



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN EDUCACIÓN  
CON MENCIÓN EN DOCENCIA  
Y GESTIÓN EDUCATIVA**

Estilos de enseñanza y la actividad física de estudiantes de la  
Institución Educativa N° 7233 Matsu Utsumi- educación  
secundaria 2023

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

Maestro en Educación con mención en Docencia y Gestión Educativa

**AUTOR:**

Gutierrez Cardenas, Guillermo Antonio ([orcid.org/0009-0003-2457-5749](https://orcid.org/0009-0003-2457-5749))

**ASESORAS:**

Dra. Fuster Guillen, Doris Elida ([orcid.org/0000-0002-7889-2243](https://orcid.org/0000-0002-7889-2243))

Dra. Trujillo Medrano, Betty ([orcid.org/0000-0002-9647-9583](https://orcid.org/0000-0002-9647-9583))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y Aprendizaje

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos los niveles

LIMA - PERÚ

2023

## **DEDICATORIA**

Dedico el presente trabajo de investigación a mis padres, quienes desde el cielo guían mi camino por la senda del bien.

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad César Vallejo, especialmente a la Escuela de Posgrado, Maestría en Docencia y gestión educativa, por haberme brindado la oportunidad de seguir logrando mis metas profesionales.

Agradecimientos a la doctora Doris Fuster Guillen, por su dedicación y orientación para el desarrollo del presente estudio.

A la maestra Julia Gamarra Martínez, por su apoyo en la realización del presente trabajo de investigación.

Al directivo y estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa N° 7233 Matsu Utsumi por haberme brindado las facilidades para la realización del presente trabajo de investigación educativa.




## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR

Yo, Dra. Fuster Guillén, Doris Elida, docente de la Escuela de posgrado de la Universidad César Vallejo sede Lima norte, asesora de la tesis, titulada: Estilos de enseñanza y la actividad física de estudiantes de la Institución Educativa N° 7233 Matsu Utsumi- educación secundaria 2023. del autor GUTIERREZ CÁRDENAS, Guillermo Antonio constato que la investigación tiene un índice de similitud del 9% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Lima, 30 de junio del 2023

Dra: Fuster Guillén, Doris Elida	
DNI: 04086550	Firma 
ORCID: 0000-0002-7889-2243	


## Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, GUTIÉRREZ CÀRDENAS, Guillermo Antonio, egresado de la Escuela de posgrado de la Universidad César Vallejo Lima Norte, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan a la tesis titulada: **“Estilos de enseñanza y la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi-Educación Secundaria 2023”** es de mi autoría, por lo tanto, declaro, que la tesis:

1. No ha sido plagiado ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicado ni presentado anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Lima, 30 de junio de 2023

GUTIERREZ CÀRDENAS, Guillermo Antonio	
DNI: 10021523	
ORCID: 0009-0003-2457-5749	

## Índice de contenidos

	Pág.
Carátula .....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Declaratoria de autenticidad del asesor .....	iv
Declaratoria de autenticidad del autor .....	v
Índice de contenidos .....	vi
Índice de tablas .....	vii
Resume.....	viii
Abstract.....	ix
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	6
III. METODOLOGÍA .....	17
3.1 Tipo y diseño de investigación .....	17
3.2. Variables y Operacionalización.....	18
3.3. Población, muestra y muestreo .....	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	21
3.5. Procedimientos.....	23
3.6. Método de análisis de datos .....	23
3.7. Aspectos éticos .....	23
IV. RESULTADOS.....	24
V. DISCUSIÓN.....	33
VI. CONCLUSIONES .....	39
VII. RECOMENDACIONES .....	40
REFERENCIAS .....	41
ANEXOS .....	46

## Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1 Distribución de la población .....	20
Tabla 2 Tabla de validación de expertos .....	21
Tabla 3 Fiabilidad de los instrumentos.....	22
Tabla 4 Baremos de las variables.....	22
Tabla 5 Niveles de desarrollo de los estilos de enseñanza.....	24
Tabla 6 Valores de actividad física .....	25
Tabla 7 Niveles de actividad física.....	26
Tabla 8 Evaluación de normalidad de la información .....	27
Tabla 9 Estilos de enseñanza preponderante relacionada a la actividad Física .....	27
Tabla 10 Coeficiente de la regresión logística de los indicadores de Estilos de enseñanza dirigido relacionado a la actividad física.....	28
Tabla 11 Coeficiente de la regresión logística de los indicadores de Estilos de enseñanza participativo relacionado a la actividad física.....	29
Tabla 12 Coeficiente de la regresión logística de los indicadores de Estilos de enseñanza individualización relacionado a la actividad Física.....	30
Tabla 13 Coeficiente de la regresión logística de los indicadores de Estilos de enseñanza cognitiva relacionado a la actividad física.....	31

## RESUMEN

El propósito de este trabajo de investigación fue el de determinar el estilo de enseñanza predominante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi- educación secundaria- 2023, cuyo enfoque es cuantitativo, tipo básico y diseño no experimental, de corte transversal y de subtipo de diseño correlacional, con una muestra no probabilística de 250 estudiantes. Para recolectar datos de las dos variables en estudio, se empleó la técnica de la encuesta y como instrumento el cuestionario, que fue construido por el investigador, y validado por juicio de expertos cuya confiabilidad fue dada por coeficiente de alpha de Cronbach. Los resultados descriptivos se presentaron en tablas de frecuencias relativas simples y la prueba de hipótesis se realizó con el ensayo de normalidad de Kolmogorov - Smirnov. La información lograda se procesó en Excel y SSPS 24. Los resultados descriptivos determinan que el estilo predominante relacionados a la actividad física es el estilo participativo con una significatividad percibida es 0.05. corroborado en la prueba de hipótesis donde el estilo en mención muestra un coeficiente mayor ( $B=0.335$ ) con relación a la actividad física de los estudiantes.

**Palabras clave:** Estilos de enseñanza, Actividad física, Estudiantes.



## ABSTRACT

The purpose of this research work was to determine the predominant teaching style related to the physical activity of students of the I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - secondary education- 2023, whose approach is quantitative, basic type and non-experimental design, cross-sectional and subtype of correlational design, with a non-probabilistic sample of 250 students. To collect data from the two variables under study, the survey technique was used and the questionnaire was used as an instrument, which was constructed by the researcher, and validated by expert judgment whose reliability was given by Cronbach's alpha coefficient. The descriptive results were presented in simple relative frequency tables and the hypothesis test was performed with the Kolmogorov-Smirnov normality test. The information obtained was processed in Excel and SSPS 24. The descriptive results determine that the predominant style related to physical activity is the participatory style with a perceived significance of 0.05. corroborated in the hypothesis test where the mentioned style shows a higher coefficient ( $B=0.335$ ) in relation to the physical activity of the students.

**Keywords:** Teaching styles, Physical activity, Students.

## I. INTRODUCCIÓN

Las diversas estrategias de enseñanza que utiliza el docente al aplicar las actividades de aprendizaje del Área de Educación física repercuten en el desarrollo de las habilidades de los educandos mediante la práctica de diferentes actividades físicas. Al mencionar estrategias, también se refiere a los estilos de enseñanza las cuales tienen semejanzas en la mediación didáctica, metodológica o procedimental. Entonces se puede decir que la manera propia que tiene cada docente de dirigir una sesión de aprendizaje, es el estilo de enseñanza que utiliza para interactuar con los estudiantes; los cuales se pueden combinar de manera parcial.

El docente para darle funcionalidad a los estilos de enseñanza, tiene que considerar las particularidades, perspectivas y necesidades de los estudiantes, así como el propósito, los recursos, materiales e infraestructura, etc. Este cumple un papel crucial en la educación puesto que, será el facilitador de nuevos y significativos aprendizajes lo que permitirá elevar el desempeño de los estudiantes en cada actividad escolar (Minedu, 2020).

Por otro lado, la práctica permanente de la actividad física es importante e imprescindible para conservar la salud y, también, optimizar las condiciones en las que viven los individuos. El progreso tecnológico ha generado hábitos no saludables como: el sedentarismo, adicción a los videojuegos, aislamiento social, ansiedad, entre otros. Por otro lado, se observa el consumo de alimentos poco saludables, que originan enfermedades como: obesidad, depresión, cardiovasculares, digestivos los cuales perjudican la salud de los estudiantes.

Según la OMS la escasa práctica de la actividad física ocupa el cuarto lugar de deceso en el mundo, donde el 5% de muerte es originada por el sobre peso; el 30% por cardiopatías y el 27% por la diabetes. En el Perú, el MINSA indica que aproximadamente el 90% de las personas no tienen el hábito de realizar actividades físicas en su vida cotidiana, lo que ocasiona afecciones cardiacas, diabetes,

hipertensión, entre otros. La actividad física se sustenta en ejecutar actividades recreativas, deportivas o ejercicios de activación corporal según su capacidad, se pueden realizar en el hogar, la escuela y en espacios de la comunidad. Es recomendable realizar por lo menos 150 minutos semanales, para las personas que están entre las edades de 5 a 17 años,

La poca práctica de la actividad física está originando considerables dificultades en la salud de los escolares de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi, lo que se evidencia en el sobre peso corporal, depresión y bajos niveles de aprendizaje. Se observa también que los recreos no son dirigidos por los docentes, ya que no hay un plan de actividades organizadas que fomenten la realización de actividades físicas. Por otro lado, las familias tampoco promueven el hábito de la práctica de rutinas de ejercicios físicos, juegos al aire libre, caminatas y/o paseos, actividades que afianzarían el hábito a mantener una vida saludable. Ante lo expuesto se evidencia que existe una relación entre los estilos de enseñanza y la actividad física, por ello, se busca motivar en la comunidad educativa un cambio de disposición con relación a la praxis de las actividades físicas.

En un estudio resumido de los procesos institucionales del colegio N° 7233 se identificó variadas problemáticas como por ejemplo que en su mayoría de los docentes encargados del área de educación física son ajenos a la especialidad, por lo que no tienen dominio sobre las estrategias, competencias y capacidades que desarrolla el área según el Currículo Nacional de Educación Básica. Además, se tiene que considerar el escaso tiempo con el que se cuenta para desarrollar las sesiones de aprendizaje, ya que se dispone de solamente tres horas pedagógicas a la semana, según el plan de estudio; tiempo que no es suficiente para desarrollar habilidades y destrezas físicas, lo que perjudicaría tener una vida saludable.

En consecuencia, se puede asegurar que, los escolares de la Institución Educativa en referencia, tienen poca valoración a la práctica de actividades físicas y lúdicas para conservar una vida saludable, así mismo, desconocen los amplios beneficios que tiene la práctica de los mismos. Los diversos aspectos indicados

anteriormente, han permitido llevar a cabo el presente estudio de investigación, para dar a conocer en su totalidad los estilos de enseñanza y la actividad física.

Por ello se plantea el siguiente problema general: ¿Cuál es el estilo de enseñanza predominante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023- Del mismo modo se aborda los cuatro problemas específicos; ¿Cuál es el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza dirigido relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023?; ¿Cuál es el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza participativo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023? ¿Cuál es el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza que promueve la individualización relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023, ¿Cuál es el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza cognitivo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023

En la presente investigación la justificación teórica es importante, ya que se plantearán temas relevantes con relación a las dos variables propuestas para entender en su totalidad esta problemática. Hoy en día existen pocas investigaciones sobre los estilos de enseñanza y la actividad física. Si bien se sabe de la existencia de estrategias metodológicas que fomentan la práctica de la actividad física, se hace necesario generar nuevas e innovadoras estrategias que enfrenten la nueva realidad, transformada por la digitalización y la globalización, de la misma manera, la justificación práctica es relevante porque se encarga de la utilidad de la aplicación de las nuevas estrategias que se encontrarán en el estudio teórico del presente trabajo de investigación, así mismo, la justificación metodológica, es trascendente ya que busca plantear a la institución educativa diversos estilos de enseñanza, las mismas que serán propuestas por el investigador. La metodología de investigación podrá ser utilizada como antecedente de futuras investigaciones similares a la presentada.

De igual manera, para dar una solución a la situación actual educativa encontrada se propone como objetivo general Determinar el estilo de enseñanza predominante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023.

Asimismo, se considera los siguientes objetivos específicos: Establecer el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza dirigido relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023, Establecer el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza participativo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023. Establecer el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza que promueve la individualización relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023. Establecer el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza cognitivo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023.

Por otro lado, la hipótesis general se establece de la siguiente manera: El estilo de enseñanza predominante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N.º 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023, es el dirigido. Por ello, se planteó las siguientes hipótesis específicas: El indicador predominante dentro del estilo de enseñanza dirigido relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 “Matsu Utsumi” - educación secundaria- 2023, es la asignación de tareas. El indicador predominante dentro del estilo de enseñanza participativo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023, es la enseñanza recíproca. El indicador predominante dentro del estilo de enseñanza que promueve la individualización relacionada a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023, son los programas individuales. El indicador predominante dentro del estilo de enseñanza cognitivo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 “Matsu Utsumi” - educación secundaria- 2023, es el descubrimiento guiado.

## II. MARCO TEÓRICO

Existen diversos estudios internacionales de investigación sobre estilos de enseñanza de la educación física, donde se menciona, por ejemplo, que el docente del área en mención, a pesar de tener dominio sobre las diversas estrategias de enseñanza y metodología específica del área, esta no se evidencia en la práctica en su labor, dando énfasis a los estilos tradicionales centrado en el docente y no en el estudiante. También se indica que el uso frecuente de estilos de enseñanza participativos y centrado en el quehacer del estudiante está relacionado directamente con su interés, aprobación e identificación hacia el área, esto incentiva a realizar de manera permanente actividades físicas, Por lo tanto, se concluye que es trascendental poner en práctica la metodología activa, basada en proyectos y centrada en el estudiante.

Mateos & Pineño (2020), en su investigación experimental, transversal, cualitativo y descriptivo, aplicado a 35 profesores de Educación física del nivel secundaria, titulado Identificación de los estilos de enseñanza preferidos por los docentes de educación física de secundaria, cuyo objetivo era identificarlos, el instrumento que utilizó fue el cuestionario y donde se concluye que los enfoques de preferencia en el área son los que se practican habitualmente continuados por los cognitivos, individualizadores, participativos y socializadores y finalmente, los creativos. Así mismo nos señala que, los estilos de enseñanza permiten al docente tener un bagaje de opciones metodológicas que les permitirá atender a la variedad de estudiantes que tiene en el aula.

Lebrero, Almagro & Sáenz (2019), en su indagación denominada estilos de enseñanza participativo, tuvo como objetivo analizar diversos factores psicológicos que influyen en estos, donde se aplicó un cuestionario a una población de 61 estudiantes y se concluye que, el estilo de enseñanza participativa y colaborativa impartida entre pares, con la guía del docente, permite la mejora de la autoestima,

la autonomía, así como la regulación de emociones, mejorando de esta manera el aspecto psicológico de los estudiantes, sin embargo, en las sesiones dictadas de manera habitual por el docente, disminuyó el soporte de autonomía del alumnado.

Castañeda & Zagalaz (2018), en el artículo científico que buscaba examinar los resultados sobre la estimulación hacia la actividad física con el nivel de agrado de los alumnos, cuyo objetivo fue estimular la conducta física del alumno, este estudio cuantitativo se trabajó con una muestra de 366 escolares, el instrumento que utilizó fue el cuestionario y se obtuvo como resultado a un 48% de participantes quienes practicaban al menos una vez por semana alguna actividad física con el objetivo de cuidar la salud, indistintamente de la edad.

