



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
DOCENCIA UNIVERSITARIA**

**La preparación física y el nivel de competitividad en karate do en  
estudiantes de una universidad de Lima, 2023.**

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

Maestra en Docencia Universitaria

**AUTORA:**

Rondon Mejias, Klovis Vannessa ([orcid.org/0009-0002-4597-5082](https://orcid.org/0009-0002-4597-5082))

**ASESORES:**

Dr. Guizado Oscoco Felipe ([orcid.org/0000-0003-3765-7391](https://orcid.org/0000-0003-3765-7391))

Dr. Flores Morales Jorge Alberto ([orcid.org/0000-0002-3678-5511](https://orcid.org/0000-0002-3678-5511))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y Aprendizaje

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL**

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

**LIMA – PERÚ**

**2023**

## **DEDICATORIA**

Dedico esta investigación a mi mamá Isabel Cristina, que en todo momento ha sido mi principal motivación para cumplir mis metas, quien oró todo el tiempo para que Dios me guíe con su sabiduría. A mi padre José Vicente, de quien soy reflejo en perseverancia académica y honestidad. A mis abuelas Juana Rafaela y Nilza que desde el cielo iluminaron cada pensamiento y cada idea, ambas siempre dieron mucho valor a la educación en los seres humanos.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios, por hacer posible esta investigación. A todos los maestros que contribuyeron con sus enseñanzas para complementar mi formación académica, a mis compañeros de posgrado que siempre me apoyaron, a mi compañera y amiga Sandra por impulsarme a alcanzar esta meta.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	i
AGRADECIMIENTO	ii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iii
ÍNDICE DE TABLAS	iv
ÍNDICE DE FIGURAS	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	13
3.1 Tipo y diseño de investigación	13
3.2 Variables y operacionalización	14
3.3 Población, Muestra y muestreo	15
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	16
3.5 Procedimientos	17
3.6 Métodos de análisis de datos	17
3.7 Aspectos Éticos	18
IV. RESULTADOS	19
V. CONCLUSIONES	36
VI. RECOMENDACIONES	37
REFERENCIAS	38
ANEXOS	

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1 Ficha técnica del instrumento de recolección de datos	16
Tabla 2 Expertos para validación de instrumentos	17
Tabla 3 Niveles de la preparación física	19
Tabla 4 Niveles de las dimensiones de la preparación física	20
Tabla 5 Niveles de la competitividad	21
Tabla 6 Niveles de competitividad	23
Tabla 7 Correlación entre las variables: preparación física y el nivel de competitividad	24
Tabla 8 Correlación entre fuerza y el nivel de competitividad	25
Tabla 9 Correlación entre resistencia y el nivel de competitividad	26
Tabla 10 Correlación entre velocidad y el nivel de competitividad	27
Tabla 11 Correlación entre flexibilidad y el nivel de competitividad	28
Tabla 12 Correlación entre coordinación y el nivel de competitividad	29

## ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1 Niveles de la preparación física	19
Figura 2 Niveles de preparación física	21
Figura 3 Niveles de la competitividad	22
Figura 4 Niveles de las dimensiones de competitividad	24

## RESUMEN

En el siguiente estudio se tuvo como objetivo principal, identificar la conexión de la preparación física con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023. a través del cual se utilizó el enfoque cuantitativo, desde un diseño no experimental de corte transversal y con un nivel correlacional simple. En cuanto al instrumento se utilizaron 2 cuestionarios 20 y 16 ítems respectivamente que fueron aplicados a los estudiantes de la selección de karate do de la UNMSM. En el estudio se utilizó una muestra de 60 estudiantes, aplicando un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Al final se llegó a la conclusión, que existe relación entre la preparación física y el nivel de competitividad en atletas de la selección de karate do de la UNMSM.

Palabras clave : Preparación física, karate do, competitividad.

## **ABSTRACT**

In the following study, the main objective was to identify the connection of physical preparation with the level of competitiveness in karate do athletes of the UNMSM. Lima 2023. through which the quantitative approach was used, from a non-experimental cross-sectional design and with a simple correlational level. Regarding the instrument, 2 questionnaires were used, 20 and 16 items respectively that were applied to the students of the UNMSM karate do selection. The study used a sample of 60 students, applying a non-probability sampling for convenience.

In the end it was concluded that there is a relationship between physical preparation and the level of competitiveness in athletes of the UNMSM karate do team.

**Keywords:** Physical preparation, karate do, competitiveness.



## I. INTRODUCCIÓN

En un contexto mundial la preparación física forma parte importante del entrenamiento que se enfoca en el desarrollo de los elementos físicos básicos del atleta, estos elementos tienen diferentes características y son trabajados a través de diversos medios dependiendo del deporte. (Bompa 2021).

A nivel internacional, la preparación física es considerada no solo para acondicionar al deportista hacia sus competencias, sino también, para elevar las capacidades del organismo de un atleta. Sin embargo, el mejoramiento de estas capacidades no es posible sin una selección idónea de los medios o ejercicios que se deben aplicar. La preparación física no debe ser igual para cualquier deportista, siempre dependerá de las características predominantes en el deporte y de las condiciones del atleta (Calero y González 2015).

Con respecto al nivel de competitividad internacional de los atletas de karate do es notable que aún falta mucho por alcanzar, esto se ve reflejado al no haber sido convocado ningún atleta para los últimos juegos deportivos universitarios. El Perú tuvo cuatro atletas en Nápoli 2019, en los Juegos Mundiales Universitarios. La Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM) llevó a un deportista en el Tae Kwon Do. Mientras que, la Universidad Santa María llevó a tres representantes del tiro deportivo. (FEDUP 2019)

Así mismo, a nivel nacional el menosprecio de la preparación física en el karate-do es una problemática que se ha presentado de forma constante. Según algunos expertos, la falta de énfasis en la preparación física en entrenamientos de karate-do puede llevar a una disminución en el rendimiento deportivo, aumento del riesgo de lesiones y un menor progreso en la práctica del karate-do.

En cuanto al nivel competitivo, depende en gran medida de las universidades y los equipos individuales. Algunas universidades tienen programas deportivos más desarrollados y con mayores recursos, lo que les permite tener un mayor nivel competitivo en comparación con otras instituciones. De igual modo, en Perú el deporte universitario está organizado principalmente por la Federación Deportiva Universitaria del Perú. Está conformada por representantes de las Universidades

públicas y particulares del país, escuelas de las Fuerzas Armadas y PNP, además de los Institutos de Educación Superior (FEDUP 2019).

A propósito de los últimos años, desde la FEDUP en cuanto a capacitaciones para los entrenadores, atletas y comunidad deportiva universitaria no se dicta un curso con temas de capacitación en preparación física desde julio del 2021, cuando de manera virtual la FEDUP realizó el curso sobre la fuerza y la potencia, para profesionales, atletas y a toda la comunidad universitaria que quisiera extender sus conocimientos. (FEDUP 2021).

Sin embargo, de acuerdo con el informe final en el campeonato nacional universitario de karate do realizado en Perú el 03 de septiembre del 2022, la UNMSM obtuvo el primer lugar generando un total de 15 medallas (FEDUP 2022).

En el contexto local, al analizar los entrenamientos de los atletas de karate do de la UNMSM, se observa que la mayoría no llevan un entrenamiento físico para desarrollo de las capacidades necesarias en este deporte y no existe una planificación especializada para la parte física de esta disciplina, sus entrenamientos van más dirigidos al desarrollo de la técnica y táctica. Lo que puede ser una razón del por qué internacionalmente no cumplen todavía con la capacidad de representar a la universidad y al Perú en un evento de talla mundial.

Dentro de la institución, en la selección de karate do de la UNMSM actualmente menos del 10% de sus atletas pertenecen al alto rendimiento de la Federación Peruana de karate do, la mayoría de los atletas están en proceso de formación y por consiguiente su base de preparación debería englobar los aspectos no solo técnico y táctico sino de preparación física que se requieren para que un deportista de karate do tenga un alto nivel de competitividad, sin embargo es importante resaltar que este caso no se cumple con ello lo que podría estar afectando su rendimiento deportivo competitivo.

Después de haber planteado la realidad problemática se formulan las siguientes interrogantes: ¿Cómo se conecta la preparación física la competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023? Y las siguientes interrogantes específicas: ¿Cómo se relaciona la fuerza con la competitividad en atletas de karate do de la

UNMSM, Lima 2023?, ¿Cómo se relaciona la resistencia con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023? ¿Cómo se relaciona la velocidad con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023? ¿Cómo se relaciona la flexibilidad con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023?, ¿Cómo se relaciona la coordinación con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023?

Este estudio se justifica examinando la conexión entre preparación física y el nivel de competitividad en atletas de karate de la UNMSM. Lima 2023. Para lo cual se ha realizado una revisión de teorías que estarán a disposición de profesionales de esta disciplina deportiva y público interesado.

Así mismo, se proporciona un aporte metodológico a través de la aplicación de un instrumento que podrá ser utilizado en futuras investigaciones y cuyos datos producto de la medición de las siguientes variables: Preparación física y competitividad servirán para proporcionar una mejor comprensión de los entrenadores, atletas y público en general.

Este estudio desarrollado brinda información importante sobre el estado físico y competitivo de los estudiantes de la selección de karate do de la UNMSM, lo que puede ser de gran utilidad para los entrenadores y atletas. Además, les permite tener una comprensión más profunda de las variables relevantes a estudiar y, por lo tanto, contribuir en la elaboración de estrategias efectivas para desarrollar las competencias específicas de su especialidad. En resumen, el desarrollo de esta investigación puede ser altamente beneficioso para los entrenadores en su labor diaria.

Lo que conlleva a plantear el objetivo general: Identificar la conexión entre preparación física y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023. Y de esta manera los objetivos específicos: Identificar la conexión entre la fuerza y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023. Identificar la conexión entre resistencia y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023. Identificar la conexión entre la velocidad y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.

Identificar la conexión entre la flexibilidad y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023. Identificar la conexión entre coordinación y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.

Además, plantear la siguiente hipótesis general: La preparación física se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023, Y las siguientes hipótesis específicas: La fuerza tiene conexión con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023. La resistencia se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023. La velocidad se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023. La flexibilidad se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023. La coordinación se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.

## II. MARCO TEÓRICO

Diversas investigaciones han estudiado la importancia de la preparación física como un requisito indispensable para el adecuado desempeño en el manejo de las técnicas de artes marciales. Estos estudios nos ayudan a visualizar el estado de arte del fenómeno de investigación que busca establecer una conexión entre la preparación física y el nivel de competitividad en los atletas de karate do de la UNMSM 2023

Según lo mencionado en el párrafo anterior, es relevante mencionar algunos antecedentes a nivel Internacional: Cerón et. al (2023) en Colombia donde su objetivo fue investigar la posible conexión entre actividad física y nivel académico en alumnos universitarios. La investigación contó con la participación de 486 estudiantes y usando un enfoque cuantitativo. En donde los resultados arrojaron que el nivel de preparación física en los estudiantes fue del 22.22% alto, 38.27% regular y 39.51% leve. Concluyó que si hay conexión entre actividad física y rendimiento académico.

Vera (2018) quien desarrolló un estudio en Ecuador de tipo explicativo-descriptivo, utilizando una muestra de 20 deportistas y un entrenador, el cual tuvo como objetivo determinar qué efecto tiene la actividad física en el rendimiento de la lucha olímpica de la liga deportiva cantonal de Quevedo. Obteniendo resultados con respecto a la variable de preparación física: el 90% presentan una buena condición física y el 10% bajo, así también el 80% de los deportistas han alcanzado los primeros puestos y el 20% solo algunas veces, concluyendo que la actividad física condiciona el rendimiento de los atletas de lucha.

Guachamin (2022) en Ecuador. Desarrolló una investigación cuantitativa su objetivo fue determinar la conexión entre flexibilidad, fuerza y la resistencia en deportistas de crossfit, este estudio sobre flexibilidad obtuvo los siguientes resultados: 62,1% obtuvo el nivel de flexibilidad bajo, 17,2% un nivel de flexibilidad alto, y finalmente el 10,3% obtuvo regular y llegó a las siguientes conclusiones: los participantes demostraron tener un nivel deficiente de flexibilidad y que las variables flexibilidad, fuerza y resistencia no tienen conexión estadística relevante.

Villaquiran et al., (2018) desarrolló una investigación con el objetivo principal de identificar las características de la flexibilidad en universitarios. Un estudio de corte transversal, con 86 atletas universitarios. Con resultados en cuanto a la flexibilidad de 47.5% regular y 38.4% esperada. Llegó a la conclusión de que los resultados recomiendan crear un programa para prevenir lesiones a atletas universitarios.

