocidad se suceden estas tres fases: concepción de la imagen motriz, transmisión del impulso por el sistema nervioso, y ejecución del movimiento</p> <p>2.7. En qué medida la velocidad de resistencia viene determinada por el mínimo tiempo que transcurre entre la aplicación de un estímulo a la obtención de una respuesta motora.</p> <p>2.8. En qué medida la velocidad decide una determinada acción</p> <p>2.9. En qué medida el rápido movimiento del brazo en una acción de esgrima o de tenis, o la brusca extensión del tronco en un salto gimnástico,</p> <p>2.10. En qué medida el trabajo de velocidad de deslizamiento deberá ser con distancias cortas que no permitan que el alumno entre en régimen de resistencia anaeróbica láctica</p>	<p>Nivel de Investigación Descriptiva.</p> <p>Tipo de Investigación La investigación será de tipo descriptivo</p> <p>Diseño de Investigación El diseño general de la investigación será el no experimental de tipo descriptivo transversal. determinado.</p> <p>Esquema:</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin: 10px 0;"> M O </div> <p>Donde: M. Es la Muestra. O. Observación de la muestra.</p> <p>Población La población estará conformada por todos los Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N.º 60059 Antonio Raymondi del Distrito de Punchana durante el año 2021; que hacen un total de 40.</p> <p>Muestra La muestra la conformarán el 100% de la Población, es decir 40 Estudiantes.</p> <p>Técnica de Recolección de Datos La técnica que se empleará en la recolección de datos será la encuesta</p>

<p>¿Cómo es la flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021?</p>	<p>Evaluar la flexibilidad en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.</p>	<p>La práctica de la velocidad se da a menudo o Con Frecuencia en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.</p> <p>La práctica de la flexibilidad se da a menudo o Con Frecuencia en las Capacidades Físicas Coordinativas del el Área de Educación Física en Estudiantes del 2° grado de Primaria de la Institución Educativa N° 60059 Antonio Raymondi Punchana 2021.</p>		<table border="1"> <tr> <td data-bbox="1113 240 1178 310">2.11</td> <td data-bbox="1178 240 1625 310">En qué medida la palabra velocidad engloba una serie de conceptos muy diversos y diferentes: velocidad de realización al golpear, velocidad de intervención, velocidad de arranque, tiempo de resistencia, velocidad de deslizamiento</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 310 1178 354">2.12</td> <td data-bbox="1178 310 1625 354">En qué medida los movimientos continuados que entienden la velocidad de movimientos cíclicos y a cíclicos</td> </tr> <tr> <td colspan="2" data-bbox="1113 354 1625 370">Flexibilidad</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 370 1178 414">3.1.</td> <td data-bbox="1178 370 1625 414">En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 414 1178 457">3.2.</td> <td data-bbox="1178 414 1625 457">En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad musculo tendinosa</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 457 1178 501">3.3.</td> <td data-bbox="1178 457 1625 501">En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 501 1178 545">3.4.</td> <td data-bbox="1178 501 1625 545">En qué medida la flexibilidad es la cualidad que consiente el enorme recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al individuo realizar ejercicios que requieren gran <i>agilidad y destreza</i></td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 545 1178 589">3.5.</td> <td data-bbox="1178 545 1625 589">En qué medida la flexibilidad puede venir dada por la naturaleza de la persona, por la edad y por el sexo.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 589 1178 633">3.6.