



ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario
de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestro en Psicología Educativa

AUTOR:

Br. Alfonso Torpoco Jiménez

ASESORA:

Dra. Nancy Cuenca Robles

SECCIÓN:

Educación e Idiomas

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y aprendizaje

Lima - Perú

2018



DICTAMEN DE LA SUSTENTACIÓN DE TESIS

EL / LA BACHILLER (ES): **TORPOCO JIMENEZ, ALFONSO**

Para obtener el Grado Académico de *Maestro en Psicología Educativa*, ha sustentado la tesis titulada:

TAREAS ESCOLARES Y ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ALUMNOS DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "EL AMAUTA" DEL DISTRITO DE COMAS, 2018

Fecha: 18 de agosto de 2018

Hora: 12:30 m.

JURADOS:

PRESIDENTE: Dr. Segundo Sigifredo Perez Saavedra

Firma:

SECRETARIO: Dra. Paula Viviana Liza Dubois

Firma:

VOCAL: Dra. Nancy Cuenca Robles

Firma:

El Jurado evaluador emitió el dictamen de:

Aprobado por unanimidad

Habiendo encontrado las siguientes observaciones en la defensa de la tesis:

.....
.....
.....
.....

Recomendaciones sobre el documento de la tesis:

- Revisar normas APA

.....
.....

Nota: El tesista tiene un plazo máximo de seis meses, contabilizados desde el día siguiente a la sustentación, para presentar la tesis habiendo incorporado las recomendaciones formuladas por el jurado evaluador.

Dedicatoria:

A mi madre, fuente de vida, lucha, dedicación, y perseverancia; a mi esposa y mi familia por su plena confianza en mí, como motor de inspiración y superación.

Agradecimiento:

Al maestro más grande de todos - la vida-, por el don de la existencia, a mi madre y a mi padre sin los cuales no hubiese llegado a existir y por tanto no existiría esta investigación.

Declaración de Autoría

Yo, Alfonso Torpoco Jiménez estudiante de la Escuela de Posgrado, del programa Maestría en Psicología educativa, de la Universidad César Vallejo, Sede Lima Norte; presento mi trabajo académico titulado: “Tareas escolares y estrés académico en los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018”, en 131 folios para optar el grado académico de Maestro en Psicología Educativa, es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

- He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.
- No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.
- Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
- Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.
- De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Lima 04 de agosto del 2018

El Autor

Presentación

Señores miembros del Jurado,

Presento a ustedes mi tesis titulada:

“Tareas escolares y estrés académico en los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018”, cuyo objetivo fue: determinar la relación entre las tareas escolares y estrés académico en los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018”, en cumplimiento del Reglamento de grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, para obtener el Grado Académico de Magíster.

La presente investigación está estructurada en siete capítulos y un anexo: El capítulo uno: Introducción, contiene los antecedentes, la fundamentación científica, técnica o humanística, el problema, los objetivos y la hipótesis. El segundo capítulo: Marco metodológico, contiene las variables, la metodología empleada, y aspectos éticos. El tercer capítulo: Resultados se presentan resultados obtenidos. El cuarto capítulo: Discusión, se formula la discusión de los resultados. En el quinto capítulo, se presentan las conclusiones. En el sexto capítulo se formulan las recomendaciones. En el séptimo capítulo, se presentan las referencias bibliográficas, donde se detallan las fuentes de información empleadas para la presente investigación.

Por la cual, espero cumplir con los requisitos de aprobación establecidos en las normas de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo.

El autor

Índice

	Pág.
Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaración de autoría	v
Presentación	vi
Índice	vii
Anexos	viii
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	x
Resumen	xi
Abstrac	xii
I. Introducción	13
1.1. Realidad problemática	14
1.2. Trabajos previos	16
1.3. Teorías relacionados al tema	21
1.4. Formulación del problema	31
1.5. Justificación del estudio	32
1.6. Hipótesis	33
1.7. Objetivos	34
II. Método	36
2.1. Diseño	38
2.2. Variables y operacionalización	38
2.3. Población, muestra y muestreo	40
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección, validez y confiabilidad	42
2.5. Métodos de análisis de datos	47
2.6. Aspectos éticos	48
III. Resultados	49
IV. Discusión	58
V. conclusiones	65
VI. recomendaciones	67
VII. referencias	70

Anexos

Anexo 1: Instrumentos de recolección de datos

Anexo 2: Matriz de consistencia

Anexo 3: Confiabilidad - alfa de crombach

Anexo 4: Base de datos

Anexo 5: certificado de validez de contenido del instrumento

Anexo 6: validación del cuestionario

Anexo 7: Constancia emitida por la institución que acredite la realización del estudio in situ

Anexo 8: Artículo

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1: Matriz de operacionalización de la V1: tareas escolares.	37
Tabla 2: Matriz de operacionalización de la V2: Estrés Académico.	38
Tabla 3: Población de estudio	39
Tabla 4: Muestra de estudio	40
Tabla 5: Validez de contenido por juicio de experto del instrumento tareas escolares.	42
Tabla 6: Interpretación de coeficiente de correlación	43
Tabla 7: Confiabilidad del cuestionario de tareas escolares	44
Tabla 8: Validez de contenido por juicio de experto del instrumento de estrés académico	44
Tabla 9: Confiabilidad del cuestionario de estrés académico	45
Tabla 10: Descripción de niveles de tareas escolares	50
Tabla 11: Descripción de niveles de estrés académico	51
Tabla 12: Prueba de normalidad	52
Tabla 13: Correlación entre las tareas escolares y el estrés académico	53
Tabla 14: Correlación entre las tareas de práctica y el estrés académico	54
Tabla 15: Correlación entre las tareas de preparación y el estrés académico	55
Tabla 16: Correlación entre las tareas de extensión y el estrés académico	56

Índice de figuras

	Pág.
Figura 1: Tabla de operacionalización	37
Figura 2: Descripción de niveles de tareas escolares	38
Figura 3: Descripción de niveles de estrés académico	39

Resumen

La presente investigación titulada: tareas escolares y estrés académico en los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018 tuvo como objetivo general determinar la relación entre ambas variables mencionadas.

El método empleado fue hipotético deductivo, el tipo de investigación fue básica, de nivel descriptivo, correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental: transversal, La población estuvo formada por 420 estudiantes, la muestra por 201 estudiantes y el muestreo fue de tipo no probabilístico. La técnica empleada para recolectar información fue la encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron los cuestionarios, de tareas escolares y el cuestionario de estrés académico que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico de fiabilidad (Alfa de Cronbach).

Se llegaron a las siguientes conclusiones: (a) no se encontró relación entre las variables de tareas escolares y estrés académico (b) tampoco se encontró relación entre los tipos de tareas de practica ni preparación con el estrés académico; no obstante se encontró relación entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico debido a que el nivel de significancia fue menor a 0, 05 y (c) así mismo se encontró que el 60% de estudiantes presentaron niveles de intensidad de estrés medio (d) y por último se observó que el 60 % de alumnos consideran que las tareas son poco importantes

Palabras claves: tareas escolares, estrés académico, tareas de práctica, tareas de preparación, tareas de repaso.

Abstrac

The present investigation titled: school tasks and academic stress in the students of the secondary level of the Educational Institution "The Amauta" of the district of Comas, 2018 had like general objective to determine the relation between both mentioned variables.

The method used was hypothetical deductive, the type of research was basic, descriptive level, correlational, quantitative approach; of non-experimental design: transversal, the population consisted of 420 students, the sample was 201 students and the sampling was non-probabilistic. The technique used to collect information was the survey and the data collection instruments were the questionnaires, school tasks and the academic stress questionnaire that were duly validated through expert judgments and determined their reliability through the reliability statistics (Alpha of Cronbach).

The following conclusions were reached: (a) no relationship was found between the variables of school tasks and academic stress (b) nor was there any relationship between the types of practice tasks or preparation with academic stress; However, a relationship was found between the type of extension task and academic stress due to the fact that the level of significance was lower than 0.05 and (c) it was also found that 60% of students presented levels of intensity of average stress (d) and finally it was observed that 60% of students consider that tasks are unimportant

Keywords: homework, academic stress, practice tasks, preparation tasks, review tasks

I. Introducción

1.1. Realidad problemática

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016), en una evaluación que realizaron a escolares mencionan a España como uno de los países en las cuales los infantes en edad escolar se sienten presionados debido a los deberes escolares, existiendo en promedio hasta un 30% entre niños y niñas de 11 años llegando a sentirse agobiados por los deberes que se les asigna en la escuela; y a los 15 años las alumnas que se sienten presionadas llegan a contabilizarse a siete de cada diez, llegando a concluir que esta presión se traduce en estrés, dolor de cabeza, dolor abdominal entre otros. Además señala que la implicación en la dinámica familiar, lo que podría llegar a ser un espacio de interacción entre padres e hijos, se termina convirtiendo en interacciones negativas y frustrantes.

Esteven (2005), señala que las tareas escolares constituyen un dilema a nivel mundial debido que forma parte del día a día de los escolares y se ha convertido en tema problemático constante en los que involucra a los alumnos, los docentes y los padres de familia en todas las instituciones de enseñanza académica, existe mucha justificación respecto a porque los alumnos no cumplen con hacer sus tareas escolares que como consecuencia conlleva a las bajas calificaciones, que como problemas puntuales recaen en no lograr comprender el curso, no entender las explicaciones del profesor, existiendo poca supervisión en casa, no tener los recursos e implementos e inclusive un espacio propicio para estudiar y realizar las tareas, así como también sentir la ausencia de sus padres, y llevarse mal con todo actor que involucre su aprendizaje.

Meirieu(2005), refirió que en la Unión Europea se viene incrementando cada año el uso de diversos productos entre multivitamínicos, reconstituyentes, hasta los ansiolíticos y tranquilizantes debido al exceso de las demandas escolares; entre las que destacan las tareas que les asignan sus docentes creyendo todavía que estas fortalecen el aprendizaje y la responsabilidad de los alumnos. Así mismo Posada y Taborda (2012). Señalaron “las dos últimas décadas, revistas especializadas en educación y textos referidos al tema ponen de manifiesto que las tareas escolares

se están convirtiendo en una práctica rutinaria sin sentido, con una enorme cantidad de excesos” (p.22).

Se ha dicho mucho respecto a, si las tareas escolares que se les deja para la casa es significativa para los alumnos o no, y en qué proporción es la adecuada, este paradigma siempre ha estado en discusión por muchos años. Las tareas escolares nuevamente entran en discusión como problemática de la enseñanza, y todavía aún sigue constituyendo un tema controversial con incomodidades y puntos de conflicto tanto para los alumnos como para las familias. Pero surge la preguntas sobre si las tareas tienen beneficios o desventajas, sin embargo se evidencia que el vínculo entre tareas escolares y el rendimiento académico no tienen correlación significativa con el aprendizaje, además de que todavía no existen evidencias concluyentes de que el rendimiento académico es como consecuencia de las tareas escolares, sin embargo si se ha evidenciado algunos dificultades en los estudiantes. (Kohn 2006; Trautwein y Koller 2003)

El Ministerio de Educación (2017), en uno de sus escritos, sugirió que la cantidad de tareas que se les deja a los alumnos no sea de manera abrumadora, sino que se gradúen de forma óptima y que sean cortas y significativas para que así no se convierta en un factor de desmotivación para el aprendizaje del alumno. También en algún momento se habló de que estaban prohibidas las tareas para la casa y que ocasionaban estrés escolar; sin embargo se les sigue dejando las tareas no tomando en cuenta la disposición que dio el Ministerio de Educación. Ante la polémica sobre si los profesores deben o no dejar tareas para la casa a sus alumnos, el Ministro de Educación, señaló que ha dispuesto una directiva ministerial para graduar, de forma óptima, estas actividades y evitar así que afecten a los escolares.

En la I.E. “El Amauta” en los últimos meses se evidencio cansancio, dolor de cabeza, dificultad para concentrarse, somnolencia e irritabilidad y aislamiento en los estudiantes, de igual manera se constató que las tareas escolares son percibidas por ellos como abrumadoras, en exceso y poco relevantes para su rendimiento y aprendizaje, por ello es de vital interés que se reflexione sobre de la importancia de

las tareas escolares y la relación que pueda tener con el estrés académico que ha conllevado en una dificultad que no motiva a muchos alumnos, los desalienta y a veces termina por ocasionarle estrés; es por ello que la motivación de la presente investigación pretende dar a conocer si existe alguna relación entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

1.2. Trabajos previos.

Trabajos previos internacionales:

Berra et al. (2014), realizaron un estudio en México al que denominaron las “Estrategias de afrontamiento en eventos estresantes y placenteros, con las emociones y el nivel del estrés académico” cuya muestra de estudio estuvo conformada por 81 estudiantes cuyas edades fluctuaban entre los 11 y 15 años de edad, para lo cual se utilizó el instrumento para medir dichas variables denominado: Cuestionario de Estrés, Emociones y Afrontamiento (CEEA). Los resultados se señalan que los estudiantes perciban a las situaciones familiares y escolares como estresantes, de otro lado se obtuvo que el nivel de estrés en las mujeres fuera más alto que en el hombre, además que la estrategia de afrontamiento que más usaron fue aquella que está enfocada en la emoción y además que existe una relación significativa entre el estrés y la estrategia que utilizaron los estudiantes.

Ortíz, Tafoya, Farfán y Jaimes (2013), realizaron una investigación en Colombia que denominaron: El estrés académico, el afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes universitarios, para dicho estudio participaron un total de 173 estudiantes de la carrera de medicina del primer y segundo año de estudios; para lo cual se utilizaron dos instrumentos para medir dichas variables que son el Cuestionario de Fuentes de Estrés en Estudiantes de Medicina y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento, donde cuyos resultados que se obtuvieron indican que el nivel de estrés no tuvo variación en ninguna de los dos niveles de estudio, así mismo se obtuvo que: las evaluaciones próximas, el miedo a obtener calificaciones

negativas y la dificultad para jerarquizar los temas de mayor importancia fueron aquellas situaciones que más estrés generaron en los estudiantes donde se realizó la investigación.

Consejo Escolar de Navarra, (2012), en una investigación que realizó denominada: *La opinión de los estudiantes sobre las tareas escolares*. Cuya muestra fue elegida de forma intencional y estuvo conformada por 374 alumnos, cuyo objetivo de la investigación fue poder determinar cuáles son aquellas variables que van a determinar en la forma como los alumnos perciben y le hacen frente a las tareas escolares, para ello se utilizó un instrumento que elaboraron con la intención de conocer el objetivo mencionado antes; el tipo de estudio fue descriptiva y los resultados que se obtuvieron fue que las tareas tienen una relevante importancia además de ser necesarias para los estudiantes del nivel secundario, no obstante hay un porcentaje menor al 10% que percibe todo lo contrario, así mismo un número igual de estudiantes también señalan que las tareas son interesantes y motivadoras, de otro lado se obtuvo que los estudiantes que hacen solo sus tareas representan el 93%, así como también casi el 50% de ellos percibe que no reciben apoyo de ninguno de sus padres en la realización de las tareas.

Velásquez (2011), desarrollo una investigación cuyo objetivo ha sido verificar si las tareas escolares que se les asigna a los estudiantes son coherentes, bien pensadas, además de ello si es acorde con el contenido de estas, si contribuyen en el proceso de enseñanza algunas experiencias significativas, la investigación que se realizó fue de tipo descriptivo, cuya muestra estuvo conformada por 170 estudiantes de entre 12 y 14 años, además de 106 padres de los mismos estudiantes y 25 profesores de los estudiantes de la muestra de estudio del centro de Villa Tejutla que fue seleccionada mediante el muestreo aleatorio. Los resultados que se obtuvieron fueron que aquellas tareas que han sido asignadas por el profesor al alumno llegan a tener una eficacia cuando han sido planificadas, cuando han sido elegidas y si además con ello se puede medir el aprendizaje que se construye basado en experiencias forme parte de la enseñanza de los alumnos; además de ello se

encontró que aquellas tareas que se les deja a los alumnos si es que son pocas y bien programadas tienden a ser más efectivas.

Guerrero (2009), realizó una investigación donde el objetivo fue querer demostrar porque las tareas escolares que se les asigna a los estudiantes llegan a convertirse en una dificultad educativa, además de ello el motivo por el cual no contribuye con reforzar aquello que se enseñó previamente. La muestra de la investigación estuvo conformada por 19 estudiantes, 12 docentes y 35 padres de familia del Instituto Tecnológico Superior Aloasi- Ecuador, que fue seleccionada mediante el muestreo de tipo aleatorio, el tipo de investigación fue descriptiva. Los resultados que se obtuvieron revelan que aquellas tareas que se les asigna para la casa terminaron convirtiéndose en un desafío para los estudiantes, los profesores y también a los padres de dichos estudiantes; además de ello se señala también que algunas de las tareas que se les deja no sirven para reforzar aquello que se enseñó en el colegio y debido a ello algunos alumnos no cumplen con hacerlas e inclusive hacerla solo porque no se les ponga una mala calificación y recomendando que las tareas que se les asigna se debiera desarrollar en el colegio para que se refuerce lo que se le enseñó.

Trabajos previos nacionales:

Calisaya (2017), en su estudio titulado *Nivel de cumplimiento de las tareas escolares y rendimiento escolar*. Cuya muestra estuvo conformada por 100 alumnos de la IE particular Benjamín Franklin donde se buscó determinar la relación entre ambas variables, para lo cual se utilizó el enfoque descriptivo-correlacional, cuyos resultados de su investigación se encontró una correlación positiva entre las tareas escolares y el rendimiento académico, así mismo se indica que existe un buen porcentaje de alumnos que procuran cumplir sus tareas en las áreas de matemática, comunicación e inglés en casi todo los grados.

Gonzales (2016), en su investigación busco determinar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento de los estudiantes del nivel de

secundaria. La muestra estuvo conformada por 180 alumnos de una Institución Educativa Estatal de Lima Este, de otro lado la investigación tuvo un diseño no experimental, de alcance correlacional. Para esta investigación se utilizó el Inventario SISCO para medir el estrés académico y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Los resultados que se encontraron señalan que el estrés académico se relaciona significativamente con los estilos “centrado en los demás” e “improductivo” de las estrategias de afrontamiento, de otro lado se obtuvo que el 75% de los alumnos presenta una intensidad de estrés medio-alto, teniendo en cuenta que las estrategias: distracción física (56.1%), invertir en amigos íntimos (51.2%) y preocuparse (48.3%) han sido las más utilizadas por los alumnos de dicha investigación.

Pérez (2016), en su estudio denominado Estrés académico y rendimiento académico de estudiantes del 4to y 5to año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana. El diseño fue de tipo no experimental de corte transversal y alcance correlacional, así mismo la muestra estuvo conformada por 167 alumnos de edades entre los 14 y 17 años de edad. En esta investigación para medir la variable estrés académico se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO V2 y para medir el rendimiento académico se utilizó el ponderado final de las calificaciones de los estudiantes. Entre los resultados de la investigación se encontraron que que no existe relación entre el estrés académico y el rendimiento académico, concluyéndose que el estrés académico no es un factor determinante para el rendimiento académico en esta muestra de estudio, de otro lado se observó que el 30.5% y 29.3 de los alumnos manifiestan una intensidad moderada y medianamente baja de estrés académico respectivamente; así mismo se observa que solo un 8.4% presenta una alta intensidad de estrés académico; de otro lado se encontró un nivel moderado en las tres dimensiones de la variable, Estresores (56.9%), Síntomas (47.9%) y Estrategias de Afrontamiento (51.5%), de otro lado el nivel moderado señala que los estudiantes llegan a reconocer como estresores a los estímulos académicos, y también señalan los síntomas de estrés académico en

respuesta a los estímulos estresores, además de ello la dimensión estrategias de afrontamiento se encuentra en un nivel medio.

Huayta (2014), en su estudio denominado *Apoyo de los padres de familia en el desarrollo de las tareas de sus hijos y su influencia en el rendimiento escolar de los alumnos de tercero y cuarto grado de secundaria- Arequipa, 2013*. Donde la muestra estuvo conformada por 50 estudiantes de la institución educativa católica privada *adolfo kolping*, el tipo de estudio fue descriptiva – correlacional, para poder medir las dos variables se utilizaron un cuestionario construido para dicha investigación y el ponderado final de las calificaciones obteniéndose como resultados que si existe una necesidad e importancia por parte de los alumnos que sus padres se involucren más en la realización de las tareas escolares de manera permanente, por otro lado se obtuvo que el nivel de rendimiento académico es bajo como consecuencia de de la falta de interés, acompañamiento y apoyo de los padres de familia.

Bedoya, Matos y Zelaya (2012) realizaron un estudio en lima cuyo objetivo fue determinar los niveles de estrés, las manifestaciones psicósomáticas y las estrategias de afrontamiento que usan los alumnos. Cuya muestra fue integrada por 187 alumnos entre varones y mujeres, el tipo de estudio fue básico - descriptivo, de corte transversal, para poder medir las variables el instrumento que se utilizo fue el Inventario SISCO de estrés académico. Los resultados obtenidos demuestran que existe mayor nivel de estrés en los alumnos del séptimo año, siendo las mujeres los obtuvieron mayores niveles de estrés que lo varones. De otro lado dichos alumnos de la muestra de investigación indicaron a la sobrecarga de los trabajos y tareas además de los exámenes que establecen los docentes como un estresor más frecuente; no obstante las estrategias de afrontamiento que más usaron los estudiantes fueron la habilidad asertiva.

Puecas-Sánchez, et al. (2010), un su estudio realizado en Chiclayo, cuyo objetivo de su investigación fue: determinar los niveles de estrés previo a un examen. Para lo cual la muestra estuvo conformada por 668 estudiantes de nivel secundario que pertenecen a varias instituciones educativas públicas y particulares, la

metodología que se empleo fue no experimental de corte transversal. Para medir dichas variables se empleo el Inventario SISCO del Estrés Académico. Con la cual los resultados que se obtuvieron fueron: presentan mayores niveles de estrés aquellos alumnos que estudian en los colegio estatales, de otro lado se obtuvo mayor presencia de estrés en las mujeres así como también las reacciones psicológicas asociadas al estrés, no obstante también se encontró que: los repasos de las anotaciones, el dialogo con sus compañeros, y la valoración y elogios hacia sus personas como una buena estrategia de afrontamiento para disminuir el estrés.

1.3. Teorías relacionadas al tema

1.3.1 tareas escolares

Definición

Existe variedad de teóricos que definen las tareas escolares, algunos destacan los beneficios que conlleva la formación de hábitos de estudio, el desarrollo de la autonomía; no obstante puede resultar contraproducente si no se mide la cantidad y el tiempo que se va invertir llegando a generar estrés y una mala actitud hacia el colegio, llegando incluso a generar conflictos entre el colegio y los padres de los estudiantes. Por ello se plantearon las definiciones de varios autores y sus respectivas clasificaciones.

Susanibar (2015) refiere que las tareas escolares son responsabilidades que tienen una formalidad y estructuración para la consolidación de una meta, estableciendo una situación problemática y una serie de indicaciones para conseguir su cumplimiento y desarrollo. Igualmente señala que las tareas son elaboradas por los profesores como una actividad propicia para los alumnos acorde a sus gustos y preferencias. De otro lado también son comprendidas como una responsabilidad extra a la clase con intenciones académicos e inclusive de formación de los hábitos de estudio. A la vez es de utilidad para que el alumno practique y recuerde los temas de clase diaria; así como también para que desarrolle su creatividad, pensamiento

analítico y por ultimo para que mejore su aprendizaje y como consecuencia de ello su rendimiento escolar.

Meirieu (2005), considera que las tareas escolares que se les asigna para la casa tiene una connotación de desigualdad social y familiar debido a que quien tiene un entorno favorable y constituido está en ventaja para realizar y cumplir con las tareas respecto a quien no tiene apoyo por lo que considera que las tareas se revierten en peligro, por ello sugiere “Hacer que padres , maestros, responsables de la educación, concejales y responsables políticos vean la importancia del peligro de los deberes para hacer en casa” (p.15). Así mismo refiere que la tarea inicial de todo padre de familia debe consistir en exigir al colegio para que las tareas escolares se realicen en el colegio, no obstante hace hincapié a que los padres desaprovecharían la oportunidad para vincularse con sus hijos a través de la tareas debido a que estas actividades son propicias para invitarles a pensar y a reflexionar.

Kohn (2006), refiere que las tareas escolares tiene más consecuencias negativas llegando incluso a aclarar que estas generan rechazo y terminan siendo desagradables para los alumnos y la familia llegando inclusive a que surja una actitud negativa hacia el colegio y por ende a la consolidación de su aprendizaje reduciendo la cantidad disponible de tiempo para que puedan realizar actividades que realmente les gusta.

Así mismo explica que las tareas se han convertido en una forma de competencia y aprendizaje rígido donde los colegios se han convertido en centros de preparación de evaluación y no realmente del aprendizaje significativo, de tal manera que puedan comprender la realidad inmediata del estudiante respecto a la importancia de su aprendizaje, recomendando incluso que en vez de dejar tareas se les debiera pedir que realicen alguna actividad a su elección, relacionándolo con el tema que se desarrolla en el colegio, en lugar de obligárseles a realizar algo que no sea de su agrado, no obstante son generadores de autodisciplina, responsabilidad , autonomía y hábitos de estudios adecuados .

