

# **UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO XVI**

## **FACULTAD DE HUMANIDADES**

Carrera Profesional de Educación Física, Recreación y  
Deportes



**LAS CUALIDADES FÍSICAS Y LOS FUNDAMENTOS DEL FUTSAL EN  
LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
AGROPECUARIO SANTA ANA, 2021**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**AUTOR**

Flores Llamocca, Elmer

**ASESOR**

Mg. Miguel Antonio Guzmán Córdova

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Diversidad, derecho a la educación e inclusión

**TRUJILLO - PERÚ**

**2021**

## **AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

Excmo. Mons. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M.

Arzobispo Metropolitano de Trujillo

Fundador y Gran Canciller de la

Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

R.P. Dr. Juan José Lydon Mc Hugh. O.S. A.

Rector de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Sandra Mónica Olano Bracamonte

Vicerrectora académica

Dra. Silvia Ana Valverde Zavaleta

Vicerrectora académica adjunta

Decana de la Facultad de Humanidades

Dr. Carlos Alfredo Cerna Muñoz

Vicerrector Académico de Investigación

R. P. Dr. Alejandro Augusto Preciado Muñoz

Director de la Escuela de Posgrado

Responsable de Estudios no regulares

Mg. José Andrés Cruzado Albarrán

Secretario General

## **PÁGINA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR**

Señor(a) decano(a) de la Facultad de Humanidades

Yo, Mg. Miguel Antonio Guzmán Córdova, DNI N° 18069783, como asesor del trabajo de investigación titulado: “Las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Agropecuario Santa Ana, 2021”, desarrollado por Elmer Flores Llamocca, con DNI N° 45077925, egresado del Programa de Complementación Universitaria; considero que dicho trabajo reúne las condiciones tanto técnicas como científicas, las cuales están alineadas a las normas establecidas en el reglamento de titulación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de trabajos de graduación de la Facultad de Humanidades. Por tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por los jurados designados por la mencionada facultad.

Trujillo, .... de ..... del 2021.



---

Asesor

## **DEDICATORIA**

*A mis padres Saturnina, quien desde el cielo guía mi camino y me ilumina en todo momento de mi vida, y Nazario Celso quien me brinda su apoyo incondicional y me fortalece en mi estado emocional, y a mis dos hijos Leif y Leonel quienes son el motivo y razón de mi vida para seguir hacia adelante.*

## **AGRADECIMIENTO**

*A Dios en primer lugar, a mis familiares por haberme brindado el apoyo moral a lo largo de mis estudios, a mis colegas docentes con quienes interactuamos para realizar el presente estudio, a mi asesor de proyecto y los profesores de Complementación Universitaria de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI de la facultad de humanidades, por haberme brindado su sabiduría para una buena causa hacia el éxito.*

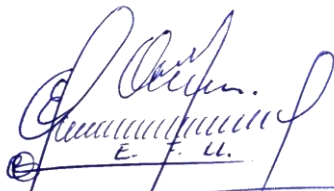
## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Elmer Flores Llamocca con DNI N° 45077925, egresado del Programa de Complementación Universitaria de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que he seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Humanidades, para la elaboración y sustentación del informe de tesis titulado: “Las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Agropecuario Santa Ana, 2021”, el cual consta de un total de 79 páginas, en las que se incluye 11 tablas y 11 figuras, más un total de 12 páginas en anexos.

Dejo constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento, corresponde a mi autoría respecto a la redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de la cita de autores, lo cual es de mi entera responsabilidad.

Declaro también que el porcentaje de similitud o concordancia es de 8%, el cual es aceptado por la Universidad Católica de Trujillo.

El autor.



E. F. L.

---

Br. Elmer Flores Llamocca  
DNI 45077925

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS.....	ii
PÁGINA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	vi
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS.....	ix
ÍNDICE DE FIGURAS.....	x
RESUMEN.....	xi
ABSTRAC.....	xii
<b>CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>13</b>
1.1. Planteamiento del problema.....	13
1.2. Formulación del problema.....	15
1.2.1. Problema general.....	15
1.2.2. Problemas específicos.....	15
1.3. Formulación de objetivos.....	16
1.3.1. Objetivo general.....	16
1.3.2. Objetivos específicos.....	16
1.4. Justificación de la investigación.....	17
1.4.1. Justificación teórica.....	17
1.4.2. Justificación práctica.....	18
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>19</b>
2.1. Antecedentes de la investigación.....	19
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	19
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	20
2.1.3. Antecedentes locales.....	21
2.2. Bases teóricas científicas.....	23
2.2.1. Cualidades físicas básicas.....	23
2.2.2. Fundamentos técnicos del fútbol.....	28

2.3. Definición de términos básicos .....	33
2.4. Formulación de hipótesis.....	34
2.4.1. Hipótesis general .....	34
2.4.2. Hipótesis específicas.....	34
2.5. Operacionalización de variables.....	36
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA .....</b>	<b>38</b>
3.1. Tipo de investigación .....	38
3.2. Métodos de investigación.....	38
3.3. Diseño de investigación.....	38
3.4. Población, muestra y muestreo.....	39
3.4.1. Población .....	39
3.4.2. Muestra .....	41
3.5. Técnicas e instrumentos de recojo de datos .....	42
3.5.1. Técnicas.....	42
3.5.2. Instrumentos de recolección de datos .....	42
3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	43
3.7. Ética investigativa .....	43
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS .....</b>	<b>45</b>
4.1. Presentación y análisis de los resultados.....	45
4.2. Prueba de hipótesis.....	58
4.3. Discusión de resultados .....	59
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS .....</b>	<b>61</b>
5.1. Conclusiones .....	61
5.2. Sugerencias.....	62
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>63</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>67</b>



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Distribución de la población por ciclo, grado y sexo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	40
Tabla 2 Distribución de la muestra por ciclo, grado y sexo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	41
Tabla 3 Nivel de la dimensión fuerza de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	45
Tabla 4 Nivel de la dimensión resistencia de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	46
Tabla 5 Nivel de la dimensión velocidad de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	48
Tabla 6 Nivel de la dimensión flexibilidad de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	49
Tabla 7 Nivel de la dimensión pase de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	51
Tabla 8 Nivel de la dimensión control de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	52
Tabla 9 Nivel de la dimensión conducción de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	54
Tabla 10 Nivel de la dimensión dribling de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	55
Tabla 11 Nivel de la dimensión remate de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	57

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Población por grado y sexo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.....	40
Figura 2 Muestra de estudio por grado y sexo.....	41
Figura 3 Representación gráfica de la dimensión fuerza.....	45
Figura 4 Representación gráfica de la dimensión resistencia.....	47
Figura 5 Representación gráfica de la dimensión Velocidad.....	48
Figura 6 Representación gráfica de la dimensión flexibilidad.....	50
Figura 7 Representación gráfica de la dimensión pase.....	51
Figura 8 Representación gráfica de la dimensión control de balón.....	53
Figura 9 Representación gráfica de la dimensión conducción.....	54
Figura 10 Representación gráfica de la dimensión dribling.....	56
Figura 11 Representación gráfica de la dimensión remate.....	57

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación denominado “Las cualidades Físicas y Fundamentos del Fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Agropecuario Santa Ana, 2021; tuvo como objetivo fundamental determinar la relación entre las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la institución ya mencionada. La metodología que se aplicó fue de tipo correlacional de diseño no experimental y de método cuantitativo, con una población de 34 estudiantes y con una muestra de 20 estudiantes del VII ciclo, el cual fue elegido de manera aleatorio simple. La técnica que se empleó fue la encuesta y el cuestionario 1 para la variable cualidades físicas, el cual consistió de 12 ítems relacionados con las cuatro dimensiones: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad; para la variable fundamentos del fútbol el cuestionario 2 que está estructurada de 15 ítems con sus dimensiones: pase, control, conducción, dribbling y remate. Los resultados obtenidos comprueban que existe una correlación positiva media entre las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol, según la correlación de Spearman  $Rho=0.528944$  y con valor  $p=0,016485$  menor a 0.05 es decir con un nivel medianamente significativo, obtenidas en la prueba de análisis de datos. En conclusión, para obtener un adecuado dominio de los fundamentos del fútbol es importante la práctica adecuada y permanente de las cualidades físicas de los estudiantes de la institución educativa, para lograr el objetivo favorable en dicha disciplina deportiva.

Palabras clave: Cualidades físicas y fundamentos del fútbol.

## **ABSTRAC**

The present research work called “Physical Qualities and Foundations of Futsal in the students of the Santa Ana Agricultural Educational Institution, 2021; Its main objective was to determine the relationship between the physical qualities and the fundamentals of futsal in the students of the aforementioned institution. The methodology that was applied was of a correlational type of non-experimental design and of a quantitative method, with a population of 34 students and a sample of 20 students from the VII cycle, which was chosen in a simple random way. The technique used was the survey and questionnaire 1 for the physical qualities variable, which consisted of 12 items related to the four dimensions: strength, endurance, speed and flexibility; For the variable fundamentals of futsal, questionnaire 2 is structured in 15 items with their dimensions: passing, control, driving, dribbling and shot. The results obtained show that there is a positive average correlation between the physical qualities and the foundations of futsal, according to the Spearman correlation  $Rho = 0.528944$  and with a p value = 0.016485 less than 0.05, that is, with a moderately significant level, obtained in the data analysis test. In conclusion, in order to obtain an adequate mastery of the fundamentals of futsal, it is important to properly and permanently practice the physical qualities of the students of the educational institution, to achieve the favorable objective in said sport discipline.

Keywords: Physical qualities and fundamentals of futsal.

## CAPÍTULO I

### PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

#### 1.1. Planteamiento del problema

Hace muchos años, las actividades físicas, recreativas y deportivas han sido practicadas con mucha frecuencia, responsabilidad y por convicción hacia estas actividades saludables, las cuales eran de complacer sus necesidades físicas y fisiológicas de cada individuo; entre ellos: caminar, correr, manejar bicicleta, campamentos, gimnasio, practicar diferentes variedades y tipos de juegos lúdicos, recreativos, tradicionales, populares, de mesa, salón, y sobre todo la práctica de diferentes disciplinas deportivas ya sean individuales y colectivas; además, estas acciones permiten una semejante ventaja en cuanto al desarrollo y permanencia de las emociones en un estado de satisfacción y alegría en todos los factores que el cuerpo requiera. Ciertamente, en estas actividades motoras, las capacidades físicas y condicionales juegan un papel fundamental e imprescindible, mostrando su presencia de manera intrínseca en todos los movimientos corporales que ejecuta el ser humano a lo largo de la vida cotidiana. Practicar ciertas actividades de sano entretenimiento a través de sus habilidades, destrezas y capacidades permiten el desarrollo y mejora de sus potencialidades de manera integral y con relación con los demás a través de la interacción pertinente con sus pares de su entorno buscando la socialización oportuna, el cual permite aprender del resto a través de las diversas experiencias de aprendizaje. Es así que, mientras la ciencia y tecnología transcurre, las actividades rutinarias y tradicionales se van enfocando junto con los aprendizajes virtuales, que nada de favoritismo atrae con relación a la práctica de estas actividades que requiere una interacción de manera personal y presencial (realidad, presencia física, contacto con los materiales y con sus pares).

Evidentemente, en la actualidad estas actividades se han convertido como una opción de segundo orden en las vidas diarias de las personas a causa de la incertidumbre con potencia de la tecnología en todos los estamentos y entorno de la sociedad. Se considera como un problema álgido, el olvido masivo de la práctica de estas actividades y la preferencia vocacional de la cibernética que nada de beneficio corporal desarrolla en el organismo de las personas; y a causa de estas actitudes, las capacidades físicas no se desarrollan ni mejoran adecuadamente y mucho menos el

dominio de los fundamentos de cualquier disciplina deportiva, ya que las capacidades son fundamentales para la aplicación y evolución de las cualidades deportivas en todos los ámbitos del deporte.

A través de una variedad de estudios realizados, se ha comprobado la ineficiencia actitudinal y desempeño de las capacidades físicas por parte de los principiantes y deportistas calificados. A nivel internacional se comprueba en el proyecto de estudio de Chuquín (2017), quien aplicó los test físicos y las fichas de observación para desarrollar las capacidades físicas de los estudiantes, dicho esto, se concluyó que existe una estrecha relación entre la aplicación de los test físicos con la mejora de sus cualidades físicas, del mismo modo, los estudiantes tienen una serie de dificultades en cuanto al desarrollo y/o mejora de sus potencialidades físicas motoras.

Según los resultados de los XXV Juegos Sudamericanos Escolares 2019, con sede en la ciudad de Asunción, Paraguay, participaron estudiantes peruanos de la categoría sub 14, obteniendo resultados poco considerables a razón de la falta de practica voluntaria y por vocación de las actividades físicas y los entrenamientos respectivos; estos resultados reflejan que el Perú se ubica en un nivel bajo en cuanto al rendimiento y resultados en los juegos de competencia internacional, estas consecuencias son responsabilidades primero de los padres de familia por no incentivar la práctica saludable de actividades físicas, los docentes por poco interés en inculcar el camino hacia una vida saludables en los estudiantes, y por último, las autoridades nacionales y los gobiernos de turno por no invertir y priorizar las actividades físicas, recreativas y deportivas desde el Ministerio de Educación.

A nivel regional, en base al desarrollo de los Juegos Deportivos Escolares Nacionales, que se desarrollan anualmente para medir las capacidades deportivas y buscar talentos de esta materia. Se comprueba una multitud de dificultades durante la competencia entre estudiantes de la misma edad y nivel es estudios. En la región de Ayacucho, no se observa la identificación de nuevos valores ni talentos deportivos, como se solía hacer en años anteriores, la razón clara y precisa es que, los estudiantes de estos tiempos se dedican al espacio cibernético e interacción permanente a lo largo de su tiempo libre, esto es la realidad a nivel de todas las regiones, por falta de

interés, responsabilidad, empatía, vocación de elección hacia el deporte y sus beneficios.

A nivel local y/o institucional, se observa similares o peores casos para ser más precisos, estudiantes que desconocen y no practican juegos de interacción corporal, tradicionales, recreativos y mucho menos juegos deportivos. Según los resultados del trabajo de investigación de Quispe (2018), quien tuvo como conclusión que la aplicación del programa de fútbol-sala, a mejorado significativamente el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes. Esto quiere decir que todavía hay que desarrollar o ejecutar un programa exclusivo para potenciar sus capacidades, cuando en realidad los mismos estudiantes deben practicar de manera personal y por interés propio (quien quiere ser mejor, se prepara de sí mismo para la vida), el cual no se evidencia de ninguna manera estas actitudes voluntarias en todo el ámbito local y institucional, de lo contrario se observa estudiantes muy ocupado y atentos a las redes sociales y la navegaciones mediante el internet, que poco o nada beneficia su progresión y desarrollo corporal y mental.

Finalmente, la práctica del fútbol-sala en los estudiantes con la aplicación de sus capacidades físicas, hacen que todo estudiante se forme saludablemente y de manera integral, insertando una serie de factores que garantizan la formación de un estilo y calidad de vida para el futuro, del mismo modo la interacción y la socialización con las familias y sus pares del entorno, juegan un papel fundamental para enriquecer el trabajo colectivo y grupal entre todos y todas.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la relación entre las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es el nivel de las cualidades físicas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?

- Cuál es el nivel de los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión fuerza de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión resistencia de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión velocidad de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión flexibilidad de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?

