



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD
ESPECIALIDAD DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE**

Ejercicios físicos e inteligencia emocional en los discentes de primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco –
2024

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE**

AUTOR:

Tucto Trinidad, Miqueas Olimpio (orcid.org/0009-0001-2337-4975)

ASESOR:

Mg. Elías Arriaga, Dante Armando (orcid.org/0000-0001-5920-9608)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Didáctica y Evaluación de los Aprendizajes

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Enfoque de género, inclusión social y diversidad cultural

TRUJILLO – PERÚ

2024

DEDICATORIA

Agradezco a Dios por todas las bendiciones que me concede continuamente. A la vida y a las personas muy especiales que son mis padres, por su protección y cuidado, gracias por confiar en mí para alcanzar mis sueños por su amor incondicional y protección eterna que siempre me brindan para poder seguir brillando como personal y profesionalmente.

AGRADECIMIENTO

Es necesario agradecer al Salvador por dedicarme sabiduría, vida, salud y conocimiento durante una larga vida, por su amor, sabiduría y bendición, así como en momentos de dificultades y obstáculos.

Para los profesores y estudiantes que contribuyeron a la reunión de este trabajo académico.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE HUMANIDADES

PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, ELIAS ARRIAGA DANTE ARMANDO, docente de la FACULTAD DE HUMANIDADES del programa de SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Trabajo Académico II titulado: "Ejercicios físicos e inteligencia emocional en los discentes de primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024", cuyo autor es TUCTO TRINIDAD MIQUEAS OLIMPIO, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14%, 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 el Trabajo Académico II 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.

TRUJILLO, 27 de Julio del 2024

| Apellidos y Nombres del Asesor: | Firma |
|--|--|
| ELIAS ARRIAGA DANTE ARMANDO DNI: 18070662 ORCID: 0000-0001-5920-9608 | Firmado electrónicamente por: DAELIASE el 27-07- 2024 10:22:30 |

Código documento Trilce: TRI - 0837439



Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, TUCTO TRINIDAD MIQUEAS OLIMPIO estudiante de la FACULTAD DE HUMANIDADES del programa de SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan el Trabajo Académico II titulado: "Ejercicios físicos e inteligencia emocional en los discentes de primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que el Trabajo Académico II:

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

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

| Nombres y Apellidos | Firma |
|---|--|
| MIQUEAS OLIMPIO TUCTO TRINIDAD DNI: 73437728 ORCID: 0009-0001-2337-4975 | Firmado electrónicamente por: MOTUCTOT el 27-07- 2024 08:43:15 |

Código documento Trilce: TRI - 0837438

ÍNDICE DE CONTENIDOS

| | |
|--|------|
| Carátula..... | i |
| Dedicatoria..... | ii |
| Agradecimiento..... | iii |
| Declaratoria de autenticidad de los asesores..... | iv |
| Declaratoria de originalidad del autor..... | v |
| Índice de contenidos..... | vi |
| Índice de tablas..... | viii |
| Resumen..... | ix |
| Abstract..... | x |
| I. INTRODUCCIÓN..... | 11 |
| II. MARCO TEÓRICO..... | 16 |
| III. MÉTODO..... | 25 |
| 3.1. Tipo y diseño de investigación..... | 25 |
| 3.2. Variables y operacionalización..... | 26 |
| 3.3. Población (criterio de selección), muestra y muestreo, unidad de análisis..... | 28 |
| 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos..... | 29 |
| 3.5. Procedimientos..... | 30 |
| 3.6. Método de análisis de datos..... | 30 |
| 3.7. Aspectos éticos..... | 30 |
| IV. RESULTADOS..... | 31 |
| V. DISCUSIÓN..... | 43 |
| VI. CONCLUSIONES..... | 46 |
| VII. RECOMENDACIONES..... | 47 |
| REFERENCIAS..... | 48 |
| ANEXOS | |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1: <i>Nombres de los expertos de la validación de instrumentos.....</i> | 19 |
| Tabla 2: <i>Niveles de los ejercicios físicos con sus dimensiones.</i> | 22 |
| Tabla 3: <i>Niveles de inteligencia emocional con sus dimensiones.</i> | 25 |
| Tabla 4: <i>Prueba de normalidad aplicada a las puntuaciones de ejercicios físicos e inteligencia emocional.</i> | 29 |
| Tabla 5: <i>Prueba de normalidad aplicada a las puntuaciones de ejercicios físicos con atención emocional.</i> | 29 |
| Tabla 6: <i>Prueba de normalidad aplicada a las puntuaciones de ejercicios físicos con claridad emocional.</i> | 30 |
| Tabla 7: <i>Prueba de normalidad aplicada a las puntuaciones de ejercicios físicos con reparación emocional.</i> | 30 |
| Tabla 8: <i>Correlación entre el ejercicio físico e inteligencia emocional.....</i> | 31 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Gráfico 1: <i>Resultado de la aplicación del ejercicio físico.</i> | 23 |
| Gráfico 2: <i>Resultado de la aplicación del ejercicio físico de la dimensión resistencia.</i> | 23 |
| Gráfico 3: <i>Resultado de la aplicación del ejercicio físico de la dimensión velocidad.</i> | 24 |
| Gráfico 4: <i>Resultado de la aplicación del ejercicio físico de la dimensión flexibilidad.</i> | 24 |
| Gráfico 5: <i>Resultado de la aplicación de la inteligencia emocional.</i> | 26 |
| Gráfico 6: <i>Resultado de la aplicación de la inteligencia emocional en la dimensión atención emocional.</i> | 27 |
| Gráfico 7: <i>Resultado de la aplicación de la inteligencia emocional en la dimensión claridad emocional.</i> | 27 |
| Gráfico 8: <i>Resultado de la aplicación de la inteligencia emocional en la dimensión atención emocional.</i> | 28 |

RESUMEN

En la presente investigación se planteó determinar la relación entre el ejercicio físico con la inteligencia emocional en los estudiantes de primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024, la metodología corresponde a un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional, con un diseño no experimental; la población estuvo conformado 120 estudiantes, se aplicó dos cuestionarios, se demostró que los instrumentos son confiables al obtener el alfa de 0.926 para ejercicios físicos y alfa de 0.889 para inteligencia emocional. Se determinó que existe relación estadísticamente significativa de manera directa de niveles muy altos entre ejercicios físicos e inteligencia emocional ($\rho=0,885^{**}$, $p=0.000$). Las dimensiones de la inteligencia emocional atención emocional, claridad emocional y reparación emocional, originalidad tienen relación estadística significativa con los ejercicios físicos ($p\text{-datos}=0.000 < p\text{-valor}=0.050$) en la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024 perteneciente a la provincia de Huamalíes.

Palabras clave: Habilidad, destreza, flexibilidad, conocimiento, valores.

ABSTRACT

In the present research, it was proposed to determine the relationship between physical exercise and emotional intelligence in primary school students of the Integrated Educational Institution N°. 32399 Quiprán, Huánuco – 2024, the methodology corresponds to a quantitative approach, of a correlational type, with a non-experimental design; The population was made up of 120 students, two questionnaires were applied, it was shown that the instruments are reliable by obtaining the alpha of 0.926 for physical exercises and alpha of 0.889 for emotional intelligence. It was determined that there is a statistically significant direct relationship of very high levels between physical exercise and emotional intelligence ($\rho=0.885^{**}$, $p=0.000$). The dimensions of emotional intelligence, emotional attention, emotional clarity and emotional repair, originality have a statistically significant relationship with physical exercises ($p\text{-data}=0.000 < p\text{-value}=0.050$) in the Integrated Educational Institution No. 32399 Quiprán, Huánuco – 2024 belonging to the province of Huamalíes.

Keywords: Ability, dexterity, flexibility, knowledge, values.

I. INTRODUCCIÓN

En los últimos años, la calidad de la información sobre la mejora completa de los estudiantes se ha difundido significativamente a nivel internacional, nacional y local. La mejora de las actividades físicas en los discentes de nivel inicial y primario es fundamental y crucial, ya que es donde se desarrollan las habilidades cognitivas, afectivas y de comunicación en su familia y sociedad. En los últimos años, la calidad de la información sobre la mejora completa de los estudiantes se ha difundido significativamente a nivel internacional, nacional y local. La mejora de las actividades físicas en los discentes de nivel inicial y primario es fundamental y crucial, ya que es donde se desarrollan las habilidades cognitivas, afectivas y de comunicación en su familia y sociedad.

La experiencia educativa ha demostrado que las niñas y niños ingresan a la Educación Básica Regular (EBR) con una variedad de emociones, destrezas, preocupaciones, habilidades, originalidad y naturalidad. También, es evidente en la práctica educativa que estas capacidades están desperdiciando importancia y vitalidad con el tiempo, y esta incertidumbre aumenta con el tiempo el perfeccionamiento del movimiento físico, corpóreo y las destrezas motoras no se desarrollan de modo integral.

Los juicios sobre la recreación infantil se consideran centros de caminos continuos hacia el espacio nativo donde los niños existen y se manifiestan. Como resultado, en las diversas acciones lúdicas, en las que el deportista crea lo que importa a él y no para un manejo funcional que hace que la chica (o) entre la acción de caza, caminar y la recreación de caza se completen, se crean referencias ecológicas, sociales, culturales y psicológicas en un grupo de personas. Los deseos de innovación, desafío, competencia y comunicación se manifiestan en la actividad del juego a través del comportamiento lúdico, que involucra al espectador en los orígenes de la aspiración del niño y niña. La práctica de valores, tradiciones e ideogramas por parte de los deportistas prepara una sociedad competitiva de jóvenes. (UNESCO, 1980, p. 26)

Las líneas mencionadas anteriormente apoyan la mejora de las habilidades motoras básicas y habilidades en las niñas y niños en los niveles

educativos de inicial, primaria y secundaria, que son esenciales para el desarrollo lector, literario y cognitivo.

Las habilidades motoras básicas establecen lo que podemos denominar el "alfabeto" o el "vocabulario básico" de nuestras habilidades motoras. Por lo tanto, estos serían los rasgos, los componentes con los que podemos construir replicas motoras extensas, completas y adaptadas. (Batalla, 2000, p.11)

En los últimos años, en nuestra nación se ha puesto un gran énfasis en mejorar significativamente a los niños y niñas. Se han creado actualizaciones de programas tanto en persona como en línea, así como la implementación de métodos, técnicas y estrategias para promover y fomentar que los niños de preescolar adquieran control sobre sus habilidades motoras. Como resultado, en instituciones educativas de todo el país se han efectuado diversas tácticas educativas como baile tradicional, drama, juegos gratuitos y teatro con el objetivo de optimizar el sumario educativo; Asimismo, los beneficios que ofrecen siguen siendo insignificantes. A pesar de la teoría amplia que respalda la importancia de estas tácticas en el progreso de las niñas y niños, no hay evidencia clara y concisa sobre las extensiones o instrumentos de valoración que deben emplearse para reflejar e instituir adelantos significativos.

El Minedu ha establecido que el nivel inicial es completamente obligatorio a partir de los tres a los cinco años, con un enfoque en la actividad física con intensidad para obtener significativa formación y mejorar las habilidades motoras, siempre y cuando se refleje que el niño que ha avanzado en la actividad física está demostrando una gran convicción y puede realizar una variedad de acciones con superioridad de razón basada en el superior.

Según Miranda (2010) el movimiento lúdico se considera la expresión de la energía de las personas mediante diversas actividades significativas realizadas por las niñas y niños, adolescentes, jóvenes y adultos. Al participar en diversas actividades lúdicas, valoran la alegría de sentir e incitan en gran medida una parte de su organización física. (p. 54)

No obstante, es ineludible conocer las causas cuando no se práctica los ejercicios físicos en los discentes de primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024. Por lo tanto, es fundamental crear lugares donde los estudiantes puedan practicar, implementar y preparar sus habilidades motoras, también basándose en las indicaciones del diseño del Currículo Nacional. (CN, 2016)

También, parece que la inteligencia emocional va más allá de la creación de valores; es la habilidad de examinar nuestras propias y de las demás emociones, motivarnos y manipular las relaciones adecuadamente. Desde este punto de vista, buscamos desarrollar actividades físicas como bailar, saltar, caminar, correr, girar y manipular objetos, que son necesarias para una mejora física ideal desde la etapa inicial de su desarrollo. Las acciones motoras deben realizarse en diversos juegos para que todos los estudiantes participen activamente.

Por esta razón, la actividad física está estrechamente relacionada con la inteligencia emocional, ya que se cuenta a un proceso para adquirir nuevos y útiles conceptos como la intuición, la capacidad de imaginar, la inspiración, la creatividad y la originalidad para resolver problemas educativos. Por lo tanto, el propósito de la presente indagación es determinar si existe una conexión entre la actividad física y la inteligencia emocional.

El actual estudio de indagación responde a las siguientes incógnitas, problema general: ¿De qué manera se relaciona el ejercicio físico con la inteligencia emocional en los discentes de primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024? y los problemas específicos son: ¿De qué manera se relaciona el ejercicio físico con la atención emocional en los discentes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024? ¿De qué manera se relaciona el ejercicio físico con la claridad emocional en los discentes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024? y ¿De qué manera se relaciona el ejercicio físico con la reparación emocional en los discentes de

sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024?

La justificación de la presente indagación se fundamentó en el hecho de que la actividad física es crucial para los discentes en sus esfuerzos académicos. Los hallazgos de esta investigación serán esenciales para promover la comprensión y el dominio de la inteligencia emocional. Al mejorar esta habilidad, Es posible abordar los diversos problemas que afectan el sistema educativo en su conjunto y también se puede utilizar como referencia y base para futuras investigaciones en este campo. Por lo tanto, la investigación actual tiene una alta calidad y valor para ser una contribución significativa al ámbito educativo debido a la falta de trabajos previos sobre el tema sugerido. Actualmente, la actividad física requiere de principios, teorías y materiales, estándares y métodos que sirven como asiento y fabricación para enfrentar nuevos escenarios con una perspectiva extensa, original e innovadora, desplegando habilidades para organizar nuevos puntos de vista.

Cuando se encuentra el procedimiento sobre la relación entre uno y otras variables, los agentes educativos y políticas alcanzan a llegar a un acuerdo sobre el objetivo de perfeccionar las actividades físicas relacionadas con la dominación de la inteligencia emocional en el entorno académico.

La finalidad de la presente indagación: Determinar la relaciona entre el ejercicio físico con la inteligencia emocional en los discentes de primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024 y los propósitos específicos son: i. Conocer la relaciona entre el ejercicio físico con la atención emocional en los discentes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024. ii. Determinar la relaciona entre el ejercicio físico con la claridad emocional en los discentes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024. iii. Conocer la relaciona entre el ejercicio físico con la reparación emocional en los discentes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

La hipótesis general fue: El ejercicio físico se relaciona significativamente con la inteligencia emocional en los discentes de primaria de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

II. MARCO TEÓRICO

Cuando buscamos información relevante, consideramos los estudios importantes y actualizados que se desarrollarán para las investigaciones actuales a nivel local, nacional e internacional, que se usarán para definir y definir las variables de investigación.