Vivero (2019) en Ecuador, desarrolló una investigación descriptiva teniendo como objetivo general determinar la conexión entre velocidad y fuerza con el dominio técnico entre judocas obteniendo los siguientes resultados en cuanto a velocidad: 52% muy bueno; 15% bueno; 9% regular; y 3% valoración baja. Llegó a la conclusión que la mayoría de los participantes tienen un nivel muy bueno en velocidad, además tres cuartas partes poseen un nivel de fuerza bueno.

En el ámbito nacional, es relevante tener en cuenta el estudio de Castillo (2021), el cual consistió en identificar la conexión entre el entrenamiento físico y las técnicas de defensa en estudiantes de la PNP. El autor realizó esta investigación con el propósito principal de determinar dicha conexión. La muestra consistió en 80 estudiantes de la PNP. El método que utilizó fue un enfoque cuantitativo. Los resultados obtenidos respecto a la variable de preparación física revelaron que el 8.5% de los cadetes indicaron haber recibido bajo entrenamiento físico, además que el 23.7% señaló un nivel medio. El 67.8% restante no especificó su nivel de entrenamiento físico. Según estos resultados, se pudo concluir que hay una conexión entre el entrenamiento físico y las técnicas de defensa.

Delgado (2019) desarrolló un estudio que tuvo como objetivo identificar cómo la preparación física militar puede mejorar el desempeño académico de cadetes de la EMCH "CFB" a través del desarrollo de habilidades físicas fundamentales. El estudio utilizó el enfoque cuantitativo y la muestra de 108 cadetes. Los resultados del análisis de la evaluación de los estudiantes indicaron un nivel de relevancia de 0.000, lo que la llevó a la conclusión de que la preparación física militar contribuye a mejorar capacidades físicas, fuerza y resistencia.

Ramos (2021) En Perú, tuvo como objetivo medir las capacidades físicas de los equipos de fútbol en la categoría 2006 en los distritos de Tayabamba y Llacuabamba. Para ello, una muestra de 50 jugadores, y se encontró que el 64% de ellos presentó un nivel adecuado de resistencia aeróbica, el 34% un nivel adecuado de fuerza, y el 72% un nivel adecuado de velocidad. En consecuencia, se llegó a la conclusión de que la mayoría de los jugadores posee un buen nivel de capacidades físicas.

Samame (2022) desarrolló un estudio donde su objetivo principal determinar la conexión entre fuerza y velocidad en futbolistas pertenecientes a clubes de Trujillo 2022, obteniendo los siguientes resultados con respecto a la dimensión de velocidad 76.67% en un nivel esperado, 20.00% un nivel regular y 3.33% un nivel bajo. Donde se llegó a la conclusión que los futbolistas están en un nivel excelente al momento de medir su velocidad.

Díaz (2021) en Ecuador realizó una investigación con enfoque cuantitativo, donde tuvo como objetivo evaluar la flexibilidad y la conexión con la fuerza, resistencia en deportistas de atletismo en el periodo 2021. Obteniendo los siguientes resultados sobre la dimensión de resistencia: un 13,3% con un nivel superior, 16.7% un nivel excelente, 46,7% bueno y 23,3% un nivel promedio. En el cual llegó a la siguiente conclusión: la resistencia y la flexibilidad tienen una relación directa.

Pun Lay (2021) realizó una investigación aplicada donde su objetivo fue identificar la influencia de un programa de psicomotricidad en la coordinación de participantes de una universidad de Lima. Obteniendo un grado de significancia de  $p < 0,05$ . Donde llegó a la conclusión que si existe influencia entre el programa y la coordinación de los estudiantes.

El estudio de la variable preparación física está sustentada en la teoría general del entrenamiento: El cual es un proceso estructurado y organizado que involucra un estilo de vida para lograr objetivos específicos en el ámbito deportivo, que perduren en el tiempo y tengan un efecto duradero (Tapout 2021).

En cuanto a las teorías sustantivas la preparación física: Es una de las fases de la periodización del entrenamiento, que se enfoca en desarrollar las habilidades

físicas del deportista y mejorar su capacidad de ejecutar la actividad deportiva específica. Esta fase se divide en sub fases, cada una de las cuales se enfoca en desarrollar un aspecto específico de la preparación física: la fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad, agilidad y la coordinación (Bompa 2021).

La preparación física constituye una pieza fundamental en el entrenamiento deportivo, cuyo objetivo es potenciar las habilidades motoras o dimensiones que se desagregan de ella como: la fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad y coordinación. Un buen entrenamiento físico es esencial para sentar las bases necesarias que ayuden al desarrollo de las habilidades físicas específicas y mejorar otros aspectos de la preparación, como la técnica, la táctica y la psicología, de manera más efectiva (Platonov 2019).

La fuerza es una capacidad relevante para la salud, así como para el rendimiento físico deportivo. Además, el entrenamiento de fuerza puede mejorar la composición corporal, la densidad ósea, la resistencia cardiovascular y la función neuromuscular. En general, el entrenamiento de fuerza es esencial para lograr un cuerpo saludable y funcional (Contreras 2019). La fuerza se considera como una habilidad neuromuscular compleja que requiere la coordinación de múltiples sistemas, como es el caso del sistema nervioso central, el muscular, el óseo y el articular. El desarrollo de la fuerza es importante para mejorar el rendimiento deportivo y la salud en general. Además, puede mejorar la musculatura, el sistema óseo, la función metabólica y la capacidad de acción en la vida diaria. Finalmente, una planificación adecuada del entrenamiento de fuerza es crucial para lograr adaptaciones óptimas y evitar lesiones (Schoenfeld 2021).

Por otra parte, la resistencia es la capacidad de realizar trabajo físico con la máxima eficacia durante el mayor tiempo posible, sin disminución significativa del rendimiento. Esta capacidad depende del estado del sistema cardiovascular, suele dividirse en general y especial (Platonov 2019). La resistencia es una capacidad compleja que depende de varios factores, como la capacidad cardiovascular, la capacidad respiratoria, la capacidad muscular y la capacidad metabólica. Se distingue la aeróbica como una capacidad del organismo ejecutar trabajo físico con baja intensidad en tiempos prolongados, donde se utiliza el sistema aeróbico de



producción de energía. La resistencia anaeróbica, por su parte, se refiere a la capacidad de ejecutar trabajo físico de fuerte intensidad en períodos cortos, utilizando el sistema anaeróbico de producción de energía (Bompa 2021).

Adicionalmente, la velocidad es la capacidad del sistema nervioso para enviar señales rápidas a diferentes partes del cuerpo, permitiendo llevar a cabo acciones motrices en un tiempo mínimo, o la habilidad de reaccionar y realizar acciones motrices rápidas a máxima velocidad en un lapso corto de tiempo (Barrios et al. 2022).

En cuanto a la velocidad: Velocidad lineal, que implica la habilidad de moverse rápidamente en una dirección recta, como correr o hacer sprints; y la velocidad con cambios de dirección, que se refiere a la habilidad de moverse rápidamente y cambiar de dirección, como en deportes de equipo donde es necesario sortear o esquivar a los oponentes (Schoenfeld 2021).

De la misma manera, la flexibilidad implica el mayor grado que una o más articulaciones pueden tener, un nivel de flexibilidad adecuado puede prevenir lesiones y es importante sobre todo en las modalidades de combate (Franchini y Herrera 2017). Así mismo, la flexibilidad se alcanza mediante la conexión entre la capacidad de mover las articulaciones y la elasticidad muscular. Es fundamental que los diversos músculos mantengan una adecuada elasticidad para lograr un rendimiento deportivo óptimo y prevenir posibles lesiones (Torres 2022).

Verkhoshansky (2018) enfatiza que en la coordinación motora se controlan las fuerzas tanto externas como internas para el buen uso de los recursos, para lograr una meta atlética. El citado autor proclama la relevancia de la distensión y tranquilidad del sistema muscular en el desarrollo de los procesos de coordinación del movimiento.

Martín, D., Carl, K y Lehnertz, K. (2016) definen las habilidades de coordinación como un conjunto de habilidades condicionantes para ejecutar determinados gestos motores. Qué manifestación ocurre en conjunto, no por separado, porque algunas habilidades se manifiestan más que otras según las especificidades de la forma deportiva.

Con respecto a la competitividad se sustenta en la teoría general del agonismo que hace referencia a la competencia y la rivalidad que se desarrolla y que pueden manifestarse en términos de confrontación física, psicológica y académica entre los participantes. El agonismo no debe ser visto como algo negativo, sino como una parte natural de la competición que puede ser disfrutada por los participantes y los espectadores siempre y cuando se desarrollen dentro de un marco de reglas y respeto mutuo (Guilianotti 2018).

De la misma manera, algunas teorías sustantivas de sobre competitividad, se puede manifestar a través de la resumida información que proporcionan los resultados, los cuales influyen en el comportamiento del deportista y conllevan la confirmación de la victoria de algunos sobre la derrota de otros (García, Ruiz, y Ortín 2015). Así mismo, la capacidad de aceptar los resultados, tanto positivos como negativos, como un desafío para mejorar. Además, la competitividad deportiva se considera un constructo multidimensional que abarca no solo el deseo de ganar, sino también la motivación intrínseca y extrínseca para mejorar y superarse a sí mismo (Vellarán 2015).

Los estudios han demostrado que algunos elementos sociales y culturales pueden influir en la motivación de alcanzar una meta y que la competitividad puede variar entre individuos de diferentes culturas. En general, se ha encontrado que los individuos de culturas individualistas, como los Estados Unidos, tienden a ser más competitivos que los individuos de culturas colectivistas, como China o Japón. En las culturas individualistas, la competencia se considera una forma de destacar individualmente y demostrar habilidad y logros personales. En contraste, en las culturas colectivistas, se valora más el trabajo en conjunto para alcanzar los mismos objetivos, y la competencia individual puede ser vista como algo negativo o disruptivo para la armonía del grupo (Remor 2007).

Competitividad deportiva es aquella intención que tiene como objetivo superar y vencer a un oponente o a uno mismo. En este enfoque deportivo, lo más importante es lograr resultados significativos y destacados, a menudo sin considerar los métodos utilizados, lo que implica que los participantes deben hacer grandes

sacrificios y seguir un entrenamiento riguroso para alcanzar sus objetivos deseados (Blázquez 2010).

La competitividad deportiva se refiere a la disposición personal de un individuo para considerarse a sí mismo como un competidor en situaciones deportivas y su tendencia a esforzarse para lograr el éxito en tales situaciones (Weinberg y Gould 2015).

La competitividad deportiva se refiere a la actitud de un atleta de esforzarse energicamente, disfrutar de la competencia y poder aceptar los resultados, ya sean positivos o negativos, como una oportunidad para mejorar sus habilidades y rendimiento deportivo (Martens 2012).

La motivación intrínseca se puede tomar como el impulso interno que mueve a un individuo a concursar en una actividad por el placer, la satisfacción y el interés inherentes que le proporciona, en lugar de hacerlo por motivos externos, como la recompensa o la presión social. La motivación intrínseca surge del propio individuo y está relacionada con la percepción de autonomía, competencia y conexión social en la actividad. En el contexto deportivo, la motivación intrínseca puede estar relacionada con el amor por el deporte, el deseo de superar desafíos personales, la mejora de habilidades y la satisfacción de lograr una meta personal (Weinberg y Gould 2015).

Así mismo, la motivación intrínseca es el deseo de participar en una actividad deportiva por las sensaciones positivas y el placer que proporciona en sí misma, en lugar de hacerlo por motivos externos, como la recompensa o la presión social. La motivación intrínseca en el deporte se ha relacionado con la satisfacción, el compromiso, la persistencia y el rendimiento óptimo en el deporte (Vallerand 2015).

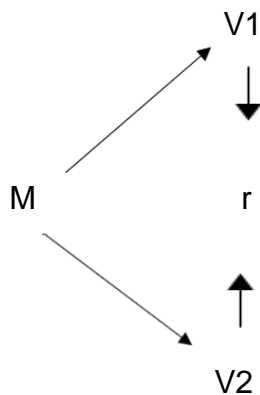
Con respecto a la motivación extrínseca, implica realizar una actividad deportiva para lograr una recompensa externa, como un premio, dinero, reconocimiento o para evitar un castigo. Este tipo de motivación se origina fuera del individuo y no se basa en el valor intrínseco de la actividad deportiva en sí misma (Vázquez y López 2019). De la misma manera, la motivación extrínseca implica realizar una actividad deportiva para ganar un premio, para impresionar a otros, o para evitar la crítica o

el castigo. Por ejemplo, la regulación externa, la identificación y la integración pueden afectar la calidad de la actividad deportiva y la satisfacción del individuo (Vallerand 1992).