### **1.3. Formulación de objetivos**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de las cualidades físicas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.
- Identificar el nivel de los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión fuerza de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución



Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

- Determinar la relación que existe entre la dimensión resistencia de las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión velocidad de las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión flexibilidad de las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

#### **1.4. Justificación de la investigación**

##### **1.4.1. Justificación teórica**

La presente investigación favorece el conocimiento sobre las cualidades físicas, ampliando un marco teórico existente en beneficio de la comunidad científica. El deporte, a pesar de su contrastada universalidad y de su progresiva implantación en todos los estratos de la sociedad a pesar de la poca elección y práctica en los últimos momentos, constituye uno de los fenómenos culturales más representativos de nuestro tiempo. Es sin duda, una de las actividades humanas que más protagonismo y más consideración social ha alcanzado en las últimas décadas. Su arraigo en la sociedad contemporánea nos permite que podemos investigar desde múltiples perspectivas: relacional, formativa, lúdica, técnica, profesional, comercial, pedagógica, etc.; pudiendo comprobar de hecho, como en cualquier localidad al margen de las inevitables diferencias sociales, culturales y económicas, que todos los seres humanos consideran importantes, se divierten, gozan, sufren, lloran, se aburren, se alegran y vibran con los encuentros y acontecimientos deportivos, convirtiéndose en muchas ocasiones como terapia colectiva frente a la masa

superando una diversidad de problemas estructurales y coyunturales de nuestro entorno familiar y social.

#### **1.4.2. Justificación práctica**

Los resultados del presente estudio servirán como guía a todos los docentes de Educación Física, escolares y la población en su conjunto, porque, de manera práctica facilitará conocer los efectos de las capacidades y/o cualidades físicas en la configuración de los fundamentos técnicos del fútbol de los estudiantes de la educación básica regular y la población en su totalidad, y de manera fundamental en la interacción práctica en el dominio adecuado de la estructura del fútbol.

La utilidad práctica de la investigación es notoria e imprescindible cuando las capacidades físicas se ponen al servicio en los demás miembros de la sociedad. Practicar deporte no es nada fácil y mucho menos si no entendemos la secuencia didáctica y los momentos adecuados de cómo y de qué manera desarrollar nuestras potencialidades en cuanto a la práctica de ciertas disciplinas deportivas individuales y colectivas, en la presente investigación, también el factor psicológico cumple un papel importante en los individuos que practican, ya que a través de ello muestras expectativas y actitudes positivas que derivan una sana autoestima y un buen autoconcepto frente a los demás.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### **2.1. Antecedentes de la investigación**

##### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Chuquín (2017), en la presente investigación tiene como objetivo principal desarrollar las capacidades físicas básicas con los educandos del VIII, IX y X año de la Unidad Educativa Mariano Acosta. Asimismo, en la presente investigación se aplicó la metodología como guía de investigación el cual permite realizar la consulta de algunos libros de acuerdo al tema. Del mismo modo, los instrumentos utilizados fueron los test físicos y las fichas de observación las cuales ha sido aplicados a los estudiantes investigados. Finalmente, las conclusiones a las que se han arribado las cuales tienen una relación directa con los objetivos específicos, entre ellos tiene aspectos relacionados con la mejora de las cualidades físicas y condicionales y las fundamentos técnicos ofensivos del fútbol, por otro lado también se comprobó que existe poca motivación de los estudiantes para realizar las actividades físicas debido a que los maestros encargados no toman interés en concientizar el valor y los beneficios de la práctica de actividades físicas y deportivas. Y en lo general, los estudiantes de dicha institución educativa tienen una multitud de dificultades en el desarrollo de sus cualidades físicas las cuales traerán consecuencias en lo posterior, ya que estas actividades deben ser desarrolladas en su momento y edad oportuno para el bien de la salud de los educandos.

Jaimes (2019), en su trabajo de investigación tuvo como objetivo base analizar la incidencia de la composición corporal sobre la resistencia aeróbica en jugadores de la selección de fútbol sala de la Universidad Cooperativa de Colombia, con sede Bucaramanga. La presente investigación es de tipo cuantitativo y con carácter correlacional con un diseño no experimental, en la cual se aplicó el instrumento el test de Course Navette que sirve para identificar el porcentaje magro, graso y velocidad. En fin, a través de esta investigación se llegó a la siguiente conclusión, que los 14 jugadores del fútbol sala fueron catalogados en un nivel normal, y en cuanto a la relación de

VO2max y la velocidad determinada es inversamente proporcional, y adicionalmente a los demás fueron concretas y correlacionadas.

Finalmente, Morocho (2016), en su presente investigación tiene como objetivo evaluar las capacidades físicas y analizar el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol de los educandos de Unidad Educativa “Teodoro Gómez de la Torre”, como también la parte teórica con el fin de superar la práctica de este deporte en la institución. Se utilizó la metodología en base a la investigación bibliográfica y descriptiva, a través de las cuales se analizó adecuadamente para diseñar estrategias y propuestas para llegar a una solución sobre este caso. Además, se utilizó los instrumentos como los test físicos y la ficha de observación las cuales han permitido determinar y procesar datos informativos con las informaciones obtenidas en el cuadro. Finalmente, los resultados a la que se arribaron con más precisión fue que los estudiantes poseen un inapropiado desarrollo de sus cualidades condicionales, por lo tanto, no tienen una buena condición física ni el dominio de los fundamentos técnicos básicos del fútbol. Por tal motivo se elaboró una serie de estrategias para mejorar estas actitudes y con el fin de dar alternativas de solución, una de ellas los videos interactivos que permiten conocer los beneficios de la práctica deportiva para la salud.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Apaza y Gómez (2019), en su estudio de investigación consideró como objetivo fundamental identificar los efectos de la ejecución de juegos lúdicos en las capacidades físicas en el deporte colectivo de futsal en estudiantes de cuarto grado de secundaria de la I. E. León XIII. Este estudio fue realizado a través de una investigación cuantitativa de tipo descriptivo con nivel aplicado a un diseño cuasi experimental seccional y de corte longitudinal. Es así que se utilizó la ficha de observación para identificar las capacidades físicas condicionales de los estudiantes de la muestra, y para corroborar al análisis estadístico se utilizó SPSS y las hojas de cálculo de Excel. La conclusión de estudio es que la aplicación de los juegos lúdicos tiene efectos positivos y significativos en las capacidades condicionales en la disciplina de futsal en los estudiantes de dicha institución.

Lescano (2019), en su proyecto de investigación ha considerado como objetivo principal comprobar cómo influye la aplicación de la enseñanza aprendizaje del fútbol en las estudiantes del turno tarde que oscilan entre 13 – 16 años de edad de sexo femenino. Está basado en el enfoque de corte cuantitativo y cualitativo con nivel explicativo y de tipo experimental. Asimismo, la técnica e instrumento que se aplicó fue a través de una propuesta práctica de aprender el fútbol durante sesiones extras, también se ha conocido temas de investigación en el ámbito educativo, formativo y recreativo. Y las conclusiones obtenidas fueron que la aplicación de sistemática de la enseñanza aprendizaje del fútbol, ha creado nuevos cambios en los aspectos físicos de los estudiantes y sobre todo las aptitudes físicas, y se ha comprobado el nivel de mejora de su rendimiento físico durante la interacción de los estudiantes en el desarrollo de los Juegos Deportivos Escolares Nacionales.

Finalmente, Vera (2020), en su estudio de investigación tuvo como objetivo general determinar el efecto del programa de actividad física en las capacidades condicionales de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la I.E. 7215. Para dicha investigación se utilizó el enfoque cuantitativo con diseño cuasi experimental de tipo aplicativo. Para la recolección de datos se usó el instrumento de test de capacidades condicionales de confiabilidad adecuada. El resultado del presente estudio no indica que, la aplicación del programa de actividad física desarrolla y/o mejora considerablemente las capacidades condicionales básicas de los estudiantes.

### **2.1.3. Antecedentes locales**

Amao (2018), en su proyecto bandera de investigación tuvo como objetivo fundamental experimentar y analizar los resultados de la intervención metódica en las capacidades físicas básicas en los estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa “Corazón de Jesús”, Saurama, Ayacucho. El presente estudio se caracteriza por ser de naturaleza cuantitativa con diseño pre experimental de nivel explicativo. El instrumento para el recojo de los insumos cuantitativos fue diseñada a base de indicadores unidimensionales mediante escalas de evaluación como: inicio, proceso, logro previsto y destacado; del mismo modo, se ha aplicado las pruebas de estadísticas de rangos de Wilcoxon

para identificar el nivel de desempeño de sus cualidades físicas condicionales de los estudiantes intervenidos. En conclusión, se han identificado que las estrategias aplicadas mejoran significativamente las capacidades físicas básicas en los estudiantes de dicha institución educativa, resultado que es confirmado gracias al estadígrafo de rangos de Wilcoxon.

Farfán (2016), planteó como objetivo de investigación evaluar y analizar los resultados del plan de fortalecimiento de la Educación Física y el deporte estudiantil en las capacidades físicas condicionales en la región Ayacucho. El presente estudio está estructurado por una investigación cuantitativa con diseño preexperimental en la cual se buscó los efectos de la variable independiente sobre la dependiente. Los instrumentos para el recojo de datos fue a través de la medición de estándares, así como la aplicación del procedimiento estadístico de Rangos de Wilcoxon. En conclusión, la prueba de hipótesis demuestra que el plan de fortalecimiento de Educación Física y el deporte escolar tiene efectos imprescindibles y favorables en cuanto a la mejora de las capacidades físicas básicas de los estudiantes de la muestra.

Y, por último, Quispe (2018), en su trabajo de investigación tuvo un reto fundamental de plantear como objetivo comprobar de qué manera influye la aplicación de un programa de fútbol-sala en el desarrollo de las capacidades físicas básicas en la selección categoría "A" sub 12 de sexo masculino de la Institución Educativa Integrada "Felipe Huamán Poma de Ayala", Ayacucho. La metodología estuvo enmarcada en el tipo de investigación experimental a través de un diseño pre experimental de un solo grupo, con mediciones antes y después del experimento. Se empleó la técnica de observación e instrumentos de recolección de datos, cuatro pruebas para el control del pretest y post test propiamente dicho; esta investigación se caracteriza por ser de tipo experimental, en donde existe un contacto directo con la muestra y las variables de estudio. La conclusión a la que se arribó, es que la aplicación sistemática del programa de futbol-sala, ha generado cambios considerables y rescatables en los estudiantes, durante el periodo de tiempo de aplicación, observándose el incremento de sus capacidades físicas en cuanto a la velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad.

## **2.2. Bases teóricas científicas**

### **2.2.1. Cualidades físicas básicas**

#### **2.2.1.1. Definición**

Guió (2010), define a las capacidades físicas como las características y disposiciones corporales que posee cada individuo de manera integral, estas se pueden identificar en las condición físicas que se fundamentan en las diversas actividades mecánicas y los procesos de rendimiento energético de los músculos que son generados de manera voluntaria, asimismo, son conjunto de componentes de motricidad que son observables, como: la fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad, las cuales cumplen funciones importantes durante la interacción corporal del ser humano.

Arias, Serna y Toro (2009), afirman que la capacidad es una forma de desarrollo física o aptitud física las cuales son evaluables en cada persona. La condición física se caracteriza por ser la “habilidad de realizar adecuadamente un trabajo muscular” que mejora el desempeño de la capacidad con miras o fines hacia un éxito durante la participación y ejecución de ciertas tareas físicas y corporales.

Alcaíno, Deichle, Fuetes, Gutiérrez, Sagredo y Vargas (2018), en este apartado consideran, que la cualidad física se refiera al estado del cuerpo en movimiento de un individuo. Por un lado, el tener una buena capacidad física, es tener oportunidades para desenvolverse de manera eficiente en cualquier acción o evento con efectividad y rigurosidad. Por otro lado, el tener una mala capacidad física sufre una variedad de dificultades durante las practica de alguna actividad cotidiana, como el cansancio prematuro, viviendo el agotamiento en carne propia y deterioro instantáneo de sus energías musculares y el rendimiento físico. Cualidades físicas dependen mucho del desarrollo de las diferentes capacidades físicas y potencialidades corporales con relación al sistema cardiovascular como la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad, las cuales intervienen en todos los actos de movimiento en una expresión corporal que muestra el ser humano.

### **2.2.1.2. Teorías**

Jean Piaget (1981), el constructivismo es primordial en donde el sujeto, mediante sus diversas acciones motoras y movimientos corporales con relación al cognitivismo, va enriqueciendo progresivamente sus capacidades intelectuales y físicas. En tanto, la idea del autor no se estabiliza en la materia y mucho menos en la integridad personal, sino es la sugerencia para el proceso de elaboración en la cual, el individuo interactúa de manera hiperactiva (se citó en Olmedo y Ferrerons, 2017-p.09).

Después de analizar una serie de definiciones de diversos autores como: Antón, Matveev, Platonov, las capacidades físicas básicas se consideran como tendencias fisiológicas favorables de cada individuo, que se evidencian a través del movimiento, y estas se pueden superar mediante la práctica y el entrenamiento constante.

Álvarez del Villar (1983), conceptualiza las cualidades y/o capacidades físicas básicas como el encargado de identificar las condiciones físicas del individuo que los guía para la ejecución de ciertas actividades físicas, esta se hace efecto durante el entrenamiento en donde el sujeto desarrolla al máximo su potencialidad, según sus posibilidades expresivas (se citó en Martínez, 2017).

### **2.2.1.3. Dimensiones**

Flores (2021), consideró importante tres dimensiones de las capacidades físicas, las cuales se desarrollan en diversas situaciones de manera intrínseca e involuntaria. Estas se clasifican:

#### **Dimensión biológica**

Se basa en el estudio y/o caracterización del estado físico del ser humano, es decir, se basa en la identificación de la calidad de composición corporal que se sitúa según la formación del cuerpo a través de la alimentación y situación saludable, el cual es fundamental para la mejora de las cualidades físicas a través de la práctica (entrenamiento). El sistema cardiovascular juega un papel principal para esta situación, ya



que le relación entre la flexibilidad, fuerza y cardiorrespiratorio trabajan de manera simultánea a lo largo de las practicas diversas.

### **Dimensión motriz**

Es la acción motriz o conjugación de diversos movimientos corporales generados por el individuo de manera voluntaria al practicar ciertas actividades deportivas, e involuntaria durante las actividades cotidianas Este apartado muestra su presencia de manera predominante en la aplicación de las habilidades motrices con relación a la velocidad, fuerza y resistencia. En conclusión, la motricidad por naturaleza, es parte de la ejecución de cualquier movimiento que genera el ser humano insertando una estricta relación con el pensamiento (cuerpo y mente), en muchas ocasiones son ejecutados sin haber planificado ciertas actividades que muestren la expresión corporal.

### **Dimensión cultural**

Por naturaleza, el ser humano es partícipe de muchas actividades rítmicas, culturales, musicales, entre otros, las cuales son parte de la vida saludable. En esta ocasión, esta dimensión cumple un rol importante con relación a la expresión corporal, ya que el cuerpo se sitúa en interacción permanente y frecuente durante las diversas actividades culturales, como las fiestas costumbristas, actividades rítmicas familiares, festividades comunales, entre otros. Es aquí, donde se aplica las capacidades físicas básicas a través de diversos movimientos que se genera con el cuerpo que guarda relación con la velocidad, fuerza, resistencia, e incluso la coordinación motriz al ritmo de la melodía.