Internacional, según Alarcón, González, Vázquez y Bárzaga (2022) en la tesis titulada: “Los ejercicios físicos de inferior marca como herramienta terapéutica y rehabilitadora en adultos hipertensos”. (Revista científica, Universidad de Granma, Cuba). El objetivo de este artículo es rehabilitar a ancianos diagnosticados con arterial hipertensión mediante el uso de ejercicios terapéuticos de bajo impacto con la terminación de promover el bienestar corporal y espiritual de esta población de edad. Los resultados de las pruebas y ensayos proponen la necesidad de abordar este problema. Finalmente, es evidente que los pacientes de la comunidad mejoraron claramente como resultado del uso del sistema de ejercicio, que permitió una mejora significativa en la salud.

Por otra parte, según Guamán (2020) en la tesis titulada: “La correlación entre la acción física, la salud física y el sobrepeso en estudiantes de trece a dieciocho años de la Unidad Educativa Sayausí”. (Tesis de pregrado, Universidad de Cueca). Los resultados logrados se examinaron con estadísticas descriptivas y las variables del estudio se evaluaron para instaurar la correlación. Definitivamente, después de examinar la razón y el método, se llegó a la conclusión que de movimiento físico y bienestar físico en la escuela tienen un impacto, pero en este estudio de manera menos significativa debido a las actividades físicas importantes que realizan en casa.

De la misma forma según los autores López, Ortega, Jiménez y Valero (2021). En la tesis titulado “La influencia de la acción física en la inteligencia emocional y las disconformidades de género. Problemas: nuevas directrices en la formación física, el recreo y la recreación”. Los hallazgos muestran que aquellos que realizan más actividad física, que suelen ser hombres, tienen una mejor gestión de sus emociones en sus tres dimensiones, destacando la

habilidad de reparar, que presenta los valores más altos junto con la claridad emocional, donde las mujeres tienen una pequeña mayoría. Además de las notables diferencias en las relaciones entre los aspectos sexuales de la inteligencia emocional y los deportes sexuales,

Por otra parte, según los autores Martínez y Valencia (2021). “Una perspectiva sobre el perfeccionamiento de la inteligencia emocional a través de las técnicas visuales en el segundo curso”. Cada niña y niño tiene una rutina magnífica y renovable cuando está positivamente relacionado con el arte; esto posibilita el espejismo y la creatividad para instaurar una nueva percepción de la realidad. Las experiencias estéticas y la educación artística son mutuamente beneficiosas; ambas son necesarias para brindar a los niños y niñas un aprendizaje significativo.

Finalmente, según los autos Melguizo, Zurita, Ubago y González (2020). “Los niveles de adherencia al régimen mediterráneo y la inteligencia emocional de los discentes del tercer ciclo de primaria en la provincia de Granada”. Más de treinta por ciento de la muestra participó en actividades físicas fuera del horario escolar. En cuanto al tipo de dieta, seis de cada diez estudiantes deberían mejorar, mientras que tres de cada diez escuelas ofrecen un nivel excepcional. Por otro lado, uno de cada diez estudiantes presenta una dieta de baja calidad. En cuanto a la inteligencia emocional, es crucial destacar que más del medio de los discentes manifiestan niveles adecuados de vigilancia, claridad y resarcimiento emocional.

En el contexto nacional, según Obregon y Toribio (2021) en la tesis titulada: “La formación física y la inteligencia emocional de los discentes de la Institución Educativa José María Arguedas de Huari”. Tesis de grado, los efectos y conclusiones de la investigación son los siguientes: La formación física está relacionada con la inteligencia emocional de los discentes de la Institución Educativa letras arriba mencionado, aceptando la hipótesis general.

Adicionalmente según los autores Vallejos, Rosario, Cárdenas, Cuenca, Dioses y Jaimes (2022) en su libro titulada: “La inteligencia emocional: ofrecimiento de la versión reducida del catálogo de inteligencia emocional”. (Libro, Universidad Cesar Vallejo). Los resultados finales se obtuvieron después de aplicar procedimientos psicométricos sucesivos, y 29 ítems ofrecieron indicadores adecuados de confiabilidad ($\Omega= 0.86$; $\alpha_{ordinal}= 0.95$ y $\alpha= 0.85$). También se encontró prueba de validez interna de la estructura mediante análisis de factores de confirmación.

De la misma forma según los autores Mendoza (2022) en la tesis titulada: “Una exploración teórica de la inteligencia emocional”. Tesis de grado, se llegó a la conclusión de que la investigación del constructo debe continuar debido al rápido avance de la globalización y las diversas circunstancias que enfrentan para lograr objetivos específicos.

Adicionalmente, según los autores Palacios y Pozo (2021) en el artículo titulada: “La inteligencia emocional en la educación”. (Artículo, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo). Los resultados muestran que los maestros tienen mejores resultados laborales con una mayor inteligencia emocional, evitando el efecto del agotamiento. A pesar de la división por género entre maestros y discentes, las mujeres tienen una inteligencia emocional superior. Asimismo, los discentes desarrollan su inteligencia emocional, lo que mejora sus logros académicos. También se descubrió que los discentes con pensamientos eliminados son aquellos que escasean de habilidades emocionales.

Por otro lado, según Nunjar (2021) en el artículo titulada: “Actividad física para reducir la hipertensión arterial”. Artículo, las consecuencias de la investigación actual muestran información sobre las características de las personas con diabetes, considerando que este malestar se muestra como uno de las dolencias de alto peligro para los ancianos, y describiendo los importantes aportes de los escritores sobre el documento de la acción física y su jerarquía en una de las posibilidades de reducir las consecuencias de la diabetes.

Finalmente, a nivel nacional según Salcedo (2021) en el artículo titulada: “Actividades físicas para desarrollar habilidades motoras básicas en niños de primaria”. (Artículo, Universidad Nacional de Tumbes). Una buena enseñanza se construye desde una edad temprana y mejorará con el tiempo. Por lo tanto, en este tema consideramos temas fundamentales como qué tipos de ejercicios físicos ayudarán a desarrollar las destrezas motoras en las niñas y niños de primer nivel.

En el ámbito local, Pascual (2022). En la investigación titulada: “Emocional inteligencia en discentes de educación primaria en la Institución Educativa de Jangas”. El resultado demuestra que algunos estudiantes carecen de una estrategia adecuada para expresar sus sentimientos y emociones. Finalmente, 24 estudiantes evaluados, o el 17 % del total, representaron un nivel aceptable, lo que indica que la mayoría de los discentes transmiten efectivamente sus sentimientos y emociones. Por lo tanto, se requiere apoyo de docentes o personal capacitado para empoderarlos con estrategias para que los estudiantes puedan controlar mejor sus sentimientos y emociones.

Adicionalmente, según Juárez (2022). En la indagación titulado: “El programa de inteligencia emocional utiliza la atención plena para controlar las emociones en los discentes de una Institución Educativa de Ica, 2022”. Debido a los niveles insuficientes de inteligencia emocional de los estudiantes, se concluye con el diseño completo de las sesiones. Se recomienda implementar el programa y evaluar continuamente los sentimientos de los niños tanto en las instituciones educativas como en casa para recurrir a la ayuda profesional a temprana edad y evitar daños psicológicos posteriores.

También, según Villamar (2020). En el trabajo de indagación titulado: “Las actividades y habilidades emocionales de los discentes de segundo grado de la escuela primaria de Durán”. Se llevó a cabo una observación de las diversas investigaciones realizadas acerca de este tema, reuniendo diversas perspectivas de expertos en el texto. La metodología de investigación es de enfoque cuantitativo y recopila información de los participantes mediante métodos como encuestas y fichas de observación. La descripción del problema

de investigación y las perspectivas de los participantes se destacan en esta metodología.

Asimismo, según los autores Campayo y Sánchez (2020). Investigación titulada: “La inteligencia emocional en los profesores de primaria: un ofrecimiento práctico para su mejora”. Se ha alcanzado a la terminación de que la inteligencia emocional es un factor de gran jerarquía en la educación para el perfeccionamiento personal y socioemocional de los estudiantes. Por lo tanto, los maestros pueden usar una variedad de actividades para implementar programas enfocados en el desarrollo de la institución educativa.

Finalmente, según López (2024). En la investigación titulada: “Las relaciones interpersonales y la inteligencia emocional en los discentes de educación primaria de la Institución Educativa Artemio del Solar Icochea, perteneciente a Ancash”. Es posible encontrar una correlación directa baja o débil entre las variables inicial y segunda, considerando las consecuencias ($r=0,261$, $p=0,014$ admitiendo la hipótesis alternativa (H_a) y contradiciendo la hipótesis nula. En otras palabras, la mayor inteligencia emocional mejora las relaciones interpersonales.

Según el MINEDU (2016). Una vida saludable depende de la actividad física. Establecer una relación positiva con nuestro cuerpo, mente y espíritu no es solo mantener un cuerpo atractivo. A través del movimiento, exploramos los límites de nuestra capacidad física, desafiándonos y fortaleciendo nuestros cuerpos.

Cada sesión de ejercicio nos brinda la oportunidad de conectarnos con nosotros mismos, liberar el estrés acumulado y revitalizar nuestra energía. En un mundo cada vez más sedentario, el ejercicio nos brinda una forma de reconectarnos con la naturaleza de nuestro cuerpo, recordándonos que estamos destinados a moverse, explorar y vivir de manera activa.

Por otra parte, según el MINEDU (2016). El ejercicio tiene un impacto significativo en nuestra salud mental. Además de los beneficios físicos evidentes, como mejorar la salud cardiovascular, fortalecer los músculos y

aumentar la flexibilidad, el deporte también tiene una huella significativa en nuestra salud mental. Durante el ejercicio, nuestro cuerpo libera endorfinas, neurotransmisores que nos hacen sentir bien, lo que ayuda a combatir el estrés, la angustia y la depresión. El ejercicio regular también puede perfeccionar la eficacia del sueño, aumentar la autoestima y mejorar la salud general.

Sin embargo, según la Real Academia Española (2023) la actividad física no se limita a ir al gimnasio o participar en actividades deportivas oficiales. Es encontrar formas de moverse que nos sean satisfactorias y satisfactorias. Todas estas actividades benefician nuestro bienestar físico y emocional, ya sea caminando por la naturaleza, bailando en casa, practicando yoga o jugando con nuestros hijos.

Por último, según el MINEDU (2016) es importante recordar que la actividad física es una forma de autocuidado. Cuando dedicamos tiempo y energía a nuestra salud, estamos invirtiendo en nuestra futura y calidad de vida. Por lo tanto, debemos dar prioridad a la actividad física en nuestras vidas, no como una obligación, sino como una gracia que nos damos a nosotros mismos todos los días.

Resistencia. Según la Real Academia Española (2023) El término resistencia tiene múltiples significados. La mayoría de las veces se refiere a la capacidad de soportar o tolerar algo, ya sea físicamente, químicamente o moralmente. También puede referirse a la acción de oponerse a algo, como en una pelea o confrontación. También puede referirse a una organización clandestina que se opone a un régimen político o una ocupación militar.

Velocidad. Según la Real Academia Española (2011) La velocidad, también conocida como velocidad o ligereza de movimiento, es una medida física que indica el camino recorrido por un objeto en una unidad de tiempo. En la vida cotidiana, se puede definir como la velocidad con la que algo se mueve desde un lugar a otro. La velocidad se puede medir en diferentes unidades, como km/h o m/s.

Flexibilidad. Según la Real Academia Española (2023) describe la flexibilidad como la capacidad de ajustarse sin dañar o perder forma. La flexibilidad también se refiere a la capacidad de adaptarse fácilmente a las circunstancias. Este término se puede usar en muchas áreas diferentes, como la física (elasticidad muscular o articular), la mental (elasticidad cognitiva, capacidad para adaptarse a nuevos conceptos o circunstancias) y la social (elasticidad en las relaciones interpersonales, capacidad para negociar o ceder).

Según Goleman (1995) la idea de la inteligencia emocional ha ganado importancia en campos como la psicología, la educación y el liderazgo en las últimas décadas. Daniel Goleman define la capacidad de reconocer, percibir y controlar las emociones propias y de los otros, en su prestigioso libro inteligencia emocional. La inteligencia emocional radica en una variedad de habilidades relacionadas que son esenciales para el bienestar personal, las relaciones exitosas y el éxito en la vida.

Por otra parte, según Goleman (1995) la capacidad de examinar y comprender nuestras emociones es parte de la inteligencia emocional. Esto implica ser capaz de reconocer cómo nos sentimos en diferentes circunstancias, lo que provoca ciertas emociones y cómo esas emociones afectan nuestra mente y comportamiento. La autoconciencia nos permite ser más conscientes de nosotros mismos y de nuestras reacciones, lo que nos permite controlar nuestras emociones de manera efectiva.

Asimismo, según Goleman (1995) La capacidad de manipular nuestras emociones de forma correcta es un aspecto de la inteligencia emocional, que incluye la autorregulación. Esto implica ser capaz de controlar tus impulsos, controlar tus emociones y adaptarse a los cambios de circunstancias sin ser llevado por sentimientos negativos. La autogestión nos ayuda a mantenernos calmos en momentos de estrés, a tomar decisiones lógicas y a resolver conflictos de manera constructiva.

También, según Goleman (1995) la inteligencia emocional encierra la capacidad de percibir y comprender las emociones de otros. Esto implica

colocarse en lugar de otro individuo, percibir sus emociones y puntos de vista, y responder con compasión y de manera apropiada. La empatía nos permite establecer vínculos más profundos con los demás, mejorar las relaciones interpersonales y trabajar mejor en grupos.

Finalmente, según Goleman (1995) la inteligencia emocional incluye las destrezas sociales, que son necesarias para interactuar de manera segura con otros. Esto requiere la capacidad de comunicar de carácter clara y persuasiva, solucionar conflictos de forma fructuosa, trabajar en equipos y liderar con empatía. Las habilidades suaves nos ayudan a establecer y mantener relaciones saludables tanto a nivel personal y profesional.

En resumen, la capacidad emocional es una habilidad vital en la vida que nos permite comprender a nosotros mismos y a los demás, manejar nuestras emociones de manera efectiva, establecer relaciones saludables y lograr el éxito en varios aspectos de nuestras vidas. Es una habilidad que se puede desplegar y perfeccionar con el tiempo mediante la práctica y la reflexión, y tiene la capacidad de cambiar positivamente cómo vivimos y relacionamos con el mundo que nos rodea.

Atención emocional. Según Real Academia Española, podríamos suponer que la atención emocional implica prestar atención, apoyo o cuidado a las emociones de una persona a través de la empatía, la comprensión o la expresión de afecto. A pesar de que esta definición no es oficial, ilustra cómo se pueden interpretar estos términos en conjunto.

Claridad emocional. Según Real Academia Española (2023) se cree que es la habilidad de comprender y expresar de manera clara y deliberada sus propias emociones, así como la destreza de comprender las emociones de otros sin ambigüedad ni confusión. Aunque no es una definición oficial de la RAE, esta interpretación muestra cómo estos términos se pueden combinar en un contexto emocional.

Reparación. Según Real Academia Española (2011) la reparación en el ámbito emocional puede referirse al proceso de corregir o sanar daño emocional,

restaurar relaciones interpersonales o sanar heridas emocionales. Es necesario tomar medidas para restablecer la estabilidad emocional o resolver conflictos emocionales.

