



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD  
ESPECIALIDAD DE EDUCACION FISICA Y DEPORTE**

El entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una  
I.E.P. Región Cajamarca.

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

**AUTOR:**

Oliva Linares, Jorge Luis (orcid.org/0000-0001-5187-8399)

**ASESOR:**

Dr. Oscoco Solorzano, Rolando (orcid.org/0000-0001-9610-5912)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención Integral del Infante Niño y Adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

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

TRUJILLO – PERÚ

2024

## **Dedicatoria**

El presente trabajo de grado va dedicado en primer lugar a Dios, por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente y por haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido mi soporte y compañía durante todo el periodo de estudio.

Mi Trabajo de Investigación la dedico con todo mi amor y cariño a mi amada hija Viviana por ser la razón que me levanta cada día esforzarme y poder superarme y así luchar para que la vida nos depare un futuro mejor, eres mi principal motivación.

Como en todos mis logros, en este has estado presente.

Muchas gracias, mis picos.

**El autor.**

## **Agradecimiento**

A mis padres que me dieron la vida, educación, apoyo y consejos. Especialmente quiero agradecer a mi familia por haber sido mi apoyo a lo largo de toda mi carrera universitaria y a lo largo de mi vida

Mi más sincero agradecimiento a la universidad César Vallejo por permitirme convertirme en un gran profesional en lo que tanto me apasiona, gracias al Ingeniero Rolando Oscoco por su asesoramiento en la ejecución de mi trabajo de investigación.

Una de las principales características de la vida es compartir y disfrutar con quienes amamos, podemos ayudar y guiar a muchas personas si ellas lo permiten, pero también podemos ser ayudados y guiados durante nuestra vida; por eso mismo, mediante estos agradecimientos, quiero exaltar la labor de todas esas personas que estuvieron presentes en la realización y desarrollo de este trabajo.

**El autor.**



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

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

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

Yo, OSCCO SOLORZANO ROLANDO, 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: "El entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca.", cuyo autor es OLIVA LINARES JORGE LUIS, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 13%, 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, 18 de Julio del 2024

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
OSCCO SOLORZANO ROLANDO <b>DNI:</b> 23864223 <b>ORCID:</b> 0000-0001-9610-5912	Firmado electrónicamente por: ROSCCOS el 22-07- 2024 09:49:15

Código documento Trilce: TRI - 0822171





**Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, OLIVA LINARES JORGE LUIS 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: "El entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca.", 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
JORGE LUIS OLIVA LINARES <b>DNI:</b> 26724341 <b>ORCID:</b> 0000-0001-5187-8399	Firmado electrónicamente por: JOOLIVAL el 18-07- 2024 16:55:15

Código documento Trilce: TRI - 0822170

## Índice de contenidos

DEDICATORIA .....	II
AGRADECIMIENTO .....	III
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR.....	IV
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR.....	V
ÍNDICE DE CONTENIDOS .....	VI
ÍNDICE DE TABLAS .....	VII
RESUMEN .....	VIII
ABSTRACT .....	IX
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	4
III. MÉTODO .....	10
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	10
3.2. Operacionalización de variables.....	11
3.3. Población muestra y muestreo .....	12
3.4. Técnica e instrumento de recolección de datos.....	13
3.5. Procedimiento de recolección de datos .....	15
3.6. método de análisis de datos .....	15
3.7. Aspectos éticos .....	15
IV. RESULTADOS .....	16
V. DISCUSIÓN.....	24
VI. CONCLUSIONES.....	27
VII. RECOMENDACIONES .....	28
REFERENCIAS .....	29
ANEXOS .....	34

## Índice de tablas

Tabla 1 Operacionalización de la Variable Entrenamiento .....	11
Tabla 2 Operacionalización de la Variable Desempeño Deportivo .....	12
Tabla 3 El Entrenamiento .....	16
Tabla 4 Preparación Teórica.....	16
Tabla 5 Preparación Física .....	17
Tabla 6 Preparación Táctica .....	17
Tabla 7 Desempeño Deportivo.....	18
Tabla 8 Habilidades.....	18
Tabla 9 Capacidad Física .....	19
Tabla 10 Desempeño .....	19
Tabla 11 Prueba de Normalidad.....	20
Tabla 12 Análisis Inferencial de la Hipótesis General .....	20
Tabla 13 Análisis Inferencial de la Hipótesis Específica 1 .....	21
Tabla 14 Análisis Inferencial de la Hipótesis Específica 2.....	22
Tabla 15 Análisis Inferencial de la Hipótesis Específica 3.....	22

## Resumen

En la investigación se planteó como objetivo general, Determinar la relación que existe entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca. El estudio es de tipo básico y cuyo enfoque es cuantitativo, de tal manera que el diseño es no experimental, obteniendo la información en un momento determinado por lo que es transversal. Se utilizó en la investigación la técnica de la encuesta y el instrumento fue considerado el cuestionario con escala Likert, siendo la confiabilidad alta. Conformó también la muestra 143 estudiantes. Como resultado se obtuvo en la hipótesis general el coeficiente de correlación 0.558 tal que el entrenamiento se relaciona de manera positiva; de la primera hipótesis específica 1, el coeficiente de correlación fue 0.576 tal que la preparación teórica se relaciona de manera positiva y considerable con el desempeño deportivo de estudiantes, de la hipótesis específica 2, el coeficiente de correlación fue 0.624 tal que la preparación física se relaciona de manera positiva y alta con el desempeño deportivo, de la hipótesis específica 3, el coeficiente de correlación fue 0.224 tal que resulta que la preparación táctica se relaciona de manera positiva y baja con el desempeño deportivo de estudiantes.

**Palabras clave:** Preparación, desempeño, habilidad, entrenamiento.



## Abstract

The general objective of the research was to determine the relationship that exists between training and sports performance of students from an I.E.P. Cajamarca Region. The study is of a basic type and whose approach is quantitative, in such a way that the design is non-experimental, obtaining the information at a certain time so it is transversal. The survey technique was used in the research and the instrument was considered the questionnaire with a Likert scale, with high reliability. The sample also made up 143 students. As a result, the correlation coefficient of 0.558 was obtained in the general hypothesis, such that training is positively related; of the first specific hypothesis 1, the correlation coefficient was 0.576 such that theoretical preparation is positively and considerably related to the sports performance of students, of specific hypothesis 2, the correlation coefficient was 0.624 such that physical preparation is relates in a positive and high way with sports performance, of specific hypothesis 3, the correlation coefficient was 0.224 such that it turns out that tactical preparation is related in a positive and low way with the sports performance of students.

**Keywords:** Preparation, performance, ability, training.

## I. INTRODUCCIÓN

En el contexto internacional, los deportistas para lograr un buen desempeño recurren a prácticas intensas de entrenamientos para asegurar un buen rendimiento en el deporte y por tanto lograr un buen desempeño. Dong et al. (2023), precisan que el desarrollo de métodos de entrenamiento eficaces mejora el rendimiento de los deportistas. Si bien algunos estudios previos han demostrado el efecto y el desarrollo de diversas intervenciones de entrenamiento, como el entrenamiento de velocidad, agilidad y rapidez, entrenamiento con pesas, entrenamiento pliométrico y entrenamiento complejo. El entrenamiento básico, tiene efectos positivos en el deportista, sin embargo, no es determinante en la velocidad.

De igual forma, Beck et al. (2021), precisaron que las bases del rendimiento deportivo son el entrenamiento siendo un aspecto relevante para que el deportista se encuentre en condiciones favorables para la competencia deportiva, algo que en países avanzados ponen mucho énfasis con el respaldo de la tecnología para el control del desempeño del deportista.

En el contexto latinoamericano, se pone énfasis en el entrenamiento de los jóvenes desde la época escolar para su buen desempeño deportivo. Según Valladares y Posso (2022), la práctica deportiva desde el ámbito escolar tiene beneficios porque permite se mantenga un estilo de vida sano, favoreciendo a nivel físico y emocional en los estudiantes escolares. Melo y Castro (2020), consideran que el entrenamiento es determinante para el éxito competitivo, siendo importante efectuar valoraciones físicas con fines de hacer un control adecuado y seguimiento de la labor deportiva, en tal sentido los entrenadores ponen énfasis el progreso logrado al programar en entrenamiento deportivo. También Peralta y Castro (2023), precisó que en Ecuador el impulso al deporte en los centros educativos tiene como fin encontrar talentos que tengan habilidades físicas desarrolladas que son buenas para su buen desempeño deportivo. Sin embargo, hay carencia de maestros de Educación Física que se hagan cargo de la parte física, técnica y táctica para el fútbol de estudiantes.

A nivel nacional, la realidad peruana respecto a las entidades educativas pone en práctica el deporte como una actividad valorativa para el buen desarrollo de los estudiantes considerando el deporte como un factor importante para su

formación integral, según La Política Nacional de Actividad Física, Recreación, Deporte y Educación Física [PARDEF] (2022), considerando la encuesta de la consultora de investigaciones de mercado IPSOS precisó que el (46.7%) de ciudadanos adultos peruanos serían en el presente tomados en cuenta como inactiva. Así se demuestra que los individuos no realizan labores físicas por 10 o más minutos seguidos diariamente. De la población de adultos el 27.6% por lo menos efectúan 10 minutos seguidos de labor física actual durante la semana, sin lograr llegar a la meta que esperan, tal que pueden llegar a ser personas activas. De esto se tiene que un 75% de pobladores peruanos que superan los 18 años no realiza adecuadas labores físicas, según lo que sugiere la OMS.

Al respecto Inca (2021), con el entrenamiento deportivo se busca dinamizar el movimiento corporal, estructurando la parte biológica y luego buscar el desarrollo de forma integral, la capacidad física del estudiante. Al respecto el colegio particular situado en Cajamarca, es una institución educativa que brinda estudios mixtos a nivel secundario a estudiantes escolares en el turno de la mañana. Se cuenta en la programación curricular la educación física, tal que se ejecutan diversas actividades deportivas según el grado de estudios. En el entrenamiento se pone énfasis en el desempeño en el deporte de estudiantes, tal manera que mejoren su rendimiento deportivo. No obstante, se tiene dificultades en lograr un buen desempeño por muchos factores sociales que aquejan a los estudiantes, desde problemas emocionales y malas prácticas nutricionales que no permiten lograr el buen desempeño esperado. El entrenamiento no se puede realizar con el rigor requerido porque los estudiantes no están preparados físicamente para soportar el ritmo de entrenamiento que se requiere para lograr el buen desempeño debido a problemas de sobrepeso, salud física y mental.

En tal sentido, se plantea como problema general: ¿Cuál es la relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca? Los problemas específicos son: ¿Cuál es la relación entre la preparación teórica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca?, ¿Cuál es la relación entre la preparación física y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca? y ¿Cuál es la relación entre la preparación táctica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca?

En tal sentido, se tiene como objetivo general: Determinar la relación que existe entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca. Los objetivos específicos son: Determinar la relación que existe entre la preparación teórica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca, Determinar la relación que existe entre la preparación física y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca y Determinar la relación que existe entre la preparación táctica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca.

En relación a la justificación, se considera teórica porque se fundamenta con fuentes confiables el entrenamiento y desempeño deportivo, tal que facilita el desarrollo del estudio para lograr resultados valorativos que permitan obtener conclusiones relevantes en el presente estudio. También se justifica de manera social, ya que se busca en los estudiantes alcanzar una formación integral que permita consolidar su desarrollo físico y cognitivo, independientemente de su interés en ser un profesional ligado al deporte. Se justifica metodológicamente, porque se pone en evidencia el método científico como fundamento relevante del proceso de desarrollo de la investigación, considerando, el método investigativo y el proceso estadístico como herramienta para obtener los resultados y sacar conclusiones del presente estudio.

Así mismo, es preciso destacar que el presente estudio se limita a una entidad educativa particular, situada en el departamento de Cajamarca y ubicado en la zona central de la localidad. La investigación se desarrollará en el segundo semestre del presente año, considerando para tal efecto el acceso a la entidad educativa para la aplicación de las encuestas.

En relación a las hipótesis, se plantea como hipótesis general: Existe relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca. Las hipótesis específicas son: Existe relación entre la preparación teórica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca, Existe relación entre la preparación física y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca y Existe relación entre la preparación táctica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca.

## II. MARCO TEÓRICO

Para iniciar, respecto a los antecedentes internacionales en la investigación de Escorcia y Becerra (2023), en su estudio su objetivo fue precisar el estado presente de la transferencia y difusión de conocimientos respecto al entrenar deportivamente. El estudio es no experimental. Como resultado se evidencia que en el entrenamiento es de relevancia el nivel que adquieren los entrenadores. Se concluyó precisando que el proceso deportivo favorece al deportista, que implique mayor exigencia en los entrenamientos, lo cual permite lograr buenos deportistas.

En este sentido, Lei (2023) en su investigación su objetivo planteado fue innovar Tecnología para entrenar la parte física para labores de enseñanza del atletismo en entidades educativas. Se consideró como tal a 80 estudiantes universitarios respecto al atletismo considerando dos clases por semana de atletismo que fueron de 60 minutos. En el estudio de tipo aplicado obteniendo información antes y después de los ejercicios, realizando la comparación de resultados asociados a la condición física de los participantes. Todo el entrenamiento tuvo una duración de ocho semanas. Luego de ello, los índices relevantes fueron medidos nuevamente, clasificados y comparados. Como resultado se tiene que el entrenamiento físico tiene relevancia en el rendimiento deportivo, y con ganancia atlética en estudiantes de menor rendimiento inicial. Se concluye precisando que el entrenamiento físico promueve el rendimiento positivo en el atletismo.