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

En el estudio se usó el enfoque cuantitativo, de tipo básica, no experimental y correlacional simple. Que se fundamenta en la teoría positivista y tiene como objetivo establecer relaciones entre variables mediante la medición objetiva y sistemática. En este enfoque, se formulan hipótesis, se recolectan datos utilizando técnicas y se analiza estadísticamente la conexión entre las variables. Este tipo de estudio busca desarrollar teorías y explicaciones sobre los fenómenos naturales y sociales, y no necesariamente busca solucionar problemas específicos o tener aplicaciones prácticas inmediatas. Este diseño se basa en la selección de participantes según criterios específicos y la medición de variables en un único momento, sin seguimiento a lo largo del tiempo (Bernal 2016).



Dónde:

M = Muestra

V1 = Preparación física

V2 = Competitividad

r = Relación entre variables

### 3.2. Variables y operacionalización

#### La Variable 1: Preparación Física

Las variables fueron: Preparación física y competitividad, las cuales se evaluaron de manera independiente y se considerará en anexos matriz de operacionalización, así como, su definición conceptual, operacional, indicadores y escala de medición.

- **Definición conceptual:** Constituye una pieza fundamental en el entrenamiento deportivo, cuyo objetivo es potenciar las habilidades motoras o dimensiones que se desagregan de ella. (Platonov 2019). Estas dimensiones son mencionadas en los anexos.
- **Definición operacional:** Para evaluar se establecieron sus dimensiones. Así mismo, los indicadores fuerza máxima absoluta, fuerza máxima relativa, resistencia anaeróbica, resistencia de fuerza, velocidad de arranque, velocidad máxima, flexibilidad general, flexibilidad específica, precisión y estímulo. Los detalles están desarrollados en la matriz operacional en los anexos.
- **Escala de medición:** La escala utilizada es ordinal.

#### La Variable 2: Competitividad

- **Definición conceptual:** Competitividad en el contexto deportivo se refiere a la disposición de un individuo a esforzarse para lograr un rendimiento superior en situaciones deportivas y a la tendencia a experimentar satisfacción y disfrute al participar en estas situaciones competitivas. Esta disposición también incluye la capacidad de aceptar los resultados, tanto positivos como negativos, como un desafío para mejorar. Además, la competitividad deportiva se considera un constructo multidimensional que abarca no solo el deseo de ganar, sino también la motivación intrínseca y extrínseca para mejorar y superarse a sí mismo (Vellaránd 2015).
- **Definición operacional:** Para evaluar se establecieron las siguientes dimensiones: Motivación intrínseca y motivación extrínseca. Así como, los

indicadores disfruten, competencia, Regulación externa, Regulación identificada.

- **Escala de medición:** La escala es ordinal.

### 3.3. Población, Muestra y muestreo

**3.3.1 Población:** Es el grupo completo de elementos que se desea estudiar en una investigación o análisis estadístico y que comparten ciertas características o variables en común. Comúnmente se utiliza en la investigación social, la estadística y otras disciplinas que utilizan el análisis de los datos y el muestreo (Yuni y Urbano 2014). En el presente estudio formaron parte de la población 100 estudiantes de la UNMSM 2023.

**3.3.2 Muestra:** Es una parte de la población o universo que se investigará. Existen diferentes métodos para determinar el tamaño de la muestra. Es importante destacar que debe ser una parte representativa de la población en cuestión. (López 2004). De acuerdo a la fórmula para definir la muestra con una población de 100 estudiantes y un nivel de confianza del 95% y un margen de 5% de error, la muestra es de 80 estudiantes.

**3.3.3 Muestreo:** Se utilizó el muestreo no probabilístico, que se emplea como una técnica de selección de muestra en la que se desconoce como un elemento de la población será seleccionado. En este tipo de técnica, los elementos se seleccionan de manera subjetiva, utilizando criterios como la disponibilidad, la conveniencia o la opinión del investigador (Hernández, Fernández y Bautista 2014). En este estudio se utilizó el muestreo no probabilístico, un muestreo por conveniencia que incluyó a 60 estudiantes los cuales fueron seleccionados luego de una evaluación con criterios de inclusión y exclusión.

**Unidad de análisis:** establece que es posible definir mediante un proceso simple de análisis del progreso del estudio y la identificación de los participantes en el mismo (Vara 2012). La muestra por conveniencia ha sido de 60 estudiantes que conforman la selección de karate de la UNMSM 2023.

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

Para recolectar los datos, se utilizó la encuesta. El cual se lleva a cabo en varias etapas o procedimientos detallados para que el investigador pueda obtener datos de la muestra o población de estudio. (Hernández, Sampieri y Mendoza 2018). En la recolección de datos se aplicó como instrumento el cuestionario, que permite recopilar opiniones o percepciones de las personas encuestadas (Hernández, Fernández y Bautista 2014). En este estudio se utilizaron dos cuestionarios, para medir la variable preparación física con 20 ítems y el segundo para la variable competitividad con 16 ítems.

**Tabla 1**

#### **Ficha técnica del instrumento de recolección de datos**

---

Instrumento	Cuestionario para estudiantes de la selección de karate de la UNMSM 2023
Autor	Klovís Vannessa Rondón Mejías
Población	Estudiantes pertenecientes a la selección de karate de la UNMSM
Número de ítems	V1: 20 Y V2: 16
Año	2023
Aplicación	Virtual (Google form)
Duración	40 minutos

---

La validez es el nivel en que un instrumento cuantifica de manera precisa lo que pretende medir o se adapta al propósito para el que se ha creado. Este procedimiento es esencial para interpretar adecuadamente los resultados de una prueba y establecer una relación entre la variable que se desea medir y el concepto subyacente (Arias 2020) para ello colaboraron tres expertos que evaluaron los instrumentos a través de una rúbrica.



## Tabla 2

### Expertos para validación de instrumentos

---

DNI	Cuestionario para estudiantes de la selección de karate do de la UNMSM 2023
311695557	Dr. Guizado Oscoco Felipe
25601051	Dr. Pérez Saavedra Segundo
07238773	Dr. Chavarri Velarde Fernando Rafael

---

Confiabilidad consiste en analizar los datos para identificar las características del fenómeno. Se describen las tendencias emergentes de la estructura de datos y se utiliza el análisis de información para reconstruir el objeto de estudio basándose en la información empírica (Yuni 2014). El nivel de confiabilidad de los instrumentos fue dado por el uso del software SPSS donde los valores del cuestionario de medición para la primera variable preparación física con 20 ítems obtuvo una fiabilidad de 0.935 y el cuestionario de medición para la segunda variable competitividad con 16 ítems obtuvo una fiabilidad de 0.716.

### 3.5. Procedimientos

El estudio siguió una serie de procedimientos que comenzaron con la identificación del problema que enfrentan los estudiantes de karate do en relación con la preparación física y el nivel de competitividad. Después, el marco teórico conceptualizando las variables y luego se desarrollaron los instrumentos de medición, los cuales facilitaron el análisis estadístico utilizando el software SPSS que ayudó a realizar la contrastación de las hipótesis correspondientes.

### 3.6. Métodos de análisis de datos

El estudio detallado implica examinar minuciosamente los datos, realizar análisis descriptivos y estadísticos, aplicar modelos y algoritmos adecuados, y evaluar los resultados obtenidos para obtener una comprensión profunda y significativa de la información contenida en los datos (Vara 2012). Para ello se usó el programa estadístico SPSS, se aplicó la prueba de normalidad y se utilizó rho de Spearman, es

así como se obtuvo la correlación entre las variables de estudio preparación física y competitividad.

### **3.7. Aspectos Éticos**

En el informe de este estudio se elaboró siguiendo estrictamente las normas APA, basándose en principios éticos para la redacción y presentación precisa de toda la información recopilada. En cuanto a la construcción del marco teórico, se respetó el derecho de autoría de los textos y se evitó cualquier forma de plagio. Se incluyen documentos que respalden el seguimiento de estos requisitos, la originalidad a través del turnitin, la validación de tres expertos. Además, se respetaron las respuestas de los encuestados, y se presentó la carta a la Universidad para obtener su aprobación y consentimiento para desarrollar el trabajo de campo.

## IV. RESULTADOS

### Análisis descriptivo de las variables

Tabla 3

#### Niveles de la preparación física

Preparación física					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Esperada	5	8.3	8.3	8.3
	Regular	54	90.0	90.0	98.3
	Baja	1	1.7	1.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

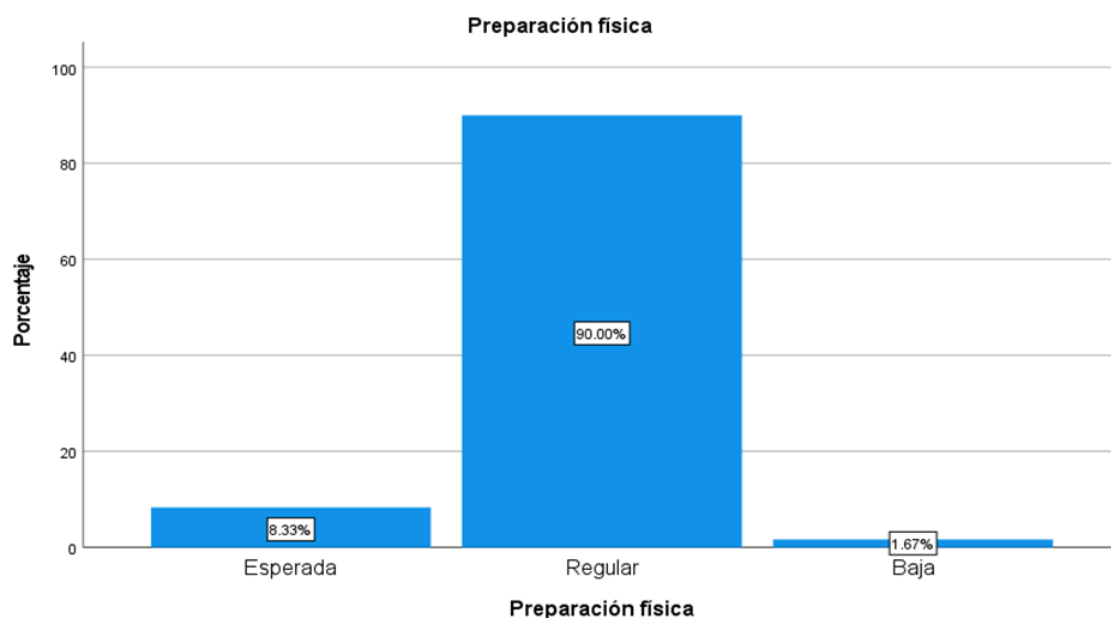


Figura 1 Niveles de la preparación física

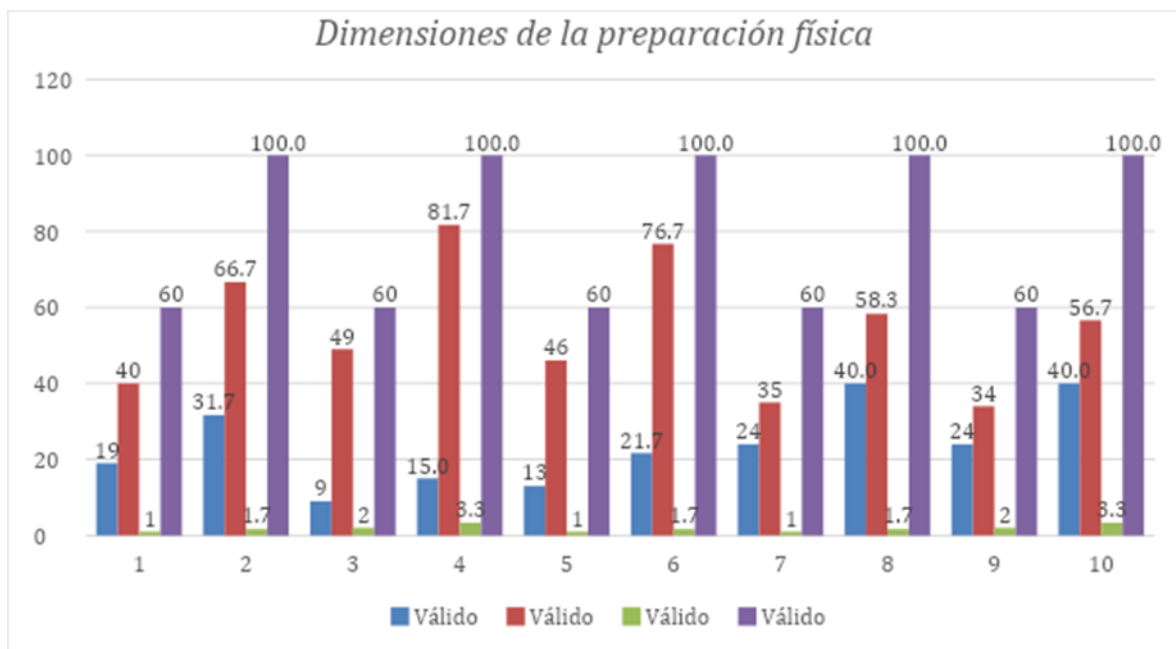
Tabla 3 y figura 1, del análisis de frecuencia de *la preparación física* se ha podido observar que un 90% de los participantes encuestados en la institución han

considerado como regular, el 8.33% como esperada y, el 1.67% como baja la preparación física en los en atletas de karate do de la UNMSM 2023