III. MÉTODO

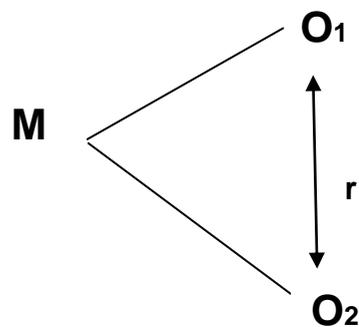
Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

El estudio académico se ajusta al tipo de indagación transversal, cuantitativa y descriptiva básica porque inicialmente analiza las variables mostradas en la investigación, como la actividad física y la inteligencia emocional, para determinar el rigor de la correlación entre las ambas variables.

Diseño de investigación

Según Hernández Sampieri y Mendoza (2020) el estudio utilizó un diseño simple, no experimental, descriptivo y correlativo. El objetivo de la investigación fue explicar la vinculación entre ambas variables estudiadas en un instante explícito, por otro lado, la relación entre ambas variables de actividad física e inteligencia emocional, cuyo bosquejo es:



Dónde:

M: Discentes de la muestra de estudio.

O₁: Análisis de ejercicios físicos.

O₂: Análisis de inteligencia emocional.

r: La correlación entre ambas variables.

Variables y operacionalización

Según, Espinoza (2019), considere la operación de la variable: se establece mediante una serie de predicciones para llevar a cabo la verificación de una variable conceptualmente especificada, donde el propósito es conseguir tanta información como sea posible sobre la variable seleccionada para arrebatar su significado y adaptarla al contexto. La operación de las variables está estrechamente conexas con la técnica utilizada para la conexión de datos. Estas deben estar relacionadas con los propósitos de la investigación, ya que deben identificar el rumbo manejado y el tipo de conclusión realizada, que puede ser cuantitativa o cualitativa.

a. Variable independiente. Ejercicios físicos

Definición conceptual

Según el MINEDU (2016) Una vida saludable depende de la actividad física. Establecer una relación positiva con nuestro cuerpo, mente y espíritu no es solo mantener un cuerpo atractivo. A través del movimiento, exploramos los límites de nuestra capacidad física, desafiándonos y fortaleciendo nuestros cuerpos.

Definición operacional

La educación física es una carrera docente que requiere una variedad de compromisos, reflexiones y actividades en la interacción entre la educación y el trabajo en la escuela, los estudiantes y la comunidad educativa. Variable que se calculó mediante cuestionario con tres alternativas de respuestas en Likert con las escalas poco significativo, significativo y totalmente significativo.

Indicadores

Resistencia. Trato a la capacidad para soportar o tolerar algo, ya sea física, química o moralmente.

Velocidad. Una cantidad física que muestra el trayecto recorrido por un fin en una unidad de tiempo.

Flexibilidad. Trato a la capacidad de adaptarse o cambiar fácilmente según las circunstancias

Escala de medición. Se considero la escala ordinal.

Variable dependiente. Inteligencia emocional

Definición conceptual

Según Goleman (1995) define esta frase como la capacidad de mostrarse conforme, percibir y controlar nuestras emociones de manera individual y de los demás. Una variedad de habilidades relacionadas con la emoción es esencial para la ventura personal, los noviazgos exitosos y la victoria en la vida.

Definición operacional

La inteligencia emocional es la habilidad de comprender y gestionar. También, debido a las diferentes formas en que se realizan las investigaciones, algunas orientadas hacia la persona y otras hacia el proceso, han surgido algunas disconformidades, lo que dificulta una definición completa de la originalidad. Variable medida mediante una encuesta con elecciones de respuesta de tipo Likert.

Indicadores

Atención emocional. Implica prestar cuidadosa consideración, apoyo o cuidado a las emociones de una persona, ya sea mediante la empatía, la comprensión o la expresión de afecto.

Claridad emocional. Capacidad de comprender y expresar de manera clara y consciente las propias emociones, esta interpretación refleja cómo se podrían combinar estos términos en un contexto emocional.

Reparación. Puede referirse al proceso de corregir o subsanar daños emocionales, reparar relaciones interpersonales, o sanar heridas emocionales.

Escala de medición: Se trabajo con la escala ordinal.

Población, muestra, muestreo y unidad de análisis

Población

La investigación consistió en un universo de 120 discentes de la escuela primaria de primer a sexto grado en la Institución Educativa N° 32399. Como declara Hernández & Mendoza (2018) “La población es la colección de todos los eventos que concuerdan con un proceso de representaciones y se puede delimitar como la recopilación de todas las unidades de muestreo” (p. 152)

Muestra

Hernández, antedicho por Barrionuevo (2020), considerando que el prototipo de indagación era el compendio de una porción de la población que se estaba investigando, la muestra de investigación estaba compuesta por toda la población de la escuela primaria de sexto grado un total de 20 discentes.

Muestreo

La investigación completa se llevó a cabo sobre la muestra de estudiantes de 6° grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 32399 de Quiprán, perteneciente a la región Huánuco. No se utilizó ningún tipo de muestreo.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.

Según Hernández (2018), una serie de preguntas relacionadas con una o más variables a medir se utilizó para recopilar información sobre el ejercicio físico e inteligencia emocional para la recopilación de datos.

Según Hernández (2018), el instrumento utilizado en este trabajo académico fue un cuestionario, que consiste en una serie de interrogantes que recopilan información relacionada con la variable de estudio que se pretendía medir. Se

utilizó el cuestionario sobre ejercicio físico, que consigna de 19 medidas que evalúan la variable ejercicio físico utilizando factores como la resistencia, la velocidad y la flexibilidad. Cada indicador tuvo las alternativas con las leyendas de poco significativo (1), significativo (2), totalmente significativo (3) en tipo de escala de Likert.

Para el cuestionario sobre inteligencia emocional fue agregado por 23 indicadores que tener en cuenta las dimensiones: Atención emocional, claridad emocional y reparación. Cada indicador tenía alternativas con las leyendas poco significativo = 1, Significativo = 2, Totalmente significativo = 3, en la escala de Likert.

Validez y confiabilidad de los instrumentos. Según López (2019) considera que es un proceso en que los instrumentos utilizados para recopilar información para una consulta se inspeccionan a partir de observaciones expertas con el objetivo de verificar la coherencia del comprendido y la relación, lo que proporciona posibilidad al origen del comprendido.

El juicio de expertos evaluó la validez del instrumento; el estudio incluyó a tres expertos destacados con títulos de doctor y maestría en educación. Estos expertos examinaron el comprendido de los cuestionarios para comprobar su claridad, pertinencia, redacción, coherencia y exactitud, lo que indicaba la aplicabilidad del instrumento. La ficha de evaluación se basó en tres criterios (pertinencia, claridad y relevancia) utilizando una medición cualitativa calificada.

Tabla 1: *Nombres de los expertos de la validación de instrumentos*

| APELLIDOS Y NOMBRES | DNI |
|--------------------------------|------------|
| Dr. Neil Raúl, CORI VARGAS | 80067703 |
| Mg. Víctor Raúl Osorio Alania | |
| Mg. Wilder Oscar Eunofre Colca | 41619884 |

Al aplicar el Alfa de Cronbach, se examinó un conjunto piloto de alumnos del 6° grado (12) de la Institución Educativa con las mismas peculiaridades para determinar la confiabilidad de cada instrumento.

| Instrumento | Ítems | Participantes | Alfa Cronbach |
|------------------------|-------|---------------|---------------|
| Ejercicios físicos | 19 | 12 | 0.926 |
| Inteligencia emocional | 23 | 12 | 0.889 |

Procedimiento

Para mejorar la investigación actual, los instrumentos de recopilación de datos fueron validados para su uso con instructores calificados, y se envió una solicitud al director de la Institución Educativa para obtener autorización para ejecutar los instrumentos con los discentes de la muestra del presente estudio. Después de obtener permiso, los instrumentos se aplicaron a los estudiantes de 6° grado de convenio con el horario y los días acordados con la autoridad pedagógica, quien avisó a los discentes de su participación en la investigación.

Se utilizaron el programa estadístico SPSS, versión 25, para procesar y analizar las informaciones después de recopilar los datos. Este programa facilitó el procesamiento analítico necesario para obtener resultados confiables y permitió el manejo eficiente de datos. El logro de los propósitos de la indagación y la validación de las teorías desarrolladas dependieron de los hallazgos de esta investigación. Además, brindaron la oportunidad de abordar y clarificar las diversas preguntas de investigación que habían sido establecidas anteriormente.

Método de análisis de datos

Para evaluar la conexión entre los objetivos e hipótesis particulares, se utilizaron tableros, pruebas estadísticas y pruebas estadísticas para organizar y presentar la información después de recopilar los datos.

Análisis inferencial

El test de Shapiro-Wilk se utilizó para establecer si los datos cumplían con el modelo normal de distribución. El coeficiente no parámetro de Spearman se utilizó para medir la relación expresada en los objetivos y las hipótesis.

Aspectos éticos

Cuando se llevó a cabo esta investigación, se miraron estrictamente los modelos de escritura científica internacionales, siguiendo las pautas de la séptima edición de los estándares APA, incluida la proporción de citas directas e indirectas para reforzar la rigurosidad académica de la investigación. Especial atención se puso en la singularidad del comprendido, manejando equipos como Turnitin para garantizar la legitimidad del trabajo e impedir la copia. Con el consentimiento informado del director de la Institución Educativa N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024, el objetivo de la pregunta y su posible conflicto con el adelanto de la educación de alta calidad, la eficiencia de la institución y el bienestar de los maestros se explicaron. El principio de no maldad se mantuvo, asegurándose de que ninguna técnica empleada en el estudio no tenga un impacto negativo en la salud física de los discentes participantes. La equidad, manteniendo respeto y consideración por todos los estudiantes y tratando a todos de manera justa y sin discriminación, fue una piedra angular en la selección de la muestra. Por último, los participantes fueron informados con la notabilidad del estudio y la jerarquía de su tributo al conocimiento en el campo educativo, respetando el principio de beneficencia.

IV. RESULTADOS

Los hallazgos de la investigación actual están conexos con la hipótesis de la indagación y los objetivos específicos que se muestran en las tablas adecuadamente.

Análisis descriptivos

Ilustración de las variables y de sus dimensiones.

Tabla 2: Efecto de los ejercicios físicos con sus dimensiones.

| Variable/dimensión | Baremos | Niveles | f | % |
|--------------------|---------|-----------|----|-------|
| Ejercicios físicos | 54 - 72 | Excelente | 4 | 20.0% |
| | 36 - 53 | Regular | 14 | 70.0% |
| | 0 - 35 | Malo | 2 | 10.0% |
| D. Resistencia | 14 - 18 | Excelente | 5 | 25.0% |
| | 10 - 13 | Regular | 13 | 65.0% |
| | 0 - 9 | Malo | 2 | 10.0% |
| D. Velocidad | 14 - 18 | Excelente | 3 | 15.0% |
| | 8 -13 | Regular | 15 | 75.0% |
| | 0 -7 | Malo | 2 | 10.0% |
| D. Flexibilidad | 14 - 18 | Excelente | 2 | 10.0% |
| | 8 -13 | Regular | 16 | 80.0% |
| | 0 -7 | Malo | 2 | 10.0% |

Nota: base de datos.

La Tabla 1. Los resultados, junto con los puntajes en cada dimensión, registran los niveles de ejercicios físicos realizados por los discentes. Los resultados muestran que el 70.0% de los discentes lograron el nivel regular (grupo distintivo), mientras que el 10.0% de los discentes obtuvieron el nivel malo, lo que indica que los aspectos laborales requieren la implementación de medidas para mejorar las conveniencias de trabajo de los estudiantes.

La correlación de la dimensión resistencia se inspeccionó que el 65.0% de discentes se sitúan en el nivel regular (grupo distintivo), asimismo se halló que

el 10.0% de estudiantes alcanzaron el nivel malo. Con respecto a la dimensión velocidad, el 15.0% de los discentes muestra el nivel excelente y para el 10.0% de estudiantes es mala, situación alarmante. En la dimensión flexibilidad el 80.0% de estudiantes relatan que su nivel de flexibilidad es regular (grupo representativo) y el 10.0% de discentes piensan que el nivel es malo.

Gráfico 1: *Efecto de la aplicación del ejercicio físico.*

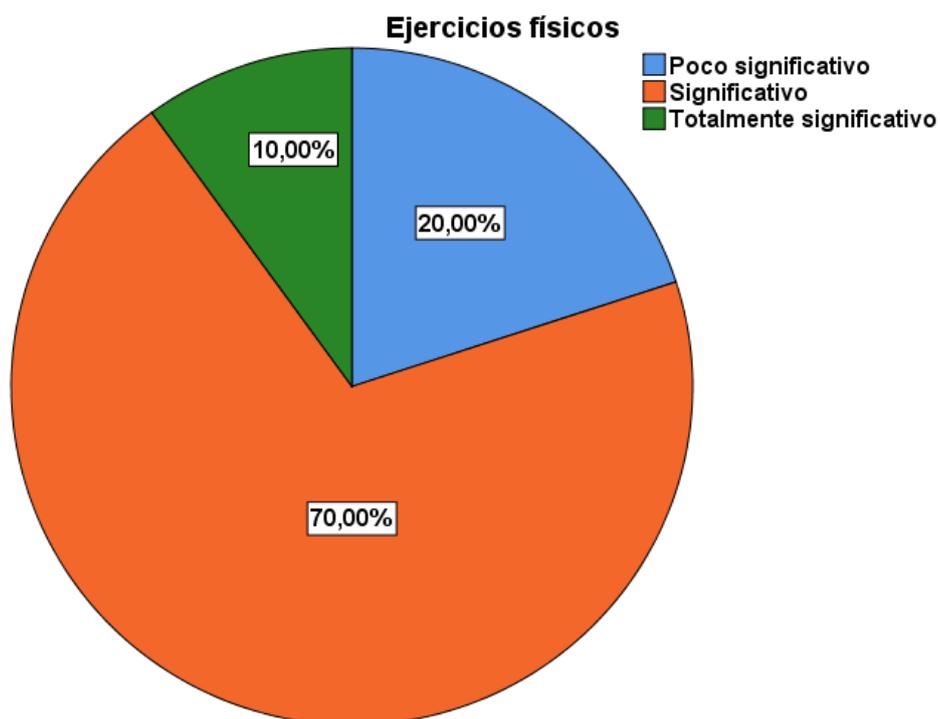


Gráfico 2: *Efecto de la aplicación del ejercicio físico de la dimensión resistencia.*

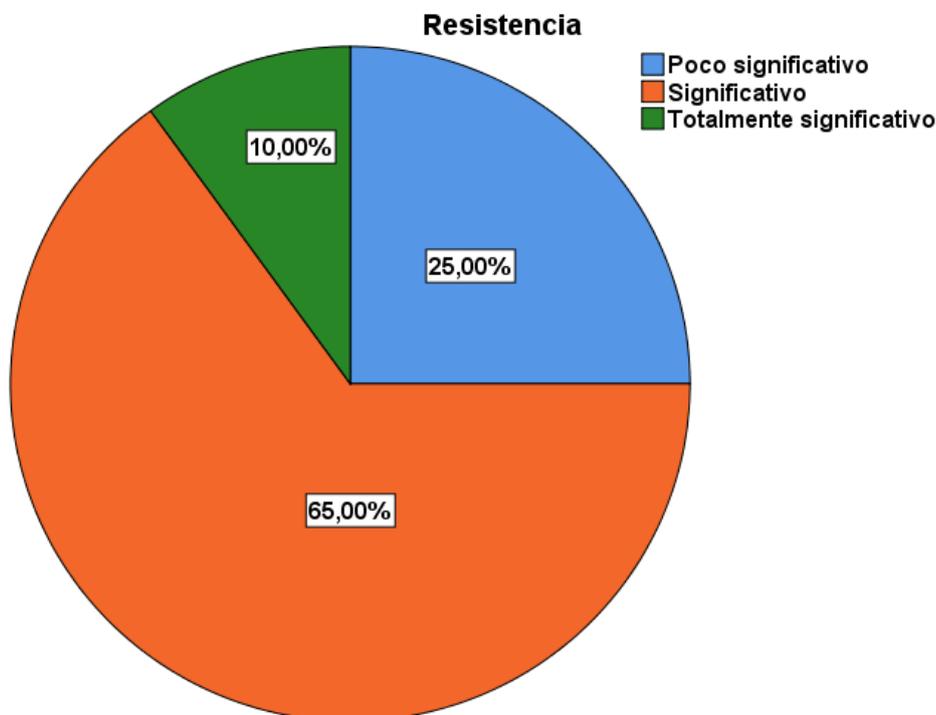


Gráfico 3: Efecto de la aplicación del ejercicio físico de la dimensión velocidad.