Eddy (1984), señala que las tareas escolares son: “las actividades para realizar fuera de clase que se proponen a los alumnos fundamentalmente como una preparación, práctica o extensión del trabajo escolar” (p.71). Así mismo refiere que las tareas de practica tienen que ver con el refuerzo las competencias , habilidades y/o conocimientos que se aprendieron en el momento y a la vez tienen importancia si son calificadas por el docente; así como también están las de preparación en las que se sustenta lo que se realizara en la próxima clase, de otro lado hace hincapié respecto a la facilitación de las tareas que se pueden traducir en menor esfuerzo por el aprendizaje y la valoración del esfuerzo, por otra parte son considerados como herramientas de motivación

Así mismo este autor clasifico a las tareas en tres tipos para un mejor entendimiento y desarrollo del tema que a continuación se desarrolla, no obstante no quiere decir que un tipo de tarea es mejor que la otra ni tampoco alguna de ellas es más relevante que las demás para lo cual Eddy (1984) dimensiona la variable de la siguiente manera

Dimensiones de las tareas escolares

Dimensión 1: Tarea de práctica.

Eddy (1984), señala que son aquellas tareas cuyo fin consistía en la aplicación práctica de lo que se aprendió en clase para así poder consolidar la competencia recién adquirida; dentro de este tipo de tareas encajan aquellas que tienen que ver con tratar de memorizar y recordar la tabla de multiplicación, así como también las propiedades y fórmulas para resolver ejercicios matemáticos y la copia y repetición textual a través de preguntas sobre la clase realizada.

Dimensión 2: Tarea de preparación:

Eddy (1984), refiere que consiste en la búsqueda y obtención de la

información respecto a un tema en particular y así pueda estar predispuesto para temas futuros que lo van a predisponer frente a cualquier tema, entre ellos están el leer como una forma de adquirir el conocimiento previo.

Dimensión 3: Tarea de extensión:

Eddy (1984), señala que son aquellas tareas en las que se alientan a los alumnos a buscar la información por su propia cuenta de tal manera que se desarrolle la creatividad; en este tipo de tareas están aquellas apreciaciones, comentarios o reflexiones sobre alguna teoría o tema en particular.

El teórico al cual hicimos referencia arriba y que define las tareas escolares del cual su teoría será tomada en cuenta para dicha investigación; no obstante existen también muchos otros autores que tienen una definición de este tema el cual son mencionados a continuación.

Características de las tareas escolares.

Vargas (2014), señala que la regulación y/o dosificación es la principal característica de las tareas escolares, puesto que obedecen a un objetivo del aprendizaje, además que sirven para que los estudiantes practiquen lo que aprendieron en clases sin extenderse demasiado; para ello tiene que tener un planteamiento claro con el grado de dificultad para su resolución, teniendo en consideración el apoyo con el que cuentan para su comprensión y resolución estableciendo los tiempos, recursos acorde a la realidad y necesidad del alumno de tal manera que las tareas no se tome como una carga.

Opinión de los alumnos con respecto a las tareas escolares.

Vargas (2014), señala que discurso de los estudiantes respecto a las tareas escolares va direccionado hacia la poca relevancia e importancia de estas, no obstante hay casos que refieren generalmente que las tareas son utilizados con el fin de conseguir una calificación; mas no, se percibe como una estrategia de retroalimentación de la clase motivo de la cual surgió las tareas, también existen

referencias en las que se manifiesta que no se revisan las tareas que se les asigno generando en ellos la desmotivación, e inclusive los docente no tienen un claro objetivo al asignarle las tareas a los alumnos.

Así como también refieren que no les alcanza el tiempo para otras actividades centrándose todo el tiempo y hasta los fines de semana para realizar las tareas llegando a discusiones con sus padres, por ello Meirieu (2005) afirma que “la primera tarea de los padres consiste en exigir que se aprenda a hacer en clase los deberes para hacer en casa.” (p. 12).

Importancia de las tareas escolares.

Daza (2014), refiere que para que se establezca la importancia de las tareas escolares en primer punto lo que se tiene que tener en cuenta es la necesidad de establecer criterios, consignas y especificaciones claras para que puedan ser desarrolladas, en la cual se tienen que determinar el tipo de conocimiento o aprendizaje que se desea adquirir o desarrollar para mejorar sus desempeños y responsabilidades.

Utilidad de las tareas escolares.

Vargas (2014), acata que la utilidad de las tareas escolares tiene que ver con el establecimiento de acuerdos de las partes involucradas (alumno-profesor-padres de familia) para determinar su importancia y necesidad de realizar las tareas, puesto que ya no se está en la disyuntiva de que los docentes llamen la atención constantemente a los alumnos y no presenten quejas a sus padres por incumplimiento. Donde más bien se pone énfasis en que las tareas escolares ayudan a reforzar lo que se aprendió en clases, establecer buenos hábitos de estudio, mejorar las habilidades metacognitivas y establecer vínculos estrechamente académicos con los padres de familia, además de promover la autonomía y la búsqueda de identidad a través del aprendizaje con las tareas de tal manera que todos salen favorecidos.

El apoyo - ayuda de las tareas escolares.

Generalmente la ayuda tiene que ver con la percepción que el estudiante tiene respecto al involucramiento que los miembros significativos de la familia tengan con las labores y responsabilidades académicas que la escuela demanda; donde no solamente se le exige que cumpla con sus tareas sino que; buscan, indagan, comparan, analizan las actividades de tal manera que facilita su aprendizaje. Por ello.

Vargas (2014). Se considera que el apoyo que reciben los estudiantes para la resolución de las tareas escolares es fundamental debido a que mejora su proceso de aprendizaje, así mismo el interés que muestra la familia contribuye con la seguridad y confianza.

Finalidad de las tareas escolares.

Vargas (2014), refiere que las tareas escolares adquieren relevancia cuando se considera como un apoyo o complemento pedagógico centrado en su proceso de aprendizaje. Sin embargo las tareas pierden relevancia cuando se convierte en una penitencia; además de abrumar y cargar a los alumnos con demasiadas responsabilidades de tal manera que no les permita organizar su tiempo y seguir un horario establecido para otras actividades como la recreación. Así mismo las tareas escolares conllevan al desarrollo de competencias específicas del estudiante porque aprenden a hacer, se les induce en el arte de pensar, reflexionar con la idea de tomar decisiones para la vida; así mismo con el desarrollo de las tareas, en las clases surgen innovaciones de tal manera que el aprendizaje adquiera sentido pedagógico fomentándose la discusión y la crítica sobre los temas. Otra ventaja es que ayuda a orientarse y a encontrarse así mismo, no obstante la dificultad que conlleva es que no fomenta el trabajo en equipo, de tal manera que se genera mayor libertad para orientarse por el camino de la investigación.

Beneficios de las tareas escolares.

El fin último de las tareas escolares consiste en vincular lo que se aprendió en clases con aquello que el alumno ya trae como producto de su experiencia y es aquello que le va permitir consolidar el aprendizaje para resolver las tareas; así mismo es fundamental para su formación y desarrollo académico.

Esteven (2005), refiere que las tareas escolares son definidas como los trabajos escolares que se les deja a los estudiantes aparte de las horas de clase de tal manera que les sea útil como práctica o preparación o de extensión de los temas para la siguiente clase; con el fin de que al darse el tiempo necesario puedan resolverlas con el fin de desarrollar hábitos de estudio, capacidades diferentes para resolver ejercicios, mejore su rendimiento académico, sean responsables así como también puedan enhebran información para mejorar su aprendizaje y por ultimo poder motivarse y encontrarle sentido a las tareas y al estudio.

Factores de las tareas escolares.

El Consejo Escolar de Navarra (2012), señala los siguientes factores:

Motivación

Señalan el nivel de importancia respecto al gusto o disgusto que le dan los alumnos a las tareas escolares, así como también al disfrute, las preferencias y hasta a la utilidad que estas tienen para su aprendizaje, y porque no mencionar también al aborrecimiento o agobio que perciben con las tareas que se les asigna para la casa, así también si vivencian o no, las tareas desde la óptica de la utilidad cuestionándolos de si las tareas son importantes y/o buenas para ellos.

Finalidad y características

Tiene que ver con la trascendencia de la tarea, además de si con ello el aprendizaje va mejorar o si se va comprender mejor los temas que se desarrollan en el colegio, además si la finalidad termina repercutiendo en el rendimiento académico. Así mismo mide si los alumnos sienten la utilidad de las tareas con fin último del aprendizaje, así

como también se busca ponerse de acuerdo sobre si hay una unificación para poder desarrollar la tarea, además de ello si se ha comprendido para poder desarrollarla.

Ayuda

Tiene que ver con el apoyo que reciben de parte de algún miembro cercano para poder desarrollar las actividades que se les asigno en el colegio, así mismo señalan al involucramiento de los mismos alumnos, de los padres y si lo hacen de qué manera reciben el apoyo.

Hábitos de estudio

Implica la forma en como los estudiantes se organizan respecto al tiempo y el lugar para poder realizar sus tareas, así mismo a la programación de sus tiempos establecidos para que pueda cumplir cada una de sus actividades, de otro lado se valora el empeño y la voluntad que les ponen para poder cumplirlas y así evitando distracciones que le hacen perder la ilación de sus responsabilidades.

1.3.2 Estrés académico.

Definiciones

Berrío y Mazo. (2011), Señalaron que el estrés se remonta por el año 1930 cuando Hans Selye, en sus inicios como estudiante de medicina en la universidad de Praga; logra darse cuenta que los pacientes que el monitoreaba independientemente del mal que los aquejaba presentaban en su mayoría sintomatología similar y generales como el agotamiento, astenia, pérdida del apetito y de peso entre otros síntomas al cual denomino como “Síndrome general de Adaptación”. Más tarde al realizar sus estudios de posgrado logro desarrollar experimentos con ratones en las que observo una serie de síntomas debido a los ejercicios extenuantes a los que fueron sometido y por consiguiente logro designarles “estrés biológico” para más tarde denominarlo estrés.

Por ello Selye remarco que muchas de las enfermedades físicas que les da a las personas son producidos por los cambios fisiológicos que son generados por una tensión prolongada en los órganos y que inclusive estas alteraciones podrían ser predisponentes al estrés, no obstante planteo dentro de su teoría fisiológica, factores sociales y demandas del entorno que amenazan la vida de las personas para lo cual requieren cierta capacidad de adaptación, por ello a partir de los años 60 en su libro logra definir al estrés como “la suma de todos los efectos inespecíficos de factores (actividades cotidianas, agentes productores de enfermedades, drogas, hábitos de vida inadecuados, cambios abruptos en los entornos laboral y familiar), que pueden actuar sobre la persona” Martínez y Díaz, 2007, p. 13.(Citado en Berrío y Mazo, 2011)

Barraza (2007a), refiere que el estrés que se ocasiona en el ámbito educativo es denominado como estrés académico, escolar o hasta estrés de exámenes, no obstante en el año de 1990 fue donde se comenzó a darle más énfasis a través de la investigación y se empezó a teorizar mediante conceptualizaciones en las que unas están enfocadas en los estresores, otra de ellas está enfocada en los síntomas y la otra definida a partir del modelo transaccional, dándose a concluir que en este campo coexisten varias formas de conceptualización donde se hace hincapié la responsabilidad de los estudiantes que experimentan sobrecargas de tareas además de los exámenes que son programados cada semestre, la exigencia de sus padres y la de ellos mismos sobre su rendimiento académico lo cual puede afectar la salud emocional, física, y mental de los estudiantes.

Barraza (2006), Señala que cuando los alumnos están en constante interacción dentro de la institución educativa en las que están sometidos a diversas demandas en ellos se puede producir un desequilibrio sistémico, al cual se hace referencia como estrés académico. Siendo considerado éste, como un malestar general como consecuencia de un factor estresante que perjudica su bienestar, los cuales son manifestados a través de síntomas que van a conllevar a que los alumnos adopten medidas de afrontamiento del problema.

El estrés académico es definido como una amenaza percibida por los estudiantes que afecta su integridad física y psicológica como consecuencia de una respuesta conductual para evitar el estrés. Respecto al área médica, el estrés es considerado como niveles altos de catecolaminas y glucocorticoides Mcewen, 2000, (citado por Daneri, 2012, p.1).

Dimensiones del estrés académico

Dimensión 1: Estímulos estresores

Barraza (2006), indica que se les denomina estímulos estresores a todo aquello evento que el estudiante se siente sometido por tanto lo evalúa y lo valora como una amenaza para su bienestar y que varía en cada uno de los estudiantes debido a cada uno de ellos le asigna una valoración a la situación que a traviesa y lo considera como amenazante o no; además los estresores asumen un grado de importancia mayor cuando represente un peligro para la integridad vital del estudiante y tiene una visibilidad objetiva que no necesariamente va depender del punto de vista del estudiante.

Dimensión 2: Síntomas estresores

Barraza (2006), señala que en esta dimensión presenta indicadores físicos, psicológicos y comportamentales. En cuanto al indicador físico están aquellos signos que tienen que ver con las reacciones del organismo, entre las que cuentan los dolores de cabeza, perdida de sueño, tendencia a morderse las uñas, temblores musculares entre otros. Respecto a los indicadores psicológicos cuentan aquellas que tienen que ver con la emocionalidad y las funciones cognoscitivas del alumno, entre las que están la tristeza profunda, dificultades de concentración, inquietud, bloqueo mental entre otros. Así también están los indicadores comportamentales que tienen que ver con la conducta o forma de relacionarse del alumno y entre sus conductas que más frecuentes están la falta a clases, dificultades en la alimentación, las discusiones constantes, y el aislamiento y la falta de involucramiento con el grupo.

Dimensión 3: Estrategias de afrontamiento

Barraza (2006), indica que cuando los estímulos estresores sobrepasan los niveles esperados de adaptación y resistencia conlleva al desencadenamiento de varios indicadores de conductas que señalan una especie de crisis o desequilibrio sistémico en relación entre sus pares y con su contexto en cual se encuentra inmerso, por ello el alumno se ve obligado a reaccionar para mejorar su equilibrio y proteger su integridad. A través de este actuar se pretende desarrollar una capacidad de afrontamiento, y esta capacidad de valoración implica un proceso en el que se le da una interpretación al acontecimiento a la situación que se le considera amenazante.

Enfoque cognoscitivista del estrés académico

Rodríguez (2001), la existencia del hombre desde que nace hasta la muerte está arraigada a una sociedad organizacional, puesto que su vida se vincula con los sistemas organizacionales y esto hace que los fenómenos que transcurren en esta sociedad tal es el caso del estrés académico no sean tan relevantes en las investigaciones debido a que están inmersos en una problemática que pretende trabajar coordinadamente entre aquellos modelos de comportamiento y conductas del estudiante.

Uno de los sistemas organizacionales donde los alumnos están interactuando es en los colegios, puesto que ahí se encuentran como parte de un sistema por mucho tiempo

Barraza (2006), con el inicio del periodo escolar y su consecuente desarrollo, teniendo en cuenta también el cambio de grado educativo al siguiente, suelen corresponderse eventos estresantes, es por ello que cualquier persona que durante ese periodo asume el de estudiante se verá sometido a niveles de estrés académico de manera permanente.

1.4. Formulación del problema

Problema general

¿Cuál es la relación que existe entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018?

Problemas específicos.

¿Cuál es la relación que existe entre el tipo de tarea de práctica y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018?

¿Cuál es la relación que existe entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018?

¿Cuál es la relación que existe entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018?

1.5. Justificación del estudio

Justificación teórica.

La presente investigación pretende contribuir con el entendimiento sobre la poca importancia y relevancia que tienen las tareas escolares, puesto que hoy en día, el Ministerio de Educación ha cuestionado la trascendencia que tienen los deberes escolares para la casa, que lo único que hace es generar una actitud negativa hacia el colegio; tal como menciona Kohn (2006) respecto a que las tareas se han convertido en una forma de competencia y aprendizaje rígido donde los colegios se han convertido en centros de preparación de evaluación y no realmente del aprendizaje significativo de tal manera que puedan comprender la realidad inmediata del estudiante respecto a la importancia de su aprendizaje. De otro lado se pretende dar a conocer que una de las muchas consecuencias sobre la importancia de las

tareas que se les asigna en el colegio es que termina generando estrés académico y con ello la dificultad para que su aprendizaje se pueda consolidar.

Justificación práctica.

La siguiente investigación propone un plan de intervención docente, donde se concientice acerca de la dosificación e inclusive que se reflexione sobre la importancia de las tareas que están dejando para la casa tiene poca relevancia para su aprendizaje y por el contrario les está generando estrés; así mismo con ello se pretende dar a conocer que las tareas escolares les demanda mayor tiempo realizarlas en casa; donde a veces no entienden lo que hacen o no tienen mayor apoyo para realizarlas y esto termina por consumirlos emocional como físicamente y quitándoles tiempo para otras actividades que son más útiles y productivas para su desarrollo integral.

Justificación metodológica.

Con la realización de la presente investigación se tuvo que construir dos instrumentos para medir las variables que son objeto de estudio, puesto que era necesario tener estos instrumentos acorde a la población y a la realidad de la I.E “El Amauta” de tal manera que al recolectar y analizar los datos tenga la validez y confiabilidad que se ajuste a la norma metodológica; de otro lado se tomó en cuenta la variada literatura sobre las variables pero que no están contextualizadas, así como no habiendo investigaciones locales que respalden o contrasten nuestra investigación; es ahí donde se pretendió acercarnos a la realizar mediante los instrumentos contruidos para que sea de utilidad en futuras investigaciones sobre el tema de las tareas escolares que es una problemática silenciosa y que está generando estrés en la población donde se realiza la investigación.

1.6. Hipótesis

Hipótesis general

Existe relación entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Hipótesis específicos

Existe relación entre el tipo de tarea de práctica y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Existe relación entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Existe relación entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

1.7. Objetivos.

Objetivo general.

Determinar la relación que existe entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Objetivos específicos.

Determinar la relación que existe entre el tipo de tarea de práctica y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Determinar la relación que existe entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

Determinar la relación que existe entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

II. Método

2.1. El método

El método empleado en el presente estudio fue el hipotético deductivo que consiste en arrancar la investigación de una aseveración general y poder concluir en una específica, empleando para ello la argumentación de tipo deductiva que está constituido de una premisa general y la otra específica, lográndose deducir una conclusión partiendo de una premisa o aseveración general. (Hernández, Fernández, y Baptista, 2014).

Enfoque de la investigación

El enfoque empleado fue cuantitativo debido a que mediante un instrumento se utiliza la recogida de datos de una población de tal manera que se pueda comprobar las hipótesis planteadas mediante un procesamiento estadístico con la intención de poder si existió la correlación de variables no tomando en cuenta la subjetividad del investigador de tal manera que los resultados llegan a generalizarse y en consecuencia se caracteriza la realidad (Hernández, Fernández, y Baptista, 2014).

Tipo de investigación

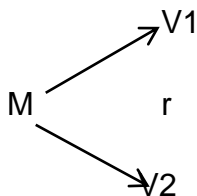
Carrasco (2014), el tipo de investigación fue básico debido a que señala “este tipo de investigación no tiene propósitos aplicativos inmediatos pues solo busca ampliar y profundizar el caudal de conocimientos científicos existentes acerca de la realidad. Su objetivo de estudio lo constituye las teorías científicas las mismas que la analiza para perfeccionar su contenido” (p.43)

Nivel de investigación

El nivel empleado fue el correlacional debido a que se emplea la relación que pueda existir entre las dos variables, así como también pretende conocer el grado o nivel de relación es decir si puede haber relación alta, baja , media o no existir relación significativa en el contexto donde se fue empleado la investigación. (Hernández, Fernández y Baptista. 2014)

Diseño de investigación

El diseño empleado en el presente estudio fue no experimental de corte transversal, debido a que los datos obtenidos no fueron manipulados de tal manera que no hubo injerencia en las variables, así como también fueron recogidos en un único momento; es por ello que se observa el fenómeno tal cual en su contexto para ser sometidos a análisis estadístico y a la vez han sido (Hernández, et. Al, 2014).



Dónde:

M→Muestra

V1→V1

V2→V2

r→ representa la relación entre V1 y V2

2.2. Variables, operacionalización.

Definición conceptual.

Variable 1: tareas escolares

Eddy (1984), señalo que las tareas escolares son: “las actividades para realizar fuera de clase que se proponen a los alumnos fundamentalmente como una preparación, práctica o extensión del trabajo escolar” (p.71),

Variable 2: estrés académico

Barraza (2006), Señala que cuando los alumnos están en constante interacción dentro de la institución educativa en las que están sometidos a diversas demandas en ellos se puede producir un desequilibrio sistémico, al cual se hace referencia como estrés académico. Siendo considerado éste, como un malestar general como consecuencia de un factor estresante que perjudica su bienestar, los cuales son manifestados a través de síntomas que van a conllevar a que los alumnos adopten medidas de afrontamiento del problema Operacionalización de variables

Tabla 1

Matriz de operacionalización de la V1: tareas escolares.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala e índice	Niveles y rangos
Tareas de ejercicios	Refuerzo	01,02,03	Ordinal	
	Repaso	04,05,06		
	Consolidación de conocimientos	07,08	Nunca=1 A veces=2	Sin importancia =[23-46]
Tareas de preparación	Buscar	09,10,11	Muchas veces=3	Poco importantes=[47-70]
	Leer	12,13,14	Siempre=4	importantes
	Indagar	15,16		=[71-92]
Tareas de extensión	Prepara información	17,18,19		
	Organiza información	20,21,22,23		

Tabla 2

Matriz de operacionalización de la V2: Estrés Académico.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala e índice	Niveles y rangos
Estímulos estresores	Competitividad	01,02,03		
	Sobre carga de tareas	04,05,06		
	Demandas del profesor	07,08,09		
Síntomas estresores	Componentes físicos	10,11,12	Nunca=1 A veces=2	Bajo=[24-48]
	Componentes psicológicos	13,14,15	Muchas veces=3	Medio=[49-73]
	Componentes comportamentales	16,17,18	Siempre=4	Alto=[74-96]
Estrategias de afrontamiento	Organización del tiempo	19,20		
	Habilidad asertiva	21,22		
	Búsqueda de apoyo	23,24		

2.3. Población y muestra

Población:

Carrasco (2008) define a “la población como el conjunto de todos los elementos que se encuentren en un determinado contexto donde se desarrolla el trabajo de investigación” (p.236).

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) mencionan que “la población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones (...). Las poblaciones deben situarse claramente en torno a sus características de contenido, de lugar y en el tiempo” (p.174).

La población está representada por 420 alumnos de la I.E. “El Amauta” del distrito de Comas.

Tabla 3

Población de estudio

Grado	Número de alumnos
1° grado	84
2° grado	84
3° grado	84
4° grado	84
5° grado	84
Total	420

n= 420

Muestra:

Al respecto Hernández (2010) afirma que la “muestra es esencia de un subgrupo de la población” (p. 207). En consecuencia se procedió a aplicar la siguiente fórmula de los autores Arkin yColton:

Para la presente investigación se consideró la muestra de 201 alumnos de la I.E. “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

$$n = \frac{N}{(N - 1)K^2 + 1}$$

Dónde:

n= muestra

N= Población

K^2 = error muestral (0.05)

Calculando la muestra:

$$n = \frac{420}{(420 - 1)0.05^2 + 1}$$

$$n = \frac{420}{(419)0.0025 + 1}$$

$$n = \frac{420}{1.0475 + 1}$$

$$n = \frac{420}{2.0475}$$

$$n = 201$$

Tabla 4

Muestra de estudio

Grado	Número de alumnos
1° grado	40
2° grado	40
3° grado	40
4° grado	41
5° grado	40
Total	201

n=201

Muestreo:

El muestreo fue probabilístico. Según (Hernández, et. al. 2010, p.187). para lo cual se tomo en cuenta la nomina de estudiantes y se selección a los estudiantes cuyos números de orden fueron los números pares empezando por el numero 2

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**2.4.1. Técnicas.**

Hernández et.al. (2010), indica que las técnicas de recolección de datos son distintas formas de obtener información. La técnica a utilizar en la investigación va ser la encuesta con la aplicación de instrumentos que sirven

para la indagación, exploración y recolección de datos, mediante preguntas formuladas directa o indirectamente, a los sujetos que constituyen una unidad de análisis. Considerando este aporte recogeremos información con la técnica de la encuesta aplicando dos cuestionarios para cada estudiante.

2.4.2. Instrumentos.

Se ha utilizado el cuestionario como instrumento de medición que de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014), son el grupo de las preguntas de acuerdo a uno o más variables que se van a medir, ello para medir la importancia de las tareas escolares y el estrés académico de los estudiantes de la I.E “El Amauta”

Validación y confiabilidad de los instrumentos.

1. Cuestionario de Tareas Escolares (TE)

Ficha técnica del cuestionario de tareas escolares (TE)

Nombre	: Cuestionario de tareas escolares (TE)
Autor	: Lic. Alfonso Torpoco Jiménez
Año de la creación	: 2018
Duración de la prueba	: 20 minutos
Forma de administración	: Individual y colectiva.
Numero de ítems	: 23
Rango de aplicación	: Adolescentes de 10 a 18 años.
Objetivo de la medición	:Evaluación de la importancia de las tareas escolares
Puntuación	: Por cada pregunta la respuesta es de 1 a 4, siendo 1 igual a nunca, 2 algunas veces, 3 muchas veces y 4 siempre.
Descripción	: Evalúa los tipos de tareas escolares que

se les asigna en el colegio. La cual está dividida en tres tipos (de extensión, de práctica y de preparación)

Instrucciones

: Se pide al alumno (a) que marque con un (X) la respuesta que se asemeje a la forma que él o ella realiza respecto a su percepción respecto a las tareas escolares.