De igual manera, Reyes (2023), consideró como objetivo, determinar el rendimiento deportivo de un karateca, comprobando un nivel alcanzado con la práctica. El estudio fue no experimental, tal que se busca el vínculo del rendimiento físico y desempeño deportivo en practicantes de karate mayores. Como resultado se comprobó que el rendimiento físico tiene que ver con el desempeño deportivo del deportista, tal que un adecuado entrenamiento conduce a un excelente rendimiento físico. En conclusión, para un buen rendimiento físico y desempeño deportivo, es preciso considerar no solo lo físicos, sino adherir lo técnico y psicológico, tal que se le brinde la formación íntegra.

Así mismo, Simba (2023), en su investigación su objetivo fue poner en práctica el pre test para estimar la resistencia aeróbica de bastoneras, luego de aplicar el entrenarse Interválico con Alta Intensidad (HITT), que conforman 16 sesiones, seguidamente se aplicó el pre test para establecer la relación de variables, luego el post test. En tal sentido fue un estudio aplicado experimental comparando con la base de datos del pre y pos test, encontrando mejora en resistencia aeróbica comprobando la hipótesis planteada. La parte que corresponde a presentación fueron de 3 horas promedio en tanto el desfile y la competencia son en promedio de 7 min a 7:30 min por lo que se concluye que al hacer el entrenarse con HIIT ayudó a la mejora de resistencia aeróbica en deportistas.

Aunado a ello, Zambrano (2021), en su investigación el objetivo la mejora del rendimiento físico de equipo respecto al Control de Armas, Municiones y Explosivos [CAMEX] aplicado al entrenamiento. La metodología fue mixta, es decir, cuantitativa cualitativa. Los resultados se dieron mediante la prueba de salto continuo en el que se mide la fuerza anaeróbica tal que el rango fue muy bueno; también se midió y evaluó aspectos físicos del personal en entrenamiento militar obteniendo un rango muy bueno. En conclusión, se precisa nuevos métodos y rutinas de ejercicios con nueva e innovadora actividad alineados al plan de entrenamiento en el avance integral de la capacidad física y tener personal capacitado con condiciones adecuadas.

De otro lado, se presentan los argumentos en relación a los antecedentes nacionales vinculados a variable de estudio; así para Arroyo (2023), planteó como objetivo determinar el vínculo de aspectos psicológicos y rendimiento deportivo de jóvenes cuyas edades van de 13 a 15 años. El estudio fue correlacional no experimental. La muestra conformó 45 futbolistas tal que se utilizó el cuestionario. Se tiene la correlación 0,398 logrando una relación positiva débil. Se concluye que se logró que los adolescentes de la entidad académica, respecto a lo psicológico y rendimiento deportivo se hallan vinculados entre sí.

Del mismo modo Coz (2022), tal que planteó el objetivo de establecer el vínculo de preparar la parte física y el rendimiento en el deporte del futbol en el equipo juventud Nicolás de Piérola. El estudio fue descriptivo y correlacional, cuyo instrumento es la encuesta orientada a medir el vínculo de la preparación física y el rendimiento en el deporte, utilizando la encuesta. Como resultado se

tiene que hay relación con preparar la parte física y el rendimiento en el deporte de los futbolistas de la institución. En conclusión, comprobando la hipótesis investigativa, tal que es relevante el estudio orientado que la preparación física está vinculado con el rendimiento de los deportistas.

Así mismo, Maurtua (2023), tal que su objetivo fue determinar el vínculo entre motivación deportiva y rendimiento deportivo de jugadores de fútbol en descentralizado de Ucayali 2022. El método fue cuantitativo no experimental siendo correlacional. Según la muestra conformaron 128 futbolistas; tal que se utilizó la encuesta. De los resultados se evidenció tal que la correlación fue positiva baja, con un 32,03 % de deportistas tienen nivel alto de motivación en el deporte y el 51, 56 % de rendimiento en el deporte, tal que es destaca que un 40,63% presenta nivel medio respecto a no motivación. En conclusión, el aspecto motivacional a nivel del deporte es valioso en el rendimiento.

Mena (2021), mediante su investigación intentó aclarar la relación entre el espíritu deportivo y el rendimiento competitivo a nivel club Carlos Tenaud de Trujillo, 2021. El estudio fue cuantitativo no experimental, siendo descriptiva correlacional transversal, cuya población conformaron 50 deportistas de fútbol masculino (sub 17-16-15). Se tuvo como resultado que los deportistas tienen actitud deportiva regular siendo 56,41%. También muchos futbolistas presentan rendimiento deportivo regular alcanzando 89,74%. En conclusión, se tiene que hay relación positiva baja ( $\rho = 0.217$ ) y relevante a nivel variable de contraste ( $p = 0.019$ ).

Finalmente, Orihuela (2020), tal que en su investigación intentó precisar el vínculo habido con el ejercicio físico y composición corporal de estudiantes de promoción 2018. El estudio fue cuantitativo, aplicado, siendo no experimental, transversal y correlacional. La población lo conformaron estudiantes de la promoción 2018. Como resultado se tiene que hay relación relevante entre ejercicios físicos y composición corporal de los estudiantes en estudio de la entidad educativa de Educación.

Variable 1: El entrenamiento, tal que Raya y Martínez (2019), consideran que el entrenamiento permite optimizar de forma efectiva la masa muscular de los diversos contextos deportivos, por ello es preciso se module los diversos parámetros de entrenamiento considerando la intensidad, volumen de entrenamiento como también los periodos para el descanso y el tipo de

contracción que se haga uso. Es preciso destacar que para el aumento muscular es preciso efectuar un programa sobre entrenamiento de tal manera que se dé el fallo muscular.

En el mismo sentido, el autor Guerra (2019) destaca al entrenamiento en competencias técnicas tiene que ver con la destreza necesaria para el progreso, en algunos casos resultan de interés central en entidades educativas superiores, pues es el ámbito para formar diversos profesionales en cualquier especialidad.

Al respecto Góngora et al. (2023), consideran que en las maneras de hacer un ejercicio que practica la población se tiene la musculación, los logros en el cambio de aspecto físico, cardiovascular y hipertrofia muscular causado por el ejercicio anaeróbico, siendo atractivo en un deportista. Según Villafuerte (2018) requiere de nivel de intensidad superior, dada por la liberación de y la hormona de crecimiento en el ser humano, que se asocia al tejido muscular esquelético, también el incremento de fuerza en el músculo.

Por su parte Rodríguez et al. (2021), consideran el entrenar deportivamente según especialistas, es una categoría relevante en la Teoría y Metodología en ciencia de la Actividad Física y Deporte, que forman parte de su aparato categorial, que se confirma en literatura especializada.

Para ello, es necesario analizar algunos aspectos de la variable Entrenamiento con tres dimensiones: 1) Preparación teórica, 2) Preparación física y 3) preparación táctica

La dimensión Preparación teórica, se caracteriza debido a que brindan los conocimientos que hace posible que los deportistas comprendan situaciones asociadas al entrenamiento. Según López y Diéguez (2022), permite el crecimiento personal y físico-motriz de deportistas, desde el aspecto educativo; tal que se asocia la parte instructiva y desarrolladora. Para ello es relevante la práctica cotidiana.

La dimensión Preparación física, es un proceso orientado a fortalecer al organismo para elevar las posibilidades funcionales y desarrollo de aspectos motores siendo el caso de fuerza, velocidad, resistencia y la flexibilidad. Según Costa (2021), en el entrenamiento la duración del tiempo de entrenamiento, respecto a la condición física generan cambios fisiológicos a nivel



cardiorrespiratorio, muscular y metabólico lo cual afianza el rendimiento del deportista.

La dimensión Preparación táctica, tal que otorga al deportista herramientas para el análisis de una situación, planificando la solución, ejecutando y evaluando la efectividad de las acciones y se juzgue las consecuencias. Según Valencia (2021), la táctica hace posible que los jugadores se desenvuelvan de la mejor manera en el juego mediante ideas que guían el comportamiento de los jugadores en el terreno de juego. Tiene que ver con la percepción y análisis del caso, solución mental de la situación y solución motriz; por lo que implica conocimiento de la situación, decisión respecto a lo que hacer y realizar la acción.

Variable 2: Desempeño deportivo, según Sanabria et al. (2020), es el resultado que presenta un deportista, que se refleja en logro y meta que alcanzan. El desempeño deportivo se da por la característica socio-cultural, psicológica y fisiológica, que se afecta por lo ambiental y genético.

De igual forma Reyes (2023), señala que hay características precisas en el análisis del desempeño del deportista, valorando la técnica deportiva y ejecución correcta, la táctica, reacción/ aceleración/ mantenimiento/ deceleración, la forma, etc. Conducir adecuadamente en momentos adecuados, hace posible que un deportista logre buen desempeño.

Para ello es necesario analizar aspectos de la variable desempeño deportivo con las siguientes dimensiones: 1) Habilidades, 2) Capacidades físicas y 3) Desempeño

La dimensión Habilidades, permiten realizar acciones deportivas de manera efectiva y precisa. Según Marín et al. (2023), permite conocer lo que sucede en la etapa de inicio deportivo y en aspectos relacionados con procesos de formación en la educación física, la recreación y el deporte en general.

La dimensión Capacidades físicas, necesarias para lograr el desempeño deportivo óptimo e íntegro. Según Carrillo et al. (2020), la capacidad física tiene que ver con el desarrollo fisiológico que logra la persona en el transcurso de la vida, tal que el organismo se adapta físicamente desde edad temprana y se educa con las clases de educación física.

La dimensión Desempeño, se refleja en el desenvolvimiento de los diversos eventos para realizar diversas acciones deportivas. Según Reyes (2023), considera que es el esfuerzo físico que hace un deportista para lograr los objetivos en su sector deportivo en un tiempo determinado. Tiene que ver con su capacidad física, la recuperación y el ritmo de entrenamiento.

### III. MÉTODO

#### 3.1. Tipo de Diseño de Investigación

##### 3.1.1. Tipo de Investigación

Su finalidad es aportar nueva información, por lo que se consideró básica, útil en labores investigativas. Al respecto Ñaupas et. al., (2018, p. 36) manifestaron que estudios básicos tienen aporte a la investigación, tal que se valora la temática en estudio siendo válida en nuevas investigaciones.

Se consideró como alcance de tipo descriptivo de acuerdo a lo que se observa; tal que es correlacional por conocer el vínculo de las variables. Según Hernández y Mendoza (2018, p. 106) sobre el análisis correlacional mencionaron se logra obtener la relación existente entre las variables.

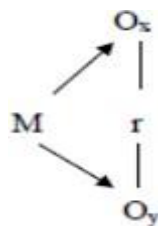
Finalmente, vale aclarar que se consideró trabajar con un enfoque cuantitativo, ya que contó con procesos, ordenados, secuenciales y probatorios, los cuales fueron medidos y contrastados estadísticamente. Al respecto Hernández y Mendoza (2018, p. 108) plantearon que para validar las hipótesis con herramientas estadísticas se logra con estudios cuantitativos.

##### 3.1.2. Diseño de Investigación

Se considera no experimental, donde se estudia sin manipulación de variables, y las mediciones se hacen en el contexto real de las variables (Valderrama, 2015, p. 40). Según Hernández y Mendoza (2018, p. 150) afirmaron que en el estudio se hizo con variables en su estado normal, tal que estransversal puesto que la recopilación de datos se hizo en un solo momento. El esquema es:

#### Figura 1.

*Esquema del diseño*



Se detalla:

M: Es la muestra

Ox: El entrenamiento

Oy: Desempeño deportivo

r: Relación

Por último, se optó por desarrollar el método deductivo hipotético, ya que se comprobó la validez de hipótesis (Hernández & Mendoza, 2018, p. 154).

### 3.2. Variable y Operacionalización

V1: El entrenamiento

Respecto a la definición conceptual, para la variable El entrenamiento, los autores Raya y Martínez (2019), consideran que permite optimizar de forma efectiva la masa muscular de los diversos contextos deportivos, por ello es preciso se module los diversos parámetros de entrenamiento considerando la intensidad, volumen de entrenamiento como también los periodos para el descanso y el tipo de contracción que se haga uso.

Respecto a la definición operacional de la variable El entrenamiento tiene que ver con la preparación teórica, preparación física y preparación táctica, tal que se miden mediante sus indicadores respectivos considerando la escala Likert de 5 escalas en la formulación de los ítems.

*Tabla 1 Operacionalización de la Variable Entrenamiento*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles/ Rangos
Preparación teórica	Conocimientos	1-2	Ordinal de orden	
	Aspectos de entrenamiento	3-4-5	Categorías: Tipo Likert:	Inadecuado Regular Adecuado
Preparación física	Desarrollo de cualidades	6-7	Siempre (5) Casi siempre (4)	
	Fortalecimiento del organismo	8-9-10	A veces (3) Casi nunca (2) Nunca (1)	
Preparación táctica	Análisis de situación	11-12-13		
	Planificar solución	14-15-16		

*Nota.* Elaboración propia

## V2: Desempeño deportivo

Para la variable Desempeño deportivo, respecto a la definición conceptual, Sanabria et al. (2020), lo precisa como es el resultado que presenta un deportista, que se ve reflejado en los logros y metas alcanzados por el mismo. El desempeño deportivo se ve determinado por diversas características socio-culturales, psicológicas y fisiológicas, tal que se ven afectados por el ambiente y por lo genético.