#### **2.2.1.4. Componentes**

Serna y Nanclares (2018), presentan cada una de las capacidades físicas condicionales según su clasificación como: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.

#### **Fuerza**

Redondo (2011), define como la capacidad de superar o aguantar una resistencia a través de una contracción de los músculos esqueléticos.

Durante el trabajo de la fuerza muscular se generan procesos de adaptación neuromuscular, estructurales y mecánicos.

Serna y Nanclares (2018) consideran dos tres de fuerza, que a continuación se muestra:

- **Fuerza explosiva.** Es la acción o capacidad donde el sistema neuromuscular de superar una resistencia a mayor velocidad de contracción que sea necesario.
- **Fuerza máxima.** Es la mayor aplicación y uso de la fuerza desde un punto de vista general, consiste en superar y vencer una acción poco probable, como por ejemplo levantar una pesa superando fuera de su posibilidad.
- **Fuerza resistencia.** Es la capacidad de mantener el nivel de la fuerza durante un tiempo prolongado. El ejemplo clave es apoyarse con las dos manos en una barra horizontal y permanecer con los pies al aire durante un tiempo determinado.

### **Resistencia**

Jaimes y Rodríguez (2019), define que la resistencia es la capacidad de mantener un rango aceptable de actividad física con variaciones en tiempo sumativo a la actividad inicial.

Asimismo, Real Federación Española (2000) define la resistencia como la capacidad del organismo que soporta una carga física durante un periodo de tiempo prolongado.

(Sánchez, 1998, como se citó en Quispe 2018), consideran que la resistencia se desglosa en dos tipos predominantes:

- **Resistencia aeróbica.** Es cuando se realiza una actividad o un esfuerzo de larga duración, en las cuales, el oxígeno está presente con normalidad a lo largo del esfuerzo. En esta actividad podemos evidenciar algunas acciones concretas como muestra de ejemplo: caminar, trotar, bailar u otras actividades

que se realiza en la vida cotidiana con relación al movimiento corporal.

- **Resistencia anaeróbica.** En este lado, se observa una diferencia precisa, que es la deuda de oxígeno durante la ejecución de las actividades. Cabe precisar que la resistencia anaeróbica es la capacidad de realizar acciones de intensidad máxima, como resultado del trabajo se forma una buena cantidad de ácido láctico. Cabe recalcar que, durante la resistencia anaeróbica se realiza una actividad física de mucha intensidad durante en un tiempo breve, por ejemplo: la carrera de velocidad de 100 metros planos.

### **Velocidad**

Desde un punto de vista deportivo, es la capacidad de realizar actividades físicas y deportivas de manera rápida e inmediata en un reducido tiempo posible, aplicando una capacidad de interacción eficaz. (Serna y Nanclares, 2018).

Se define también como acción de ejecutar una actividad en el menor tiempo posible, con el objetivo de ganar al tiempo en ciertas circunstancias.

Gómez, 2018, clasifica a la velocidad en tres tipos fundamentales las cuales se muestran de la siguiente manera:

- **Velocidad de reacción.** Es una acción motriz que consiste de realizar un estímulo instantáneo ante una situación programada. Ejemplo: la partida baja en una prueba de carrera de velocidad.
- **Velocidad gestual.** En este apartado se visualiza durante la ejecución de un movimiento cíclico, o la rápida ejecución de cualquier actividad. Ejemplo: lanzamiento de peso.
- **Velocidad de desplazamiento.** En toda acción motriz, interacción personal y grupal e improvisación se observa que la velocidad es la capacidad de ejecutar cíclicamente una

determinada acción de traslado desde un punto hacia otro en el menor tiempo posible. Para ser más claros, se evidencia con mayor claridad durante prueba individual de la carrera de 100 metros planos, en una competencia oficial de atletismo.

### **Flexibilidad**

Desde una perspectiva deportivo, la flexibilidad es una cualidad que consiste en ejecutar una serie de movimientos de una amplitud articular, aquí la estructuración fundamental es flexionar y extender las partes móviles del cuerpo con mayor nivel de desenvolvimiento y facilidad. (Gómez y Apaza, 2019).

Según (Chuquín, 2017), la flexibilidad se clasifica en dos categorías imprescindibles que se desarrollan con frecuencia a lo largo de las actividades diarias.

- **Flexibilidad estática.** Se desarrolla mediante diversos ejercicios de estiramientos (flexión y extensión) antes de una actividad deportiva, el cual posibilita una relajación corporal y mental para la competencia deportiva, asimismo, evita la probabilidad de lesiones.
- **Flexibilidad dinámica.** Se produce cuando se realiza acciones y movimientos amplios, cuando el cuerpo se sitúa en movimiento brindando mayor trabajo a las articulaciones y al sistema muscular. Esta flexibilidad se observa comúnmente en cualquier deportista quienes realizan de manera involuntaria a lo largo de la práctica deportiva, sin generar ni sobrepasarse de su límite, las cuales pueden generar daños en el cuerpo.

## **2.2.2. Fundamentos técnicos del fútbol**

### **2.2.2.1. Definición**

(Pérez, 2016) define como toda acción o movimiento que el deportista ejecuta durante la práctica voluntaria de una disciplina deportiva, se puede realizar con o sin el balón dentro del terreno de juego, estos fundamentos técnicos primero son enseñados

estratégicamente en las edades prematuras, de esta manera se puede desenvolverse adecuadamente en el futuro obteniendo resultados fructíferos según la evolución de su aprendizaje. (p.22).

La técnica es el empleo o uso con asertividad de todas las acciones que se realizan durante el juego, es decir, la habilidad de dominar y dirigir el balón con seguridad y confianza usando todas las partes del cuerpo. (Barrio, 1977, como se citó en Quispe, 2018).

#### **2.2.2.2. Clasificación**

Según la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA), los fundamentos técnicos del futsal se clasifican en: pase, control, conducción, regate y tiro.

##### **Pases**

Es el fundamento base del futsal, que se caracteriza por ser colectivo, para ser mas precisos, es toda acción que se realiza con el balón a través de la entrega y cambio de posición del balón de jugador en jugador o de manera rotativa dentro del campo de juego. (Pérez, 2016, p. 26.).

(Quispe, 2018) considera los tipos de pases que se evidencia según la siguiente estructura:

- **Pase corto.** Acción de entregar el balón desde una distancia muy corta y el recorrido del balón será en el menor tiempo posible con la intención de generar la rotación de balón y estilo de juego rápido en el campo.
- **Pase largo.** Acción de entregar o intercambio del balón entre jugadores del mismo equipo a través de una distancia larga, en la mayoría de los casos esta acción se ejecuta por vía aérea e incluso desde el terreno propio hasta el terreno adversario.
- **Pase al ras del piso.** En este caso el balón se traslada con dirección al compañero del mismo equipo, pero a través del

rodamiento al ras del piso, sin despegarse de ello de ninguna manera.

- **Pase a media altura.** Durante el juego, se ejecuta una variedad de pases según sea la situación presentada en el momento de juego. En este caso la entrega del balón se ejecuta a media altura como por ejemplo con la rodilla, con el pecho y la cabeza, siempre con dirección al compañero del mismo equipo.
- **Pase por elevación.** Situación muy contraria con el pase al ras del piso. En este caso, todo balón se dirige vía aérea en su totalidad, en donde los que controlan lo realizan con la cabeza en una lucha muy forzada para apropiarse y controlar el balón.

### **Control**

Es uno de los fundamentos técnicos del fútbol que se requiere de la combinación pase-control, para ejecutar el control adecuado se tiene que disminuir la velocidad del balón porque es necesario para que juegue relación con el cuerpo. (FIFA, p. 30).

(Quispe, 2018), considera una serie de tipos de control en cuanto a la técnica individual según sea el dominio del deportista.

- **Con el pecho.** Habilidad y técnica individual generado por el propio deportista al recibir el balón con una variedad de defectos, estas son controladas con facilidad con el pecho y finalmente son conducidos con facilidad y dominio.
- **Con planta del pie.** Es una acción de parar el balón con la planta de los pies, esta situación se ejecuta cuando el balón se aproxima junto o al ras del piso.
- **Con el muslo.** Momento oportuno e instantáneo de parar el balón con el muslo o la rodilla, esta acción se aplica cuando el balón se aproxima a media altura, después de controlar el balón, el deportista decide hacer maniobras distintas para evitar ser quitado por el contrincante.

- **Con la cabeza.** Esta parada se aplica de manera instantánea cuando el balón viene vía aérea y a la altura de la cabeza, sus dificultades son golpearse al intentar controlar y perder el balón por el adversario.

### **Conducción**

Es una técnica individual de cada deportista que consiste en donde el balón sea un apéndice del pie, por lo que la vista no presta mucha atención en el balón, sino en el juego y trayecto del terreno y los adversarios que se cruzan en el camino. (Manual de entrenamiento de futsal).

Los objetivos primordiales de esta técnica son:

- Automatizar el gesto de la conducción.
- Utilizar la planta interior y exterior de los pies.
- Usar las dos piernas de manera simultánea.

### **Regate o dribling**

Según (FIFA, 2003, como se citó en Quispe, 2018), el regate es una acción técnica individual que permite avanzar al jugador con el balón, asimismo evitando que un jugador contrario logre quitarlo el balón, estas acciones se realizan con bastante serenidad y responsabilidad con el fin de liberarse del arrebato adversario.

Para evidenciar esta técnica se pueden aplicar dos formas específicas y diferentes respectivamente, que se muestran a continuación:

- **Cortos.** (Barrio, 1977) manifestó que un regate corto es cuando el jugador realiza sus maniobras en el mismo sitio, sin avanzar una distancia de ninguna manera, estas maniobras deben tener un beneficio fructífero para sí mismo y para el equipo.
- **Largos.** Un regate largo es todo lo contrario al regate corto, esta es una técnica individual de la aplicación de habilidades y destrezas de un jugador junto con el balón trasladándose de un lugar a otro, por medio de los jugadores contrarios, esto se

aplica a través de gestos y movimientos que engañan al jugador oponente y de esa manera liberarse de manera complicada de ellos.

### **Remate o tiro**

Es una de las técnicas muy importante en el juego del futsal, a través de esta técnica el juego habrá acabado de manera favorable o desfavorablemente para el atacante. Consiste en terminar el balón en movimiento a través de un remate potente hacia el arco opuesto intentando generar el gol al portero, con esta acción se puede esperar tres casos después del remate: termina el juego cuando el balón se desvía fuera de la cancha, termina en un gol favorable o el portero logra atrapar el balón y el juego prosigue. (Pacheco, 2007, como se citó en Pérez, 2016, p.26).

(Quispe, 2018) atribuye para efectuar este caso, se puede aplicar algunas técnicas muy específicas, como se muestran seguidamente:

- **En volea.** En este caso el remate se ejecuta de forma lateral y de manera potente, se utiliza el empeine de los pies cuando el balón llega a lo alto antes de hacer contacto con el piso.
- **En bote.** Situación de remate instantáneo y de manera rápida cuando el balón se sitúa en pleno bote y antes de que los adversarios rechacen lejos del arco en ataque. Aquí se aplica la velocidad y reacción del jugador con relación a sus capacidades físicas.
- **De chalaca.** Técnica individual con estilo, elegancia y la más complicada que se observan en pocas ocasiones durante las competencias. Consiste en rematar cuando el balón se sitúa mas arriba que la cabeza y el jugador se encuentra de espaldas a la portería, y finalmente se golpea el balón hacia atrás con la caída perfecta del cuerpo al piso, el cual deberá ser amortiguado por el propio jugador.



- **De cabeza.** Es una situación de remate común y corriente, cuando el balón supera una altura superior a la cabeza, y luego se golpea con la cabeza y con potencia de diferentes ángulos hacia el arco tratando de vencer al portero.

### 2.3. Definición de términos básicos

**Cualidad física:** es el rendimiento personal y/o individual del ser humano que se observa en la acción y movimientos diversos a partir de sus gestos y potencialidades corporales.

**Fuerza:** implica la consideración imprescindible de soportar una carga física empleando al trabajo muscular potente, quien es el responsable de participar durante el trabajo físico.

**Resistencia:** es una acción y capacidad física corporal muscular que consiste en resistir una intensidad de carga física por un determinado tiempo, sobre todo en una acción motriz intenso.

**Velocidad:** a lo largo de la vida cotidiana, la velocidad se emplea en todos los ámbitos y momentos de manera inconsciente, porque consiste en realizar una acción de manera rápida tratando de ganar el tiempo, que se presenta como la adversidad única en las acciones realizadas.

**Flexibilidad:** se atribuye a aquellos que resulta fundamentales durante la interacción corporal en la vida diría, como caminar correr, saltar, bailar, trabajar y todas las actividades cotidianas que el cuerpo participa frecuentemente a través de la flexión y extensión de las partes móviles de todo el cuerpo.

**Fundamentos del fútbol:** deportivamente, es un grupo de estrategias y acciones que pertenecen a la disciplina deportiva de fútbol, las cuales se emplean categóricamente y obligatoriamente durante la competencia deportiva.

**Técnica:** asociada al proceso de la aplicación de habilidades y destrezas básicas con precisión y categoría durante una acción personal que se muestra al público, quienes juzgan la calidad de interacción.

**Pase:** se observa en la participación de dos o más integrantes, intercambiando una idea un objeto de persona a persona, respectivamente.

**Control:** genéricamente, controlar es dominar absolutamente una situación presentada o un objeto en una actividad, en donde el participante es el agente principal que muestra su talento integral.

**Conducción:** acción de dirigir una situación o una materia superando una serie de adversidades severas y complicadas, en el aspecto deportivo, es dominar un objeto deportivo dirigiéndose por el camino correcto con fines de lograr el objetivo.

**Dribling:** se evidencia en el campo deportivo, que consiste en aplicar una serie de movimientos corporales desequilibradas moviéndose de con diferentes artimañas junto con el balón y con la intención básica de superar al contrincante.

**Remate:** lanzar un objeto con un destino determinado y aplicando una fuerza razonable del deportista, según sea la situación presentada. En muchas disciplinas deportivas el remate es fundamental, ya que se requiere de este factor para interactuar adecuadamente durante la práctica deportiva.