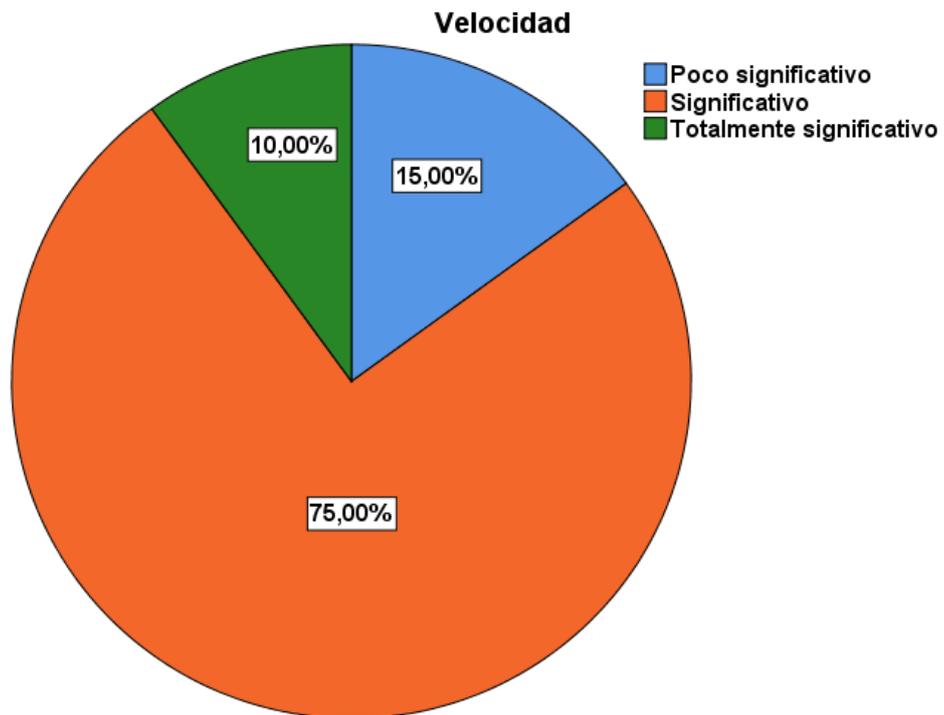
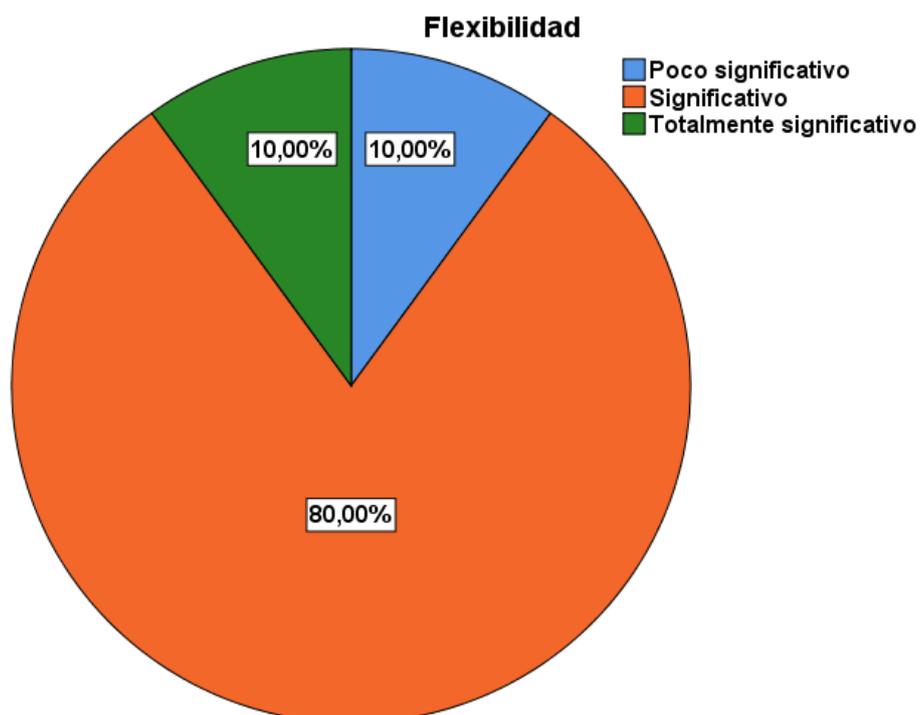


Gráfico 4: Efecto de la aplicación del ejercicio físico de la dimensión flexibilidad.



Interpretación. En la figura 1 Los resultados, junto con los puntajes en cada dimensión, registran los niveles de ejercicios físicos realizados por los discentes. Al examinar los resultados, se enfatiza que el 20.0% de estudiantes alcanzaron el nivel excelente, el 70.0% de estudiantes alcanzaron el nivel regular (grupo distintivo), asimismo se halló que el ejercicio logrado fue el nivel malo el 10.0% de estudiantes, mostrando visiblemente el contexto de aspectos profesionales que soliciten la insuficiencia de efectuar acciones que perfeccionen las conveniencias de trabajo en los estudiantes.

La correlación de la dimensión resistencia se inspeccionó que el 25.0% de estudiantes alcanzaron el nivel excelente, el 65.0% de estudiantes son normalmente terciarios (grupo distintivo), igualmente se localizó que el 10.0% de estudiantes su nivel de intervención es malo. En cuanto a la dimensión velocidad, el 15.0% de estudiantes alcanzaron el nivel excelente, el 75.0% de los estudiantes presentan niveles regular y el 10.0% de estudiantes es mala, situación preocupante. En la dimensión flexibilidad el 10.0% de estudiantes alcanzaron el nivel excelente, el 80.0% de estudiantes refieren que su nivel regular (grupo distintivo), y el 10.0% de estudiantes piensan que el nivel es malo.

Tabla 3: *Efecto de inteligencia emocional con sus dimensiones.*

| Variable/dimensión | Baremos | Niveles | f | % |
|-------------------------|---------|-----------|----|-------|
| Inteligencia emocional | 51 - 75 | Excelente | 4 | 20.0% |
| | 36 - 50 | Regular | 12 | 60.0% |
| | 0 - 35 | Malo | 4 | 20.0% |
| D. Atención emocional | 12 – 15 | Excelente | 3 | 15.0% |
| | 8 – 11 | Regular | 12 | 60.0% |
| | 0 – 7 | Malo | 5 | 25.0% |
| D. Claridad emocional | 14 – 18 | Excelente | 2 | 10.0% |
| | 10 -13 | Regular | 14 | 70.0% |
| | 0 -9 | Malo | 4 | 20.0% |
| D. Reparación emocional | 14 – 18 | Excelente | 4 | 20.0% |

| | | | |
|--------|---------|----|-------|
| 10 -13 | Regular | 12 | 60.0% |
| 0 -9 | Malo | 4 | 20.0% |

Nota: base de datos

Interpretación. La tabla 2 muestra las consecuencias que inspeccionan los niveles de inteligencia emocional logrados por los estudiantes, yuxtapuesto con los puntajes por cada dimensión. Al examinar los efectos, se subraya que la inteligencia emocional el 60.0% de estudiantes indicaron el nivel regular (grupo distintivo), igualmente se localizó que la inteligencia emocional consigue el nivel malo, el 20.0% de los estudiantes, se requiere la implementación de medidas que mejoren el talento de los alumnos, lo cual demuestra rotundamente que es necesario.

La correlación de la dimensión atención emocional se subraya que el 60.0% de discentes consiguieron el nivel regular (grupo distintivo), igualmente se halló que el 20.0% de estudiantes indicaron el nivel malo. En cuanto a la dimensión claridad emocional, el 60.0% de discentes muestran el nivel regular (grupo distintivo) y el 20.0% de estudiantes señalaron el nivel es mala para los estudiantes, contexto alarmante. En la dimensión reparación emocional el 60.0% de estudiantes relatan que su nivel es regular (grupo distintivo) y el 20.0% de estudiantes piensan el nivel malo.

Gráfico 5: Efecto de la aplicación de la inteligencia emocional.

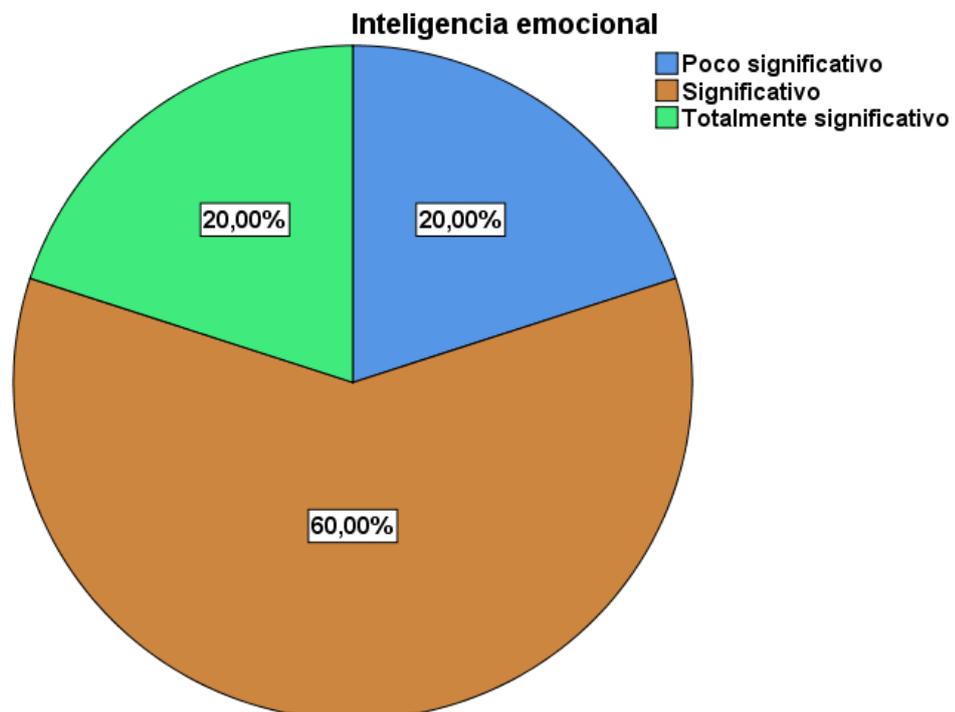


Gráfico 6: Efecto de la aplicación de la inteligencia emocional en la dimensión atención emocional.

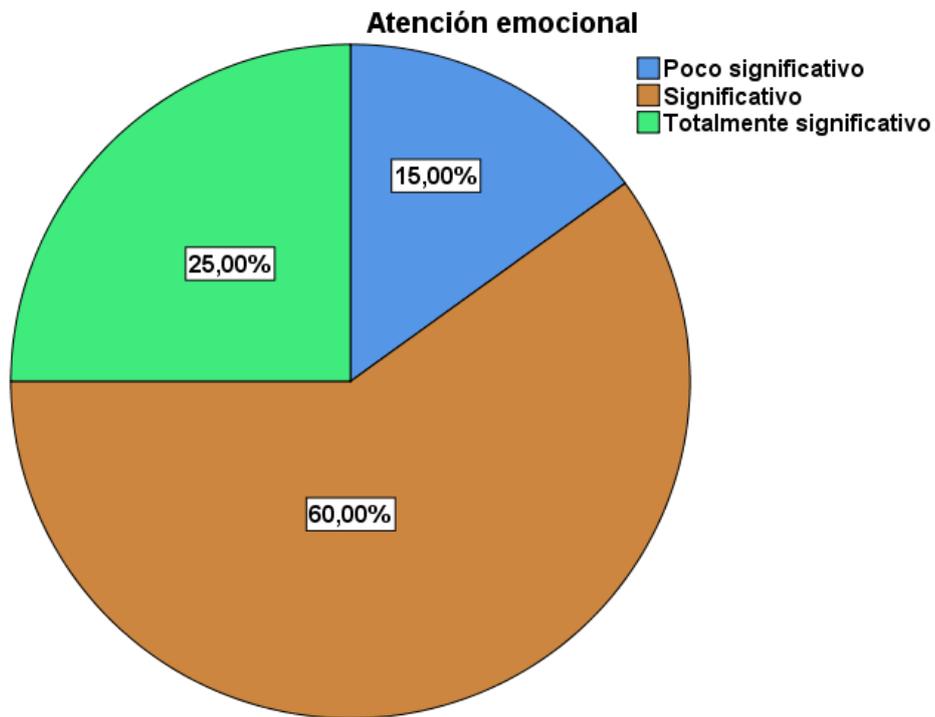


Gráfico 7: Efecto de la aplicación de la inteligencia emocional en la dimensión claridad emocional.