</td> <td data-bbox="1178 589 1625 633">En qué medida la existen personas muy rígidas que, a pesar del entrenamiento, no logran nunca buenos resultados</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 633 1178 677">3.1.</td> <td data-bbox="1178 633 1625 677">En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 677 1178 721">3.2.</td> <td data-bbox="1178 677 1625 721">En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad musculo tendinosa</td> </tr> <tr> <td data-bbox="1113 721 1178 764">3.3.</td> <td data-bbox="1178 721 1625 764">En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular</td> </tr> </table>	2.11	En qué medida la palabra velocidad engloba una serie de conceptos muy diversos y diferentes: velocidad de realización al golpear, velocidad de intervención, velocidad de arranque, tiempo de resistencia, velocidad de deslizamiento	2.12	En qué medida los movimientos continuados que entienden la velocidad de movimientos cíclicos y a cíclicos	Flexibilidad		3.1.	En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión	3.2.	En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad musculo tendinosa	3.3.	En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular	3.4.	En qué medida la flexibilidad es la cualidad que consiente el enorme recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al individuo realizar ejercicios que requieren gran <i>agilidad y destreza</i>	3.5.	En qué medida la flexibilidad puede venir dada por la naturaleza de la persona, por la edad y por el sexo.	3.6.	En qué medida la existen personas muy rígidas que, a pesar del entrenamiento, no logran nunca buenos resultados	3.1.	En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión	3.2.	En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad musculo tendinosa	3.3.	En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular	<p>Instrumentos de Recolección de Datos El instrumento que se empleará en la recolección de datos será el cuestionario.</p> <p>Procesamiento de la Información El procesamiento de los datos se efectuará en forma mecánica sobre la base de los datos.</p> <p>Análisis de la Información El análisis e interpretación de los datos se efectuará empleando la estadística descriptiva.</p>
2.11	En qué medida la palabra velocidad engloba una serie de conceptos muy diversos y diferentes: velocidad de realización al golpear, velocidad de intervención, velocidad de arranque, tiempo de resistencia, velocidad de deslizamiento																												
2.12	En qué medida los movimientos continuados que entienden la velocidad de movimientos cíclicos y a cíclicos																												
Flexibilidad																													
3.1.	En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión																												
3.2.	En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad musculo tendinosa																												
3.3.	En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular																												
3.4.	En qué medida la flexibilidad es la cualidad que consiente el enorme recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al individuo realizar ejercicios que requieren gran <i>agilidad y destreza</i>																												
3.5.	En qué medida la flexibilidad puede venir dada por la naturaleza de la persona, por la edad y por el sexo.																												
3.6.	En qué medida la existen personas muy rígidas que, a pesar del entrenamiento, no logran nunca buenos resultados																												
3.1.	En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión																												
3.2.	En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad musculo tendinosa																												
3.3.	En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular																												