## **2.4. Formulación de hipótesis**

### **2.4.1. Hipótesis general**

**H<sub>i</sub>** Existe una relación entre las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

**H<sub>0</sub>** No existe una relación entre las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

### **2.4.2. Hipótesis específicas**

**H<sub>e1</sub>** Existe una relación entre la dimensión fuerza de las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

**H<sub>e2</sub>** Existe una relación entre la dimensión resistencia de las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

**H<sub>e3</sub>** Existe una relación entre la dimensión velocidad de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

**H<sub>e4</sub>** Existe una relación entre la dimensión flexibilidad de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

## 2.5. Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Escala de medición
Cualidades físicas.	Son condiciones básicas y necesarias del individuo para generar una serie de actividades y movimientos corporales que se efectúa a lo largo de la vida cotidiana, en muchas ocasiones de manera inconsciente y pocas veces de manera consciente. Las cualidades físicas se desarrollan y se corrigen mediante una asistencia y seguimiento durante los entrenamientos constantes. (Valdez, 1986).	En una expresión corporal que se observa durante diversas actividades y movimientos que genera el individuo, que consiste en emplear potencialmente estas cualidades para obtener buenos resultados en beneficio para la causa. Para identificar el nivel de las cualidades físicas de los estudiantes se ha utilizado el instrumento: Cuestionario en la escala de intensidad.	Fuerza.	- Desarrollo corporal. - Desarrollo muscular. - Rendimiento.	3	Cuestionario sobre cualidades físicas.	Ordinal
			Resistencia.	- Sistema cardiovascular. - Intensidad. - Alimentación.	3		
			Velocidad.	- Reacción. - Coordinación. - Traslación.	3		
			Flexibilidad.	- Postura. - Elasticidad. - Articulaciones.	3		
Fundamentos del fútbol.	Son todas las actividades técnicas que posee cada individuo, primero se enseña y posteriormente se desarrolla, estas se deben entrenar en base a los principios básicos del juego colectivo, asimismo, estas estrategias son	Son habilidades técnicas específicas que posee el jugador y la emplea de manera experimental durante la práctica colectiva del fútbol aplicando las reglas básicas. Para identificar estas dimensiones se ha	Pase.	- Precisión. - Trabajo colectivo. - Espacio.	3	Cuestionario sobre fundamentos del fútbol.	Ordinal
			Control.	- Habilidad. - Capacidad. - Autonomía.	3		
			Conducción.	- Dominio. - Confianza.	3		

	aplicadas en situaciones ofensivas y defensivas de manera individual y colectiva. (Merino, 2012).	optado por utilizar el instrumento: Cuestionario en la escala de Intensidad.		- Juego limpio.			
			Dribling.	- Técnica. - Destreza. - Emociones.	3		
			Remate.	- Dirección. - Potencia. - Fuerza.	3		

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo de investigación**

El presente trabajo se hizo en base al tipo de investigación correlacional que es de carácter no experimental, aquí se busca entablar un nivel de correlación entre las variables en estudio empleando las pruebas no paramétricas para identificar los resultados que se ha planteado.

En la investigación correlacional el investigador mide dos variables con la finalidad de llegar un nivel de relación estadística entre las variables en estudio, sin necesidad de agregar variables externas con el fin de llegar a conclusiones importantes. (Mejía, 2017).

Según Marroquín (2012), la investigación correlacional tiene como finalidad identificar el grado de relación entre dos o más variables de estudio. Esta se caracteriza porque al principio se evalúa las variables y posteriormente se tasan la correlación a través de la prueba de hipótesis y la aplicación de las técnicas estadísticas. (p.04).

#### **3.2. Métodos de investigación**

El presente trabajo de investigación posee del enfoque cuantitativo de condición secuencial y probatorio, en donde cada paso o momento procede a la siguiente de manera ordenada y sin necesidad de saltar o eludir pasos. La secuencia es estricta, a excepción de que se puede redefinir alguna fase. En este método, la idea parte desde algunas informaciones que se van acotándose y una vez delimitada, se proceden a los objetivos y las interrogantes de investigación. (Hernández, 2014).

Una investigación cuantitativa es un método común y corriente que consiste en recolectar datos en una situación de estudio, principalmente de estructuras científicas. En concordancia a los datos informaciones recogidas, se pueden probar hipótesis predefinidas.

#### **3.3. Diseño de investigación**

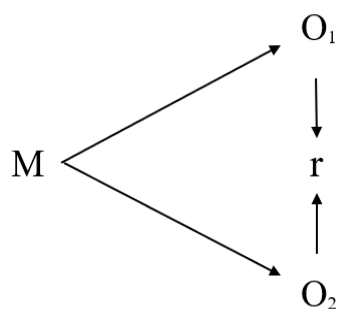
Según Marroquín (2012), el diseño de investigación es descriptivo correlacional, que cumple la función como método o plan usado para resolver la

situación del problema de investigación, del mismo modo, se considera como base de ejecución y comprobación de hipótesis de la investigación priorizada.

En la presente investigación se ha optado por aplicar el diseño de investigación correlacional transaccional y no experimental, por lo que representa la no interacción directa con la muestra de estudio, sin embargo, se puede enfocarse en base al recojo de informaciones las cuales serán importantes para el procesamiento de los datos estadísticos.

Este diseño se utiliza para comprobar la correlación entre variable 1: las cualidades físicas y la variable 2: los fundamentos del fútbol de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario, Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

El esquema es el siguiente:



Donde:

M = Muestra del estudio (estudiantes)

O<sub>1</sub> = Observación de la variable 1 (Cualidades físicas)

O<sub>2</sub> = Observación de la variable 2 (Fundamentos del fútbol)

r = Correlación entre dichas variables

### 3.4. Población, muestra y muestreo

#### 3.4.1. Población

En el presente estudio, la población está conformado de 34 estudiantes entre damas y varones de VI y VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

**Tabla 1**

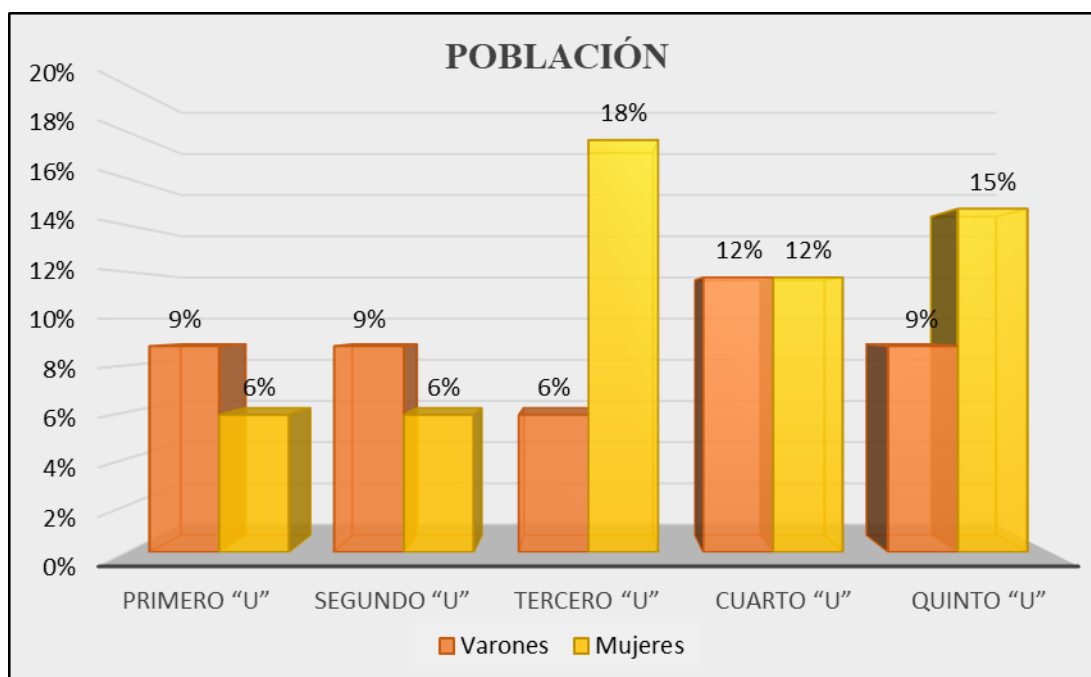
*Distribución de la población por ciclo, grado y sexo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

Ciclo	Grado y Sección	Sexo		Matriculados	Porcentaje
		Varón	Mujer		
VI	Primero “Única”	03	02	05	15
	Segundo “Única”	03	02	05	15
VII	Tercero “Única”	02	06	08	24
	Cuarto “Única”	04	04	08	24
	Quinto “Única”	03	05	08	24
<b>TOTAL</b>		<b>15</b>	<b>19</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Nómina de matrícula de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho.

**Figura 1**

*Población por grado y sexo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*





### 3.4.2. Muestra

La muestra es probabilística, donde se ha determinado elegir a través del muestreo aleatorio simple, se ha concretado a los 20 estudiantes del VII ciclo entre damas y varones de tercero, cuarto y quinto grado de las Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

**Tabla 2**

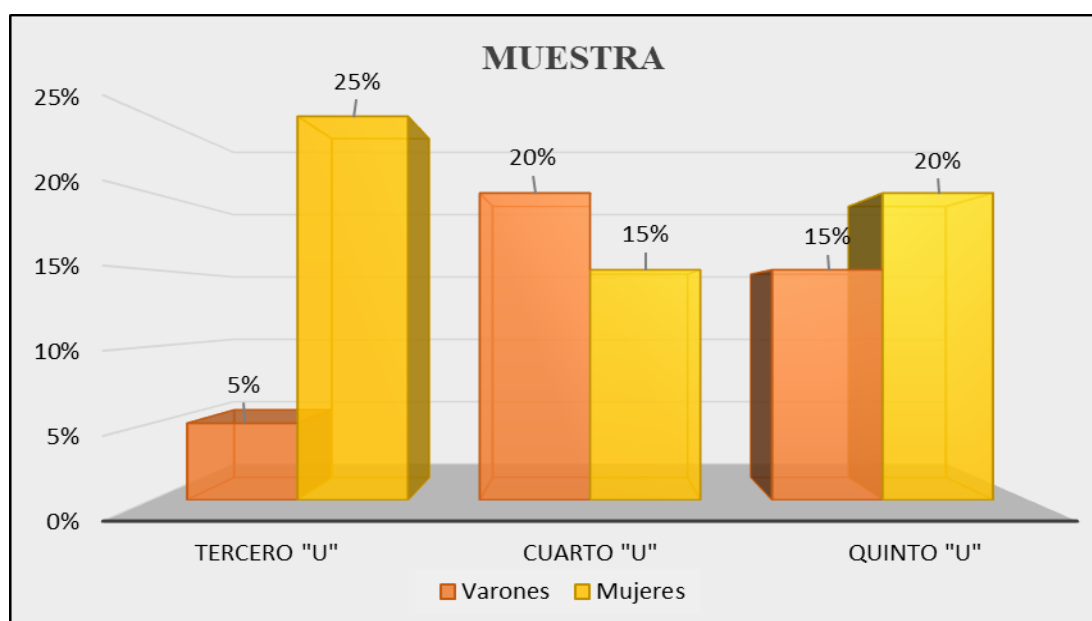
*Distribución de la muestra por ciclo, grado y sexo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

Ciclo	Grado	Sexo		Matriculados	Porcentaje
		Varón	Mujer		
VII	Tercero "Única"	01	05	06	30%
	Cuarto "Única"	04	03	07	35%
	Quinto "Única"	03	04	07	35%
<b>TOTAL</b>		<b>08</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Nómima de matrícula de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

**Figura 2**

*Muestra de estudio por grado y sexo.*



### **3.5. Técnicas e instrumentos de recojo de datos**

#### **3.5.1. Técnicas**

La encuesta fue primordial para la aplicación en ambas variables, que consiste en adquirir datos o informaciones importantes de una persona, cuyas opiniones interpersonales han sido útiles para recolectar datos sobre el problema.

Para Torres (s.f.). La encuesta es una técnica de investigación que se considera en un término razonable entre la observación y la experimentación, allí se puede anotar casos que son viables a la observación, y fuera de ello se ausenta la participación recreativa del sujeto participante en estudio. Por lo que la encuesta se caracteriza como un método descriptivo con el que se pueden identificar datos importantes para el problema de investigación. (p.04).

#### **3.5.2. Instrumentos de recolección de datos**

Murillo (2010), afirma que el cuestionario es un instrumento para recoger datos y que consiste en adquirir las repuestas especialmente de los sujetos en estudio, a partir de la formulación de una variedad de interrogantes mediante un escrito que se utiliza en la investigación de tipo cuantitativo y cualitativo. (p.02).

Se ha utilizado dos cuestionarios como instrumentos para recolectar informaciones necesarias, una para cada variable, las cuales han sido aplicadas oportunamente empleando la siguiente secuencia de actividades:

- Se ha solicitado oportunamente al director de la institución educativa pidiendo la autorización respectiva para la aplicación de la encuesta a los estudiantes.
- Se ha elaborado dos cuestionarios dirigida a los estudiantes del VII ciclo, con una estructura adecuada según las posibilidades de comprensión de los estudiantes. El primer cuestionario se basa a la primera variable de estudio Cualidades Físicas, el cual está conformado por cuatro dimensiones como: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad, y el segundo cuestionario está enfocado a la segunda variable de estudio Fundamentos del Futsal, dichas

dimensiones son: pase, control, conducción, dribling y remate. Ambos cuestionarios están estructurados en base a la escala de intensidad nominal, en donde se ha determinado de acuerdo a los niveles e intervalos asignados para determinar la correlación que se busca en el presente estudio.

- La encuesta se ha aplicado a través de Formularios Google, y los estudiantes respondieron ingresando a una dirección de enlace que fue enviado a su Whats App personal.
- Finalmente, de manera instantánea y rápida se ha recibido las respuestas de los encuestados, luego se procedió a crear una hoja de cálculo en la misma plataforma, posteriormente se imprimió para realizar el cotejo y el procesamiento de datos.

### **3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Después de recolectar los datos y/o informaciones a través de la encuesta como técnica y el cuestionario virtual como el instrumento, se realizó el procesamiento de datos la misma que consistió en la codificación de las encuestas en la matriz de la base de datos, para esta actividad se utilizó el Software Ms Excel, y el paquete SPSS para el procesamiento y análisis estadístico de los resultados.

En cuando a la determinación de la correlación entre variables de estudio, se aplicó el índice de correlación de Rho Spearman, el cual fue determinante para identificar el grado de relación entre la variable cualidades físicas y variable Fundamentos del futsal, en el cual se detectó el tamaño y el efecto de la correlación a través de los rangos de calificación e intervalos: Muy malo = 1, Malo = 2, Ni bueno ni malo = 3, Bueno = 4 y Muy bueno = 5, respectivamente.

### **3.7. Ética investigativa**

**Anonimato:** El presente trabajo de investigación guarda una garantía de seguridad desde un punto ético y transparencia, el cual se considera una confianza y estabilidad entre investigadores y los colaboradores, asimismo se explicita la confidencialidad y garantizamos veracidad acerca del contenido de todas las partes que dicha investigación conforma.

**Veracidad:** Todos los datos e informaciones que se han utilizado para el presente trabajo de investigación, tanto principales como secundarios fueron citadas correctamente respetando el derecho de autoría y demás actos de originalidad de estudio, quedando como un trabajo de investigación auténtica y original respecto a los plagios que se puedan detectar.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS

#### 4.1. Presentación y análisis de los resultados

**Tabla 3**

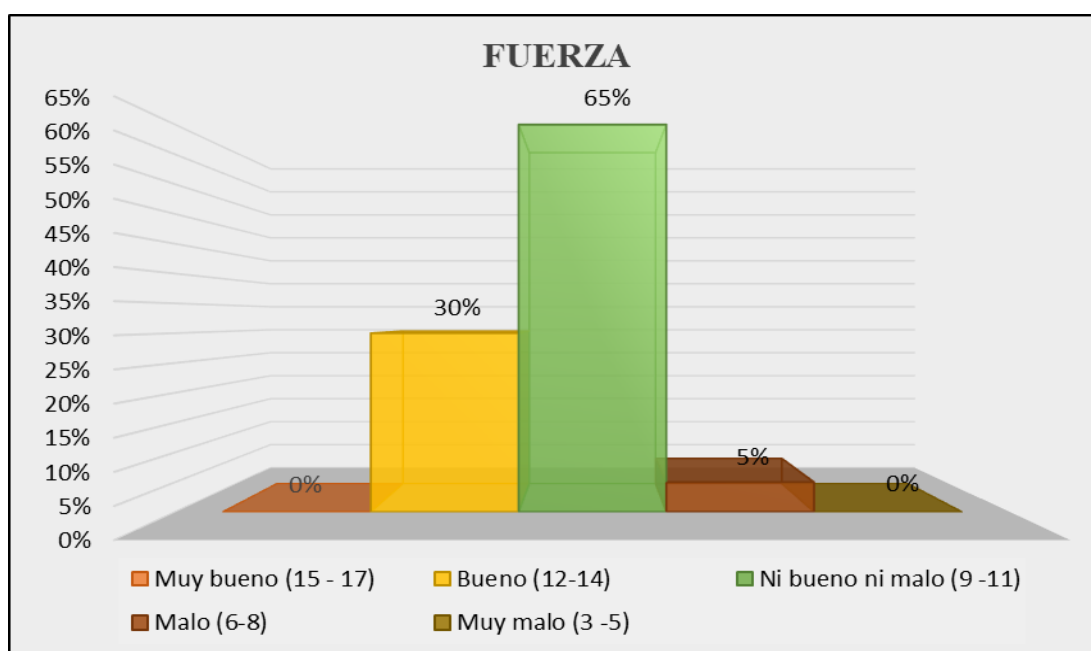
*Nivel de la dimensión fuerza de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

Nivel/Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy bueno (15 - 17)	0	0
Bueno (12 - 14)	6	30
Ni bueno ni malo (9 - 11)	13	65
Malo (6 - 8)	1	5
Muy malo (3 - 5)	0	0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Resultados de la encuesta.