Gómez (2020), en su estudio, denominado actividad física en tiempo libre de los estudiantes, de tipo exploratorio, cuantitativa, descriptiva y correlacional, cuyo objetivo es relacionar ambas variables mencionadas en el título; tomaron como muestra aleatoria a 363 estudiantes a través del cuestionario, dando como resultado significatividad diferenciada de la actividad física con relación a su género. Los mismos muestran alto grado de satisfacción a las necesidades psicológicas básicas; también como al tomar clases de deporte formativo produce en ellos sensaciones de fracaso, poca autonomía y escasa motivación.

En investigaciones nacionales se encontró. Loza (2020), presentó el estudio titulado estilo de enseñanza y rendimiento escolar, de tipo básico, cualitativo, no experimental, nivel correlacional y transversal, cuyo objetivo era relacionar ambas variables tomando en cuenta el contexto donde se desenvuelven los mismos. También se aplicó una encuesta a 95 estudiantes del nivel secundaria. Finalmente se llegó a la conclusión que las variables de estudio se relacionan significativamente. A partir de lo mencionado cuando hablamos de los estilos de enseñanza nos referimos a las estrategias que tienen los docentes para interactuar con los estudiantes con la intención de despertar el interés para desarrollar una serie de acciones educativas y generar un aprendizaje considerando las necesidades y expectativas del educando para alcanzar un nivel esperado.

Gallardo (2021) en el estudio denominado actitud hacia la actividad física y deporte en los tiempos de pandemia COVID 19, este trabajo cuantitativo y transversal que tuvo como objetivo describir ambas variables en los estudiantes, asimismo se encuestó a 226 alumnos concluyendo que un 70% de los estudiantes se encontraban en inactividad física sugiriendo plantear nuevas estrategias para activarlos de manera teórica y práctica y adopten actitud positiva frente a la práctica de rutinas físicas lo que permitirá mejorar su estilo de vida.

Romero (2019), en su trabajo de investigación cuantitativo y descriptivo vinculadas con las actividades físicas y rendimiento cognitivo, cuyo objetivo es relacionar las variables teniendo como resultado relevante que los ejercicios físicos lograron alcanzar un nivel medio, repercutiendo en la mala salud de los educandos; para medir utilizaron el cuestionario. Se concluyó también que hay semejanzas notorias entre las acciones físicas y rendimiento escolar; así como entre las actividades físicas en su vida cotidiana tienen relación media.

Rodríguez y Tarazona (2020), en la indagación cuantitativa y descriptivo, relacionada a la actividad física y autoeficacia, cuyo objetivo es relacionar ambas variables, en el producto escolar se demostró que los estudiantes que disfrutaban de la actividad física muestran mayor seguridad al momento de desarrollar sus competencias, en relación al rendimiento académico. Se usaron como instrumento ficha de datos sociodemográficos en 442 escolares. También se concluye que existe conexión entre las dos variables en estudio. Desde esta perspectiva la actividad física es el movimiento del cuerpo originado por el movimiento muscular voluntaria, la práctica de los ejercicios físicos es favorable porque tiene muchos beneficios para la salud; asimismo reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, nos permite manejar el sobrepeso, la obesidad, también ayuda a fortalecer el sistema óseo, reduce la grasa corporal, genera bienestar mental y corporal para tener una vida saludable.



Los avances tecnológicos han sido el medio por el cual, el mundo se ha globalizado, así como la digitalización también ha originado que se realicen cambios considerables en la sociedad y con mayor razón en el sector educación. Cobra un papel importante la gestión escolar que está referida a la realización de diligencias con eficiencia y prontitud para la ejecución de una meta o proyecto (Confederación Interamericana de Educación Católica, 2019). También, se han ido generando diferentes paradigmas educativos que buscan guiar el camino adecuado y disminuir las brechas educativas existentes. Podemos entonces mencionar que la diferentes enfoques que han ido guiando la labor del docente y en consecuencia los estilos de enseñanza y formas de aprender han sido dirigidos por diferentes enfoques o teorías. Una manera tradicional de enseñanza es el enfoque conductista, donde los aprendizajes eran repetitivos, no era necesario explicarlos, el docente dirigía y solamente se esperaba una respuesta ante un estímulo dado (Chadwick y Vásquez, citado por Undurraga, 2007). Otro enfoque basado en diferentes teorías, fue la constructivista donde el aprendiz se vuelve protagonista, sujeto activo de su propio aprendizaje a partir de la socialización con otros y el entendimiento del mundo que lo rodea, en un tiempo histórico, cultural y social donde el docente cumple el rol de facilitador (López, 2010). Por su parte la teoría cognitivista, proponía una educación que desarrolle destrezas con el objetivo que el estudiante sea capaz de resolver situaciones problemáticas, a partir de realizar indagaciones y descubrimientos, donde se estimulaba a utilizar la deducción, imaginación e inventiva para enfrentar dichas situaciones e identificar principios generales, de esta manera, se orientaba a la construcción de su propio conocimiento; en esta teoría la tarea que cumple el docente es plantear problemas motores (Uribe, C., & Mart, C. H. (2010).

El docente tiene un papel relevante, donde la forma en que interactúa con sus estudiantes, las estrategias que aplica, la manera que encuentra para lograr despertar su interés y captar su atención en el momento de enseñar; influenciará en el desarrollo de la competencia en los escolares. Siendo el estudiante el

personaje principal de su propio quehacer educativo. y brindando un bagaje de formas y maneras de instruir a los educandos (Piquer, 2020). La manera personalizada que maneja cada profesor al construir un programa, planificar una sesión, ejecutar un método seleccionado, interactuar con el alumnado es denominado estilo de enseñanza. Por ejemplo, podemos decir que algunos docentes con el estilo directo, indican la forma de hacer la actividad y cómo dar respuesta, o en otras situaciones se le reta al estudiante a la búsqueda de soluciones o se les encarga dictar la sesión, estaríamos hablando entonces de estilos no directos (Arufe, 2022). Por otro lado, al ejecutar una sesión de aprendizaje el docente asume un esquema educativo determinado, una forma de relacionarse con sus estudiantes y de comunicar nuevos aprendizajes seleccionados del currículo educativo, estos dependerán de las características propias de su personalidad, situación social, cultural, política, económica, ideológica, el tipo de área que dicta y del grupo de estudiantes que atiende. Esto es crucial para que se ejecute de manera óptima las actividades de aprendizajes propuestas, así se logrará los objetivos planteados y el desarrollo de competencias requeridas (Tech Universidad Tecnológica, 2022). Los estilos de enseñanza es el grupo de características propias que asume un docente al conducir los procesos de una sesión de aprendizaje y la manera como se conduce al interactuar con los estudiantes (Burbano y Basante, 2021). Así mismo se dice que es la manera de dictar una clase, de enseñar, de impartir un conocimiento y que se vuelve parte de su modelo didáctico en su labor docentes (Jiménez, 2019).

La primera dimensión es el estilo dirigido de la enseñanza que, al hablar de ella, nos referimos cuando el docente indica lo que va impartir, cómo lo va hacer, cómo se evaluará, porque considera tener el dominio del tema y la experiencia necesaria. Este estilo es sugerido para el desarrollo de capacidades determinadas. Distinguiéndose dos formas: instrucción directa y asignación de tareas (Corrales y Espada, 2022). También es considerada cuando el docente toma todas las decisiones en el momento de ejecutar su sesión de aprendizaje (Delgado, 2015). Los indicadores que la sustentan son: mando directo, donde el maestro decide la

actividad, las forma de realizar el ejercicio, ejemplifica, organiza y fija la tarea. También está la asignación de tareas, el maestro aclara y señala la acción luego observa el trabajo físico ejecutada por los estudiantes, también realiza los comentarios y correcciones (Delgado, 2015). En ese sentido los estilos dirigidos se distinguen toda vez que el docente toma la decisión, tiene el mayor mando y dominio del tema, mientras tanto el estudiante está limitado a ejecutar las tareas asignadas por el profesor.

La segunda dimensión es el estilo participativo, estamos hablando de que el estudiante es el que participa activamente de su propio proceso y construcción de su formación y de sus compañeros, donde el docente es el facilitador que orienta y apoya de manera transitoria, la que se va retirando poco a poco cuando se observa que el aprendiz se va empoderando, adoptando considerable independencia y dominio de su propia educación, esto permite que evalúen sus avances y se retroalimenten. De esta manera se logrará atender a todos los estudiantes. Se toma en cuenta las siguientes estrategias: Enseñanza recíproca, enseñanza en pequeños grupos y la micro enseñanza (MINEDU, 2010). Se dice también que son aquellos que buscan que el estudiante participe activamente en su aprendizaje y reciba retroalimentación oportuna para lograr el objetivo propuesto (Delgado, 2015). Los indicadores de esta segunda dimensión son: enseñanza recíproca, que consiste en que se formarán parejas de estudiantes. Uno será el observador, quién anotará en una hoja de observación lo que realiza el otro estudiante, el ejecutante. Luego cambiarán de posición. El docente solo interactúa con el observador. Un segundo indicador es la enseñanza en pequeños grupos, estos tendrán cuatro a seis integrantes, los que tendrán diferentes roles: ejecutante, observador, ayudante, etc. Los mismos que irán intercambiando (Delgado, 2015). En consecuencia, el estilo participativo permite a los estudiantes a intervenir activamente en su aprendizaje y el papel del profesor está centrada mayormente a realizar la corrección y encaminar los aprendizajes.

Los estilos que promueven la individualización, es otra dimensión, que permiten que los aprendizajes se vayan construyendo en torno al estudiante, se debe tomar en cuenta los intereses, ritmos o actitud frente a los aprendizajes, esto hará que se sientan con mayor motivación. También permite realizar una evaluación reflexiva que permitirá tomar decisiones para el logro de sus metas propuestas. Se consideran las siguientes estrategias: los programas individuales, el trabajo por grupos y la enseñanza modular (Corrales y Espada, 2022). Además, se dice que, son los que se caracterizan por prestar atención fundamentalmente a los ritmos, formas de aprendizaje, afecto y necesidades de los alumnos (Delgado, 2015). Los indicadores de esta tercera dimensión son: el trabajo por grupo, el cual parte de un diagnóstico previo, para identificar los niveles de atención que requieren los estudiantes. Se realizará el mismo contenido, pero con diferente grado de dificultad. Otro indicador es programas individuales, que consiste en el estudiante elegirá de acuerdo a su preferencia el espacio de aprendizaje y a partir de indicaciones escritas dadas por el docente, tendrá que realizar y anotar la tarea encomendada (Delgado,2015). Se puede concluir que los estilo que promueven la individualización permite que el estudiante sea el centro de su aprendizaje por lo tanto el docente tiene que proponer actividades diversificadas y simultaneas por ello el aprendizaje debe ser individual.

Otra dimensión es, los estilos de enseñanza cognitivo que se basan en las teorías psicológicas de Bruner, Piaget, Vygotsky y Ausubel, esta promueve la construcción de los aprendizajes significativos, con la actuación dinámica de los escolares en la realización de las tareas, basada en la indagación y experimentación de las actividades motrices. Generando en ellos la actitudes reflexivas, creativas y autónomas (Corrales y Espada 2022). También es considerado como los que buscan motivar un aprendizaje significativo y activo a partir de la investigación y experimentación motriz, lo que genera la autonomía en el proceso de la adquisición de su aprendizaje en el estudiante (Delgado, 2015). Los indicadores de esta dimensión son: el descubrimiento guiado, la que está basada es las respuestas verbales de carácter cognitivo, las que van a ir de

manera progresiva y serán ejecutadas de manera motriz por el estudiante; mientras tanto el docente plantea problemas motores. La resolución de problemas, es otro indicador que consiste en que el docente realice una interrogante al grupo de clase, la misma que tendrá varias alternativas de solución valederas. A partir de ellas se construirá una meta en común y se pasará a la realización de la actividad planteada (Delgado, 2015). Los estilos de enseñanza que asumen los profesores permitirán que en los estudiantes se despierte el interés por realizar actividad física para conservar un óptimo estado de salud (Corrales y Espada, 2022). Por consiguiente, el estilo cognitivo induce al educando a realizar procedimientos de indagación para conseguir una solución a los diversos problemas motores o aquellas que se relacionan con los movimientos del cuerpo para luego finalizar con el descubrimiento.

Los estilos de enseñanza son importantes para la ejecución de las actividades de aprendizaje impartidas por el docente puesto que, no existe un estilo único de enseñanza, En la actualidad se da mucha importancia al logro de las competencias; puesto que los estudiantes necesitan espacios para expresar y opinar acerca de los temas que esté vinculado con su aprendizaje, se destaca la importancia de la instrucción, en tal sentido los estilos de enseñanza deben estar direccionados en función a procesos pedagógicos considerando la colaboración de los agentes de la comunidad educativa (Sáez, 2019).

Todo movimiento originado por el sistema locomotor y que genere desgaste de energía es considerada actividad física, también implica ir de un lugar a otro, realizar caminatas, realizar deportes, intervenir en actividades recreativas entre otros con el objetivo de hallar una mejora en la salud (OMS 2018). Estas rutinas físicas ya sea de baja, mediana o de alta intensidad, planificadas o no, permitirán poner en activación los músculos, y gastar mucha energía. También se dice que es cualquier movimiento del sistema locomotor que produce un desgaste de energía y, para que sea beneficioso debe ser planificado para lograr el objetivo propuesto (Rodríguez, 2020).

Por otro lado, se define como algún movimiento que realiza el cuerpo por la contracción de los músculos y el desgaste de energía con relación a un estado de quietud (Zigor, 2018).

Dentro de las dimensiones de la actividad física están consideradas las actividades cardiovasculares o también llamadas “cardiorrespiratorias” o “aeróbicas”, porque al realizar una actividad física de manera continua el corazón y los pulmones se acomodan a fin de ser más eficientes y proporcionan al sistema muscular sangre oxigenada (Aznar y Webster, 2009). Así mismo, se considera que, para realizar actividades cardiovasculares, se hace necesario crear en el individuo un soporte aeróbica y anaeróbica para preparar su organismo y tenga mayor resistencia (Velázquez, Cubero & Molina, 2020)). La resistencia cardiovascular sería un indicador, ya que es la habilidad que tiene el cuerpo para realizar actividades que utiliza el sistema muscular durante tiempos prolongados (OMS, 2021).

También la intensidad de la actividad. Es el grado de vigorosidad que se logra en un trabajo físico, para conseguir un beneficio en la conservación del organismo. Puede ser leve, moderada, alta. (Zamarripa & Rivera, 2014). De manera que la actividad cardiovascular aporta beneficios a la salud del sistema cardiovascular a través de la realización de ejercicios aeróbicos como: caminar, correr, practicar actividades deportivas y recreativas para mejorar la calidad de vida.