**Tabla 4**

**Niveles de las dimensiones de la preparación física**

		Fuerza		Resistencia		Velocidad		Flexibilidad		Coordinación	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Vál ido	Esperada	19	31.7	9	15.0	13	21.7	24	40.0	24	40.0
	Regular	40	66.7	49	81.7	46	76.7	35	58.3	34	56.7
	Baja	1	1.7	2	3.3	1	1.7	1	1.7	2	3.3
	Total	60	100.0	60	100.0	60	100.0	60	100.0	60	100.0



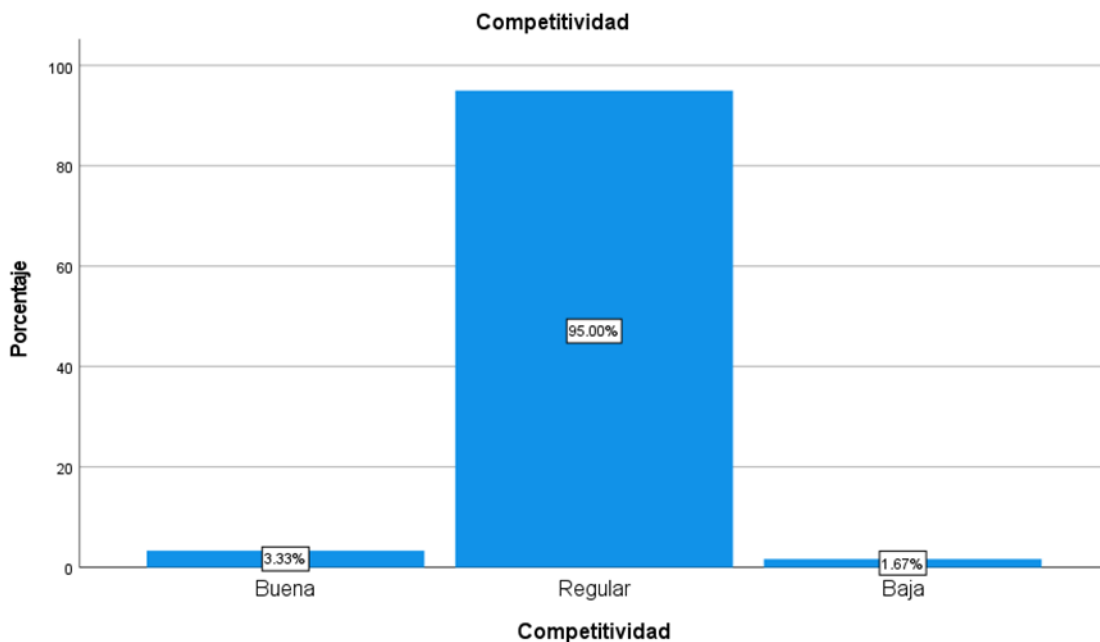
*Figura 2 Niveles de preparación física*

En la tabla 4 y figura 2, del análisis de frecuencia de *la Fuerza* se ha podido observar que un 66.7% de los participantes encuestados en la institución han considerado como regular, en resistencia el 81.7%, en velocidad el 76.7, en flexibilidad el 58.3 y en coordinación el 56.7% en regular la preparación física en los en atletas de karate do de la UNMSM 2023

**Tabla 5**

**Niveles de la competitividad**

		<b>Competitividad</b>			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Buena	2	3.3	3.3	3.3
	Regular	57	95.0	95.0	98.3
	Baja	1	1.7	1.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	



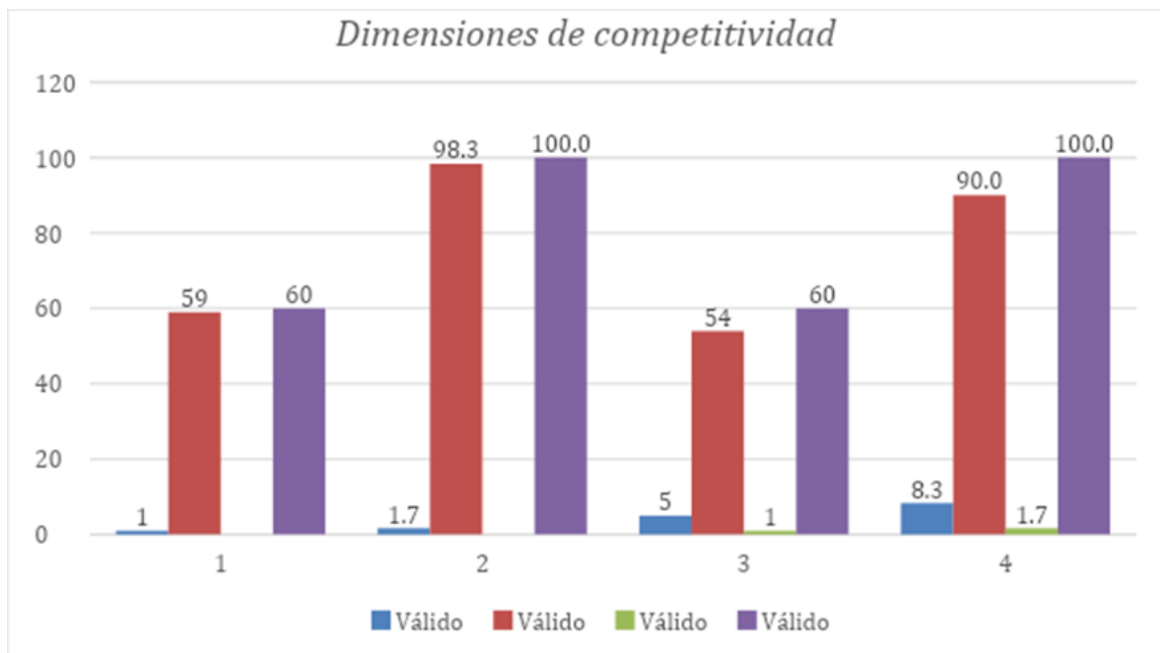
*Figura 3 Niveles de la competitividad*

En la tabla 5 y figura 3, del análisis de frecuencia de competitividad se ha podido observar que un 95% de los participantes encuestados en la institución han considerado como regular, el 3.33% como buena y, el 1.67% como baja la competitividad en los en atletas de karate do de la UNMSM 2023.

**Tabla 6**

**Niveles de competitividad**

		Motivación intrínseca		Motivación Extrínseca	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Válido	Buena	1	1.7	5	8.3
	Regular	59	98.3	54	90.0
	Baja			1	1.7
	Total	60	100.0	60	100.0



#### Figura 4 Niveles de las dimensiones de competitividad

En la tabla 6 y figura 4, del análisis de frecuencia de la motivación intrínseca se ha podido observar que un 98.3% de los participantes encuestados en la institución han considerado como regular y en la motivación extrínseca un 90% en regular las dimensiones de competitividad en los en atletas de karate do de la UNMSM 2023

### Análisis Inferencial

#### Resultados de prueba de hipótesis General

H<sub>0</sub> La preparación física se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

H<sub>1</sub> La preparación física no se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023.

#### Tabla 7

#### Correlación entre las variables: preparación física y el nivel de competitividad

			Correlaciones	
			Preparación física	Competitividad
Rho de Spearman	Preparación física	Coeficiente de correlación	1.000	.455**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	60	60
	Competitividad	Coeficiente de correlación	.455**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	60	60

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



En la tabla 7, se detecta en la preparación física y el nivel de competitividad una correlación de  $r = ,455^{**}$ , siendo moderada, con una significancia de  $p = 0,001$ , menor a 0,05. Por ello, se descarta la hipótesis nula, aceptando la de la investigación: La preparación física se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

### Hipótesis específica 1

$H_0$  La fuerza no se conecta con el nivel con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

$H_1$  La fuerza se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

**Tabla 8**

### Correlación entre fuerza y el nivel de competitividad

			Correlaciones	
			Competitivida d	Fuerz a
Rho de Spearman	Competitivida d	Coeficiente de correlación	1.000	.270*
		Sig. (bilateral)	.	.037
		N	60	60
	Fuerza	Coeficiente de correlación	.270*	1.000
		Sig. (bilateral)	.037	.
		N	60	60

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

En la tabla 8, se puede observar en fuerza y el nivel de competitividad se encontró una correlación de  $r = ,270^*$ , siendo baja, con una significancia de  $p = 0,037$ , menor a 0,05. Por ello, se descarta la hipótesis nula, aceptando la de la investigación: La

fuerza se conecta con la competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

### Hipótesis específica 2

H<sub>0</sub> La resistencia no se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

H<sub>1</sub> La resistencia se relaciona con el nivel con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

**Tabla 9**

### Correlación entre resistencia y el nivel de competitividad

			Correlaciones	
			Competitivida d	Resistenc ia
Rho de Spearman	Competitivida d	Coeficiente de correlación	1.000	.351**
		Sig. (bilateral)	.	.006
		N	60	60
	Resistencia	Coeficiente de correlación	.351**	1.000
		Sig. (bilateral)	.006	.
		N	60	60

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

En la tabla 9, se puede observar la relación entre resistencia y el nivel de competitividad se encontró una correlación de  $r = ,351^{**}$ , siendo moderada, con una significancia de  $p=0,006$ , menor a 0,05. Por ello, se descarta la hipótesis nula, aceptando la de la investigación: La resistencia tiene conexión con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

### Hipótesis específica 3

H<sub>0</sub> La velocidad no se relaciona con el nivel con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

H<sub>1</sub> La velocidad se relaciona con el nivel con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023.

**Tabla 10**

### Correlación entre velocidad y el nivel de competitividad

			Correlaciones	
			Competitivida d	Velocida d
Rho de Spearman	Competitivida d	Coeficiente de correlación	1.000	.449**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	60	60
	Velocidad	Coeficiente de correlación	.449**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	60	60

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

En la tabla 10, se puede observar en la velocidad y el nivel de competitividad se encontró correlación de  $r = ,449^{**}$ , siendo esta una correlación moderada, con una significancia de  $p=0,001$ , menor a 0,05. Por ello, se descarta la hipótesis nula, aceptando la de la investigación: La velocidad se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023.

#### Hipótesis específica 4

H<sub>0</sub> La flexibilidad no tiene relación con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.

H<sub>1</sub> La flexibilidad se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.

**Tabla 11**

#### Correlación entre flexibilidad y el nivel de competitividad

			Correlaciones	
			Competitividad	Flexibilidad
			d	d
Rho de Spearman	Competitividad	Coeficiente de correlación	1.000	.329*
		Sig. (bilateral)	.	.001
		N	60	60
	Flexibilidad	Coeficiente de correlación	.329*	1.000
		Sig. (bilateral)	.001	.
		N	60	60

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

En la tabla 11, se puede observar en la flexibilidad y el nivel de competitividad una correlación de  $r = ,329^*$ , siendo esta una correlación baja, con un nivel de significancia de  $p = 0,001$ , menor a 0,05. Por ello, se descarta la hipótesis nula y se acepta de la investigación: La flexibilidad se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.

### Hipótesis específica 5

H<sub>0</sub> La coordinación no se relaciona con el nivel con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

H<sub>1</sub> La coordinación se relaciona con el nivel con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

**Tabla 12**

### Correlación entre coordinación y el nivel de competitividad

			Correlaciones	
			Competitivida d	Coordinació n
Rho de Spearman	Competitivida d	Coeficiente de correlación	1.000	.329*
		Sig. (bilateral)	.	.010
		N	60	60
	Coordinación	Coeficiente de correlación	.329*	1.000
		Sig. (bilateral)	.010	.
		N	60	60

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

En la tabla 12, se puede observar en la coordinación y el nivel de competitividad se encontró una correlación de  $r = ,329^*$ , siendo esta una correlación baja, con una significancia de  $p = 0,010$ , menor a 0,05. Por ello, se rechaza la hipótesis nula, aceptando la de la investigación: La coordinación se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023.