Validación del cuestionario de tareas escolares

Se realizó la validez de contenido del instrumento por juicio de expertos en las que dos docentes con grado de doctor y una docente con grado de maestría revisaron y validaron el instrumento teniendo en cuenta la pertinencia, relevancia y claridad por lo que coincidieron en que el instrumento es aplicable.

Tabla 5

Validez de contenido por juicio de experto del instrumento tareas escolares

N°	Grado académico	Nombre y apellido del experto	Dictamen
1	Doctora	Nancy Cuenca Robles	Aplicable
2	Doctora	Bertha Silva Narvaste	Aplicable
3	Magister	Virginia Cerafín Urbano	Aplicable

Confiabilidad del cuestionario de tareas escolares

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), la confiabilidad es el grado que un instrumento obtiene resultados consistentes y coherentes, para demostrar esto se utilizó una prueba piloto a 30 estudiantes de la I.E “El Parral”, luego se aplicó el estadístico Alfa de Cronbach obteniéndose un nivel “respetable”; así mismo el instrumento es medido a escala ordinal.

Tabla 6

Interpretación del coeficiente de correlación

Valores	Interpretación
Por debajo de .60	Inaceptable
De .60 a .65	Indeseable.
Entre .65 y .70	Mínimamente aceptable.
De .70 a .80	Respetable.
De .80 a .90	Buena
De .90 a 1.00	Muy buena

Tabla 7

Confiabilidad del cuestionario de tareas escolares

Aplicación a piloto	confiabilidad alfa de Cronbach
Tamaño de muestra= 30	$\alpha = 0.75$
nivel de valoración estadística	Nivel de confiabilidad Nivel de significación $P \leq .05$

2. Cuestionario de Estrés Académico (EA)**Ficha técnica del cuestionario de estrés académico**

Nombre	: Cuestionario de estrés académico (EA)
Autor	: Alfonso Torpoco Jiménez
Año de la creación	: 2018
Duración de la prueba	: 20 minutos
Forma de administración	: Individual y colectiva.
Numero de ítems	: 24
Rango de aplicación	: Adolescentes de 10 a 18 años.
Objetivo de la medición	: Evaluación del estrés académico.

Puntuación	: Por cada pregunta la respuesta puede ser de 1 a 4, siendo 1 igual a nunca, 2 algunas veces, 3 muchas veces y 4 siempre.
Descripción	: Evalúa el nivel de estrés académico. La cual está constituida de tres dimensiones (estímulos estresores, síntomas estresores y estrategias de afrontamiento)
Instrucciones	: Se pide al alumno (a) que marque con un (X) la respuesta que se asemeje a la forma que él o ella realiza respecto a su percepción respecto al estrés académico.

Validación del cuestionario de estrés académico.

Para la validez del instrumento se realizó la validez de contenido por juicio de expertos en las que dos docentes con grado de doctora y una docente con grado de maestría revisaron y validaron el instrumento teniendo en cuenta la pertinencia, relevancia y claridad por lo que coincidieron en que el instrumento es aplicable.

Tabla 8

Validez de contenido por juicio de experto del instrumento estrés académico

N°	Grado académico	Nombre y apellido del experto	Dictamen
1	Doctora	Nancy Cuenca Robles	Aplicable
2	Doctora	Bertha Silva Narvaste	Aplicable
3	Magister	Virginia Cerafín Urbano	Aplicable

Confiabilidad del cuestionario de estrés académico.

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), la confiabilidad es el grado que un instrumento obtiene resultados consistentes y coherentes, para demostrar esto se utilizó una prueba piloto a 30 estudiantes de la I.E “El Parral”, luego se aplicó el

estadístico Alfa de Cronbach obteniéndose un nivel “respetable”; así mismo el instrumento es medido a escala ordinal.

Tabla 9

Confiabilidad del cuestionario de estrés académico

Aplicación a piloto	confiabilidad alfa de Cronbach
Tamaño de muestra= 30	$\alpha = 0,77$
nivel de valoración estadística	Nivel de confiabilidad Nivel de significación $P \leq .05$

Fuente: Prueba Piloto

2.5. Métodos de análisis de datos

Los resultados que se han obtenido se presentaron en tablas y gráficos, además de ello los datos están consignados y detallados en porcentajes, frecuencias y desviación estándar debido a que de esa manera se ha formulado los objetivos.

Luego de la aplicación de los instrumentos se realizó el consolidado de la base de datos que finalmente fueron sometidos al análisis estadístico para lo cual se utilizó la estadística descriptiva para el objetivo de la investigación.

Para poder realizar el análisis estadístico y la interpretación de los resultados se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman debido a que al procesar los datos se obtendrán los niveles y sus rangos, para ello se requiere el uso de un estadígrafo no paramétrico de tal manera que se pueda determinar la relación entre ambas variables el cual está dado por:

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum D^2}{N(N^2 - 1)}$$

Los resultados de las pruebas de correlación, se interpretaron por comparación con la siguiente figura:

-1.00 = *correlación negativa perfecta*. ("A mayor X , menor Y ", de manera proporcional. Es decir, cada vez que X aumenta una unidad, Y disminuye siempre una cantidad constante). Esto también se aplica "a menor X , mayor Y ".

-0.90 = Correlación negativa muy fuerte.

-0.75 = Correlación negativa considerable.

-0.50 = Correlación negativa media.

-0.25 = Correlación negativa débil.

-0.10 = Correlación negativa muy débil.

0.00 = No existe correlación alguna entre las variables.

+0.10 = Correlación positiva muy débil.

+0.25 = Correlación positiva débil.

+0.50 = Correlación positiva media.

+0.75 = Correlación positiva considerable.

+0.90 = Correlación positiva muy fuerte.

+1.00 = *Correlación positiva perfecta* ("A mayor X , mayor Y " o "a menor X , menor Y ", de manera proporcional. Cada vez que X aumenta, Y aumenta siempre una cantidad constante).

Figura 1: Tabla de correlación

Tomado de Hernández, Fernández y Baptista (2014, p. 305)

2.6. Aspectos éticos.

Con la intención de que la presente investigación se trabaje con principios éticos, se le llegó a explicar a cada uno de los participantes que los datos solicitados y obtenidos han sido de manera confidencial la cual será constatada en una ficha de consentimiento informado que se le hará entrega en el mismo momento que se les da los cuestionarios sobre tareas escolares y estrés académico, la cual ellos firmaran como señal de aprobación de participar de manera voluntaria en la presente investigación explicándoseles además de ello, los objetivos, la importancia y los hipótesis.

III. Resultados

3. Analisis Descriptivos

Resultados descriptivos de la investigación.

Tabla 10

Descripción de niveles de tareas escolares de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	sin importancia	63	31,3	31,3	31,3
	poco importantes	121	60,2	60,2	91,5
	importantes	17	8,5	8,5	100,0
	Total	201	100,0	100,0	

Fuente: Datos obtenidos del cuestionario procesados por el programa IBM SPSS.

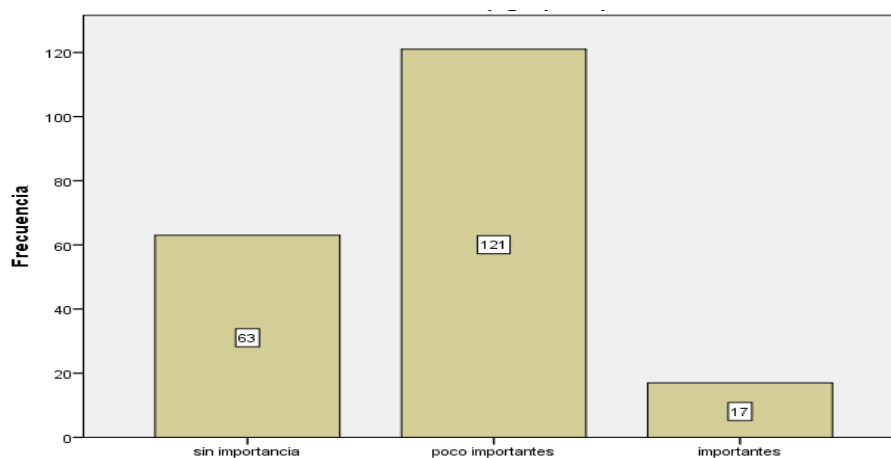


Gráfico 2: Descripción de los niveles de tareas escolares

Interpretación:

En la tabla 1 se observa que 63 alumnos se ubican en el nivel de tareas sin importancia, lo que representa un 31,3%; 121 alumnos se ubican en el nivel de tareas poco importantes representando un 60,2 %; por último 17 alumnos se ubican en el nivel importante de tareas, lo que representa un 8,5%. En general la muestra de estudio se encuentra en un nivel poco importante de las tareas escolares.

Tabla 11

Descripción de niveles de estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	bajo	58	28,9	28,9	28,9
	medio	121	60,2	60,2	89,1
	alto	22	10,9	10,9	100,0
	Total	201	100,0	100,0	

Fuente: Datos obtenidos del cuestionario procesados por el programa IBM SPSS.

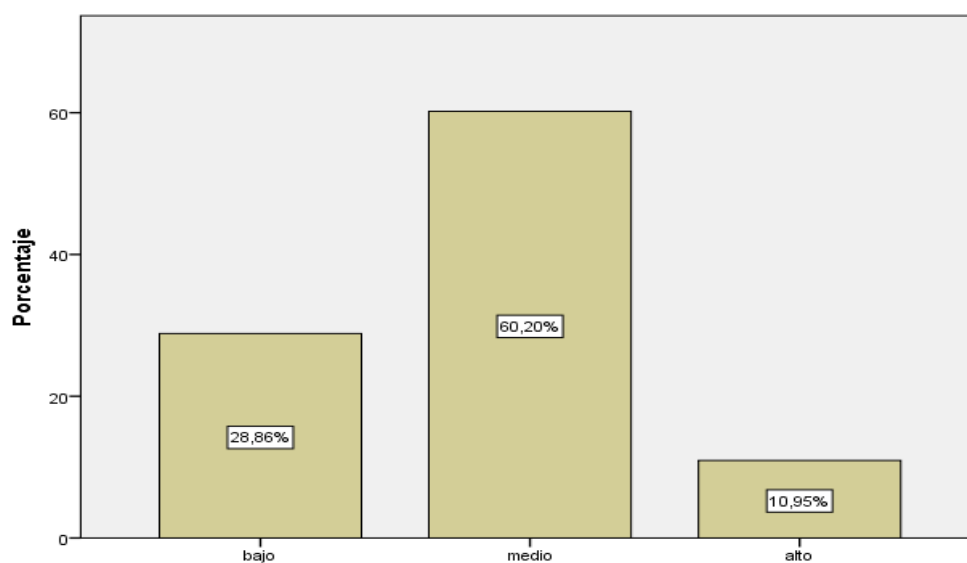


Gráfico 3: Descripción de los niveles de estrés académico.

Interpretación:

En la tabla 2 se observa que 58 alumnos se ubican en el nivel bajo de estrés académico, lo que representa un 28,9%; 121 alumnos se ubican en el nivel medio representando un 60,2 %; por último 22 alumnos se ubican en el nivel alto de estrés académico llegando a representar el 10,9%. En general la muestra de estudio se encuentra en un nivel medio de estrés académico.

3.1. Contrastación de hipótesis

3.1.2 Prueba de hipótesis

Los puntajes de las tareas escolares, así como los puntajes del estrés académico fueron evaluados mediante el estadístico de Kolmogorov-Smirnov, con el fin de conocer si tienen distribución normal.

Luego de este análisis estadístico. En la tabla 12, se observa que en los puntajes de las tareas escolares no tiene distribución normal (sig. < 0.05); similar situación se observa en los puntajes de estrés académico total que no tienen distribución normal (sig.=0.049 < 0.05).

Tabla 12

Prueba de normalidad de los puntajes de tareas escolares y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Tareas escolares	,061	201	,069
estrés académico	,061	201	,068
Tarea de practica	,097	201	,000
Tareas de preparación	,095	201	,000
Tareas de extensión	,061	201	,069

Como los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov señalan que los puntajes de estrés académico total no tienen distribución normal, la relación de las 2 variables, así como de una de las dimensiones de las tareas escolares con el estrés académico fueron evaluadas mediante el Coeficiente de Correlación de Spearman con un nivel de significación del 5%.

Analisis Inferencial.

Hipótesis general de la investigación

H_a: Existe relación entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

H₀: No Existe relación entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

Nivel de significación.

El nivel de significación teórica

$$\alpha = 0.05$$

Que corresponde a un nivel de confiabilidad del 95%

Regla de decisión.

El nivel de significación “p” es menor que α , rechazar H₀

El nivel de significación “p” no es menor que α , no rechazar H₀

Tabla 13

Correlación entre las tareas escolares y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

			Tareas escolares	estrés académico
Rho de Spearman	Tareas escolares	Coeficiente de correlación	1,000	,072
		Sig. (bilateral)	.	,308
		N	201	201
	estrés académica	Coeficiente de correlación	,072	1,000
		Sig. (bilateral)	,308	.
		N	201	201

Al evaluar la relación entre los puntajes de las tareas escolares; y el estrés académico; en la tabla 13 el estadístico Rho de Spearman fue 0.072 lo que equivale a que existe correlación positiva muy débil entre ambas variables y la significancia (p) es 0.308 (mayor que 0.05), por lo tanto se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna; concluyendo que no existe relación significativa entre tareas escolares y el estrés académico.

Hipótesis específica 1 de la investigación

Tipo de tarea de ejercicios y el estrés académico

Ha: Existe relación entre el tipo de tarea de ejercicios y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

Ho: No existe relación entre el tipo de tarea de ejercicios y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

Tabla 14

Correlación entre las tareas de practica y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

			Tarea de práctica	estrés académico
Rho de Spearman	Tarea de práctica	Coeficiente de correlación	1,000	-,047
		Sig. (bilateral)	.	,510
		N	201	201
	estrés académico	Coeficiente de correlación	-,047	1,000
		Sig. (bilateral)	,510	.
		N	201	201

Al evaluar la relación entre los puntajes de las tareas de practica; y el estrés académico; en la tabla 14 el estadístico Rho de Spearman fue -0.047 lo que equivale a que existe una correlación negativa muy débil entre ambas variables y la significancia (p) es 0.510 (mayor que 0.05), por lo tanto se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna concluyendo que no existe relación significativa entre tareas de practica; y el estrés académico.

Hipótesis especifica 2 de la investigación

Tipo de tarea de preparación y el estrés académico

Ha: Existe relación entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Ho: No existe relación entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Tabla 15

Correlación entre las tareas de preparación y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

			Tareas de preparación	estrés académico
Rho de Spearman	Tareas de preparación	Coeficiente de correlación	1,000	,020
		Sig. (bilateral)	.	,778
		N	201	201
estrés académico	estrés académico	Coeficiente de correlación	,020	1,000
		Sig. (bilateral)	,778	.
		N	201	201

Al evaluar la relación entre los puntajes de las tareas de preparación; y el estrés académico; en la tabla 15 el estadístico Rho de Spearman fue 0.020 lo que equivale a que existe una correlación positiva muy débil entre ambas variables y la significancia (p) es 0.778 (mayor que 0.05), por lo tanto se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna concluyendo que no existe relación significativa entre tareas de preparación; y el estrés académico.

Hipótesis específica 3 de la investigación

Tipo de tarea de extensión y el estrés académico

Ha: Existe relación entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Ho: No existe relación entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Tabla 16

Correlación entre las tareas de extensión y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

			Tareas de extensión	estrés académico
Rho de Spearman	Tareas de extensión	Coeficiente de correlación	1,000	,192**
		Sig. (bilateral)	.	,006
		N	201	201
	estrés académico	Coeficiente de correlación	,192**	1,000
		Sig. (bilateral)	,006	.
		N	201	201

Al evaluar la relación entre los puntajes de las tareas de extensión; y el estrés académico; en la tabla 16 el estadístico Rho de Spearman fue 0.192 lo que equivale a que existe una correlación positiva débil entre ambas variables y la significancia (p) es 0.006 (menor que 0.05), por lo tanto se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula concluyendo que existe relación significativa entre tareas de extensión y el estrés académico.

IV. Discusión

En la presente investigación se buscó determinar la relación existente entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos de la I.E. "El Amauta" del distrito de Comas. Con el objetivo de comprobar si las tareas escolares se relacionan con el estrés académico.

En los resultados obtenidos en cuanto a los niveles de estrés académico se encontró que 58 alumnos se ubican en el nivel bajo de estrés académico, lo que representa un 28,9%; 121 alumnos se ubican en el nivel medio representando un 60,2 %; por último 22 alumnos se ubican en el nivel alto de estrés académico llegando a representar el 10,9%. En general la muestra de estudio se encuentra en un nivel medio, esto lleva a corroborar aquello que Pérez (2016) obtuvo resultados similares debido a que en los estudiantes se encontraron niveles de intensidad moderada y baja respectivamente, así como también los niveles de estrés alto obtuvieron el menor porcentaje (8,4%); no obstante Gonzales (2016), en su investigación obtuvo intensidades medio alto de estrés, así mismo cabe precisar que en los antecedentes que se revisaron existe bastante evidencia de que las estudiantes de sexo femenino son aquellos que experimentan niveles más altos de estrés que los varones. Ante esto cabe resaltar que los alumnos tienen ansiedad más allá de los niveles de intensidad que presentan los estudiantes, esto está predispuesto por aquello que señala Barraza (2007) al indicar que existen situaciones que más estrés les genera a los estudiantes que son la sobrecarga de tareas, la proximidad de exámenes y el temor a sacar bajas calificaciones.

En los resultados que se obtuvieron en cuanto al nivel de importancia de las tareas escolares se encontró que 63 alumnos perciben que las tareas escolares no son importantes, lo que representa un 31,3%; 121 alumnos se ubican en el nivel de tareas poco importantes representando un 60,2 %; por último 17 alumnos se ubican en el nivel en que consideran que las tareas son importantes, lo que representa un 8,5%. En general la muestra de estudio percibe que las tareas escolares son poco importantes. Estos resultados contradicen lo que el Consejo Escolar de Navarra (2012) donde señalaron que los alumnos del nivel secundaria creen que las tareas son necesarias e importantes, aunque hubo un porcentaje de casi el 10% que señaló lo contrario. Ante ello cabe resaltar lo que dijo Vargas (2014) que las tareas adquieren relevancia cuando se les considera como un apoyo o complemento pedagógico; y es que tal vez los alumnos de esta investigación no lo perciben así, es por ello que los resultados reflejan que lo perciben como poco importantes, en las que más que ser una práctica rutinaria debiera conllevar al desarrollo de competencias del estudiante en las que se fomente la discusión y la crítica sobre los temas. Así mismo este autor enfatiza que el discurso de los estudiantes respecto a las tareas está referido hacia la poca relevancia e importancia de estas para su aprendizaje y donde más bien señalan que el fin último de las tareas es conseguir una calificación.

Respecto a los resultados encontrados en la investigación de la hipótesis general no se logró encontrar relación estadísticamente significativa debido a que se encontró que el valor de p (sig) es mayor a 0.05, lo cual indica que no existe relación entre ambas variables. Este resultado que se obtuvo difiere de la investigación que realizó la OMS en el año 2016 donde menciona que los estudiantes se sienten presionados y agobiados debido a los deberes que se les asigna en los colegios concluyendo que estas situaciones se traducen en estrés y dolor de cabeza para lo cual recomienda que debiera suprimirse debido a que pone en conflicto a la dinámica familiar llegando a convertirse en espacios de interacción frustrante. De otro lado Posada y Taborda (2012) señalan que las tareas se están convirtiendo en una práctica rutinaria sin sentido con una enorme cantidad de excesos es por ello que el Ministerio de Educación en el año 2017 también dispuso directivas para que puedan graduarse las tareas, debido a que estas estaban generando estrés en los escolares. Por el contrario ante todo lo manifestado anteriormente, El consejo escolar de Navarra (2012) en las conclusiones de su investigación refirieron que las tareas son importantes y necesarias para el aprendizaje del estudiante; aunque no, necesariamente lo perciben como interesantes y motivadores; lo mismo concluye Velásquez (2011) al referir que las tareas serían más efectivas si fueran pocas y bien programadas.

En cuanto a la aceptación o negación de la hipótesis específica 1 en la que se pretendió demostrar la relación entre el tipo de tarea de práctica y el estrés académico, no se encontró relación estadísticamente significativa debido a que el valor de p (sig) es mayor a 0.05 y es preciso anotar que este tipo de tarea está

referido a la aplicación práctica de lo que se aprendió en clases el mismo día y que se le asignó una tarea similar para su casa para que así pueda consolidar la competencia que se pretendió lograr; ante ello no existe investigación que corrobore nuestros resultados de la presente hipótesis, sin embargo en la investigación de Guerrero realizada en el 2009 señaló que las tareas que se les asigna para la casa terminaron convirtiéndose más en un desafío para los estudiantes que en estrés académico, ante ello se concluyó que ni siquiera aquellas asignaciones que tiene que ver con la actividad que se hizo en el día y que están referidas al repaso y/o una copia textual no sirvieron para reforzar lo aprendido en las aulas y además de ello dicho autor señala que tampoco cumplen con presentarlas al profesor o incluso si lo hicieron fue para evitar una mala calificación. Indicando también que las tareas no sirven para reforzar lo aprendido sino que simplemente se envían por costumbre y debido a ello algunos estudiantes deciden incumplirlas o hacerlas sin esfuerzo recomendando que las tareas debieran hacerse en clases cuyo guía es el docente está ahí para atender sus dudas o consultas. Por último es necesario tomar en cuenta aquello que dice Meirieu (2005) al considerar que las tareas más bien sirven para poder generar y entrelazar vínculos entre los padres e hijos debido a que mediante estas actividades ambos lograr reflexionar sobre ciertos contenidos.

En cuanto a la hipótesis específica 2, respecto a determinar la relación entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico donde no se encontró relación estadísticamente debido a que el nivel de significancia es mayor a 0.05, es necesario mencionar antes que Eddy (1984) lo define como la búsqueda y obtención

de la información respecto a un tema en particular con el objetivo de estar preparados y adquirir saber previos para así dar respuesta a los contenidos necesario; tal como lo señala el Consejo escolar de Navarra en el 2012 respecto a la finalidad y características de estas en cuanto al sentido que tienen para el aprendizaje, además de ello si constituye una ayuda para poder entender mejor la asignatura; de otro lado apoyando esta postura también, Daza (2014) señala que el primer punto es tener en cuenta la necesidad de establecer criterios, consignas y especificaciones claras para que las tareas puedan ser desarrolladas, en la cual se tienen que determinar el tipo de conocimiento o aprendizaje que se desea adquirir o desarrollar para mejorar sus desempeños y responsabilidades. Por ello es válido entonces considerar lo que plantea Susanibar (2015) al referir que más que generadoras de estrés las tareas son preparadas acorde a sus intereses y necesidades, así como también llegan a cumplir ciertos objetivos académicos llegando incluso a consolidar la formación de hábitos de estudio a través de la constante práctica y así puedan recordar los temas de las clases que se realizan.

En cuanto a los resultados de la aceptación o negación de la hipótesis específica 3, se logró encontrar una relación estadísticamente débil debido a que el valor de significancia es menor a 0.05 lo cual indica que existe relación entre la tarea de extensión y el estrés académico; ante ello, antes cabe mencionar que Eddy (1984) señala que las tareas escolares de tipo de extensión son aquellas en las que desarrolla la creatividad mediante la obtención de reflexiones y/o comentarios sobre algún tema y a la vez aquello que tiene que ver con la investigación como para poder desarrollar una monografía o un proyecto de investigación y que le demanda mayor

tiempo, esfuerzo y análisis cognitivo; esto corrobora la evaluación que realizó la OMS en el año 2016 particularmente en España, donde señalaron que los estudiantes llegan a estresarse debido a que se sienten presionados y obligados como consecuencia que se les asignan en exceso las tareas escolares en la escuela; así mismo Meirieu (2005), señala que en la Unión Europea se viene incrementando el uso de diversas sustancias con el fin de contrastar los malestares que generan el exceso de las tareas escolares acotando que éstas no cumplen una función primordial para el aprendizaje; sino que se han convertido en una práctica rutinaria sin sentido; en esta misma línea Kohn (2006) señala que las tareas tienen más efectos negativos llegando incluso a generar rechazo y convirtiéndose en desagradables, llegándoles incluso a quitarles el tiempo que podría ser utilizado en otras actividades más productivas. No obstante Velásquez (2011), indico que las tareas llegan a tener una eficacia cuando han sido planificadas y elegidas para lograr el aprendizaje propuesto, además de ello concluyó que cuando las tareas son pocas y bien programadas tienden a ser más efectivas. Ante esto se agrega que este tipo de tareas generan estrés en los estudiantes debido a que son aquellas en las cuales les demanda mayor capacidad de análisis, no son pocas de realizar y los docentes les exigen un buen trabajo puesto que muchas veces la calificación va depender de la calidad del trabajo que presentan.

V. Conclusiones

- Primera: No se determinó la correlación estadísticamente significativa entre las variables de tareas escolares y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018, siendo el valor de (p) 0.308; mayor a 0,05
- Segunda: No se determinó la correlación estadísticamente significativa entre las tareas de práctica y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018, siendo el valor de (p) 0.510; mayor a 0,05
- Tercera: No se determinó la correlación estadísticamente significativa entre las tareas de preparación y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018, siendo el valor de (p) 0.778; mayor a 0,05
- Cuarta: Se determinó la correlación estadísticamente significativa entre las tareas de extensión y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018, siendo el valor de (p) 0.006; menor a 0,05
- Quinta: Se obtuvo que el nivel de estrés académico de los estudiantes se encuentra en un nivel medio (60,2 %)
- Sexta: Se obtuvo que los estudiantes perciben que las tareas escolares son pocos importantes (60,2 %)

VI. Recomendaciones

PRIMERA

Con la intención de que los resultados sean significativos se recomienda realizar nuevas investigaciones con las mismas variables pero con la diferencia de que la muestra sea mucho mayor y si se pudiera a nivel nacional, así mismo que se ajuste ciertos aspectos técnicos como es el caso de la bibliografía debido a que ciertas teorías no están disponibles de la fuente directa.