Otra dimensión son las actividades de fuerza y resistencia muscular, donde la primera es cuando un músculo origina tensión y enfrentar una fuerza adversa y la segunda es cuando el músculo mantiene la tensión en un tiempo extenso. Todo esto permitirá fortalecer el sistema locomotor (OMS, 2021). La resistencia muscular es la capacidad de ejecutar actividades de prolongada duración sin disminuir el rendimiento y se desarrolla en periodos de tiempo reducido o poco prolongado (Horta, 2021). Los indicadores de esta dimensión son: complejidad de la actividad, se considera a la actividad física de alta intensidad, puesto que las personas que lo practican tienen que tener mayor preparación en cuanto a su rendimiento físico (Vidarte, 2011). La fuerza muscular es la amplitud de un músculo para contener a la resistencia, desplazar pesos u obstáculos a través de

la contracción muscular (Negro, 2020). Entonces podemos considerar que la fuerza está relacionada con la tensión muscular para enfrentar una fuerza contraria, mientras la resistencia es mantener la tensión en un tiempo prolongado para el fortalecimiento del sistema locomotor.

Las actividades de flexibilidad, otras de las dimensiones, es la capacidad de las articulaciones de hacer movimientos. De la misma manera se busca la elasticidad de los tejidos o músculos que rodean a la articulación (OMS, 2021). Así mismo, es considerada como la habilidad que desarrolla el cuerpo humano para mover en su mayor extensión los músculos y las articulaciones (Cañizares & Carbonero, 2018). Dentro de esta dimensión se considera los indicadores; activación corporal, que es la preparación de las articulaciones del cuerpo para iniciar la realización de un trabajo físico, para ello se tiene que considerar: la edad, sexo, intensidad, frecuencia, pausas, entre otros (Vasconez, 2016). También la elasticidad muscular, es decir, es el potencial que tienen los músculos para lograr su máximo estiramiento y volver a su estado inicial. A mayor velocidad que se logre esto, el musculo se vuelve más elástico. (Ramírez, 2022). Por ello se comprende por flexibilidad a la amplitud de las articulaciones del cuerpo para realizar movimientos con una enorme extensión sin padecer heridas ni contusiones que pueden generar limitaciones físicas.

Otra dimensión a considerar son las actividades de coordinación, que es la capacidad de usar el cerebro, el sistema nervioso y locomotor con el objetivo de realizar actividades suaves y precisas (OMS, 2021). De la misma manera se considera a todo movimiento repetitivo que entrelaza la parte motriz y psíquica, esto posibilita el trabajo muscular (Cañizares & Carbonero, 2018). Aquí se considera los indicadores de actividades rítmicas, es aquella que combina los sentidos con relación a las coordinaciones de movimiento en función al espacio y tiempo indicado, se debe considerar las características y situación de contexto donde se realiza la actividad (Chasi, 2022). El otro sería las actividades relacionadas con la coordinación óculo manual, óculo pedal. Son las habilidades motrices que desarrolla el ser humano, desde la infancia, al realizar movimientos relacionando con el ojo- pie y ojo-mano combinándolo con un elemento adicional

para lograr el desarrollo de las misma (Cabello, 2020). Entonces podemos concluir que la coordinación es toda habilidad que desarrolla el ser humano para hacer movimientos de manera veloz, secuenciada, exacta y eficiente, estas nos permiten realizar movimientos sincronizados donde participan un conjunto de músculos. Esto se puede observar en los diferentes movimientos que realizan los estudiantes.

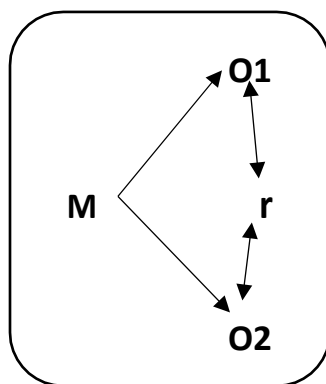
La práctica de la actividad física saludable es importante porque tiene muchos beneficios para la salud, nos permite manejar el sobrepeso, la obesidad, también ayuda a fortalecer el sistema óseo, cardiovascular reduce la grasa corporal, contribuye en el fortalecimiento de las cualidades físicas y genera bienestar corporal y mental (OMS, 2021).



### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

El estudio indagatorio se hizo con un enfoque cuantitativo, ya que siguió un proceso secuencial. También se estudió una realidad, se recogió información para contrastar las hipótesis planteadas y se validó a través de la estadística, el tipo de estudio fue básica, puesto que se inicia con un marco teórico, con el objetivo de ampliar los conceptos y saberes científicos de una manera organizada para complementar el soporte teórico al estudio en mención (Álvarez, 2020). El diseño fue no experimental porque permite observar la realidad en su estado natural, eventos o hechos que ya sucedieron, no se simula ninguna situación ni se busca cambiar o influenciar en las variables de estudio, para luego realizar un análisis. Es de corte transversal por lo que se hizo el recojo de información en un único momento o tiempo, con el objetivo de estudiar su impacto o relación que guarda con un hecho determinado, el subtipo de diseño fue correlacional. este permite especificar el vínculo que existe entre las variables de estudio en un determinado momento (Hernández y Mendoza, 2018). Se detalla a continuación



Interpretación:

M: Muestra de estudio (alumnos del VI y VIII ciclo de la I.E. Matsu Utsumi)

O1: Medición de la variable estilos de enseñanza

r: Coeficiente de correlación de las variables en estudio

O2: Medición de la variable actividad física

### **3.2. Variables y Operacionalización**

#### **Definición de estilos de enseñanza**

Cuando hablamos de los estilos de enseñanza o también llamados estrategias, modelos, didáctica, recursos y técnicas, nos referimos a las formas que tienen los docentes para interactuar con los estudiantes con la intención de despertar el interés para desarrollar una serie de acciones para generar un aprendizaje, considerando las necesidades, expectativas que se tiene para alcanzar un nivel esperado. Siendo el estudiante el personaje principal de su propio quehacer educativo. y brindando un bagaje de formas y maneras de instruir a los educandos (Piquer Cebrián, 2020).

#### **Definición operacional.**

Se cuenta con cuatro dimensiones, estilo dirigido de la enseñanza, el estilo participativo, el estilo que promueven la individualización y estilos de enseñanza cognitivo, cada uno de ellos cuenta con dos indicadores y seis ítems, haciendo una totalidad de 24 ítems.

#### **Indicadores**

La primera dimensión se denomina Mando Directo y Asignación de Tareas, mientras la enseñanza recíproca y la enseñanza en pequeños grupos pertenece la segunda dimensión, el trabajo por grupo y programas individuales se observa en la tercera dimensión y la cuarta dimensión se llama descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

#### **Escala ordinal.**

Siempre (1), a veces (2), nunca (3)

#### **Definición conceptual de la actividad física**

Todo movimiento originado por el sistema locomotor y que genere desgaste de energía es considerada actividad física, también implica ir de un lugar a otro, realizar

caminatas, realizar deportes, intervenir en actividades recreativas entre otros con el objetivo de hallar una mejora en la salud. Estas rutinas físicas ya sea de baja, mediana o de alta intensidad, planificadas o no, permitirán poner en activación los músculos, y gastar mucha energía (OMS, 2021).

### **Definición operacional**

Se cuenta con cuatro dimensiones, cada uno de ellos cuenta con dos indicadores y seis ítems, haciendo una totalidad de 24 ítems.

### **Indicadores**

La resistencia cardiovascular y la intensidad de la actividad. corresponde a la primera dimensión, la Complejidad de la actividad y la fuerza muscular pertenece la segunda dimensión, la activación corporal y la elasticidad muscular se observa en la tercera dimensión, finalmente las actividades rítmicas y las actividades relacionadas con la coordinación óculo manual y óculo pedal. es de la cuarta dimensión.

### **Escala ordinal**

Siempre (1), a veces (2), nunca (3)

## **3.3. Población. Muestra y muestreo**

### **3.3.1. Poblacion**

Se denomina así, al grupo de personas que tienen una misma característica y formarán parte de un trabajo de investigación, para ello se emplearán diversas técnicas de recojo de información (Izquierdo, G. M.,2015). En esta investigación, se analizará como universo a todos los escolares de 1° a 5° año de secundaria, haciendo un total de 234 estudiantes, que atiende la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi.

**Criterio de inclusión.** Se consideró a todos los estudiantes que forma parte de la población.

**Criterio de exclusión.** En la población que se tomó en cuenta para el estudio no se considera ninguna exclusión.

**Tabla 1***Distribución de la población*

CICLO DE ESTUDIOS	GRADOS/ SECCIONES	POBLACION	MUESTRA
VI	1º A	27	20
	1º B	25	20
	2º A	32	20
	2º B	26	20
VII	3º A	20	20
	3º B	23	20
	4º A	28	20
	4º B	27	20
	5º A	23	20
	5º B	22	20
TOTAL		253	200

FUENTE: Nómina de matrícula 2023

**3.3.2. Muestra**

Es un fragmento del universo en estudio, los cuales son elegidos según sus características y perspectivas seleccionados de manera muy rígida con lo cual se recogen los datos referentes a la población (Hernández, 2018). En la presente investigación se considerará como muestra el 70% del total de la población de estudiantes.

**3.3.3. Muestreo**

Es cuando se elige una cantidad de población de un grupo total, ósea de la muestra.

**No probabilístico**

Consiste en que la alternativa de los componentes no se sujeta de la probabilidad, si no del origen coordinado de las particularidades de la investigación o de las intenciones de la persona que realiza el estudio, puesto que la técnica no es

espontaneo tampoco se basa en modelos de posibilidad sino se somete al procedimiento del investigador o investigadores (Hernández y Mendoza, 2018).

### **Muestreo por cuotas / conveniencia**

Consiste en que un encuestador va aplicando cuestionarios o entrevistas abiertas a personas en un espacio abierto, al realizarlo van llenando cuotas proporcionales a ciertas variables. Se utiliza comúnmente en indagaciones cualitativas.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

En este estudio de indagación se utilizó la encuesta, estas fueron de propia creación del investigador, para ambas variables de estudio. La recolección de datos es una de las formas de obtener la información, estas se deben dar de manera ordenada, lo que permitirá sistematizarlos, de esta manera se garantizará la operatividad del estudio (Hernández y Mendoza, 2018).

**La encuesta:** Consiste en realizar una lista de preguntas, pueden ser abiertas o cerradas, escritas para que las personas respondan, de esta manera se obtendrá información rápida, eficaz e importante al realizar una investigación (Hernández y Mendoza, 2018).

**El cuestionario:** Lo conforman un listado de interrogantes que operacionaliza la variable que va a ser medida. Estas deben considerar el problema de investigación y la población. Por otro lado, el encuestado marcará la respuesta que considere conveniente y lo hará de manera anónima. Las preguntas deben ser formuladas de manera clara y breve (Hernández y Mendoza, 2018).

**Tabla 2:**

*Validación de expertos*

EXPERTOS	VALORACION	
	ESTILOS DE ENSEÑANZA	ACTIVIDADES FISICAS
Mg. Gamarra Martinez, Julia Asunción	Hay suficiencia	Hay suficiencia
Mg. Luna Andrade, Katerina Mercedes	Hay suficiencia	Hay suficiencia
Mg. Ávila Rivas, Deysi Olga	Hay suficiencia	Hay suficiencia
<b>Valoración Final</b>	<b>Es suficiente</b>	<b>Es suficiente</b>

### **Validez del instrumento**

Esta referido al nivel en que un instrumento le da valoración a una variable de manera real. (Hernández y Mendoza, 2018).

### **Validez de contenido**

Es el nivel donde un instrumento evidencia un manejo propio del tema que se está midiendo (Hernández y Mendoza, 2018)

### **Confiabilidad**

Es emplear de manera repetida un instrumento de medición al mismo individuo y cuyos resultados siempre son los mismos (Hernández y Mendoza, 2018)

Tabla 3

*Fiabilidad de los instrumentos*

Variable	Alfa de Cronbach	N de elementos
Estilos de enseñanza	0.854	24
Actividad física	0.821	24

Fuente: Base de datos

El cuestionario muestra alta fiabilidad y relación interna.

### **3.5. Procedimiento**

Se efectuó las coordinaciones pertinentes para pedir las autorizaciones y poder realizar la indagación, luego se sensibilizo y explico la importancia del mismo, después se prosiguió con la recolección de la información a los estudiantes, para ello se empleó el cuestionario y se aplicó de manera grupal. La información lograda se procesó en Excel y SSPS 24.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Después de recoger los datos con los instrumentos validadas, se pasará a procesar y analizar los datos para formular la estadística utilizando las herramientas tecnológicas.

### **3.7. Aspectos éticos**

En este trabajo de indagación se consideró diversos estudios nacionales e internacionales que están relacionados con las variables y al mismo tiempo se citó a los autores.

## IV. RESULTADOS

Tabla 4

*Baremos de las variables*

<b>Variable / dimensión</b>	<b>Baja</b>	<b>Media</b>	<b>Alta</b>
Estilos dirigidos	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Estilos participativos	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Estilos que promuevan la individualización	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Estilos cognitivos	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Actividades físicas	49 a 72	37 a 48	24 a 36
Actividades cardiovasculares	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Actividades de fuerza y resistencia muscular	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Actividades de flexibilidad	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Actividades de coordinación	13 a 18	9 a 12	6 a 8

Fuente: Base de datos

Los baremos es el efecto del sumatorio total de los ítems de las variables o dimensiones, esta valoración se calificó conforme a la tabla anterior para la definición cualitativa. De igual manera, los puntos de corte son el 50% y 75% del rango originario de datos.

### 4.1. Descripción

Niveles de desarrollo de los estilos de enseñanza en estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi- Educación Secundaria- 2023.



Tabla 5

<b>Estilos de enseñanza dirigido</b>		
<b>Nivel de desarrollo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	5	2%
Medio	17	7%
Alto	212	91%
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>100%</b>
<b>Estilos de enseñanza participativo</b>		
Bajo	3	1%
Medio	37	16%
Alto	194	83%
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>100%</b>
<b>Estilos de enseñanza que promuevan la individualización</b>		
Bajo	11	5%
Medio	69	29%
Alto	154	66%
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>100%</b>
<b>Estilos de enseñanza cognitivo</b>		
Bajo	15	6%
Medio	41	18%
Alto	178	76%
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>100%</b>

Según la tabla el 91% de escolares de la I.E. N° 7233 “Matsu Utsumi” – Educación Secundaria- 2023 muestra un nivel alto de progreso del estilo de enseñanza dirigido, en tanto que el 2% de los alumnos muestran un nivel bajo de avance del estilo de enseñanza dirigido. De lo que podemos interpretar que el mayor porcentaje prefiere que el docente desarrolle actividades de mando, por ende, los estudiantes copian el modelamiento dado en la clase. De igual modo el 83% de los alumnos aparecen en un nivel alto de desenvolvimiento del estilo de enseñanza participativo, en tanto el 1% indican un nivel bajo de avance del estilo de enseñanza participativo. También, el 66% de educandos muestran un valor elevado de adelanto del estilo de enseñanza que promuevan la individualización, entre tanto el 5% de alumnos muestran un nivel bajo

de progreso del estilo de enseñanza en mención. Ambos resultados nos indica que estos estilos permiten la participación dinámica de los estudiantes y el docente solo dará instrucciones de manera intermitente. De la misma manera se percibe que el 76% de alumnos muestran un nivel alto de progreso del estilo de enseñanza cognitivo, entre tanto el 6% aparecen en un nivel bajo de avance del estilo de enseñanza cognitivo. Esto hace percibir que esta enseñanza permite al estudiante buscar estrategia para resolver un problema motriz.

Valores de actividad física en alumnos de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - Educación Secundaria- 2023.