## V. DISCUSIÓN

De acuerdo al objetivo general, se puede observar que se logró identificar hay una relación de la preparación física y el nivel de competitividad con una correlación moderada y una significancia de  $p=0,001$ , menor a  $0,05$ . Por ello, se descarta la hipótesis nula, aceptando la hipótesis de investigación. En cuanto a los resultados descriptivos de esta investigación, con respecto a la variable preparación física se ha podido observar que el 8.33% considera tener un nivel esperado, 90% regular y 1.67% nivel bajo. Lo cual difiere con los resultados de Cerón et. al (2023) en el cual los participantes con nivel de actividad física alto fueron un 22.23%, regular 38.27% y el bajo 39%. Sin embargo, en ambas investigaciones se descarta la hipótesis nula general y se acepta la del estudio. Así mismo, Vera (2018) obtuvo que el 90% de los participantes presentan una buena condición física y el 10% un nivel bajo, además el 80% de los deportistas alcanzaron los primeros puestos y el 20% solo algunas veces donde también se descarta la hipótesis nula.

Estas Investigaciones confirman la teoría general del entrenamiento que es visto como un proceso estructurado y organizado que involucra un estilo de vida para lograr objetivos específicos en el ámbito deportivo, que perduren en el tiempo y tengan un efecto duradero (Tapout 2021). Así mismo, La teoría general del agonismo hace referencia a la competencia y la rivalidad que se desarrolla y que pueden manifestarse en términos de confrontación física, psicológica y académica entre los participantes. El agonismo no debe ser visto como algo negativo, sino como una parte natural de la competición que puede ser disfrutada por los participantes y los espectadores siempre y cuando se desarrollen dentro de un marco de reglas y respeto mutuo (Guilianotti 2018).

En los estudiantes de la UNMSM que pertenecen a la selección de karate, se lleva a cabo la planificación de entrenamientos técnicos que incluyen además cada cierto tiempo la participación en campeonatos interclubes, en búsqueda de que los estudiantes puedan toparse. Sin embargo, estos topes no son tan consecutivos y además existen factores por los cuales no todos los estudiantes pueden participar siempre en estos entrenamientos y topes. La pérdida de consecutividad en los entrenamientos, además de la poca importancia que se le da al entrenamiento físico

específicamente puede ser una de las razones por la cuales también el nivel de competitividad no es el más alto.

De acuerdo al objetivo específico 1 del presente estudio se puede observar que se logró identificar que existe conexión entre la fuerza y el nivel de competitividad, a pesar de que se encontró una correlación baja, obtuvo una significancia de  $p=0,037$ , menor a 0,05. Por ello, se descarta la hipótesis nula, aceptando la de la investigación. En cuanto a los resultados descriptivos, se puede observar la fuerza con el 31.7% esperada, 66.7% regular y 1.7% baja. Ramos (2021) quien también investigó sobre la fuerza en deportistas obtuvo resultados del 34% esperado y 54% de ellos con nivel regular, estos resultados coinciden con esta investigación. Así mismo Castillo (2021) quien realizó el estudio de esta misma dimensión donde el 13.6% de los participantes un nivel bajo de fuerza, el 23.7% nivel medio, el 62.7% un nivel alto de acuerdo a sus apreciaciones.

Los resultados de estas investigaciones concuerdan con la teoría sustantiva de la fuerza donde indica que es una capacidad relevante para la salud, así como para el rendimiento físico deportivo. Además, el entrenamiento de fuerza puede mejorar la composición corporal, la densidad ósea, la resistencia cardiovascular y la función neuromuscular. En general, el entrenamiento de fuerza es esencial para lograr un cuerpo saludable y funcional (Contreras 2019). Por otra parte, la fuerza se considera como una habilidad neuromuscular compleja que requiere la coordinación de múltiples sistemas, como es el caso del sistema nervioso central, el muscular, el óseo y el articular. El desarrollo de la fuerza es importante para mejorar el rendimiento deportivo y la salud en general. Además, puede mejorar la musculatura, el sistema óseo, la función metabólica y la capacidad de acción en la vida diaria. Finalmente, una planificación adecuada del entrenamiento de fuerza es crucial para lograr adaptaciones óptimas y evitar lesiones (Schoenfeld 2021).

En el presente estudio destaca que la fuerza de los estudiantes de la selección de karate do de la UNMSM, no se encuentra en el nivel más alto y que no están establecidos los medios para entrenar la fuerza, lo cual es un indicador que está dentro de la preparación física y que según los resultados de este estudio tiene relación con el nivel de competitividad. Esto pondría en evidencia una debilidad en

los sujetos de estudios y se puede asumir que es una de las razones por las cuales su nivel competitivo tampoco es el más alto.

En cuanto al objetivo específico 2 se logró identificar que hay relación entre la resistencia y el nivel de competitividad, a pesar de que su nivel de correlación fue moderado, obtuvo un nivel de significancia de  $p=0,006$ , menor a  $0,05$ . por lo cual se descartó la hipótesis nula y se acepta la de la investigación. Además, los resultados descriptivos de acuerdo resistencia un 15% obtuvo un nivel esperado, 81.7% nivel regular y 3.3% nivel bajo, coinciden con la investigación de Delgado (2019) donde 25% estuvo en el nivel esperado, el 66.67% en proceso y 8.33% se encontraron en el nivel de inicio. Así mismo, sobre la resistencia Díaz (2021) investigó sobre esta misma dimensión obteniendo en sus participantes los siguientes resultados descriptivos: un 13,3% con un nivel superior, 16.7% un nivel excelente, 46,7% bueno y 23,3% un nivel promedio.

Estas investigaciones confirman la teoría de que la resistencia es una capacidad compleja que depende de varios factores, como la capacidad cardiovascular, la capacidad respiratoria, la capacidad muscular y la capacidad metabólica. Donde destaca la capacidad del organismo para realizar trabajo físico suaves durante largos períodos, haciendo uso del sistema aeróbico de producción de energía. La resistencia anaeróbica, por su parte, se refiere a la capacidad del organismo para realizar trabajo físico de alta intensidad durante períodos cortos de tiempo, utilizando el sistema anaeróbico de producción de energía (Bompa 2021). Además, la resistencia es la capacidad de realizar trabajo físico con la máxima eficacia durante el mayor tiempo posible, sin disminución significativa del rendimiento. Esta capacidad depende del estado del sistema cardiovascular, suele dividirse en general y especial (Platonov 2019).

En este estudio se pudo identificar que la resistencia de estos estudiantes pertenecientes a la selección de karate do de la UNMSM, no se encuentra en el nivel más alto y que no están establecidos los medios para el entrenamiento de la misma, siendo este un elemento importante ya que según los resultados tiene conexión con el nivel de competitividad y pone en evidencia una debilidad dentro de su sistema de entrenamiento.



En cuanto al objetivo específico 3 se puede observar que se logró verificar que existe conexión entre la velocidad y el nivel de competitividad, a pesar de tener una correlación moderada, con un nivel de significancia de  $p=0,001$ , menor a  $0,05$ . Descartando la hipótesis nula y aceptando la de la investigación. Con respecto a los resultados descriptivos en cuanto a la dimensión de velocidad del presente trabajo se obtuvo en los participantes un porcentaje de 21.7% esperada, 76.7% regular y 1.7% baja. Vivero (2019) quien también realizó el estudio de la dimensión velocidad obteniendo los siguientes resultados: 52% muy bueno; 15% bueno; 9% regular; y 3% con una valoración baja. Así mismo Samame (2022) en su investigación aplicada a los participantes con respecto a la dimensión de velocidad obtuvo los siguientes resultados: obteniendo los siguientes resultados con respecto a la dimensión de velocidad 76.67% en un nivel esperado, 20.00% un nivel regular y 3.33% un nivel bajo.

Estas investigaciones confirman la teoría de la velocidad que indica que es la propiedad del sistema nervioso para enviar señales rápidas a diferentes partes del cuerpo, permitiendo llevar a cabo acciones motrices en un tiempo mínimo, o la habilidad de reaccionar y realizar acciones motrices rápidas a máxima velocidad en un lapso corto de tiempo (Barrios et al. 2022). De igual manera, la velocidad lineal, que implica la habilidad de moverse rápidamente en una dirección recta, como correr o hacer sprints; y la velocidad con cambio de dirección, que se refiere a la habilidad de moverse rápidamente y cambiar de dirección, como en deportes de equipo donde es necesario sortear o esquivar a los oponentes (Schoenfeld 2021).

En el presente estudio se pudo observar que la velocidad de estos estudiantes pertenecientes a la selección de karate do de la UNMSM, no se encuentra en el nivel más alto y que no están establecidos los medios para el entrenamiento de la misma, siendo este un elemento importante ya según los resultados que se han obtenido tiene relación con el nivel de competitividad. Lo cual pone de manifiesto otra debilidad en su preparación.

En cuanto al objetivo específico 4 se logró identificar que existe relación entre la flexibilidad con el nivel competitividad, a pesar que se encontró una correlación baja, tuvo un nivel de significancia de  $p=0,001$ , menor a  $0,05$ . Por ello, se descarta

la hipótesis nula, aceptando la de la investigación. Además, se obtuvieron resultados descriptivos: 40% con un nivel esperado de flexibilidad, 58.3% con un nivel regular, los cuales coinciden con los resultados obtenidos con respecto a la flexibilidad por Villaquirán (2018) donde 38.4% obtuvo un nivel esperado y 47.5% regular. De la misma manera Guachamin (2022) en su estudio sobre flexibilidad obtuvo los siguientes resultados: 62,1% presenta un nivel de flexibilidad bajo, mientras que el 17,2% con un nivel de flexibilidad buena, y finalmente el 10,3% nivel de flexibilidad regular.

Por consiguiente, confirma la teoría sustantiva con respecto a la flexibilidad que implica el mayor grado que una o más articulaciones pueden tener, un nivel de flexibilidad adecuado puede prevenir lesiones y es importante sobre todo en las modalidades de combate. (Franchini y Herrera 2017). Así mismo, la flexibilidad se alcanza mediante la conexión entre la capacidad de mover las articulaciones y la elasticidad muscular. Es fundamental que los diversos músculos mantengan una adecuada elasticidad para lograr un rendimiento deportivo óptimo y prevenir posibles lesiones (Torres 2022).

En el presente estudio se pudo observar que la flexibilidad de estos estudiantes pertenecientes a la selección de karate do de la UNMSM, no se encuentra en el nivel más alto y que no están establecidos los medios para el entrenamiento de la misma, siendo este un elemento importante ya según los resultados de este estudio tiene relación con el nivel de competitividad.

Con respecto al objetivo específico 5 se logró identificar que hay relación entre la coordinación con el nivel de competitividad a pesar que se encontró una correlación baja, se obtuvo una significancia de  $p=0,010$ , menor a 0,05. Por ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación. Así mismo con respecto a la dimensión de coordinación Pun Lay (2021) en su investigación donde estudió de la variable de coordinación en una población universitaria, también coincidió con el descarte de su hipótesis nula. Estas investigaciones confirman la teoría sustantiva de (Verkhoshansky 2018) quien enfatiza que en la coordinación motora se controlan las fuerzas tanto externas como internas para el buen uso de los recursos, para lograr una meta atlética. El citado autor proclama la relevancia de la distensión y

tranquilidad del sistema muscular en el desarrollo de los procesos de coordinación del movimiento. Por otra parte, (Martín, DCarl, K y Lehnertz, K. 2016) menciona que las habilidades de coordinación son un conjunto de condicionantes para realizar determinados gestos motores que ocurren en conjunto, no por separado, porque algunas habilidades se manifiestan más que otras según las especificidades de la forma deportiva.

En el presente estudio se pudo observar que la coordinación de estos estudiantes pertenecientes a la selección de karate do de la UNMSM, no se encuentra en el nivel más alto y que no están establecidos los medios para el entrenamiento de la misma, siendo este un elemento importante ya según los resultados de este estudio tiene relación con el nivel de competitividad. Esto podría ocasionar una puesta en evidencia dentro de su preparación.

## VI. CONCLUSIONES

GENERAL: Según el objetivo general, la preparación física y el nivel de competitividad tuvo una correlación moderada, sin embargo, un nivel de significancia de  $p=0,001$ , menor a  $0,05$ . rechazando la hipótesis nula y aceptando la de la investigación, concluyendo que: La preparación física tiene conexión con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023.

PRIMERA: Según el objetivo específico 1 la fuerza y el nivel de competitividad tuvo una correlación baja, con un nivel de significancia de  $p=0,037$ , menor a  $0,05$ . Rechazando la hipótesis nula y aceptando la de la investigación, concluyendo: La fuerza se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023.