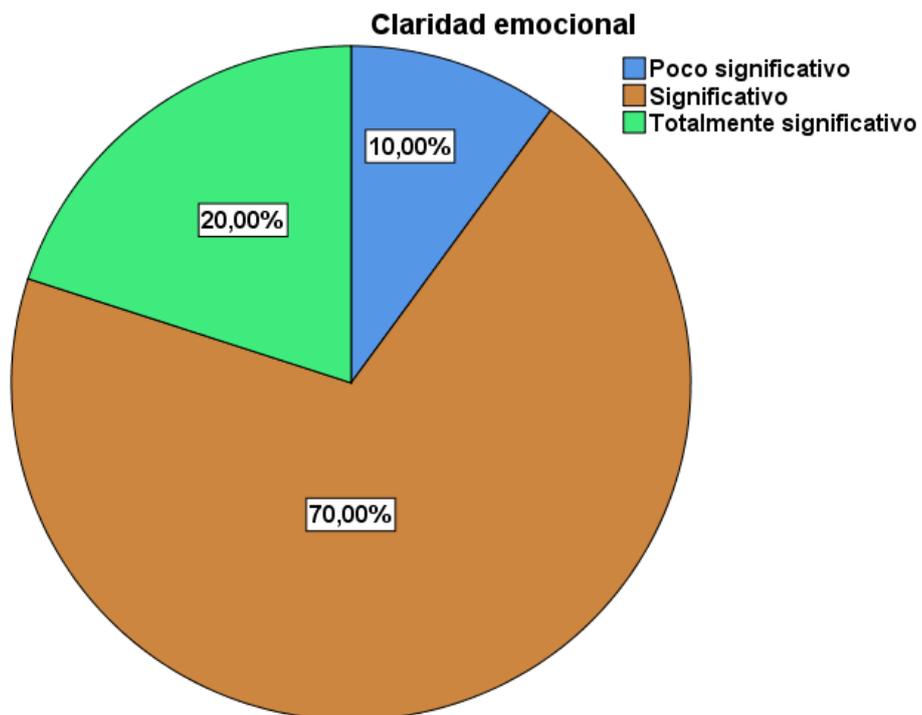
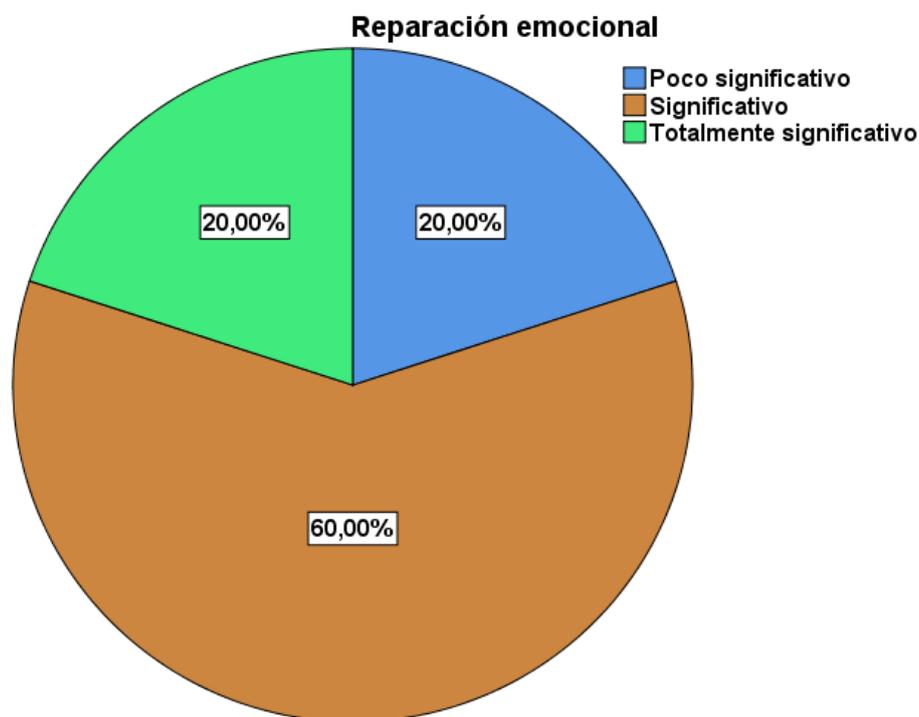


Gráfico 8: Efecto de la aplicación de la inteligencia emocional en la dimensión atención emocional.



Interpretación. En la figura 2 se refleja los resultados que reconocen los niveles de la inteligencia emocional cogidos por los estudiantes, junto con los puntajes en cada dimensión. Al examinar los efectos, se subraya que el 20.0% de estudiantes lograron el nivel excelente, el 60.0% de estudiantes consiguieron el nivel regular (grupo distintivo), igualmente se halló que el ejercicio conseguido en el nivel malo el 20.0% de estudiantes, mostrando visiblemente el escenario de aspectos profesionales que demanden la insuficiencia de efectuar operaciones que optimicen las convenciones de trabajo en los estudiantes.

En correlación a la dimensión atención emocional se inspeccionó que el 15% de estudiantes alcanzaron el nivel excelente, el 60.0% de estudiantes son normalmente mediadores (grupo distintivo), además se halló que el 25.0% de estudiantes su nivel de intervención es mala. En todo lo que la dimensión claridad emocional, el 10.0% de estudiantes alcanzaron el nivel excelente, el 70.0% de los estudiantes presentan niveles regular y el 20.0% de

estudiantes es mala, situación preocupante. En la dimensión reparación emocional el 20.0% de estudiantes alcanzaron el nivel excelente, el 60.0% de estudiantes relatan que su nivel regular (grupo distintivo) y el 20.0% de estudiantes reflexionan que el nivel es malo.

4.1. Contrastación de hipótesis

Test de normalidad de las variables junto con sus dimensiones.

Tabla 4: *La prueba de normalidad se utilizó para evaluar las puntuaciones de inteligencia emocional y ejercicio físico.*

| Variables | Prueba Shapiro-Wilk | | |
|---------------------------|---------------------|----|------|
| | Estadístico | gl | Sig. |
| v. Ejercicios físicos | ,720 | 20 | ,000 |
| v. Inteligencia emocional | ,793 | 20 | ,001 |

Fuente: Base de datos.

La tabla muestra la importancia del cálculo de la variable de ejercicio físico es mínimo al valor p-significancia (0,050), los datos no persiguen el piloto de contingente normal. Para inteligencia emocional se percibe en la tabla el valor de p-datos es mínimo al valor p-significancia (0,050), conservando que los datos poseen un procedimiento equivalente a la función normal.

La hipótesis de indagación se determinó mediante el uso del coeficiente Rho, una medida estadística no paramétrica.

Tabla 5: *La prueba de normalidad se utilizó para evaluar las puntuaciones de ejercicios físicos con atención emocional.*

| Variable - Dimensión | Prueba Shapiro-Wilk | | |
|-----------------------|---------------------|----|------|
| | Estadístico | gl | Sig. |
| V. Ejercicios físicos | ,728 | 20 | ,000 |
| D. Atención emocional | ,788 | 20 | ,001 |

Nota: Base de datos.

La tabla muestra la importancia del cálculo de la variable ejercicios físicos es pequeño al valor p-significancia (0,050), los datos no logran el modelo de la repartición normal. Para la dimensión atención emocional de la inteligencia emocional se percibe en la tabla el valor de p-datos es pequeño al valor p-significancia (0,050), manteniendo que los datos poseen un procedimiento equivalente a la ocupación normal.

La hipótesis de indagación se determinó mediante el uso del coeficiente Rho, una medida estadística no paramétrica.

Tabla 6: *La prueba de normalidad se utilizó para evaluar las puntuaciones de ejercicios físicos con claridad emocional.*

| Variable - Dimensión | Prueba Shapiro-Wilk | | |
|-----------------------|---------------------|----|------|
| | Estadístico | gl | Sig. |
| V. Ejercicios físicos | ,728 | 20 | ,000 |
| D. Claridad emocional | ,728 | 20 | ,000 |

Nota: Base de datos.

La tabla muestra la importancia de las apreciaciones de la variable ejercicios físicos es mínimo al valor p-significancia (0,050), los datos no adquieren el piloto de la repartición normal. Para la dimensión claridad emocional en la inteligencia emocional se percibe en la tabla el valor de p-datos es mínimo al valor p-significancia (0,050), manteniendo que los datos poseen un procedimiento equivalente al empleo normal.

La hipótesis de investigación se determinó mediante el uso del coeficiente Rho, una medida estadística no paramétrica.

Tabla 7: *La prueba de normalidad se utilizó para evaluar las puntuaciones de ejercicios físicos con reparación emocional.*

| Variable - Dimensión | Prueba Shapiro-Wilk | | |
|-------------------------|---------------------|----|------|
| | Estadístico | gl | Sig. |
| V. Ejercicios físicos | ,728 | 20 | ,000 |
| D. Reparación emocional | ,793 | 20 | ,001 |

Nota: Base de datos.

La tabla muestra la importancia de las calificaciones de la variable ejercicios físicos es pequeño al valor p-significancia (0,050), los datos no adquieren el piloto de la repartición normal. Para la dimensión de la reparación emocional de la inteligencia emocional se percibe en la tabla el valor de p-datos es pequeño al valor p-significancia (0,050), manteniendo que los datos poseen un procedimiento equivalente a la ocupación normal.

La hipótesis de investigación se determinó mediante el uso del coeficiente Rho, una medida estadística no paramétrica.

Hipótesis de investigación general

Hi: El ejercicio físico se relaciona significativamente con la inteligencia emocional en los discentes de primaria de la Institución Educativa N° 32399.

Ho: El ejercicio físico no se relaciona significativamente con la inteligencia emocional en los discentes de primaria de la Institución Educativa N° 32399.

Tabla 8: *Relación entre el ejercicio físico e inteligencia emocional.*

| | | | Ejercicio físico | Inteligencia emocional |
|-----------------|------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------------|
| Rho de Spearman | Ejercicio físico | Coef de correlación | 1,000 | ,885** |
| | | Sig. (bilateral) | . | ,000 |
| | | N | 20 | 20 |
| | Inteligencia emocional | Coef de correlación | ,885** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,000 | . |
| | | N | 20 | 20 |

Fuente: Base de datos.

Podemos concluir que existe una correlación estadística, ya que la tabla muestra que el valor de significancia en las calificaciones del ejercicio físico entre inteligencia emocional es mínimo que el valor de p-significancia (0.050).

Aceptamos la hipótesis de que el ejercicio físico mejora la inteligencia emocional en la misma intensidad o viceversa; es decir, la correlación entre el ejercicio físico

y la inteligencia emocional es muy positiva. El coeficiente de correlación es (0,885**).

V. DISCUSIÓN

Llegando al ámbito de la controversia sobre las consecuencias:

- ✓ Desde las revelaciones halladas, en la tabla (1) los resultados, junto con los puntajes en cada dimensión, registran los niveles de ejercicios físicos realizados por los discentes. Los resultados muestran que el 70.0% de los discentes consiguieron el nivel regular (grupo distintivo), mientras que el 10.0% de los discentes obtuvieron el nivel malo, lo que indica que los aspectos laborales requieren la implementación de medidas para mejorar las maneras de trabajo de los estudiantes. En correlación a la dimensión resistencia se inspeccionó que el 65.0% de estudiantes se ubican en el nivel regular (grupo distintivo), asimismo se halló que el 10.0% de estudiantes alcanzaron el nivel malo. Con respecto a la dimensión velocidad, el 15.0% de los discentes muestra el nivel excelente y para el 10.0% de estudiantes es mala, situación alarmante. En la dimensión flexibilidad el 80.0% de estudiantes relatan que su nivel de flexibilidad es regular (grupo distintivo) y el 10.0% de estudiantes piensan que el nivel es malo, estos hallazgos están relacionados con lo que destaca el autor, Guamán (2020) en la tesis titulada: "Relación entre la actividad física, condición física y sobrepeso u obesidad en estudiantes de 13 a 18 años de la Unidad Educativa Sayausí". (Tesis de pregrado, Universidad de Cueca, Ecuador). Los resultados obtenidos se analizaron utilizando estadísticas descriptivas y las variables del estudio se evaluaron para establecer la correlación. Finalmente, después de analizar la razón y la metodología, se ha llegado a la conclusión de que los niveles de actividad física y bienestar físico en la escuela tienen un impacto, pero en este estudio de manera menos significativa debido a las actividades físicas importantes que realizan en casa. por otra parte, Nunjar (2021) en el artículo titulada: "Los efectos de los ejercicios físicos sobre la hipertensión arterial". (Artículo, Universidad Nacional de Tumbes). Los resultados de la investigación actual muestran información sobre las características de las personas con diabetes, considerando que esta enfermedad se presenta como uno de los males de alto riesgo para los ancianos, y describiendo los importantes

aportes de los escritores sobre el papel de la actividad física y su importancia en una de las posibilidades de reducir las consecuencias de la diabetes.

- ✓ Desde las revelaciones halladas, en la tabla (2), presenta los resultados que inspeccionan los niveles de inteligencia emocional logrados por los estudiantes, junto con los puntajes por cada dimensión. Al examinar los resultados, se subraya que la inteligencia emocional el 60.0% de estudiantes indicaron el nivel regular (grupo distintivo), igualmente se encontró que la inteligencia emocional consigue el nivel malo el 20.0% de los estudiantes, se requiere la implementación de medidas que mejoren el talento de los discentes, lo cual demuestra rotundamente que es necesario. En correlación a la dimensión atención emocional se subraya que el 60.0% de discentes alcanzaron el nivel regular (grupo distintivo), igualmente se halló que el 20.0% de estudiantes indicaron el nivel malo. En cuanto a la dimensión claridad emocional, el 60.0% de discentes muestran el nivel regular (grupo distintivo) y el 20.0% de estudiantes señalaron el nivel es mala para los estudiantes, situación alarmante. En la dimensión reparación emocional el 60.0% de estudiantes relatan que su nivel es regular (grupo distintivo) y el 20.0% de estudiantes piensan el nivel malo, estos resultados almacenan correlación con lo que resalta los autores, al respecto, Mendoza (2022) en el trabajo de indagación titulado: “Una revisión teórica de la inteligencia emocional”. (Tesis de grado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo). Se llegó a la conclusión de que el estudio del constructo debe continuar debido al rápido avance de la globalización y a las diversas situaciones a las que se enfrenta para lograr metas específicas. Por otra parte, los autores Palacios y Pozo (2021) en el artículo titulada: “La inteligencia emocional en la educación”. (Artículo, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo). Los resultados muestran que los maestros tienen mejores desempeños laborales con una mayor inteligencia emocional, evitando el efecto del agotamiento. A pesar de la división por género entre docentes y estudiantes, las mujeres tienen una inteligencia emocional superior. Sin embargo, los estudiantes desarrollan su

inteligencia emocional, lo que mejora sus logros académicos.

Por otro lado, las investigaciones que encontraron conclusiones diferentes a nuestra investigación son:

Según Salcedo (2021) en el artículo titulada: “Actividades físicas para desarrollar habilidades motoras básicas en niños de primaria”. (Artículo, Universidad Nacional de Tumbes). En este tema se consideran aspectos fundamentales como los ejercicios físicos que ayudarán a desarrollar las habilidades motrices en los niños de nivel primaria, por lo que se construye una buena enseñanza desde pequeños y mejorará durante la etapa de su desarrollo.

Según los autores Campayo y Sánchez (2020). Investigación titulada: “Una propuesta práctica para el desarrollo de la inteligencia emocional en los docentes de primaria”. Se ha alcanzado a la conclusión de que la inteligencia emocional es un factor de gran jerarquía en la educación para el perfeccionamiento personal y socioemocional de los estudiantes, y se sugieren diversas actividades para que los maestros implementen programas enfocados en el desarrollo de la institución educativa.