Tabla 6

Actividad física cardiovascular		
Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	23	10%
Medio	116	50%
Alto	95	41%
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>100%</b>
Actividad física de fuerza y resistencia muscular.		
Bajo	59	25%
Medio	110	47%
Alto	65	28%
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>100%</b>
Actividad física de flexibilidad		
Bajo	17	7%
Medio	55	24%
Alto	162	69%
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>100%</b>
Actividad física de coordinación		
Bajo	88	38%
Medio	89	38%
Alto	57	24%
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>100%</b>

En la tabla se considera que el 50% de alumnos de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – Educación Secundaria- 2023 presentan un nivel medio de realización de actividad física cardiovascular, en tanto el 10% de escolares muestran un nivel bajo de ejecución de actividad física cardiovascular. Esto se da ya que lo estudiantes realizan de manera continua dichas actividades. De igual manera se evidencia que el 47% de los escolares presentan un nivel medio de ejecución de actividad física de fuerza y resistencia muscular, en tanto el 25% de los alumnos muestran un nivel bajo de ejecución de actividad física de fuerza y resistencia muscular. Esto se puede interpretar que este tipo de actividad se practica medianamente en la escuela y en sus tiempos libres. De la misma manera se nota que el 69% de escolares presentan un nivel alto de realización de actividad física de flexibilidad, en tanto el 7% muestran un nivel bajo de ejecución de dicho tipo de actividad física. Esto se da debido a que la mayoría de los estudiantes tienen conocimiento básico de los beneficios de la práctica de este tipo de ejercitaciones. También se percibe que el 38% de alumnos presentan un nivel medio de realización de actividad física de coordinación, en tanto el 24% de escolares muestran un nivel alto de realización de actividad física de coordinación. Esto nos señala que aún falta potencializar la realización continua de este tipo de ejercicios sea con o sin material o elemento.

*Nivel actividad física en estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – Educación Secundaria- 2023*

*Tabla 7*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	32	14%
Medio	140	60%
Alto	62	26%
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>100%</b>

La tabla muestra que el 60% de educandos de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – Educación Secundaria- 2023 aparece en un nivel medio de realización de actividad física, en tanto el 14% de alumnos se percibe en un nivel bajo de realización de actividad física.

## 4.2. Prueba de Hipótesis

La comparación de las hipótesis se examinó por medio de la regresión logística, conforme al examen de normalidad de información una de las variables y las cuatro dimensiones no muestran normalidad en la información, cuyo valor “p” es mínimo al valor de significación teórica  $\alpha = 0.05$ .

Tabla 8

### *Evaluación de normalidad de la información*

Variable / dimensión	Kolmogorov-Smirnov			Resultado
	Estadístico	gl	Sig.	
Estilos dirigidos	,230	149	,000	No normal
Estilos participativos	,182	149	,000	No normal
Estilos que promuevan la individualización	,135	149	,000	No normal
Estilos cognitivos	,153	149	,000	No normal
Actividades físicas	,095	149	,002	No normal

Fuente: Base de datos

Se usó el ensayo de normalidad de Kolmogorov - Smirnov cuya magnitud del indicio se considera amplio (149 sondeos).

### 4.2.1. Hipótesis general

El estilo de enseñanza preponderante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023, es el dirigido.

Tabla 9

*Coeficientes de regresión logística de estilos de enseñanza predominante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023.*

Dimensiones	B	Error estándar	Sig.	Exp(B)	95% C.I. para EXP(B)	
					Inferior	Superior
Estilos dirigidos	-0,200	0,134	0,137	0,819	0,629	1,066
Estilos participativos	0,335	0,159	0,035	1,398	1,023	1,910
Estilos que promuevan la individualización	-0,027	0,095	0,775	0,973	0,808	1,173
Estilos cognitivos	0,021	0,104	0,841	1,021	0,833	1,252

Fuente: Base de datos

Protectora si Exp(B) es menor a 1, riesgo si Exp(B) es superior a 1,

El estilo predominante asociado a las actividades físicas son los estilos participativos. En vista que la trascendencia del significado percibida (Sig.) es inferior al valor de la connotación teórica  $\alpha = 0.05$  en uno de los estilos, se objeta la hipótesis nula. Por consiguiente, se hallan divergencias en los estilos de enseñanza predominante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023.

El estilo participativo (B = 0.335) muestra mayor coeficiente de modo que ejerce mayor peso en la actividad física de los escolares. Además, este estilo muestra un odds ratio (Exp(B)) = 1.398, esto indica que es un estilo de riesgo y también expresa que un alumno tiene 1.398 veces de posibilidad de presentar un nivel inferior de realización de actividades físicas. En consecuencia, se refuta la hipótesis general de indagación, ya que el estilo preponderante asociado a las actividades físicas son los estilos participativos.

#### 4.2.2. Primera Hipótesis Específica

El indicador preponderante del estilo de enseñanza dirigido asociado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023, es la asignación de tareas.

*Coeficientes de regresión logística de los indicadores del estilo de enseñanza dirigido relacionado a la actividad física de educandos de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023*

Tabla 10

Indicador	B	Error estándar	Sig.	Exp(B)	95% C.I. para EXP(B)	
					Inferior	Superior
Instrucción directa	-0,123	0,136	0,368	0,885	0,677	1,155
Asignación de tareas	0,392	0,138	0,004	1,480	1,130	1,938

Fuente: Base de datos

El indicador preponderante de estilo de enseñanza dirigido asociado a las actividades físicas es la asignación de tareas. Conforme a la trascendencia del significado percibida (Sig.) es inferior al valor de la connotación teórica  $\alpha = 0.05$  en uno de los indicadores, se refuta la hipótesis nula. Dado que, se hallan divergencias en los indicadores del estilo de enseñanza dirigido relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi - educación secundaria- 2023.

El indicador asignación de tareas (B = 0.392) muestra superior coeficiente de modo que ejerce mayor peso en la actividad física de los alumnos. Además, el indicador muestra un odds ratio (Exp(B)) = 1.480, esto expresa que es un indicador de riesgo y también indica que un escolar tiene 1.480 veces de posibilidad de presentar un nivel menor de realización de actividades físicas.

En consecuencia, no se objeta la primera hipótesis específica de indagación, porque el indicador preponderante del estilo de enseñanza dirigido asociado a las actividades físicas es la asignación de tareas.

#### 4.2.3. Segunda Hipótesis Específica

El indicador preponderante de estilo de enseñanza participativo vinculado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 “Matsu Utsumi” - educación secundaria- 2023, es la enseñanza recíproca.

*Coeficientes de regresión logística de los indicadores del estilo de enseñanza participativo relacionado a la actividad física de alumnos de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023*

Tabla 11

Indicador	B	Error estándar	Sig.	Exp(B)	95% C.I. para EXP(B)	
					Inferior	Superior
Enseñanza recíproca	0,380	0,136	0,005	1,463	1,121	1,910
Enseñanza en pequeños grupos	-0,119	0,139	0,391	0,888	0,676	1,166

Fuente: Base de datos

El indicador preponderante del estilo de enseñanza participativo asociado a las actividades físicas es la enseñanza recíproca. De acuerdo a la importancia del significado percibida (Sig.) es inferior al valor de la connotación teórica  $\alpha = 0.05$  en uno de los indicadores, se objeta la hipótesis nula. Dado que, se hallan divergencias en los indicadores del estilo de enseñanza participativo relacionado a la actividad física de alumnos de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023.

El indicador enseñanza recíproca (B = 0.380) muestra superior coeficiente de modo que ejerce mayor peso en la actividad física de los escolares. También, muestra un odds ratio (Exp(B)) = 1.463, esto significa que es un indicador de riesgo y asimismo indica que un alumno tiene 1.463 veces de posibilidad de presentar un nivel bajo de realización de actividades físicas.

De modo que, no se refuta la segunda hipótesis específica de indagación, puesto que el indicador sobresaliente del estilo de enseñanza participativo asociado a las actividades físicas es la enseñanza recíproca.

*Coeficientes de regresión logística de los indicadores del estilo de enseñanza que promuevan la individualización relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023*

Tabla 12

Indicador	B	Error estándar	Sig.	Exp(B)	95% C.I. para EXP(B)	
					Inferior	Superior
Programas individuales	0,136	0,123	0,268	1,146	0,901	1,457
El trabajo por grupos	0,102	0,102	0,317	1,107	0,907	1,351

Fuente: Base de datos

El indicador preponderante del estilo de enseñanza que promuevan la individualización asociada a las actividades físicas son los programas individuales, pero no es relevante estadísticamente. De acuerdo a la importancia del significado percibida (Sig.) es superior al valor de la connotación teórica  $\alpha = 0.05$  en los indicadores, no se objeta la hipótesis nula. En consecuencia, no da las divergencias en los indicadores del estilo de enseñanza que promuevan la individualización relacionada a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023.

De modo que, se refuta la tercera hipótesis específica de indagación, puesto que el indicador preponderante del estilo de enseñanza que promuevan la individualización asociada a las actividades físicas son los programas individuales, pero por su parte no es significativa estadísticamente.

*Coefficientes de regresión logística de los indicadores del estilo de enseñanza cognitivo relacionado a la actividad física de alumnos de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023*

*Tabla 13*

Indicador	B	Error estándar	Sig.	Exp(B)	95% C.I. para EXP(B)	
					Inferior	Superior
El descubrimiento guiado	0,332	0,100	0,001	1,394	1,145	1,697
Resolución de problemas	-0,077	0,092	0,402	0,925	0,772	1,109

Fuente: Base de datos

El indicador preponderante del estilo de enseñanza cognitivo asociado a las actividades físicas es el descubrimiento guiado. Conforme a la trascendencia del significado percibida (Sig.) es menor al valor de la connotación teórica  $\alpha = 0.05$  en uno de los indicadores, se refuta la hipótesis nula. Por tal razón, los indicadores son diferentes del estilo de enseñanza cognitivo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023.



El indicador descubrimiento guiado ( $B = 0.332$ ) muestra cifra superior por tanto ejerce mayor peso en la actividad física del estudiantado. Igualmente muestra un odds ratio ( $\text{Exp}(B) = 1.394$ ), significa que es un indicador de riesgo y también consiste que un alumno tiene 1.394 veces de posibilidad de mostrar un nivel bajo de realización de actividades físicas.

Dado que, no se objeta la cuarta hipótesis específica de indagación, toda vez que el indicador preponderante del estilo de enseñanza cognitivo asociado a las actividades físicas es el descubrimiento guiado.

## V. DISCUSIÓN

A partir de la experiencia que tiene un docente en su formación académica, trayectoria profesional y estudios de actualización además de, su vocación, construye un conjunto de diversos estilos de enseñanza que ejecuta en su labor cotidiana, para ello toma en cuenta, la diversidad de estudiantes que atiende, sus características, necesidades, fortalezas, competencias y formas de aprendizaje. Como maestro identifica la particularidad de cada uno de ellos. De la misma manera busca desarrollar en los estudiantes hábitos permanente relacionados a la realización de actividades físicas, ya que ello contribuirá a mantener un buen estado de salud físico y emocional para sostener una vida saludable. Se hace necesario recalcar que al área de educación física no se le da la verdadera importancia y se considera que es de menor valor. Sin embargo, se sabe que esta asignatura logra desarrollar competencias para proteger la vida, cuidando su cuerpo, su alimentación y su salud a través de la ejercitación física, así mismo, permite que el estudiante se desenvuelva con autonomía utilizando su motricidad, asuma una vida saludable y también interactúe utilizando sus habilidades sociomotrices todo ello influenciará positivamente en sus procesos cognitivos favoreciendo así su aprendizaje y sus relaciones interpersonales.

En el presente estudio realizado se percibe que el 91% de escolares muestra un nivel alto de progreso del estilo de enseñanza dirigido, en tanto que el 2% de los alumnos muestran un nivel bajo de avance del estilo de enseñanza mencionado, esto nos hace ver que el docente a cargo, al momento de desarrollar sus sesiones de aprendizaje, realiza procesos de enseñanza, donde da muestra de tener el mayor dominio sobre la formación a impartir, plantea estrategias y evaluaciones de manera vertical, por ello, los estudiantes están habituados a recibir indicaciones para realizar sus actividades físicas. Por otro lado, Loza (2021) indica que los estilos de enseñanza se vinculan significativamente con el rendimiento escolar, también menciona que al referirnos de los estilos de enseñanza nos referimos a las estrategias que tienen los docentes para interactuar con los estudiantes con la intención de despertar el interés para desarrollar una serie de acciones educativas y generar un aprendizaje considerando las necesidades y expectativas del educando para alcanzar un nivel esperado. En

consecuencia, se puede inferir que ambos concuerdan en que los estilos de enseñanza permiten desarrollar actividades de aprendizaje para la formación de los estudiantes, sin embargo, se contraponen ya que en la primera la instrucción es directa y está a cargo en su totalidad del docente, pero en el segundo estudio muestran que permiten realizar actividades que despiertan el interés de los estudiantes a partir de la aplicación de estrategias que generen aprendizajes significativos.

Por otro lado, el 83% de los estudiantes del nivel secundaria muestran un nivel alto de desenvolvimiento en el estilo de enseñanza participativo, en tanto el 1% indican un nivel bajo de avance. Esto nos señala que ellos prefieren este estilo ya que les permite desenvolverse con independencia, evaluarse y reflexionar sobre su propio aprendizaje para ir mejorándolo. El papel del docente es provisional, inicia con una mayor presencia la que irá retirando poco a poco, hasta que el estudiante va mostrando mayor avance en la realización de la actividad motriz propuestas. Lebrero, Almagro & Sáenz (2019) afirman que el uso de estilos de enseñanzas participativos (micro enseñanza) así como un aprendizaje colaborativo, optimiza la regulación externa, la relación con los demás y la autoestima, produciéndose un aumento de dichas variables psicológicas. La responsabilidad asumida por el alumnado en cuanto a la impartición de los contenidos, y guiados por el docente, hacen que el proceso de enseñanza-aprendizaje repercuta en factores psicológicos claves para su formación. Ante ello se puede afirmar que son concordantes ya que permite a los estudiantes transitar entre la autoevaluación de su aprendizaje, fortalecimiento de su autoestima y la reflexión para construir su propio saber.

Así mismo, el 66% de educandos muestran un valor elevado del estilo de enseñanza que promueven la individualización, en tanto el 5% de alumnos muestran un nivel bajo de progreso del estilo de enseñanza que promuevan la individualización. Esto demuestra que la mayoría de estudiantes se identifica con este estilo de enseñanza permitiendo así, un aprendizaje autónomo, con facilidad para resolver problemas y plantear nuevas actividades de aprendizaje, esto les permitirá aplicarlos en situaciones de su vida cotidiana. El docente diseña el plan que se realizará en la sesión, con un propósito claro debido a que los escolares realizarán independientemente las tareas

asignadas, en ella se comparte la ruta a seguir y finalmente el estudiante se autoevaluará para medir sus logros. Mateos y Piñedos (2020), concluyen que los enfoques de preferencia en el área son los que se practican habitualmente continuados por los cognitivos, individualizadores, participativos y socializadores y finalmente, los creativos. Así mismo nos señala que, los estilos de enseñanza permiten al docente tener un bagaje de opciones metodológicas que les permitirá atender a la variedad de estudiantes que tiene en el aula. Si bien concuerdan en que el estilo de enseñanza individualizado es importante para la ejecución de sesiones de aprendizaje, también podemos manifestar que difieren en el sentido de la utilización de una variedad de estilos favorece al docente para que puedan tener un conjunto de técnicas y poder desarrollar en sus estudiantes sus competencias.