**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y
HUMANIDADES
PROGRAMA ACADÉMICO DE
EDUCACIÓN**

**CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN
ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N° 60059” ANTONIO RAYMONDI -
PUNCHANA – 2021**

ANEXO 02

Cuestionario

(Para Estudiantes de la Institución Educativa “Antonio Raymondi”)

CÓDIGO: _____

El presente cuestionario tiene como propósito obtener información sobre: CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N° 60059” ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA – 2021, el que servirá para elaborar la tesis conducente a la obtención del Título Profesional de Licenciado en Educación.

Gracias

I. Datos generales:

Institución Educativa :.....
Grado :.....
Sección :.....
Día :.....
Hora :.....

II. Instrucciones

- Lee detenidamente las cuestiones y respóndalas
- La información que nos proporciona será confidencial.
- No deje preguntas sin responder.

III. Contenido.

Capacidades Físicas Coordinativas		Nunca o Pocas Veces (1)	A menudo o Con Frecuencia (2)	Siempre (3)
1	Fuerza			
	1.1.	En qué medida la fuerza, como condición física, ejerce tensión contra una resistencia		
	1.2.	En qué medida la capacidad estriba substancialmente de la fuerza contráctil del tejido muscular		
	1.3.	En qué medida la resistencia puede ejercerla el propio cuerpo en pugna contra la gravedad (dar un salto, elevarse colgado de una barra) o contra un objeto (levantar peso, remar, pedalear)		
	1.4.	En qué medida la fuerza logra ser: límite, fuerza-velocidad y fuerza-resistencia		
	1.5.	En qué medida la fuerza máxima es la mayor expresión de fuerza que puede desarrollar una musculatura, al vencer resistencias que se encuentran en el límite de su capacidad		
	1.6.	En qué medida la fuerza- velocidad es la capacidad de realizar un movimiento dominando una firmeza no máxima, a la máxima velocidad.		
	1.7.	En qué medida la fuerza-resistencia es la capacidad del músculo de soportar una acción repetida y prolongada en el tiempo		
	1.8.	En qué medida la fuerza muscular absoluta es la máxima fuerza que puede desarrollar un individuo en una acción o en el mantenimiento de una posición		
	1.9.	En qué medida la fuerza referente se considera como la relación entre la fuerza muscular dominante y el peso de la persona.		
	PROMEDIO (\bar{X})			
2	Velocidad			
	2.1.	En qué medida la velocidad es la capacidad de hacer uno o varios movimientos en el menor tiempo posible		
	2.2.	En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de todo el cuerpo		
	2.3.	En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de velocidad		
	2.4.	En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de e una o varias partes del cuerpo –segmentaria–		
	2.5.	En qué medida la se puede hablar de velocidad de traslación de velocidad de reacción para ponerse en movimiento.		
	2.6.	En qué medida cualquier acto motor de velocidad se suceden estas tres fases: concepción de la imagen motriz, transmisión del impulso por el sistema nervioso, y ejecución del movimiento		
	2.7.	En qué medida la velocidad de resistencia viene determinada por el mínimo tiempo que transcurre entre la aplicación de un estímulo a la obtención de una respuesta motora.		
	2.8.	En qué medida la velocidad decide una determinada acción		
	2.9.	En qué medida el rápido movimiento del brazo en una acción de esgrima o de tenis, o la brusca extensión del tronco en un salto gimnástico,		
	2.10.	En qué medida el trabajo de velocidad de deslizamiento deberá ser con distancias cortas que no permitan que el alumno entre en régimen de resistencia anaeróbica láctica		
	2.11.	En qué medida la palabra velocidad engloba una serie de conceptos muy diversos y diferentes: velocidad de realización al golpear, velocidad de intervención, velocidad de arranque, tiempo de resistencia, velocidad de deslizamiento		
2.12.	En qué medida los movimientos continuados que entienden la velocidad de movimientos cíclicos y a cíclicos			
	PROMEDIO (\bar{X})			
3	Flexibilidad			
	3.1.	En qué medida la capacidad de mover una articulación, o una sucesión de articulaciones con fluidez mediante la amplitud del movimiento completa sin causar una lesión		
	3.2.	En qué medida la Flexibilidad Estática: Es una disposición de la amplitud total de movimiento de la articulación y está limitado por la extensibilidad de la unidad musculo tendinosa		
	3.3.	En qué medida la Flexibilidad Dinámica: Es una medida del rango de fuerza de torsión o resistencia desarrollada durante el estiramiento en toda la extensión del movimiento articular		
	3.4.	En qué medida la flexibilidad es la cualidad que consiente el enorme recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al individuo realizar ejercicios que requieren gran agilidad y destreza		
	3.5.	En qué medida la flexibilidad puede venir dada por la naturaleza de la persona, por la edad y por el sexo.		
	3.6.	En qué medida la existen personas muy rígidas que, a pesar del entrenamiento, no logran nunca buenos resultados		
	3.7.	En qué medida las damas poseen más flexibilidad que los varones, y los infantes más que los adultos		
	3.8.	En qué medida las mujeres tienen más flexibilidad que los hombres, y los niños más que los adultos		
3.9.	En qué medida los ejercicios de carácter forzado –también, mal llamados "pasivos"– suelen crear cierta angustia en los discentes; por tanto, solamente se aplicarán en alumnos muy motivados			
	PROMEDIO (\bar{X})			

Estimado Profesional: Dr.

Con motivo de la investigación que se está realizando sobre: **“CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N°60059” ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA – 2021**”, es necesario someter a juicio de experto la propuesta de dimensiones, indicadores e índices.

Para la evaluación de las mencionadas variables, Ud. Ha sido seleccionado a fin de emitir opinión de experto, para lo cual hemos considerado su elevada preparación científica – técnica y experiencia en la actividad TÉCNICA - PEDAGÓGICA, así como en los resultados obtenidos de su trabajo como profesional, y como directivo, pues sus opiniones resultarán de gran valor:

De modo anticipado le agradecemos su valiosa colaboración.