SEGUNDA

Debido a que no existió relación entre las tareas escolares y el estrés académico se recomienda seguir realizando investigaciones teniendo en cuenta otras variables que pudieran determinar cuáles serían las principales causas del estrés académico de los estudiantes debido a que están sometidos a muchos factores académicos y sociales.

TERCERO

Debido a que no se encontró relación entre los tipos de tareas de práctica y de preparación con el estrés académico se recomienda que se tome en cuenta que no abrumar a los estudiantes con las tareas escolares que llevan para la casa debido a que estas terminan por abrumarlos y no les permite involucrarse en otras actividades en la cual disfruten.

CUARTA

Debido a que se encontró relación entre el tipo de tareas de extensión y el estrés académico se recomienda que se tome en cuenta que las tareas deben ser considerados como un complemento pedagógico y no como un castigo en las cual se sientan obligados a realizarlos y además que sea relevante para consolidar su aprendizaje

QUINTA

Así mismo se recomienda que las tareas sean consideradas como una herramienta para reforzar el vínculo afectivo entre padres e hijos de tal manera que ambos puedan involucrarse en esta actividad de aprendizaje no solo de conocimientos y que a la vez se convierte en generadora de hábitos de estudio y un deseo por el aprendizaje que se da desde la casa

VIII. Referencias

- Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. Psicología Científica.com. Extraído el 8 de enero, 2010 de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-167-un-modelo-conceptual-para-el-estudio-delestres-academico.pdf>
- Barraza, A. (2007a). *Estrés académico: un estado de la cuestión*. Psicología Científica.com. Extraído el 4 de junio, 2009 de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-232-estres-academicoun-estado-de-la-cuestion.pdf>.
- Bedoya-Lau. N., Matos. J., y Zalaya. C. (2012). *Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de medicina de una universidad privada de Lima*. Revista de Neuro-Psiquiatría, 77(4), 262 – 270. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372033988009>.
- Berra. E., Muñoz. S., Vega. C., Silva. A. y Gómez. G. (2014). *Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman*. Revista Internacional de Psicología y Educación, 16(1), 37 – 57. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80230114003>.
- Berrío. N. y Mazo. R. (2011) *Estrés Académico*. Revista de Psicología. 3(2), 65 – 82. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4865240>
- Calisaya, W. (2017). *“Relación entre el nivel del cumplimiento de las tareas escolares y el rendimiento escolar de estudiantes de la institución educativa benjamín franklin del cercado.”*
- Consejo Escolar de Navarra. (2012). *“Las tareas escolares”*. Participación en la web. Informe sobre las tareas escolares. Consejo Escolar de Navarra.
- Daza, T. (2014). *“Importancia de las tareas dentro del entorno escolar” Licenciatura en humanidades y lengua castellana. Bogota.*

- Esteven, J. (2005). *La aventura de ser maestro*. (s.f.).
- Eddy, Y. (1984). «*Developing Homework Policies*. *ERIC Digest*». Washington: Education Urbana. ERIC Clearinghouse in Elementary and Early Childhood Education, University of Illinois, West 805. Pennsylvania, Avenue, Urbana, IL 61801.
- Gonzales, E. (2016). “*Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1° y 5° grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este, 2015*”. (Tesis para obtener el título profesional de psicología en la universidad Peruana Unión).
- Guerrero, T. (2009). *La tarea escolar como problemática educativa* (Tesis de Licenciatura -Magíster). Recuperada de <http://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/309/1/t737mgeguerrerola%20tarea%20ecolar%20como%20problem%c3%a1tica%20educativa.pdf>.
- Hernández, R. Fernández, C y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc. Graw – Hill
- Huayta, P. (2014). “*Apoyo de los padres de familia en el desarrollo de las tareas de sus hijos y su influencia en el rendimiento escolar de los alumnos de tercero y cuarto grados del nivel primario de la institución educativa católica privada adolfo kolping, arequipa- 2013*”
- Kohn, A. (2007). *Rethinking Homework*. Extraído del sitio web: <http://www.alfekohn.org/teaching/rethinkinghomework.htm>.
- Kohn, A. (2006). *The Homework Myth: Why Our Kids Get Too Much of a Bad Thing*. Massachusetts: Da Capo Press.
- Kohn, A. (2013). *El mito de los deberes*. Editado por Kaleida
- Martínez, E. y Díaz, D. (2007). *Una aproximación psicosocial al estrés escolar* [Versión electrónica]. Educación y Educadores, 2 (10), 11-22.

- Meirieu, P. (2005). *Los deberes en casa*. Barcelona: Octaedro.
- MINEDU. (2017) *Rutas del aprendizaje*. Recuperado de: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/documentos-Inicial-Matematicall.pdf>
- OMS (2016). *Health behavior in school age children (HBSC): International report from the 2011-2014 survey*. Health policy for children and adolescents no7.
- Ortiz. S., Tafoya. S., Farfán. A. y Jaimes. A. (2013). *Rendimiento Académico, estrés y estrategias de afrontamiento en alumnos del Programa de Alta Exigencia Académica de la carrera de medicina*. Revista Med. 21(1), 29-37. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=91029158003>.
- Pérez, G. (2016). *Estrés Académico y Rendimiento Académico en estudiantes del 4to y 5to año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana, 2015*. (Tesis para obtener el título profesional de psicología en la universidad Peruana Unión).
- Posada, D. y Taborda, M. (2012). *Reflexiones sobre la pertinencia de las tareas escolares: acercamiento para futuros estudios*. Uni-pluri/versidad, Vol. 12, No. 2, 2012.
- Puecas-Sánchez. P., Castro. B., Callirgos. C., Failoc. V. y Díaz. C. (2010). *Factores asociados al nivel de estrés previo a un examen en estudiantes de Educación Secundaria en cuatro instituciones educativas de Chiclayo*. Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Ajenjo, 4(2). 88 – 93. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4060416>
- Susanibar, E. (2015). *“El aprendizaje de la matemática en base a las tareas escolares de los alumnos del cuarto grado de secundaria de la Institución educativa Luis Fabio Xammar jurado, ugel 09 Huaura – Huacho”*
- Trautwein, U & Koller, O. (2003). *The relationship between homework and achievement-still much of a mystery*. Educational Psychology Review, 15, 115

Vargas, B. (2014). *“Dosificación de tareas y rendimiento escolar”*. [Archivo PDF]. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2014/05/09/VargasBrigida.pdf>.

Velásquez, R. (2011). *“Dosificación de tareas escolares y aprendizaje significativo del niño del CEC”* (Tesis de Licenciatura de Pedagogo). Recuperada de <http://biblio2.url.edu.gt/Tesis/05/08/Velasquez-Rodolfo/Velasquez-Rodolfo.pdf>

Anexos

Anexo 1

Instrumentos

CUESTIONARIO PARA MEDIR TAREAS ESCOLARES

Apellidos y nombres:..... Grado y sección:..... Edad:.....

A continuación, encontrará proposiciones sobre aspectos relacionados a las tareas escolares. Cada uno tiene cuatro opciones para responder de acuerdo a lo que describa mejor su percepción respecto a las tareas escolares. Lea cuidadosamente cada proposición y marque con un aspa (X) sólo una alternativa. Conteste todas las proposiciones. No hay respuestas buenas ni malas, son simplemente sus respuestas.

Escala de Likert:

4. Siempre
3. Muchas veces
2. A veces
1. Nunca

Nº	Ítems	Escala de valoración			
		1	2	3	4
1	Las tareas sirven para reforzar lo que se hizo en clases				
2	Al hacer las tareas se comprende mejor el tema				
3	Al hacer las tareas se entiende los ejercicios				
4	La tareas que dejan es lo mismo que se hizo en clases				
5	Hago la tarea para que no se me olvide el tema o la clase				
6	Las tareas permiten repasar las clases				
7	Haciendo las tareas se aprende mejor				
8	Al hacer las tareas consolido mi aprendizaje				
9	Buscas información sobre las tareas que deja el profesor para la siguiente clase				
10	Revisas libros del tema para la siguiente clase				
11	Buscas información para profundizar tu aprendizaje				
12	Leo libros o del internet sobre el tema para la siguiente clase				
13	Es importante buscar información leyendo para la siguiente clase.				
14	Lees diferente bibliografía sobre un tema de interés para mejorar el aprendizaje				
15	Al averiguar información se estará preparado para la siguiente clase				
16	Los temas que se indaga son útiles para la clase				
17	Se investiga acerca de las tareas porque sirven como preparación				
18	Al hacer las tareas se investiga detalladamente				
19	Se prepara información para realizar las tareas				
20	Se organiza los temas para realizar las tareas				
21	Organizando las tareas se comprende mejor el tema				
22	Se prepara información para comprender las tareas				
23	Organizo los temas para realizar correctamente las tareas				

CUESTIONARIO PARA MEDIR ESTRÉS ACADÉMICO

Apellidos y nombres:..... **Grado y sección:**..... **Edad:**.....

A continuación, encontrará proposiciones sobre aspectos relacionados al estrés académico. Cada una tiene cuatro opciones para responder de acuerdo a lo que describa mejor su percepción respecto al estrés académico. Lea cuidadosamente cada proposición y marque con un aspa (X) sólo una alternativa. Conteste todas las proposiciones. No hay respuestas buenas ni malas, son simplemente sus respuestas.

Escala de Likert:

4. Siempre
3. Muchas veces
2. A veces
1. Nunca

Nº	Ítems	Escala de valoración			
		1	2	3	4
1	Te gusta ser un estudiante que saca buenas notas en el salón				
2	Te gusta ser el mejor estudiante de tu clase				
3	Te gusta sacar buenas notas				
4	Las tareas que deja el profesor son demasiadas				
5	Te preocupa el exceso de tareas que deja el profesor				
6	Las tareas que dejan son difíciles				
7	Es preocupante no entender la clases del profesor				
8	Sientes que el profesor es muy exigente y estricto				
9	Les dan pocos días para realizar los trabajos				
10	Se siente dolor de cabeza cuando se tiene que realizar las actividades de la institución educativa				
11	Te agotas rápidamente cuando haces las tareas del colegio				
12	Se duerme menos de 8 horas cuando se está preocupado por las tareas del colegio				
13	Estas distraído en el aula y no prestas atención				
14	Tienes dificultades para atender a la clase del profesor				
15	Cuando el profesor pregunta en clases no sabes que o cómo responder.				
16	Quieres estar sin la compañía de nadie				
17	Realizas tus labores escolares con dificultades				
18	Realizas tus labores escolares con desánimo.				
19	Organizas tu tiempo para hacer las tareas de todos los cursos				
20	Cuentas con una agenda para organizar tus actividades del colegio				
21	Conversas sin ofender con tus compañeros cuando hay discrepancias entre ellos				
22	Te comunicas con tus compañeros para que te apoyen con tus labores del salón.				
23	Cuentas con el apoyo de tus compañeros destacados para solucionar algunas tareas del colegio				
24	Recurras a tu tutor para solucionar algunos problemas con tus compañeros				

Gracias por su valiosa colaboración

Anexo 2
MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: Tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES	METODOLOGÍA																				
<p>General: ¿Qué relación existe entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Instituciones Educativa “El Amauta”- Comas, 2018</p> <p>Específicos 1. ¿Cuál es la relación que existe entre el tipo de tarea de práctica y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la I.E “El Amauta” -Comas, 2018? 2. ¿Cuál es la relación que existe entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la I.E “El Amauta” -Comas, 2018? 3. ¿Cuál es la relación que existe entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la I.E “El Amauta” -Comas, 2018?</p>	<p>General: Determinar la relación que existe entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” - Comas, 2018.</p> <p>Específicos 1.Determinar la relación que existe entre el tipo de tarea de práctica y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018 2. Determinar la relación que existe entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018. 3. Determinar la relación que existe entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018</p>	<p>General: Existe relación entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Instituciones Educativa “El Amauta” -Comas, 2018</p> <p>Específicos 1.Existe relación entre el tipo de tarea de práctica y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” - Comas, 2018 2. Existe relación entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” - Comas, 2018. 3. Existe relación entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” - Comas, 2018</p>	<p>Variable 1: Tareas escolares</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Dimensiones</th> <th>Indicadores</th> <th>Ítems</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Tareas de practica</td> <td>-Refuerzo -Repaso -Consolidación de conocimientos</td> <td rowspan="3">Índices: variados 1.- Nunca 2.- A veces 3.- Muchas veces 4.- Siempre</td> </tr> <tr> <td>Tareas de preparación</td> <td>-Buscar -Leer -Indagar</td> </tr> <tr> <td>Tareas de extensión</td> <td>- Prepara información -Organiza información</td> </tr> </tbody> </table> <p>Variable 2: estrés académico</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Dimensiones</th> <th>Indicadores</th> <th>Ítems</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Estímulos estresores</td> <td>-Competitividad -Sobre carga de tareas -Demandas del profesor</td> <td rowspan="3">Índices: variados 1.- Nunca 2.- A veces 3.- Mucha veces 4.- Siempre</td> </tr> <tr> <td>Síntomas estresores</td> <td>c. físicos c. psicológicos c. comportamentales</td> </tr> <tr> <td>Estrategias de afrontamiento</td> <td>Organización tiempo Habilidad asertiva Búsqueda de apoyo</td> </tr> </tbody> </table>	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Tareas de practica	-Refuerzo -Repaso -Consolidación de conocimientos	Índices: variados 1.- Nunca 2.- A veces 3.- Muchas veces 4.- Siempre	Tareas de preparación	-Buscar -Leer -Indagar	Tareas de extensión	- Prepara información -Organiza información	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Estímulos estresores	-Competitividad -Sobre carga de tareas -Demandas del profesor	Índices: variados 1.- Nunca 2.- A veces 3.- Mucha veces 4.- Siempre	Síntomas estresores	c. físicos c. psicológicos c. comportamentales	Estrategias de afrontamiento	Organización tiempo Habilidad asertiva Búsqueda de apoyo	
Dimensiones	Indicadores	Ítems																						
Tareas de practica	-Refuerzo -Repaso -Consolidación de conocimientos	Índices: variados 1.- Nunca 2.- A veces 3.- Muchas veces 4.- Siempre																						
Tareas de preparación	-Buscar -Leer -Indagar																							
Tareas de extensión	- Prepara información -Organiza información																							
Dimensiones	Indicadores	Ítems																						
Estímulos estresores	-Competitividad -Sobre carga de tareas -Demandas del profesor	Índices: variados 1.- Nunca 2.- A veces 3.- Mucha veces 4.- Siempre																						
Síntomas estresores	c. físicos c. psicológicos c. comportamentales																							
Estrategias de afrontamiento	Organización tiempo Habilidad asertiva Búsqueda de apoyo																							

Tipo y diseño de investigación	Población y muestra	Técnicas e instrumentos	Estadística a utilizar
<p>Método: hipotético – deductivo</p> <p>Enfoque: cuantitativo</p> <p>Tipo: básica</p> <p>Nivel: descriptivo – correlacional</p> <p>Diseño: no experimental de corte transversal</p>	<p>Población: constituida por 420 estudiantes del nivel secundario de la I.E “El Amauta”</p> <p>Tipo de muestreo: no probabilístico intencional</p> <p>Tamaño de muestra: constituida por 201 estudiantes del nivel secundario de la I.E “El Amauta”</p>	<p>Variable 1: Tareas escolares.</p> <p>Técnica: encuesta</p> <p>Instrumentos: Cuestionario de tareas escolares constituido por 23 ítem con una escala dicotómica.</p> <hr/> <p>Variable 2: Estrés académico.</p> <p>Técnica: encuesta</p> <p>Instrumentos: Cuestionario de tareas escolares constituido por 24 ítem con una escala dicotómica.</p>	<p>Descriptiva: Se utilizó el programa Spss 22 cuyos resultados se presentaron en tablas y gráficos, además de ello los datos están consignados y detallados en frecuencias y porcentaje.</p> <p>Inferencial: Se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman, para ello se requiere el uso del estadígrafo no paramétrico de tal manera que se pueda determinar la relación entre ambas variables.</p>

ANEXO 3

CONFIABILIDAD – ALFA DE CRONBACH

TAREAS ESCOLARES

N°	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
1	2	2	3	3	2	3	2	3	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1
2	4	3	4	4	4	3	4	4	2	2	2	1	4	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3
3	4	2	2	1	3	4	2	3	2	2	2	2	3	2	4	4	2	2	3	3	3	3	3
4	2	3	3	2	2	2	3	3	1	1	1	1	2	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2
5	2	2	2	2	1	3	2	2	1	1	1	1	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2
6	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
7	4	4	4	2	2	4	4	4	2	3	3	4	4	4	3	2	4	2	2	3	4	2	3
8	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2
9	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	2	2	4	1	2	4	4	4	1	4	4	4	2
10	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
11	3	3	2	2	2	3	3	1	1	2	2	3	3	3	2	1	2	3	2	3	1	2	3
12	4	3	1	4	4	3	2	4	1	1	1	1	2	1	3	4	2	1	3	2	4	3	1
13	2	2	4	2	2	1	2	4	1	1	2	2	3	1	2	4	4	2	4	4	2	2	1
14	2	2	3	4	2	3	3	4	1	1	2	1	2	1	2	4	2	3	1	3	4	2	3
15	4	3	4	2	3	4	2	3	1	1	1	1	4	2	2	3	4	4	2	2	4	4	2
16	3	4	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2
17	1	2	1	4	2	3	1	4	2	3	2	1	3	4	2	1	3	2	4	2	1	2	3
18	4	4	4	4	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2
19	4	3	4	4	3	4	4	4	2	1	1	1	4	1	4	4	3	2	2	3	4	3	3
20	4	3	4	2	3	4	4	4	2	1	1	2	4	1	4	4	3	2	2	3	4	2	2
21	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3
22	2	2	2	3	2	3	3	2	1	1	2	1	4	2	3	3	4	3	2	3	2	3	4
23	4	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	4	3	2	3	4	3	2	3
24	3	2	4	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	2	2
25	4	2	4	2	4	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4
26	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	4	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	2
27	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2
28	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4
29	3	2	2	3	4	3	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	3	2	2	2	3	2	3
30	3	2	4	1	2	3	4	2	4	3	2	2	4	4	2	1	2	4	4	2	2	3	4

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	30	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	30	100,0

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,759	23

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
VAR00001	54,97	51,275	,631	,727
VAR00002	55,40	57,421	,276	,753
VAR00003	55,17	55,730	,269	,754
VAR00004	55,50	61,293	-,098	,778
VAR00005	55,40	56,593	,282	,753
VAR00006	55,10	56,576	,304	,751
VAR00007	55,20	53,476	,519	,737
VAR00008	55,07	59,030	,067	,767
VAR00009	56,03	55,551	,364	,747
VAR00010	56,27	56,754	,361	,749
VAR00011	56,03	58,033	,234	,755
VAR00012	56,07	55,720	,301	,751
VAR00013	55,13	53,154	,534	,735
VAR00014	56,03	56,447	,238	,756
VAR00015	55,40	55,834	,346	,748
VAR00016	55,17	54,282	,325	,750
VAR00017	55,30	55,390	,393	,746
VAR00018	55,47	56,740	,268	,753
VAR00019	55,37	60,240	-,019	,771
VAR00020	55,17	57,730	,229	,755
VAR00021	55,20	53,131	,469	,739
VAR00022	55,37	55,482	,437	,744
VAR00023	55,47	55,913	,316	,750

CONFIABILIDAD – ALFA DE CRONBACH

ESTRÉS ACADEMICO

N°	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	3	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1
2	3	3	4	1	1	2	3	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	1
3	4	4	4	2	2	2	4	2	3	3	2	4	2	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2
4	3	2	3	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	3	1	3	1	3	1
5	2	2	2	4	4	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	4	1
6	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	3	1
7	4	4	4	2	4	2	4	3	4	4	2	4	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1
8	3	3	3	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	3	2	1	3	2	2
9	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	4	4	2	4	4
10	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	1
11	4	3	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	3	3	3
12	2	2	3	4	4	3	3	2	3	1	1	1	3	2	1	1	2	3	2	1	2	1	3	1
13	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	2	2	4	4	4	4	2	1
14	4	4	4	4	2	3	1	3	4	4	3	4	2	2	1	1	2	2	3	1	3	4	2	1
15	3	2	4	2	2	2	4	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	1	2	4	3	4
16	4	4	3	3	2	1	2	3	2	2	1	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2
17	1	1	1	1	1	2	3	2	4	2	1	3	2	1	4	1	3	1	2	4	1	3	1	1
18	2	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	4	2	4	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2
19	4	4	4	3	3	2	4	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	1	4	1	2	1
20	4	4	4	3	3	2	4	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	3	1	4	1	2	1
21	4	4	4	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	4	3	4	2	4	4
22	4	4	4	4	4	2	2	1	4	2	2	4	1	3	3	4	2	2	2	3	4	1	1	1
23	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2
24	4	2	4	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2
25	4	3	3	2	2	2	4	4	3	4	2	4	3	2	2	3	2	2	2	3	4	4	4	1
26	4	2	4	2	3	2	3	4	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3
27	4	4	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	4	4	4	4	2
28	4	3	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2
29	3	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	4	2	2	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3
30	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	1	2	2	4	2	1	2	4	1	2	1	4

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	30	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	30	100,0

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,777	24

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
VAR00001	55,60	77,559	,323	,769
VAR00002	56,03	79,275	,202	,776
VAR00003	55,63	83,413	-,038	,789
VAR00004	56,37	73,895	,485	,758
VAR00005	56,33	74,506	,433	,762
VAR00006	56,67	76,368	,486	,761
VAR00007	56,13	77,154	,347	,767
VAR00008	56,53	75,913	,470	,761
VAR00009	56,33	74,161	,513	,757
VAR00010	56,37	69,689	,715	,742
VAR00011	56,77	72,116	,659	,749
VAR00012	56,10	69,679	,604	,748
VAR00013	56,93	82,064	,068	,781
VAR00014	56,83	77,799	,426	,765
VAR00015	56,80	79,959	,242	,773
VAR00016	56,93	77,444	,289	,771
VAR00017	56,90	81,955	,203	,775
VAR00018	56,87	79,223	,273	,771
VAR00019	56,37	79,137	,247	,773
VAR00020	56,73	80,064	,122	,782
VAR00021	56,30	77,734	,266	,772
VAR00022	56,60	79,903	,138	,780
VAR00023	56,27	80,616	,115	,781
VAR00024	57,07	82,064	,022	,788

ANEXO 4

BASE DE DATOS

CUESTIONARIO SOBRE TAREAS ESCOLARES

N°	Tareas de practica										Tareas de preparación								Tareas de extensión							TOTAL	
	1	2	3	4	5	6	7	8	D1	9	10	11	12	13	14	15	16	D2	17	18	19	20	21	22	23		D3
1	2	2	3	3	2	3	2	3	20	1	1	1	1	2	1	2	2	11	2	2	2	1	2	2	1	12	43
2	4	3	4	4	4	3	4	4	30	2	2	2	1	4	2	3	3	19	2	4	3	3	3	3	3	21	70
3	4	2	2	1	3	4	2	3	21	2	2	2	2	3	2	4	4	21	2	2	3	3	3	3	3	19	61
4	2	3	3	2	2	2	3	3	20	1	1	1	1	2	1	1	2	10	2	3	3	3	2	2	2	17	47
5	2	2	2	2	1	3	2	2	16	1	1	1	1	2	1	3	2	12	2	2	2	3	2	2	2	15	43
6	2	2	2	2	3	3	3	3	20	2	1	2	1	2	2	2	2	14	2	2	2	2	2	2	2	14	48
7	4	4	4	2	2	4	4	4	28	2	3	3	4	4	4	3	2	25	4	2	2	3	4	2	3	20	73
8	3	3	3	2	3	2	2	3	21	2	2	2	2	2	1	2	2	15	2	2	3	3	3	3	2	18	54
9	4	2	2	2	4	4	4	2	24	2	2	2	2	4	1	2	4	19	4	4	1	4	4	4	2	23	66
10	2	3	2	2	2	2	2	3	18	2	2	2	2	3	2	2	2	17	2	2	2	3	2	2	2	15	50
11	3	3	2	2	2	3	3	1	19	1	2	2	3	3	3	2	1	17	2	3	2	3	1	2	3	16	52
12	4	3	1	4	4	3	2	4	25	1	1	1	1	2	1	3	4	14	2	1	3	2	4	3	1	16	55
13	2	2	4	2	2	1	2	4	19	1	1	2	2	3	1	2	4	16	4	2	4	4	2	2	1	19	54
14	2	2	3	4	2	3	3	4	23	1	1	2	1	2	1	2	4	14	2	3	1	3	4	2	3	18	55
15	4	3	4	2	3	4	2	3	25	1	1	1	1	4	2	2	3	15	4	4	2	2	4	4	2	22	62
16	3	4	2	2	3	3	4	3	24	3	2	3	3	3	3	3	4	24	3	2	2	2	3	3	2	17	65
17	1	2	1	4	2	3	1	4	18	2	3	2	1	3	4	2	1	18	3	2	4	2	1	2	3	17	53
18	4	4	4	4	2	2	2	4	26	2	2	2	2	4	2	4	2	20	2	2	3	2	2	2	2	15	61
19	4	3	4	4	3	4	4	4	30	2	1	1	1	4	1	4	4	18	3	2	2	3	4	3	3	20	68
20	4	3	4	2	3	4	4	4	28	2	1	1	2	4	1	4	4	19	3	2	2	3	4	2	2	18	65
21	3	3	3	2	2	2	2	2	19	3	2	2	2	2	2	3	3	19	2	2	3	3	2	3	3	18	56
22	2	2	2	3	2	3	3	2	19	1	1	2	1	4	2	3	3	17	4	3	2	3	2	3	4	21	57
23	4	3	2	2	3	3	3	2	22	2	2	3	3	2	3	2	4	21	3	2	3	4	3	2	3	20	63