**Figura 3**

*Representación gráfica de la dimensión fuerza.*



### **Descripción:**

En la tabla 3 se presenta los resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario sobre la dimensión fuerza de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

La muestra estuvo conformada por 20 estudiantes del VII ciclo entre damas y varones de tercero, cuarto y quinto grado respectivamente, en donde podemos resaltar que, 6 estudiantes que representa el 30% de la muestra tienen un buen nivel en cuanto al desempeño e interacción a través de la fuerza como cualidad física, 13 estudiantes que representa el 65% de la muestra poseen la fuerza en un nivel ni bueno ni malo, y 1 estudiante que constituye el 5% de la muestra percibe un nivel malo en la cualidad física de fuerza. En conclusión, la mayoría de estudiantes tienen un moderado o intermedio nivel de esfuerzo en cuanto al desenvolvimiento de la fuerza, el cual es fundamental en todas las actividades que el estudiante realiza de manera inconsciente a lo largo de la vida cotidiana y durante la interacción en la práctica de diversas actividades físicas, recreativas y deportivas.

### **Tabla 4**

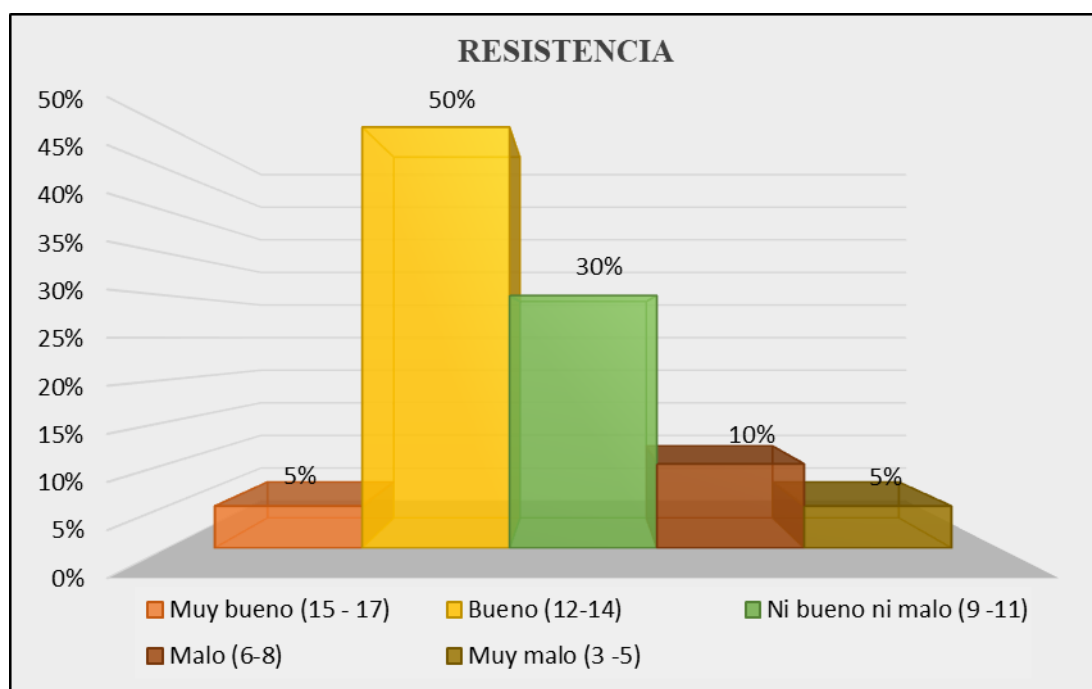
*Nivel de la dimensión resistencia de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

<b>Nivel/Puntaje</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Muy bueno (15 - 17)	1	5
Bueno (12 - 14)	10	50
Ni bueno ni malo (9 - 11)	6	30
Malo (6 - 8)	2	10
Muy malo (3 - 5)	1	5
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Resultados de la encuesta.

**Figura 4**

*Representación gráfica de la dimensión resistencia.*



**Descripción:**

En la tabla 4 se presenta los resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario sobre la dimensión resistencia de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho durante el periodo 2021.

La muestra estuvo conformada por 20 estudiantes del VII ciclo comprendidas entre damas y varones de dicha institución, en lo cual se observa que, 1 estudiante que representa al 5% de la muestra posee tener muy buena capacidad física de resistencia, 10 estudiantes que representa el 50% de la muestra perciben un nivel bueno en cuanto a la resistencia corporal, 6 estudiantes que representa al 30% de la muestra poseen tener un nivel ni bueno ni malo, 2 estudiantes que representa al 10% de la muestra indica tener una resistencia física mala, y 1 estudiante que representa el 5% de la muestra percibe tener un nivel muy malo en cuanto al desempeño de su resistencia corporal. En conclusión, la mitad de los estudiantes se ubican en un nivel bueno en cuanto al desempeño personal de la resistencia corporal que se visualiza en toda acción y movimiento de mediana y alta intensidad superando una carga física y sobre todo durante la ejecución de actividades físicas anaeróbicas.

**Tabla 5**

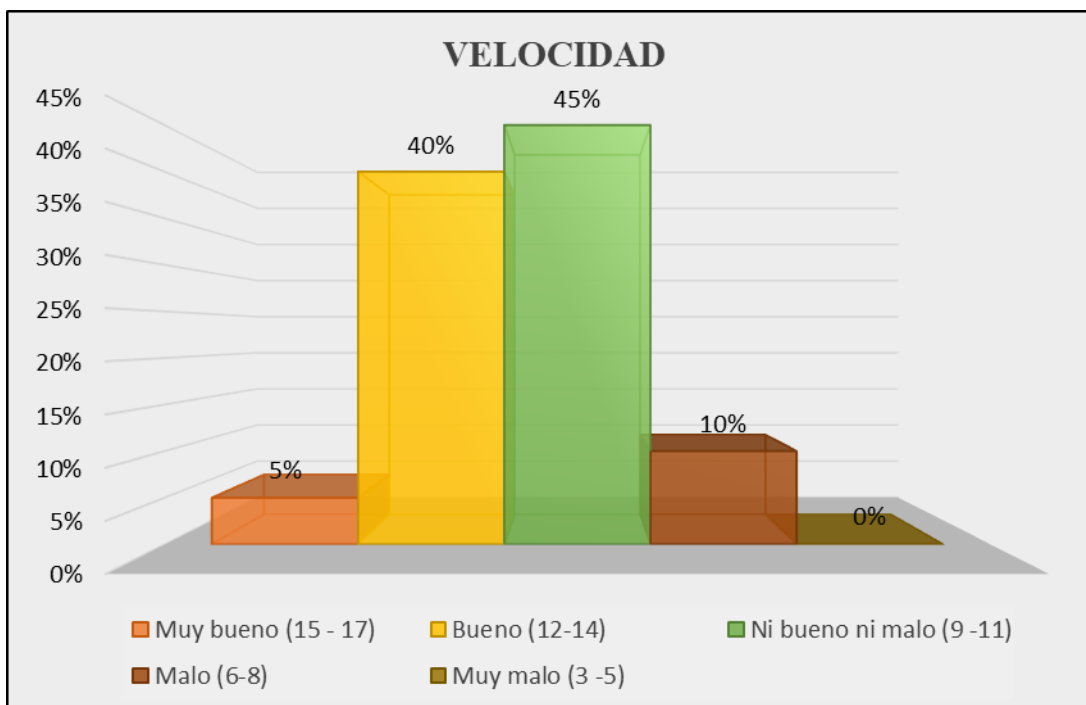
*Nivel de la dimensión velocidad de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

Nivel/Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy bueno (15 - 17)	1	5
Bueno (12 - 14)	8	40
Ni bueno ni malo (9 - 11)	9	45
Malo (6 - 8)	2	10
Muy malo (3 - 5)	0	0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Resultados de la encuesta.

**Figura 5**

*Representación gráfica de la dimensión Velocidad.*





### **Descripción:**

En la tabla 5 se muestran los resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario sobre la dimensión velocidad de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho durante el periodo 2021.

La muestra estuvo conformada por 20 estudiantes del VII ciclo de tercero, cuarto y quinto grado respectivamente, podemos resaltar que, 1 estudiante que representa al 5% del total de la muestra percibe un nivel muy bueno en la calidad física de velocidad, 8 estudiantes que representa el 40% de la muestra consideran tener una velocidad buena, 9 estudiantes que representa el 45% de la muestra perciben un nivel ni bueno ni malo en cuanto a la velocidad, y 2 estudiantes que representa el 10% de la muestra consideran que son malos en tener una velocidad adecuada. En conclusión, la mayor parte de los estudiantes se sitúan en un nivel moderado en cuanto al desempeño de esta capacidad física de velocidad.

### **Tabla 6**

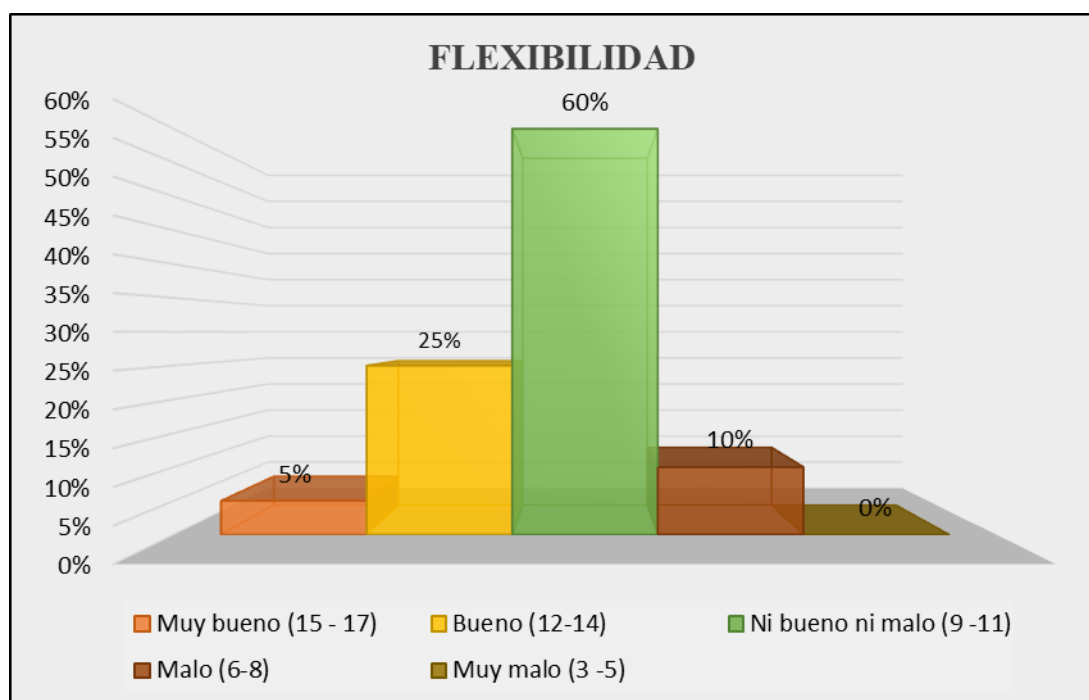
*Nivel de la dimensión flexibilidad de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

<b>Nivel/Puntaje</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Muy bueno (15 - 17)	1	5
Bueno (12 - 14)	5	25
Ni bueno ni malo (9 - 11)	12	60
Malo (6 - 8)	2	10
Muy malo (3 - 5)	0	0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Resultados de la encuesta.

**Figura 6**

*Representación gráfica de la dimensión flexibilidad.*



**Descripción:**

En la tabla 6 se observan los resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario sobre la dimensión flexibilidad de las cualidades físicas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho durante el periodo 2021.

La muestra estuvo conformada por 20 estudiantes del VII ciclo entre damas y varones de tercero, cuarto y quinto grado de la institución educativa en mención, en este caso 1 estudiante que representa el 5% del total de la muestra indica tener muy buen nivel de flexibilidad genérica, 5 estudiantes que representa el 25% de la muestra suele tener buena flexibilidad, 12 estudiantes que representa el 60% de la muestra señalan contar con un nivel ni bueno ni malo en cuanto a la interacción de la flexibilidad, y 2 estudiantes que comprende el 10% del total de la muestra de estudio suelen tener una mala flexibilidad. En conclusión, el mayor porcentaje de estudiantes en su desempeño cuentan con una flexibilidad moderada, considerando que no son tan malos ni tan buenos en este aspecto.

**Tabla 7**

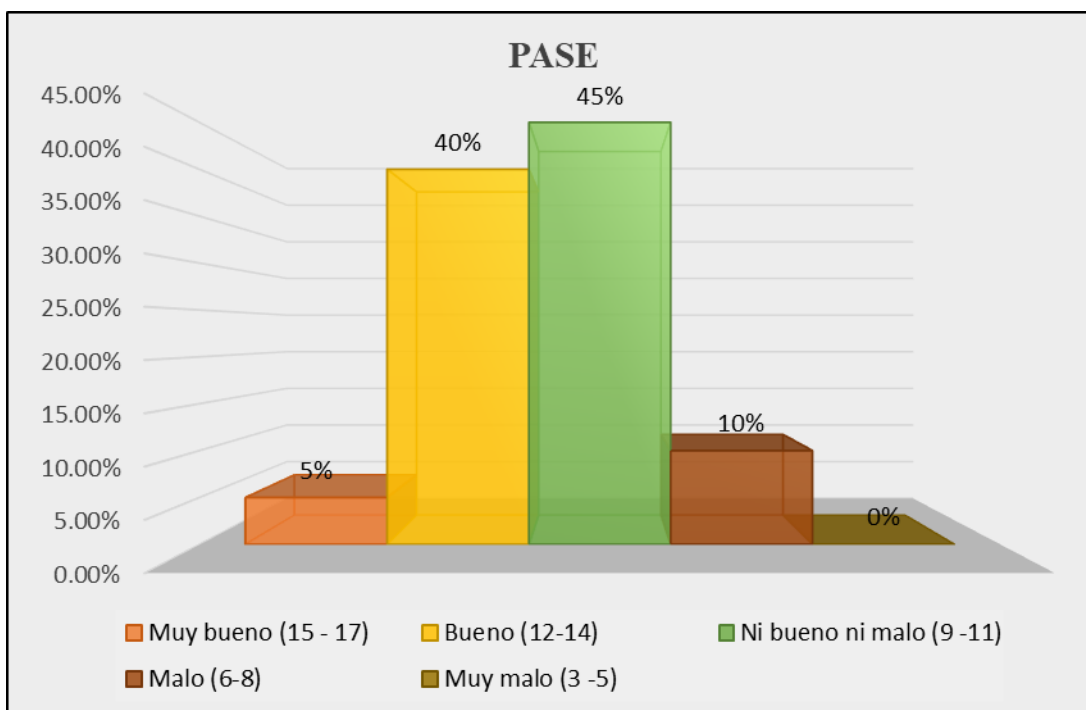
*Nivel de la dimensión pase de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

Nivel/Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy bueno (15 - 17)	1	5
Bueno (12 - 14)	8	40
Ni bueno ni malo (9 - 11)	9	45
Malo (6 - 8)	2	10
Muy malo (3 - 5)	0	0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Resultados de la encuesta.