DATOS PERSONALES:

Apellidos y Nombre (s):

Nombre y dirección de su Centro Laboral actual:

Teléfono Fijo: Celular:

Nivel en el que labora:

Título Universitario que posee:

Grado Académico (el más Alto):

Años de experiencia profesional:

Experiencia en Investigación: SI () NO ()

Años de Experiencia en Jefaturas:

Cargo que Desempeña:

Otras Responsabilidades que Ocupa:

Anexo 03: Instrumento de Validez y Confiabilidad

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y nombres del experto : **Mor. Kety ALARCÓN RAMÍREZ**
 1.2. Título Profesional : Licenciado/a () Ingeniero/a () Otro ()
 1.3. Grado académico : Bachiller () Maestro (x) Doctor ()
 1.4. Título de la Investigación : **CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2º GRADO DE PRIMARIA I.E. N°60059º ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA - 2021**
 1.5. Nombre del instrumento : Validador de Variable: CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS
 1.5. Criterios de Aplicabilidad :

VALORACIÓN	
CUANTITATIVA	CUALITATIVA
DEFICIENTE: (No válido, reformular)	0 – 20
REGULAR: (No Válido, modificar)	21 – 40
BUENA: (Válido, mejorar)	41 – 60
MUY BUENA: (Válido, precisar)	61 – 80
EXCELENTE: (Válido, aplicar)	100

II. ASPECTOS A EVALUAR

INDICADORES DE EVALUACION DEL INSTRUMENTO	CRITERIOS CUALITATIVOS CUANTITATIVO	DEFICIENTE 00 – 20				REGULAR 21 – 40				BUENA 41 – 60				MUY BUENA 61 – 80				EXCELENTE 81 – 100			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
1. CLARIDAD	Es formulado con lenguaje apropiado															x					
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado con conductas observables																x				
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología																		x		
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																x				
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																		x		
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los aspectos de estudio (VD)																		x	x	
7. CONSISTENCIA	Basado en el aspecto teóricos científico y del tema de estudio																		x		
8. COHERENCIA	Entre Título: (Problema, Objetivos e Hipótesis) (Marco Teórico, Operacionalización e Indicadores)																			x	
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del estudio																		x		
PROMEDIO DE VALORACIÓN																					

I. OPINIÓN DE LA APLICABILIDAD

APLICABLE

II. OBSERVACIONES

Lugar y Fecha: Iquitos 19 de abril 2021

D.N.I. N° 05829373

Teléf. N° 966482499

Lic. KETTY ALARCÓN RAMÍREZ M

Anexo 03: Instrumento de Validez y Confiabilidad

V. DATOS GENERALES

- 1.6. Apellidos y nombres del experto : Dra. JUDITH ALEJANDRINA SOPLIN RIOS
 1.7. Título Profesional : Licenciado/a () Ingeniero/a () Otro ()
 1.8. Grado académico : Bachiller () Maestro () Doctor (X)
 1.9. Título de la Investigación : CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2º GRADO DE PRIMARIA I.E. N°80059"
 ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA - 2021
 1.10. Nombre del instrumento : Validador de Variable: CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS
 1.11. Criterios de Aplicabilidad :

VALORACIÓN	
CUANTITATIVA	CUALITATIVA
DEFICIENTE: (No válido, reformular)	0 – 20
REGULAR: (No Válido, modificar)	21 – 40
BUENA: (Válido, mejorar)	41 – 60
MUY BUENA: (Válido, precisar)	61 – 80
EXCELENTE: (Válido, aplicar)	100

VI. ASPECTOS A EVALUAR

INDICADORES DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO	CRITERIOS CUALITATIVOS CUANTITATIVO	DEFICIENTE 00 – 20				REGULAR 21 – 40				BUENA 41 – 60				MUY BUENA 61 – 80				EXCELENTE 81 – 100			
		0	6	11	18	21	28	31	38	41	48	51	58	61	68	71	78	81	88	91	98
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Es formulado con lenguaje apropiado															x					
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado con conductas observables																x				
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología																		x		
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																x				
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																		x		
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los aspectos de estudio (VD)																		x	x	
7. CONSISTENCIA	Basado en el aspecto teóricos científico y del tema de estudio																		x		
8. COHERENCIA	Entre Título: (Problema, Objetivos e Hipótesis) (Marco Teórico, Operacionalización e Indicadores)																			x	
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del estudio																			x	
PROMEDIO DE VALORACIÓN																					