24	3	2	4	2	2	3	3	2	21	3	2	3	3	2	2	3	2	20	2	2	2	3	4	2	2	17	58
25	4	2	4	2	4	2	3	3	24	2	2	2	2	2	2	2	3	17	3	3	3	3	3	4	4	23	64
26	4	2	2	2	2	3	3	2	20	2	2	2	4	3	2	4	4	23	3	3	4	3	2	3	2	20	63
27	2	2	3	2	2	2	3	2	18	2	2	3	3	2	2	2	3	19	2	2	3	3	2	2	2	16	53
28	2	2	2	3	2	2	2	2	17	4	2	2	2	2	2	2	4	20	4	4	4	4	4	4	4	28	65
29	3	2	2	3	4	3	2	3	22	2	1	2	1	2	1	2	1	12	3	2	2	2	3	2	3	17	51
30	3	2	4	1	2	3	4	2	21	4	3	2	2	4	4	2	1	22	2	4	4	2	2	3	4	21	64
31	2	3	3	2	2	1	4	3	20	1	1	2	1	2	2	2	2	13	3	3	4	3	4	2	3	22	55
32	4	3	1	3	4	3	4	3	25	4	4	2	4	2	4	2	3	25	3	3	3	3	4	3	3	22	72
33	2	3	3	2	2	1	4	3	20	1	1	2	1	2	2	2	2	13	3	3	4	3	4	2	3	22	55
34	4	2	2	2	2	2	4	4	22	2	2	2	2	3	3	3	4	21	2	2	2	2	2	2	2	14	57
35	2	2	3	1	2	3	2	4	19	1	1	2	1	3	2	3	2	15	2	3	2	3	3	3	4	20	54
36	4	4	2	3	4	2	4	3	26	3	4	4	3	2	3	4	3	26	4	4	3	2	4	3	4	24	76
37	2	3	2	2	2	3	2	2	18	2	2	1	1	2	1	2	2	13	2	3	3	3	3	3	4	21	52
38	2	2	2	4	4	4	4	4	26	4	1	4	1	4	1	1	1	17	1	4	4	4	4	4	4	25	68
39	4	4	2	2	2	4	2	2	22	2	2	4	4	2	2	2	4	22	4	2	2	2	4	2	2	18	62
40	2	4	4	2	1	2	4	4	23	1	1	1	1	4	2	3	4	17	2	4	4	4	4	4	1	23	63
41	3	3	2	2	2	3	3	3	21	1	1	1	1	3	2	2	2	13	2	2	3	3	3	2	3	18	52
42	2	2	2	1	4	3	3	3	20	3	3	3	3	3	4	3	3	25	4	4	3	3	3	3	3	23	68
43	3	3	2	3	4	3	3	3	24	4	2	3	3	4	3	2	3	24	3	3	3	4	4	3	3	23	71
44	3	3	2	2	3	2	3	3	21	2	2	2	2	3	2	3	2	18	3	2	2	3	2	2	2	16	55
45	3	2	2	2	2	2	2	1	16	2	1	3	2	1	1	1	3	14	2	2	2	2	3	2	3	16	46
46	4	4	3	4	4	4	4	3	30	2	2	2	4	1	4	4	4	23	4	4	4	4	4	4	4	28	81
47	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	2	2	1	1	3	1	2	13	2	4	1	3	1	3	4	18	39
48	4	4	3	4	2	3	2	3	25	2	1	2	1	2	2	3	2	15	2	2	1	3	2	3	2	15	55
49	4	4	2	4	3	2	2	4	25	3	1	2	1	4	3	2	1	17	3	2	1	4	4	3	2	19	61
50	4	3	3	4	4	3	2	3	26	2	2	2	2	3	2	2	3	18	3	3	3	3	4	4	2	22	66
51	2	2	2	3	2	2	2	2	17	4	2	2	2	3	2	2	2	19	2	2	2	2	2	2	2	14	50
52	1	2	2	1	1	2	1	1	11	1	2	2	1	1	2	2	2	13	3	2	3	1	2	3	2	16	40
53	2	3	3	2	4	2	4	3	23	3	2	3	2	3	2	3	3	21	3	2	3	3	3	3	3	20	64
54	3	3	2	2	2	2	2	2	18	1	1	2	1	4	2	3	3	17	3	3	3	3	3	3	2	20	55
55	4	2	2	2	3	2	2	4	21	2	2	2	2	2	2	2	4	18	4	4	2	2	4	2	2	20	59

56	4	3	3	2	4	3	3	4	26	4	2	3	3	3	2	3	3	23	3	3	2	2	4	3	2	19	68
57	4	3	3	4	2	2	3	4	25	2	2	2	2	3	1	3	3	18	3	2	2	3	3	2	2	17	60
58	2	3	2	1	2	4	4	3	21	2	1	1	1	2	2	4	3	16	2	3	4	3	4	4	2	22	59
59	4	4	3	4	3	4	2	3	27	2	2	3	2	4	2	4	3	22	2	3	3	4	3	3	3	21	70
60	4	3	2	4	4	4	4	3	28	2	1	2	2	3	2	3	3	18	3	3	3	2	3	3	4	21	67
61	4	4	4	3	3	4	4	4	30	2	2	2	2	3	2	2	3	18	4	3	3	3	3	3	2	21	69
62	4	4	4	3	1	4	4	4	28	3	3	3	3	4	4	4	4	28	3	3	3	4	4	3	3	23	79
63	3	4	3	2	2	3	4	3	24	2	2	2	2	3	1	2	2	16	3	2	3	4	4	3	2	21	61
64	3	3	2	2	3	3	3	3	22	1	1	2	1	3	3	1	2	14	4	2	1	3	1	2	1	14	50
65	4	4	3	3	3	3	4	2	26	1	1	1	4	4	3	1	1	16	1	1	1	1	2	2	3	11	53
66	2	4	4	2	4	4	4	4	28	2	2	2	2	3	2	4	4	21	4	4	2	2	3	2	2	19	68
67	4	3	2	3	4	3	4	3	26	4	2	3	4	3	3	3	2	24	3	4	2	3	3	2	3	20	70
68	3	3	4	3	4	2	3	4	26	2	1	4	2	2	3	4	3	21	2	2	3	2	2	2	3	16	63
69	3	2	2	2	2	3	4	4	22	2	4	2	4	2	2	3	3	22	4	2	2	3	4	2	3	20	64
70	4	4	4	2	4	4	4	4	30	2	2	2	4	4	2	4	4	24	2	4	4	4	4	4	4	26	80
71	4	4	3	2	3	4	4	4	28	3	3	2	2	2	2	3	4	21	3	3	2	2	4	3	3	20	69
72	4	2	3	4	4	3	2	3	25	3	2	3	2	3	2	4	4	23	4	3	3	3	4	4	3	24	72
73	2	2	3	2	2	2	2	2	17	4	2	2	2	2	2	2	2	18	2	2	2	2	2	2	2	14	49
74	4	4	3	3	2	4	3	4	27	4	3	4	2	2	2	3	1	21	4	2	3	3	4	2	4	22	70
75	4	3	3	3	2	2	2	2	21	3	2	2	1	2	2	3	3	18	3	2	2	3	2	3	3	18	57
76	4	3	2	3	3	2	4	2	23	2	4	3	3	3	4	3	2	24	4	3	3	3	3	3	3	22	69
77	4	4	4	2	2	3	4	4	27	4	2	4	4	2	1	4	4	25	4	4	4	3	3	4	3	25	77
78	3	2	4	2	3	2	2	4	22	2	1	1	3	4	2	4	3	20	2	2	2	2	2	2	2	14	56
79	3	3	3	3	2	3	3	3	23	2	2	2	2	3	2	3	2	18	3	2	2	3	2	2	2	16	57
80	2	4	3	2	2	1	3	3	20	2	1	2	1	2	2	1	2	13	2	3	4	2	3	1	4	19	52
81	3	1	2	4	2	4	2	3	21	1	2	3	2	3	2	4	4	21	3	3	2	4	3	3	2	20	62
82	2	3	4	4	2	3	3	3	24	2	3	4	3	3	4	3	2	24	2	2	3	3	3	3	3	19	67
83	2	2	3	2	2	3	2	2	18	1	1	2	1	2	2	2	3	14	2	2	2	2	2	2	2	14	46
84	4	4	4	3	3	4	4	3	29	2	2	2	3	2	4	4	4	23	3	3	3	3	4	2	4	22	74
85	2	4	3	3	1	4	4	2	23	4	2	1	2	4	4	3	3	23	2	4	2	4	2	3	4	21	67
86	2	2	2	2	2	2	2	2	16	2	1	1	2	2	2	2	2	14	1	2	2	3	2	2	3	15	45
87	4	2	2	2	2	4	4	3	23	2	2	3	2	2	1	2	3	17	2	3	2	3	3	4	3	20	60

88	4	4	2	1	4	3	2	4	24	3	4	3	4	2	3	2	2	23	4	3	3	4	3	4	4	25	72
89	4	4	3	3	4	4	3	3	28	2	2	4	2	4	4	4	2	24	2	4	4	4	4	4	4	26	78
90	4	2	2	1	4	3	3	4	23	2	2	2	4	4	1	1	4	20	2	2	2	2	4	2	2	16	59
91	4	2	2	3	2	2	4	2	21	1	1	1	1	2	1	2	2	11	2	2	2	2	3	2	1	14	46
92	4	3	3	2	3	2	3	4	24	4	3	2	2	4	3	2	3	23	2	4	4	3	3	4	2	22	69
93	4	2	4	2	2	3	4	3	24	3	2	1	1	2	3	2	3	17	2	3	4	2	3	4	1	19	60
94	4	3	3	4	4	3	4	4	29	3	4	2	4	4	3	3	4	27	2	3	1	3	4	4	4	21	77
95	4	2	2	2	4	3	4	3	24	2	2	2	2	4	1	3	2	18	2	1	1	2	4	2	1	13	55
96	4	4	2	2	4	4	4	2	26	1	2	1	1	4	2	2	4	17	4	2	2	4	4	4	4	24	67
97	3	2	2	2	2	4	4	3	22	2	2	2	2	4	1	2	3	18	2	2	3	3	2	2	2	16	56
98	4	4	3	2	4	3	4	3	27	3	2	3	4	4	2	4	3	25	4	4	2	4	4	3	4	25	77
99	4	3	4	4	3	2	4	4	28	4	4	3	2	4	4	4	3	28	2	3	4	4	4	3	3	23	79
100	4	4	3	2	2	4	4	4	27	2	1	2	2	4	1	4	4	20	3	3	4	3	4	3	2	22	69
101	4	3	2	4	4	3	4	3	27	4	2	4	2	4	1	4	3	24	4	3	2	4	4	2	4	23	74
102	4	2	3	4	2	4	2	3	24	2	2	2	1	3	2	4	3	19	3	4	3	3	4	3	3	23	66
103	4	4	2	4	3	1	4	4	26	2	2	3	2	3	3	4	4	23	3	4	3	4	2	2	4	22	71
104	4	2	2	4	2	2	2	2	20	2	4	4	1	2	2	2	2	19	4	2	2	2	2	2	2	16	55
105	4	4	4	4	3	3	3	2	27	2	2	3	3	3	2	4	3	22	3	3	3	3	4	3	4	23	72
106	3	3	3	3	3	3	3	3	24	3	2	2	2	2	2	3	2	18	3	2	2	3	2	3	3	18	60
107	4	2	2	4	2	4	3	2	23	2	1	1	1	4	1	4	3	17	1	2	2	2	3	1	2	13	53
108	3	4	2	2	2	4	4	4	25	1	1	1	1	4	2	2	2	14	2	3	4	4	4	2	2	21	60
109	2	4	2	2	4	2	2	2	20	2	1	2	2	3	1	2	4	17	4	4	2	4	1	2	2	19	56
110	4	2	2	3	2	2	1	3	19	2	3	2	2	2	2	2	2	17	3	2	2	2	3	2	4	18	54
111	4	3	4	3	2	2	4	2	24	2	2	2	3	4	2	3	2	20	3	4	4	2	1	2	2	18	62
112	3	4	3	4	2	4	4	3	27	1	1	1	2	2	4	3	4	18	3	2	2	2	4	3	2	18	63
113	2	4	2	2	4	2	4	4	24	2	1	1	2	2	2	3	4	17	3	3	3	4	4	1	4	22	63
114	4	4	4	1	2	4	3	2	24	3	1	2	3	4	1	2	3	19	1	2	4	4	2	4	4	21	64
115	2	4	3	3	3	4	3	3	25	3	1	2	1	2	2	2	3	16	3	2	3	3	4	3	2	20	61
116	2	3	4	2	2	4	2	3	22	4	1	3	1	3	2	3	4	21	4	2	3	4	4	3	4	24	67
117	4	3	4	3	2	2	3	3	24	2	2	2	2	4	3	4	2	21	3	3	3	4	4	3	3	23	68
118	4	3	2	2	2	3	4	4	24	3	2	2	2	3	1	3	2	18	4	4	3	2	4	2	3	22	64
119	3	4	2	2	4	3	4	2	24	3	1	1	1	4	2	2	4	18	2	2	2	2	3	3	3	17	59

120	2	4	2	1	4	2	3	2	20	2	2	2	3	2	2	2	3	18	4	4	2	1	2	3	3	19	57
121	2	4	2	2	4	2	2	2	20	3	2	4	2	2	2	2	4	21	3	2	2	3	2	4	2	18	59
122	3	4	2	2	2	3	3	2	21	4	1	1	1	2	1	2	4	16	2	4	4	4	2	2	2	20	57
123	2	4	2	2	4	3	4	2	23	2	2	2	3	3	2	2	4	20	2	2	3	4	3	2	4	20	63
124	4	4	4	2	4	2	4	4	28	2	2	2	1	3	2	2	4	18	4	2	4	4	2	4	4	24	70
125	2	3	3	3	3	3	3	3	23	2	1	2	2	2	1	3	2	15	3	2	3	2	3	4	3	20	58
126	4	3	4	2	3	3	4	3	26	2	2	4	3	3	2	3	3	22	4	3	3	3	3	4	3	23	71
127	2	2	3	1	2	3	2	2	17	1	1	2	1	3	1	2	2	13	1	1	2	2	3	3	3	15	45
128	3	2	4	4	3	4	3	4	27	2	3	2	3	2	3	2	2	19	4	4	3	4	2	3	4	24	70
129	2	4	3	1	3	4	2	3	22	2	2	3	4	3	2	1	2	19	3	4	2	3	4	2	3	21	62
130	1	2	1	4	2	3	2	4	19	1	2	3	2	3	2	1	2	16	3	4	2	3	1	3	2	18	53
131	4	2	3	2	2	3	3	2	21	1	2	4	3	3	2	3	1	19	2	4	2	1	2	4	2	17	57
132	2	3	3	1	2	3	2	2	18	2	2	2	2	3	2	4	3	20	3	3	3	3	1	3	3	19	57
133	4	4	4	2	4	4	4	4	30	2	2	3	3	4	1	2	4	21	3	3	3	3	4	4	3	23	74
134	4	4	4	3	4	4	4	4	31	4	4	4	4	4	4	3	4	31	4	4	4	4	4	4	4	28	90
135	2	3	4	3	2	1	2	3	20	3	2	2	4	3	4	2	1	21	1	2	3	4	3	2	1	16	57
136	4	3	4	2	2	3	3	4	25	2	2	3	2	4	2	3	2	20	4	3	2	4	4	4	4	25	70
137	1	2	2	4	2	3	4	1	19	1	2	3	2	3	1	4	3	19	4	4	3	2	4	4	3	24	62
138	4	4	3	4	2	1	3	2	23	4	2	4	3	4	2	4	3	26	3	3	1	3	1	2	4	17	66
139	2	2	2	1	2	2	3	2	16	3	2	4	4	1	4	2	2	22	2	3	1	4	2	1	3	16	54
140	2	3	2	3	3	3	3	3	22	4	2	3	2	4	2	3	3	23	2	3	2	3	3	2	2	17	62
141	3	2	3	2	2	3	1	2	18	1	2	2	4	2	2	3	3	19	2	3	3	1	2	2	1	14	51
142	3	2	2	2	2	3	4	2	20	2	1	1	1	3	2	3	2	15	2	4	1	2	2	3	2	16	51
143	4	2	3	2	4	4	4	4	27	2	2	2	2	4	1	4	4	21	4	2	1	4	4	4	2	21	69
144	2	2	2	3	2	4	2	2	19	1	3	2	1	2	2	2	2	15	4	4	4	3	3	3	3	24	58
145	3	2	2	2	1	2	2	1	15	3	2	2	3	2	1	3	2	18	3	1	2	4	3	3	2	18	51
146	2	3	3	4	4	4	2	2	24	3	2	3	3	4	3	2	2	22	3	3	3	3	3	3	3	21	67
147	2	2	3	3	2	3	3	3	21	4	4	2	2	3	2	2	3	22	2	2	2	3	3	2	2	16	59
148	1	2	1	4	2	3	1	4	18	2	3	2	1	3	4	2	1	18	3	2	4	2	1	2	3	17	53
149	4	4	4	4	2	2	2	4	26	2	2	2	2	4	2	4	2	20	2	2	3	2	2	2	2	15	61
150	4	3	4	4	3	4	4	4	30	2	1	1	1	4	1	4	4	18	3	2	2	3	4	3	3	20	68
151	4	3	4	2	3	4	4	4	28	2	1	1	2	4	1	4	4	19	3	2	2	3	4	2	2	18	65

152	3	3	3	2	2	2	2	2	19	3	2	2	2	2	2	3	3	19	2	2	3	3	2	3	3	18	56
153	4	2	2	1	4	3	3	4	23	2	2	2	4	4	1	1	4	20	2	2	2	2	4	2	2	16	59
154	4	2	2	3	2	2	4	2	21	1	1	1	1	2	1	2	2	11	2	2	2	2	3	2	1	14	46
155	4	3	3	2	3	2	3	4	24	4	3	2	2	4	3	2	3	23	2	4	4	3	3	4	2	22	69
156	4	2	4	2	2	3	4	3	24	3	2	1	1	2	3	2	3	17	2	3	4	2	3	4	1	19	60
157	4	3	3	4	4	3	4	4	29	3	4	2	4	4	3	3	4	27	2	3	1	3	4	4	4	21	77
158	4	2	2	2	4	3	4	3	24	2	2	2	2	4	1	3	2	18	2	1	1	2	4	2	1	13	55
159	4	4	2	2	4	4	4	2	26	1	2	1	1	4	2	2	4	17	4	2	2	4	4	4	4	24	67
160	3	2	2	2	2	4	4	3	22	2	2	2	2	4	1	2	3	18	2	2	3	3	2	2	2	16	56
161	4	4	3	2	4	3	4	3	27	3	2	3	4	4	2	4	3	25	4	4	2	4	4	3	4	25	77
162	4	3	4	4	3	2	4	4	28	4	4	3	2	4	4	4	3	28	2	3	4	4	4	3	3	23	79
163	4	4	3	2	2	4	4	4	27	2	1	2	2	4	1	4	4	20	3	3	4	3	4	3	2	22	69
164	4	3	2	4	4	3	4	3	27	4	2	4	2	4	1	4	3	24	4	3	2	4	4	2	4	23	74
165	4	2	3	4	2	4	2	3	24	2	2	2	1	3	2	4	3	19	3	4	3	3	4	3	3	23	66
166	4	4	2	4	3	1	4	4	26	2	2	3	2	3	3	4	4	23	3	4	3	4	2	2	4	22	71
167	4	2	2	4	2	2	2	2	20	2	4	4	1	2	2	2	2	19	4	2	2	2	2	2	2	16	55
168	4	4	4	4	3	3	3	2	27	2	2	3	3	3	2	4	3	22	3	3	3	3	4	3	4	23	72
169	3	3	3	3	3	3	3	3	24	3	2	2	2	2	2	3	2	18	3	2	2	3	2	3	3	18	60
170	4	2	2	4	2	4	3	2	23	2	1	1	1	4	1	4	3	17	1	2	2	2	3	1	2	13	53
171	3	4	2	2	2	4	4	4	25	1	1	1	1	4	2	2	2	14	2	3	4	4	4	2	2	21	60
172	2	4	2	2	4	2	2	2	20	2	1	2	2	3	1	2	4	17	4	4	2	4	1	2	2	19	56
173	4	2	2	3	2	2	1	3	19	2	3	2	2	2	2	2	2	17	3	2	2	2	3	2	4	18	54
174	4	3	4	3	2	2	4	2	24	2	2	2	3	4	2	3	2	20	3	4	4	2	1	2	2	18	62
175	3	4	3	4	2	4	4	3	27	1	1	1	2	2	4	3	4	18	3	2	2	2	4	3	2	18	63
176	2	4	2	2	4	2	4	4	24	2	1	1	2	2	2	3	4	17	3	3	3	4	4	1	4	22	63
177	4	4	4	1	2	4	3	2	24	3	1	2	3	4	1	2	3	19	1	2	4	4	2	4	4	21	64
178	2	4	3	3	3	4	3	3	25	3	1	2	1	2	2	2	3	16	3	2	3	3	4	3	2	20	61
179	2	3	4	2	2	4	2	3	22	4	1	3	1	3	2	3	4	21	4	2	3	4	4	3	4	24	67
180	4	3	4	3	2	2	3	3	24	2	2	2	2	4	3	4	2	21	3	3	3	4	4	3	3	23	68
181	4	3	2	2	2	3	4	4	24	3	2	2	2	3	1	3	2	18	4	4	3	2	4	2	3	22	64
182	3	4	2	2	4	3	4	2	24	3	1	1	1	4	2	2	4	18	2	2	2	2	3	3	3	17	59
183	2	4	2	1	4	2	3	2	20	2	2	2	3	2	2	2	3	18	4	4	2	1	2	3	3	19	57

184	2	4	2	2	4	2	2	2	20	3	2	4	2	2	2	2	4	21	3	2	2	3	2	4	2	18	59
185	3	4	2	2	2	3	3	2	21	4	1	1	1	2	1	2	4	16	2	4	4	4	2	2	2	20	57
186	2	4	2	2	4	3	4	2	23	2	2	2	3	3	2	2	4	20	2	2	3	4	3	2	4	20	63
187	4	4	4	2	4	2	4	4	28	2	2	2	1	3	2	2	4	18	4	2	4	4	2	4	4	24	70
188	2	3	3	3	3	3	3	3	23	2	1	2	2	2	1	3	2	15	3	2	3	2	3	4	3	20	58
189	4	3	4	2	3	3	4	3	26	2	2	4	3	3	2	3	3	22	4	3	3	3	3	4	3	23	71
190	2	2	3	1	2	3	2	2	17	1	1	2	1	3	1	2	2	13	1	1	2	2	3	3	3	15	45
191	3	2	4	4	3	4	3	4	27	2	3	2	3	2	3	2	2	19	4	4	3	4	2	3	4	24	70
192	2	4	3	1	3	4	2	3	22	2	2	3	4	3	2	1	2	19	3	4	2	3	4	2	3	21	62
193	1	2	1	4	2	3	2	4	19	1	2	3	2	3	2	1	2	16	3	4	2	3	1	3	2	18	53
194	3	3	3	2	3	2	2	3	21	2	2	2	2	2	1	2	2	15	2	2	3	3	3	3	2	18	54
195	4	2	2	2	4	4	4	2	24	2	2	2	2	4	1	2	4	19	4	4	1	4	4	4	2	23	66
196	2	3	2	2	2	2	2	3	18	2	2	2	2	3	2	2	2	17	2	2	2	3	2	2	2	15	50
197	3	3	2	2	2	3	3	1	19	1	2	2	3	3	3	2	1	17	2	3	2	3	1	2	3	16	52
198	4	3	1	4	4	3	2	4	25	1	1	1	1	2	1	3	4	14	2	1	3	2	4	3	1	16	55
199	2	2	4	2	2	1	2	4	19	1	1	2	2	3	1	2	4	16	4	2	4	4	2	2	1	19	54
200	2	2	3	4	2	3	3	4	23	1	1	2	1	2	1	2	4	14	2	3	1	3	4	2	3	18	55
201	4	3	4	2	3	4	2	3	25	1	1	1	1	4	2	2	3	15	4	4	2	2	4	4	2	22	62