### Definición operacional

En el desempeño deportivo se tiene como dimensiones las habilidades, capacidad física y desempeño las cuales se miden mediante sus indicadores los cuales se expresan con la escala Likert en cada uno de los ítems.

Tabla 2 Operacionalización de la Variable Desempeño Deportivo

<i>Dimensiones</i>	<i>Indicadores</i>	<i>Ítems</i>	<i>Escala de medición</i>	<i>Niveles/Rangos</i>
Habilidades	Efectivas	17-18	Ordinal de orden Categorías: Tipo Likert:	
	Precisas	19-20-21		
Capacidad física	Óptima	22-23	Siempre (5)	Inadecuado
	Integral	24-25-26	Casi siempre (4) A veces (3)	Regular Adecuado
Desempeño	Acciones deportivas	27-28-29	Casi nunca (2)	
	Desenvolvimiento	30-31-32	Nunca (1)	

*Nota.* Elaboración propia

### 3.3. Población, muestra y muestreo

Hernández y Mendoza (2018, p. 196), mencionaron que conforman todos aquellos que tienen características en común.

#### 3.3.1 Población

Hernández y Mendoza (2018, p. 196), afirman que se trata de personas con características similares, y en ese sentido en el estudio se contemplado un total de 227 de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca

Criterio de Inclusión: Son estudiantes de secundaria con matrícula en el año académico y según su capacidad deportiva son seleccionados para su formación deportiva intensiva.

Criterios de exclusión: estudiantes de secundaria con matrícula el presente año que no tienen las habilidades deportivas para potenciarlos en el deporte.

### 3.3.2 Muestra

Shukla (2020, p. 2), mencionó que es fracción poblacional selectiva obtenida de la población, conservando los detalles de la población.

Para obtener la muestra se considera los aspectos siguientes:

- Nivel de confianza 95%. ( $Z = 1,96$ )
- Error + 5,00%. ( $e$ )
- Probabilidad 50%. ( $P$ )
- Población de 227 ( $N$ )

$$n = \frac{N z_{\alpha/2}^2 P(1-P)}{(N-1)e^2 + z_{\alpha/2}^2 P(1-P)}$$
$$n = \frac{227 * 1.96^2 * 0.50 * (1 - 0.50)}{(227 - 1)0.05^2 + 1.96^2 * 0.50 * (1 - 0.50)}$$
$$n = 143$$

Según los cálculos muestrales, son 143 estudiantes.

### 3.3.3 Muestreo

Hernández y Mendoza (2018, p.217), consideran a los miembros de la población, realizando la selección de acuerdo a lo que decide el investigador.

Se toma en cuenta el criterio de selección por conveniencia no probabilístico.

## 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Respecto a las técnicas, es de precisar que utilizar la encuesta, según Ponto (2020, p. 168), son los que otorgan la información para el procesamiento. En tal sentido, fue la encuesta el medio con lo que se obtuvo los datos.

En relación al instrumento empleado para la recopilación de datos se ha seleccionado el cuestionario, que según Matas (2018, p. 39), aclara que un cuestionario conforma preguntas con la escala Likert, tal que se valora a la pregunta, que son elaboradas por el investigador.

#### Ficha Técnica del Instrumento 1

- Nombre: Cuestionario “Entrenamiento”
- Autor: Jorge Luis Oliva Linares
- Dimensiones: preparación teórica, preparación física y preparación táctica.

#### Ficha Técnica del Instrumento 2

- Nombre: Cuestionario “Desempeño deportivo”
- Autor: Jorge Luis Oliva Linares
- Dimensiones: habilidades, capacidad física y desempeño

Por su parte, en cuanto a la validación de los instrumentos, Según Ríos (2017, p. 103), tiene que ver con que los instrumentos se validen por el juicio de expertos con fines que se pueda hacer las mediciones de las variables.

En este caso se validan los instrumentos de cada variable mediante (04) expertos, midiendo la relevancia, pertinencia y claridad de los ítems.

Según Hernández y Mendoza (2018, p. 323), considera que la confiabilidad de los instrumentos que se asocia a lo estable de los datos, de tal manera que los ítems cumplan con la función que se requiere.

En tal sentido, se considera el análisis con Alfa de Cronbach para validar los ítems, considerando la toma de una prueba piloto a una muestra de 10 estudiantes deportistas. Al respecto se tienen rangos que se consideran en su valoración, se verificó que la variable entrenamiento ha obtenido un Alfa de Cronbach de 0.940; siendo Excelente, de similar forma con la variable desempeño deportivo se ha alcanzado un valor de 0.939; lo que se interpreta como Excelente, por lo tanto, han demostrado superar la prueba de confiabilidad. (Anexo 6).

### **3.5. Procedimiento de recolección de datos**

Con fines de obtener los datos, remiten cartas a la entidad educativa, para que autorice la obtención de los datos, para el estudio, aplicando los instrumentos respectivos. Los datos que se obtengan se registran en el Excel para posteriormente ser procesados.

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

Para procesar los datos se hará uso del SPSS versión 25, tal que se hace el análisis descriptivo tal que se considere en este caso las tablas y figuras cruzadas de las variables cuyo análisis se aplica de acuerdo a los objetivos, estableciendo niveles y rangos. En este sentido, Kaur et al. (2021, p. 3), considera que la estadística descriptiva considera el comportamiento de los datos analizando mediante las frecuencias de datos que se procesó.

Respecto a la estadística inferencial se procede inicialmente a realizar la prueba de normalidad precisando si tienen los datos comportamiento normal o no lo tienen. Seguidamente se define la prueba estadística de las hipótesis y determinar la relación respectiva. Al respecto Tarek (2019, p.6), manifiesta se valida las hipótesis planteadas.

### **3.7. Aspectos éticos**

Se toma en cuenta, diversos principios éticos, manteniendo el respeto al participante, manteniendo bienestar, así como igualdad en el proceso investigativo. Según el principio de honestidad se busca informar la razón del estudio de manera clara, por su parte la verdad tiene que ver con la transparencia en el manejo de información con el respeto de la autoría, también la no maleficencia tal que en el estudio no se causa perjuicio en el estudio, originalidad asociada a la veracidad de la información del autor evitando información que no competa.

En este sentido, Fleming y Zegwaard (2018, p. 209), precisaron que tiene importancia lo ético debido a que se alinea al contexto científico tal que es valorativo socialmente.



#### IV. RESULTADOS

##### 4.1 Resultado descriptivo

###### V1: El Entrenamiento

*Tabla 3 El Entrenamiento*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inadecuado	56	39,2	39,2	39,2
	Regular	75	52,4	52,4	91,6
	Adecuado	12	8,4	8,4	100,0
	Total	143	100,0	100,0	

De los resultados obtenidos en la tabla 3, los encuestados respondieron que el entrenamiento es inadecuado con 39.2%, regular con 52.4% y adecuado con 8.4%. En tal sentido se concluye que 75 encuestados mencionaron que el entrenamiento es de nivel regular en la entidad educativa en estudio.

###### Dimensión 1: Preparación teórica

*Tabla 4 Preparación Teórica*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inadecuado	86	60,1	60,1	60,1
	Regular	40	28,0	28,0	88,1
	Adecuado	17	11,9	11,9	100,0
	Total	143	100,0	100,0	

Según tabla 4, los encuestados respondieron que la preparación teórica es inadecuada con 60.1 %, regular con 28 % y adecuada con 11.9%. En tal sentido se concluye que 86 encuestados mencionaron que la preparación teórica es de nivel bajo en la entidad educativa en estudio.

## Dimensión 2: Preparación física

*Tabla 5 Preparación Física*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inadecuado	56	39,2	39,2	39,2
	Regular	60	42,0	42,0	81,1
	Adecuado	27	18,9	18,9	100,0
	Total	143	100,0	100,0	

Según tabla 5, los encuestados respondieron que la preparación física es inadecuada con 39.2%, regular con 42% y adecuada con 18.9%. En tal sentido se concluye que 60 encuestados mencionaron que la preparación física es de nivel regular en la entidad educativa en estudio.

## Dimensión 3: Preparación táctica

*Tabla 6 Preparación Táctica*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inadecuado	57	39,9	39,9	39,9
	Regular	74	51,7	51,7	91,6
	Adecuado	12	8,4	8,4	100,0
	Total	143	100,0	100,0	

Según tabla 6, los encuestados respondieron que la preparación táctica es inadecuada con 39.9%, regular con 51.7% y alta con 8.4%. En tal sentido se concluye que 74 encuestados mencionaron que la preparación táctica es de nivel regular en la entidad educativa en estudio.

## V2: Desempeño deportivo

*Tabla 7 Desempeño Deportivo*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inadecuado	91	63,6	63,6	63,6
	Regular	34	23,8	23,8	87,4
	Adecuado	18	12,6	12,6	100,0
	Total	143	100,0	100,0	

De los resultados obtenidos en la tabla 7, los encuestados respondieron que el desempeño deportivo es inadecuado con 63.6 %, regular con 23.8 % y adecuada con 12.6 %. En tal sentido se concluye que 91 encuestados mencionaron que el desempeño deportivo es de nivel inadecuado en la entidad educativa en estudio.

## Dimensión 1: Habilidades

*Tabla 8 Habilidades*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inadecuado	50	35,0	35,0	35,0
	Regular	75	52,4	52,4	87,4
	Adecuado	18	12,6	12,6	100,0
	Total	143	100,0	100,0	

De los resultados obtenidos en la tabla 8, los encuestados respondieron que las habilidades resultaron inadecuadas con 35 %, regular con 52.4 % y adecuada con 12.6 %. En tal sentido se concluye que 75 encuestados mencionaron que las habilidades tienen un nivel regular en la entidad educativa en estudio.

## Dimensión 2: Capacidad física

*Tabla 9 Capacidad Física*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inadecuado	108	75,5	75,5	75,5
	Regular	17	11,9	11,9	87,4
	Adecuado	18	12,6	12,6	100,0
	Total	143	100,0	100,0	

De los resultados obtenidos en la tabla 9, los encuestados respondieron que la capacidad física es inadecuada con 75.5 %, regular con 11.9 % y adecuada con 12.6 %. En tal sentido se concluye que 108 encuestados mencionaron que capacidad física es de nivel inadecuado en la entidad educativa en estudio.

## Dimensión 3: Desempeño

*Tabla 10 Desempeño*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inadecuado	125	87,4	87,4	87,4
	Adecuado	18	12,6	12,6	100,0
	Total	143	100,0	100,0	

Según tabla 10, los encuestados respondieron que el desempeño es inadecuado con 87.4 %, y adecuada con 12.6 %. En tal sentido se concluye que 125 encuestados mencionaron que el desempeño es de nivel inadecuado en la entidad educativa en estudio.

## 4.2 Resultado inferencial

### Prueba de normalidad

Esta prueba estadística permite identificar cómo se comportan los datos, eligiendo el estadístico Kolmogorov-Smirnov por contar con 143 integrantes.

*Tabla 11 Prueba de Normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	Gl	Sig.
Entrenamiento	,299	143	,000
Preparación teórica	,371	143	,000
Preparación física	,252	143	,000
Preparación táctica	,295	143	,000
Desempeño deportivo	,391	143	,000

De la tabla 11 se tiene que el valor de significancia resultó menor que 5%, por lo que se deduce que los datos procesados tienen comportamiento no paramétrico, eligiendo el estadístico Rho de Spearman en la prueba de hipótesis.

### Prueba de hipótesis general

Ha: Existe relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca

Ho: No existe relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca

*Tabla 12 Análisis Inferencial de la Hipótesis General*

				Entrenamiento	Desempeño deportivo
Rho de Spearman	Entrenamiento	Coefficiente de correlación		1,000	,558**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		143	143
	Desempeño deportivo	Coefficiente de correlación		,558**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		143	143

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

De la tabla 12 la significancia bilateral fue inferior a 5% tal que se valida la hipótesis planteada por el investigador cuya relación obtenida resultó un valor de 0.558 tal que resulta que el entrenamiento tiene relación positiva y considerable respecto al desempeño deportivo, tal que es importante poner énfasis en el entrenamiento para tener buenos resultados en el desempeño deportivo.

#### Prueba de hipótesis específica 1

Ha: Existe relación entre la preparación teórica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca

Ho: No existe relación entre la preparación teórica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca

*Tabla 13 Análisis Inferencial de la Hipótesis Específica 1*

			Preparación teórica	Desempeño deportivo
Rho de Spearman	Preparación teórica	Coefficiente de correlación	1,000	,576**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	143	143
	Desempeño deportivo	Coefficiente de correlación	,576**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	143	143

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

De la tabla 13 la significancia bilateral fue inferior a 5% tal que se valida la hipótesis planteada por el investigador cuya relación obtenida resultó un valor de 0.576 tal que resulta que la preparación teórica es positiva y considerable respecto al desempeño deportivo, tal que es importante poner énfasis los aspectos teóricos para un buen desempeño deportivo.