III. OPINIÓN DE LA APLICABILIDAD

APLICABLE

IV. OBSERVACIONES

Lugar y Fecha: Iquitos 19 de abril 2021

D.N.I. N° 05216363

Teléf. N° 965893272

Anexo 03: Instrumento de Validez y Confiabilidad

IX. DATOS GENERALES

- 1.12. Apellidos y nombres del experto : Dra. BLANCA LUZ GRATELLE TUESTA
 1.13. Título Profesional : Licenciado/a () Ingeniero/a () Otro ()
 1.14. Grado académico : Bachiller () Maestro () Doctor (X)
 1.15. Título de la Investigación : CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2º GRADO DE PRIMARIA I.E. N°60059*
 ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA - 2021
 1.16. Nombre del instrumento : Validador de Variable: CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS
 1.16. Criterios de Aplicabilidad :

VALORACIÓN	
CUANTITATIVA	CUALITATIVA
DEFICIENTE: (No válido, reformular)	0 – 20
REGULAR: (No Válido, modificar)	21 – 40
BUENA: (Válido, mejorar)	41 – 60
MUY BUENA: (Válido, precisar)	61 – 80
EXCELENTE: (Válido, aplicar)	100

X. ASPECTOS A EVALUAR

INDICADORES DE EVALUACION DEL INSTRUMENTO	CRITERIOS CUALITATIVOS CUANTITATIVO	DEFICIENTE 00 – 20				REGULAR 21 – 40				BUENA 41 – 80				MUY BUENA 81 – 80				EXCELENTE 81 – 100			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Es formulado con lenguaje apropiado																				
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado con conductas observables																x				
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología																			x	
4. ORGANIZACION	Existe una organizacion logica																			x	
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																			x	
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los aspectos de estudio (VD)																			x	x
7. CONSISTENCIA	Basado en el aspecto teóricos científico y del tema de estudio																			x	
8. COHERENCIA	Entre Título: (Problema, Objetivos e Hipotesis) (Marco Teórico, Operacionalización e Indicadores)																				x
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al proposito del estudio																			x	
PROMEDIO DE VALORACIÓN																					

V. OPINIÓN DE LA APLICABILIDAD

APLICABLE

VI. OBSERVACIONES

Lugar y Fecha: Iquitos 19 de abril 2021

D.N.I. N° 05342739

Teléf. N° 993575410

RESULTADO DE LA PRUEBA DE VALIDEZ

TÍTULO: "CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N° 60059 ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA - 2021"

Autores del Instrumento: LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN
VELA ACUÑA DEYSI KARINA

Nombre del instrumento motivo de evaluación: CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS

Se realizó la prueba de validez del instrumento de recolección de datos, a través del Juicio de Expertos, donde colaboraron los siguientes profesionales:

Mgr. Ketty Alarcón Ramírez. Docente universitaria
Dra. Judith Alejandrina Soplín Ríos. Docente universitaria
Dra. Blanca Luz Gratelli Tuesta. Docente universitaria

Profesionales	Indicadores								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Mgr. Ketty Alarcón Ramírez	80	65	65	70	75	75	75	80	90
Dra. Judith Alejandrina Soplín Ríos	80	85	85	80	85	80	90	80	85
Dra. Blanca Luz Gratelli Tuesta	80	85	90	90	85	90	70	80	90
Promedio General	80.7								

Teniendo en cuenta la tabla de valoración:

VALORACIÓN	
CUANTITATIVA	CUALITATIVA
Deficiente	0 – 20
Regular	21 – 40
Buena	41 – 60
Muy Buena	61 – 80
Excelente	81 – 100

Como resultado general de la prueba de validez realizado a través del Juicio de Expertos, se obtuvo: 80.7 puntos, lo que significa que está en el rango de "Muy Buena", quedando demostrado que el instrumento de esta investigación, cuenta con una sólida evaluación realizado por profesionales conocedores de instrumentos de recolección de datos.