De la misma manera se percibe que el 76% de alumnos muestran un nivel alto de progreso del estilo de enseñanza cognitivo, entre tanto el 6% aparecen en un nivel bajo de avance de este estilo. Ante estos resultados se infiere que el estilo cognitivo es el de mayor preferencia, ya que el docente al aplicarlo en sus clases y a partir de la generación de un conflicto cognitivo logra la participación activa de los estudiantes, desde la planificación, ejecución y evaluación, permitiendo en ellos la investigación, el ensayo motriz y la reflexión. Ayuso (2018) por su parte indica que el estilo de enseñanza activos y centrados en el alumno se relaciona con un estado motivacional más adecuado, la aceptación y la satisfacción hacia la asignatura y el impulso de la intención de práctica motriz de forma regular. También fue probada su efectividad en la enseñanza de contenidos deportivos y de anatomía muscular. Se puede deducir que ambos concuerdan ya que las investigaciones están centradas en el conocimiento del estudiante lo que permitirá su participación activa desde el inicio al realizar indagaciones, experimentaciones motrices y toma de decisiones para lograr la meta propuesta.

En las Instituciones escolares se cuentan con personal docente calificado, con especialidad en cultura física, ellos tienen dominio en diversos estilos de enseñanza, estrategias y técnicas para lograr el desarrollo de las habilidades y destrezas en los estudiantes, sin embargo, esto no es suficiente, también se hace urgente la

implementación de equipos, materiales y recursos deportivos adecuados para elevar el nivel de las actividades de aprendizaje y despertar el interés de los participantes en la práctica de rutinas planificadas, logrando así también, el desarrollo de competencias en los estudiantes. Los espacios físicos o infraestructura donde se desarrollan las actividades escolares deben estar en buen estado, debidamente acondicionado, iluminado, con sus señalizaciones correspondientes y protegidos de los rayos solares.

Se observó que, el 50% de alumnos presentan un nivel medio de realización de actividad física cardiovascular, en tanto el 10% de escolares muestran un nivel bajo de ejecución de actividad física cardiovascular, esto implica que la mayoría presenta poca práctica de ejercicios físicos poniendo en riesgo su salud quedando expuestos a enfermedades cardiovasculares como diabetes, hipertensión arterial, obesidad, entre otros. Al respecto Gallardo (2021) indica que la mayoría de los estudiantes se encontraban en inactividad física sugiriendo plantear nuevas estrategias para activarlos de manera teórica y práctica y adopten actitud positiva frente a la práctica de rutinas físicas lo que permitirá mejorar su estilo de vida. Por lo tanto, se puede entender que ambos resultados son similares ya que, un gran porcentaje de escolares no está habituados a realizar actividades cardiovasculares en su vida cotidiana. Así mismo se plantea un gran reto al docente que tiene que generar estrategias, considerando las características y condiciones físicas del grupo al que atiende para motivarlos y hacer un cambio en su vida para el bienestar de su salud.

De igual manera se evidencia que el 47% de los escolares presentan un nivel medio de ejecución de actividad física de fuerza y resistencia muscular, en tanto el 25% de los alumnos muestran un nivel bajo de ejecución de actividad física de fuerza y resistencia muscular. Estos resultados nos indican que la mayoría de ellos, practican de manera regular las actividades relacionadas a la fuerza y resistencia muscular; en la escuela participan en rutinas para desarrollar la fuerza de brazos y piernas mayormente. En su vida cotidiana desarrollan la fuerza al cargar, empujar o jalar un objeto. Por otro lado, Romero (2019), indica que los ejercicios físicos lograron alcanzar un nivel medio, repercutiendo en la mala salud de los educandos. Se concluyó también que hay semejanzas notorias entre las acciones físicas y rendimiento escolar; así

como entre las actividades físicas en su vida cotidiana tienen relación media. Por lo tanto, podemos decir que ambas investigaciones son concordantes porque presentan resultados similares y se evidencia en el estado de salud, actitud positiva y logros de aprendizaje que muestran los estudiantes en su vida escolar, personal y familiar.

Por otro lado, se nota que el 69% de escolares presentan un nivel alto de realización de actividad física de flexibilidad, en tanto el 7% muestran un nivel bajo. Lo que hace notar que la mayoría muestra preferencia por la realización de ejercicios de estiramiento, elasticidad, flexión y extensión de las articulaciones. Esta será posible o no, dependiendo de factores genéticos y de biotipo que tiene cada persona como la elasticidad muscular, tipos de huesos, articulaciones o masa muscular, también variará de acuerdo al sexo, edad o estilo de vida. Castañeda & Zagalaz (2018), indica que un 48% de participantes quienes practicaban al menos una vez por semana alguna actividad física con el objetivo de cuidar la salud, indistintamente de la edad. Se puede decir entonces, que ambas concuerdan en que los estudiantes realizan rutinas de ejercicios en forma permanente. Esto favorece óptimamente en su estilo de vida evitando así, deformaciones óseas, a padecer luxaciones y esguinces.

Finalmente, el 38% de alumnos presentan un nivel medio de realización de actividad física de coordinación, en tanto el 24% de escolares muestran un nivel alto en la práctica de las mismas. Se puede observar que la mayoría de estudiantes no realiza estas actividades, perjudicando así su desarrollo motor y de aprendizaje, ya que es una cualidad neuromuscular. Por su parte Gómez (2020) da como resultado significatividad diferenciada de la actividad física con relación a su género. Los mismos muestran alto grado de satisfacción a las necesidades psicológicas básicas; también como al tomar clases de deporte formativo produce en ellos sensaciones de fracaso, poca autonomía y escasa motivación. Ante ello se puede decir que ambos estudios se contraponen ya que por un lado los estudiantes no han incorporado a su quehacer deportivo la realización de ejercicios de coordinación y en el otro si se observa la preferencia incluso son conscientes que esto beneficia considerablemente en su salud física y mental. Estudios científicos recientes, muestran que la práctica de la actividad física brinda muchos beneficios a la salud del ser humano. Siendo la inactividad una

gran posibilidad de poner en riesgo el equilibrio corporal. Los adolescentes en la actualidad son sedentarios, por el uso excesivo de la tecnología, esto hace que sean propensos a enfermedades y variaciones en su personalidad como la hipertensión arterial, obesidad, problemas psicomotores, óseos, entre otros. La OMS (2020) menciona que es imprescindible la práctica de la actividad física en los estudiantes de educación básica regular, las cuales deben ser ejecutados con estrategias que despierten su interés y trascienda a su estilo de vida, ya que con ello logrará mejorar la funcionalidad de sus órganos, elevar sus capacidades y destrezas corporales psíquicas y sociales.

## VI. CONCLUSIONES

**Primera:** los resultados indican que el estilo predominante relacionados a la actividad física es el estilo participativo ya que la significatividad percibida es 0.05. corroborado en la prueba de hipótesis donde el estilo en mención muestra un coeficiente mayor ( $B=0.335$ ) con relación a la actividad física de los estudiantes. También muestra un odds ratio de ( $\text{Exp}(B)$ ) = 1.398, lo que señala estar en riesgo y que cabe la posibilidad de que un estudiante presente un nivel inferior al momento de realizar su actividad.

**Segunda:** En el análisis estadístico descriptivo con relación al indicador predominante dentro del estilo dirigido es la de asignación de tareas ya que muestra un coeficiente superior ejerciendo un mayor peso en las actividades físicas de los escolares. Tiene un odds ratio ( $\text{Exp}(B)$ ) = 1.480, lo que señala que se encuentra en riesgo ya que un estudiante tiene 1.480 veces de posibilidad de presentar un nivel menor de realización de actividades físicas.

**Tercera:** La descripción de resultados estadísticos en relación al indicador predominante dentro del estilo de enseñanza participativo es la enseñanza recíproca ( $B = 0.380$ ) muestra superior coeficiente de modo que ejerce mayor peso relacionado a la actividad física, obteniendo un odds ratio ( $\text{Exp}(B)$ ) = 1.463, esto indica que está en riesgo ya que un estudiante tiene es cantidad de posibilidad de presentar un nivel bajo al realizar una tarea física.

**Cuarta:** Los resultados descriptivos estadísticos muestran que el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza que promueve la individualización son los programas individuales cuya significancia obtuvo un valor superior a 0.05.

**Quinta:** La descripción de los resultados estadísticos relacionado al indicador predominante dentro del estilo de enseñanza cognitivo es el descubrimiento guiado con un valor e  $B= 0.332$  mostrando de esta manera una cifra superior lo que indica el mayor peso que tiene en la actividad física, de la misma manera tiene un odds ratio ( $\text{Exp}(B)$ ) = 1.394, significa que es un indicador de riesgo, ya que es la cantidad de veces en que un estudiante puede mostrar un nivel bajo al momento de ejecutar una acción.



## **VII. RECOMENDACIONES**

### **Primero:**

Se recomienda a los docentes de educación física priorizar el estilo participativo en el desarrollo de sus sesiones, tomando como base la enseñanza recíproca, ya que permite a los estudiantes desarrollar su autonomía, reflexión y habilidades sociales para realizar trabajo colaborativo.

### **Segundo:**

Se recomienda a los directivos de la Institución educativa gestionar con los aliados estratégicos para implementar y mejorar los materiales educativos, la infraestructura y los servicios escolares y así brindar una educación de calidad.

### **Tercera:**

Se recomienda a la comunidad educativa insertar en los instrumentos de gestión proyectos innovadores que evidencien la importancia de utilizar diferentes estilos de enseñanza para motivar a los estudiantes a practicar actividad física.

### **Cuarta:**

Los docentes del área de Educación Física deben participar de manera continua en capacitaciones y actualizaciones en temas relacionados a metodología y estrategias educativas para optimizar los procesos de enseñanza y brindar una educación acorde a los tiempos actuales.

### **Quinta:**

Los docentes del área de educación física deben programar diversas actividades durante el año lectivo, que permitan a la comunidad educativa practicar actividades físicas donde promuevan hábitos saludables y mejoren su calidad de vida.

## REFERENCIAS

Álvarez, C. (2020). Metodología de la investigación científica. (9ª edición). Editorial Klen

Zagalaz, J. C., & Giráldez, V. A. (2022). *Educación Física infantil. Aplicación práctica desde la evidencia científica*. [Artículo científico] Ediciones Morata.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=1233286>

Ayuso, (2018). Beneficios de los estilos de enseñanza y las metodologías centradas en el alumno en educación física. [Artículo científico] *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 13(3), 237-250.  
[https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Beneficios+de+los+estilos+de+ense%C3%B1anza+y+las+metodolog%C3%ADas+centradas+en+el+alumno+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica.+%28Art%C3%ADculo+cient%C3%ADfico%29+E-balonmano.+&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Beneficios+de+los+estilos+de+ense%C3%B1anza+y+las+metodolog%C3%ADas+centradas+en+el+alumno+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica.+%28Art%C3%ADculo+cient%C3%ADfico%29+E-balonmano.+&btnG=)

Aznar, S. & Webster, T. (2009) *Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia: Guía para todas las personas que participan en su educación*. Editorial Ministerio de Educación. España  
[https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Actividad+F%C3%ADsica+y+Salud+en+la+Infancia+y+la+Adolescencia.+Espa%C3%B1a.&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Actividad+F%C3%ADsica+y+Salud+en+la+Infancia+y+la+Adolescencia.+Espa%C3%B1a.&btnG=)

Burbano, P. y Basante, M. (2021). Estilos de enseñanza: un estudio descriptivo desde la práctica docente. [Artículo científico] *Revista Cátedra*. Ecuador. 4(1), 18-34.  
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/22594>

Cabello, C. (2018) Actividad física y calidad de vida en estudiantes de V ciclo de primaria, Institución Educativa, "Antonio Raimondi" San Juan de Miraflores 2018. [Tesis de maestría] Universidad César Vallejo. Lima, Perú. Perú.

Uribe, C., & Mart, C. H. (2010). Jerome Bruner: dos teorías cognitivas, dos formas de significar, dos enfoques para la enseñanza de la ciencia. [Artículo científico] Universidad Simón Bolívar Barranquilla, *Psicogente*, 13(24).  
<https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552357008.pdf>

Cañizares, J. & Carbonero, C. (2018) Temario resumido: Capacidades físicas básicas, su evolución y factores que influyen en su desarrollo. [Artículo científico] *Temario resumido de oposiciones de Educación Física (LOMCE): Acceso al cuerpo de maestros*.  
[https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=\\_HNJDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA61&dq=Temario+resumido:+Capacidades+f%C3%A1sicas+b%C3%A1sicas,+su+evoluci%C3%A3n+y+factores+que+influyen+en+su+desarrollo.](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=_HNJDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA61&dq=Temario+resumido:+Capacidades+f%C3%A1sicas+b%C3%A1sicas,+su+evoluci%C3%A3n+y+factores+que+influyen+en+su+desarrollo.)

Corrales & Espada ( 2022 ). Motivación y percepción del alumnado en los estilos de enseñanza mando directo y resolución de problemas en educación física, España. [Artículo científico] *Revista Electrónica Educare*, 26(3), 1734.  
[https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Motiaci%C3%B3n+y+percepci%C3%B3n+del+alumnado+en++los+estilos+de+ense%C3%B1anza+mando+directo+y+resoluci%C3%B3n+de+problemas+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica.+Espa%C3%B1a.&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Motiaci%C3%B3n+y+percepci%C3%B3n+del+alumnado+en++los+estilos+de+ense%C3%B1anza+mando+directo+y+resoluci%C3%B3n+de+problemas+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica.+Espa%C3%B1a.&btnG=)

Castañeda, C. & Zagalaz, L. (2018). Motivos hacia la práctica de actividad física de los estudiantes universitarios sevillanos. [Artículo científico] España. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 13(1), 79-89.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311153534008>

Chasi, D. (2022). Consideraciones sobre el entrenamiento de la resistencia a través de actividades físicas rítmicas. Perú. [Artículo científico] *Ciencia y Deporte*, 7(1), 30-44.

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-17732022000100030](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-17732022000100030)

Izquierdo, G. M. (2015). Informantes y muestreo en investigación cualitativa. *Investigaciones andina*, 17(30), 1148-1150. *Andina*, vol. 17, núm. 30, abril-septiembre, 2015, Fundación Universitaria del Área Andina Pereira, Colombia

Confederación Interamericana de Educación Católica (09 de agosto de 2019).

<http://www.ciec.edu.co/wp-content/uploads/2016/08/84.-LA-GESTIO%CC%81N-EDUCATIVA.-CONCEPTOS-FUNDAMENTALES.pdf>

Corrales, A. & Espada, M. (2022) Motivación y percepción del alumnado en los estilos de enseñanza mando directo y resolución de problemas en educación física. *Revista Electrónica Educare*, 26(3), 17-34.