**Figura 7**

*Representación gráfica de la dimensión pase.*



### **Descripción:**

En la tabla 7 se evidencian los resultados obtenidos a través de la aplicación del cuestionario sobre la dimensión pase de la variable fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho periodo 2021.

Se tuvo como muestra a los 20 estudiantes del VII ciclo entre damas y varones que pertenecen a la Institución Educativa en mención, de los cual, 1 estudiante que representa el 5% de la muestra de estudio manifiesta tener muy buen desempeño en el dominio del pase del balón hacia sus compañeros de juego, 8 estudiantes que constituye el 40% de la muestra indican tener buena interacción en cuanto al pase, 9 estudiantes que representa el 45% de la muestra perciben tener un moderado nivel entre ni bueno ni malo, y 2 estudiantes que representa el 10% del total de la muestra consideran que son malos en la interacción con el pase. En conclusión, una mayor parte de los estudiantes tienen un dominio intermedio en cuanto al desempeño como fundamento principal del futsal.

### **Tabla 8**

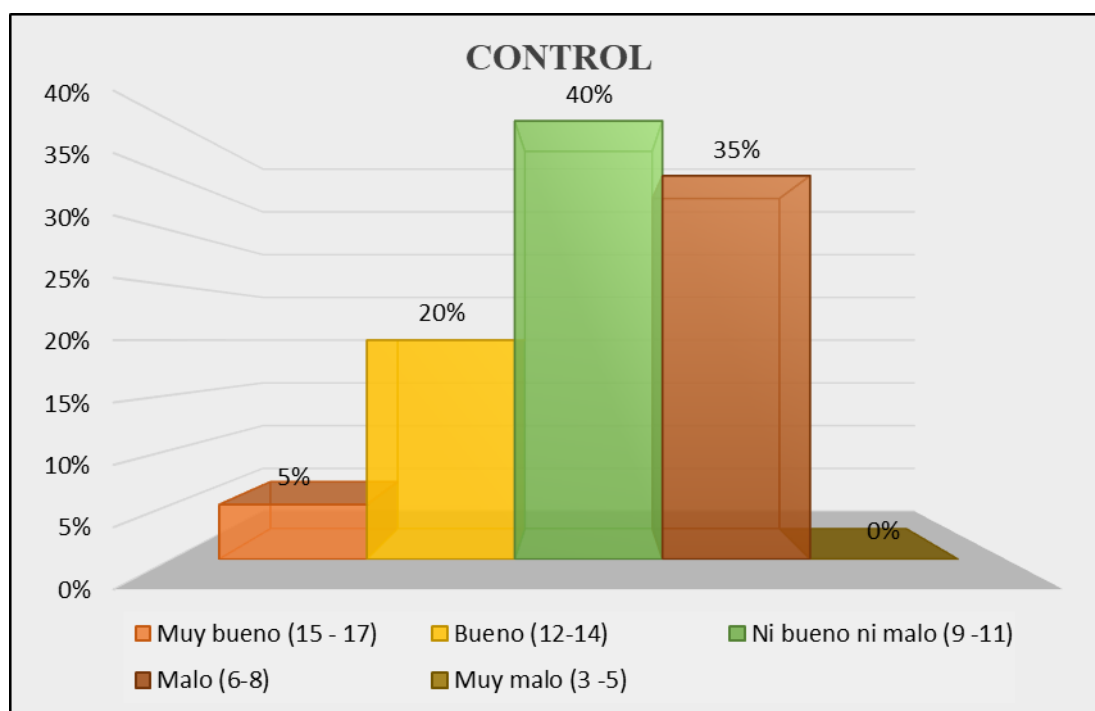
*Nivel de la dimensión control de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

<b>Nivel/Puntaje</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Muy bueno (15 - 17)	1	5
Bueno (12 - 14)	4	20
Ni bueno ni malo (9 - 11)	8	40
Malo (6 - 8)	7	35
Muy malo (3 - 5)	0	0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Resultados de la encuesta.

**Figura 8**

*Representación gráfica de la dimensión control de balón.*



**Descripción:**

En la tabla 8 se muestran los resultados obtenidos a través de la aplicación del cuestionario sobre la dimensión control del balón de la variable fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho periodo 2021.

La muestra fue parte del recojo de datos importantes, el cual estuvo conformado por 20 estudiantes de ambos géneros que comprenden de tercero, cuarto y quinto grado de la institución educativa en mención, de acuerdo a los resultados podemos afirmar que, 1 estudiante que comprende el 5% de la muestra en actividad percibe un nivel muy bueno en el dominio y control del balón de futsal, 4 estudiantes que representa el 20% de la muestra en estudio suelen tener un nivel bueno en concordancia con el control de balón, 8 estudiantes que representa el 40% de la muestra manifiestan que no son tan buenos ni tan malos en controlar el balón, y 7 estudiantes que constituye el 35% del total de la muestra de estudio indican que son malos para controlar adecuadamente el balón de futsal. En conclusión, la mayor parte de los estudiantes no son tan buenos ni tan malos en lo que respecta con este fundamento.

**Tabla 9**

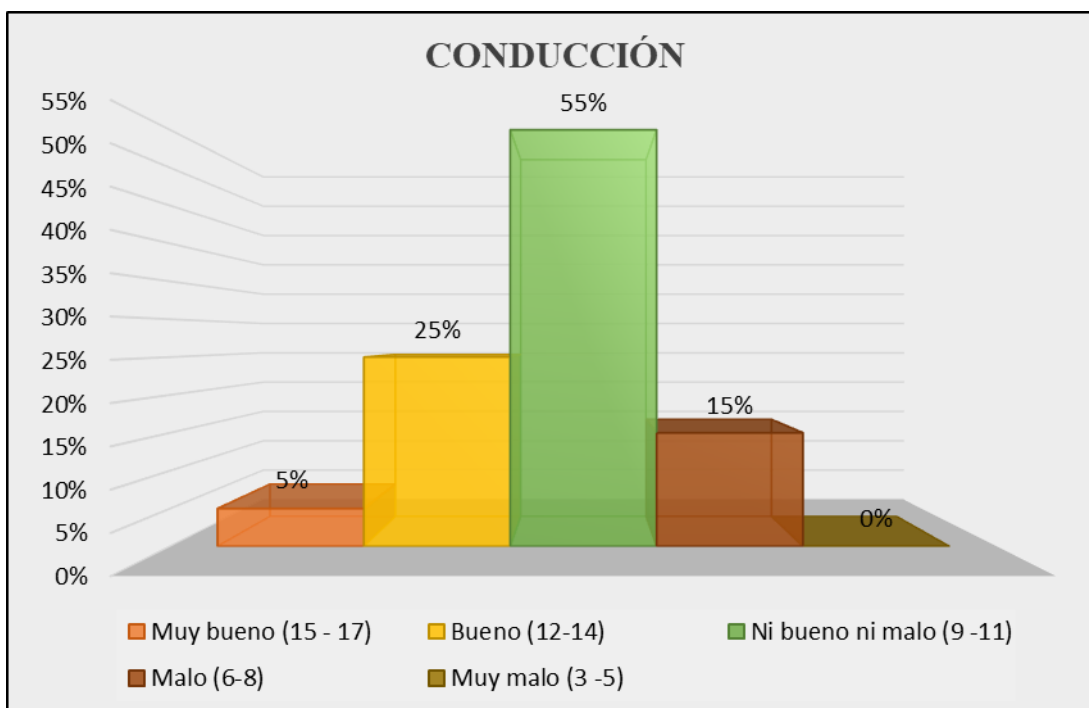
*Nivel de la dimensión conducción de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

Nivel/Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy bueno (15 - 17)	1	5
Bueno (12 - 14)	5	25
Ni bueno ni malo (9 - 11)	11	55
Malo (6 - 8)	3	15
Muy malo (3 - 5)	0	0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Resultados de la encuesta.

**Figura 9**

*Representación gráfica de la dimensión conducción.*



### **Descripción:**

En la tabla 9 se presenta los resultados obtenidos a través de la aplicación del cuestionario sobre la dimensión conducción del balón de la variable fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

En este apartado se tuvo a 20 estudiantes quienes representaron como muestra de estudio, gracias a los datos recogidos se han hallado que, 1 estudiante que equivale al 5% de la muestra tiene un muy buen nivel de interacción con la conducción del balón, 5 estudiantes que equivale al 25% de la muestra indicaron que son buenos al conducir al balón, 11 estudiantes que representa el 55% de la muestra afirman que no son tan buenos ni tan malos al practicar la conducción del balón, y 3 estudiantes que equivale al 15% del total de la muestra de estudio manifiestan que son malos para conducir con facilidad el balón de futsal. En conclusión, mas de la mitad de los estudiantes tienen una capacidad moderada con un nivel ni tan buenos ni tan malos al realizar la conducción del balón de futsal durante el juego colectivo.

### **Tabla 10**

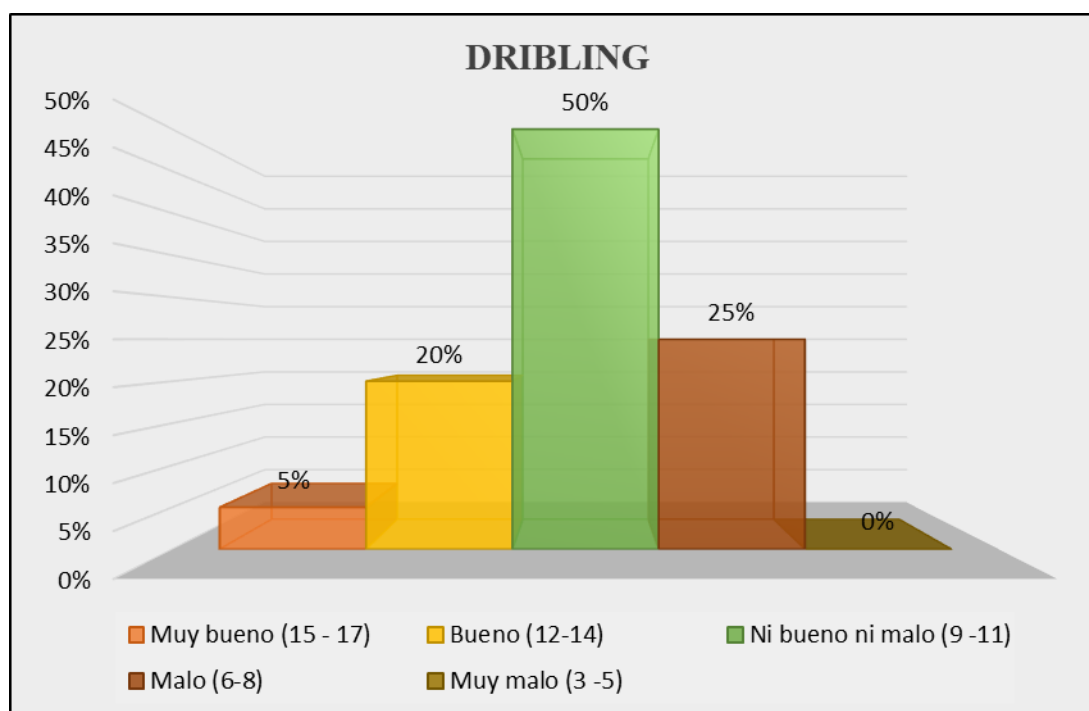
*Nivel de la dimensión dribling de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

<b>Nivel/Puntaje</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Muy bueno (15 - 17)	1	5
Bueno (12 - 14)	4	20
Ni bueno ni malo (9 - 11)	10	50
Malo (6 - 8)	5	25
Muy malo (3 - 5)	0	0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Resultados de la encuesta.

**Figura 10**

*Representación gráfica de la dimensión dribling.*



**Descripción:**

En la tabla 10 se muestra los resultados obtenidos a través de la aplicación del cuestionario sobre la dimensión dribling de la variable fundamentos del fútbol de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

La muestra estuvo estructurada por 20 estudiantes del VII entre damas y varones de tercero, cuarto y quinto grado respectivamente, de los cual, 1 estudiante que equivale al 5% de la muestra suele tener un dominio muy bueno al driblear el balón, 4 estudiantes que equivale al 20% de la muestra afirman tener buen desempeño para driblear o regatear el balón, mientras 10 estudiantes que representa el 50% de la muestra manifiestan que no son tan buenos ni tan malos para driblear el balón, y 5 estudiantes que equivale al 25% del total de los encuestados consideran que son malos para ejecutar el dribling o regate del balón de fútbol. En conclusión, el dribling como fundamento poco complicado es practicado por la mayoría de los estudiantes en un nivel moderado en cuanto a su ejecución.



**Tabla 11**

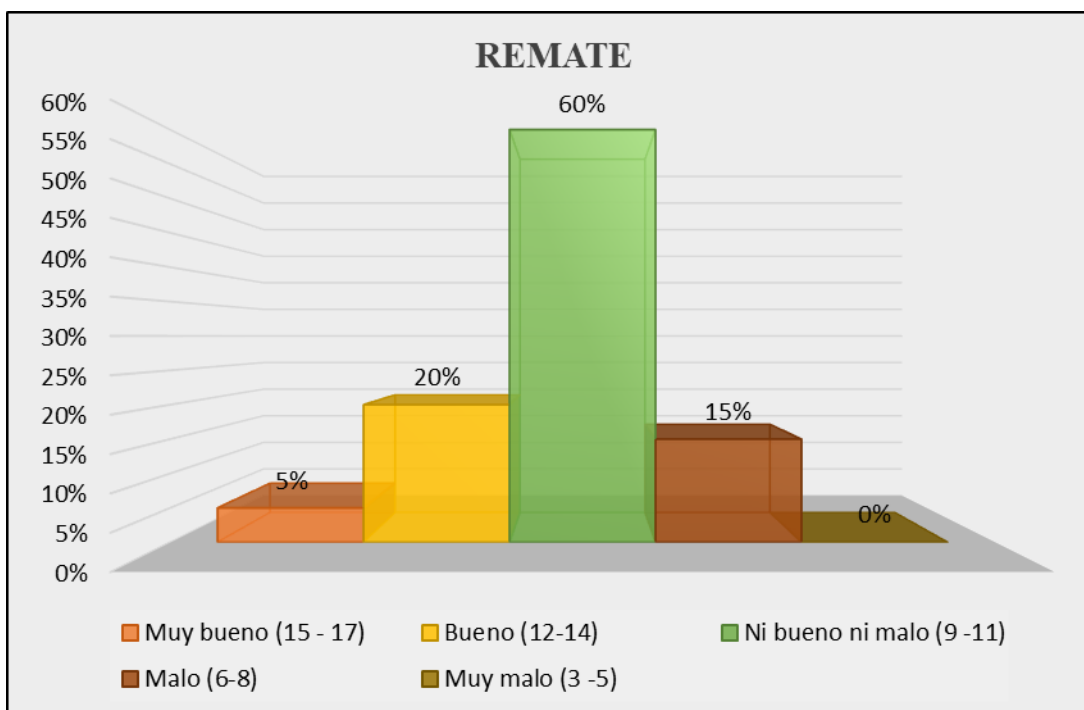
*Nivel de la dimensión remate de los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.*

Nivel/Puntaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy bueno (15 - 17)	1	5
Bueno (12 - 14)	4	20
Ni bueno ni malo (9 - 11)	12	60
Malo (6 - 8)	3	15
Muy malo (3 - 5)	0	0
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Resultados de la encuesta.