BASE DE DATOS SOBRE ESTRÉS ACADEMICO

Nº	Estímulos estresores										Síntomas estresores										Estrategias de afrontamiento							TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	D1	10	11	12	13	14	15	16	17	18	D2	19	20	21	22	23	24	D3	
1	2	2	3	1	1	1	2	2	1	15	1	1	1	3	1	1	2	1	2	13	1	1	2	1	1	1	7	35
2	3	3	4	1	1	2	3	2	2	21	2	1	1	1	2	2	1	2	2	14	3	3	3	2	3	1	15	50
3	4	4	4	2	2	2	4	2	3	27	3	2	4	2	2	3	4	2	2	24	3	2	2	2	2	2	13	64
4	3	2	3	4	4	4	4	2	4	30	4	3	4	4	4	4	3	2	4	32	3	1	3	1	3	1	12	74
5	2	2	2	4	4	3	2	2	2	23	2	2	1	3	2	2	1	2	2	17	1	1	2	2	4	1	11	51
6	4	3	4	3	3	3	3	3	3	29	2	2	2	2	2	2	1	2	2	17	3	2	2	3	3	1	14	60
7	4	4	4	2	4	2	4	3	4	31	4	2	4	1	2	2	2	2	2	21	1	1	1	1	2	1	7	59
8	3	3	3	2	1	2	1	2	1	18	1	1	1	1	2	2	2	2	1	13	3	2	1	3	2	2	13	44
9	4	2	4	2	2	2	2	2	2	22	2	2	2	2	2	2	1	2	2	17	4	4	4	2	4	4	22	61
10	4	4	4	2	2	2	2	2	2	24	2	2	2	2	3	2	2	2	3	20	2	2	3	2	3	1	13	57
11	4	3	4	2	2	2	3	2	2	24	2	3	2	1	2	2	1	2	1	16	3	2	3	3	3	3	17	57
12	2	2	3	4	4	3	3	2	3	26	1	1	1	3	2	1	1	2	3	15	2	1	2	1	3	1	10	51
13	2	2	1	4	4	4	4	4	4	29	4	4	4	1	2	2	1	2	2	22	4	4	4	4	2	1	19	70
14	4	4	4	4	2	3	1	3	4	29	4	3	4	2	2	1	1	2	2	21	3	1	3	4	2	1	14	64
15	3	2	4	2	2	2	4	1	2	22	3	3	2	2	2	2	2	2	2	20	4	1	2	4	3	4	18	60
16	4	4	3	3	2	1	2	3	2	24	2	1	4	2	2	2	3	2	2	20	3	2	3	3	3	2	16	60
17	1	1	1	1	1	2	3	2	4	16	2	1	3	2	1	4	1	3	1	18	2	4	1	3	1	1	12	46
18	2	2	2	2	4	2	2	2	2	20	3	2	4	2	4	2	2	2	4	25	3	2	3	2	2	2	14	59
19	4	4	4	3	3	2	4	2	2	28	3	2	4	2	2	2	2	2	2	21	3	1	4	1	2	1	12	61
20	4	4	4	3	3	2	4	2	2	28	4	2	4	2	2	2	2	2	2	22	3	1	4	1	2	1	12	62
21	4	4	4	2	3	2	2	2	2	25	1	1	2	2	1	2	1	1	1	12	4	3	4	2	4	4	21	58
22	4	4	4	4	4	2	2	1	4	29	2	2	4	1	3	3	4	2	2	23	2	3	4	1	1	1	12	64
23	2	2	2	3	3	2	2	3	3	22	3	3	4	3	3	3	2	3	3	27	2	3	2	3	2	2	14	63
24	4	2	4	1	2	1	2	1	1	18	1	1	1	1	1	2	2	2	1	12	2	2	2	1	3	2	12	42
25	4	3	3	2	2	2	4	4	3	27	4	2	4	3	2	2	3	2	2	24	2	3	4	4	4	1	18	69
26	4	2	4	2	3	2	3	4	2	26	3	4	3	3	2	3	2	3	3	26	3	3	2	3	4	3	18	70
27	4	4	4	2	2	2	3	3	3	27	2	2	2	2	2	2	1	2	2	17	2	4	4	4	4	2	20	64
28	4	3	2	4	4	4	3	3	3	30	4	4	4	2	2	2	4	2	2	26	2	2	2	2	4	2	14	70

29	3	2	3	2	1	2	3	2	2	20	2	3	4	2	2	1	2	2	2	20	2	1	2	3	3	3	14	54
30	4	4	4	4	3	3	3	4	4	33	4	3	3	1	2	2	4	2	1	22	2	4	1	2	1	4	14	69
31	2	3	3	4	4	3	2	4	4	29	2	3	4	2	2	2	1	2	3	21	3	2	4	3	4	1	17	67
32	3	3	3	4	4	4	4	4	2	31	2	4	4	4	2	1	1	2	2	22	1	1	2	1	4	4	13	66
33	2	3	3	4	4	4	3	3	3	29	2	2	3	2	2	2	2	3	1	19	3	2	3	2	4	3	17	65
34	3	3	2	2	1	2	2	1	2	18	2	1	1	2	2	3	2	2	2	17	2	2	1	2	3	1	11	46
35	4	3	4	4	3	4	4	3	3	32	2	2	3	1	1	2	2	2	2	17	3	1	4	2	2	1	13	62
36	3	2	3	4	3	3	2	3	4	27	2	2	2	3	2	2	3	2	2	20	3	2	4	4	4	4	21	68
37	3	2	3	3	3	3	3	2	3	25	3	3	3	2	3	2	1	2	2	21	3	1	2	4	2	2	14	60
38	4	3	4	2	2	2	4	3	3	27	4	4	2	2	1	2	1	2	2	20	1	1	4	1	2	2	11	58
39	4	2	2	2	2	4	2	3	2	23	3	3	3	2	1	2	2	3	2	21	2	4	2	2	2	4	16	60
40	4	4	4	2	2	3	2	2	4	27	2	4	4	4	4	1	1	4	4	28	2	4	1	2	4	1	14	69
41	3	3	2	2	2	2	2	2	3	21	2	2	2	2	3	3	2	2	2	20	3	2	2	3	2	3	15	56
42	4	4	4	4	4	3	3	3	4	33	4	3	4	1	1	1	2	1	1	18	4	3	3	3	3	2	18	69
43	3	3	3	2	2	1	2	1	2	19	2	1	2	2	1	1	1	1	1	12	3	3	3	2	2	1	14	45
44	4	4	4	3	2	2	2	2	2	25	2	1	2	1	1	2	2	2	2	15	3	3	3	2	3	2	16	56
45	4	4	4	4	4	4	3	2	3	32	4	3	4	1	2	2	2	2	1	21	3	1	3	4	2	1	14	67
46	4	4	4	3	2	3	4	4	3	31	4	4	4	2	2	2	1	2	2	23	2	4	1	1	1	1	10	64
47	3	2	3	2	3	1	3	1	4	22	2	4	1	3	4	2	3	3	2	24	2	1	3	2	3	1	12	58
48	4	4	4	2	2	2	4	3	2	27	3	2	4	2	2	2	1	2	2	20	2	1	2	2	1	4	12	59
49	3	3	4	4	3	3	3	4	4	31	3	1	4	3	3	4	4	3	4	29	1	1	1	3	3	1	10	70
50	4	4	4	2	2	2	2	2	2	24	2	1	1	1	1	1	1	1	1	10	3	2	2	3	2	2	14	48
51	4	3	4	3	3	3	4	3	3	30	4	3	4	2	2	2	2	2	2	23	2	2	3	3	2	1	13	66
52	3	3	3	2	4	4	3	3	2	27	4	4	4	2	1	3	3	2	2	25	2	3	3	4	3	3	18	70
53	4	3	3	4	4	4	4	3	4	33	4	3	4	3	3	3	3	3	2	28	2	2	3	2	2	1	12	73
54	2	2	2	2	2	2	4	2	2	20	1	2	1	1	1	1	1	1	1	10	4	2	2	2	2	4	16	46
55	3	3	4	2	3	4	4	2	4	29	2	2	4	2	2	2	2	2	2	20	4	2	2	2	2	2	14	63
56	3	3	4	3	2	3	3	2	3	26	3	1	2	2	1	2	1	2	1	15	4	4	4	4	4	4	24	65
57	2	2	4	1	2	2	3	3	2	21	1	4	1	2	3	3	1	3	1	19	1	1	1	1	1	1	6	46
58	2	3	2	2	1	3	1	4	2	20	3	3	2	3	1	2	3	2	4	23	2	2	4	2	3	2	15	58
59	3	3	4	2	2	2	4	2	2	24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	2	2	2	2	2	2	12	54
60	3	3	4	4	4	2	3	3	2	28	3	2	3	3	2	3	2	3	2	23	2	3	4	4	4	2	19	70

61	4	4	4	2	2	3	3	1	2	25	2	1	2	2	3	3	2	2	2	19	2	1	1	2	2	1	9	53
62	4	4	4	2	1	2	4	2	2	25	1	2	2	1	1	2	2	2	2	15	1	4	4	3	3	4	19	59
63	3	2	2	2	4	2	4	2	2	23	1	2	4	3	2	2	1	1	1	17	3	2	3	3	4	1	16	56
64	3	1	3	3	3	1	1	1	3	19	1	3	2	3	2	1	3	1	1	17	3	2	1	2	1	1	10	46
65	3	2	4	3	2	2	2	1	2	21	3	1	1	2	2	3	2	2	2	18	2	2	2	2	2	1	11	50
66	3	1	3	1	1	2	2	2	2	17	2	2	3	2	2	2	4	2	2	21	3	3	3	2	2	1	14	52
67	4	3	4	2	1	2	2	1	1	20	1	2	1	2	1	2	1	1	1	12	4	4	3	2	2	2	17	49
68	3	2	3	2	2	1	2	3	1	19	2	1	2	3	2	1	2	1	1	15	2	1	4	4	3	1	15	49
69	3	2	2	4	2	2	3	2	3	23	2	3	2	3	2	3	4	3	2	24	2	3	3	2	3	4	17	64
70	3	3	3	2	3	2	3	2	2	23	4	4	3	4	4	4	3	3	2	31	4	4	4	4	4	4	24	78
71	3	3	4	2	2	2	2	2	3	23	2	2	1	2	2	1	1	2	2	15	2	2	4	3	4	3	18	56
72	4	4	4	2	2	1	2	1	1	21	1	1	1	1	1	1	2	1	1	10	4	2	1	2	2	1	12	43
73	3	3	4	3	2	2	4	1	2	24	2	1	2	1	1	1	1	1	1	11	2	1	4	2	1	1	11	46
74	2	3	3	1	2	1	2	3	1	18	2	2	1	2	1	3	2	1	2	16	1	2	2	1	2	1	9	43
75	3	2	2	2	3	3	4	2	3	24	1	2	2	1	2	2	2	2	1	15	2	2	2	3	3	1	13	52
76	3	2	3	4	2	2	3	3	3	25	2	3	3	1	1	1	1	1	1	14	1	1	2	2	2	2	10	49
77	4	4	3	2	2	1	2	2	2	22	1	4	2	2	4	2	4	4	4	27	4	4	4	4	4	2	22	71
78	4	3	4	2	2	3	4	2	2	26	3	1	4	2	2	3	2	2	3	22	2	2	3	2	1	1	11	59
79	3	3	3	2	2	2	2	2	2	21	2	2	3	2	2	2	2	2	2	19	2	3	2	2	2	2	13	53
80	2	1	1	2	1	1	3	2	3	16	2	1	2	1	2	2	1	1	2	14	1	1	2	1	1	1	7	37
81	3	2	2	2	1	1	4	2	1	18	3	1	1	1	2	1	1	2	2	14	4	3	4	2	2	3	18	50
82	2	4	4	1	1	1	1	1	1	16	1	1	1	2	1	1	2	1	2	12	2	2	3	1	1	1	10	38
83	2	2	2	2	2	3	2	2	2	19	1	2	1	2	2	2	2	2	2	16	2	1	1	2	3	2	11	46
84	4	4	4	2	1	3	4	1	1	24	2	1	2	1	1	2	1	1	1	12	2	3	4	4	4	4	21	57
85	2	1	3	1	3	2	4	1	1	18	1	2	2	1	2	3	1	2	2	16	1	2	3	2	1	3	12	46
86	2	4	3	2	2	2	2	2	2	21	2	3	3	1	2	2	1	2	2	18	4	1	1	1	2	1	10	49
87	4	3	3	2	2	2	2	2	2	22	3	3	2	2	2	2	1	2	2	19	3	3	2	3	2	1	14	55
88	4	4	4	1	4	2	2	4	4	29	1	1	1	1	1	1	4	4	4	18	4	4	4	4	4	3	23	70
89	4	4	4	1	2	1	2	1	1	20	1	1	2	1	1	2	4	1	1	14	4	4	2	1	2	4	17	51
90	4	2	4	2	2	2	2	1	1	20	1	2	1	2	2	2	4	4	4	22	1	1	4	4	2	1	13	55
91	2	2	2	2	1	2	2	2	2	17	2	2	1	2	2	2	1	2	1	15	1	1	1	1	2	4	10	42
92	2	3	2	1	1	2	2	1	2	16	1	2	2	2	1	4	1	1	2	16	3	4	2	4	4	4	21	53

93	3	2	3	4	2	2	2	3	3	24	1	1	2	2	1	2	1	1	1	12	3	4	2	2	3	1	15	51
94	4	4	4	2	2	1	2	1	2	22	1	1	1	1	1	1	4	1	1	12	4	4	4	3	3	4	22	56
95	2	2	3	2	2	2	4	2	1	20	2	2	1	2	2	2	2	2	2	17	3	1	4	2	2	2	14	51
96	4	2	4	2	1	4	2	2	3	24	4	3	4	2	2	2	2	1	2	22	1	4	2	1	2	2	12	58
97	2	2	3	3	2	2	2	2	3	21	2	2	1	2	1	2	2	1	1	14	3	1	2	1	2	2	11	46
98	4	3	4	2	2	2	3	2	3	25	2	1	1	2	2	2	2	2	1	15	4	4	3	2	2	2	17	57
99	4	2	4	2	1	2	2	2	2	21	1	1	2	1	2	1	2	2	2	14	4	1	4	2	3	1	15	50
100	4	4	4	2	2	2	4	2	2	26	2	2	1	2	2	2	1	2	1	15	2	2	4	3	2	2	15	56
101	4	3	4	1	1	1	2	1	2	19	2	1	1	2	1	2	1	2	1	13	4	3	2	4	2	2	17	49
102	3	2	4	1	1	1	4	1	1	18	2	1	1	2	2	2	1	1	1	13	3	1	2	2	2	2	12	43
103	2	2	2	2	2	1	2	1	1	15	4	2	2	1	1	3	2	1	2	18	3	1	4	4	4	4	20	53
104	1	2	2	2	2	2	2	2	4	19	2	2	1	2	2	2	2	2	2	17	2	2	4	2	2	2	14	50
105	3	3	3	2	3	2	3	2	2	23	2	1	3	2	1	2	1	2	2	16	3	3	1	3	3	1	14	53
106	3	2	4	3	4	3	3	3	3	28	2	2	3	2	2	2	3	2	2	20	4	2	3	1	1	1	12	60
107	4	2	4	2	2	2	4	2	2	24	1	2	1	2	2	2	1	2	2	15	2	1	2	2	2	1	10	49
108	2	2	2	2	3	2	2	2	3	20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	3	3	3	3	3	2	17	55
109	2	4	4	4	2	2	2	3	4	27	2	4	2	2	1	1	1	2	2	17	4	1	4	2	2	1	14	58
110	4	4	4	2	4	2	4	4	4	32	4	4	2	2	2	4	4	4	4	30	4	4	4	2	4	4	22	84
111	3	3	4	2	2	2	1	1	2	20	1	1	1	2	1	2	2	2	1	13	3	2	1	2	2	2	12	45
112	4	3	4	3	2	2	4	4	4	30	2	2	3	1	2	2	1	2	4	19	1	2	3	4	2	1	13	62
113	3	3	3	4	4	3	2	2	4	28	4	2	4	2	1	2	2	2	3	22	3	2	3	2	2	1	13	63
114	2	2	2	1	3	2	1	1	1	15	3	1	2	3	2	1	2	3	4	21	3	4	2	4	3	3	19	55
115	4	3	4	2	4	2	2	3	2	26	2	3	2	2	3	2	1	2	2	19	2	1	1	4	4	1	13	58
116	4	4	4	2	2	2	4	1	2	25	1	1	1	2	2	3	1	2	1	14	4	2	2	4	2	1	15	54
117	3	2	4	3	2	2	3	3	2	24	2	2	2	3	2	3	2	3	2	21	2	2	3	2	2	1	12	57
118	2	2	1	3	1	2	2	4	2	19	3	2	2	1	2	3	1	2	1	17	2	1	2	4	4	1	14	50
119	3	2	4	2	4	2	4	2	2	25	1	1	4	2	2	2	1	1	1	15	3	1	2	3	4	1	14	54
120	2	2	3	4	2	2	2	2	3	22	1	2	2	2	2	2	3	3	2	19	2	1	2	2	3	4	14	55
121	2	2	3	4	2	3	2	3	4	25	3	2	3	2	3	3	3	2	2	23	4	3	3	2	4	2	18	66
122	4	3	4	2	1	1	1	1	2	19	2	2	1	2	3	3	1	1	1	16	4	1	2	3	3	1	14	49
123	4	4	3	2	1	2	2	3	4	25	2	3	1	2	1	2	2	2	3	18	2	1	2	1	2	1	9	52
124	4	4	4	2	2	2	4	2	2	26	1	2	2	2	2	2	1	3	1	16	4	2	2	2	4	2	16	58

125	4	3	4	4	4	4	3	4	4	34	4	3	3	2	1	4	1	1	1	20	2	1	4	2	2	1	12	66
126	4	3	4	2	2	1	1	2	2	21	1	1	2	1	1	2	2	2	1	13	2	2	2	2	4	2	14	48
127	2	1	4	4	3	4	2	3	4	27	2	1	1	2	1	1	1	3	4	16	2	1	1	1	1	1	7	50
128	2	3	3	2	3	3	4	3	4	27	2	4	3	4	4	4	3	4	3	31	2	4	3	3	3	4	19	77
129	4	4	2	3	2	1	3	2	3	24	2	3	4	1	3	2	3	2	3	23	3	2	3	2	3	2	15	62
130	1	2	2	1	2	3	2	4	2	19	3	3	2	3	2	1	4	2	2	22	1	3	4	2	3	3	16	57
131	1	3	1	3	4	2	3	2	3	22	4	2	3	2	4	2	1	3	2	23	4	1	3	4	2	3	17	62
132	4	4	4	2	3	2	4	2	2	27	2	1	2	1	1	1	1	1	1	11	3	3	4	3	2	3	18	56
133	4	4	4	2	4	2	2	2	1	25	1	2	2	2	2	1	2	1	3	16	1	4	4	4	4	4	21	62
134	4	4	4	1	1	2	4	4	1	25	1	1	1	1	1	1	4	1	1	12	4	1	4	4	1	4	18	55
135	4	3	4	2	3	1	3	2	4	26	2	4	1	2	3	4	2	3	1	22	4	2	4	2	3	3	18	66
136	4	3	4	2	4	2	4	3	2	28	2	2	2	2	3	3	2	3	2	21	4	4	3	4	4	2	21	70
137	3	2	4	2	4	4	3	2	4	28	1	3	2	2	4	1	1	1	2	17	1	1	3	2	2	3	12	57
138	2	3	4	2	4	2	3	2	3	25	4	3	2	1	2	3	4	2	3	24	3	1	2	4	2	3	15	64
139	4	2	4	4	4	3	4	4	3	32	2	2	4	2	2	1	1	2	2	18	1	3	3	4	2	1	14	64
140	4	4	4	3	2	2	3	3	2	27	4	2	3	2	2	3	2	2	2	22	2	4	4	3	3	1	17	66
141	3	2	3	4	3	4	4	2	1	26	2	2	2	4	2	2	1	2	1	18	4	1	3	2	2	3	15	59
142	3	2	4	4	3	2	3	2	2	25	1	2	2	2	2	2	1	1	2	15	2	2	2	3	2	1	12	52
143	4	2	4	3	4	2	4	3	2	28	2	2	2	1	2	3	3	3	2	20	2	2	4	2	2	2	14	62
144	4	3	4	4	4	4	3	3	3	32	3	3	4	2	2	2	2	3	2	23	2	2	2	1	2	2	11	66
145	4	2	3	4	4	2	4	3	3	29	2	3	2	1	2	3	4	2	2	21	2	1	3	4	3	1	14	64
146	4	3	4	2	2	2	1	2	2	22	1	2	2	2	1	1	2	2	1	14	3	3	2	4	3	3	18	54
147	2	3	3	2	4	2	4	3	1	24	1	2	1	2	3	2	1	2	2	16	1	1	1	4	4	4	15	55
148	1	1	1	1	1	2	3	2	4	16	2	1	3	2	1	4	1	3	1	18	2	4	1	3	1	1	12	46
149	2	2	2	2	4	2	2	2	2	20	3	2	4	2	4	2	2	2	4	25	3	2	3	2	2	2	14	59
150	4	4	4	3	3	2	4	2	2	28	3	2	4	2	2	2	2	2	2	21	3	1	4	1	2	1	12	61
151	4	4	4	3	3	2	4	2	2	28	4	2	4	2	2	2	2	2	2	22	3	1	4	1	2	1	12	62
152	4	4	4	2	3	2	2	2	2	25	1	1	2	2	1	2	1	1	1	12	4	3	4	2	4	4	21	58
153	4	2	4	2	2	2	2	1	1	20	1	2	1	2	2	2	4	4	4	22	1	1	4	4	2	1	13	55
154	2	2	2	2	1	2	2	2	2	17	2	2	1	2	2	2	1	2	1	15	1	1	1	1	2	4	10	42
155	2	3	2	1	1	2	2	1	2	16	1	2	2	2	1	4	1	1	2	16	3	4	2	4	4	4	21	53
156	3	2	3	4	2	2	2	3	3	24	1	1	2	2	1	2	1	1	1	12	3	4	2	2	3	1	15	51

157	4	4	4	2	2	1	2	1	2	22	1	1	1	1	1	1	4	1	1	12	4	4	4	3	3	4	22	56
158	2	2	3	2	2	2	4	2	1	20	2	2	1	2	2	2	2	2	2	17	3	1	4	2	2	2	14	51
159	4	2	4	2	1	4	2	2	3	24	4	3	4	2	2	2	2	1	2	22	1	4	2	1	2	2	12	58
160	2	2	3	3	2	2	2	2	3	21	2	2	1	2	1	2	2	1	1	14	3	1	2	1	2	2	11	46
161	4	3	4	2	2	2	3	2	3	25	2	1	1	2	2	2	2	2	1	15	4	4	3	2	2	2	17	57
162	4	2	4	2	1	2	2	2	2	21	1	1	2	1	2	1	2	2	2	14	4	1	4	2	3	1	15	50
163	4	4	4	2	2	2	4	2	2	26	2	2	1	2	2	2	1	2	1	15	2	2	4	3	2	2	15	56
164	4	3	4	1	1	1	2	1	2	19	2	1	1	2	1	2	1	2	1	13	4	3	2	4	2	2	17	49
165	3	2	4	1	1	1	4	1	1	18	2	1	1	2	2	2	1	1	1	13	3	1	2	2	2	2	12	43
166	2	2	2	2	2	1	2	1	1	15	4	2	2	1	1	3	2	1	2	18	3	1	4	4	4	4	20	53
167	1	2	2	2	2	2	2	2	4	19	2	2	1	2	2	2	2	2	2	17	2	2	4	2	2	2	14	50
168	3	3	3	2	3	2	3	2	2	23	2	1	3	2	1	2	1	2	2	16	3	3	1	3	3	1	14	53
169	3	2	4	3	4	3	3	3	3	28	2	2	3	2	2	2	3	2	2	20	4	2	3	1	1	1	12	60
170	4	2	4	2	2	2	4	2	2	24	1	2	1	2	2	2	1	2	2	15	2	1	2	2	2	1	10	49
171	2	2	2	2	3	2	2	2	3	20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	3	3	3	3	3	2	17	55
172	2	4	4	4	2	2	2	3	4	27	2	4	2	2	1	1	1	2	2	17	4	1	4	2	2	1	14	58
173	4	4	4	2	4	2	4	4	4	32	4	4	2	2	2	4	4	4	4	30	4	4	4	2	4	4	22	84
174	3	3	4	2	2	2	1	1	2	20	1	1	1	2	1	2	2	2	1	13	3	2	1	2	2	2	12	45
175	4	3	4	3	2	2	4	4	4	30	2	2	3	1	2	2	1	2	4	19	1	2	3	4	2	1	13	62
176	3	3	3	4	4	3	2	2	4	28	4	2	4	2	1	2	2	2	3	22	3	2	3	2	2	1	13	63
177	2	2	2	1	3	2	1	1	1	15	3	1	2	3	2	1	2	3	4	21	3	4	2	4	3	3	19	55
178	4	3	4	2	4	2	2	3	2	26	2	3	2	2	3	2	1	2	2	19	2	1	1	4	4	1	13	58
179	4	4	4	2	2	2	4	1	2	25	1	1	1	2	2	3	1	2	1	14	4	2	2	4	2	1	15	54
180	3	2	4	3	2	2	3	3	2	24	2	2	2	3	2	3	2	3	2	21	2	2	3	2	2	1	12	57
181	2	2	1	3	1	2	2	4	2	19	3	2	2	1	2	3	1	2	1	17	2	1	2	4	4	1	14	50
182	3	2	4	2	4	2	4	2	2	25	1	1	4	2	2	2	1	1	1	15	3	1	2	3	4	1	14	54
183	2	2	3	4	2	2	2	2	3	22	1	2	2	2	2	2	3	3	2	19	2	1	2	2	3	4	14	55
184	2	2	3	4	2	3	2	3	4	25	3	2	3	2	3	3	3	2	2	23	4	3	3	2	4	2	18	66
185	4	3	4	2	1	1	1	1	2	19	2	2	1	2	3	3	1	1	1	16	4	1	2	3	3	1	14	49
186	4	4	3	2	1	2	2	3	4	25	2	3	1	2	1	2	2	2	3	18	2	1	2	1	2	1	9	52
187	4	4	4	2	2	2	4	2	2	26	1	2	2	2	2	2	1	3	1	16	4	2	2	2	4	2	16	58
188	4	3	4	4	4	4	3	4	4	34	4	3	3	2	1	4	1	1	1	20	2	1	4	2	2	1	12	66