[https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-42582022000300017&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-42582022000300017&script=sci_arttext)

- Delgado, (2015).. Los estilos de enseñanza de la Educación Física y el Deporte a través de 40 años de vida profesional. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (28), 240-247.  
[https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Los+Estilos+de+Ense%C3%B1anza+de+la+Educaci%C3%B3n+F%C3%ADsica+y++++el+Deporte+a+trav%C3%A9s+de+40+a%C3%B1os+de+vida+profesional.+Retos%3A+nuevas+tendencias+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica%2C+deporte+y+recreaci%C3%B3n.&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Los+Estilos+de+Ense%C3%B1anza+de+la+Educaci%C3%B3n+F%C3%ADsica+y++++el+Deporte+a+trav%C3%A9s+de+40+a%C3%B1os+de+vida+profesional.+Retos%3A+nuevas+tendencias+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica%2C+deporte+y+recreaci%C3%B3n.&btnG=)
- Delgado-Noguera, M.A. (1991). Los estilos de enseñanza en la Educación Física: propuesta para una reforma de la enseñanza. Granada: Universidad de Granada. *ICE de la Universidad de Granada*.
- Gallardo, A. M., Fuentes, L. A., Oré, H. S. y Blas, K. (2021). Actitud hacia la actividad física y deporte en los estudiantes de tecnología médica de la Universidad Peruana Cayetano Heredia durante la pandemia por COVID 19. Lima, Perú. Universidad Peruana Cayetano Heredia.  
[https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9677/Actitud\\_GallardoQuintana\\_Abby.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9677/Actitud_GallardoQuintana_Abby.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Gómez, M., Sánchez, D. y Libisa, A. (2020). Actividad física en tiempo libre en estudiantes universitarios colombianos. *Revista de la Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física FEADEF*. (37), 181-189.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7243266.pdf>
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education, Año de edición: 2018, ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.

- Horta, M. (2021). Análisis de la evolución de las manifestaciones de la fuerza muscular a lo largo del periodo de crecimiento en una población infantil y adolescente de la ciudad de Hermosillo. México.  
(Tesis Doctoral dissertation, Universidad de León).
- Lebrero-Casanova, I., Almagro, B. J., & Sáenz-López, P. (2019). Estilos de enseñanza participativos en las clases de Educación Física y su influencia sobre diferentes aspectos psicológicos. [Artículo científico] *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 12(25), 30-39.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7080240let/articulo?codigo=7080240>
- López, L. (2010). Actividad física para la salud para ejecutivos y profesionales España. Editorial CIE.
- Loza. J. (2020). Estilos de enseñanza y rendimiento escolar en estudiantes de una institución educativa privada, Lima - 2020
- Mateos, M. E., & Pineño, P. J. (2020). Identificación de los estilos de enseñanza preferidos por los docentes de Educación Física en Educación Secundaria. [Artículo científico] *Revista de estilos de Aprendizaje*, 13(25), 167-182.  
[https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Identificaci%C3%B3n+de+los+estilos+de+ense%C3%B1anza+++++preferidos+por+los+docentes+de+Educaci%C3%B3n+F%C3%ADsica+](https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Identificaci%C3%B3n+de+los+estilos+de+ense%C3%B1anza+++++preferidos+por+los+docentes+de+Educaci%C3%B3n+F%C3%ADsica+)
- MINEDU. (2010). Orientaciones para el trabajo pedagógico. Área de Educación Física. Perú. 65 . Corporación Navarrete S.A.  
[http://www.minedu.gob.pe/minedu/archivos/a/002/03-bibliografia paraebr/3-otpefisica2010.pdf](http://www.minedu.gob.pe/minedu/archivos/a/002/03-bibliografia%20para%20ebr/3-otpefisica2010.pdf)

Negro, D. & Cuervo, N. (2020) Evaluación de la fuerza muscular en niños: una revisión de la literatura. [Artículo científico] *Archivos de Medicina (Col)*, 20(2), 449-460.

<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/09/1118901/16-revi-evaluacion-de-la-fuerza-muscular.pdf>

OMS, (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. Ginebra. [Artículo científico].: *informe del Director General* (No. A71/18). Organización Mundial de la Salud.  
[https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_recommendations/es/](https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/)

(OMS). (2018). Consultada en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/es/>  
La Organización Mundial de la Salud--Libro digital (2013) (p.1):  
<https://issuu.com/m02momua/docs/elsedentarismo> Ley, V; Aragonés, M.

OMS, (2020). Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: De un vistazo. Ginebra, Inglaterra.  
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337004/9789240014817-spa.pdf>

OMS (2020). Actividad física. Ginebra, Inglaterra. [Artículo científico]. Recuperado de:  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

OMS (2021). Directrices sobre actividad física y comportamientos sedentarios

Piquer C. M. (2020). Frecuencia de utilización y aceptación de estilos de enseñanza en educación física. *Athlos: Revista internacional de ciencias sociales de la actividad física, el juego y el deporte*, (9), 44-63.

Rodríguez, A. y Tarazona, A. F. (2020). Disfrute de la actividad física y autoeficacia en el rendimiento escolar en estudiantes de 11 a 17 años de instituciones

educativas de Lima. Perú. [Tesis]. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.

[https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/652158/Rodríguez\\_SP.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/652158/Rodríguez_SP.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

Romero, C. M. (2019). Las actividades físicas y el rendimiento cognitivo de los estudiantes de la Escuela de Educación Física - UNJFSC - Huacho. Lima. Perú. [Tesis del grado de maestro]. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/3715/TESIS%20P%20OSGRADO.pdf?sequence=1>

Romero, N., Romero, O., & González, A. (2021). Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación. *Actividad física y funciones cognitivas en personas mayores, Retos*, [Artículo científico]. 39, 1017-1023. [https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=+nuevas+tendencias+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica%2C+deporte+y+recreaci%C3%B3n&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=+nuevas+tendencias+en+educaci%C3%B3n+f%C3%ADsica%2C+deporte+y+recreaci%C3%B3n&btnG=)

Sáez, G. (2019). Relación entre estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes universitarios (caso de estudio: universidad uniciencia de la ciudad de Bucaramanga del año 2019). <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2228/Saez-Abello-Guillermo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Tech Universidad Tecnológica. (2022). Estilos de enseñanza y aprendizaje (artículo científico). Perú. <https://www.techtitute.com/pe/geografia-historia/blog/estilos-de-ensenanza-y-aprendizaje>

Vasconez, C. & Ortiz, B. (2017). El calentamiento desde el punto de vista pedagógico y fisiológico. [Artículo científico]. *Lecturas: educación física y deportes*, 22(230), 1-5.



<https://www.efdeportes.com/efd230/el-calentamiento-pedagogico-y-fisiologico.htm>

Velázquez, C. y Molina, (2021). Consideraciones sobre el entrenamiento de la resistencia a través de actividades físicas rítmicas. [Artículo científico]. *Ciencia y Deporte*, 7(1), 30-44.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S222317732022000100030&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S222317732022000100030&script=sci_arttext).

Vidarte, (2011). Actividad física: Estrategia de promoción de la salud. [Artículo científico]. *Hacia la Promoción de la Salud*, 16 (1), 202-218.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772011000100015&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772011000100015&script=sci_arttext)

Zagalaz, J. C., & Giráldez, V. A. (2022). *Educación Física infantil. Aplicación práctica desde la evidencia científica*. [Artículo científico] Ediciones Morata.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=1233286>

Zamarripa, J. & Ruiz, F. (2014) Frecuencia, duración, intensidad y niveles de actividad física durante el tiempo libre en la población adulta de monterrey. México. [Artículo científico]. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 7(14), 1. Espiral. Cuadernos del profesorado, ISSN- e 1988-7701, Vol. 7, Nº. 14, 2014  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4993671>

## **ANEXOS**

## MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable: ESTILOS DE ENSEÑANZA

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Nivel y Rango
<b>Estilos dirigidos.</b>	Instrucción directa	1.El docente realiza una tarea y solicita que lo imiten	Siempre (1)  A veces (2),  Nunca (3),	Se establece según baremos de la investigación.
		2.El docente explica lo que se tiene que aprender		
		3..Al inicio de la clase el docente da la información		
	Asignación de tareas	4.El docente reúne a los estudiantes y explica o demuestra la tarea		
		5.El docente organiza a los estudiantes en forma individual, parejas, tríos o grupos		
		6.El docente observa el trabajo de los estudiantes, hace comentarios o correcciones necesarias.		
<b>Estilos participativos</b>	Enseñanza recíproca	7.El docente organiza a los estudiantes por parejas o tríos para que realicen la tarea propuesta		
		8.El profesor va explicando cada una de las tareas y se centra en observar y realizar las correcciones		
		9.El docente está orientado a dedicar mayor tiempo a la labor de corrección.		
	Enseñanza en pequeños grupos	10. El docente organiza la practica con grupos de más de dos estudiantes		
		11.El docente comunica el inicio de la practica		
		12.El docente orienta y corrige las tareas propuestas		
<b>Estilos que promuevan la individualización</b>	Programas individuales	13.El docente establece el programa que debe seguir el estudiante		
		14.El docente elabora una hoja de observación y descripción de tareas que se debe efectuar		
		15.Durante la clase el docente motiva a los estudiantes de manera permanente		
	El trabajo por grupos	16.El docente realiza una evaluación inicial para determinar los niveles o grados de aptitud de los estudiantes		
		17.El docente elabora hojas de tareas para los diferentes grupos		
		18.El docente organiza la clase en diferentes grupos , luego distribuye las hojas de tareas		
<b>Estilos cognitivos</b>	El descubrimiento guiado	19..El docente selecciona y define claramente lo que los estudiantes aprenderán		
		20.El docente proporciona indicios mediante la preguntas		
		21.El docente evalúa de manera inmediata., a medida que el estudiante va dando las respuestas		
	Resolución de problemas	22..El docente estimula la creatividad del estudiante		
		23.E docente plantea problemas significativos de acuerdo a los intereses de los estudiantes		
		24.El docente dedica un tiempo a la reflexión y aclaración del tema		

Fuente: Elaboración propia

## MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable: ACTIVIDAD FÍSICA

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Nivel y rango
Actividades cardiovasculares (aeróbicas)	La resistencia cardiovascular	1. Camino durante 30 minutos 5 veces por semana	Siempre (1)  A veces (2)  Nunca (3)	Se establece según baremos de la investigación.
		2. Practico carreras de 80 metros sin detenerme		
		3. Me desplazo manejando bicicleta		
	La intensidad de la actividad	4. Subo y bajo escaleras		
		5. Barre el patio de su casa		
		6. Camino transportando objetos		
Actividades de fuerza y resistencia muscular.	Complejidad de la actividad	7. Realizo carreras con obstáculos		
		8. Realizo carreras de velocidad		
		9. Realizo carreras de resistencia		
	La fuerza muscular	10. Levanto pesas de manera periódica		
		11. Riego las plantas con un balde		
		12. Transporte bolsas de la compra de mucho peso		
Actividades de flexibilidad	Activación corporal	13. Realizo el calentamiento antes de la actividad física		
		14. Realizo el calentamiento antes de la actividad deportiva		
		15. Realizo el calentamiento antes de la actividad recreativa		
	La elasticidad muscular	16. Practico estiramientos después de los ejercicios		
		17. Realizo flexión y extensión de las rodillas en la activación corporal		
		18. Realizo flexión y extensión de los codos en el calentamiento		
Actividades de coordinación	Actividades rítmicas	19. Utilizo la cuerda para realizar saltos continuas		
		20. Bailo durante 15 minutos con ritmos rápidos		
		21. Bailo cuando escucho música con ritmos lentos.		
	Actividades relacionadas con la coordinación óculo manual y óculo pedal.	22. Me desplazo lanzando y recibiendo el balón basquetbol		
		23. Realizo patadas al balón de futbol		
		24. Me desplazo saltando la cuerda corta		

Fuente: Elaboración propia.

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título de la Investigación: Estilos de enseñanza y la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – Educación Secundaria- 2023

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLES E INDICADORES				
			Variable1: Estilos de enseñanza				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escalas valores	Niveles o rangos
<p><b>Problema General</b> 1. ¿Cuál es el estilo de enseñanza predominante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023</p> <p><b>Problema específico</b> ¿Cuál es el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza dirigido relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 “Matsu Utsumi” – educación secundaria- 2023</p>	<p><b>Objetivo General</b> Determinar el estilo de enseñanza predominante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023</p> <p><b>Objetivo específico</b> Establecer el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza dirigido relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023</p>	<p><b>Hipótesis General</b> El estilo de enseñanza predominante relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 “Matsu Utsumi” – educación secundaria- 2023, es el dirigido.</p> <p><b>Hipótesis Específico</b> El indicador predominante dentro del estilo de enseñanza dirigido relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. N° 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023, es la asignación de tareas-</p>	<p>Estilos dirigidos</p> <p>Estilos participativos</p> <p>Estilos que promuevan la individualización</p> <p>Estilos cognitivos</p>	<p>Instrucción directa</p> <p>Asignación de tareas</p> <p>Enseñanza recíproca</p> <p>Enseñanza en pequeños grupos</p> <p>Programas individuales</p> <p>El trabajo por grupos</p> <p>El descubrimiento guiado</p> <p>Resolución de problemas</p>	<p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p>	<p>Siempre (1)</p> <p>A veces (2),</p> <p>Nunca (3),</p>	<p>Se establece según baremos de la investigación</p>

<p>¿Cuál es el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza participativo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. Nº 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria-2023</p>	<p>Establecer el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza participativo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. Nº 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria-2023</p>	<p>El indicador predominante dentro del estilo de enseñanza participativo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. Nº 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023, es la enseñanza recíproca.</p>					
<p>¿Cuál es el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza que promueve la individualización relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. Nº 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria-2023</p>	<p>Establecer el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza que promueve la individualización relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. Nº 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria-2023</p>	<p>El indicador predominante dentro del estilo de enseñanza que promueve la individualización relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. Nº 7233 “Matsu Utsumi” – educación secundaria- 2023, son los programas individuales.</p>					
<p>¿Cuál es el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza cognitivo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. Nº 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria-2023</p>	<p>Establecer el indicador predominante dentro del estilo de enseñanza cognitivo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E. Nº 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria-2023</p>	<p>El indicador predominante dentro del estilo de enseñanza cognitivo relacionado a la actividad física de estudiantes de la I.E.</p>					

		Nº 7233 Matsu Utsumi – educación secundaria- 2023, es el descubrimiento guiado					
			<b>VARIABLES E INDICADORES</b>				
			Variable 2: Actividad física				
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala valores</b>	<b>Niveles o rangos</b>
			Actividades cardiovasculares (aeróbicas)	La resistencia cardiovascular	3		Se establece según baremos de la investigación
				La intensidad de la actividad.	3		
			Actividades de fuerza y resistencia muscular.	Complejidad de la actividad,	3		
				La fuerza muscular	3	Siempre (1)	
			Actividades de flexibilidad	Activación corporal	3	A veces (2),	
				La elasticidad Muscular	3	Nunca (3),	
			Actividades de coordinación	Actividades rítmicas Aactividades relacionadas con la coordinación óculo manual y óculo pedal.	3  3		

## CUESTIONARIO QUE MIDE LA VARIABLE 1: Estilos de enseñanza

**INSTRUCCIONES.** - Estimados y estimadas estudiantes, este es un cuestionario que sirve para saber su percepción sobre los estilos de enseñanza, haciendo una valoración entre 1 a 3, donde 1 es el grado más alto y 3 el más bajo. Le agradezco su apoyo, que servirá para desarrollar un trabajo de investigación.