**Figura 11**

*Representación gráfica de la dimensión remate.*



### **Descripción:**

En la tabla 11 se presenta los resultados obtenidos a través de la aplicación del cuestionario sobre la dimensión remate de la variable fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho periodo 2021.

Se tuvo como muestra de estudio a 20 estudiantes del VII ciclo de las institución educativa en mención, podemos resaltar que, 1 estudiante que equivale al 5% de la muestra manifiesta tener un remate del balón muy bueno y perfecto, asimismo, 4 estudiantes que representa el 20% de la muestra indican tener buen desempeño al rematar el balón al arco, mientras 12 estudiantes que equivale al 60% de la muestra consideran que tener un desempeño moderado que no son buenos ni malos al ejecutar el remate directo del balón hacia la portería, y 3 estudiantes que equivale al 15% consideran que son malos para interactuar en situaciones del remate del balón. Se concluye que, el fundamento del remate es practicado por la mayoría de los estudiantes en un nivel intermedio durante la práctica del futsal y su reglamento.

#### **4.2. Prueba de hipótesis**

##### **Hipótesis nula:**

**H<sub>0</sub>:** No Existe una correlación entre las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

##### **Hipótesis alternativa:**

**H<sub>a</sub>:** Existe una correlación entre las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

Nivel de significancia:  $\alpha = 0,05 = 5\%$

Estadística de prueba: Correlación de Rho Spearman.

Valor de “Rho” calculado = 0.528944

Valor de  $p=0,016485 = 1,6485\%$

**Interpretación:**

Siendo el valor de  $Rho=0.528944$ , lo que afirma una correlación moderada entre las cualidades físicas y los fundamentos del futsal, con  $p=0,016485$  menor a  $0,05$  es decir un nivel significativo.

**Decisión:**

La hipótesis nula ( $H_0$ ) se rechaza categóricamente, porque existe una correlación entre la variable cualidades físicas y los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021, a través la prueba estadística normal (Rho Spearman) a un nivel de significancia del 5%.

**4.3. Discusión de resultados**

Se ha determinado que existe una correlación entre las cualidades físicas y los fundamentos del futsal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021, siendo el valor de  $Rho=0.528944$ , y  $p=0,016485$  menor a  $0.05$  es decir con un nivel significativo.

Se afirma que existe una correlación medianamente positiva, esto significa, mientras haiga una mejor cualidad física habrá buenos resultados y se logrará un mejor desempeño de los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.

El presente trabajo de investigación concuerda con otras investigaciones en las que se utilizó la investigación correlacional, Jaimes y Rodríguez (2019) de la Universidad Cooperativa de Colombia, según la comprobación de una de las hipótesis el cual resultó nula, manifiestan que, al comparar la resistencia corporal con su índice de masa corporal IMC se identificó que las personas con alta resistencia aeróbica no dependen del IMC, resultado que se obtuvo al realizar la prueba estadística de  $Rho = 0,093$  ( $p=0,752$ ), en donde se evidencia que no existe una correlación.

Asimismo, guarda una relación con la teoría de Jean Piaget (1981) al afirmar que el constructivismo es primordial en donde el sujeto, mediante sus diversas acciones motoras y movimientos corporales con relación al cognitivismo, va

enriqueciendo progresivamente sus capacidades intelectuales y físicas, esto quiere decir que, la mejora de ciertas capacidades, cualidades y habilidades del individuo, dependen de sí mismo y de otros factores como la actividades de entrenamiento permanente hasta conseguir lo esperado.

El presente estudio de investigación con relación a las líneas de investigación diversidad, derecho a la educación e inclusión, influye en la vida de las personas de diferentes edades y necesidades, fomentando la inclusión social (discapacitados); practicar diferentes actividades físicas, recreativas, lúdicas, y deportivas, para que a través de ello se pueda fortalecer las cualidades físicas, esto quiere decir no sólo para tener éxito en alguna competencia deportiva, sino para brindar un álgido y encantador beneficio que el organismo requiere, y lo más importante conseguir el éxito tener una calidad de vida sana y segura para el futuro.

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

#### 5.1. Conclusiones

**Primero.** Existe una relación significativa entre las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021, siendo el valor de  $Rho = 0.528944$ , y  $p=0,016485$  menor a 0.05 es decir con un nivel significativo.

**Segundo.** En la tabla 3, respecto al nivel de desempeño de la dimensión fuerza de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021; el 65% de estudiantes de la muestra perciben tener un nivel ni bueno ni malo, esto indica que, la mayoría de estudiantes tienen las posibilidades de desenvolverse corporalmente en diversas físicas y deportivas con confianza.

**Tercero.** Según la tabla 6, con respecto a la dimensión flexibilidad de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021; el 60% de total de la muestra tienen un nivel moderado ni bueno ni malo, esto quiere decir que, la mayoría de los estudiantes superan sin dificultades en las diferentes actividades de flexión y extensión de las partes móviles.

**Cuarto.** Según la tabla 9, con referencia a la dimensión conducción del balón de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021; el 55% de los estudiantes del total de la muestra de estudio tienen un nivel de desempeño considerable ni bueno ni malo, esto significa que, los estudiantes tienden a practicar con confianza durante una competencia oficial de fútbol.

**Quinto.** Según la tabla 11, en cuanto al nivel de la dimensión remate del balón de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021; el 60% de los estudiantes tienen un moderado nivel ni tan bueno ni tan malo, esto quiere decir que existe una buena posibilidad de éxito durante una competencia de fútbol.

## 5.2. Sugerencias

**Primero.** Al director de la Institución Educativa, debe priorizar la práctica de actividades físicas y deportivas en sus estudiantes a través de la asignación de una carga horaria adecuada del área de Educación Física, en la distribución de horas de acuerdo a las normativas emanadas por el Ministerio de Educación.

**Segundo.** Al docente de Educación Física, debe elaborar su planificación curricular adecuada diversificando según el contexto y la realidad, para que de esta manera los estudiantes puedan participar en las diferentes actividades de manera activa y dinámica, esto permitirá al estudiante desenvolverse con autonomía para desarrollar sus cualidades y/o capacidades físicas de manera permanente.

**Tercero.** A los estudiantes, para que tomen conciencia sobre el fortalecimiento y mejora de su calidad de vida, a través de las actividades físicas, recreativas y deportivas, ya que a través de ello se mejorará pertinentemente sus cualidades físicas, y tratar de dejar en el segundo plano las actividades o juegos cibernéticos que no tienen un beneficio positivo para el organismo.

**Cuarto.** A los padres de familia, ser parte del aprendizaje de sus menores, interactuando juntos con el desarrollo de sus tareas motrices a través del juego colectivo, participando en el desarrollo de algunos juegos recreativos, cooperativos, etc., el cual permite fomentar la comunicación, armonía, el liderazgo y sobre todo una vida saludable dentro de la familia.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alcaíno Cabrera, M., Deichler Galasso, P., Fuetes Flores, F., Gutiérrez Piña, J., Segredo Milán, D. y Vargas Durán, R. (2018). Evaluación de cualidades y condición física de los escolares de colegios ubicados en las ciudades de Santiago y Curicó. [Trabajo de investigación]. Universidad Andrés Bello, Chile. [http://repositorio.unab.cl/xmlui/bitstream/handle/ria/12091/a129462\\_Alcaino\\_M\\_Evaluacion\\_de\\_las\\_cualidades\\_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unab.cl/xmlui/bitstream/handle/ria/12091/a129462_Alcaino_M_Evaluacion_de_las_cualidades_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Amao Guzmán, J. A. (2018). Estrategias de intervención metódica para mejorar las capacidades físicas básicas en estudiantes del VI ciclo, Ayacucho. [Tesis de maestría]. Universidad Nacional César Vallejo, Trujillo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/32764>
- Apaza Cama, C. A. y Gómez Flórez, E. M. (2019). Aplicación de juegos lúdicos para la mejora de las capacidades físicas en la disciplina de fútbol en estudiantes de cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa León XIII Circa del distrito de Cayma, Arequipa 2019. [Tesis de licenciatura] Universidad Nacional San Agustín de Arequipa. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/11958>
- Arias Ramírez, O., Serna Botero, A. M. y Pablo Toro, J. (2009). Caracterización de las cualidades físicas en estudiantes que practican fútbol sala de la Universidad CES Medellín. Trabajo de investigación. [https://repository.ces.edu.co/bitstream/10946/2397/2/Carateristicas\\_cualidades\\_fisicas.pdf](https://repository.ces.edu.co/bitstream/10946/2397/2/Carateristicas_cualidades_fisicas.pdf)
- Chuquín Alban, D. T. (2017). Desarrollo de las capacidades físicas básicas y su influencia en los fundamentos técnicos ofensivos del fútbol en los estudiantes de educación básica media de la Unidad Educativa Mariano Acosta en la parroquia de la Esperanza de la ciudad de Ibarra. [Tesis de licenciatura] Universidad Técnica del Norte, Ecuador. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/6493>
- Farfán Bellido, R. (2016). Plan de fortalecimiento de la Educación Física en capacidades físicas básicas en la región Ayacucho. [Tesis de doctorado]. Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/19005>
- Federación Internacional de Fútbol Asociado FIFA (sin fecha). Fútbol. Manual de entrenamiento.

<https://digitalhub.fifa.com/m/7ca27a0127892cf3/original/k2uojz3miblpzwr35dtp-pdf.pdf>

Guío Gutiérrez, F. (2010). Conceptos y clasificación de las capacidades físicas. *Revista de investigación cuerpo, cultura y movimiento*. Vol. 01 N° 01 (pp77-86)  
<https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/rccm/article/download/1011/1260/>

Hernández Sampieri, R. (2014). Metodología de la investigación. *Interamericana Editores S.A. DE C.V.* <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Jaimes Rodríguez, Y. F. y Rodríguez Millán, J. (2019). Incidencia de la composición corporal sobre la resistencia aeróbica en jugadores de la selección de fútbol-sala de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Bucaramanga. [Tesis de licenciatura] Universidad cooperativa de Colombia. <http://hdl.handle.net/20.500.12494/7400>

Juegos Sudamericanos Escolares (01 al 06 de diciembre del 2019). Resultados de los Juegos Sudamericanos Escolares – Asunción Paraguay. <https://www.sudaescolaresasuncion2019.com/>

Lescano Salazar, M. A. (2019). Estrategia didáctica de enseñanza aprendizaje del fútbol sala femenino para mejorar el rendimiento académico de la I.E. José Domingo Atoche. [Tesis de maestría]. Universidad Señor de Sipán. <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/6944>

Marroquín Peña, R. (2012). Metodología de investigación. [Programa de titulación] Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. [http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia\\_de\\_la\\_investigacion.pdf](http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf)

Martínez Delgadillo, C. (18 de noviembre del 2011). Historia de las capacidades físicas. *Prezi*. <https://prezi.com/yug-pbp1wn9m/la-historia-de-las-capacidades-fisicas/>

Mejía Jervis, T. (04 de mayo del 2017). Investigación correlacional: características, tipos y ejemplos. *Lifeder*. <https://www.lifeder.com/investigacion-correlacional/>

Morocho Coyago, M. A. (2016). Estudio de las capacidades físicas y su influencia en la enseñanza de los fundamentos técnicos básicos del futbol en los estudiantes de los octavos años de la Unidad Educativa Teodoro Gómez de la Torre. [Tesis de licenciatura] Universidad Técnica del Norte, Ecuador. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/5631>



- Murillo Torrecilla, F. J. (2010). Cuestionarios y Escalas de Actitudes. [Artículo Científico] Facultad de Formación de Profesorado y Educación de la Universidad Autónoma de Madrid – España.  
[http://entornovirtualparaeldesarrollode.weebly.com/uploads/8/8/7/0/8870627/\\_facultad.pdf](http://entornovirtualparaeldesarrollode.weebly.com/uploads/8/8/7/0/8870627/_facultad.pdf)
- Olmedo Torre, N. y Ferrerons Vidal, O. (2017). *Modelos constructivistas de Aprendizaje en Programas de Formación*. Universidad Politécnica de Cataluña – España.  
<https://doi.org/10.3926/oms.367>
- Pérez Barquín, G. A. (2016). La preparación técnica-táctica y el rendimiento deportivo en los seleccionados de fútbol sala de la categoría superior de la Unidad Educativa de Ambato de la provincia de Tungurahua. [Tesis de licenciatura] Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.  
<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/23477/1/Tesis%20Final.pdf>
- Quispe Pillaca, D. E. (2018). Influencia del programa de fútbol-sala en las capacidades físicas básicas en la selección sub 12 de los “PAGPA” 2018. [Tesis de licenciatura] Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga, Ayacucho.  
<http://repositorio.unsch.edu.pe/handle/UNSCH/3135>
- Redondo Villa, C. (marzo del 2011). Las cualidades físicas básicas. [Archivo PDF] [https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_40/CRISTINA\\_REDONDO\\_1.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_40/CRISTINA_REDONDO_1.pdf)
- Serna Córdova, F. L., Nanclares Duque, J. A. (2018). Capacidades físicas condicionales en jóvenes futbolistas de la categoría sub 16 pertenecientes a la Corporación Social Deportiva de Colombia. [Tesis de grado] Universidad de San Buenaventura – Colombia.  
[http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co/bitstream/10819/5719/1/Capacidades\\_Fisicas\\_Condicionales\\_Nanclares\\_2018.pdf](http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co/bitstream/10819/5719/1/Capacidades_Fisicas_Condicionales_Nanclares_2018.pdf)
- Torres, M. (s.f.). Métodos de recolección de datos para una investigación. [Artículo científico] Facultad de ingeniería de la Universidad Rafael Landívar.  
[https://fgsalazar.net/LANDIVAR/ING-PRIMERO/boletin03/URL\\_03\\_BAS01.pdf](https://fgsalazar.net/LANDIVAR/ING-PRIMERO/boletin03/URL_03_BAS01.pdf)

Vera Zambrano, J. F. (2020). Programa de actividad física en las capacidades condicionales de los estudiantes de 5to año de secundaria, I.E. 7215. [Tesis de maestría] Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/46711>

Zaragoza Casterad, J., Serrano Ostariz, E. y Generelo Lanaspá, E. (2004). Dimensiones de la condición física saludable: evolución según edad y género. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 4 (15) pp. 207-208 y 218. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista15/artdimensiones%20.pdf>

# **ANEXOS**

## Instrumentos de medición

### Anexo 1: Cuestionario de la variable 1 para medir las Cualidades Físicas

Institución Educativa: \_\_\_\_\_ Grado y Sección: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Estimado estudiante, a través de este cuestionario se desea conocer de qué manera influye las Cualidades Físicas en los Fundamentos del Fútbol. Te agradecería contestar con esta encuesta según tu experiencia de aprendizaje de esta temática. Por favor, responde con toda libertad por ser anónimo. Tu información es muy importante. Gracias.