VI. CONCLUSIONES

1. El ejercicio físico cogido por el 70.0% de estudiantes en el nivel regular, las dimensiones resistencia, velocidad y flexibilidad los niveles cogidos son regulares (65.0%, 75.0% y 80.0% respectivamente).
2. La inteligencia emocional alcanzados por el 60.0% de estudiantes en el nivel regular, las dimensiones atención emocional, claridad emocional y reparación emocional los niveles alcanzados son regulares (60.0%, 70.0% y 60.0% respectivamente).
3. El ejercicio físico e inteligencia emocional se correlacionan estadísticamente de forma directa y es positiva alta ($\rho=0.885^{**}$, $p_{\text{datos}}=0,000$).
4. El ejercicio físico con la atención emocional de la inteligencia emocional se armoniza estadísticamente de forma directa y es positiva alta ($\rho=0.764^{**}$, $p_{\text{datos}}=0,000$).
5. El ejercicio físico con claridad emocional de la inteligencia emocional se armoniza estadísticamente de forma directa y es positiva alta ($\rho=0.713^{**}$, $p_{\text{datos}}=0,000$).
6. El ejercicio físico con la reparación emocional de la inteligencia emocional se armoniza estadísticamente de forma directa y es positiva alta ($\rho=0.885^{**}$, $p_{\text{datos}}=0,000$).

VII. RECOMENDACIONES

Las siguientes recomendaciones se derivan del análisis de cada dato obtenido en esta investigación, similar a la disputa sobre cada efecto:

1. Serían cruciales los talleres de incremento profesional, así como los talleres personales, para optimizar el proceso de la indagación y fortalecer el papel de mediador entre los discentes en el aula. Es necesario realizar evaluaciones periódicas sobre el ejercicio físico y que permitan fortificar mecanismos que demanden ser corregidos.
2. Precisar la inteligencia emocional, que admite reforzar mecanismos mediante la motivación de la autoestima; proporcionar la independencia para desplegar el trabajo originario considerando sus reconocimientos y saberes; crear talleres para optimar las cualidades formales, participativas y espontaneas; y estimular la autoestima a través de la estimulación de la autoestima.
3. Los maestros siempre fomentan el perfeccionamiento de la inteligencia emocional en el proceso de instrucción y aprendizaje de los discentes; esto le permite al maestro trabajar en equipo en el salón de clases y le permite ser autónomo al desarrollar actividades con sus alumnos.
4. Los docentes deben fortalecer las actividades que les permitan optimar su animación; crear talleres que les permitan a los profesores desarrollar su naturalidad y espontaneidad en la interacción con sus alumnos durante el desarrollo de instrucción y aprendizaje.
5. La intervención activa de los profesores en la mejora de su seguridad y compañerismo en sí mismo debe promoverse desde la dirección. Esto les brinda la capacidad de liderazgo y la capacidad de crear actividades que se ajusten al desarrollo de instrucción y aprendizaje de los discentes.
6. El desarrollo de ejercicios físicos en los alumnos antes de comenzar los ejercicios laborales de trabajo, con la participación activa de todos los docentes, consentirá la internalización de la creatividad, lo que le permitirá

desplegar y despertar el beneficio por el desarrollo de instrucción y aprendizaje de los discentes.

REFERENCIAS

- Alarcón Tamayo, M. M., González Vázquez, M., & Bárzaga Rodríguez, Y. A. (2022). *Los ejercicios físicos de bajo impacto como un recurso terapéutico y rehabilitador en personas adultas hipertensas*, en línea: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/429/4292710020/4292710020.pdf>.
- Aliga Z. C. L., & Daga, M. E. L. (2022). *Uso de aditamentos y su efecto en la realización de ejercicios físicos por adultos mayores de las zonas periurbanas de la Provincia de Huánuco – 2019*, en línea: <https://hdl.handle.net/20.500.13080/7449>
- Asociación de Medicina del Deporte de Colombia (2002) *Manifiesto de Actividad Física para Colombia*. En línea: <http://amedco.encolombia.com/componentes-manifiesto.htm>
- Ávila Rodríguez, D. C. (2019). *Tipos: Ejercicios físicos en la Atención Selectiva de los alumnos de Terapia Física del segundo año de la UNMSM, 2018*, enlace del repositorio institucional: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/31375>
- Ávila Rodríguez, D. C. (2019). *Tipos: Ejercicios físicos en la Atención Selectiva de los alumnos de Terapia Física del segundo año de la UNMSM, 2018*, en línea: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/31375>
- Bernal, C, (2006). *Metodología de la investigación*. Pearson Prentice Hall. México
- Campayo-Julve, R., & Sánchez-Gómez, M. (2020). *Inteligencia emocional en maestros de educación primaria: Una propuesta práctica para su desarrollo*. Edetania. Estudios y propuestas socioeducativos., (58), 55-78, en línea: <https://revistas.ucv.es/edetania/index.php/Edetania/article/view/689>

Espinosa, C. A. G., & Angarita, J. I. G. (2020). *Desarrollo de habilidades creativas de los estudiantes como consecuencia del uso de herramientas TIC*. Informador técnico, 84(2), 133-154, en línea:

Espinoza Freire, E. E. (2019). *Las variables y su operacionalización en la investigación educativa*. Segunda parte. Conrado, 15(69), 171-180, en línea: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442019000400171&script=sci_arttext&tlng=pt

Gajardo, M. (2020). *Desarrollo educativo en América Latina. Tendencias globales, desafíos regionales. Políticas, reformas y evaluación educativas en México y América Latina: balance y perspectivas a futuro*, 103, en línea: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7590767>

Guamán Álvarez, A. M. (2020). *Relación entre la actividad física, condición física y sobrepeso u obesidad en estudiantes de 13 a 18 años de la Unidad Educativa Sayausí*, en línea: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/35012>

Hernández, R. Mendoza (2018). *Metodología de investigación*. Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas. Revista Rudics.

Hernández-Jaimes, B. G. (2018). *Relación de la inteligencia emocional y la evaluación de desempeño docente*. Revista Electrónica Calidad en la Educación Superior, 9(2), 239-256, en línea: <https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1665-26732018000300171&scrip>

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mcgraw-hill, en línea: <https://www.academia.edu/download/64591365/Metodolog%C3%ADa%20de%20la%20investigaci%C3%B3n.%20Rutas%20cuantitativa.%20cualitativa%20y%20mixta.pdf>

- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, R., & Baptista-Lucio, P. (2017). Selección de la muestra, en línea: http://metabase.uaem.mx/xmlui/bitstream/handle/123456789/2776/506_6.pdf
- Juarez De Tipacti, J. E. (2022). *Programa de inteligencia emocional aplicando mindfulness para regular emociones en estudiantes de una institución educativa de Ica, 2022*, en línea: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/101871>
- Lopez Ponce, G. R. (2024). *Relaciones interpersonales e inteligencia emocional en estudiantes de primaria de la Institución Educativa Artemio del Solar Icochea, Santa, Ancash 2023*, en línea: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/136787>
- López, S. G., Ortega, F. Z., Jiménez, J. L. U., & Valero, G. G. (2021). *Importancia de la actividad física sobre la inteligencia emocional y diferencias de género. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (42), 636-642, en línea: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7986326>
- Martínez, E. J., & Valencia, A. R. (2021). *Una mirada desde el desarrollo de la inteligencia emocional por medio de las artes plásticas en segundo de primaria*. *Revista Boletín Redipe*, 10(3), 192-201, en línea: <http://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/1228>
- Melguizo Ibáñez, E., Zurita Ortega, F., Ubago Jiménez, J. L., & González Valero, G. (2020). *Niveles de adherencia a la dieta mediterránea e inteligencia emocional en estudiantes del tercer ciclo de educación primaria de la provincia de Granada*, en línea: <https://digibug.ugr.es/handle/10481/66602>
- Mendoza Fernandez, Y. D. C. (2022). *Inteligencia emocional: Una revisión teórica*, en línea: <http://hdl.handle.net/20.500.12423/5684>.
- Montalva-Valenzuela, F1; Olivares-Arancibia, J2, 3; Castillo-Paredes, A2 (2021). *Actividad física y ejercicio físico en el desempeño motor de niños y*

adolescentes diagnosticados con trastorno del espectro autista: una revisión sistemática, enlace del repositorio:
<http://jmh.ucv.cl/index.php/jmh/article/view/123/116>

Nunjar Mendoza, A. H. (2021). *Los ejercicios físicos en la disminución de la hipertensión arterial*, en línea:
<http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/2589>

Obregon Veramendi, R. H., & Toribio Melgar, J. N. (2021). *Educación física e inteligencia emocional en estudiantes de la institución educativa José María Arguedas de la UGEL Huari, 2020*, en línea:
<http://hdl.handle.net/20.500.14067/5597>

Olivares Jiménez, A., & Gamarra Flores, C. E. (2020). *Inteligencia emocional en el sector educativo*, en línea:
<http://revistas.usat.edu.pe/index.php/educare/article/view/299>

Pascual Salas, E. R. (2022). *Inteligencia emocional en estudiantes de nivel primaria de la institución educativa-Jangas-2021*, en línea:
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/85242>

Quispe Bernachea, E. N. (2018). *Efectividad de los programas de ejercicio físico en la reducción de la presión arterial en pacientes con hipertensión arterial*.
Enlace del repositorio institucional:
<http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/2092>

Real Academia Española (2011). *Diccionario de la lengua española*, 12.^a ed., versión 12.3, en línea: <https://dle.rae.es>

Real Academia Española (2023). *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., versión 23.7, en línea: <https://dle.rae.es>

Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española (2023). *Diccionario panhispánico de dudas* (DPD), 1.ª actualización, en línea, <https://www.rae.es/dpd>

Rodriguez, R. (2012). *Marco del Buen desempeño docente*. Lima: MINEDU.

Salcedo Gallardo, T. R. (2021). *Ejercicios físicos para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños de nivel primaria*, en línea: <https://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/63689>

Sánchez, H. y Reyes, C. (2006). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Edit. Visión Universitaria. Lima-Perú.

Sánchez, T. C. (2013). *Marco de buen desempeño docente 2013*. Perú: Narce

Soto Machado, R., Isidro Espinoza, Y. M., & Herrera Asto, L. J. (2017). *Aplicación del programa de ejercicios físicos para mejorar la salud y la calidad de vida de los estudiantes de 3º grado "C" de nivel secundaria de la I.E. Milagro de Fátima – Huánuco 2016*, en línea: <https://hdl.handle.net/20.500.13080/2674>

Tamayo, M. M. A., Vázquez, M. G., & Rodríguez, Y. A. B. (2022). *Los ejercicios físicos de bajo impacto como un recurso terapéutico y rehabilitador en personas adultas hipertensas (Original)*. *Revista científica Olimpia*, 19 (1), 250-269.

Vallejos Saldarriaga, J., Rosario Quiroz, F., Cárdenas Vila, R., Cuenca Robles, N., Dioses Rizzi, J., & Jaimes Velásquez, C. (2022). *Inteligencia emocional: Propuesta de una versión abreviada del inventario de inteligencia emocional Bar-On: NA-29*, en línea: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/104601>

Villamar Seme, J. P. (2020). *Actividades lúdicas y capacidades emocionales en niños de 2º grado de primaria, Durán-2020*, en línea: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/52160>

ANEXOS

Anexo 1. Tabla de operacionalización de las variables. Ejercicios físicos

| Variable | Definición conceptual | Definición operacional | Dimensiones | Indicadores | Escala de medición |
|--|--|---|--------------|--|--------------------|
| Variable: Ejercicios físicos | La Asociación de Medicina Deportiva de Colombia (AMEDCO) conceptualiza la actividad física como cualquier movimiento corporal voluntario de contracción muscular, con gasto energético mayor al de reposo; además, esta actividad es entendida como un comportamiento humano complejo, voluntario y autónomo, con componentes y determinantes de orden biológico y psico-sociocultural, que produce un conjunto de beneficios de la salud, ejemplificada por deportes, ejercicios físicos, bailes y determinadas actividades de recreación y actividades cotidianas, las cuales se consideran como un derecho fundamental, conceptualización que evidencia la integración de elementos contextuales que en la actualidad se consideran de gran importancia durante el abordaje de la actividad física. (AMEDCO, 2011, p. 218). | El ejercicio físico se refiere a una serie de actividades corporales planificadas, estructuradas y repetitivas que tienen como objetivo mejorar o mantener uno o más componentes de la aptitud física. Variable que se midió a través de puntajes obtenidos a través de un cuestionario con respuestas de alternativas Likert (poco significativo, significativo y totalmente significativo). | Resistencia | <ul style="list-style-type: none"> - Demuestra cualidad física. - Demuestra capacidad de mantener esfuerzo - Demuestra capacidad en resistir la fatiga. - Demuestra capacidad para continuar con los ejercicios. - Llega a la meta trazada con solvencia. | Ordinal |
| | | | Velocidad | <ul style="list-style-type: none"> - Llega con menor tiempo a las metas. - Demuestra un movimiento rápido. - Tiene mayor desplazamiento. - Demuestra mayor funcionalidad del sistema neuromuscular. - Demuestra mayor capacidad de acciones motoras. | |
| | | | Flexibilidad | <ul style="list-style-type: none"> - Demuestra mayor elongación muscular. - Demuestra mayor nivel de aptitud física. - Tiene mayor desarrollo de capacidad física. - Demuestra elasticidad de la fibra muscular. - Demuestra flexibilidad muscular | |

Anexo 2. Tabla de operacionalización de la variable. Inteligencia emocional

| Variable | Definición conceptual | Definición operacional | Dimensiones | Indicadores | Escala de medición | |
|--|---|--|----------------------|---|--------------------|---|
| Variable: Inteligencia emocional | <p>La inteligencia emocional es una forma de reconocer, entender y elegir cómo pensamos, sentimos y actuamos. Forma nuestras interacciones con otras personas y nuestro entendimiento. Define cómo y por qué aprendemos; nos permite establecer prioridades; determina la mayoría de nuestras acciones diarias. La investigación sugiere que determina al menos el 80% del éxito en nuestras vidas. (Joshua Freedman, 2022)</p> | <p>La inteligencia emocional es una competencia clave que se refiere a la capacidad de una persona para percibir, entender, gestionar y regular las emociones propias y de los demás. Esta habilidad es fundamental para el éxito personal y profesional, ya que influye en la forma en que interactuamos con los demás y manejamos situaciones estresantes. Variable que se midió a través de puntajes obtenidos a través de un cuestionario con respuestas de alternativas Likert. Esta variable se midió mediante sus puntajes obtenidos para lo cual se aplicó la escala ordinal (poco significativo, significativo y totalmente significativo).</p> | Atención emocional | <ul style="list-style-type: none"> - ¿Presta Ud. atención a sus sentimientos? - ¿Ud. normalmente se preocupa mucho por lo que siente? - ¿Piensa Ud. que merece la pena prestar atención a sus emociones y estado de ánimo? - ¿Deja Ud. que los sentimientos afecten a sus pensamientos? - ¿Piensa Ud. en su estado de ánimo constantemente? - ¿Ud. a menudo piensa en sus sentimientos? - ¿Ud. presta mucha atención a cómo se siente? | Ordinal | |
| | | | Claridad emocional | <ul style="list-style-type: none"> - ¿Ud. tiene claros sus sentimientos? - ¿Frecuentemente Ud. puede definir sus sentimientos? - ¿Ud. casi siempre sabe cómo se siente? - ¿Normalmente Ud. conoce sus sentimientos sobre las personas? - ¿A menudo Ud. se da cuenta de sus sentimientos en diferentes situaciones? - ¿Siempre Ud. puede decir cómo se siente? - ¿Ud. a veces puede decir cuáles son sus emociones? - ¿Puede Ud. llegar a comprender sus sentimientos? | | <p>Opciones de ítems:</p> <p>Poco significativo</p> <p>Significativo</p> |
| | | | Reparación emocional | <ul style="list-style-type: none"> - ¿Ud. aunque a veces se siento triste, suele tener una visión optimista? - ¿Aunque Ud. se sienta mal, procura pensar en cosas agradables? - ¿Cuándo Ud. esta triste, piensa en todos los placeres de la vida? - ¿Intenta Ud. tener pensamientos positivos, aunque se sienta mal? - ¿Si Ud. da demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trata de calmarse? - ¿Ud. se preocupa por tener un buen estado de ánimo? - ¿Tiene Ud. mucha energía cuando se siente feliz? - ¿Cuándo Ud. está enfadado intenta cambiar su estado de ánimo? | | Totalmente significativo |