Nº	Ítems	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
	<b>Dimensión 1: Estilos dirigidos</b>			
01	El docente realiza una tarea y solicita que lo imiten			
02	El docente explica lo que se tiene que aprender			
03	Al inicio de la clase el docente da la información			
04	El docente reúne a los estudiantes y explica o demuestra la tarea			
05	El docente organiza a los estudiantes en forma individual, parejas, tríos o grupos			
06	El docente observa el trabajo de los estudiantes, hace comentarios o correcciones necesarias.			
	<b>Dimensión 2: Estilos participativos</b>			
07	El docente organiza a los estudiantes por parejas o tríos para que realicen la tarea propuesta			
08	El profesor va explicando cada una de las tareas y se centra en observar y realizar las correcciones			
09	El docente está orientado a dedicar mayor tiempo a la labor de corrección.			
10	El docente organiza la practica con grupos de más de dos estudiantes			
11	El docente comunica el inicio de la practica			
12	El docente orienta y corrige las tareas propuestas			
	<b>Dimensión 3: Estilos que promuevan la individualización.</b>			
13	El docente establece el programa que debe seguir el estudiante			
14	El docente elabora una hoja de observación y descripción de tareas que se debe efectuar			
15	Durante la clase el docente motiva a los estudiantes de manera permanente			
16	El docente realiza una evaluación inicial para determinar los niveles o grados de aptitud de los estudiantes			
17	El docente elabora hojas de tareas para los diferentes grupos			
18	El docente organiza la clase en diferentes grupos , luego distribuye las hojas de tareas			
	<b>Dimensión 4: Estilos cognitivos</b>			
19	El docente selecciona y define claramente lo que los estudiantes aprenderán			
20	.El docente proporciona indicios mediante la preguntas			
21	El docente evalúa de manera inmediata., a medida que el estudiante va dando las respuestas			
22	El docente estimula la creatividad del estudiante			
23	El docente plantea problemas significativos de acuerdo a los intereses de los estudiantes			
24	El docente dedica un tiempo a la reflexión y aclaración del tema			

### **LEYENDA**

Siempre 1

A veces 2

Nunca 3



## CUESTIONARIO QUE MIDE LA VARIABLE 2: Actividades físicas

**INSTRUCCIONES.** - Estimados y estimadas estudiantes, este es un cuestionario que sirve para saber su percepción sobre la actividad física haciendo una valoración entre 1 a 3, donde 1 es el grado más alto y 3 el más bajo. Le agradezco su apoyo, que servirá para desarrollar un trabajo de investigación.

Nº	Ítems	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
	<b>Dimensión 1: Actividades cardiovasculares (aeróbicas)</b>			
01	Camino durante 30 minutos 5 veces por semana			
02	Practico multisaltos sin detenerme			
03	Me desplazo manejando bicicleta			
04	Subo y bajo escaleras			
05	Barre el patio de su casa			
06	Camino transportando objetos			
	<b>Dimensión 2: Actividades de fuerza y resistencia muscular</b>			
07	Realizo carreras con obstáculos			
08	Realizo carreras de velocidad			
09	Realizo carreras de resistencia			
10	Levanto pesas de manera periódica			
11	Riego las plantas con un balde			
12	Transporto las bolsas de la compra de mucho peso			
	<b>Dimensión 3: Actividades de flexibilidad</b>			
13	Realizo el calentamiento antes de la actividad física			
14	Realizo el calentamiento antes de la actividad deportiva			
15	Realizo el calentamiento antes de la actividad recreativa			
16	Practico estiramientos después de los ejercicios			
17	Realizo flexión y extensión de las rodillas en la activación corporal			
18	Realizo flexión y extensión de los codos en el calentamiento			
	<b>Dimensión 4: Actividades de coordinación</b>			
19	Utilizo la cuerda para realizar saltos continuos			
20	Bailo durante 15 minutos con ritmos rápidos			
21	Bailo cuando escucho música con ritmos lentos			
22	Me desplazo lanzando y recibiendo el balón de basquetbol			
23	Realizo patadas al balón de futbol			
24	Me desplazo saltando la cuerda corta			

### **LEYENDA**

Siempre 1

A veces 2

Nunca 3



ESCUELA DE POSGRADO

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LOS ESTILOS DE ENSEÑANZA

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión 1: Estilos dirigidos</b>								
1	El docente realiza una tarea y solicita que lo imiten	✓		✓		✓		
2	El docente explica lo que se tiene que aprender	✓		✓		✓		
3	Al inicio de la clase el docente da la información	✓		✓		✓		
4	El docente reúne a los estudiantes y explica o demuestra la tarea	✓		✓		✓		
5	El docente organiza a los estudiantes en forma individual, parejas, tríos o grupos	✓		✓		✓		
6	El docente observa el trabajo de los estudiantes, hace comentarios o correcciones necesarias	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 2: Estilos participativos</b>								
7	El docente organiza a los estudiantes por parejas o tríos para que realicen la tarea propuesta	✓		✓		✓		
8	El profesor va explicando cada una de las tareas y se centra en observar y realizar las correcciones	✓		✓		✓		
9	El docente está orientado a dedicar mayor tiempo a la labor de corrección	✓		✓		✓		
10	El docente organiza la práctica con grupos de más de dos estudiantes	✓		✓		✓		
11	El docente comunica el inicio de la práctica	✓		✓		✓		
12	El docente orienta y corrige las tareas propuestas	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 3: Estilos que promuevan la individualización.</b>								
13	El docente establece el programa que debe seguir el estudiante	✓		✓		✓		
14	El docente elabora una hoja de observación y descripción de tareas que se debe efectuar	✓		✓		✓		
15	Durante la clase el docente motiva a los estudiantes de manera permanente	✓		✓		✓		
16	El docente realiza una evaluación inicial para determinar los niveles de aptitud de los estudiantes	✓		✓		✓		
17	El docente elabora hojas de tareas para los diferentes grupos	✓		✓		✓		
18	El docente organiza la clase en diferentes grupos, luego distribuye las hojas de tareas	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 4: Estilos cognitivos</b>								
19	El docente selecciona y define claramente lo que los estudiantes aprenderán	✓		✓		✓		
20	El docente proporciona indicios mediante las preguntas	✓		✓		✓		
21	El docente evalúa de manera inmediata, a medida que el estudiante va dando las respuestas	✓		✓		✓		
22	El docente estimula la creatividad del estudiante	✓		✓		✓		
23	El docente plantea problemas significativos de acuerdo a los intereses de los estudiantes	✓		✓		✓		
24	El docente dedica un tiempo a la reflexión y aclaración del tema	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA

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

Apellidos y nombres del juez validador, Dni Mg: JULIA ANXISION GARCIA MARTINEZ ..... DNI: 08878864 .....

Especialidad del validador: Mg. EN ADMINISTRACION DE LA EDUCACION .....

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto técnico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.  
Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

...05... de MAY del 202...<sup>3</sup>  
  
Firma del Experto Informante.



ESCUELA DE POSTGRADO

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Nº	DIMENSIONES / Items	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión 1: Actividades cardiovasculares (aeróbicas)</b>		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Camino durante 30 minutos 5 veces por semana	✓		✓		✓		
2	Practico multisaltos sin detenerme	✓		✓		✓		
3	Me desplazo manejando bicicleta	✓		✓		✓		
4	Subo y bajo escaleras	✓		✓		✓		
5	Barre el patio de su casa	✓		✓		✓		
6	Camino transportando objetos	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 2: Actividades de fuerza y resistencia muscular</b>		Si	No	Si	No	Si	No	
7	Realizo carreras con obstáculos	✓		✓		✓		
8	Realizo carreras de velocidad	✓		✓		✓		
9	Realizo carreras de resistencia	✓		✓		✓		
10	Levanto pesas de manera periódica	✓		✓		✓		
11	Riego las plantas con un balde	✓		✓		✓		
12	Transporto las bolsas de la compra de mucho peso	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 3: Actividades de flexibilidad</b>		Si	No	Si	No	Si	No	
13	Realizo el calentamiento antes de la actividad física	✓		✓		✓		
14	Realizo el calentamiento antes de la actividad deportiva	✓		✓		✓		
15	Realizo el calentamiento antes de la actividad recreativa	✓		✓		✓		
16	Practico estiramientos después de los ejercicios	✓		✓		✓		
17	Realizo flexión y extensión de las rodillas en la activación corporal	✓		✓		✓		
18	Realizo flexión y extensión de los codos en el calentamiento	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 4: Actividades de coordinación</b>		Si	No	Si	No	Si	No	
19	Utilizo la cuerda para realizar saltos continuos	✓		✓		✓		
20	Bailo durante 15 minutos con ritmos rápidos	✓		✓		✓		
21	Bailo cuando escucho música con ritmos lentos	✓		✓		✓		
22	Me desplazo lanzando y recibiendo el balón de basketbol	✓		✓		✓		
23	Realizo patadas al balón de futbol	✓		✓		✓		
24	Me desplazo saltando la cuerda corta	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA

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

Apellidos y nombres del juez validador: Dr Mg: ...JHWA... ADVINSON... CAMARRA... MARTINEZ... DNI: 08878864

Especialidad del validador: Mg... EN ADMINISTRACION DE LA EDUCACION

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

.D.S... de MAYA del 20.23

Firma del Experto Informante.



## CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LOS ESTILOS DE ENSEÑANZA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión 1: Estilos dirigidos</b>								
1	El docente realiza una tarea y solicita que lo imiten	✓		✓		✓		
2	El docente explica lo que se tiene que aprender	✓		✓		✓		
3	Al inicio de la clase el docente da la información	✓		✓		✓		
4	4.El docente reúne a los estudiantes y explica o demuestra la tarea	✓		✓		✓		
5	5.El docente organiza a los estudiantes en forma individual, parejas, tríos o grupos	✓		✓		✓		
6	6.El docente observa el trabajo de los estudiantes, hace comentarios o correcciones necesarias	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 2: Estilos participativos</b>		Si	No	Si	No	Si	No	
7	El docente organiza a los estudiantes por parejas o tríos para que realicen la tarea propuesta	✓		✓		✓		
8	El profesor va explicando cada una de las tareas y se centra en observar y realizar las correcciones	✓		✓		✓		
9	El docente está orientado a dedicar mayor tiempo a la labor de corrección.	✓		✓		✓		
10	El docente organiza la practica con grupos de más de dos estudiantes	✓		✓		✓		
11	El docente comunica el inicio de la practica	✓		✓		✓		
12	El docente orienta y corrige las tareas propuestas	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 3: Estilos que promuevan la individualización.</b>		Si	No	Si	No	Si	No	
13	13El docente establece el programa que debe seguir el estudiante	✓		✓		✓		
14	El docente elabora una hoja de observación y descripción de tareas que se debe efectuar	✓		✓		✓		
15	Durante la clase el docente motiva a los estudiantes de manera permanente	✓		✓		✓		
16	El docente realiza una evaluación inicial para determinar los niveles de aptitud de los estudiantes	✓		✓		✓		
17	El docente elabora hojas de tareas para los diferentes grupos	✓		✓		✓		
18	El docente organiza la clase en diferentes grupos, luego distribuye las hojas de tareas	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 4: Estilos cognitivos</b>		Si	No	Si	No	Si	No	
19	El docente selecciona y define claramente lo que los estudiantes aprenderán	✓		✓		✓		
20	El docente proporciona indicios mediante la pregunta	✓		✓		✓		
21	El docente evalúa de manera inmediata, a medida que el estudiante va dando las respuestas	✓		✓		✓		
22	El docente estimula la creatividad del estudiante	✓		✓		✓		
23	El docente plantea problemas significativos de acuerdo a los intereses de los estudiantes	✓		✓		✓		
24	El docente dedica un tiempo a la reflexión y aclaración del tema	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA.

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg: KATERINA MERCEDES LUNA ANDRADE ..... DNI. 07584057 .....

Especialidad del validador... Mg. En Administración de la Educación .....

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

...05 de Mayo del 2023



Firma del Experto Informante.

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión 1: Actividades cardiovasculares (aeróbicas)</b>								
1	Camino durante 30 minutos 5 veces por semana	✓		✓		✓		
2	Practico multisaltos sin detenerme	✓		✓		✓		
3	Me desplazo manejando bicicleta	✓		✓		✓		
4	Subo y bajo escaleras	✓		✓		✓		
5	Barre el patio de su casa	✓		✓		✓		
6	Camino transportando objetos	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 2: Actividades de fuerza y resistencia muscular</b>								
7	Realizo carreras con obstáculos	✓		✓		✓		
8	Realizo carreras de velocidad	✓		✓		✓		
9	Realizo carreras de resistencia	✓		✓		✓		
10	Levanto pesas de manera periódica	✓		✓		✓		
11	Riego las plantas con un balde	✓		✓		✓		
12	Transporto las bolsas de la compra de mucho peso	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 3: Actividades de flexibilidad</b>								
13	Realizo el calentamiento antes de la actividad física	✓		✓		✓		
14	Realizo el calentamiento antes de la actividad deportiva	✓		✓		✓		
15	Realizo el calentamiento antes de la actividad recreativa	✓		✓		✓		
16	Practico estiramientos después de los ejercicios	✓		✓		✓		
17	Realizo flexión y extensión de las rodillas en la activación corporal	✓		✓		✓		
18	Realizo flexión y extensión de los codos en el calentamiento	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 4: Actividades de coordinación</b>								
19	Utilizo la cuerda para realizar saltos continuos	✓		✓		✓		
20	Bailo durante 15 minutos con ritmos rápidos	✓		✓		✓		
21	Bailo cuando escucho música con ritmos lentos	✓		✓		✓		
22	Me desplazo lanzando y recibiendo el balón de basquetbol	✓		✓		✓		
23	Realizo patadas al balón de futbol	✓		✓		✓		
24	Me desplazo saltando la cuerda corta	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg: KATERINA MERCEDES LUNA ANDRADE..... DNI: 07584057.....

Especialidad del validador: Mg: EN ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN.....

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

...05 de Mayo del 2023.

  
Firma del Experto Informante.