RESULTADO DE LA PRUEBA DE CONFIABILIDAD

TÍTULO: “CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N°60059” ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA - 2021”

Autoras del Instrumento: LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN
VELA ACUÑA DEYSI KARINA

Nombre del instrumento motivo de evaluación: CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS

- a. La confiabilidad para “CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N°60059” ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA - 2021” se llevó a cabo mediante el método de inter correlación de ítems cuyo coeficiente es el ALFA DE CRONBACH a través de una muestra piloto, los resultados obtenidos se muestran a continuación
- b. Estadísticos de confiabilidad para “CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N°60059” ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA - 2021”

ALFA DE CRONBACH para	ALFA DE CRONBACH basado en los elementos tipificados	N° de ítems
CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N°60059” ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA – 2021.	0.911	9

- c. Criterio de confiabilidad valores Según Herrera (1998):

VALORACIÓN	
CUANTITATIVA	CUALITATIVA
0,53 a menos	Confiabilidad nula
0,54 a 0,59	Confiabilidad baja
0,60 a 0,65	Confiable
0,66 a 0,71	Muy Confiable
0,72 a 0,99	Excelente confiabilidad
1.0	Confiabilidad perfecta

Para la validación del cuestionario sobre la CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS, se utilizó el Alfa de Cronbach el cual arrojó el siguiente resultado: La confiabilidad de 9 ítems que evalúan el instrumento sobre “CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA I.E. N°60059” ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA - 2021”. Según Herrera (1998) donde el valor va de 0,53 a 1. Nos da como resultado de un ALFA DE CRONBACH y validado la variable sus dimensiones e indicadores arrojó 0.911 ubicándose en el rango cuantitativo 0,72 a 0,99 y cualitativo de EXCELENTE CONFIABILIDAD lo que permite aplicar el instrumento en la muestra del presente estudio.

**SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN Y APROBACIÓN DEL TRABAJO DE
SUFICIENCIA PROFESIONAL PARA OPTAR EL**

TÍTULO PROFESIONAL DE: LICENCIADO EN EDUCACIÓN

SEÑOR (a) DECANO (a) DE LA FACULTAD DE, EDUCACIÓN Y
HUMANIDADES

Dr. Luis Ronald RUCOBA DEL CASTILLO

LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN DNI: 41519415
VELA ACUÑA DEYSI KARINA DNI: 05409896

Me dirijo a usted para solicitarle la inscripción y aprobación del trabajo de suficiencia profesional titulado: "CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA, ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 60059" ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA -2020".

Para lo cual adjunto a la presente:

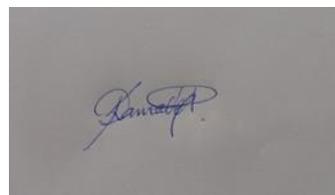
- ✓ Boleta de pago
- ✓ Cuatro (4) copias del Informe Final de Tesis:

Por tanto, pido a Ud. Acceder a mi solicitud por ser de justicia.

San Juan Bautista, 20 de agosto de 2021



LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN
DNI: 41519415



VELA ACUÑA DEYSI KARINA
DNI: 05409896

**CARTA DE ACEPTACIÓN DE ASESORAMIENTO DEL TRABAJO DE
SUFICIENCIA PROFESIONAL**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE: LICENCIADO EN
EDUCACIÓN**

Dra. CLAUDET CADILLO LÓPEZ Docente Asociada de la Facultad de EDUCACIÓN Y HUMANIDADES de la UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ, identificado con D.N.I. N° 05847173, me comprometo a asesorar el trabajo de suficiencia profesional de:

LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN DNI: 41519415

VELA ACUÑA DEYSI KARINA DNI: 05409896

Cuyo título es: CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA, ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 60059" ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA -2020.

San Juan Bautista, 20 de agosto de 2020



Dra. CLAUDET CADILLO LÓPEZ
D.N.I. N° 05847173
DOCENTE ASOCIADA UCP – FEH

FICHA DE EVALUACION DEL TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES

PROGRAMA ACADÉMICO DE EDUCACIÓN

TÍTULO: CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS EN EL AREA EDUCACIÓN FÍSICA,
ESTUDIANTES DEL 2° GRADO DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA N° 60059" ANTONIO RAYMONDI - PUNCHANA
-2020.