#### Prueba de hipótesis específica 2

Ha: Existe relación entre la preparación física y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca

Ho: No existe relación entre la preparación física y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca

*Tabla 14 Análisis Inferencial de la Hipótesis Específica 2*

			Preparación física	Desempeño deportivo
Rho de Spearman	Preparación física	Coeficiente de correlación	1,000	,624**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	143	143
	Desempeño deportivo	Coeficiente de correlación	,624**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	143	143

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

De la tabla 14 la significancia bilateral fue inferior a 5% tal que se valida la hipótesis planteada por el investigador cuya relación obtenida resultó un valor de 0.624 tal que resulta que la preparación física es positiva y alta respecto al desempeño deportivo, tal que es importante la preparación física para tener buenos resultados en el desempeño deportivo.

#### Prueba de hipótesis específica 3

Ha: Existe relación entre la preparación táctica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca

Ho: No existe relación entre la preparación táctica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca

*Tabla 15 Análisis Inferencial de la Hipótesis Específica 3*

			Preparación táctica	Desempeño deportivo
Rho de Spearman	Preparación táctica	Coeficiente de correlación	1,000	,224**
		Sig. (bilateral)	.	,007
		N	143	143
	Desempeño deportivo	Coeficiente de correlación	,224**	1,000
		Sig. (bilateral)	,007	.
		N	143	143

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

De la tabla 15 la significancia bilateral obtenida resulto inferior a 5% tal que se valida la hipótesis planteada por el investigador cuya relación obtenida resultó un valor de 0.224 tal que resulta que la preparación táctica se asocia de forma positiva y baja con el desempeño deportivo, tal que es importante poner énfasis en la preparación táctica para tener buenos resultados en el desempeño deportivo.



## V. DISCUSIÓN

En la investigación se tiene aportes teóricos en relación a las variables, tal que para el entrenamiento se tiene a los autores Raya y Martínez (2019), quienes consideran que el entrenamiento permite optimizar de forma efectiva la masa muscular de los diversos contextos deportivos, por ello es preciso se module los diversos parámetros de entrenamiento considerando la intensidad, volumen de entrenamiento como también los periodos para el descanso y el tipo de contracción que se haga uso. Respecto a la variable desempeño deportivo, Sanabria et al. (2020), consideran que es el resultado que presenta un deportista, que se ve reflejado en los logros y metas alcanzados por el mismo. El desempeño deportivo se ve determinado por diversas características socio-culturales, psicológicas y fisiológicas.

Del objetivo general: Determinar la relación que existe entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca. Al respecto, del resultado descriptivo del entrenamiento que tiene que 75 encuestados mencionaron que el entrenamiento es de nivel regular en la entidad educativa en estudio con un 52,4%. Respecto al desempeño deportivo, 91 encuestados mencionaron que el desempeño deportivo es de nivel inadecuado en la entidad educativa en estudio con 63.6 %. En relación al resultado inferencial se tiene que el entrenamiento se asocia positiva y considerablemente con el desempeño deportivo con un valor de correlación de 0.558. Los resultados que se obtuvo concuerdan con lo obtenido por Coz (2022), tal que en su estudio obtuvo como resultado que hay relación al tener preparación física y el rendimiento deportivo de deportistas de fútbol de la institución. En tal sentido, ambos estudios son relevantes por que se valora el deporte considerando que el entrenamiento asociado a la preparación física es favorable para el rendimiento adecuado a deportistas.

Del primer objetivo específico: Determinar la relación que existe entre la preparación teórica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca. Al respecto, del resultado descriptivo del entrenamiento que tiene que 86 encuestados mencionaron que la preparación teórica es de nivel

inadecuado en la entidad educativa en estudio con un 60.1%. Respecto al desempeño deportivo, 91 encuestados mencionaron que el desempeño deportivo es de nivel inadecuado en la entidad educativa en estudio con 63.6 %. En relación al resultado inferencial se tiene que la preparación teórica se asocia positiva y considerable con el desempeño deportivo con un valor de correlación de 0.576. Los resultados que se obtuvo concuerdan con lo obtenido por Así mismo, Maurtua (2023), tal que se evidenció que la correlación fue positiva baja, con un 32,03 % de deportistas tienen nivel alto de motivación en el deporte y el 51, 56 % de rendimiento en el deporte, tal que es destaca que un 40,63% presenta nivel medio respecto a no motivación. En tal sentido, es valorativo que la formación del deportista es importante para que el desempeño del deportista sea adecuado.

Del segundo objetivo específico: Determinar la relación que existe entre la preparación física y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca. Al respecto, del resultado descriptivo de la preparación física que se concluye que 60 encuestados mencionaron que la preparación física es de nivel regular en la entidad educativa en estudio con un 42%. Respecto al desempeño deportivo, 91 encuestados mencionaron que el desempeño deportivo es de nivel inadecuado en la entidad educativa en estudio con 63.6 %. En relación al resultado inferencial se tiene que la preparación física se asocia positiva y alta con el desempeño deportivo con un valor de correlación de 0.624. Los resultados que se obtuvo concuerdan con lo obtenido por Reyes (2023), tal que comprobó que el rendimiento físico tiene que ver con el desempeño deportivo del deportista, tal que un adecuado entrenamiento conduce a un excelente rendimiento físico. En tal sentido es importante ambos estudios porque valoran el desempeño deportista.

Del tercer objetivo específico: Determinar la relación que existe entre la preparación táctica y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca. Al respecto, del resultado descriptivo de la preparación táctica se tiene que 74 encuestados mencionaron que la preparación táctica es de nivel regular en la entidad educativa con un 51.7%. Respecto al desempeño deportivo, 91 encuestados mencionaron que el desempeño deportivo es de nivel

inadecuado en la entidad educativa en estudio con 63.6 %. En relación al resultado inferencial se tiene que la preparación física se asocia positiva y baja con el desempeño deportivo con un valor de correlación de 0.224. Los resultados que se obtuvo concuerdan con lo obtenido por Lei (2023) tal que fortalecer de manera táctica el entrenamiento del deportista tiene relevancia en el rendimiento deportivo, y es relevante en la vida de personas dándoles atención oportuna.

## VI. CONCLUSIONES

De los resultados logrados se tienen las conclusiones siguientes:

De la hipótesis general la significancia bilateral obtenida resulto menor que 5%, siendo el coeficiente de correlación 0.558 tal que el entrenamiento se asocia positiva y considerablemente con el desempeño deportivo de estudiantes de la I.E.P. en Cajamarca.

De la hipótesis específica 1, la significancia bilateral obtenida resulto menor que 5% cuyo coeficiente de correlación fue 0.576 tal que resulta que la preparación teórica se asocia positiva y considerablemente con el desempeño deportivo de estudiantes de la I.E.P. en Cajamarca.

De la hipótesis específica 2, la significancia bilateral obtenida resulto menor que 5% cuyo coeficiente de correlación fue 0.624 tal que resulta que la preparación física se asocia positiva y alta con el desempeño deportivo de estudiantes de la I.E.P. en Cajamarca.

De la hipótesis específica 3, la significancia bilateral obtenida resulto menor que 5% cuyo coeficiente de correlación fue 0.224 tal que resulta que la preparación táctica se asocia positiva y baja con el desempeño deportivo de estudiantes de la I.E.P. en Cajamarca.

## **VII. RECOMENDACIONES**

Se recomienda al área de deporte de la entidad educativa, afianzar el entrenamiento apoyado con equipamiento tecnológico para ver el progreso del deportista, de manera que favorezca el desempeño deportivo de estudiantes de la I.E.P. en Cajamarca.

Es preciso que en las lecciones teóricas que se realizan, se mentalice al deportista en el manejo disciplinario de deportista con direccionamiento nutricional con la finalidad de lograr que el desempeño deportivo de estudiantes de la I.E.P. en Cajamarca, logre un avance sistemático.

Se recomienda que se cuente con especialista en la preparación física de los deportistas para conseguir un mejor desempeño deportivo de estudiantes de la I.E.P. en Cajamarca.

Se recomienda a los profesores de educación física poner mayor énfasis en la preparación táctica para lograr un deportista más hábil y se logre un mejor desempeño deportivo de estudiantes de la I.E.P. en Cajamarca.

## REFERENCIAS

- Arroyo, K. (2023). Factores psicológicos en el rendimiento deportivo de adolescentes de 13-15 años Academia Virgen de la Natividad, Carabamba 2022. Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/109644/Arroyo\\_BKK-SD.pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/109644/Arroyo_BKK-SD.pdf?sequence=1)
- Beck, K., Von Hurst, P. O'Brien, W. y Badenhorst, C. (2021). *Micronutrients and athletic performance: A review*. Food and Chemical Toxicology, 18 (2021): 112-618. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/getaccess/pii/S0278691521006517/purchase>.
- Becali, A. y Romero, R. (2014). *Metodología del Entrenamiento Deportivo*. La Escuela Cubana. La Habana, Cuba: Editorial Deportes.
- Capote, G., Rodríguez, Á., Analuiza, E., Cáceres, C., y Rendón, P. (2017). El deporte, el entrenamiento deportivo y los entrenadores. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital, 22 (234), 1-9. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/321106591\\_El\\_deporte\\_el\\_entrenamiento\\_deportivo\\_y\\_los\\_entrenadores](https://www.researchgate.net/publication/321106591_El_deporte_el_entrenamiento_deportivo_y_los_entrenadores)
- Carrillo, E., Aguilar, V. y Gonzáles, Y. (2020). El desarrollo de las capacidades físicas del estudiante de Mecánica desde la Educación Física. MENDIVE, 18(4): 794-807. Disponible en: <https://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/1629>
- Costa, I. (2021). Aportes y desafíos para la salud, la Educación Física, el entrenamiento, la recreación y el deporte escolar. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad FASTA, Argentina. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/351529220\\_Nuevos\\_desafios\\_en\\_la\\_preparacion\\_fisica\\_Volver\\_a\\_entrenar\\_luego\\_de\\_la\\_cuarentena\\_por\\_COVID-19](https://www.researchgate.net/publication/351529220_Nuevos_desafios_en_la_preparacion_fisica_Volver_a_entrenar_luego_de_la_cuarentena_por_COVID-19)
- Coz, B. (2022). La preparación física y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la liga distrital de huacho en el año 2019. Universidad José Faustino Sánchez Carrión. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.14067/7284>

- Dong, K., Yu, T. y Chun, B. (2023). *Effects of Core Training on Sport-Specific Performance of Athletes: A Meta-Analysis of Randomized Controlled, Behavioral Science*, 13 (148): 1-13. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9952339/pdf/behavsci-13-00148.pdf>.
- Escorcía, J. y Becerra, B. (2023). La transferencia y difusión del conocimiento en el entrenamiento deportivo: una revisión de alcance. Federación Española de Asociaciones de docentes de Educación Física. Universidad Pedagógica Nacional (Bogotá). Disponible: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/download/99163/73515/377969>
- Góngora, E., Ávila, M., Ramírez, D. y Coll, J. (2023). *Aproximación al proceso de superación de los instructores de musculación. Ciencia y Deporte*, 8(2): 1-19. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/cyd/v8n2/2223-1773-cyd-8-02-192.pdf>
- Guerra, S. (2019). *Una revisión panorámica al entrenamiento de las habilidades blandas en estudiantes universitarios. Corporación Universitaria Minuto de Dios – Bogotá – Colombia*. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/pee/a/YyZgKBY9JLVXnCDKMNc7nqc/?format=pdf&lang=es>
- Hernández, K. y Bustos, D. (2017). *Consideraciones metodológicas para el entrenamiento deportivo en atletismo en edades de 12-14 años. Revista Digital Actividad Física y Deporte*. Disponible en: <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/356>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación*. Editorial Mc GrawHill. Disponible en: <http://repositorio.uasb.edu.bo/handle/54000/1292>
- Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Editorial McGraw-Hill Educación. 6º edición.
- Inca, W. (2021). *Orientaciones para la planificación curricular. Área de educación Física*. Gobierno Regional de Ayacucho, Perú. Disponible en: <https://www.dreayacucho.gob.pe/storage/paginas/2021/archivos/r8MGfGJszlCdoZup9hWpLNCahE67jqSJbwaugmAM.pdf>