Anexo 02. Instrumentos de recolección de datos

CUESTIONARIO EJERCICIO FÍSICO

El presente instrumento pretende medir el grado de relación a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

Instrucciones:

Estimado estudiante, sírvase a contestar las siguientes preguntas del cuestionario que servirá para verificar el ejercicio físico de cada estudiante.

| DIMENSIONES | INDICADORES | Poco significativo | Significativo | Totalmente significativo |
|--------------|---|--------------------|---------------|--------------------------|
| Resistencia | Demuestra cualidad física. | | | |
| | Demuestra capacidad de mantener esfuerzo | | | |
| | Demuestra capacidad en resistir la fatiga. | | | |
| | Demuestra capacidad para continuar con los ejercicios. | | | |
| | Llega a la meta trazada con solvencia. | | | |
| Velocidad | Llega con menor tiempo a las metas. | | | |
| | Demuestra un movimiento rápido. | | | |
| | Tiene mayor desplazamiento. | | | |
| | Demuestra mayor funcionalidad del sistema neuromuscular. | | | |
| | Demuestra mayor capacidad de acciones motoras. | | | |
| | Demuestra un movimiento rápido. | | | |
| Flexibilidad | Demuestra mayor elongación muscular. | | | |
| | Demuestra mayor nivel de aptitud física. | | | |
| | Tiene mayor desarrollo de capacidad física. | | | |
| | Demuestra elasticidad de la fibra muscular. | | | |
| | Demuestra flexibilidad muscular | | | |
| | Demuestra mayor elongación muscular. | | | |
| | Participación activa en las actividades a nivel institucional y la comunidad. | | | |
| | Apoya en labores de gestión de la Institución Educativa y la comunidad. | | | |

CUESTIONARIO DE LA VARIABLE INTELIGENCIA EMOCIONAL

El presente instrumento pretende medir el grado de relación a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

INSTRUCCIONES:

Estimado estudiante, sírvase a contestar las siguientes preguntas del cuestionario que servirá para verificar la inteligencia emocional de cada estudiante.

| DIMENSIONES | INDICADORES | Poco significativo | Significativo | Totalmente significativo |
|--------------------|--|--------------------|---------------|--------------------------|
| Atención emocional | ¿Presta Ud. atención a sus sentimientos? | | | |
| | ¿Ud. normalmente se preocupa mucho por lo que siente? | | | |
| | ¿Piensa Ud. que merece la pena prestar atención a sus emociones y estado de ánimo? | | | |
| | ¿Deja Ud. que los sentimientos afecten a sus pensamientos? | | | |
| | ¿Piensa Ud. en su estado de ánimo constantemente? | | | |
| | ¿Ud. a menudo piensa en sus sentimientos? | | | |
| | ¿Ud. presta mucha atención a cómo se siente? | | | |
| Claridad emocional | ¿Ud. tiene claros sus sentimientos? | | | |
| | ¿Frecuentemente Ud. puede definir sus sentimientos? | | | |
| | ¿Ud. casi siempre sabe cómo se siente? | | | |
| | ¿Normalmente Ud. conoce sus sentimientos sobre las personas? | | | |
| | ¿A menudo Ud. se da cuenta de sus sentimientos en diferentes situaciones? | | | |
| | ¿Siempre Ud. puede decir cómo se siente? | | | |
| | ¿Ud. a veces puede decir cuáles son sus emociones? | | | |
| | ¿Puede Ud. llegar a comprender sus | | | |

| | | | | |
|-------------------------|---|--|--|--|
| | sentimientos? | | | |
| Reparación emocional | ¿Ud. aunque a veces se siento triste, suele tener una visión optimista? | | | |
| | ¿Aunque Ud. se sienta mal, procura pensar en cosas agradables? | | | |
| | ¿Cuándo Ud. esta triste, piensa en todos los placeres de la vida? | | | |
| | ¿Intenta Ud. tener pensamientos positivos, aunque se sienta mal? | | | |
| | ¿Si Ud. da demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trata de calmarse? | | | |
| | ¿Ud. se preocupa por tener un buen estado de ánimo? | | | |
| | ¿Tiene Ud. mucha energía cuando se siente feliz? | | | |
| | ¿Cuándo Ud. está enfadado intenta cambiar su estado de ánimo? | | | |

Anexo 3. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: **EJERCICIOS FÍSICOS E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INTEGRADA N° 32399 QUIPRÁN, HUÁNUCO – 2024**, investigador: TUCTO TRINIDAD, Miqueas Olimpio.

Propósito de estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada: “Ejercicios físicos e inteligencia emocional en los estudiantes de primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024”, cuyo objetivo es determinar la relación entre el ejercicio físico con la inteligencia emocional en los estudiantes de primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán. Esta investigación es desarrollada por el estudiante de (segunda especialidad) en Educación Física de la Universidad Cesar Vallejo, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán.

Procedimiento:

Si usted decide participar de la investigación se realizará lo siguiente (enunciados los procedimientos del estudio):

1. Se realiza una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: “Ejercicios físicos e inteligencia emocional en los estudiantes de primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán perteneciente al distrito de Chavín de Parí provincia de Huamalíes región Huánuco.
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 20 minutos y se realizará en el ambiente de la Institución Educativa Integrada N° 32399. Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Consentimiento

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

Nombres y apellidos:.....

Anexo 4.

Matriz de evaluación por juicio de expertos

Dimensiones del instrumento ejercicio físico

- Primera dimensión: Resistencia
- Objetivo de la dimensión. Conocer la relación entre la dimensión resistencia del ejercicio físico y la inteligencia emocional a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| N° | Indicadores | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1 | Demuestra cualidad física. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 2 | Demuestra capacidad de mantener esfuerzo | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 3 | Demuestra capacidad en resistir la fatiga. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 4 | Demuestra capacidad para continuar con los ejercicios. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 5 | Llega a la meta trazada con solvencia. | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Segunda dimensión: Velocidad
- Objetivo de la dimensión. Conocer la relación entre la dimensión velocidad del ejercicio físico y la inteligencia emocional a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| N° | Indicadores | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 6 | Llega con menor tiempo a las metas. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 7 | Demuestra un movimiento rápido. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 8 | Tiene mayor desplazamiento. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 9 | Demuestra mayor funcionalidad del sistema neuromuscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 10 | Demuestra mayor capacidad de acciones motoras. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 11 | Demuestra un movimiento rápido. | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Tercera dimensión: Flexibilidad
- Objetivo de la dimensión. Conocer la relación entre la dimensión flexibilidad del ejercicio físico y la inteligencia emocional a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| N° | Indicadores | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|---|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 12 | Demuestra mayor elongación muscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 13 | Demuestra mayor nivel de aptitud física. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 14 | Tiene mayor desarrollo de capacidad física. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 15 | Demuestra elasticidad de la fibra muscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 16 | Demuestra flexibilidad muscular | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 17 | Demuestra mayor elongación muscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 18 | Participación activa en las actividades a nivel institucional y la comunidad. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 19 | Apoya en labores de gestión de la Institución | 4 | | 4 | | 4 | | |

| | | | | | | | |
|---------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| Educativa y la comunidad. | | | | | | | |
|---------------------------|--|--|--|--|--|--|--|

Observaciones (precisar si hay

suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir**

[] **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Mg. Wilder Oscar Eunofre Colca

DNI: 41619884

Especialidad del validador: Educación Primaria – Computación e Informática y Educación Física

ORCID: 0000-0001-9198-7397

Huánuco, 22 de mayo de 2024

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**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



Mg. Wilder Oscar Eunofre Colca
Educación Primaria
Computación e Informática

Firma del Experto Informante.

Dimensiones del instrumento inteligencia emocional

- Primera dimensión: Atención emocional
- Objetivo de la dimensión. Determinar la relación entre la dimensión atención emocional de la inteligencia emocional y ejercicio físico a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| Nº | Indicador | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1 | ¿Presta Ud. atención a sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 2 | ¿Ud. normalmente se preocupa mucho por lo que siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 3 | ¿Piensa Ud. que merece la pena prestar atención a sus emociones y estado de ánimo? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 4 | ¿Deja Ud. que los sentimientos afecten a sus pensamientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 5 | ¿Piensa Ud. en su estado de ánimo constantemente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 6 | ¿Ud. a menudo piensa en sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 7 | ¿Ud. presta mucha atención a cómo se siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Segunda dimensión: Claridad emocional
- Objetivo de la dimensión. Determinar la relación entre la dimensión claridad emocional de la inteligencia emocional y ejercicio físico a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024

| Nº | Indicador | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|---|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 8 | ¿Ud. tiene claros sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 9 | ¿Frecuentemente Ud. puede definir sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 10 | ¿Ud. casi siempre sabe cómo se siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 11 | ¿Normalmente Ud. conoce sus sentimientos sobre las personas? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 12 | ¿A menudo Ud. se da cuenta de sus sentimientos en diferentes situaciones? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 13 | ¿Siempre Ud. puede decir cómo se siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 14 | ¿Ud. a veces puede decir cuáles son sus emociones? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 15 | ¿Puede Ud. llegar a comprender sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Tercera dimensión: Reparación emocional
- Objetivo de la dimensión. Determinar la relación entre la dimensión reparación emocional de la inteligencia emocional y ejercicio físico a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| Nº | Indicador | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|---|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 16 | ¿Ud. aunque a veces se siento triste, suele | 4 | | 4 | | 4 | | |

| | | | | | | | |
|----|---|---|--|---|--|---|--|
| | tener una visión optimista? | | | | | | |
| 17 | ¿Aunque Ud. se sienta mal, procura pensar en cosas agradables? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 18 | ¿Cuándo Ud. esta triste, piensa en todos los placeres de la vida? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 19 | ¿Intenta Ud. tener pensamientos positivos, aunque se sienta mal? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 20 | ¿Si Ud. da demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trata de calmarse? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 21 | ¿Ud. se preocupa por tener un buen estado de ánimo? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 22 | ¿Tiene Ud. mucha energía cuando se siente feliz? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 23 | ¿Cuándo Ud. está enfadado intenta cambiar su estado de ánimo? | 4 | | 4 | | 4 | |

Observaciones (precisar si hay

suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir**

[] **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Mg. Wilder Oscar Eunofre Colca

DNI: 41619884

Especialidad del validador: Educación Primaria – Computación e Informática y Educación Física

ORCID: 0000-0001-9198-7397

Huánuco, 22 de mayo de 2024

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**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



Mg. Wilder Oscar Eunofre Colca
Educación Primaria
Computación e Informática

Firma del Experto Informante.

Matriz de evaluación por juicio de expertos

Dimensiones del instrumento ejercicio físico

- Primera dimensión: Resistencia
- Objetivo de la dimensión. Conocer la relación entre la dimensión resistencia del ejercicio físico y la inteligencia emocional a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| N° | Indicadores | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1 | Demuestra cualidad física. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 2 | Demuestra capacidad de mantener esfuerzo | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 3 | Demuestra capacidad en resistir la fatiga. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 4 | Demuestra capacidad para continuar con los ejercicios. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 5 | Llega a la meta trazada con solvencia. | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Segunda dimensión: Velocidad
- Objetivo de la dimensión. Conocer la relación entre la dimensión velocidad del ejercicio físico y la inteligencia emocional a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| N° | Indicadores | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 6 | Llega con menor tiempo a las metas. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 7 | Demuestra un movimiento rápido. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 8 | Tiene mayor desplazamiento. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 9 | Demuestra mayor funcionalidad del sistema neuromuscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 10 | Demuestra mayor capacidad de acciones motoras. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 11 | Demuestra un movimiento rápido. | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Tercera dimensión: Flexibilidad
- Objetivo de la dimensión. Conocer la relación entre la dimensión flexibilidad del ejercicio físico y la inteligencia emocional a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| N° | Indicadores | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|---|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 12 | Demuestra mayor elongación muscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 13 | Demuestra mayor nivel de aptitud física. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 14 | Tiene mayor desarrollo de capacidad física. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 15 | Demuestra elasticidad de la fibra muscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 16 | Demuestra flexibilidad muscular | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 17 | Demuestra mayor elongación muscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 18 | Participación activa en las actividades a nivel institucional y la comunidad. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 19 | Apoya en labores de gestión de la Institución Educativa y la comunidad. | 4 | | 4 | | 4 | | |

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

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

Apellidos y nombres del juez validador. Lic. Pilar Godoy Lavado

DNI:

Especialidad del validador: Lengua Literatura

Huánuco, 23 de mayo de 2024

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**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

 **MINISTERIO DE EDUCACIÓN**
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN MCO
Pilar Godoy Lavado

Lic. Pilar Godoy Lavado
ÁREA: COMUNICACION

Firma del Experto Informante.