SEGUNDA: Según el objetivo específico 2 la resistencia y el nivel de competitividad tuvo una correlación moderada, con un nivel de significancia de  $p=0,006$ , menor a  $0,05$ . Descartando la hipótesis nula y aceptando la de la investigación, concluyendo: La resistencia se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

TERCERA: según el objetivo específico 3 se encontró un nivel de significancia de  $p=0,001$ , menor a  $0,05$ . Rechazando la hipótesis nula y aceptando la de la investigación, concluyendo que: La velocidad tiene conexión con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023

CUARTA: Según el objetivo específico 4 un nivel de significancia de  $p=0,001$ , menor a  $0,05$ . Descartando la hipótesis nula y aceptando la de la investigación, concluyendo: La flexibilidad se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.

QUINTA: Según el objetivo específico 5 se encontró un nivel de significancia de  $p=0,010$ , menor a  $0,05$ . rechazando la hipótesis nula y aceptando la de la investigación, concluyendo que: La coordinación se conecta con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023.

## **VII. RECOMENDACIONES**

**GENERAL:** A las autoridades promover las capacitaciones a los distintos profesionales de la actividad física y entrenadores, con respecto a la preparación física y los beneficios que puede dar a su nivel de competitividad en los deportistas, de esta manera tener un mayor nivel de preparación en cuanto a la aplicación de diversos medios que puedan potenciar el nivel físico de los estudiantes de la selección de karate do en la universidad y por ende el aumento del nivel competitivo.

**PRIMERA:** Se recomienda a los diversos entrenadores y personal a cargo de los deportistas de la universidad hacer uso de las investigaciones previas con respecto al desarrollo de la fuerza y relación con el nivel de competitividad, de esta manera poder visualizar los puntos débiles de estos aspectos y darle solución a los mismos.

**SEGUNDA:** Se recomienda a los deportistas, no minimizar la preparación con respecto a la resistencia, ya que está demostrado que tiene correlación con su nivel de competitividad y podría mejorar su desenvolvimiento en el deporte.

**TERCERA:** Se recomienda a los investigadores continuar realizando estudios sobre la correlación entre velocidad y competitividad, estos estudios podrán enriquecer las distintas teorías y serán de gran ayuda para los estudiantes y deportistas de karate do.

**CUARTA:** Se recomienda a los estudiantes de la selección de karate de la UNMSM, hacer uso de los repositorios y la revisión de las investigaciones con respecto a la flexibilidad, ya que los resultados de este estudio determinan que es un elemento importante que tiene relación con el nivel de competitividad.

**QUINTA:** Se recomienda al público en general continuar con la revisión de las diversas investigaciones con respecto a la coordinación, ya que son aspectos que pueden ser útiles para la salud y el aumento de su competitividad.

## REFERENCIAS

- Arias, J. (2020). *Métodos de investigación online*. Jose Luis Arias Gonzales.  
<http://hdl.handle.net/20.500.12390/2237>
- Barrios, et. al. (2022) Evaluación de la condición física de los jugadores de la disciplina del voleibol. *Semilla científica*, 3 (3).  
<https://revistas.umecit.edu.pa/index.php/sc/article/view/1083/1957>
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación*. 4ta edición. Pearson.  
<https://bit.ly/32SGhwG>
- Blázquez, D. (2010). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Inde.  
[https://www.inde.com/es/productos/detail/pro\\_id/234](https://www.inde.com/es/productos/detail/pro_id/234)
- Bompa T. (2021). *Periodización del entrenamiento deportivo*. Paidotribo.  
[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ZVSRDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT12&dq=Bompa+T.++\(2018\).+Periodizaci%C3%B3n+del+entrenamiento+d+eportivo.+Paidotribo&ots=CGI\\_mQyy6d&sig=I22WWjSA1RYuvLSJ\\_kv9zNNDmek#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=ZVSRDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT12&dq=Bompa+T.++(2018).+Periodizaci%C3%B3n+del+entrenamiento+d+eportivo.+Paidotribo&ots=CGI_mQyy6d&sig=I22WWjSA1RYuvLSJ_kv9zNNDmek#v=onepage&q&f=false)
- Calero, S., & González, S. (2015). *Preparación física y deportiva* Quito. Ecuador: Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.  
<https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/10201/1/Preparacion%20fisica%20y%20deportiva.pdf>
- Castillo O. (2021) *Preparación física y el aprendizaje de técnicas de defensa personal en cadetes de la policía nacional*, *Puente Piedra*, 2021. [Tesis de maestría]. Repositorio de la UCV.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/68506/Castillo\\_EO-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/68506/Castillo_EO-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Cerón, J. et. al (2023) Relación entre el nivel de actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de una institución universitaria. *Dialnet* (47), págs. 775-782. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8718467>

Contreras, B. (2019). *Glute Lab: The Art and Science of Strength and Physique Training*. Victory Belt Publishing. Bret Contreras and Glen Cordoza. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=3E6qDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Contreras,+B.+\(2019\).+Glute+Lab:+The+Art+and+Science+of+Strength+and+Physique+Training.+Victory+Belt+Publishing&ots=2F4OaTJ-3l&sig=UizP52DeZrw8dwIVInw2QH0MUO8#v=onepage&q=Contreras%2C%20B.%20\(2019\).%20Glute%20Lab%3A%20The%20Art%20and%20Science%20of%20Strength%20and%20Physique%20Training.%20Victory%20Belt%20Publishing&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=3E6qDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Contreras,+B.+(2019).+Glute+Lab:+The+Art+and+Science+of+Strength+and+Physique+Training.+Victory+Belt+Publishing&ots=2F4OaTJ-3l&sig=UizP52DeZrw8dwIVInw2QH0MUO8#v=onepage&q=Contreras%2C%20B.%20(2019).%20Glute%20Lab%3A%20The%20Art%20and%20Science%20of%20Strength%20and%20Physique%20Training.%20Victory%20Belt%20Publishing&f=false)

Delgado J. (2019) *Entrenamiento Físico Militar en la mejora de las capacidades físicas básicas en cadetes de la EMCH CFB – 2018*. [Tesis de maestría]. Repositorio de la UCV [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35485/Delgado\\_BJP.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35485/Delgado_BJP.pdf?sequence=5&isAllowed=y)

Díaz J. (2021) *Evaluación del nivel de flexibilidad y su relación con la fuerza, resistencia en deportistas de atletismo de la federación deportiva de imbabura de la ciudad de Ibarra, Periodo 2021*. [Trabajo de pregrado] Repositorio de la Universidad Técnica del Norte. Ecuador. <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/11815/2/06%20TEF%20393%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

FEDUP (2022, 03 de setiembre) *Informe final Campeonato nacional universitario de Karate do*. <https://www.perufedup.com/wp-content/uploads/2022/08/INFORME-FINAL-CAMPEONATO-PRESENCIAL-UNIVERSITARIO-KARATE-2022-II.pdf>. Consultado el 02 de febrero de 2023.

FEDUP (2021, 22 de junio) *Curso Virtual: Entrenamiento de la Fuerza y la Potencia*.  
<https://www.perufedup.com/curso/curso-virtual-entrenamiento-de-la-fuerza-y-la-potencia/>. Consultado el 03 de febrero de 2023.

FEDUP (2019) nosotros: visión y misión.  
<https://www.perufedup.com/nosotros/#:~:text=La%20Federaci%C3%B3n%20Deportiva%20Universitaria%20del,Nacional%20Mayor%20de%20San%20M%20arcos>. Consultado el 28 de enero de 2023.

FEDUP (2019, 11 de julio) *Visa para un sueño universitario*.  
<https://www.perufedup.com/noticias/visa-para-un-sueno-universitario/>.  
Consultado 29 de enero de 2023.

Franchini, E. y Herrera T. (2017) *Preparación Física para deportes de combate*.  
kinesis.

García, A., Ruiz R., y Ortín, J. (2015). Optimismo y competitividad en jóvenes atletas de rendimiento. *Revista Latinoamericana de Psicología*. (47) Págs. 124-135.  
<https://doi.org/10.1016/j.rlp.2014.08.001>

Guachamin, J. (2022) *Evaluación del nivel de la flexibilidad y su relación con la fuerza y la resistencia en deportistas del club crossfit corsfitness otavalo en el periodo 2022*. [ Trabajo de pregrado] Repositorio de la Universidad Técnica del Norte. Ecuador.  
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/12771/2/06%20TEF%20441%20OTRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

Giulianotti, R. y Numerato, D. (2018). Deporte global y cultura de consumo: una introducción. *Revista de cultura del consumidor*, 18 (2), 229-240.  
<https://doi.org/10.1177/1469540517744691>. Consultado el 07 de mayo de 2023.



Hernández, R. Fernández, C. y Bautista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. McGRAW-HILL / S.A. México.

[https://www.academia.edu/36971355/METODOLOGIA\\_DE\\_LA\\_INVESTIGACION\\_SEXTA\\_EDICION\\_HDZ\\_FDZ\\_BAPTISTA\\_pdf](https://www.academia.edu/36971355/METODOLOGIA_DE_LA_INVESTIGACION_SEXTA_EDICION_HDZ_FDZ_BAPTISTA_pdf)

Hernandez-Sampieri, R. y Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México. Mcgraw-HILL Interamericana Editores.

[https://www.academia.edu/43982331/METODOLOG%3%8DA\\_DE\\_LA\\_INVESTIGACI%3%93N\\_LAS\\_RUTAS\\_CUANTITATIVA\\_CUALITATIVA\\_Y\\_MIXTA](https://www.academia.edu/43982331/METODOLOG%3%8DA_DE_LA_INVESTIGACI%3%93N_LAS_RUTAS_CUANTITATIVA_CUALITATIVA_Y_MIXTA)

López, P. (2004). POBLACIÓN MUESTRA Y MUESTREO. *Punto Cero*, 09 (08), 69-74. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1815-02762004000100012&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012&lng=es&tlng=es). Consultado el 28 de junio de 2023.

Martens, R. (2012). *Successful Coaching*. Human Kinetics. [https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=8vJ6DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT17&dq=Martens,+R.+\(2012\).+Successful+Coaching.+Human+Kinetics.&ots=UoTicT7f21&sig=9X2p8e-eNdzh0ahUFH0NabvQnHw#v=onepage&q=Martens%2C%20R.%20\(2012\).%20Successful%20Coaching.%20Human%20Kinetics.&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=8vJ6DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT17&dq=Martens,+R.+(2012).+Successful+Coaching.+Human+Kinetics.&ots=UoTicT7f21&sig=9X2p8e-eNdzh0ahUFH0NabvQnHw#v=onepage&q=Martens%2C%20R.%20(2012).%20Successful%20Coaching.%20Human%20Kinetics.&f=false)

Martin, D., Carl, K. y Lehnertz, K. (2016). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo*. Paidotribo. [https://www.biblioteca.une.edu.pe/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=68160&shelfbrowse\\_itemnumber=92960](https://www.biblioteca.une.edu.pe/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=68160&shelfbrowse_itemnumber=92960)

Platonov, V. (2019). *La Preparación Física. Deporte y Entrenamiento*. Paidotribo. [https://www.google.com.pe/books/edition/La\\_preparaci%C3%B3n\\_f%C3%ADsica/BRKaDwAAQBAJ?hl=es&qbpv=1&dq=Platonov,+V.+\(2001\).+La+Preparaci%C3%B3n+F%C3%ADsica+Completa+para+Deportes+de+Rendimiento.+Paidotribo.&printsec=frontcover](https://www.google.com.pe/books/edition/La_preparaci%C3%B3n_f%C3%ADsica/BRKaDwAAQBAJ?hl=es&qbpv=1&dq=Platonov,+V.+(2001).+La+Preparaci%C3%B3n+F%C3%ADsica+Completa+para+Deportes+de+Rendimiento.+Paidotribo.&printsec=frontcover)

Pun Lay, C. (2021) *Programa de Psicomotricidad Pun Lau en la coordinación audiomotriz de los estudiantes de una universidad de Lima 2021*. [Tesis de maestría] Repositorio de la UCV.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81942/Pun\\_LLCE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81942/Pun_LLCE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ramos, D. (2021) *Medición de Capacidades Físicas en Academias de Fútbol Categoría 2006 del Distrito Tayabamba y Llacuabamba*. [Trabajo de pregrado] Repositori de la UCV

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/77577/Ramos\\_HDJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/77577/Ramos_HDJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Remor, E., (2007). Propuesta de un cuestionario breve para la evaluación de la competitividad en el ámbito deportivo: Competitividad-10. *Revista de Psicología del Deporte*, 16 (2), 167-183.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235119266005>

Samame, L. (2022) *Fuerza explosiva y Velocidad de reacción en futbolistas categoría Sub 16 pertenecientes a diferentes clubes de Trujillo 2022*. [Trabajo de pregrado] Repositorio de la UCV.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/114366/Samame\\_MLA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/114366/Samame_MLA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Schoenfeld, B. (2021). *Science and Development of Muscle Hypertrophy*. *Human Kinetics*. [https://www.circuitoutras.org/wp-content/uploads/2021/05/Science-and-development-of-muscle-hypertrophy-by-Brad-Schoenfeld-z-lib.org\\_.pdf](https://www.circuitoutras.org/wp-content/uploads/2021/05/Science-and-development-of-muscle-hypertrophy-by-Brad-Schoenfeld-z-lib.org_.pdf)

TAPOUT (2021, 22 de marzo) *Vida fitness*. TAPOUT. Consultado el 02 de mayo de 2023. <https://tapout.com.pe/entrenamiento-deportivo/>

Torres, E. (2022) *Capacidades físicas y competencia motriz en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima, 2022*. [Tesis de maestría] Repositorio de la UCV.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/99273/Torres\\_GEC-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/99273/Torres_GEC-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

Vallerand, R. (2015, 09 de agosto). Motivación extrínseca e intrínseca en el deporte. *Club ensayos*. Consultado el 02 de mayo del 2023.