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LOS ESTILOS DE ENSEÑANZA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión 1: Estilos dirigidos</b>								
1	El docente realiza una tarea y solicita que lo imiten	✓		✓		✓		
2	El docente explica lo que se tiene que aprender	✓		✓		✓		
3	Al inicio de la clase el docente da la información	✓		✓		✓		
4	El docente reúne a los estudiantes y explica o demuestra la tarea	✓		✓		✓		
5	El docente organiza a los estudiantes en forma individual, parejas, tríos o grupos	✓		✓		✓		
6	El docente observa el trabajo de los estudiantes, hace comentarios o correcciones necesarias	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 2: Estilos participativos</b>								
7	El docente organiza a los estudiantes por parejas o tríos para que realicen la tarea propuesta	✓		✓		✓		
8	El profesor va explicando cada una de las tareas y se centra en observar y realizar las correcciones	✓		✓		✓		
9	El docente está orientado a dedicar mayor tiempo a la labor de corrección.	✓		✓		✓		
10	El docente organiza la practica con grupos de más de dos estudiantes	✓		✓		✓		
11	El docente comunica el inicio de la practica	✓		✓		✓		
12	El docente orienta y corrige las tareas propuestas	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 3: Estilos que promuevan la individualización.</b>								
13	El docente establece el programa que debe seguir el estudiante	✓		✓		✓		
14	El docente elabora una hoja de observación y descripción de tareas que se debe efectuar	✓		✓		✓		
15	Durante la clase el docente motiva a los estudiantes de manera permanente	✓		✓		✓		
16	El docente realiza una evaluación inicial para determinar los niveles de aptitud de los estudiantes	✓		✓		✓		
17	El docente elabora hojas de tareas para los diferentes grupos	✓		✓		✓		
18	El docente organiza la clase en diferentes grupos, luego distribuye las hojas de tareas	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 4: Estilos cognitivos</b>								
19	El docente selecciona y define claramente lo que los estudiantes aprenderán	✓		✓		✓		
20	El docente proporciona indicios mediante la preguntas	✓		✓		✓		
21	El docente evalúa de manera inmediata, a medida que el estudiante va dando las respuestas	✓		✓		✓		
22	El docente estimula la creatividad del estudiante	✓		✓		✓		
23	El docente plantea problemas significativos de acuerdo a los intereses de los estudiantes	✓		✓		✓		
24	El docente dedica un tiempo a la reflexión y aclaración del tema	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: DEYSI OLGA AVILA RIVAS    DNI: 09418688

Especialidad del validador: EN DOCENCIA EN EDUCACION

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo  
**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

05 de mayo del 2023

[Firma]  
Firma del Experto Informante.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA ACTIVIDAD FÍSICA**

N°	DIMENSIONES / Items	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión 1: Actividades cardiovasculares (aeróbicas)</b>								
1	Camino durante 30 minutos 5 veces por semana	✓		✓		✓		
2	Practico multisaltos sin deteneme	✓		✓		✓		
3	Me desplazo manejando bicicleta	✓		✓		✓		
4	Subo y bajo escaleras	✓		✓		✓		
5	Barre el patio de su casa	✓		✓		✓		
6	Camino transportando objetos	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 2: Actividades de fuerza y resistencia muscular</b>								
7	Realizo carreras con obstáculos	✓		✓		✓		
8	Realizo carreras de velocidad	✓		✓		✓		
9	Realizo carreras de resistencia	✓		✓		✓		
10	Levanto pesas de manera periódica	✓		✓		✓		
11	Riego las plantas con un balde	✓		✓		✓		
12	Transporto las bolsas de la compra de mucho peso	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 3: Actividades de flexibilidad</b>								
13	Realizo el calentamiento antes de la actividad física	✓		✓		✓		
14	Realizo el calentamiento antes de la actividad deportiva	✓		✓		✓		
15	Realizo el calentamiento antes de la actividad recreativa	✓		✓		✓		
16	Practico estiramientos después de los ejercicios	✓		✓		✓		
17	Realizo flexión y extensión de las rodillas en la activación corporal	✓		✓		✓		
18	Realizo flexión y extensión de los codos en el calentamiento	✓		✓		✓		
<b>Dimensión 4: Actividades de coordinación</b>								
19	Utilizo la cuerda para realizar saltos continuos	✓		✓		✓		
20	Bailo durante 15 minutos con ritmos rápidos	✓		✓		✓		
21	Bailo cuando escucho música con ritmos lentos	✓		✓		✓		
22	Me desplazo lanzando y recibiendo el balón de basquetbol	✓		✓		✓		
23	Realizo patadas al balón de futbol	✓		✓		✓		
24	Me desplazo saltando la cuerda corta	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA

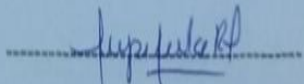
Opinión de aplicabilidad:  Aplicable [X]  Aplicable después de corregir [ ]  No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: DEYSI OLGA AVILA RIVAS DNI: 09418688

Especialidad del validador: Mg EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo  
**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

..05..de.mayo..del 2023



Firma del Experto Informante.

## ANEXO 4

### **Consentimiento Informado**

Título de la investigación:

Estilos de enseñanza y la actividad física de estudiantes de la Institución Educativa N° 7233 Matsu Utsumi- educación secundaria 2023.

Investigador: Gutiérrez Cárdenas, Guillermo Antonio

Esta investigación es desarrollada por un estudiante de la escuela de posgrado programa académico de maestría en educación con mención en docencia y gestión educativa, de la Universidad César Vallejo del campus Lima - Norte, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la Institución Educativa N° 7233 “Matsu Utsumi” de Villa María del Triunfo

#### **Describir el impacto del problema de la investigación.**

El impacto de esta investigación radica en proporcionar información sobre la relación los estilos de enseñanza y la actividad física de estudiantes de la Institución Educativa N° 7233 “Matsu Utsumi”- educación secundaria 2023. Los hallazgos pueden contribuir a mejorar las prácticas educativas y promover un ambiente de aprendizaje más efectivo y colaborativo.

#### **Procedimiento**

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se aplicará un cuestionario Este cuestionario está dividido en dos secciones, en la primera se formularán 24 preguntas relacionadas a la variable Estilos de Enseñanza. La segunda sección se formulará 24 preguntas para medir la variable Actividades Físicas.
2. Este cuestionario tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en el aula de la Institución Educativa, se recogerán datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: Estilos de enseñanza y la actividad física de estudiantes de la Institución Educativa N° 7233 Matsu Utsumi- educación secundaria 2023.



**Participación voluntaria** (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

**Riesgo** (principio de No maleficencia):

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios** (principio de beneficencia): Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad** (principio de justicia): Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con la investigador Gutiérrez Cárdenas, Guillermo Antonio Email [gutierrez31\\_c@hotmail.com](mailto:gutierrez31_c@hotmail.com) y Docente asesor Fuster Guillén, Doris Elida email: [dfusterg@ucvvirtual.edu.pe](mailto:dfusterg@ucvvirtual.edu.pe)

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Fecha y hora: 9/5/2023 19:55:04



MINISTERIO DE EDUCACIÓN  
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL N° 01  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 7233 "MATSU UTSUMI"

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

EL QUE SUSCRIBE, DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA. N° 7233  
"MATSU UTSUMI", DEL DISTRITO DE VILLA MARIA DEL TRIUNFO, UGEL N° 01  
LIMA SUR.

### HACE CONSTAR:

Que, el Br. Guillermo Antonio, GUTIERREZ CÁRDENAS identificado con DNI N° 10021523, docente nombrado, ha solicitado autorización para la recolección de datos del trabajo de investigación **Estilos de enseñanza y la actividad física de estudiantes de la Institución Educativa N° 7233 "Matsu Utsumi"- educación secundaria 2023**, por lo que se aprobó lo solicitado; en consecuencia, se le otorga la presente constancia para los fines que estime por conveniente.

Villa María del Triunfo, abril de 2023

  
  
MOISÉS GUISEPÉ TITO  
LA PARR MATSU UTSUMI  
DIRECTOR

## **Ficha técnica del instrumento Estilos de Enseñanza**

---

Nombre original del instrumento	Cuestionario de Estilos de Enseñanza
Autor	GUTIERREZ CARDENAS, Guillermo Antonio. Universidad César Vallejo (2023).
Administración	Individual o colectiva.
Significación	Es un instrumento que muestra la percepción que tienen los educandos sobre los Estilos de Enseñanza que se dan en una institución.
Validez	La validez por juicio de expertos estuvo a cargo de magíster; cuya valoración final fue de suficiencia para su aplicación en el trabajo de campo.
Confiabilidad	El instrumento fue confiabilizado mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach, cuya valoración final fue de 0.854. Se encuentra en la confiabilidad de alta fiabilidad.

---

### **Ficha técnica del instrumento Actividad Física**

---

Nombre original del instrumento	Cuestionario de Actividad Física
Autor	GUTIERREZ CARDENAS, Guillermo Antonio. Universidad César Vallejo (2023).
Administración	Individual o colectiva.
Significación	Es un instrumento que muestra la percepción que tienen los educandos sobre la actividad física que se realizan en la institución.
Validez	La validez por juicio de expertos estuvo a cargo de magíster; cuya valoración final fue de suficiencia para su aplicación en el trabajo de campo.
Confiabilidad	El instrumento fue confiabilizado mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach, cuya valoración final fue de 0.821. Se encuentra en la confiabilidad de alta fiabilidad.

---

## Resultados de confiabilidad

<b>Variable</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>N de elementos</b>
Estilos de enseñanza	0.854	24
Actividad física	0.821	24

<b>Variable / dimensión</b>	<b>Baja</b>	<b>Media</b>	<b>Alta</b>
Estilos dirigidos	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Estilos participativos	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Estilos que promuevan la individualización	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Estilos cognitivos	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Actividades físicas	49 a 72	37 a 48	24 a 36
Actividades cardiovasculares	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Actividades de fuerza y resistencia muscular	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Actividades de flexibilidad	13 a 18	9 a 12	6 a 8
Actividades de coordinación	13 a 18	9 a 12	6 a 8

# Base de datos

## Estilos de enseñanza

	ESTILOS DE ENSEÑANZA																								
	ESTILOS DE DIRIGIDOS					ESTILOS PARTICIPATIVOS					ESTILOS QUE PROMUEVAN LA INDIVIDUALIZACIÓN					ESTILOS COGNITIVOS									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1	1	0	1	2	1	1	2	1	1	2	1														
2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1														
3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1														
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
6	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1														
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
9	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2														
10	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	1														
11	1	1	1	2	2	3	1	2	1	2	2														
12	1	1	1	1	2	1	2	3	1	1	1														
13	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2														
14	2	2	1	1	1	2	1	2	3	2	1														
15	1	1	1	1	2	2	3	1	1	1	1														
16	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1														
17	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2														
18	1	1	2	2	1	1	3	1	1	1	1														
19	2	1	2	3	3	3	3	2	1	3	2														
20	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1														
21	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1														
22	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	1														
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
24	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1														
25	1	1	2	2	1	0	2	1	2	2	1														
26	2	1	1	1	2	1	2	1	3	2	1														
27	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1														
28	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1														
29	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1														
30	1	2	2	1	2	1	2	0	1	2	1														
31	2	2	1	3	3	2	2	1	1	2	3														
32	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1														
33	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1														
34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
35	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1														
36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
37	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1														
38	1	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1														
39	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1														
40	2	1	2	1	2	2	1	2	2	3	2														
41	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2														
42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
43	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1														
44	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1														
45	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1														
46	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1														
47	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1														
48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
49	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3														
50	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1														
51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
52	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	1														
53	1	2	1	1	0	1	2	2	2	1	2														
54	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1														
55	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1														
56	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1														
57	3	2	2	3	1	2	1	1	2	2	2														
58	2	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2														
59	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2														
60	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
61	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1														
62	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
63	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1														
64	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
65	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1														
66	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
67	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1														
68	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2														
69	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
70	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1														
71	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
72	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1														
73	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1														
74	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1														
75	3	1	3	1	1	1	2	2	1	2	1														
76	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2														
77	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2														
78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1														
79	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2														
80	2	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1														







# Actividad física

ACTIVIDADES CARDIOVASCULARES(AERÓBICAS)					ACTIVIDADES DE FUERZA Y RESISTENCIA CARDIOVASCULAR					ACTIVIDADES DE FLEXIBILIDAD					ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	0	3	3	2	3	3	3	3	3	
2	3	2	1	1	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	
2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	
1	1	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	3	3	3	3	
1	2	3	1	2	1	2	1	2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	
2	3	3	1	1	1	2	1	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	
1	2	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	
1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	3	1	3	2	3	2	2	2	
2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	3	2	2	2	
2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	3	1	3	3	
1	2	3	3	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	
1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	
2	1	3	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	
3	2	1	1	3	3	1	1	1	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	1	2	3	2	3	3	
2	3	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	0	1	2	1	2	1	
1	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	
2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	1	1	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	
2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	
2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	
1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	3	3	3	3	
2	2	3	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
2	2	3	1	1	2	2	3	1	2	2	3	2	1	1	1	2	1	2	3	2	2	2	
1	2	3	1	1	1	1	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2	
2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	
3	2	3	1	1	2	1	1	1	3	0	2	1	1	2	1	1	1	2	3	1	1	1	
1	2	2	1	1	1	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	
2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	
1	3	3	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	
2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	1	1	1	1	
1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	
2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	
2	2	1	0	1	1	2	2	2	3	2	1	2	1	1	1	2	2	2	3	3	0	0	
2	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	
3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	3	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	3	
2	3	3	2	2	2	1	1	2	3	2	2	3	3	1	1	3	2	3	2	3	2	2	
1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	
2	3	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	
1	1	3	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	3	1	1	1	3	3	3	3	
3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	
2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	3	3	3	3	
2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	
1	2	3	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	3	
2	1	2	2	2	3	2	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	
2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	3	3	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	
3	3	2	1	1	2	2	2	2	3	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	3	3	3	
1	2	2	2	2	3	3	1	1	2	1	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	
1	1	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	3	1	1	1	
2	2	3	1	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	
2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	3	1	1	1	
2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	
3	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	1	1	2	2	22	3	3	3	1	1	
1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2	
3	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	2	
1	1	3	1	1	2	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2	
1	2	2	1	2	1	1	1	1	0	2	1	2	2	2	1	2	3	1	1	1	2	2	
1	2	3	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	
2	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	
1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	



1	2	2	1	1	2	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	3	3	1	1
1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3
2	2	3	1	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	2
2	3	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2
2	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3
1	2	2	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2
2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	1	3	2
1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	3	2	2
2	3	3	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	2	2	2	3	2	2	3
1	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1
1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2
1	1	3	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2
2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	3	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	3	3	2	2	3
1	2	3	1	1	2	2	2	3	3	1	2	2	1	3	2	2	3	3	3	2	3	3
1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2
1	2	2	1	1	2	2	2	3	3	3	2	1	1	2	1	1	1	3	3	1	3	3
2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2
2	2	3	1	1	2	3	3	3	3	2	2	1	1	1	1	1	1	3	3	2	3	3
2	3	3	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1
1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2
2	2	2	1	1	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3
2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	2
1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1
2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	3	1	1	1	3	3	3	1
1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2
2	3	2	1	1	3	3	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2
2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	2	3	1	1	1	2	1	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2
1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2
1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
1	2	3	1	1	1	2	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3
1	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2
1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1
1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2
1	2	3	1	1	1	2	2	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3
1	3	3	2	1	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2
2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2
2	2	3	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2
1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3
1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	2
1	2	2	1	1	2	2	2	2	3	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2
1	2	3	1	1	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	3	3	1	2	2	2	2	2	3	0	2	1	1	1	2	1	2	1	3	3	2	3

2	2	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	3	1	2	3
1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2
1	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2
1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1
1	1	3	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2
1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	3	2	1
2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3
2	2	3	1	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3
3	2	3	1	2	1	2	3	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	1	1	1	3	2
2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	3	3	2	2	3	2
2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3
1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	3	3	2	2
1	2	3	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	1	1
2	2	3	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1
2	2	3	1	3	1	1	1	1	3	1	1	3	2	3	3	1	3	1	3	3	2	1
1	2	3	1	1	2	1	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	1	2	3	3	2	1
2	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2
2	2	3	1	1	1	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2
1	3	3	1	3	0	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1
2	2	3	2	1	1	2	2	2	3	3	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2
1	2	2	1	1	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	1
1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1
3	2	1	1	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	3	3	2
1	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1
1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2
2	3	3	1	2	1	2	2	3	3	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2
1	2	3	1	1	1	2	2	2	3	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	2
2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1
2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	0	3	1
1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1
2	2	3	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1
1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	3	1
2	2	3	2	1	2	2	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	2	1
2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1
2	1	3	1	1	1	2	2	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	1
1	2	3	1	2	1	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2
2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2
2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1
1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2
3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	1	1	1	2	2	3	2	2	3	1	1	3	3
2	3	2	1	1	1	2	3	3	3	2	1	1	3	3	1	2	2	1	3	2	2	3
1	2	3	1	2	1	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2
1	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	3	3	2	2
1	1	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1
2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2
1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3
1	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1