**INSTRUCCIONES:** Lee atentamente y marca con un aspa (X) la respuesta que creas conveniente, para ello deberás tener en cuenta los criterios señalados en la siguiente tabla de puntaje:

1	2	3	4	5
Muy malo	Malo	Ni malo, ni bueno	Bueno	Muy bueno

Ítems	DESCRIPCIÓN	1	2	3	4	5
	<b>Dimensión: Fuerza</b>					
1	Creer que cuentas con un buen nivel de desarrollo corporal, respecto a tus características personales.					
2	Consideras que tus músculos están desarrollados adecuadamente de acuerdo a tu edad.					
3	Cuál es tu nivel de rendimiento como para vencer una carga muscular, al momento de hacer fuerza con tus compañeros (as)					
	<b>Dimensión: Resistencia</b>					
4	Cuál es nivel de respuesta de tu sistema cardiovascular al realizar una carrera de competencia. (2 kilómetros)					
5	Tu nivel de intensidad corporal es recomendable para participar en competencias de pruebas de carreras.					
6	Consideras que tienes una buena alimentación como para enfrentar situaciones de resistencia corporal.					
	<b>Dimensión: Velocidad</b>					
7	Tu cuerpo tiene una reacción y rapidez instantánea ante cualquier situación motora.					
8	Cómo crees que tu coordinación corporal interactúa durante una carrera de velocidad.					
9	Cuál es tu nivel de velocidad de traslación, en una competencia de velocidad entre compañeros (as)					
	<b>Dimensión: Flexibilidad</b>					
10	Consideras que tienes una postura adecuada al participar en diversos movimientos como: deportes, bailes entre otros.					
11	Creer que tienes elasticidad de tu cuerpo, al momento doblar y extender algunas partes de tu cuerpo.					
12	Tus articulaciones responden positivamente cuando doblas algunas partes de tu cuerpo.					

## Anexo 2: Ficha técnica

### Descripción general del cuestionario para medir las cualidades físicas en los estudiantes del nivel secundaria

<b>Nombre original del instrumento:</b>	Cuestionario sobre las cualidades físicas aplicado a los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho.						
<b>Autor y año:</b>	<b>Original:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mg. Milagros Cajas Aldana (2021)</li> <li>- Mg. Miriam Ysabel Villalobos Vílchez (2021)</li> </ul>						
	<b>Adaptación:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Br. Elmer Flores Llamocca (2021)</li> </ul>						
<b>Objetivo del instrumento:</b>	Sirve para medir las cualidades físicas de los estudiantes del nivel secundario.						
<b>Usuarios:</b>	Estudiantes del VII ciclo entre damas y varones de tercero, cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.						
<b>Forma de administración o modo de aplicación:</b>	A través de Formularios Google.						
<b>Validez: (presentar la constancia de validación de expertos)</b>	Validado a través de juicio de expertos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luis Fernando Toledo Tincopa Mg. en Educación.</li> <li>- Jesús Cayllahua Rojas Mg. en Educación.</li> <li>- José Omar Tincopa Aguirre Mg. en Educación.</li> </ul>						
<b>Confiabilidad: (presentar los resultados estadísticos)</b>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="2">Estadística de fiabilidad</th> </tr> <tr> <th style="border-top: 1px solid black; border-bottom: 1px solid black;">Alfa de Cronbach</th> <th style="border-top: 1px solid black; border-bottom: 1px solid black;">N° de elementos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">,858</td> <td style="text-align: center;">12</td> </tr> </tbody> </table>	Estadística de fiabilidad		Alfa de Cronbach	N° de elementos	,858	12
Estadística de fiabilidad							
Alfa de Cronbach	N° de elementos						
,858	12						

### **Anexo 3: Validez y confiabilidad del instrumento de la variable Cualidades físicas**

Con respecto a su validez del instrumento de la variable 1, se utilizó la técnica de opinión de expertos y su instrumento el informe de juicio de expertos, esta acción según lo establecido por la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI estuvo bajo responsabilidad del asesor designado.

Se contó con la participación de expertos en la temática y conocedores por su amplia experiencia, entre ellos:

<b>Apellidos y Nombres</b>	<b>Grado</b>	<b>Resultado</b>
Luis Fernando Toledo Tincopa	Maestro en Educación	Aplicable
Jesús Cayllahua Rojas	Maestro en Educación	Aplicable
José Omar Tincopa Aguirre	Maestro en Educación	Aplicable

En cuanto a su confiabilidad, se utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach, procesado con Excel V. 2013. y SPSS V. 20.

#### **Resumen del procesamiento de los datos**

	N°	%
Válidos	20	100,0
Casos Excluidos <sup>a</sup>	0	,0
Total	20	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento

#### **Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N° de elementos
,858	12

$\alpha = 0,858$  Indica un valor suficiente para garantizar la fiabilidad del instrumento

## Anexo 4: Cuestionario de la variable 2 para medir Los Fundamentos del Futsal

Institución Educativa: \_\_\_\_\_ Grado y Sección: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Estimado estudiante, a través de este cuestionario se desea conocer en qué medida las Cualidades Físicas influye en los Fundamentos del Futsal. Te agradecería contestar con esta encuesta según tu experiencia personal sobre esta temática. Por favor, responde con toda libertad por ser anónimo su identidad. Tu información es muy importante. Gracias.

**INSTRUCCIONES:** Lee atentamente y marca con un aspa (X) la respuesta que creas conveniente, para ello deberás tener en cuenta los criterios señalados en la siguiente tabla de puntaje:

1	2	3	4	5
Muy malo	Malo	Ni malo, ni bueno	Bueno	Muy bueno

Ítems	DESCRIPCIÓN	VALORACIÓN				
	Dimensión: Pase	1	2	3	4	5
1	Tienes una capacidad de precisión al intercambiar el balón de futsal con tus compañeros o compañeras.					
2	Fomentas el trabajo colectivo al ejecutar el pase del balón entre compañeros durante el juego colectivo de futsal.					
3	Utilizas diversos espacios como aéreos, a media altura, al ras del piso y entre otros para entregar el balón a tu compañero o compañera.					
	<b>Dimensión: Control</b>					
4	Cuál es tu nivel de habilidad personal para controlar o parar el balón con cabeza, pecho, rodillas y pies.					
5	Consideras que tu capacidad de desenvolvimiento con el balón de futsal, es suficiente.					
6	Consideras que tienes autonomía firme e independiente para controlar el balón de futsal de manera pertinente.					
	<b>Dimensión: Conducción</b>					
7	Cómo consideras tu nivel de dominio del balón en diversas situaciones de juego colectivo.					
8	Conduces el balón con confianza y pegado a los pies al trasladarte de un lugar a otro dentro del campo deportivo.					
9	Crees que practicas el juego limpio insertando los valores como base que prima entre compañeros de ambos equipos.					
	<b>Dimensión: Regate</b>					
10	Crees que cuentas con una técnica inteligente individual para maniobrar el balón en una acción de juego.					
11	Cuál es tu nivel de destreza personal para maniobrar o driblear el balón en situaciones complicadas para superar eficazmente a tu adversario.					
12	Consideras que controlas de manera positiva tus emociones					

	al interactuar con tus compañeros y adversarios durante la competencia.					
	<b>Dimensión: Remate</b>					
13	Existe una posibilidad de que cada balón que pateas vaya con dirección exacta al hacia la portería.					
14	Cuál es el nivel de potencia del balón después de ejecutar el tiro al arco y superar al arquero.					
15	Crees que empleas la fuerza como cualidad física al ejecutar el tiro directo del balón al arco.					



## Anexo 5: Ficha técnica

### Descripción general del cuestionario para medir los fundamentos del fútbol en los estudiantes del nivel secundaria

<b>Nombre original del instrumento:</b>	Cuestionario sobre los fundamentos del fútbol aplicado a los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho.				
<b>Autor y año:</b>	<b>Original:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mg. Milagros Cajas Aldana (2021)</li> <li>- Mg. Miriam Ysabel Villalobos Vílchez (2021)</li> </ul>				
	<b>Adaptación:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Br. Elmer Flores Llamocca (2021)</li> </ul>				
<b>Objetivo del instrumento:</b>	Sirve para identificar los fundamentos del fútbol en los estudiantes del nivel secundario.				
<b>Usuarios:</b>	Estudiantes del VII ciclo entre damas y varones de tercero, cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.				
<b>Forma de administración o modo de aplicación:</b>	A través de Formularios Google.				
<b>Validez: (presentar la constancia de validación de expertos)</b>	Validado a través de juicio de expertos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luis Fernando Toledo Tincopa Mg. en Educación.</li> <li>- Jesús Cayllahua Rojas Mg. en Educación.</li> <li>- José Omar Tincopa Aguirre Mg. en Educación.</li> </ul>				
<b>Confiabilidad: (presentar los resultados estadísticos)</b>	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin: 0 auto;"> <thead> <tr style="border-top: 1px solid black; border-bottom: 1px solid black;"> <th style="text-align: center; width: 50%;">Alfa de Cronbach</th> <th style="text-align: center; width: 50%;">N° de elementos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr style="border-bottom: 1px solid black;"> <td style="text-align: center;">,926</td> <td style="text-align: center;">15</td> </tr> </tbody> </table>	Alfa de Cronbach	N° de elementos	,926	15
Alfa de Cronbach	N° de elementos				
,926	15				

## **Anexo 6: Validez y confiabilidad del instrumento de la variable Fundamentos del Fútbol**

Con respecto a su validez del instrumento de la variable 1, se utilizó la técnica de opinión de expertos y su instrumento el informe de juicio de expertos, esta acción según lo establecido por la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI estuvo bajo responsabilidad del asesor designado.

Se contó con la participación de expertos en la temática y conocedores por su amplia experiencia, entre ellos:

<b>Apellidos y Nombres</b>	<b>Grado</b>	<b>Resultado</b>
Luis Fernando Toledo Tincopa	Maestro en Educación	Aplicable
Jesús Cayllahua Rojas	Maestro en Educación	Aplicable
José Omar Tincopa Aguirre	Maestro en Educación	Aplicable

En cuanto a su confiabilidad, se utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach, procesado con Excel V. 2013. y SPSS V. 20.

### **Resumen del procesamiento de los datos**

		N°	%
Casos	Válidos	20	100,0
	Excluidos <sup>a</sup>	0	,0
	Total	20	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

### **Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N° de elementos
,926	15

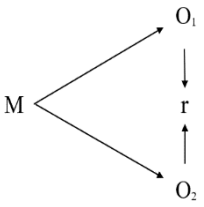
$\alpha = 0,926$  Indica un valor suficiente para garantizar la fiabilidad del instrumento.

**Anexo 7: Matriz de la Base de datos**

N°	DIMENSIÓN CUALIDADES FÍSICAS												TOTAL	DIMENSIÓN FUNDAMENTOS DEL FUTSAL															TOTAL	
	Fuerza			Resistencia			Velocidad			Flexibilidad				Pase			Control			Conducción			Dribling			Remate				
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15		
1	2	2	3	5	5	4	4	4	5	2	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	
2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	4	2	3	4	3
4	4	4	3	1	1	3	4	4	1	3	3	2	3	2	5	3	3	1	3	3	2	5	1	2	4	3	3	4	3	
5	3	3	3	2	1	3	3	2	1	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	
6	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3
7	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	5	3	3	4	3	3	3	3	3	3
8	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4
10	3	5	4	4	5	3	4	4	5	2	3	4	4	5	5	3	3	3	4	5	5	4	3	3	5	4	5	5	5	4
11	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	2	4	3	
12	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	4	3	3	3	3	4	4	3	3	5	3	4	4	4	5	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4
15	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	5	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
16	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3
17	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	5	5	5	4	4



### Anexo 8: Matriz de consistencia

TÍTULO	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Agropecuario Santa Ana, 2021	<p><b>Problema General:</b> ¿Cuál es la relación entre las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?</p>	<p><b>Hipótesis General:</b> Existe una relación entre las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</p>	<p><b>Objetivo General:</b> Determinar la relación entre las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</p>	<p><b>Variable 1:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cualidades físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fuerza.</li> <li>• Resistencia.</li> <li>• Velocidad.</li> <li>• Flexibilidad.</li> </ul>	<p><b>Tipo:</b> Es investigación correlacional de carácter no experimental que permite relacionar la variable 1: Cualidades físicas, con la variable 2: Fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</p> <p><b>Método:</b> Basado en enfoque cuantitativo de condición secuencial y probatorio, en donde cada paso o momento procede a la siguiente de manera ordenada y sin necesidad de saltar o eludir pasos.</p> <p><b>Diseño:</b></p>  <pre> graph TD     M --- O1     M --- O2     O1 --- r --- O2     style r fill:none,stroke:none     </pre> <p>Donde:</p>
	<p><b>Problemas específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es el nivel de las cualidades físicas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?</li> <li>• ¿Cuál es el nivel de los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?</li> <li>• ¿Qué relación existe entre la dimensión</li> </ul>	<p><b>Hipótesis específicas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Existe una relación entre la dimensión fuerza de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</li> <li>• Existe una relación entre la dimensión resistencia de las cualidades físicas y</li> </ul>	<p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar el nivel de las cualidades físicas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</li> <li>• Identificar el nivel de los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</li> <li>• Determinar la relación que existe entre la</li> </ul>	<p><b>Variable 2:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fundamentos del fútbol.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pase.</li> <li>• Control.</li> <li>• Conducción.</li> <li>• Dribbling.</li> <li>• Remate.</li> </ul>	

	<p>fuerza de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué relación existe entre la dimensión resistencia de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?</li> <li>• ¿Qué relación existe entre la dimensión velocidad de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?</li> <li>• ¿Qué relación existe entre la dimensión flexibilidad de las</li> </ul>	<p>los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Existe una relación entre la dimensión velocidad de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</li> <li>• Existe una relación entre la dimensión flexibilidad de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria</li> </ul>	<p>dimensión fuerza de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar la relación que existe entre la dimensión resistencia de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</li> <li>• Determinar la relación que existe entre la dimensión velocidad de las cualidades físicas y los fundamentos del fútbol en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</li> <li>• Determinar la relación que existe entre la dimensión flexibilidad</li> </ul>			<p>M = Muestra.  O<sub>1</sub> = Observación de la variable 1: Cualidades físicas.  O<sub>2</sub> = Observación de la variable 2: Fundamentos del fútbol.  r = Relación entre variables o correlación.</p> <p><b>Población:</b> La población está conformada por 34 estudiantes de VI y VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</p> <p><b>Muestra:</b> La muestra está conformada por 20 estudiantes del VII ciclo entre damas y varones de tercero, cuarto y quinto grado.</p> <p><b>Técnicas e instrumentos de recolección de datos:</b> Se aplicó la encuesta tanto para variables 1: Cualidades físicas y la variable 2: fundamentos del fútbol. Del mismo modo, el instrumento que</p>
--	--	---	--	--	--	--

	<p>cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021?</p>	<p>Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021.</p>	<p>de las cualidades físicas y los fundamentos del futsal en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuario Santa Ana, Aucará, Lucanas, Ayacucho 2021</p>			<p>se ha utilizado es el cuestionario.</p> <p><b>Métodos de análisis de investigación:</b> Se utilizó el Ms Excel y el paquete SPSS para el procesamiento de datos.</p>
--	--	--	--	--	--	---