<https://www.clubensayos.com/Psicolog%C3%ADa/Motivacion-extrinseca-e-intrinseca-en-el-deporte/2669782.html>

Vara, A. (2012). *Los 7 pasos para una tesis exitosa*. USMP

<http://www.administracion.usmp.edu.pe/investigacion/files/7-PASOS-PARA-UNA-TESIS-EXITOSA-Desde-la-idea-inicial-hasta-la-sustentaci%C3%B3n.pdf>

Vázquez, A y López, J. (2019). Motivación extrínseca y satisfacción con la vida en deportistas universitarios. *Consejo Nacional para la Enseñanza e Investigación en Psicología A.C*. Consultado el 25 de mayo de 2023.

<https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/61>

Vera, L. (2018) *Preparación física y su aporte en el rendimiento de la lucha olímpica en la categoría pre- juvenil de la Liga Deportiva cantonal de Quevedo, Provincia de Los Ríos*. [Trabajo de pregrado] Repositorio Universidad Técnica de Babahoyo Ecuador. <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/6432>

Verkhoshansky, Y. (2018). *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. Paidotribo. <https://es.scribd.com/book/413747622/Teoria-y-metodologia-del-entrenamiento-deportivo>

Villaquiran et al., (2020). Flexibilidad, equilibrio dinámico y estabilidad del core para la prevención de lesiones en deportistas universitarios. *Universidad y Salud*. 2020;22(2):148-156. Consultado el 25 de mayo de 2023 DOI: <https://doi.org/10.22267/rus.202202.186>

Vivero (2019) *Estudio de la velocidad y fuerza y su relación con el dominio técnico en judocas de 15 a 18 años de la federación deportiva de imbabura, en el año 2018*. [Trabajo de pregrado] Repositorio de la UTN Ecuador. <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/9312/2/05%20FECYT%203508%20TRABAJO%20GRADO.pdf>

Weinberg, R., & Gould, D. (2015). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Human Kinetics. [https://www.scirp.org/\(S\(czeh2tfqw2orz553k1w0r45\)\)/reference/referencespa pers.aspx?referenceid=3021167](https://www.scirp.org/(S(czeh2tfqw2orz553k1w0r45))/reference/referencespa pers.aspx?referenceid=3021167)

Yuni, J. y Urbano, C. (2014). *Técnicas para investigar: recursos metodológicos para la preparación de proyectos de investigación*. Volumen 1. 8.ª Brujas. <https://bit.ly/3umC3Zv>

## ANEXOS

### Anexo 01: Matriz de Consistencia

Matriz de consistencia									
<b>Título:</b> La preparación física y el nivel de competitividad en karate do en estudiantes de una universidad de Lima, 2023.									
<b>Autor:</b> Klovis Vannessa Rondón Mejías									
Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores						
<b>Problema General:</b> ¿Cuál es la relación que existe entre la preparación física y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023?	<b>Objetivo general:</b> Determinar la relación entre la preparación física y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.	<b>Hipótesis general:</b> La preparación física se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate o selección de la UNMSM. Lima 2023	<b>Variable 1:</b>				Escala de Likert  Siempre (5) Casi siempre (4) Algunas veces (3) Muy pocas veces (2)	Alto  Medio  Bajo	
			Dimensiones	Indicadores	Ítem				
			FUERZA	Fuerza máxima Fuerza relativa	1,2,3,4				
			RESISTENCIA	Resistencia anaeróbica Resistencia de fuerza	5,6,7,8				
			VELOCIDAD	Velocidad de arranque Velocidad máxima	9,10,11,12				
<b>Específicos:</b>	<b>Objetivos específicos:</b>	<b>Hipótesis</b>	FLEXIBILIDAD	Flexibilidad general Flexibilidad específica	13,14,15,16				

<p>¿Cómo se relaciona la fuerza con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023?</p> <p>¿Cómo se relaciona la resistencia con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023?</p> <p>¿Cómo se relaciona la velocidad con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023?</p> <p>Determinar la relación entre la flexibilidad y el</p>	Determinar la relación entre la fuerza y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.	<b>específicas:</b>	COORDINACIÓN	Precisión Estímulo	17,18,19,20	Nunca (1)		
	<b>Variable 2: Competitividad</b>							
			La fuerza se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítem</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Niveles y rangos</b>
		Determinar la relación entre la resistencia y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.	La resistencia se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.	Motivación Intrínseca	Competencia Disfrute	1,2,3,4 5,6,7,8	Escala de Likert  Siempre (5) Casi siempre (4) Algunas veces (3)	Alto Medio Bajo
		Determinar la relación entre la velocidad y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.	La velocidad se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.	Motivación Extrínseca	Regulación externa Regulación identificada	9,10,11,12 13,14,15,16	Muy pocas veces (2) Nunca (1)	

<p>nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.</p> <p>¿Cómo se relaciona la coordinación con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM, Lima 2023?</p>	<p>relación entre la flexibilidad y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.</p> <p>Determinar la relación entre la coordinación y el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.</p>	<p>La flexibilidad se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.</p> <p>La coordinación se relaciona con el nivel de competitividad en atletas de karate do de la UNMSM. Lima 2023.</p>					
---	---	---	--	--	--	--	--

Anexo 02: Matriz de Operacionalización

<b>MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN</b>				
Variables	Dimensiones	Indicadores	Item	Escala de medición
<p><b>V1 La preparación física</b></p> <p>Es una pieza fundamental en el entrenamiento deportivo, cuyo objetivo es potenciar las habilidades motoras o dimensiones que se desagregan de ella como: la fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad y coordinación. (Platonov 2019).</p>	FUERZA	Fuerza máxima Fuerza relativa	1,2,3,4	<p>Escala de Likert</p> <p>Siempre (5) Casi siempre (4) Algunas veces (3) Muy pocas veces (2) Nunca (1)</p>
	RESISTENCIA	Resistencia anaeróbica Resistencia de fuerza	5,6,7,8	
	VELOCIDAD	Velocidad de arranque Velocidad máxima	9,10,11,12	
	FLEXIBILIDAD	Flexibilidad general Flexibilidad específica	13,14,15,16	
	COORDINACIÓN	Precisión Estímulo	17,18,19,20	
<p><b>V2 Competitividad</b></p> <p>La competitividad deportiva se considera un constructo multidimensional que abarca no solo el deseo de ganar, sino también la motivación intrínseca y extrínseca para mejorar y superarse a sí mismo (Vellarán 2015)</p>	MOTIVACIÓN INTRÍNSECA	Competencia  Disfrute	1,2,3,4 5,6,7,8	<p>Escala de Likert</p> <p>Siempre (5) Casi siempre (4) Algunas veces (3) Muy pocas veces (2) Nunca (1)</p>
	MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA	Regulación externa  Regulación identificada	9,10,11,12 13,14,15,16	



### CUESTIONARIO

<b>INVESTIGACIÓN</b>	<b>Escala de Likert</b>
La preparación física y el nivel de competitividad en karate do en estudiantes de una universidad de Lima, 2023.	5= Siempre 4= Casi siempre 3= Algunas veces 2= Muy pocas veces 1= Nunca

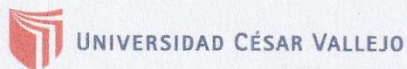
Indicadores	Ítems	Variable 1: Preparación Física	5	4	3	2	1
<b>Dimensión 1: Fuerza</b>							
Fuerza máxima	Ítem 1	Mi fuerza máxima se incrementa con la rutina de ejercicios que realizo en la preparación física.					
	Ítem 2	La magnitud de mi fuerza me permite superar marcas personales en ejercicios de fuerza					
Fuerza relativa	Ítem 3	Puedo levantar cargas acorde a mi peso corporal.					
	Ítem 4	Mi relación entre fuerza y masa corporal es equilibrada.					
<b>Dimensión 2: Resistencia</b>							
Resistencia anaeróbica	Ítem 5	Soy capaz de mantener un esfuerzo intenso durante cortos períodos de tiempo					
	Ítem 6	Puedo recuperarme rápidamente entre intervalos de alta intensidad.					
Resistencia de fuerza	Ítem 7	Soy capaz de mantener una buena técnica y fuerza en ejercicios repetitivos					
	Ítem 8	Mi capacidad de resistencia muscular me permite realizar series prolongadas sin fatigarme rápidamente					
<b>Dimensión 3: Velocidad</b>							
Velocidad de arranque	Ítem 9	La preparación física hace que tenga un rápido arranque desde posición estática.					
	Ítem 10	Logro golpear antes que mi oponente.					
Velocidad máxima	Ítem 11	Gracias a la rutina de ejercicios coordino mis movimientos musculares con mayor velocidad.					

	Ítem 12	Puedo alcanzar velocidades muy altas en actividades que requieren rapidez.					
<b>Dimensión 4: Flexibilidad</b>							
Flexibilidad general	Ítem 13	La preparación física desarrolla flexibilidad en las actividades corporales que realizo.					
	Ítem 14	Logro realizar ejercicios de estiramiento sin dificultad.					
Flexibilidad específica	Ítem 15	Mi flexibilidad en gueris (patadas) es satisfactoria.					
	Ítem 16	Puedo ejecutar técnicas que requieren una gran amplitud de movimiento					
<b>Dimensión 5: Coordinación</b>							
Precisión	Ítem 17	La preparación física me permite tener precisión en movimientos específicos.					
	Ítem 18	Tengo buena coordinación y control en actividades que requieren precisión.					
Estímulo	Ítem 19	Siento que mi cuerpo se adapta positivamente a los estímulos de la preparación física que recibo.					
	Ítem 20	La preparación física me permite tener buen estímulo de defensa ante el ataque de un oponente.					

Indicadores	Ítems	Variable 2: Competitividad	5	4	3	2	1
<b>Dimensión 1: Motivación intrínseca</b>							
Competencia	Ítem 1	Me gusta enfrentarme a rivales fuertes que me desafíen.					
	Ítem 2	Me siento motivado/a por el deseo de superar a otros atletas.					
	Ítem 3	Me esfuerzo por ganar.					
	Ítem 4	Me siento seguro/a de mí mismo antes de cada enfrentamiento.					
Disfrute	Ítem 5	Disfruto participar en actividades deportivas.					
	Ítem 6	Cuando compito aumenta mi interés en el karate.					
	Ítem 7	Me siento enérgico/a cuando participo en campeonatos.					
	Ítem 8	Me divierte enfrentar a un oponente.					
Regulación externa	Ítem 9	Participo en competiciones deportivas para recibir reconocimientos.					
	Ítem 10	Mi motivación principal es cumplir las expectativas de mi entrenador.					
	Ítem 11	Mi interés en participar en campeonatos es principalmente por las recompensas materiales.					

	Ítem 12	Me siento obligado a competir para cumplir las expectativas de mis compañeros.					
Regulación identificada	Ítem 13	Participo en competiciones deportivas porque considero que es importante para mí desarrollo personal.					
	Ítem 14	Mi motivación para competir se basa en valores sobre la importancia del deporte					
	Ítem 15	Me identifico con los valores que enseña este deporte.					
	Ítem 16	Siento que competir me da la oportunidad de expresar mi personalidad.					

## Anexo 04: Carta de presentación de Instrumentos



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



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

Lima, 10 de junio de 2023  
Carta P. 0183-2023-UCV-VA-EPG-F01/J

Dr.  
Yolvi Javier Ocaña Fernández  
Director del Instituto de Investigaciones Educativas  
Universidad Nacional Mayor de San Marcos

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a RONDÓN MEJÍAS, KLOVIS VANNESSA ; identificada con CARNÉ DE EXTRANJERÍA N° 001801541 y con código de matrícula N° 7002843725; estudiante del programa de MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRA, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación titulado:

**La preparación física y el nivel de competitividad en karate do en estudiantes de una universidad de Lima, 2023.**

Con fines de investigación académica, solicito a su digna persona otorgar el permiso a nuestra estudiante, a fin de que pueda obtener información, en la institución que usted representa, que le permita desarrollar su trabajo de investigación. Nuestra estudiante investigador RONDÓN MEJÍAS, KLOVIS VANNESSA asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de haber finalizado el mismo con la asesoría de nuestros docentes.