189	4	3	4	2	2	1	1	2	2	21	1	1	2	1	1	2	2	2	1	13	2	2	2	2	4	2	14	48
190	2	1	4	4	3	4	2	3	4	27	2	1	1	2	1	1	1	3	4	16	2	1	1	1	1	1	7	50
191	2	3	3	2	3	3	4	3	4	27	2	4	3	4	4	4	3	4	3	31	2	4	3	3	3	4	19	77
192	4	4	2	3	2	1	3	2	3	24	2	3	4	1	3	2	3	2	3	23	3	2	3	2	3	2	15	62
193	1	2	2	1	2	3	2	4	2	19	3	3	2	3	2	1	4	2	2	22	1	3	4	2	3	3	16	57
194	3	3	3	2	1	2	1	2	1	18	1	1	1	1	2	2	2	2	1	13	3	2	1	3	2	2	13	44
195	4	2	4	2	2	2	2	2	2	22	2	2	2	2	2	2	1	2	2	17	4	4	4	2	4	4	22	61
196	4	4	4	2	2	2	2	2	2	24	2	2	2	2	3	2	2	2	3	20	2	2	3	2	3	1	13	57
197	4	3	4	2	2	2	3	2	2	24	2	3	2	1	2	2	1	2	1	16	3	2	3	3	3	3	17	57
198	2	2	3	4	4	3	3	2	3	26	1	1	1	3	2	1	1	2	3	15	2	1	2	1	3	1	10	51
199	2	2	1	4	4	4	4	4	4	29	4	4	4	1	2	2	1	2	2	22	4	4	4	4	2	1	19	70
200	4	4	4	4	2	3	1	3	4	29	4	3	4	2	2	1	1	2	2	21	3	1	3	4	2	1	14	64
201	3	2	4	2	2	2	4	1	2	22	3	3	2	2	2	2	2	2	2	20	4	1	2	4	3	4	18	60

ANEXO 5

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO: ESTRES ACADEMICO

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSION 1. Estímulos estresores								
1	Te gusta ser un estudiante que saca buenas notas en el salón.	✓		✓		✓		
2	Te gusta ser el mejor estudiante de tu clase.	✓		✓		✓		
3	Te gusta sacar buenas notas.	✓		✓		✓		
4	Las tareas que deja el profesor son demasiadas.	✓		✓		✓		
5	Te preocupa el exceso de tareas que deja el profesor.	✓		✓		✓		
6	Las tareas que dejan son difíciles.	✓		✓		✓		
7	Es preocupante no entender las clases del profesor.	✓		✓		✓		
8	Sientes que el profesor es muy exigente y estricto.	✓		✓		✓		
9	Les dan pocos días para realizar los trabajos.	✓		✓		✓		
DIMENSION 2. Síntomas estresores								
10	Se siente dolor de cabeza cuando se tiene que realizar las actividades de la institución educativa.	✓		✓		✓		
11	Te agotas rápidamente cuando haces las tareas del colegio.	✓		✓		✓		
12	Se duerme menos de 8 horas cuando se está preocupado por las tareas del colegio.	✓		✓		✓		
13	Estas distraído en el aula y no prestas atención.	✓		✓		✓		
14	Tienes dificultades para atender a la clase del profesor.	✓		✓		✓		
15	Cuando el profesor pregunta en clases no sabes que o cómo responder.	✓		✓		✓		
16	Quieres estar sin la compañía de nadie.	✓		✓		✓		
17	Realizas tus labores escolares con dificultades.	✓		✓		✓		
18	Realizas tus labores escolares con desánimo.	✓		✓		✓		
DIMENSION 3: Estrategias de afrontamiento								
19	Organizas tu tiempo para hacer las tareas de todos los cursos.	✓		✓		✓		

20	Cuentas con una agenda para organizar tus actividades del colegio.	✓		✓		✓	
21	Conversas sin ofender con tus compañeros cuando hay discrepancias entre ellos.	✓		✓		✓	
22	Te comunicas con tus compañeros para que te apoyen con tus labores del salón.	✓		✓		✓	
23	Cuentas con el apoyo de tus compañeros destacados para solucionar algunas tareas del colegio.	✓		✓		✓	
24	Recurres a tu tutor para solucionar algunos problemas con tus compañeros.	✓		✓		✓	


Observaciones (precisar si hay suficiencia): si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. SILVA NARVASTE BERTHA DNI: 45104543

Especialidad del validador: MATEMÁTICA - FÍSICA - ESTADÍSTICA - METEOROLOGÍA (Dr.) Mg en EDUCACIÓN

24 de mayo del 2018


 Dra. Bertha Silva Narvaste
 Investigadora - Matemática - Física
 Docente Revisora - Validadora

Firma

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO: TAREAS ESCOLARES

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSION 1. Tarea de ejercicios								
1	Las tareas sirven para reforzar lo que se hizo en clases.	✓		✓		✓		
2	Al hacer las tareas se comprende mejor el tema.	✓		✓		✓		
3	Al hacer las tareas se entiende los ejercicios.	✓		✓		✓		
4	La tarea que dejan es lo mismo que se hizo en clases.	✓		✓		✓		
5	Hago la tarea para que no se me olvide el tema o la clase.	✓		✓		✓		
6	Las tareas permiten repasar las clases.	✓		✓		✓		
7	Haciendo las tareas se aprende mejor.	✓		✓		✓		
8	Al hacer las tareas consolido mi aprendizaje.	✓		✓		✓		
DIMENSION 2: Tarea de preparación								
9	Buscas información sobre las tareas que deja el profesor para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
10	Revisas libros del tema para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
11	Buscas información para profundizar tu aprendizaje.	✓		✓		✓		
12	Leo libros o del internet sobre el tema para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
13	Es importante buscar información leyendo para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
14	Lees diferente bibliografía sobre un tema de interés para mejorar el aprendizaje.	✓		✓		✓		
15	Al averiguar información se estará preparado para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
16	Los temas que se indaga son útiles para la clase.	✓		✓		✓		
DIMENSION 3. Tarea de extensión								
17	Se investiga acerca de las tareas porque sirven como preparación.	✓		✓		✓		
18	Al hacer las tareas se investiga detalladamente.	✓		✓		✓		
19	Se prepara información para realizar las tareas.	✓		✓		✓		
20	Se organiza los temas para realizar las tareas.	✓		✓		✓		

21	Organizando las tareas se comprende mejor el tema.	✓		✓		✓	
22	Se prepara información para comprender las tareas.	✓		✓		✓	
23	Organizo los temas para realizar correctamente las tareas.	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. SILVA NARVASTE, BERTHA DNI: 45104543

Especialidad del validador: MATEMÁTICA - FÍSICA - ESTADÍSTICA - METODOLOGÍA Dr. Mg en Educación

24 de mayo del 2018


 Dra. Bertha Silva Narvaste
 Investigadora - Matemática - Física
 Docente Revisora - Validadora
 Firma

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO: TAREAS ESCOLARES

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSION 1. Tarea de ejercicios								
1	Las tareas sirven para reforzar lo que se hizo en clases.	✓		✓		✓		
2	Al hacer las tareas se comprende mejor el tema.	✓		✓		✓		
3	Al hacer las tareas se entiende los ejercicios.	✓		✓		✓		
4	La tarea que dejan es lo mismo que se hizo en clases.	✓		✓		✓		
5	Hago la tarea para que no se me olvide el tema o la clase.	✓		✓		✓		
6	Las tareas permiten repasar las clases.	✓		✓		✓		
7	Haciendo las tareas se aprende mejor.	✓		✓		✓		
8	Al hacer las tareas consolido mi aprendizaje.	✓		✓		✓		
DIMENSION 2: Tarea de preparación								
9	Buscas información sobre las tareas que deja el profesor para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
10	Revisas libros del tema para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
11	Buscas información para profundizar tu aprendizaje.	✓		✓		✓		
12	Leo libros o del internet sobre el tema para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
13	Es importante buscar información leyendo para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
14	Lees diferente bibliografía sobre un tema de interés para mejorar el aprendizaje.	✓		✓		✓		
15	Al averiguar información se estará preparado para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
16	Los temas que se indaga son útiles para la clase.	✓		✓		✓		
DIMENSION 3. Tarea de extensión								
17	Se investiga acerca de las tareas porque sirven como preparación.	✓		✓		✓		
18	Al hacer las tareas se investiga detalladamente.	✓		✓		✓		
19	Se prepara información para realizar las tareas.	✓		✓		✓		
20	Se organiza los temas para realizar las tareas.	✓		✓		✓		

21	Organizando las tareas se comprende mejor el tema.	✓		✓		✓	
22	Se prepara información para comprender las tareas.	✓		✓		✓	
23	Organizo los temas para realizar correctamente las tareas.	✓		✓		✓	

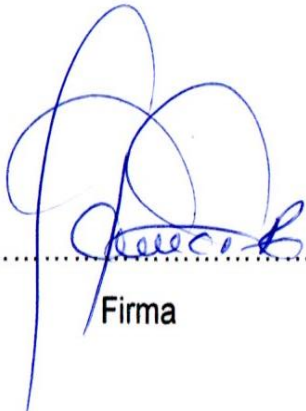
Observaciones (precisar si hay suficiencia): Presente Suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: Geovana Rojas Nunez DNI: 08525952.

Especialidad del validador: Psicóloga Dr. Mg

24 de mayo del 2018


.....
Firma

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO: ESTRES ACADEMICO

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSION 1. Estímulos estresores								
1	Te gusta ser un estudiante que saca buenas notas en el salón.	✓		✓		✓		
2	Te gusta ser el mejor estudiante de tu clase.	✓		✓		✓		
3	Te gusta sacar buenas notas.	✓		✓		✓		
4	Las tareas que deja el profesor son demasiadas.	✓		✓		✓		
5	Te preocupa el exceso de tareas que deja el profesor.	✓		✓		✓		
6	Las tareas que dejan son difíciles.	✓		✓		✓		
7	Es preocupante no entender las clases del profesor.	✓		✓		✓		
8	Sientes que el profesor es muy exigente y estricto.	✓		✓		✓		
9	Les dan pocos días para realizar los trabajos.	✓		✓		✓		
DIMENSION 2. Síntomas estresores								
10	Se siente dolor de cabeza cuando se tiene que realizar las actividades de la institución educativa.	✓		✓		✓		
11	Te agotas rápidamente cuando haces las tareas del colegio.	✓		✓		✓		
12	Se duerme menos de 8 horas cuando se está preocupado por las tareas del colegio.	✓		✓		✓		
13	Estas distraído en el aula y no prestas atención.	✓		✓		✓		
14	Tienes dificultades para atender a la clase del profesor.	✓		✓		✓		
15	Cuando el profesor pregunta en clases no sabes que o cómo responder.	✓		✓		✓		
16	Quieres estar sin la compañía de nadie.	✓		✓		✓		
17	Realizas tus labores escolares con dificultades.	✓		✓		✓		
18	Realizas tus labores escolares con desánimo.	✓		✓		✓		
DIMENSION 3: Estrategias de afrontamiento								
19	Organizas tu tiempo para hacer las tareas de todos los cursos.	✓		✓		✓		

20	Cuentas con una agenda para organizar tus actividades del colegio.	✓		✓		✓	
21	Conversas sin ofender con tus compañeros cuando hay discrepancias entre ellos.	✓		✓		✓	
22	Te comunicas con tus compañeros para que te apoyen con tus labores del salón.	✓		✓		✓	
23	Cuentas con el apoyo de tus compañeros destacados para solucionar algunas tareas del colegio.	✓		✓		✓	
24	Recurres a tu tutor para solucionar algunos problemas con tus compañeros.	✓		✓		✓	

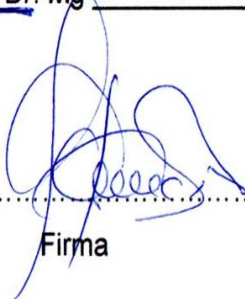
Observaciones (precisar si hay suficiencia): Presente Suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable] Aplicable después de corregir [No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Cuevas Rojas Nancy DNI: 08525952.

Especialidad del validador: Psicóloga Dr. Mg

24 de mayo del 2018


.....
Firma

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO: TAREAS ESCOLARES

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSION 1. Tarea de ejercicios								
1	Las tareas sirven para reforzar lo que se hizo en clases.	✓		✓		✓		
2	Al hacer las tareas se comprende mejor el tema.	✓		✓		✓		
3	Al hacer las tareas se entiende los ejercicios.	✓		✓		✓		
4	Las tareas que dejan es lo mismo que se hizo en clases.	✓		✓		✓		
5	Hago la tarea para que no se me olvide el tema o la clase.	✓		✓		✓		
6	Las tareas permiten repasar las clases.	✓		✓		✓		
7	Haciendo las tareas se aprende mejor.	✓		✓		✓		
8	Al hacer las tareas consolido mi aprendizaje.	✓		✓		✓		
DIMENSION 2: Tarea de preparación								
9	Buscas información sobre las tareas que deja el profesor para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
10	Revisas libros del tema para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
11	Buscas información para profundizar tu aprendizaje .	✓		✓		✓		
12	Leo libros o del internet sobre el tema para la siguiente clase .	✓		✓		✓		
13	Es importante buscar información leyendo para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
14	Lees diferente bibliografía sobre un tema de interés para mejorar el aprendizaje.	✓		✓		✓		
15	Al averiguar información se estará preparado para la siguiente clase.	✓		✓		✓		
16	Los temas que se indaga son útiles para la clase.	✓		✓		✓		
DIMENSION 3. Tarea de extensión								
17	Se investiga acerca de las tareas porque sirven como preparación.	✓		✓		✓		
18	Al hacer las tareas se investiga detalladamente.	✓		✓		✓		
19	Se prepara información para realizar las tareas.	✓		✓		✓		
20	Se organiza los temas para realizar las tareas.	✓		✓		✓		

21	Organizando las tareas se comprende mejor el tema.	✓		✓		✓	
22	Se prepara información para comprender las tareas.	✓		✓		✓	
23	Organizo los temas para realizar correctamente las tareas.	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: Carafin Urbano Virginia Asunción DNI: 31683051

Especialidad del validador: Mgfr. Orientación Educativa Dr. Mg Metodología

24 de mayo del 2018


Firma

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO: ESTRES ACADEMICO

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSION 1. Estímulos estresores								
1	Te gusta ser un estudiante que saca buenas notas en el salón.	✓		✓		✓		
2	Te gusta ser el mejor estudiante de tu clase.	✓		✓		✓		
3	Te gusta sacar buenas notas.	✓		✓		✓		
4	Las tareas que deja el profesor son demasiadas.	✓		✓		✓		
5	Te preocupa el exceso de tareas que deja el profesor.	✓		✓		✓		
6	Las tareas que dejan son difíciles.	✓		✓		✓		
7	Es preocupante no entender las clases del profesor.	✓		✓		✓		
8	Sientes que el profesor es muy exigente y estricto.	✓		✓		✓		
9	Les dan pocos días para realizar los trabajos.	✓		✓		✓		
DIMENSION 2. Síntomas estresores								
10	Se siente dolor de cabeza cuando se tiene que realizar las actividades de la institución educativa.	✓		✓		✓		
11	Te agotas rápidamente cuando haces las tareas del colegio.	✓		✓		✓		
12	Se duerme menos de 8 horas cuando se está preocupado por las tareas del colegio.	✓		✓		✓		
13	Estas distraído en el aula y no prestas atención.	✓		✓		✓		
14	Tienes dificultades para atender a la clase del profesor.	✓		✓		✓		
15	Cuando el profesor pregunta en clases no sabes que o cómo responder.	✓		✓		✓		
16	Quieres estar sin la compañía de nadie.	✓		✓		✓		
17	Realizas tus labores escolares con dificultades.	✓		✓		✓		
18	Realizas tus labores escolares con desánimo.	✓		✓		✓		
DIMENSION 3: Estrategias de afrontamiento								
19	Organizas tu tiempo para hacer las tareas de todos los cursos.	✓		✓		✓		

20	Cuentas con una agenda para organizar tus actividades del colegio.	✓		✓		✓	
21	Conversas sin ofender con tus compañeros cuando hay discrepancias entre ellos.	✓		✓		✓	
22	Te comunicas con tus compañeros para que te apoyen con tus labores del salón.	✓		✓		✓	
23	Cuentas con el apoyo de tus compañeros destacados para solucionar algunas tareas del colegio.	✓		✓		✓	
24	Recurres a tu tutor para solucionar algunos problemas con tus compañeros.	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: Lucifer Urbano Virginia Asunción DNI: 31683051

Especialidad del validador: Mgtr. Orientación Educativa Dr. Mg Metodóloga

24 de mayo del 2018


.....
Firma

ANEXO 6

VALIDACION DEL CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADEMICO

JUEZ 1

JUEZ 2

JUEZ 3

	PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD			PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD			PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO		SI	NO	SI	NO	SI	NO		SI	NO	SI	NO	SI	NO
Item1	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item2	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item3	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item4	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item5	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item6	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item7	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item8	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item9	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item10	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item11	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item12	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item13	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item14	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item15	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item16	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item17	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item18	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item19	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item20	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item21	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item22	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item23	1		1		1			1		1		1			1		1		1	
Item24	1		1		1			1		1		1			1		1		1	

VALIDACION DEL CUESTIONARIO DE TAREAS ESCOLARES

JUEZ 1

JUEZ 2

JUEZ 3

	PERTINENCIA		RELEVANCIA		CLARIDAD	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
Item1	1		1		1	
Item2	1		1		1	
Item3	1		1		1	
Item4	1		1		1	
Item5	1		1		1	
Item6	1		1		1	
Item7	1		1		1	
Item8	1		1		1	
Item9	1		1		1	
Item10	1		1		1	
Item11	1		1		1	
Item12	1		1		1	
Item13	1		1		1	
Item14	1		1		1	
Item15	1		1		1	
Item16	1		1		1	
Item17	1		1		1	
Item18	1		1		1	
Item19	1		1		1	
Item20	1		1		1	
Item21	1		1		1	
Item22	1		1		1	
Item23	1		1		1	

Anexo 7



I.E. "EL AMAUTA"
Calle 36 Mz J1 Lte. 1-URB. EL ÁLAMO-COMAS
Teléfono: 536 4995

"Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional"

CONSTANCIA

LA DIRECTORA DE LA I.E "EL AMAUTA", UGEL 04, UBICADO EN EL DISTRITO DE COMAS – REGION LIMA.

HACE CONSTAR:

Que, el estudiante del Programa de Maestría en Psicología Educativa de la Universidad César Vallejo, Torpoco Jiménez Alfonso. Identificado con DNI N° 41678496, ha realizado la aplicación de dos instrumentos:

- Cuestionario para medir estrés académico.
- Cuestionario para medir tareas escolares.

Brindando las facilidades del caso, a fin que pueda desarrollar el trabajo de investigación (tesis) titulada:

Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa "El Amauta" del distrito de Comas, 2018

Se le expide la presente constancia a solicitud del interesado para los fines que se estime, conveniente.

Comas, 31 de julio de 2018



Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Autor: Alfonso Torpoco Jiménez

Correo: alfonsoloi_19@hotmail.com

Resumen

La presente investigación tuvo por objetivo determinar la relación entre ambas variables mencionadas para lo cual se empleó el método hipotético deductivo, el tipo de investigación fue básica de nivel descriptivo, correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental: transversal, la población estuvo formada por 420 estudiantes y la muestra por 201 estudiantes. La técnica empleada para recolectar información fue la encuesta y los instrumentos de recolección de datos que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico de fiabilidad. Llegándose a la conclusión de que no se encontró relación entre las tareas escolares y estrés académico, tampoco se encontró relación entre los tipos de tareas de práctica y de preparación con el estrés académico, no obstante si se logró encontrar relación entre la tarea de tipo de extensión con el estrés escolar debido a que el nivel de significancia fueron menor a 0,05 y así mismo se encontró que el 60% de estudiantes presentaron niveles de intensidad de estrés medio y por último se observó que el 60% de alumnos consideran que las tareas son poco importantes.

Palabras claves: tareas escolares, estrés académico.

Abstrac

The objective of the present investigation was to determine the relationship between both aforementioned variables, for which the hypothetical deductive method was used; the type of research was basic at a descriptive, correlational level, with a quantitative approach; of non-experimental design: transversal, the population was formed by 420 students and the sample by 201 students. The technique used to collect information was the survey and data collection instruments that were duly validated through expert judgments and determined their reliability through the reliability statistics. It was concluded that no relationship was found between homework and academic stress, nor was there any relationship between the types of practice and preparation tasks and academic stress, although it was possible to find a relationship between homework and homework. extension with school stress due to the fact that the level of significance was lower than 0,05 and likewise it was found that 60% of students presented levels of intensity of average stress and finally it was observed that 60% of students consider that tasks are unimportant.

Keywords: school tasks, academic stress

Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016), en una evaluación que realizaron a escolares mencionan a España como uno de los países en las cuales los infantes en edad escolar se sienten presionados debido a los deberes escolares, existiendo en promedio hasta un 30% entre niños y niñas de 11 años llegando a sentirse agobiados por los deberes que se les asigna en la escuela; y a los 15 años las alumnas que se sienten presionadas llegan a contabilizarse a siete de cada diez, llegando a concluir que esta presión se traduce en estrés, dolor de cabeza, dolor abdominal entre otros. Además señala que la implicación en la dinámica familiar, lo que podría llegar a ser un espacio de interacción entre padres e hijos, se termina convirtiendo en interacciones negativas y frustrantes.

El Ministerio de Educación (2017), en uno de sus escritos, sugirió que la cantidad de tareas que se les deja a los alumnos no sea de manera abrumadora, sino que se gradúen de forma óptima y que sean cortas y significativas para que así no se convierta en un factor de desmotivación para el aprendizaje del alumno. También en algún momento se habló de que estaban prohibidas las tareas para la casa y que ocasionaban estrés escolar; sin embargo se les sigue dejando las tareas no tomando en cuenta la disposición que dio el Ministerio de Educación. Ante la polémica sobre si los profesores deben o no dejar tareas para la casa a sus alumnos, el Ministro de Educación, señaló que ha dispuesto una directiva ministerial para graduar, de forma óptima, estas actividades y evitar así que afecten a los escolares.

Por ello Susanibar (2015) refiere que las tareas escolares son responsabilidades que tienen una formalidad y estructuración para la consolidación de una meta, estableciendo una situación problemática y una serie de indicaciones para conseguir su cumplimiento y desarrollo. Igualmente señala que las tareas son elaboradas por los profesores como una actividad propicia para los alumnos acorde a sus gustos y preferencias. De otro lado también son comprendidas

como una responsabilidad extra a la clase con intenciones académicos e inclusive de formación de los hábitos de estudio. A la vez es de utilidad para que el alumno practique y recuerde los temas de clase diaria; así como también para que desarrolle su creatividad, pensamiento analítico y por ultimo para que mejore su aprendizaje y como consecuencia de ello su rendimiento escolar.

Así mismo Barraza (2006), Señala que cuando los alumnos están en constante interacción dentro de la institución educativa en las que están sometidos a diversas demandas en ellos se puede producir un desequilibrio sistémico, al cual se hace referencia como estrés académico. Siendo considerado éste, como un malestar general como consecuencia de un factor estresante que perjudica su bienestar, los cuales son manifestados a través de síntomas que van a conllevar a que los alumnos adopten medidas de afrontamiento del problema. Por otro lado El estrés académico es definido como una amenaza percibida por los estudiantes que afecta su integridad física y psicológica como consecuencia de una respuesta conductual para evitar el estrés. Respecto al área médica, el estrés es considerado como niveles altos de catecolaminas y glucocorticoides

El Consejo Escolar de Navarra, (2012) en una investigación que realizo denominada: La opinión de los estudiantes sobre las tareas escolares. Cuya muestra fue elegida de forma intencional y estuvo conformada por 374 alumnos, cuyo objetivo de la investigación fue poder determinar cuáles son aquellas variables que van a determinar en la forma como los alumnos perciben y le hacen frente a las tarea escolares, para ello se utilizó un instrumento que elaboraron con la intención de conocer el objetivo mencionado antes; el tipo de estudio fue descriptiva y los resultados que se obtuvieron fue que las tareas tienen una relevante importancia además de ser necesarias para los estudiantes del nivel secundario, no obstante hay un porcentaje menor al 10% que percibe todo lo contrario, así mismo un número igual de estudiantes también señalan que las tareas son interesantes y motivadoras, de otro lado se

obtuvo que los estudiantes que hacen solo sus tareas representan el 93%, así como también casi el 50% de ellos percibe que no reciben apoyo de ninguno de sus padres en la realización de las tareas.

Por ello se planteó el siguiente problema de investigación ¿Cuál es la relación que existe entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018?, así como también los objetivos de la investigación fueron determinar la relación que existe entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario en la Institución Educativa donde se realizó la investigación y también determinar la relación de los tipos de tareas (práctica, preparación y extensión) con el estrés académico.