- Lei, M. (2023). *Application of athletic training in the field for university students. Physical Education College, Xi 'an Peihua University, Xi 'an, Shaanxi, China. Rev. Bras. Med. Esporte; Vol. 29 – e2022\_0219. 1-4.* Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/hLbwrX6qSKSd4wzFjHLbgkq/?format=pdf&lang=en>
- López, M. y Diéguez, R. (2022). La preparación teórica del entrenador deportivo: una necesidad desde el posgrado. *Revista de Ciencias Sociais, Humanas e Engenharias*, 8(1): 54-65. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5727/572773664007/572773664007.pdf>
- Lope, M. Vinuesa, I. (2016). *Conceptos y métodos para el entrenamiento físico.* Ministerio de Defensa. Disponible en: [https://publicaciones.defensa.gob.es/media/downloadable/files/links/c/o/co nceptos-y-m\\_todos-para-el-entrenamiento-f\\_sico.pdf](https://publicaciones.defensa.gob.es/media/downloadable/files/links/c/o/co nceptos-y-m_todos-para-el-entrenamiento-f_sico.pdf)
- Marín, J., Gonzáles, E. y Correa, A. (2023). Evaluación de las habilidades motrices básicas en el proceso de iniciación. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la actividad física y el deporte*, 12(1): 189-201. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8910994.pdf>
- Maurtua, C. (2023). *Motivación deportiva y rendimiento deportivo en futbolistas del torneo descentralizado regional, Ucayali 2022.* Universidad Nacional de Ucayali, Pucallpa, Perú. Disponible en: [http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/6513/B7\\_2023\\_UNU\\_PSIKOLOGIA\\_2023\\_T\\_CARLOS-MAURTUA\\_V1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/6513/B7_2023_UNU_PSIKOLOGIA_2023_T_CARLOS-MAURTUA_V1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Melo, P. y Castro, L. (2020). *Efectos del entrenamiento y control fisiológico en el deporte y la salud. Bogotá: Escuela Militar de Cadetes “General José María Córdova”, pp. 230.* Disponible en: [https://www.academia.edu/44038125/Efectos\\_del\\_entrenamiento\\_y\\_contr ol\\_fisio%C3%B3gico\\_en\\_el\\_deporte\\_y\\_la\\_salud](https://www.academia.edu/44038125/Efectos_del_entrenamiento_y_contr ol_fisio%C3%B3gico_en_el_deporte_y_la_salud)
- Mena, R. (2021). *Actitud deportiva y rendimiento competitivo del club Carlos Tenaud de Trujillo, 2021.* Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/85504/Mena\\_ZRF-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/85504/Mena_ZRF-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



- Mora, R. (2018). Programa experimental de preparación física y rendimiento técnico en categorías juveniles de 15 y 17 años del fútbol escolar en la Institución Educativa Pública N° 1209 Mariscal Toribio de Luzuriaga – Ate Vitarte, 2017. Universidad Nacional de Educación, Escuela de Posgrado, Lima, Perú. Disponible en: <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/1530/TM%20CE-Cd%203300%20R1%20-%20Rodriguez%20Cuya.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., y Romero, H. (2018). Metodología de la investigación cuantitativa - cualitativa y redaccion de tesis (5ta. ed.). Bogotá, Colombia: Ediciones de la U. Disponible en: [https://edicionesdelau.com/wp-content/uploads/2018/09/Anexos-Metodologia\\_%C3%91aupas\\_5aEd.pdf](https://edicionesdelau.com/wp-content/uploads/2018/09/Anexos-Metodologia_%C3%91aupas_5aEd.pdf)
- Orihuela, D. (2020). Ejercicios físicos y composición corporal de los estudiantes de la promoción 2018 de la carrera profesional de Educación Física y Deporte de la Universidad Nacional de Educación. Universidad Nacional de Educación, Escuela de Posgrado, Lima, Perú. Disponible en: <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/5577/David%20ORIHUELA%20LLACSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- PARDEF (2022). *Política Nacional de Actividad Física, Recreación, Deporte y Educación Física*. Disponible en: [https://campus.ipd.gob.pe/pluginfile.php/379276/mod\\_resource/content/1/PARDEF.pdf](https://campus.ipd.gob.pe/pluginfile.php/379276/mod_resource/content/1/PARDEF.pdf)
- Popper, K. (2008). La lógica de la investigación científica. Madrid: Tecnos.
- Raya, J. y Martínez, M. (2019). *Métodos de entrenamiento y aspectos nutricionales para el aumento de la masa muscular: una revisión sistemática*. *Arch Med Deporte*;36(6):376-385. Disponible en: [https://archivosdemedicinadeldeporte.com/articulos/upload/rev02\\_raya.pdf](https://archivosdemedicinadeldeporte.com/articulos/upload/rev02_raya.pdf)
- Reyes, S. (2023). *Relación entre el rendimiento físico y el desempeño en karatecas adultos: revisión sistemática*. *GADE: Revista Científica, Universidad Central del Ecuador*. pp. 141-163. Disponible en: <https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/162/70>

- Rodríguez, H., León, L. y De la Paz, J. (2021). *La enseñanza deportiva y el entrenamiento deportivo. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(2), 842-857. Disponible en: <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1028>
- Sanabria, J., Paternina, A. y Silveira, Y. (2020). Análisis de los resultados deportivos de Cuba en Juegos Panamericanos. Libro Gestión administrativa, deportiva y empresarial: Enfoque multidisciplinario. Fondo Editorial UNERMB, p 69 - 99.
- Simba, A. (2023). Entrenamiento interválico de alta intensidad para mejorar la resistencia aeróbica en bastoneras. Universidad Estatal Península de Santa Elena. Instituto de Posgrado, Ecuador. Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/9852/1/UPSE-MED-2023-0050.pdf>
- Valderrama, S. (2015). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica* (2ª ed.). Lima, Perú: San Marcos.
- Valencia, W. (2021). Efecto de un programa de entrenamiento táctico en fútbol juvenil: caso único. *Revista de Ciencias del Deporte*, 17 (1), 23-44. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7834328>
- Valladares Fuente, F. y Posso Pacheco, R. J. (2022). *A brief reference about fresh and salt water worldwide and in Cuba. International Journal for research in Climatic Change & Earth Science*, 1(9), 1-7. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/27952/1/22%20POSSO%20A%20BRIEF%20REFERENCE%20ABOUT.pdf>Valladares.
- Villafuerte, C. (2018). Implementación de una red de beneficios, dirigida a personas que realizan actividades físicas en gimnasios de musculación y CrossFit en la ciudad de Guayaquil. Disponible en: <http://201.159.223.180/handle/3317/11964>
- Zambrano, E. (2021). El entrenamiento en el rendimiento físico del equipo Camex del personal del boes 47 "iwias", de shell pastaza. Universidad Técnica de Ambato – Ecuador. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/34588>

## **ANEXOS**

## ANEXO 1. Matriz de consistencia

TÍTULO: El entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca							
AUTOR: JORGE LUIS OLIVA LINARES							
Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores				
Problema General:	Objetivo general:	Hipótesis general:	Variable 1: Entrenamiento				
¿Cuál es la relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023?	Determinar la relación que existe entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023.	Existe relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023.	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles o rangos
			Preparación teórica	Conocimiento	1 – 2	Ordinal de orden Categorías: Tipo Likert: Siempre (5) Casi siempre (4) A veces (3) Casi nunca (2) Nunca (1)	Inadecuado Regular Adecuado
				Aspectos de entrenamiento	3 – 5		
			Preparación Física	Desarrollo de cualidades	6 – 7		
				Fortalecimiento del organismo	8 – 10		
			Preparación táctica	Análisis de solución	11 – 13		
				Planificar solución	14 – 16		
Variable 2: Desempeño deportivo							
Problemas Específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles o rangos
¿Cuál es la relación entre la preparación teórica y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023?	Determinar la relación que existe entre la preparación teórica y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023.	Existe relación entre la preparación teórica y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023.	Habilidades	Efectivas	1 -2	Ordinal de orden Categorías: Tipo Likert: Siempre (5) Casi siempre (4) A veces (3) Casi nunca (2) Nunca (1)	Inadecuado Regular Adecuado
				Precisas	3-5		
¿Cuál es la relación entre la preparación física y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023?	Determinar la relación que existe entre la preparación física y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023	Existe relación entre la preparación física y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023	Capacidad física	Óptima	6 -7		Inadecuado Regular Adecuado
				Integral	8-10		
¿Cuál es la relación entre la preparación táctica y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023?	Determinar la relación que existe entre la preparación táctica y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023.	Existe relación entre la preparación táctica y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023.	Desempeño	Acciones deportivas	11-13		Inadecuado Regular Adecuado
				Desarrollo	14-16		

Diseño de investigación	Población, muestra y muestreo	Técnicas e instrumentos	Método de análisis de datos
<p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo  <b>Tipo:</b> Básico.</p> <p><b>Método:</b> Hipotético-deductivo.  <b>Diseño:</b> No experimental, transversal  <b>Nivel:</b> Correlacional - causal</p>  <pre> graph TD   M --- OX   M --- OY   OX --&gt; OY </pre> <p><b>Donde:</b>  M: Muestra  OX: Valor de la variable uno:  Oy: Valor de la variable dos:</p>	<p><b>Población:</b>  227 alumnos matriculados de una institución educativa privada de la provincia de Cajamarca 2023.</p> <p><b>Muestra:</b>  143 alumnos matriculados de una I.E.P. Región Cajamarca.</p> <p><b>Muestreo:</b>  No probabilístico por conveniencia.</p>	<p><b>Variable 1: Entrenamiento</b>  Técnica: Encuesta Instrumento:  Instrumento: Cuestionario  Autoría: JORGE LUIS OLIVA LINARES</p> <p><b>Variable 2: Desempeño deportivo</b>  Técnica: Encuesta Instrumento:  Instrumento: Cuestionario  Autoría: JORGE LUIS OLIVA LINARES</p>	<p><b>Estadística descriptiva:</b> Los datos se agruparán en niveles de acuerdo con los rangos establecidos, los resultados se presentarán en tablas de frecuencias.</p> <p><b>Estadística inferencial:</b> Se usa el Coeficiente de Correlación de Spearman</p>

**Anexo 2. Tabla de Operacionalización de variables**

VARIABLES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
Entrenamiento	Raya y Martínez (2019), consideran que el entrenamiento permite optimizar de forma efectiva la masa muscular de los diversos contextos deportivos, por ello es preciso se module los diversos parámetros de entrenamiento considerando la intensidad, volumen de entrenamiento como también los periodos para el descanso y el tipo de contracción que se haga uso	Preparación teórica	Conocimientos	1-2	Ordinal de orden Categorías: Tipo Likert:  Siempre (5) Casi siempre (4) A veces (3) Casi nunca (2) Nunca (1)
			Aspectos de entrenamiento	3-5	
		Preparación física	Desarrollo de cualidades	6-7	
			Fortalecimiento del organismo	8-10	
		Preparación táctica	Análisis de situación	11-13	
			Planificar solución	14-16	
Desempeño deportivo	Sanabria et al. (2020), es el resultado que presenta un deportista, que se ve reflejado en los logros y metas alcanzados por el mismo. El desempeño deportivo se ve determinado por diversas características socio-culturales, psicológicas y fisiológicas, tal que se ven afectados por el ambiente y por lo genético.	Habilidades	Efectivas	1-2	Ordinal de orden Categorías: Tipo Likert:  Siempre (5) Casi siempre (4) A veces (3) Casi nunca (2) Nunca (1)
			Precisas	3 -5	
		Capacidad física	Óptima	6-7	
			Integral	8-10	
		Desempeño	Acciones deportivas	11-13	
			Desenvolvimiento	14-16	

## Anexo 3: Instrumentos

### Cuestionario de “ENTRENAMIENTO Y DESEMPEÑO DEPORTIVO”

Estimados estudiantes que vienen cursando la actividad extradeportiva, el presente cuestionario consta de 32 preguntas, se pide que conteste con sinceridad y deberán marcar con una “X” el valor de la calificación correspondiente según la categoría y escala respectiva.

#### OBJETIVO DE LA ENCUESTA

Determinar la relación que existe entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de secundaria de un colegio particular de Cajamarca, 2023

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Su cooperación en el presente trabajo académico será muy valiosa, respondiendo todos los ítems según corresponda y es de carácter confidencial y reservado ya que los resultados serán utilizados sólo para la investigación.

CATEGORÍA	ESCALA
Siempre	5
Casi siempre	4
A veces	3
Casi nunca	2
Nunca	1

Edad:

Sexo: a) Femenino  b) Masculino

#### CONTENDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ENTRENAMIENTO

N.º	PREGUNTAS	ESCALA				
	DIMENSIONES / ítems	1	2	3	4	5
	<b>DIMENSIÓN 1: Preparación teórica</b>					
1	Considera usted que los conocimientos respecto al entrenamiento se imparten con la profundidad necesaria					
2	Considera usted que el conocimiento teórico sobre entrenamiento afianza la formación del estudiante deportista					
3	Considera usted que los aspectos del entrenamiento en la preparación teórica se detallan de manera clara y precisa					
4	Se define previamente los aspectos de entrenamiento para el afianzamiento de la preparación del estudiante deportista					
5	Considera usted que los aspectos de entrenamiento mediante ejercicios físicos se practican con regularidad					
	<b>DIMENSION 2: Preparación física</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
6	Considera usted que en la preparación física se desarrollan las cualidades deportivas del estudiante					
7	Considera usted que el entrenador busca desarrollar las cualidades del deportista durante el entrenamiento					
8	Considera usted que el fortalecimiento del organismo se prioriza antes de los entrenamientos intensivos					
9	Se toma en cuenta el fortalecimiento del organismo del estudiante deportista con alimentación rica en proteínas					

10	Considera usted que el estudiante deportista busca fortalecer su organismo con mejores nutrientes para lograr una óptima preparación física					
	<b>DIMENSIÓN 3: Preparación táctica</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
11	Considera usted que previo a la preparación táctica, proceden a realizar un análisis de la situación de cada estudiante deportista					
12	Mediante el análisis de la situación se busca potenciar la fortaleza física de cada estudiante deportista					
13	Se realiza el análisis del estado de salud de cada estudiante deportista para ser seleccionado y se les incorpore a los entrenamientos intensivos					
14	Se planifica el tiempo de entrenamiento de los estudiantes deportistas seleccionados para competencias internas y externas					
15	Considera usted que se planifica la preparación táctica de los estudiantes deportistas para las diversas competencias que se presentan					
16	Considera usted que en los entrenamientos la preparación táctica se planifica según el rendimiento de cada estudiante					

### CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE DESEMPEÑO DEPORTIVO

N.º	PREGUNTAS	ESCALA				
	DIMENSIONES / ítems					
	<b>DIMENSIÓN 1: Habilidades</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1	Considera usted que se aprovecha al máximo las habilidades de los estudiantes deportistas					
2	Considera usted que las habilidades que tiene cada estudiante deportista es determinante en su desempeño deportivo					
3	Se da indicaciones precisas a los estudiantes deportistas para aprovechar sus habilidades que tienen					
4	Se realiza prácticas precisas para potenciar las habilidades de cada estudiante deportista					
5	Considera usted que para el buen desempeño deportivo de los estudiantes deportistas se ensayan tácticas precisas según la ubicación que tienen dentro del campo					
	<b>DIMENSION 2: Capacidad física</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
6	Considera usted que se aprovecha de manera óptima la capacidad física de cada estudiante deportista					
7	Se toma en cuenta para el óptimo desempeño del estudiante deportista, entrenamiento físico intenso					
8	Considera usted que los entrenamientos buscan mejorar la capacidad física integral de los estudiantes deportistas					
9	Se toma en cuenta en la práctica deportiva el afianzamiento integral de cada estudiante deportista					
10	Para un desarrollo integral de la capacidad física del estudiante deportista, se realizan entrenamientos orientados a mejorar su resistencia deportiva					



	<b>DIMENSIÓN 3: Desempeño</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
11	Las acciones deportivas que se realizan buscan mejorar el desempeño del estudiante deportista					
12	Durante el desempeño del estudiante deportista se le brinda orientación para que se acople al juego colectivo					
13	Se realiza ensayos de tácticas deportivas con fines de asegurar un sistema de juego definido					
14	Se valora el desenvolvimiento del estudiante deportista en cada práctica deportiva para asegurar su titularidad en el equipo					
15	Considera que el desenvolvimiento de cada jugador permite definir el sistema de juego ofensivo					
16	Considera que se pone énfasis en las habilidades del estudiante deportista para que su desenvolvimiento en cada partido sea óptimo					

Gracias

## Anexo 4. Validez de los instrumentos (Juicio de expertos)

### Evaluación por juicio de expertos

#### Ficha de Validación de Juicio de experto 1

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**ENTRENAMIENTO**” Y EL “**DESEMPEÑO DEPORTIVO**”.

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente aportando a la Gestión Educativa.

Agradecemos su valiosa colaboración.

#### 1. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	<b>Dr. Miltón Ronald Castañeda Zamora</b>
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )                      Doctor ( x )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Gestión Educativa, Gestión Deportiva, Área pedagógica de educación Física.
<b>Institución donde labora:</b>	UGEL CAJAMARCA
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años( )    Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	-Nivel de rendimiento Deportivo de los atletas de la liga distrital de Cajamarca. Propuesta curricular en el plan de fortalecimiento de la educación física y deporte escolar. Nivel de socialización de los internos del penal de Huacariz utilizando como medio el deporte recreativo.

#### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. Datos de la escala:

Nombre de la Prueba:	Cuestionario “ <b>ENTRENAMIENTO Y EL DESEMPEÑO DEPORTIVO</b> ”
Autor:	Jorge Luis Oliva Linares
Procedencia:	TRABAJO ACADEMICO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FISICA Y DEPORTE
Administración:	Universidad Cesar Vallejo
Tiempo de aplicación:	10 MINUTOS
Ámbito de aplicación:	Alumnos de una institución educativa particular de Cajamarca.
Significación:	El objetivo principal es determinar la relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca.

#### 4. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
V1 Entrenamiento.	D1 Preparación teórica D2 Preparación física D3 Preparación táctica	El entrenamiento permite optimizar de forma efectiva la masa muscular de los diversos contextos deportivos, por ello es preciso que se module los diversos parámetros de entrenamiento considerando la intensidad, volumen de entrenamiento, periodo de descanso, tipo de contracción; de esta manera el desempeño deportivo que presenta un deportista se ve determinado por diversas características socioculturales, psicológicas y fisiológicas.
V2 Desempeño Deportivo	D1 Habilidades. D2 Capacidad física. D3 Desempeño.	

**5. Presentación de instrucciones para el juez:** A continuación, a usted le presento el cuestionario “ENTRENAMIENTO” Y EL “DESEMPEÑO DEPORTIVO” elaborado por **JORGE LUIS OLIVA LINARES** en el año 2023 de acuerdo con los siguientes indicadores, califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencialmente importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.*

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento: "ENTRENAMIENTO"**

- **Primera dimensión: Preparación Teórica.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Conocimientos y Aspectos de Entrenamiento	Considera usted que los conocimientos respecto al entrenamiento se imparten con la profundidad necesaria	4	4	4	
	Considera usted que el conocimiento teórico sobre entrenamiento afianza la formación del estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que los aspectos del entrenamiento en la preparación teórica se detallan de manera clara y precisa	4	4	4	
	Se define previamente los aspectos de entrenamiento para el afianzamiento de la preparación del estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que los aspectos de entrenamiento mediante ejercicios físicos se practican con regularidad	4	4	4	



- **Segunda dimensión: Preparación Física.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Desarrollo de cualidades y Fortalecimiento del organismo	Considera usted que en la preparación física se desarrollan las cualidades deportivas del estudiante	4	4	4	
	Considera usted que el entrenador busca desarrollar las cualidades del deportista durante el entrenamiento	4	4	4	
	Considera usted que el fortalecimiento del organismo se prioriza antes de los entrenamientos intensivos	4	4	4	
	Se toma en cuenta el fortalecimiento del organismo del estudiante deportista con alimentación rica en proteínas	4	4	4	
	Considera usted que el estudiante deportista busca fortalecer su organismo con mejores nutrientes para lograr una óptima preparación física	4	4	4	



- Tercera dimensión: Preparación Táctica.

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Análisis de la situación y planificar solución	Considera usted que previo a la preparación táctica, proceden a realizar un análisis de la situación de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Mediante el análisis de la situación se busca potenciar la fortaleza física de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Se realiza el análisis del estado de salud de cada estudiante deportista para ser seleccionado y se les incorpore a los entrenamientos intensivos	4	4	4	
	Se planifica el tiempo de entrenamiento de los estudiantes deportistas seleccionados para competencias internas y externas	4	4	4	
	Considera usted que se planifica la preparación táctica de los estudiantes deportistas para las diversas competencias que se presentan	4	4	4	
	Considera usted que en los entrenamientos la preparación táctica se planifica según el rendimiento de cada estudiante	4	4	4	





**Dimensiones del instrumento: "DESEMPEÑO DEPORTIVO"**

- **Primera dimensión: Habilidades:**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Efectivas y Precisas	Considera usted que se aprovecha al máximo las habilidades de los estudiantes deportistas	4	4	4	
	Considera usted que las habilidades que tiene cada estudiante deportista son determinantes en su desempeño deportivo	4	4	4	
	Se da indicaciones precisas a los estudiantes deportistas para aprovechar sus habilidades que tienen	4	4	4	
	Se realiza prácticas precisas para potenciar las habilidades de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que para el buen desempeño deportivo de los estudiantes deportistas se ensayan tácticas precisas según la ubicación que tienen dentro del campo	4	4	4	



- **Segunda dimensión: Capacidad Física.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Óptima e Integral	Considera usted que se aprovecha de manera óptima la capacidad física de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Se toma en cuenta para el óptimo desempeño del estudiante deportista, entrenamiento físico intenso	4	4	4	
	Considera usted que los entrenamientos buscan mejorar la capacidad física integral de los estudiantes deportistas	4	4	4	
	Se toma en cuenta en la práctica deportiva el afianzamiento integral de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Para un desarrollo integral de la capacidad física del estudiante deportista, se realizan entrenamientos orientados a mejorar su resistencia deportiva	4	4	4	





- Tercera Dimensión: Desempeño.

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Acciones deportivas y desenvolvimiento	Las acciones deportivas que se realizan buscan mejorar el desempeño del estudiante deportista	4	4	4	
	Durante el desempeño del estudiante deportista se le brinda orientación para que se acople al juego colectivo	4	4	4	
	Se realiza ensayos de tácticas deportivas con fines de asegurar un sistema de juego definido	4	4	4	
	Se valora el desenvolvimiento del estudiante deportista en cada práctica deportiva para asegurar su titularidad en el equipo	4	4	4	
	Considera que el desenvolvimiento de cada jugador permite definir el sistema de juego ofensivo	4	4	4	
	Considera que se pone énfasis en las habilidades del estudiante deportista para que su desenvolvimiento en cada partido sea óptimo	4	4	4	



## Ficha de Validación de Juicio de experto 2

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento **“ENTRENAMIENTO” Y EL “DESEMPEÑO DEPORTIVO”**.

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente aportando a la Gestión Educativa.

Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	<b>Dr. Edwin Domingo Alvarez Delgado</b>
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )                      Doctor ( x )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Especialista en educación.
<b>Institución donde labora:</b>	UGEL CAJAMARCA
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )    Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

Nombre de la Prueba:	Cuestionario <b>“ENTRENAMIENTO Y EL DESEMPEÑO DEPORTIVO”</b>
Autor:	Jorge Luis Oliva Linares
Procedencia:	TRABAJO ACADEMICO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FISICA Y DEPORTE
Administración:	Universidad Cesar Vallejo
Tiempo de aplicación:	10 MINUTOS
Ámbito de aplicación:	Alumnos de una institución educativa particular de Cajamarca.
Significación:	El objetivo principal es determinar la relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca.

#### 4. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
V1 Entrenamiento.	D1 Preparación teórica D2 Preparación física D3 Preparación táctica	El entrenamiento permite optimizar de forma efectiva la masa muscular de los diversos contextos deportivos, por ello es preciso que se module los diversos parámetros de entrenamiento considerando la intensidad, volumen de entrenamiento, periodo de descanso, tipo de contracción; de esta manera el desempeño deportivo que presenta un deportista se ve determinado por diversas características socioculturales, psicológicas y fisiológicas.
V2 Desempeño Deportivo	D1 Habilidades. D2 Capacidad física. D3 Desempeño.	

**5. Presentación de instrucciones para el juez:** A continuación, a usted le presento el cuestionario **“ENTRENAMIENTO” Y EL “DESEMPEÑO DEPORTIVO”** elaborado por **JORGE LUIS OLIVA LINARES** en el año 2023 de acuerdo con los siguientes indicadores, califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	2. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencialmente importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.*

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento: "ENTRENAMIENTO"**

- **Primera dimensión: Preparación Teórica.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Conocimientos y Aspectos de Entrenamiento	Considera usted que los conocimientos respecto al entrenamiento se imparten con la profundidad necesaria	4	4	4	
	Considera usted que el conocimiento teórico sobre entrenamiento afianza la formación del estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que los aspectos del entrenamiento en la preparación teórica se detallan de manera clara y precisa	4	4	4	
	Se define previamente los aspectos de entrenamiento para el afianzamiento de la preparación del estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que los aspectos de entrenamiento mediante ejercicios físicos se practican con regularidad	4	4	4	

GOBIERNO REGIONAL DE CAYAMA  
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN  
UGEL CAYAMA

Mg. Edwin D. Alvarez Delgado  
ESPECIALISTA DE EDUCACIÓN SECUNDARIA, PROMOCIÓN

- **Segunda dimensión: Preparación Física.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuvan a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Desarrollo de cualidades y Fortalecimiento del organismo</b>	Considera usted que en la preparación física se desarrollan las cualidades deportivas del estudiante	4	4	4	
	Considera usted que el entrenador busca desarrollar las cualidades del deportista durante el entrenamiento	4	4	4	
	Considera usted que el fortalecimiento del organismo se prioriza antes de los entrenamientos intensivos	4	4	4	
	Se toma en cuenta el fortalecimiento del organismo del estudiante deportista con alimentación rica en proteínas	4	4	4	
	Considera usted que el estudiante deportista busca fortalecer su organismo con mejores nutrientes para lograr una óptima preparación física	4	4	4	

GOBIERNO REGIONAL DE CALAMARCA  
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN  
UGEL CALAMARCA

Mg. Edwin D. Alvarez Delgado  
ESPECIALISTA DE EDUCACIÓN SECUNDARIA



- Tercera dimensión: Preparación Táctica.