Dimensiones del instrumento inteligencia emocional

- Primera dimensión: Atención emocional
- Objetivo de la dimensión. Determinar la relación entre la dimensión atención emocional de la inteligencia emocional y ejercicio físico a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| Nº | Indicador | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1 | ¿Presta Ud. atención a sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 2 | ¿Ud. normalmente se preocupa mucho por lo que siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 3 | ¿Piensa Ud. que merece la pena prestar atención a sus emociones y estado de ánimo? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 4 | ¿Deja Ud. que los sentimientos afecten a sus pensamientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 5 | ¿Piensa Ud. en su estado de ánimo constantemente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 6 | ¿Ud. a menudo piensa en sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 7 | ¿Ud. presta mucha atención a cómo se siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Segunda dimensión: Claridad emocional
- Objetivo de la dimensión. Determinar la relación entre la dimensión claridad emocional de la inteligencia emocional y ejercicio físico a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024

| Nº | Indicador | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|---|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 8 | ¿Ud. tiene claros sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 9 | ¿Frecuentemente Ud. puede definir sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 10 | ¿Ud. casi siempre sabe cómo se siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 11 | ¿Normalmente Ud. conoce sus sentimientos sobre las personas? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 12 | ¿A menudo Ud. se da cuenta de sus sentimientos en diferentes situaciones? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 13 | ¿Siempre Ud. puede decir cómo se siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 14 | ¿Ud. a veces puede decir cuáles son sus emociones? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 15 | ¿Puede Ud. llegar a comprender sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Tercera dimensión: Reparación emocional
- Objetivo de la dimensión. Determinar la relación entre la dimensión reparación emocional de la inteligencia emocional y ejercicio físico a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| Nº | Indicador | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|---|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 16 | ¿Ud. aunque a veces se siento triste, suele | 4 | | 4 | | 4 | | |

| | | | | | | | |
|----|---|---|--|---|--|---|--|
| | tener una visión optimista? | | | | | | |
| 17 | ¿Aunque Ud. se sienta mal, procura pensar en cosas agradables? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 18 | ¿Cuándo Ud. esta triste, piensa en todos los placeres de la vida? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 19 | ¿Intenta Ud. tener pensamientos positivos, aunque se sienta mal? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 20 | ¿Si Ud. da demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trata de calmarse? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 21 | ¿Ud. se preocupa por tener un buen estado de ánimo? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 22 | ¿Tiene Ud. mucha energía cuando se siente feliz? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 23 | ¿Cuándo Ud. está enfadado intenta cambiar su estado de ánimo? | 4 | | 4 | | 4 | |

Observaciones (precisar si hay

suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir**

[] **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Lic. Pilar Godoy Lavado

DNI:

Especialidad del validador: Lengua Literatura

Huánuco, 23 de mayo de 2024

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**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


MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION MCO
Pilar Godoy Lavado
Lic. Pilar Godoy Lavado
ÁREA: COMUNICACION

Firma del Experto Informante.

Matriz de evaluación por juicio de expertos

Dimensiones del instrumento ejercicio físico

- Primera dimensión: Resistencia
- Objetivo de la dimensión. Conocer la relación entre la dimensión resistencia del ejercicio físico y la inteligencia emocional a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| N° | Indicadores | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1 | Demuestra cualidad física. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 2 | Demuestra capacidad de mantener esfuerzo | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 3 | Demuestra capacidad en resistir la fatiga. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 4 | Demuestra capacidad para continuar con los ejercicios. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 5 | Llega a la meta trazada con solvencia. | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Segunda dimensión: Velocidad
- Objetivo de la dimensión. Conocer la relación entre la dimensión velocidad del ejercicio físico y la inteligencia emocional a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| N° | Indicadores | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 6 | Llega con menor tiempo a las metas. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 7 | Demuestra un movimiento rápido. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 8 | Tiene mayor desplazamiento. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 9 | Demuestra mayor funcionalidad del sistema neuromuscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 10 | Demuestra mayor capacidad de acciones motoras. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 11 | Demuestra un movimiento rápido. | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Tercera dimensión: Flexibilidad
- Objetivo de la dimensión. Conocer la relación entre la dimensión flexibilidad del ejercicio físico y la inteligencia emocional a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| N° | Indicadores | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|---|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 12 | Demuestra mayor elongación muscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 13 | Demuestra mayor nivel de aptitud física. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 14 | Tiene mayor desarrollo de capacidad física. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 15 | Demuestra elasticidad de la fibra muscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 16 | Demuestra flexibilidad muscular | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 17 | Demuestra mayor elongación muscular. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 18 | Participación activa en las actividades a nivel institucional y la comunidad. | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 19 | Apoya en labores de gestión de la Institución Educativa y la comunidad. | 4 | | 4 | | 4 | | |

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

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

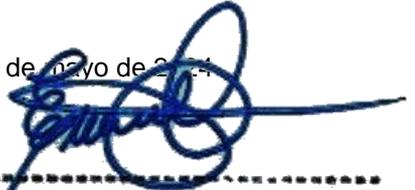
Apellidos y nombres del juez validador. Lic. Eder Clemente Trinidad

DNI:

Especialidad del validador: Esp. Filosofía, Psicología y CC.SS.

Huánuco, 20 de mayo de 2014

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³**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



Eder Clemente Trinidad
LIC. EN EDUCACIÓN
ESP. FILOSOFÍA, PSICOLOGÍA Y CC.SS.

Firma del Experto Informante.

Dimensiones del instrumento inteligencia emocional

- Primera dimensión: Atención emocional
- Objetivo de la dimensión. Determinar la relación entre la dimensión atención emocional de la inteligencia emocional y ejercicio físico a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| Nº | Indicador | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 1 | ¿Presta Ud. atención a sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 2 | ¿Ud. normalmente se preocupa mucho por lo que siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 3 | ¿Piensa Ud. que merece la pena prestar atención a sus emociones y estado de ánimo? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 4 | ¿Deja Ud. que los sentimientos afecten a sus pensamientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 5 | ¿Piensa Ud. en su estado de ánimo constantemente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 6 | ¿Ud. a menudo piensa en sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 7 | ¿Ud. presta mucha atención a cómo se siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Segunda dimensión: Claridad emocional
- Objetivo de la dimensión. Determinar la relación entre la dimensión claridad emocional de la inteligencia emocional y ejercicio físico a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024

| Nº | Indicador | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|---|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 8 | ¿Ud. tiene claros sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 9 | ¿Frecuentemente Ud. puede definir sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 10 | ¿Ud. casi siempre sabe cómo se siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 11 | ¿Normalmente Ud. conoce sus sentimientos sobre las personas? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 12 | ¿A menudo Ud. se da cuenta de sus sentimientos en diferentes situaciones? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 13 | ¿Siempre Ud. puede decir cómo se siente? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 14 | ¿Ud. a veces puede decir cuáles son sus emociones? | 4 | | 4 | | 4 | | |
| 15 | ¿Puede Ud. llegar a comprender sus sentimientos? | 4 | | 4 | | 4 | | |

- Tercera dimensión: Reparación emocional
- Objetivo de la dimensión. Determinar la relación entre la dimensión reparación emocional de la inteligencia emocional y ejercicio físico a los estudiantes de sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Integrada N° 32399 Quiprán, Huánuco – 2024.

| Nº | Indicador | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|----|---|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| 16 | ¿Ud. aunque a veces se siento triste, suele | 4 | | 4 | | 4 | | |

| | | | | | | | |
|----|---|---|--|---|--|---|--|
| | tener una visión optimista? | | | | | | |
| 17 | ¿Aunque Ud. se sienta mal, procura pensar en cosas agradables? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 18 | ¿Cuándo Ud. esta triste, piensa en todos los placeres de la vida? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 19 | ¿Intenta Ud. tener pensamientos positivos, aunque se sienta mal? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 20 | ¿Si Ud. da demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trata de calmarse? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 21 | ¿Ud. se preocupa por tener un buen estado de ánimo? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 22 | ¿Tiene Ud. mucha energía cuando se siente feliz? | 4 | | 4 | | 4 | |
| 23 | ¿Cuándo Ud. está enfadado intenta cambiar su estado de ánimo? | 4 | | 4 | | 4 | |

Observaciones (precisar si hay

suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir**

[] **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Lic. Eder Clemente Trinidad

DNI:

Especialidad del validador: Esp. Filosofía, Psicología y CC.SS.

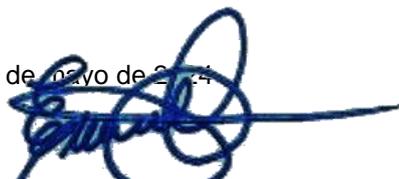
Huánuco, 20 de mayo de 2024

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**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



Eder Clemente Trinidad
LIC. EN EDUCACIÓN
ESP. FILOSOFÍA, PSICOLOGÍA Y CC.SS.

Firma del Experto Informante.

Anexo 5: Análisis de confiabilidad

EJERCICIOS FÍSICOS

| | it1 | it2 | it3 | it4 | it5 | it6 | it7 | it8 | it9 | it10 | it11 | it12 | it13 | it14 | it15 | it16 | it17 | it18 | it19 | S _r ² | |
|-----------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----------------------------|-------|
| 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 48.00 |
| 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 49.00 |
| 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 25.00 |
| 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 32.00 |
| 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 47.00 |
| 6 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 48.00 |
| 7 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 41.00 |
| 8 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 48.00 |
| 9 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 33.00 |
| 10 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 36.00 |
| 11 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 48.00 |
| 12 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 49.00 |
| S _i ² | 0.35 | 0.35 | 0.35 | 0.31 | 0.41 | 0.31 | 0.35 | 0.22 | 0.24 | 0.24 | 0.31 | 0.41 | 0.22 | 0.41 | 0.22 | 0.22 | 0.41 | 0.24 | 0.24 | | |

| | |
|-------------------------------|-------|
| K | 24 |
| □ S _i ² | 7.25 |
| S _r ² | 64.5 |
| α | 0.926 |

INTELIGENCIA EMOCIONAL

| | it1 | it2 | it3 | it4 | it5 | it6 | it7 | it8 | it9 | it10 | it11 | it12 | it13 | it14 | it15 | it16 | it17 | it18 | it19 | it20 | it21 | it22 | it23 | S _r ² | |
|----------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-----------------------------|-------|
| 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 46,00 |
| 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 48,00 |
| 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 29,00 |
| 4 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 31,00 |
| 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 46,00 |
| 6 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 46,00 |
| 7 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 39,00 |
| 8 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 46,00 |
| 9 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 32,00 |
| 10 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 33,00 |
| 11 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 46,00 |
| 12 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 48,00 |
| S_i² | 0.35 | 0.31 | 0.35 | 0.39 | 0.24 | 0.24 | 0.31 | 0.41 | 0.22 | 0.35 | 0.22 | 0.22 | 0.35 | 0.24 | 0.35 | 0.31 | 0.35 | 0.35 | 0.31 | 0.41 | 0.35 | 0.24 | 0.31 | | |

| | |
|------------------------------------|--------------|
| K | 23 |
| □ S_i² | 7.21 |
| S_r² | 51.3056 |
| α | 0.889 |

Anexo 6: Validación de instrumento

Ejercicios físicos – V de aiken

| | CLARIDAD | PERTINENCIA | RELEVANCIA | V intervalo V | | |
|-----------------------------|----------|-------------|------------|---------------|-------|-------|
| | | | | Instrumento | LI | LS |
| P1 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,438 | 1,000 |
| P2 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,757 | 1,000 |
| P3 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P4 | 0,800 | 1,000 | 1,000 | 0,93 | 0,702 | 0,988 |
| P5 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P6 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P7 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P8 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P9 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P10 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P11 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P12 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P13 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P14 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P15 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P16 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P17 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P18 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P19 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P20 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P21 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P22 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P23 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P24 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| Valor Aiken del instrumento | | | | 1,00 | | |

Inteligencia emocional – V de aiken

| | V intervalo V | | | | | |
|-----------------------------|---------------|-------------|------------|-------------|-------|-------|
| | CLARIDAD | PERTINENCIA | RELEVANCIA | Instrumento | LI | LS |
| P1 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,438 | 1,000 |
| P2 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,757 | 1,000 |
| P3 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P4 | 0,800 | 1,000 | 1,000 | 0,93 | 0,702 | 0,988 |
| P5 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P6 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P7 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P8 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P9 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P10 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P11 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P12 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P13 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P14 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P15 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P16 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P17 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P18 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P19 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P20 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P21 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P22 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| P23 | 1,000 | 1,000 | 1,000 | 1,00 | 0,796 | 1,000 |
| Valor Aiken del instrumento | | | | 1,00 | | |

Anexo 7: Base de datos

EJERCICIOS FÍSICOS

| Estudian. | EJERCICIOS FÍSICOS | | | | | | | | | | | | | | | | | | | DIMENSIONES | | | EJERCICIOS FÍSICOS | | |
|-----------|--------------------|--------|--------|--------|--------|-----------|--------|--------|--------|---------|---------|--------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|-------------|---------|---------|--------------------|---|---|
| | RESISTENCIA | | | | | VELOCIDAD | | | | | | FLEXIBILIDAD | | | | | | | | Dimen.1 | Dimen.2 | Dimen.3 | | | |
| | Preg.1 | Preg.2 | Preg.3 | Preg.4 | Preg.5 | Preg.6 | Preg.7 | Preg.8 | Preg.9 | Preg.10 | Preg.11 | Preg.12 | Preg.13 | Preg.14 | Preg.15 | Preg.16 | Preg.17 | Preg.18 | Preg.19 | | | | | | |
| Est.1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | |
| Est.2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Est.4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| Est.5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.6 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.7 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Est.8 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.9 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| Est.10 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.11 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.12 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.13 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.14 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Est.15 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.16 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| Est.17 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.18 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.19 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.20 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |

INTELIGENCIA EMOCIONAL

| Estudian. | INTELIGENCIA EMOCIONAL | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | DIMENSIONES | | | INTELIGENCIA EMOCIONAL | | |
|-----------|------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------------------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|----------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|-------------|---|---|------------------------|---|---|
| | ATENCIÓN EMOCIONAL | | | | | | | CLARIDAD EMOCIONAL | | | | | | | REPARACIÓN EMOCIONAL | | | | | | | Dimen.1 | Dimen.2 | Dimen.3 | | | | | |
| | Preg.1 | Preg.2 | Preg.3 | Preg.4 | Preg.5 | Preg.6 | Preg.7 | Preg.8 | Preg.9 | Preg.10 | Preg.11 | Preg.12 | Preg.13 | Preg.14 | Preg.15 | Preg.16 | Preg.17 | Preg.18 | Preg.19 | Preg.20 | Preg.21 | Preg.22 | Preg.23 | | | | | | |
| Est.1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | |
| Est.2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 |
| Est.3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Est.4 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| Est.5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.6 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.7 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Est.8 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Est.9 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| Est.10 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.11 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.12 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.13 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.14 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Est.15 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.16 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| Est.17 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.18 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Est.19 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Est.20 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |

| N° Orden | D.N.I. o Código del Estudiante ⁽¹⁰⁾ | Apellidos y Nombres (Orden Alfabético) | Fecha de Nacimiento | | | Datos del Estudiante | | | | | | | | | Institución Educativa de procedencia ⁽¹⁵⁾ | | | | |
|----------|--|---|---------------------|-----|-----|----------------------|--|----------------------|--------------------|--------------------|--------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|----------------------------|--|-----------------------------|--------------------------------------|----------------|---------------------------|
| | | | Día | Mes | Año | Sexo H/M | Situación de Matriculación ⁽¹¹⁾ | Patr ⁽¹¹⁾ | Padre vive SI / NO | Madre vive SI / NO | Lengua Materna ⁽¹²⁾ | Segunda Lengua ⁽¹²⁾ | Trabaja el Estudiante SI / NO | Horas semanales que labora | Escolaridad de la Madre ⁽¹³⁾ | Nacimiento Registrado SI/NO | Tipo de Discapacidad ⁽¹⁴⁾ | Código Modular | Número y/o Nombre - RJ/RD |
| 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| Resumen | |
|---------|----|
| Hombres | 13 |
| Mujeres | 7 |
| Total | 20 |

QUISPE ISIDRO, Jhonatan

Responsable de la matrícula
 Firma - Post Firma

TRUJILLO JARA, Esteban

Director (a) de la Institución Educativa
 Firma - Post Firma y Sello

| Aprobación de la Nómina | | | |
|-------------------------|-----|-----|------|
| R.D. Institucional | Día | Mes | Año |
| 04 | 16 | 03 | 2024 |