AUTORAS:

LAYCHE SANDOVAL SHIRLEY KAREN DNI: 41519415

VELA ACUÑA DEYSI KARINA

DNI: 05409896

N°	Items	Valor	Puntos
DATOS GENERALES			
1	El Informe Final de Tesis presenta coherentemente: ✓ Portada o Carátula. De acuerdo a la Estructura de la Facultad. ✓ Dedicatoria. De acuerdo a la Estructura de la Facultad. ✓ Agradecimiento. De acuerdo a la Estructura de la Facultad. ✓ Hoja de aprobación. De acuerdo a la Estructura de la Facultad. ✓ Acta del Trabajo de Investigación ✓ Constancia de Originalidad del Trabajo de Investigación ✓ Índice de contenido. Es coherente con los contenidos de la tesis y de acuerdo a la Estructura de la Facultad. ✓ Índice de cuadros o tablas. Refleja lo que existe en la Tesis. ✓ Índice de gráficos o figuras. Refleja lo que existe en la Tesis. ✓ Resumen y palabras clave. Está redactado en pasado, incluye problemas, objetivos, tipo y diseño de investigación, población, tamaño de muestra, técnicas de análisis de resultados, destaca los resultados principales, incluye las conclusiones y recomendaciones. ✓ <u>Abstract</u> , <u>Key Words</u> . Es fiel reflejo del resumen en el idioma Inglés.	2	
Sub Total		02	
INTRODUCCIÓN			
1	Incluye problemas, objetivo de estudio y vincula con los específicos, describe antecedentes, comenta el basamento teórico y describe cada capítulo sucintamente	1	
Sub Total		01	
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO			
1	¿Los antecedentes del estudio incluyen estudios relacionados con la investigación propuesta a nivel internacional, nacional y regional?	2	
2	Los antecedentes presentan una revisión selectiva de estudios relacionados a la (s) variable (s)	1	
3	¿La Base teórica expone, analiza, compara e interpreta, mostrando puntos de vista sobre las teorías, concepciones, perspectivas teóricas que se consideran válidas para el correcto encuadre del estudio?	1	
4	¿La base teórica está elaborada en función de las variables, dimensiones e indicadores en forma lógica y coherente?	1	
5	¿En la base teórica, se aprecia con claridad la vinculación entre las teorías vigentes y el problema de la investigación?	1	
6	¿La Base teórica está actualizada?	1	
7	¿La Definición de Términos sigue un procedimiento lógico y en orden alfabético?	1	
8	¿La Definición de Términos enfoca y establece sobre qué base se asientan los problemas y temas de investigación?	1	
9	¿La Definición de Términos precisa los términos que permiten una comprensión de la teoría que sustenta el tema y problema de investigación?	1	
10	¿Los términos que aparecen en el tema de investigación, en la formulación del problema y la exposición del marco teórico están definidos conceptualmente?	1	
Sub Total		11	
CAPÍTULO II: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA			
1	¿Expone la problemática general o contexto en el cual se desenvuelve el hecho o fenómeno a investigar, presentando en lo posible una caracterización de la problemática?	1	
2	¿Presenta el problema específico indicando el diagnóstico, el pronóstico y la propuesta?	1	
3	¿El problema general y los problemas específicos, están redactados en preguntas e incluyen la(s) variable(s), dimensión espacial y temporal?	1	
Sub Total		03	
OBJETIVOS			
1	¿El objetivo general expresa el logro terminal a alcanzar en el estudio?	1	
2	¿Los objetivos específicos expresan operaciones concretas de cómo va a realizarse el propósito expuesto?	1	