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Análisis de la situación y planificar solución	Considera usted que previo a la preparación táctica, proceden a realizar un análisis de la situación de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Mediante el análisis de la situación se busca potenciar la fortaleza física de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Se realiza el análisis del estado de salud de cada estudiante deportista para ser seleccionado y se les incorpore a los entrenamientos intensivos	4	4	4	
	Se planifica el tiempo de entrenamiento de los estudiantes deportistas seleccionados para competencias internas y externas	4	4	4	
	Considera usted que se planifica la preparación táctica de los estudiantes deportistas para las diversas competencias que se presentan	4	4	4	
	Considera usted que en los entrenamientos la preparación táctica se planifica según el rendimiento de cada estudiante	4	4	4	

GOBIERNO REGIONAL DE CALLES  
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN  
UGEL CALAMARCA

M.º Edwín D. Alvarez Delgado  
ESPECIALISTA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA DEPARTAMENTAL

**Dimensiones del instrumento: "DESEMPEÑO DEPORTIVO"**

- **Primera dimensión: Habilidades.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Efectivas y Precisas	Considera usted que se aprovecha al máximo las habilidades de los estudiantes deportistas	4	4	4	
	Considera usted que las habilidades que tiene cada estudiante deportista son determinantes en su desempeño deportivo	4	4	4	
	Se da indicaciones precisas a los estudiantes deportistas para aprovechar sus habilidades que tienen	4	4	4	
	Se realiza prácticas precisas para potenciar las habilidades de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que para el buen desempeño deportivo de los estudiantes deportistas se ensayan tácticas precisas según la ubicación que tienen dentro del campo	4	4	4	

GOBIERNO REGIONAL DE CAJAMARCA  
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN  
UGEL CAJAMARCA

Mg. Edwin D. Alvarez Delgado  
ESPECIALISTA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA DEPORTIVA

- **Segunda dimensión: Capacidad Física.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Óptima e Integral	Considera usted que se aprovecha de manera óptima la capacidad física de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Se toma en cuenta para el óptimo desempeño del estudiante deportista, entrenamiento físico intenso	4	4	4	
	Considera usted que los entrenamientos buscan mejorar la capacidad física integral de los estudiantes deportistas	4	4	4	
	Se toma en cuenta en la práctica deportiva el afianzamiento integral de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Para un desarrollo integral de la capacidad física del estudiante deportista, se realizan entrenamientos orientados a mejorar su resistencia deportiva	4	4	4	

GOBIERNO REGIONAL DE CANTAMARCA  
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN  
UGEL CANTAMARCA  
Mg. Edwin D. Alvarez Delgado  
ESPECIALISTA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA



- **Tercera Dimensión: Desempeño.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuvan a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Acciones deportivas y desenvolvimiento	Las acciones deportivas que se realizan buscan mejorar el desempeño del estudiante deportista	4	4	4	
	Durante el desempeño del estudiante deportista se le brinda orientación para que se acople al juego colectivo	4	4	4	
	Se realiza ensayos de tácticas deportivas con fines de asegurar un sistema de juego definido	4	4	4	
	Se valora el desenvolvimiento del estudiante deportista en cada práctica deportiva para asegurar su titularidad en el equipo	4	4	4	
	Considera que el desenvolvimiento de cada jugador permite definir el sistema de juego ofensivo	4	4	4	
	Considera que se pone énfasis en las habilidades del estudiante deportista para que su desenvolvimiento en cada partido sea óptimo	4	4	4	

  
 GOBIERNO REGIONAL DE CAJAMARCA  
 DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN  
 UGEL CAJAMARCA  
 Mg. Edwin D. Alvarez Delgado  
 ESPECIALISTA DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

### Ficha de Validación de Juicio de experto 3

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento **“ENTRENAMIENTO” Y EL “DESEMPEÑO DEPORTIVO”**.

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente aportando a la Gestión Educativa.

Agradecemos su valiosa colaboración.

#### 6. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	<b>Mg. Frank Samaniego Laverián</b>
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educación
<b>Institución donde labora:</b>	UTP - Universidad Autónoma
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años( )    Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	

#### 7. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 8. Datos de la escala:

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario <b>“ENTRENAMIENTO Y EL DESEMPEÑO DEPORTIVO”</b>
<b>Autor:</b>	Jorge Luis Oliva Linares
<b>Procedencia:</b>	TRABAJO ACADEMICO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FISICA Y DEPORTE
<b>Administración:</b>	Universidad Cesar vallejo
<b>Tiempo de aplicación:</b>	10 MINUTOS
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Alumnos de una institución educativa particular de Cajamarca.
<b>Significación:</b>	El objetivo principal es determinar la relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca.

## 9. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
V1 Entrenamiento.	D1 Preparación teórica D2 Preparación física D3 Preparación táctica	El entrenamiento permite optimizar de forma efectiva la masa muscular de los diversos contextos deportivos, por ello es preciso que se module los diversos parámetros de entrenamiento considerando la intensidad, volumen de entrenamiento, periodo de descanso, tipo de contracción; de esta manera el desempeño deportivo que presenta un deportista se ve determinado por diversas características socioculturales, psicológicas y fisiológicas.
V2 Desempeño Deportivo	D1 Habilidades. D2 Capacidad física. D3 Desempeño.	

**10. Presentación de instrucciones para el juez:** A continuación, a usted le presento el cuestionario **“ENTRENAMIENTO” Y EL “DESEMPEÑO DEPORTIVO”** elaborado por **JORGE LUIS OLIVA LINARES** en el año 2023 de acuerdo con los siguientes indicadores, califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	3. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial e importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.*

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento: “ENTRENAMIENTO”**

- **Primera dimensión: Preparación Teórica.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuvan a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Conocimientos y Aspectos de Entrenamiento</b>	Considera usted que los conocimientos respecto al entrenamiento se imparten con la profundidad necesaria.	4	4	4	
	Considera usted que el conocimiento teórico sobre entrenamiento afianza la formación del estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que los aspectos del entrenamiento en la preparación teórica se detallan de manera clara y precisa	4	4	4	
	Se define previamente los aspectos de entrenamiento para el afianzamiento de la preparación del estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que los aspectos de entrenamiento mediante ejercicios físicos se practican con regularidad	4	4	4	



-----  
 Frank James Samaniego Laverián  
 DNI. 10438850

- **Segunda dimensión: Preparación Física.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Desarrollo de cualidades y Fortalecimiento del organismo</b>	Considera usted que en la preparación física se desarrollan las cualidades deportivas del estudiante	4	4	4	
	Considera usted que el entrenador busca desarrollar las cualidades del deportista durante el entrenamiento	4	4	4	
	Considera usted que el fortalecimiento del organismo se prioriza antes de los entrenamientos intensivos	4	4	4	
	Se toma en cuenta el fortalecimiento del organismo del estudiante deportista con alimentación rica en proteínas	4	4	4	
	Considera usted que el estudiante deportista busca fortalecer su organismo con mejores nutrientes para lograr una óptima preparación física	4	4	4	



-----  
 Frank James Samaniego Laverián  
 DNI. 10438850

- **Tercera dimensión: Preparación Táctica.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Análisis de la situación y planificar solución</b>	Considera usted que previo a la preparación táctica, proceden a realizar un análisis de la situación de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Mediante el análisis de la situación se busca potenciar la fortaleza física de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Se realiza el análisis del estado de salud de cada estudiante deportista para ser seleccionado y se les incorpore a los entrenamientos intensivos	4	4	4	
	Se planifica el tiempo de entrenamiento de los estudiantes deportistas seleccionados para competencias internas y externas	4	4	4	
	Considera usted que se planifica la preparación táctica de los estudiantes deportistas para las diversas competencias que se presentan	4	4	4	
	Considera usted que en los entrenamientos la preparación táctica se planifica según el rendimiento de cada estudiante	4	4	4	



-----  
 Frank James Samaniego Laverián  
 DNI. 10438850

**Dimensiones del instrumento: “DESEMPEÑO DEPORTIVO”**

- **Primera dimensión: Habilidades.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Efectivas y Precisas</b>	Considera usted que se aprovecha al máximo las habilidades de los estudiantes deportistas	4	4	4	
	Considera usted que las habilidades que tiene cada estudiante deportista son determinantes en su desempeño deportivo	4	4	4	
	Se da indicaciones precisas a los estudiantes deportistas para aprovechar sus habilidades que tienen	4	4	4	
	Se realiza prácticas precisas para potenciar las habilidades de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que para el buen desempeño deportivo de los estudiantes deportistas se ensayan tácticas precisas según la ubicación que tienen dentro del campo	4	4	4	



-----  
 Frank James Samaniego Laverián  
 DNI. 10438850

- **Segunda dimensión: Capacidad Física.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Óptima e Integral	Considera usted que se aprovecha de manera óptima la capacidad física de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Se toma en cuenta para el óptimo desempeño del estudiante deportista, entrenamiento físico intenso	4	4	4	
	Considera usted que los entrenamientos buscan mejorar la capacidad física integral de los estudiantes deportistas	4	4	4	
	Se toma en cuenta en la práctica deportiva el afianzamiento integral de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Para un desarrollo integral de la capacidad física del estudiante deportista, se realizan entrenamientos orientados a mejorar su resistencia deportiva	4	4	4	



-----  
Frank James Samaniego Laverián  
DNI. 10438850



- **Tercera Dimensión: Desempeño.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Acciones deportivas y desenvolvimiento</b>	Las acciones deportivas que se realizan buscan mejorar el desempeño del estudiante deportista	4	4	4	
	Durante el desempeño del estudiante deportista se le brinda orientación para que se acople al juego colectivo	4	4	4	
	Se realiza ensayos de tácticas deportivas con fines de asegurar un sistema de juego definido	4	4	4	
	Se valora el desenvolvimiento del estudiante deportista en cada práctica deportiva para asegurar su titularidad en el equipo	4	4	4	
	Considera que el desenvolvimiento de cada jugador permite definir el sistema de juego ofensivo	4	4	4	
	Considera que se pone énfasis en las habilidades del estudiante deportista para que su desenvolvimiento en cada partido sea óptimo	4	4	4	



Frank James Samaniego Laverián  
DNI. 10438850

Pd.: el presente formato debe tomar en cuenta:

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkäs et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkäs et al. (2003).

Ver : <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

### Ficha de Validación de Juicio de experto 4

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento **“ENTRENAMIENTO” Y EL “DESEMPEÑO DEPORTIVO”**.

La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente aportando a la Gestión Educativa.

Agradecemos su valiosa colaboración.

#### 1. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	<b>Dr. Juan Santa Cruz Carhuamaca</b>		
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )	Doctor	( x )
<b>Área de formación académica:</b>	Clinica ( )	Social	( )
	Educativa ( x )	Organizacional	( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educación		
<b>Institución donde labora:</b>	UNAC - UNMSM - UCV		
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años( ) Más de 5 años ( x )		
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	Artículo publicado en revista indexada en Scopus		

#### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. Datos de la escala:

Nombre de la Prueba:	Cuestionario <b>“ENTRENAMIENTO Y EL DESEMPEÑO DEPORTIVO”</b>
Autor:	Jorge Luis Oliva Linares
Procedencia:	TRABAJO ACADEMICO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FISICA Y DEPORTE
Administración:	Universidad Cesar Vallejo
Tiempo de aplicación:	10 MINUTOS
Ámbito de aplicación:	Alumnos de una institución educativa particular de Cajamarca.
Significación:	El objetivo principal es determinar la relación entre el entrenamiento y el desempeño deportivo de estudiantes de una I.E.P. Región Cajamarca.

#### 4. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
V1 Entrenamiento.	D1 Preparación teórica D2 Preparación física D3 Preparación táctica	El entrenamiento permite optimizar de forma efectiva la masa muscular de los diversos contextos deportivos, por ello es preciso que se module los diversos parámetros de entrenamiento considerando la intensidad, volumen de entrenamiento, periodo de descanso, tipo de contracción; de esta manera el desempeño deportivo que presenta un deportista se ve determinado por diversas características socioculturales, psicológicas y fisiológicas.
V2 Desempeño Deportivo	D1 Habilidades. D2 Capacidad física. D3 Desempeño.	

**5. Presentación de instrucciones para el juez:** A continuación, a usted le presento el cuestionario “**ENTRENAMIENTO**” Y EL “**DESEMPEÑO DEPORTIVO**” elaborado por **JORGE LUIS OLIVA LINARES** en el año 2023 de acuerdo con los siguientes indicadores, califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	4. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencialmente importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.*

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento: “ENTRENAMIENTO”**

**a. Primera dimensión: Preparación Teórica.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuvan a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Conocimientos y Aspectos de Entrenamiento</b>	Considera usted que los conocimientos respecto al entrenamiento se imparten con la profundidad necesaria.	4	4	4	
	Considera usted que el conocimiento teórico sobre entrenamiento afianza la formación del estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que los aspectos del entrenamiento en la preparación teórica se detallan de manera clara y precisa	4	4	4	
	Se define previamente los aspectos de entrenamiento para el afianzamiento de la preparación del estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que los aspectos de entrenamiento mediante ejercicios físicos se practican con regularidad	4	4	4	

  
 -----  
 JUAN MAXIMO  
 SANTA CRUZ CARHUAMACA  
 Ingeniero Industrial  
 CIP N° 243055

-----  
 Dr. Juan Santa Cruz Carhuamaca  
 DNI. 09328938

**b. Segunda dimensión: Preparación Física.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Desarrollo de cualidades y Fortalecimiento del organismo</b>	Considera usted que en la preparación física se desarrollan las cualidades deportivas del estudiante	4	4	4	
	Considera usted que el entrenador busca desarrollar las cualidades del deportista durante el entrenamiento	4	4	4	
	Considera usted que el fortalecimiento del organismo se prioriza antes de los entrenamientos intensivos	4	4	4	
	Se toma en cuenta el fortalecimiento del organismo del estudiante deportista con alimentación rica en proteínas	4	4	4	
	Considera usted que el estudiante deportista busca fortalecer su organismo con mejores nutrientes para lograr una óptima preparación física	4	4	4	