Método

El presente estudio de investigación es de tipo básico debido a que señala “este tipo de investigación no tiene propósitos aplicativos inmediatos pues solo busca ampliar y profundizar el caudal de conocimientos científicos existentes acerca de la realidad. Su objetivo de estudio lo constituye las teorías científicas las mismas que la analiza para perfeccionar su contenido” (Carrasco 2012, p.43), El método empleado fue el hipotético deductivo que consiste en arrancar la investigación de una aseveración general y poder concluir en una específica, empleando para ello la argumentación de tipo deductiva que está constituido de una premisa general y la otra específica, lográndose deducir una conclusión partiendo de una premisa o aseveración general. El enfoque empleado fue cuantitativo debido a que mediante un instrumento se utiliza la recogida de datos de una población de tal manera que se pueda comprobar las hipótesis, el nivel empleado fue el correlacional debido a que se emplea la relación que pueda existir entre las dos variables y el diseño empleado en el presente estudio fue no experimental de corte transversal, debido a que los datos obtenidos no fueron manipulados de tal manera que no hubo injerencia en las variables, así como también fueron recogidos en un único momento; es

por ello que se observa el fenómeno tal cual en su contexto para ser sometidos a análisis estadístico y a la vez han sido (Hernández, Fernández, y Baptista, 2014).

Para la presente investigación se consideró la muestra de 201 alumnos de la I.E. “El Amauta” del distrito de Comas, 2018. Y el muestreo fue no probabilístico intencional. Según (Hernández, et. al. 2010, p.187).

Los instrumentos que se usaron para la presente investigación fueron construidos y sometidos a juicio de expertos para determinar su validación teniendo en cuenta su pertinencia, relevancia y claridad obteniéndose un resultado aplicable para ambos instrumentos, además de ello se determinó la confiabilidad que es definido como el grado que un instrumento obtiene resultados consistentes y coherentes y para demostrar esto se utilizó una prueba piloto a 30 estudiantes de la I.E “El Parral”, luego se aplicó el estadístico Alfa de Cronbach obteniéndose un nivel “respetable”; para cada uno de los instrumentos.

Resultados.

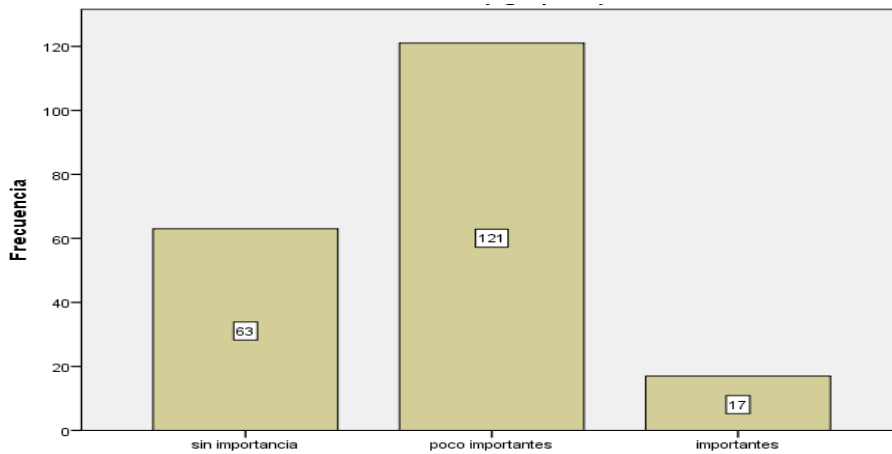
Análisis Descriptivos

Tabla 10

Descripción de niveles de tareas escolares de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	sin importancia	63	31,3	31,3	31,3
	poco importantes	121	60,2	60,2	91,5
	importantes	17	8,5	8,5	100,0
	Total	201	100,0	100,0	

Fuente: Datos obtenidos del cuestionario procesados por el programa IBM SPSS.



Interpretación:

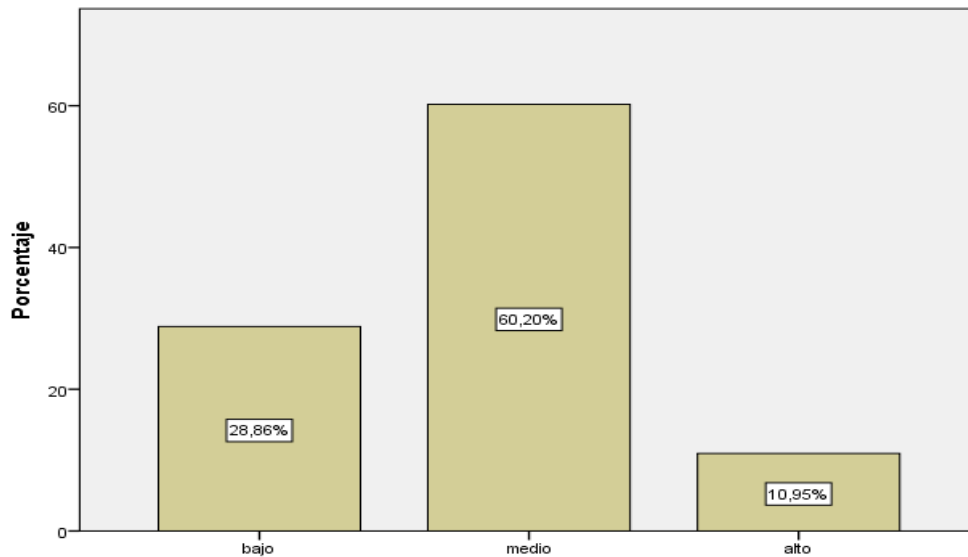
En la tabla 1 se observa que 63 alumnos se ubican en el nivel de tareas sin importancia, lo que representa un 31,3%; 121 alumnos se ubican en el nivel de tareas poco importantes representando un 60,2 %; por último 17 alumnos se ubican en el nivel importante de tareas, lo que representa un 8,5%. En general la muestra de estudio se encuentra en un nivel poco importante de las tareas escolares.

Tabla 11

Descripción de niveles de estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	bajo	58	28,9	28,9	28,9
	medio	121	60,2	60,2	89,1
	alto	22	10,9	10,9	100,0
	Total	201	100,0	100,0	

Fuente: Datos obtenidos del cuestionario procesados por el programa IBM SPSS.



Interpretación:

En la tabla 2 se observa que 58 alumnos se ubican en el nivel bajo de estrés académico, lo que representa un 28,9%; 121 alumnos se ubican en el nivel medio representando un 60,2 %; por último 22 alumnos se ubican en el nivel alto de estrés académico llegando a representar el 10,9%. En general la muestra de estudio se encuentra en un nivel medio de estrés académico.

Análisis Inferencial.

Hipótesis general de la investigación

H_a : Existe relación entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

H_0 : No Existe relación entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

Nivel de significación.

El nivel de significación teórica

$$\alpha = 0.05$$

Que corresponde a un nivel de confiabilidad del 95%

Regla de decisión.

El nivel de significación “p” es menor que α , rechazar H_0

El nivel de significación “p” no es menor que α , no rechazar H_0

Tabla 13

Correlación entre las tareas escolares y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

		Tareas escolares	estrés académico
Rho de Spearman	Tareas escolares	1,000	,072
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	,308
	N	201	201
estrés académica	estrés académica	,072	1,000
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	,308	.
	N	201	201

Al evaluar la relación entre los puntajes de las tareas escolares; y el estrés académico; en la tabla 13 el estadístico Rho de Spearman fue 0.072 lo que equivale a que existe correlación positiva muy débil entre ambas variables y la significancia (p) es 0.308 (mayor que 0.05), por lo tanto se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna; concluyendo que no existe relación significativa entre tareas escolares y el estrés académico.

Hipótesis específica 1 de la investigación

Tipo de tarea de ejercicios y el estrés académico

Ha: Existe relación entre el tipo de tarea de ejercicios y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

Ho: No existe relación entre el tipo de tarea de ejercicios y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

Tabla 14

Correlación entre las tareas de practica y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

		Tareas de preparación	estrés académico
Rho de Spearman	Tareas de preparación	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,020
		N	,778
	estrés académico	Coeficiente de correlación	201
		Sig. (bilateral)	,020
		N	,778
			201

Al evaluar la relación entre los puntajes de las tareas de preparación; y el estrés académico; en la tabla 15 el estadístico Rho de Spearman fue 0.020 lo que equivale a que existe una correlación positiva muy débil entre ambas variables y la significancia (p) es 0.778 (mayor que 0.05), por lo tanto se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna concluyendo que no existe relación significativa entre tareas de preparación; y el estrés académico.

Hipótesis específica 3 de la investigación

Tipo de tarea de extensión y el estrés académico

Ha: Existe relación entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Ho: No existe relación entre el tipo de tarea de extensión y el estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018

Tabla 16

Correlación entre las tareas de extensión y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018.

		Tareas de extensión	estrés académico
Rho de Spearman	Tareas de extensión	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,192**
		N	201
	estrés académico	Coeficiente de correlación	,192**
		Sig. (bilateral)	,006
		N	201

Al evaluar la relación entre los puntajes de las tareas de extensión; y el estrés académico; en la tabla 16 el estadístico Rho de Spearman fue 0.192 lo que equivale a que existe una correlación positiva débil entre ambas variables y la significancia (p) es 0.006 (menor que 0.05), por lo tanto se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula concluyendo que existe relación significativa entre tareas de extensión y el estrés académico.

Discusión

En la presente investigación se buscó determinar la relación existente entre las tareas escolares y el estrés académico de los alumnos de la I.E. “El Amauta” del distrito de Comas. Con el objetivo de comprobar si las tareas escolares se relacionan con el estrés académico.

En los resultados obtenido en cuanto a los niveles de estrés académico se encontró que 58 alumnos se ubican en el nivel bajo de estrés académico, lo que representa un 28,9%; 121 alumnos se ubican en el nivel medio representando un 60,2 %; por ultimo 22 alumnos se ubican en el nivel alto de estrés académico llegando a representar el 10,9%. En general la muestra de estudio se encuentra en un nivel medio, esto lleva a corroborar aquello que Pérez (2016) obtuvo resultados similares debido a que en los estudiantes se encontraron niveles de intensidad moderada y baja respectivamente, así como también los niveles de estrés alto obtuvieron el

menor porcentaje (8,4%); no obstante Gonzales (2016), en su investigación obtuvo intensidades medio alto de estrés, así mismo cabe precisar que en los antecedentes que se revisaron existe bastante evidencia de que las estudiantes de sexo femenino son aquellos que experimentan niveles más altos de estrés que los varones. Ante esto cabe resaltar que los alumnos tienen ansiedad más allá de los niveles de intensidad que presentan los estudiantes, esto está predispuesto por aquello que señala Barraza (2007) al indicar que existen situaciones que más estrés les genera a los estudiantes que son la sobrecarga de tareas, la proximidad de exámenes y el temor a sacar bajas calificaciones.

En los resultados que se obtuvieron en cuanto al nivel de importancia de las tareas escolares se encontró que 63 alumnos perciben que las tareas escolares no son importantes, lo que representa un 31,3%; 121 alumnos se ubican en el nivel de tareas poco importantes representando un 60,2%; por último 17 alumnos se ubican en el nivel en que consideran que las tareas son importantes, lo que representa un 8,5%. En general la muestra de estudio percibe que las tareas escolares son poco importantes. Estos resultados contradicen lo que el Consejo Escolar de Navarra (2012) donde señalaron que los alumnos del nivel secundaria creen que las tareas son necesarias e importantes, aunque hubo un porcentaje de casi el 10% que señaló lo contrario. Ante ello cabe resaltar lo que dijo Vargas (2014) que las tareas adquieren relevancia cuando se les considera como un apoyo o complemento pedagógico; y es que tal vez los alumnos de esta investigación no lo perciben así, es por ello que los resultados reflejan que lo perciben como poco importantes, en las que más que ser una práctica rutinaria debiera conllevar al desarrollo de competencias del estudiante en las que se fomente la discusión y la crítica sobre los temas. Así mismo este autor enfatiza que el discurso de los estudiantes respecto a las tareas está referido hacia la poca relevancia e importancia de estas para su aprendizaje y donde más bien señalan que el fin último de las tareas es conseguir una calificación.

Respecto a los resultados encontrados en la investigación de la hipótesis general no se logró encontrar relación estadísticamente significativa debido a que se encontró que el valor de p (sig) es mayor a 0.05, lo cual indica que no existe relación entre ambas variables. Este resultado que se obtuvo difiere de la investigación que realizó la OMS en el año 2016 donde menciono que los estudiantes se sienten presionados y agobiados debido a los deberes que se les asigna en los colegios concluyendo que estas situaciones se traducen en estrés y dolor de cabeza para lo cual recomienda que debiera suprimirse debido a que pone en conflicto a la dinámica familiar llegando a convertirse en espacios de interacción frustrante. De otro lado Posada y Taborda (2012) señalan que las tareas se están convirtiendo en una práctica rutinaria sin sentido con una enorme cantidad de excesos es por ello que el Ministerio de Educación en el año 2017 también dispuso directivas para que puedan graduarse las tareas, debido a que estas estaban generando estrés en los escolares. Por el contrario ante todo lo manifestado anteriormente, El consejo escolar de Navarra (2012) en las conclusiones de su investigación refirieron que las tareas son importantes y necesarias para el aprendizaje del estudiante; aunque no, necesariamente lo perciben como interesantes y motivadores; lo mismo concluye Velásquez (2011) al referir que las tareas serían más efectivas si fueran pocas y bien programadas.

En cuanto a la aceptación o negación de la hipótesis específica 1 en la que se pretendió demostrar la relación entre el tipo de tarea de práctica y el estrés académico, no se encontró relación estadísticamente significativa debido a que el valor de p (sig) es mayor a 0.05 y es preciso anotar que este tipo de tarea está referido a la aplicación práctica de lo que se aprendió en clases el mismo día y que se le asignó una tarea similar para su casa para que así pueda consolidar la competencia que se pretendió lograr; ante ello no existe investigación que corrobore nuestros resultados de la presente hipótesis, sin embargo en la investigación de Guerrero realizada en el 2009 señalo que las tareas que se les asigna para la casa terminaron convirtiéndose más en un desafío para los estudiantes que en estrés académico, ante ello se concluyó que ni siquiera aquellas asignaciones que tiene que ver con la actividad que se hizo en

el día y que están referidas al repaso y/o una copia textual no sirvieron para reforzar lo aprendido en las aulas y además de ello dicho autor señala que tampoco cumplen con presentarlas al profesor o incluso si lo hicieron fue para evitar una mala calificación. Indicando también que las tareas no sirven para reforzar lo aprendido sino que simplemente se envían por costumbre y debido a ello algunos estudiantes deciden incumplirlas o hacerlas sin esfuerzo recomendando que las tareas debieran hacerse en clases cuyo guía es el docente está ahí para atender sus dudas o consultas. Por último es necesario tomar en cuenta aquello que dice Meirieu (2005) al considerar que las tareas más bien sirven para poder generar y entrelazar vínculos entre los padres e hijos debido a que mediante estas actividades ambos logran reflexionar sobre ciertos contenidos.

En cuanto a la hipótesis específica 2, respecto a determinar la relación entre el tipo de tarea de preparación y el estrés académico donde no se encontró relación estadísticamente debido a que el nivel de significancia es mayor a 0.05, es necesario mencionar antes que Eddy (1984) lo define como la búsqueda y obtención de la información respecto a un tema en particular con el objetivo de estar preparados y adquirir saber previos para así dar respuesta a los contenidos necesario; tal como lo señala el Consejo escolar de Navarra en el 2012 respecto a la finalidad y características de estas en cuanto al sentido que tienen para el aprendizaje, además de ello si constituye una ayuda para poder entender mejor la asignatura; de otro lado apoyando esta postura también, Daza (2014) señala que el primer punto es tener en cuenta la necesidad de establecer criterios, consignas y especificaciones claras para que las tareas puedan ser desarrolladas, en la cual se tienen que determinar el tipo de conocimiento o aprendizaje que se desea adquirir o desarrollar para mejorar sus desempeños y responsabilidades. Por ello es válido entonces considerar lo que plantea Susanibar (2015) al referir que más que generadoras de estrés las tareas son preparadas acorde a sus intereses y necesidades, así como también llegan a cumplir ciertos objetivos académicos llegando incluso a consolidar la formación de hábitos de

estudio a través de la constante práctica y así puedan recordar los temas de las clases que se realizan.

En cuanto a los resultados de la aceptación o negación de la hipótesis específica 3, se logró encontrar una relación estadísticamente débil debido a que el valor de significancia es menor a 0.05 lo cual indica que existe relación entre la tarea de extensión y el estrés académico; ante ello, antes cabe mencionar que Eddy (1984) señala que las tareas escolares de tipo de extensión son aquellas en las que desarrolla la creatividad mediante la obtención de reflexiones y/o comentarios sobre algún tema y a la vez aquello que tiene que ver con la investigación como para poder desarrollar una monografía o un proyecto de investigación y que le demanda mayor tiempo, esfuerzo y análisis cognitivo; esto corrobora la evaluación que realizó la OMS en el año 2016 particularmente en España, donde señalaron que los estudiantes llegan a estresarse debido a que se sienten presionados y obligados como consecuencia que se les asignan en exceso las tareas escolares en la escuela; así mismo Meirieu (2005), señala que en la Unión Europea se viene incrementando el uso de diversas sustancias con el fin de contrastar los malestares que generan el exceso de las tareas escolares acotando que éstas no cumplen una función primordial para el aprendizaje; sino que se han convertido en una práctica rutinaria sin sentido; en esta misma línea Kohn (2006) señala que las tareas tienen más efectos negativos llegando incluso a generar rechazo y convirtiéndose en desagradables, llegándoles incluso a quitarles el tiempo que podría ser utilizado en otras actividades más productivas. No obstante Velásquez (2011), indico que las tareas llegan a tener una eficacia cuando han sido planificadas y elegidas para lograr el aprendizaje propuesto, además de ello concluyó que cuando las tareas son pocas y bien programadas tienden a ser más efectivas. Ante esto se agrega que este tipo de tareas generan estrés en los estudiantes debido a que son aquellas en las cuales les demanda mayor capacidad de análisis, no son pocas de realizar y los docentes les exigen un buen trabajo puesto que muchas veces la calificación va depender de la calidad del trabajo que presentan.

Conclusiones.

No se determinó la correlación estadísticamente significativa entre las variables de tareas escolares y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018, siendo el valor de (p) 0.308; mayor a 0,05

No se determinó la correlación estadísticamente significativa entre las tareas de práctica y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018, siendo el valor de (p) 0.510; mayor a 0,05

No se determinó la correlación estadísticamente significativa entre las tareas de preparación y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018, siendo el valor de (p) 0.778; mayor a 0,05

Se determinó la correlación estadísticamente significativa entre las tareas de extensión y estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018, siendo el valor de (p) 0.006; menor a 0,05

Se obtuvo que el nivel de estrés académico de los estudiantes se encuentra en un nivel medio (60,2 %)

Se obtuvo que los estudiantes perciben que las tareas escolares son pocas importantes (60,2 %).

Referencias.

Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. PsicologíaCientífica.com. Extraído el 8 de enero, 2010 de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-167-un-modelo-conceptual-para-el-estudio-delestres-academico.pdf>

- Barraza, A. (2007a). *Estrés académico: un estado de la cuestión*. Psicología Científica.com. Extraído el 4 de junio, 2009 de <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-232-estres-academicoun estado-de-la-cuestion.pdf>.
- Consejo Escolar de Navarra. (2012). “*Las tareas escolares*”. Participación en la web. Informe sobre las tareas escolares. Consejo Escolar de Navarra.
- Daza, T. (2014). “*Importancia de las tareas dentro del entorno escolar*” *Licenciatura en humanidades y lengua castellana*. Bogota.
- Eddy, Y (1984). «*Developing Homework Policies*. *ERIC Digest*». Washington: Education Urbana. ERIC Clearinghouse in Elementary and Early Childhood Education, University of Illinois, West 805. Pennsylvania, Avenue, Urbana, IL 61801.
- Gonzales, E. (2016). “*Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1° y 5° grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este, 2015*”. (Tesis para obtener el título profesional de psicología en la universidad Peruana Unión).
- Guerrero, T. (2009). *La tarea escolar como problemática educativa* (Tesis de Licenciatura - Magíster). Recuperada de <http://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/309/1/t737mgeguerrerola%20tarea%20ecolar%20como%20problem%c3%a1tica%20educativa.pdf>.
- Hernández, R. Fernández, C y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc. Graw – Hill.
- Kohn, A. (2007). ***Rethinking Homework***. Extraído del sitio web: <http://www.alfekohn.org/teaching/rethinkinghomework.htm>.
- Meirieu, P (2005). *Los deberes en casa*. Barcelona: Octaedro.
- MINEDU. (2017) *Rutas del aprendizaje*. Recuperado de: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/documentos-Inicial-MatematicaII.pdf>
- OMS (2016). *Health behavior in school age children (HBSC): International report from the 2011-2014 survey*. Health policy for children and adolescents no7.
- Pérez, G. (2016). *Estrés Académico y Rendimiento Académico en estudiantes del 4to y 5to año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana, 2015*. (Tesis para obtener el título profesional de psicología en la universidad Peruana Unión).

- Posada, D. y Taborda, M. (2012). *Reflexiones sobre la pertinencia de las tareas escolares: acercamiento para futuros estudios*. Uni-pluri/versidad, Vol. 12, No. 2, 2012.
- Susanibar, E. (2015). “*El aprendizaje de la matemática en base a las tareas escolares de los alumnos del cuarto grado de secundaria de la Institución educativa Luis Fabio Xammar jurado, ugel 09 Huaura – Huacho*”
- Vargas, B. (2014). “*Dosificación de tareas y rendimiento escolar*”. [Archivo PDF]. **Recuperado de** <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2014/05/09/VargasBrigida.pdf>.
- Velásquez, R. (2011). “*Dosificación de tareas escolares y aprendizaje significativo del niño del CEC*” (Tesis de Licenciatura de Pedagogo). Recuperada de <http://biblio2.url.edu.gt/Tesis/05/08/Velasquez-Rodolfo/Velasquez-Rodolfo.pdf>.



ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE LOS TRABAJOS ACADÉMICOS DE LA UCV

Yo, Nancy Cuenca Robles, docente de la Escuela de Posgrado de la UCV y revisor del trabajo académico titulado "Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa "El Amauta" del distrito de Comas, 2018" del estudiante :Alfonso Torpoco Jiménez; y habiendo sido capacitado e instruido en el uso de la herramienta Turnitin, he constatado lo siguiente: Que el citado trabajo académico tiene un índice de similitud constato 17% verificable en el reporte de originalidad del programa turnitin, grado de coincidencia mínimo que convierte el trabajo en aceptable y no constituye plagio, en tanto cumple con todas las normas del uso de citas y referencias establecidas por la universidad César Vallejo.

Lima, 11 de agosto del 2018

Nancy Cuenca Robles

DNI: 08525952

Feedback Studio - Mozilla Firefox

https://es.turmitin.com/app/worksheets/us/?id=9874043796&id=1059571973&id=1059571973&id=1059571973

feedback studio Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa "El A...

2 of 28

Match Overview

17%

ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD DE COCHABAMBA

Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa "El Amauta" del distrito de Comas, 2018

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestro en Psicología Educativa

AUTOR:
Dr. Alfonso Torpoco Jiménez

ASESORA:
Nancy Coenra Robles

SECCIÓN:
Educación e Idiomas

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
Evaluación y aprendizaje
Lima - Perú
2018

1	Submitted to Universid...	6%
2	repositorio.ucv.edu.pe	3%
3	repositorio.upu.edu.pe	2%
4	Submitted to Universid...	1%
5	Submitted to Universid...	<1%
6	www.scribd.com	<1%
7	repositorio.unsa.edu.pe	<1%
8	repositorio.uch.edu.pe	<1%

Page: 1 of 113 Word Count: 29325

Text-only Report High Resolution On





FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LAS TESIS

1. DATOS PERSONALES

Apellidos y Nombres: (solo los datos del que autoriza)

TORPOCO JIMENEZ ALFONSO
D.N.I. : 41678496
Domicilio : Av. Amazonas N° 460 - V.M.T
Teléfono : Fijo Móvil : 945123716
E-mail : alfonsoloi_19@hotmail.com

2. IDENTIFICACIÓN DE LA TESIS

Modalidad:

[] Tesis de Pregrado

Facultad :
Escuela :
Carrera :
Título :

[x] Tesis de Post Grado

[x] Maestría

[] Doctorado

Grado : MAESTRO
Mención : PSICOLOGIA EDUCATIVA

3. DATOS DE LA TESIS

Autor (es) Apellidos y Nombres:

TORPOCO JIMENEZ ALFONSO

Título de la tesis:

Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institucion Educativa "El Aracata" - Comas - 2018

Año de publicación : 2018

4. AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN VERSIÓN ELECTRÓNICA:

A través del presente documento,

Si autorizo a publicar en texto completo mi tesis.



No autorizo a publicar en texto completo mi tesis.



Firma :

[Handwritten signature]

Fecha :

25/09/18



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE

ESCUELA DE POSGRADO

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

TORPOCO JIMÉNEZ ALFONSO

INFORME TITULADO:

Tareas escolares y Estrés académico de las alumnas del nivel secundario de la Institución Educativa "El Amauta" del distrito de Comas, 2018

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

MAESTRO EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

SUSTENTADO EN FECHA: 18 de agosto 2018

NOTA O MENCIÓN: Aprobado por Unanimidad



Pérez Saavedra Segundo Sigifredo