Nº	Items	Valor	Puntos
3	¿Se visualiza la desagregación del objetivo general en objetivos específicos?	1	
4	¿Los objetivos están redactados con un verbo, contenido y condición?	1	
	Sub Total	04	
HIPÓTESIS			
1	La hipótesis responde tentativamente a los problemas de investigación	2	
2	La hipótesis establece una relación entre dos o más variables para explicar y si es posible, predecir probabilísticamente las propiedades y conexiones internas de los fenómenos o las causas y consecuencias de un determinado problema	2	
	Sub Total	04	
VARIABLES			
1	¿Se identifican las variables que son medibles y observables?	2	
2	¿Presenta una definición conceptual de las variables?	2	
3	¿Presenta una definición operacional de las variables y están definidas cuantitativa o cualitativamente?	2	
	Sub Total	06	
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA			
1	¿Está presente el tipo de investigación?	2	
2	El diseño de Investigación como plan, estrategia o procedimiento; ¿permite obtener los datos, su procesamiento, análisis e interpretación con el objetivo de dar respuesta a los problemas planteados?	2	
3	¿La población se relaciona directamente con el campo de estudio?	2	
4	¿Se indica el tipo de muestra y la técnica de muestreo?	2	
5	¿Presenta la(s) técnica(s) que se empleará(n) en la recolección de datos de acuerdo a las variables en estudio?	2	
6	¿Presenta lo(s) instrumento(s) que se empleará(n) en la recolección de datos de acuerdo a las variables en estudio?	2	
7	¿Muestra la forma de cómo será sometido a prueba de validez y confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos, antes de su aplicación?	2	
8	¿Plantea los procedimientos de recolección de datos relacionadas a las actividades dentro del cronograma?	2	
9	¿Plantea los procesos de procesamiento de la información?	2	
10	¿Plantea el estadístico descriptivo o inferencial a utilizar en las variables en estudio para el análisis de la información?	2	
	Sub Total	20	
CAPÍTULO IV. RESULTADOS			
1	Describe y analiza los resultados de manera coherente en torno a las variables de estudio? (5)	6	
2	Describe y analiza los resultados de manera coherente en torno a los objetivos de la investigación? (5)	6	
3	Utiliza cuadros y gráficos e interpretación para resumir los resultados? (5)	6	
	Sub Total	18	
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES			
1	Analiza y compara resultados con los estudios de los antecedentes?	6	
2	Analiza y contrasta resultados con las bases teóricas?	6	
3	Las conclusiones son respuestas a los problemas planteados, teniendo en cuenta las variables de estudio	6	
4	Las recomendaciones son redactadas en tiempo futuro o conforme a los objetivos específicos?	5	
	Sub Total	23	
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA			
1	Las referencias bibliográficas y la Bibliografía están presentadas de acuerdo al estilo correspondiente a su Facultad y Carrera profesional?	4	
	Sub Total	04	
ANEXOS			
1	La matriz de consistencia presenta problema, objetivos, hipótesis, variables, indicadores y metodología.	1	
2	Presenta los instrumentos de recolección de datos para la(s) variable(s)	1	
3	Informe de Validez y Confiabilidad	2	
	Sub Total	04	
	PUNTAJE TOTAL	100	

Nombre del Presidente de Jurado

FIRMA

Nombre del Miembro del Jurado

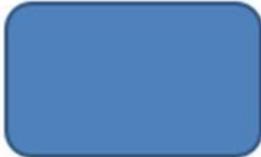
FIRMA

Nombre del Miembro del Jurado

FIRMA

Escala Valorativa para la calificación final

Valoración	Puntaje
Excelencia	90 – 100
Bueno	80 – 89
Regular	70 – 79
Desaprobado	25 – 69

EVALUACIÓN DE SUSTENTACIÓN			
CRITERIOS		PUNTAJE	
		BASE	OBTENIDO
I. PRESENTACIÓN			HASTA 2 PUNTOS
1.1.	Motivación		
1.2.	Tono de Voz		
1.3.	Calidad de Materiales Audiovisuales		
1.4.	Secuencia		
II. DESARROLLO DEL CONTENIDO			HASTA 8 PUNTOS
2.1.	Dominio del Tema		
2.2.	Uso adecuado de Materiales Audiovisuales		
2.3.	En la Introducción relata experiencias vividas en correspondencia a las Variables de su tesis		
2.4.	Describe el problema y pregunta orientadora		
2.5.	Enuncia los objetivos de la investigación		
2.6.	Presenta la Metodología utilizada en el estudio		
2.7.	Da a conocer los Resultados más importantes		
III. APORTE CIENTIFICO			HASTA 2 PUNTOS
3.1.	Al desarrollo de la comunidad		
3.2.	A la Carrera Profesional y Especialidad (según sea el caso)		
3.3.	Otros de importancia		
3.4.	Discusión		
IV. DEFENSA DE LA TESIS			HASTA 8 PUNTOS
4.1.	Satisface con sus respuestas		
4.2.	Importancia del estudio		
4.3.	Metodología		
4.4.	Resultados		
4.5.	Conclusiones y recomendaciones		
PUNTAJE TOTAL		DE 20	
RESULTADO:			
PUNTAJE TOTAL = 20		PUNTAJE OBTENIDO:	

 Presidente

 Miembro

CALIFICACIÓN: Aprobado (a): Por Mayoría
 Por Unanimidad
 Desaprobado (a)

 Miembro