JUAN MAXIMO  
SANTA CRUZ CARHUAMACA  
Ingeniero Industrial  
CIP N° 243055

Dr. Juan Santa Cruz Carhuamaca  
DNI. 09328938

**c. Tercera dimensión: Preparación Táctica.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuvan a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Análisis de la situación y planificar solución</b>	Considera usted que previo a la preparación táctica, proceden a realizar un análisis de la situación de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Mediante el análisis de la situación se busca potenciar la fortaleza física de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Se realiza el análisis del estado de salud de cada estudiante deportista para ser seleccionado y se les incorpore a los entrenamientos intensivos	4	4	4	
	Se planifica el tiempo de entrenamiento de los estudiantes deportistas seleccionados para competencias internas y externas	4	4	4	
	Considera usted que se planifica la preparación táctica de los estudiantes deportistas para las diversas competencias que se presentan	4	4	4	
	Considera usted que en los entrenamientos la preparación táctica se planifica según el rendimiento de cada estudiante	4	4	4	

  
 -----  
 JUAN MÁXIMO  
 SANTA CRUZ CARHUAMACA  
 Ingeniero Industrial  
 CIP N° 243055

-----  
 Dr. Juan Santa Cruz Carhuamaca  
 DNI. 09328938

**Dimensiones del instrumento: “DESEMPEÑO DEPORTIVO”**

**d. Primera dimensión: Habilidades.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuvan a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Efectivas y Precisas</b>	Considera usted que se aprovecha al máximo las habilidades de los estudiantes deportistas	4	4	4	
	Considera usted que las habilidades que tiene cada estudiante deportista son determinantes en su desempeño deportivo	4	4	4	
	Se da indicaciones precisas a los estudiantes deportistas para aprovechar sus habilidades que tienen	4	4	4	
	Se realiza prácticas precisas para potenciar las habilidades de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Considera usted que para el buen desempeño deportivo de los estudiantes deportistas se ensayan tácticas precisas según la ubicación que tienen dentro del campo	4	4	4	



JUAN MAXIMO  
SANTA CRUZ CARHUAMACA  
Ingeniero Industrial  
CIP N° 243055

-----  
Dr. Juan Santa Cruz Carhuamaca  
DNI. 09328938

**e. Segunda dimensión: Capacidad Física.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Óptima e Integral	Considera usted que se aprovecha de manera óptima la capacidad física de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Se toma en cuenta para el óptimo desempeño del estudiante deportista, entrenamiento físico intenso	4	4	4	
	Considera usted que los entrenamientos buscan mejorar la capacidad física integral de los estudiantes deportistas	4	4	4	
	Se toma en cuenta en la práctica deportiva el afianzamiento integral de cada estudiante deportista	4	4	4	
	Para un desarrollo integral de la capacidad física del estudiante deportista, se realizan entrenamientos orientados a mejorar su resistencia deportiva	4	4	4	

  
 -----  
 SANTA CRUZ CARHUAMACA  
 Ingeniero Industrial  
 CIP N° 243055

-----  
 Dr. Juan Santa Cruz Carhuamaca  
 DNI. 09328938



**f. Tercera Dimensión: Desempeño.**

Objetivos de la Dimensión: Mide el nivel de ejecución de actividades que coadyuven a la formación de valores éticos y cívicos de los estudiantes de educación secundaria acompañados de un docente.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Acciones deportivas y desarrollo</b>	Las acciones deportivas que se realizan buscan mejorar el desempeño del estudiante deportista	4	4	4	
	Durante el desempeño del estudiante deportista se le brinda orientación para que se acople al juego colectivo	4	4	4	
	Se realiza ensayos de tácticas deportivas con fines de asegurar un sistema de juego definido	4	4	4	
	Se valora el desarrollo del estudiante deportista en cada práctica deportiva para asegurar su titularidad en el equipo	4	4	4	
	Considera que el desarrollo de cada jugador permite definir el sistema de juego ofensivo	4	4	4	
	Considera que se pone énfasis en las habilidades del estudiante deportista para que su desarrollo en cada partido sea óptimo	4	4	4	



JUAN MÁXIMO  
SANTA CRUZ CARHUAMACA  
Ingeniero Industrial  
CIP N° 243055

Dr. Juan Santa Cruz Carhuamaca  
DNI. 09328938

Pd.: el presente formato debe tomar en cuenta:

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkás et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkás et al. (2003). Ver : <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf>

Anexo 5: Base de datos

No	ENTRENAMIENTO																o	DESEMPEÑO DEPORTIVO																o
	Preparación teórica					Preparación física					Preparación táctica							Habilidades					Capacidad física					Desempeño						
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16		p17	p18	p19	p20	p21	p22	p23	p24	p25	p26	p27	p28	p29	p30	p31	p32	
1	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	69	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	67	
2	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	46	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	40	
3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	
4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	50	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	48	
5	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	35	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	4	2	43	
6	2	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	40	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	41
7	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	45	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	44	
8	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	38	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	45	
9	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	30	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	4	2	37
10	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	46	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	42	
11	4	5	4	5	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	52	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	67	
12	2	1	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	41	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	40
13	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	
14	4	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	38	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	48	
15	2	1	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	43	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	4	2	43	
16	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	45	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	41
17	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	45	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	44	
18	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	32	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	45	
19	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	34	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	4	2	37
20	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	46	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	42	
21	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	69	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	67	
22	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	46	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	40
23	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	
24	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	50	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	48	
25	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	35	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	4	2	43	
26	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	69	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	67	
27	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	46	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	40
28	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	
29	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	50	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	48	
30	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	35	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	4	2	43	

31	2	1	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	43	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	2	4	2	43	
32	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	45	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	41	
33	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	45	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44	
34	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	32	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	45	
35	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	34	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	4	2	37
36	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	46	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	42	
37	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	69	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	67	
38	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	46	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	40	
39	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	
40	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	50	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	48	
41	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	35	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	2	4	2	43	
42	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	
43	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	50	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	48	
44	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	35	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	2	4	2	43	
45	2	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	40	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	41	
46	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	45	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44	
47	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	38	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	45	
48	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	30	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	4	2	37	
49	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	46	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	
50	4	5	4	5	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	52	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	67
51	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	69	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	67	
52	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	46	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	40	
53	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48
54	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	50	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	48	
55	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	35	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	2	4	2	43	
56	2	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	40	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	41	
57	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	45	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44	
58	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	38	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	45	
59	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	30	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	4	2	37	
60	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	46	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	
61	4	5	4	5	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	52	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	67	
62	2	1	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	41	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	40	
63	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48
64	4	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	38	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	48	
65	2	1	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	43	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	4	2	4	43	
66	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	45	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	41	
67	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	45	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44	
68	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	32	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	45	
69	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	34	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	4	2	37	
70	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	46	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	

71	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>69</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>67</b>	
72	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	<b>46</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	<b>40</b>
73	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>48</b>	
74	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	<b>50</b>	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	<b>48</b>
75	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	<b>35</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	2	4	2	<b>43</b>
76	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>69</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>67</b>
77	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	<b>46</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	<b>40</b>
78	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>48</b>
79	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	<b>50</b>	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	<b>48</b>
80	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	<b>35</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	2	4	2	<b>43</b>
81	2	1	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>43</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	2	4	2	<b>43</b>
82	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	<b>45</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	<b>41</b>
83	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	<b>45</b>	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>44</b>
84	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>32</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	<b>45</b>
85	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	<b>34</b>	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	4	2	<b>37</b>
86	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>42</b>
87	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>69</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>67</b>
88	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	<b>46</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	<b>40</b>
89	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>48</b>
90	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	<b>50</b>	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	<b>48</b>
91	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	<b>35</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	2	4	2	<b>43</b>
92	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>48</b>
93	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	<b>50</b>	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	<b>48</b>
94	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	<b>35</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	2	4	2	<b>43</b>
95	2	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	<b>40</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	<b>41</b>
96	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	<b>45</b>	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>44</b>
97	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>38</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	<b>45</b>
98	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	<b>30</b>	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	4	2	<b>37</b>
99	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>42</b>
100	4	5	4	5	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	<b>52</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>67</b>	

101	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>69</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>67</b>
102	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	<b>46</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	<b>40</b>
103	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>48</b>	
104	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	<b>50</b>	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	<b>48</b>	
105	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	3	3	2	<b>35</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	4	<b>43</b>	
106	2	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	<b>40</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	<b>41</b>	
107	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	<b>45</b>	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	<b>44</b>		
108	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>38</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	<b>45</b>	
109	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	<b>30</b>	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	<b>37</b>	
110	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	<b>42</b>		
111	4	5	4	5	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	<b>52</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	<b>67</b>		
112	2	1	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	<b>41</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	<b>40</b>		
113	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>36</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>48</b>		
114	4	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	<b>38</b>	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	<b>48</b>		
115	2	1	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>43</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	<b>43</b>		
116	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	<b>45</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	<b>41</b>		
117	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	<b>45</b>	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	<b>44</b>		
118	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>32</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	<b>45</b>		
119	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	<b>34</b>	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	<b>37</b>	
120	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	<b>42</b>		
121	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>69</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	<b>67</b>		
122	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	<b>46</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	<b>40</b>		
123	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>48</b>		
124	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	<b>50</b>	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	<b>48</b>		
125	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	<b>35</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	<b>43</b>		
126	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>69</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	<b>67</b>		
127	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	<b>46</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	<b>40</b>		
128	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>48</b>		
129	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	<b>50</b>	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	<b>48</b>		
130	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	<b>35</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	<b>43</b>		
131	2	1	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>43</b>	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	2	2	<b>43</b>		
132	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	4	2	4	<b>45</b>	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	<b>41</b>		
133	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	<b>45</b>	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	<b>44</b>		
134	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	<b>32</b>	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	<b>45</b>		
135	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	<b>34</b>	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	<b>37</b>		
136	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	<b>42</b>			
137	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	<b>69</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	<b>67</b>		
138	2	1	2	3	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3	4	<b>46</b>	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	<b>40</b>		
139	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>48</b>		
140	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	<b>50</b>	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	<b>48</b>		
141	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	3	<b>35</b>	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	<b>37</b>		
142	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	<b>46</b>	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	<b>42</b>			
143	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	<b>50</b>	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	<b>67</b>		

## Anexo 6: Estadística de fiabilidad

### **Estadísticas de fiabilidad de entrenamiento**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,940	16

### **Estadísticas de fiabilidad de desempeño deportivo**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,939	16

Anexo 7: Carta de solicitud de población



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA**  
**“CIENCIA Y TECNOLOGÍA”**  
R.D.R. N° 4507-2002  
PROMOTORA DE SERVICIOS EDUCATIVOS CAJAMARCA SAC

*“Año De La Unidad, La Paz y El Desarrollo”*

Sr. Jorge Luis Oliva Linares.

**Asunto:** Respuesta a su Solicitud.

Reciba un cordial saludo,

Respondiendo a su solicitud sobre la cantidad de estudiantes matriculados en el nivel secundario en la Institución Educativa “Ciencia y Tecnología”, le damos a saber que contamos a la fecha con 227 matriculados.

Esperando que estos datos sean de utilidad para los trabajos de investigación que usted esta realizando.

**Atentamente,**



Jr. Santa Teresa de Jourmet N° 550 - Barrio San Antonio  
Telef. 076 - 603418 - Cajamarca  
[www.preuct.edu.pe](http://www.preuct.edu.pe)

## TRABAJO ACADEMICO FINA JORGE OLIVA TURNITIN.docx

### INFORME DE ORIGINALIDAD

13%

INDICE DE SIMILITUD

13%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

5%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	6%
2	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4	<a href="https://repositorio.escuelamilitar.edu.pe">repositorio.escuelamilitar.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
5	<a href="https://repositorio.autonoma.edu.pe">repositorio.autonoma.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	<1%
7	<a href="https://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Fuente de Internet	<1%
8	<a href="https://repositorio.autonomadeica.edu.pe">repositorio.autonomadeica.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
9	<a href="https://www.tdx.cat">www.tdx.cat</a> Fuente de Internet	

<1%

10	<a href="https://fddocuments.es">fddocuments.es</a> Fuente de Internet	<1%
11	<a href="https://cdn.www.gob.pe">cdn.www.gob.pe</a> Fuente de Internet	<1%
12	<a href="https://repositorio.unjfsc.edu.pe">repositorio.unjfsc.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
13	<a href="https://www.coursehero.com">www.coursehero.com</a> Fuente de Internet	<1%



---

14 [repositorio.unsaac.edu.pe](http://repositorio.unsaac.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

15 [www.slideshare.net](http://www.slideshare.net) <1 %  
Fuente de Internet

---

16 [redcreacion.org](http://redcreacion.org) <1 %  
Fuente de Internet

---

17 [repositorio.uap.edu.pe](http://repositorio.uap.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

18 [www.clubcolegiosalgui.es](http://www.clubcolegiosalgui.es) <1 %  
Fuente de Internet

---

19 [repositorio.unac.edu.pe](http://repositorio.unac.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

20 [repositorio.unan.edu.ni](http://repositorio.unan.edu.ni) <1 %  
Fuente de Internet

---

21 [repositorio.utp.edu.pe](http://repositorio.utp.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

22 [redined.mecd.gob.es](http://redined.mecd.gob.es) <1 %  
Fuente de Internet

---

23 [repositorio.uss.edu.pe](http://repositorio.uss.edu.pe) <1 %  
Fuente de Internet

---

24 [repositorioinstitucional.buap.mx](http://repositorioinstitucional.buap.mx) <1 %  
Fuente de Internet

---

25 "Inter-American Yearbook on Human Rights /  
Anuario Interamericano de Derechos  
Humanos, Volume 23 (2007)", Brill, 2012 <1 %  
Publicación

---

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Apagado