Agradeciendo la gentileza de su atención al presente, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



*Helga R. Majo Marrúfo*

Dra. Helga R. Majo Marrúfo  
Jefe  
Escuela de Posgrado UCV  
Filial Lima Campus Los Olivos

Somos la universidad de los  
que quieren salir adelante.



ucv.edu.pe

## Anexo 05: Trámite de solicitud a la UNMSM para aplicar instrumentos

The screenshot displays the 'Ingreso de Documentos' page in the SGDFD - MAT system. The interface is divided into a dark sidebar on the left and a main content area on the right.

**Sidebar (Left):**

- SGDFD - MAT logo and navigation icons.
- Mi Perfil
- Realizar un trámite en línea
- Mis Trámites y Solicitudes

**Main Content Area (Right):**

Breadcrumb: Inicio / Trámites / Ingreso de Documentos

### Ingreso de Documentos

**DETALLE**

- Tipo de Trámite: NO TUPA
- Estado: DISPONIBLE
- Facultad / Dependencia: EDUCACIÓN

**CRONOGRAMA**

**Mis Solicitudes**

Buscar:

Asunto	Fecha Solicitud
INGRESO DE DOCUMENTOS - EXT - COD: MAT12147 - DOC: 001801541	2023-06-10 17:41

Mostrando solicitudes del 1 al 1 de un total de 1 solicitudes

## Anexo 06: Validación de expertos

### Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Preparación física y Competitividad". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

#### 1. Datos generales del juez:

<b>Nombre del juez:</b>	Segundo Sigifredo Pérez Saavedra	
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )	Doctor (x)
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )	Social ( )
	Educativa (x)	Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Docencia Universitaria	
<b>Institución donde labora:</b>	Universidad Privada "Cesar Vallejo"	
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )	Más de 5 años (x)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.	

#### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. Datos de la escala

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Preparación física Competitividad
<b>Autora:</b>	Klovís Vanessa Rondón Mejías
<b>Procedencia:</b>	
<b>Administración:</b>	Cuestionario virtual en google forms
<b>Tiempo de aplicación:</b>	10 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Universidad Nacional en Lima
<b>Significación:</b>	Los ítems están formulados a partir de los indicadores que son desagregados de sus dimensiones y estas pertenecientes a las variables preparación física y competitividad. Con el uso de una escala de likert con 5 puntuaciones de mayor a menor.

**Observaciones (precisar si hay suficiencia):** hay suficiencia

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

**Apellidos y nombres del juez validador:** Pérez Saavedra Segundo

**Especialidad del validador:** Docente investigador

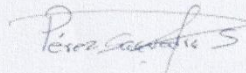
06 de junio del 2023

<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



DNI

25601051

Firma del Experto validador

## Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Preparación física y Competitividad". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del juez:

<b>Nombre del juez:</b>	Felipe Guizado Oscco	
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )	Doctor (x)
<b>Área de formación académica:</b>	Clinica ( )	Social ( )
	Educativa (x)	Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Docencia Universitaria	
<b>Institución donde labora:</b>	Universidad Privada "Cesar Vallejo"	
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )	Más de 5 años (x)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Preparación física Competitividad
<b>Autora:</b>	Klovís Vannessa Rondón Mejías
<b>Procedencia:</b>	
<b>Administración:</b>	Cuestionario virtual en google forms
<b>Tiempo de aplicación:</b>	10 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Universidad Nacional en Lima
<b>Significación:</b>	Los ítems están formulados a partir de los indicadores que son desagregados de sus dimensiones y estas pertenecientes a las variables preparación física y competitividad. Con el uso de una escala de likert con 5 puntuaciones de mayor a menor.



**Observaciones (precisar si hay suficiencia):** Existe suficiencia

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

**Apellidos y nombres del juez validador:** Guizado Oscoco Felipe

**Especialidad del validador:** Metodólogo - Investigador

**04 de junio del 2023**

**<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



**Firma del Experto validador**

## Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Preparación física y Competitividad". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del juez:

<b>Nombre del juez:</b>	Dr. Chavarri Velarde Fernando Rafael		
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )	Doctor	(x)
<b>Área de formación académica:</b>	Clinica ( )	Social	( )
	Educativa (x)	Organizacional	( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Docencia Universitaria		
<b>Institución donde labora:</b>	Universidad Privada "Cesar Vallejo"		
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años	( )	
	Más de 5 años	(x)	
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)			

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Preparación física Competitividad
<b>Autora:</b>	Klovis Vanessa Rondón Mejías
<b>Procedencia:</b>	
<b>Administración:</b>	Cuestionario virtual en google forms
<b>Tiempo de aplicación:</b>	10 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Universidad Nacional en Lima
<b>Significación:</b>	Los ítems están formulados a partir de los indicadores que son desagregados de sus dimensiones y estas pertenecientes a las variables preparación física y competitividad. Con el uso de una escala de likert con 5 puntuaciones de mayor a menor.

**Observaciones (precisar si hay suficiencia): hay suficiencia**

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

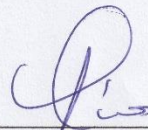
**Apellidos y nombres del juez validador:** Chavarri Velarde Fernando Rafael

**Especialidad del validador:** Docente investigador

**06 de junio del 2023**

<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



---

DNI

07238773

Firma del Experto validador

Anexo 07: Data

I		II		III		IV		V		VI		VII		VIII		IX		X		XI		XII	
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.	26.	27.	28.	29.	30.	31.	32.	33.	34.	35.	36.	37.	38.	39.	40.	41.	42.	43.	44.	45.	46.	47.	48.
49.	50.	51.	52.	53.	54.	55.	56.	57.	58.	59.	60.	61.	62.	63.	64.	65.	66.	67.	68.	69.	70.	71.	72.
73.	74.	75.	76.	77.	78.	79.	80.	81.	82.	83.	84.	85.	86.	87.	88.	89.	90.	91.	92.	93.	94.	95.	96.
97.	98.	99.	100.	101.	102.	103.	104.	105.	106.	107.	108.	109.	110.	111.	112.	113.	114.	115.	116.	117.	118.	119.	120.

I		II		III		IV		V		VI		VII		VIII		IX		X		XI		XII	
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.	26.	27.	28.	29.	30.	31.	32.	33.	34.	35.	36.	37.	38.	39.	40.	41.	42.	43.	44.	45.	46.	47.	48.
49.	50.	51.	52.	53.	54.	55.	56.	57.	58.	59.	60.	61.	62.	63.	64.	65.	66.	67.	68.	69.	70.	71.	72.
73.	74.	75.	76.	77.	78.	79.	80.	81.	82.	83.	84.	85.	86.	87.	88.	89.	90.	91.	92.	93.	94.	95.	96.
97.	98.	99.	100.	101.	102.	103.	104.	105.	106.	107.	108.	109.	110.	111.	112.	113.	114.	115.	116.	117.	118.	119.	120.

# Anexo 08: Datos en SPSS

Klovis.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 45 de 45 variables

	VAR0002 6	VAR0002 7	VAR0002 8	VAR0002 9	VAR0003 0	VAR0003 1	VAR0003 2	VAR0003 3	VAR0003 4	VAR0003 5	VAR0003 6	Var1	Dim1	Dim2	Dim3	Dim4	Dim5	Var2	Dim1Var2	Dim2Var2	
1	3.00	4.00	3.00	4.00	4.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3.00	3.00	2.00	4.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
5	3.00	3.00	4.00	3.00	4.00	2.00	4.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
6	3.00	3.00	3.00	3.00	4.00	2.00	2.00	3.00	4.00	4.00	4.00	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
7	3.00	3.00	3.00	5.00	4.00	2.00	4.00	3.00	2.00	4.00	4.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
8	3.00	3.00	4.00	4.00	4.00	3.00	3.00	2.00	4.00	4.00	4.00	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
9	3.00	3.00	3.00	3.00	4.00	3.00	4.00	4.00	2.00	4.00	4.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
10	4.00	3.00	4.00	4.00	4.00	3.00	4.00	3.00	2.00	4.00	4.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
11	3.00	4.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
12	4.00	3.00	4.00	4.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
13	4.00	3.00	4.00	2.00	3.00	4.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
14	4.00	3.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
15	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
16	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2
17	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2
18	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2
19	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2
20	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2
21	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2
22	3.00	2.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2
23	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2
24	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2
25	2.00	3.00	3.00	3.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1
26	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	2.00	3.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1
27	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	2.00	3.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1
28	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	2.00	3.00	2.00	3.00	2.00	2.00	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2
29	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2
30	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2
31	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2
32	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2
33	2.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	2.00	2.00	3.00	3.00	2.00	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2
34	2.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2
35	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2
36	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2
37	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	3.00	3.00	2.00	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

Klovis.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
10	VAR00010	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
11	VAR00011	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
12	VAR00012	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
13	VAR00013	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
14	VAR00014	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
15	VAR00015	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
16	VAR00016	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
17	VAR00017	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
18	VAR00018	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
19	VAR00019	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
20	VAR00020	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
21	VAR00021	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
22	VAR00022	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
23	VAR00023	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
24	VAR00024	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
25	VAR00025	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
26	VAR00026	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
27	VAR00027	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
28	VAR00028	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
29	VAR00029	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
30	VAR00030	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
31	VAR00031	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
32	VAR00032	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
33	VAR00033	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
34	VAR00034	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
35	VAR00035	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
36	VAR00036	Numérico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
37	Var1	Numérico	8	0	Preparación física	{1, Esperad...	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
38	Dim1	Numérico	8	0	Fuerza	{1, Esperad...	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
39	Dim2	Numérico	8	0	Resistencia	{1, Esperad...	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
40	Dim3	Numérico	8	0	Velocidad	{1, Esperad...	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
41	Dim4	Numérico	8	0	Flexibilidad	{1, Esperad...	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
42	Dim5	Numérico	8	0	Coordinación	{1, Esperad...	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
43	Var2	Numérico	8	0	Competitividad	{1, Buena}...	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
44	Dim1Var2	Numérico	8	0	Motivación intrí...	{1, Buena}...	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
45	Dim2Var2	Numérico	8	0	Motivación Ext...	{1, Buena}...	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
46											
47											
48											

Vista de datos Vista de variables

## Anexo 09: Correlaciones

### Correlaciones

			Preparación física	Competitividad
Rho de Spearman	Preparación física	Coefficiente de correlación	1.000	.455**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	60	60
	Competitividad	Coefficiente de correlación	.455**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	60	60

### Correlaciones

			Competitividad	Fuerza
Rho de Spearman	Competitividad	Coefficiente de correlación	1.000	.270*
		Sig. (bilateral)	.	.037
		N	60	60
	Fuerza	Coefficiente de correlación	.270*	1.000
		Sig. (bilateral)	.037	.
		N	60	60

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

**Correlaciones**

			Competitividad	Resistencia
			d	ia
Rho de Spearman	Competitividad	Coefficiente de correlación	1.000	.351**
		Sig. (bilateral)	.	.006
		N	60	60
	Resistencia	Coefficiente de correlación	.351**	1.000
		Sig. (bilateral)	.006	.
		N	60	60

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

**Correlaciones**

			Competitividad	Velocidad
			d	d
Rho de Spearman	Competitividad	Coefficiente de correlación	1.000	.449**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	60	60
	Velocidad	Coefficiente de correlación	.449**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	60	60

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

**Correlaciones**

			Competitivida d	Flexibilida d
Rho de Spearman	Competitivida d	Coefficiente de correlación	1.000	.329*
		Sig. (bilateral)	.	.001
		N	60	60
	Flexibilidad	Coefficiente de correlación	.329*	1.000
		Sig. (bilateral)	.001	.
		N	60	60

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

**Correlaciones**

			Competitivida d	Coordinació n
Rho de Spearman	Competitivida d	Coefficiente de correlación	1.000	.329*
		Sig. (bilateral)	.	.010
		N	60	60
	Coordinación	Coefficiente de correlación	.329*	1.000
		Sig. (bilateral)	.010	.
		N	60	60

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, GUIZADO OSCCO FELIPE, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "La preparación física y el nivel de competitividad en karate do en estudiantes de una universidad de Lima, 2023.", cuyo autor es RONDON MEJIAS KLOVIS VANNESSA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 16.00%, 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, 10 de Agosto del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
GUIZADO OSCCO FELIPE <b>DNI:</b> 31169557 <b>ORCID:</b> 0000-0003-3765-7391	Firmado electrónicamente por: FGUIZADOO el 10- 08-2023 12:42:36

Código documento Trilce: TRI - 0646665