

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA**



**ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DEL ÁREA DE CIENCIAS SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO RAYMONDI - SAYLLA - 2021.**

Tesis presentada por:

**Bach. Loure Marghi Zinanyuca Rodriguez**

**Bach. Amarilis Yadira Caceres Masias**

Para optar al Título Profesional de:

Licenciada en Educación Secundaria,  
Especialidad Ciencias Sociales.

**Asesor:**

Dr. Edwards Jesús Aguirre Espinoza.

**CUSCO – PERÚ**

**2022**

## DEDICATORIA

*A mis queridos padres, Apolinar y Gregoria por apoyarme, ya que sin ellos no hubiera tenido la fortaleza y perseverancia de concluir mi trabajo de tesis, por su constante aliento y por creer siempre en mí.*

*A mis hermanos, Joel por apoyarme y estar siempre ahí presente, George, Jimmy y Joselyn por su apoyo moral.*

*A mis tíos, Marcelino y Juana por darme un techo para poder continuar mis estudios, a mi tía Carmen por su apoyo moral.*

*A mis amigos y amigas que me acompañaron en mi etapa como estudiante y también por su apoyo moral.*

**Loure Marghi**

*En primera instancia agradezco a Dios por guiar mi camino y el de mi familia, a mi madre Sonia por su apoyo incondicional, sus enseñanzas y exigencias para así realizarme profesionalmente.*

*A mis hermanos, Briyith y Fernando por motivarme día a día a cumplir mis objetivos.*

*A toda mi familia por sus consejos y el apoyo que me brindaron.*

**Amarilis Yadira**

## **AGRADECIMIENTOS**

A la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco y en especial a los docentes de la Escuela profesional de Educación, quienes a través de sus enseñanzas permitieron brindarnos aprendizajes que nos sirvieron para desarrollar este trabajo de investigación.

Al asesor del trabajo de investigación Dr. Edwards Jesús Aguirre Espinoza, quien nos impartió conocimiento, voluntad y paciencia para la finalización de este objetivo profesional.

Al Sr. Director de la Institución Educativa Estatal Mixto “Antonio Raymondi” – Saylla, quien nos abrió las puertas para recopilar los datos, así como a los docentes y estudiantes, quienes en todo momento estuvieron dispuestos a atender nuestras consultas y sacrificar horas lectivas para contribuir con el desarrollo de la investigación.

Las autoras.

## PRESENTACIÓN

Señor Decano de la Facultad de Educación y Ciencias de la Comunicación, Dr. Leonardo Chile Letona.

Señores miembros del jurado:

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad, presentamos a vuestra consideración, la tesis titulada “*Estrés y Rendimiento Académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi – Saylla, Cusco 2021*”. Abordando un tema de actualidad y de prioridad educativa y social.

Teniendo en cuenta esto, ponemos a consideración la presente investigación.

Las autoras.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA .....	II
AGRADECIMIENTOS .....	III
PRESENTACIÓN.....	IV
ÍNDICE DE CONTENIDOS .....	V
ÍNDICE DE TABLAS .....	VIII
ÍNDICE DE FIGURAS .....	IX
RESUMEN.....	X
ABSTRAC.....	XI
INTRODUCCIÓN .....	XII
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
1.1. ÁREA Y LÍNEA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.2. DESCRIPCIÓN PROBLEMÁTICA.....	1
1.3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	6
1.3.1. <i>Problema general</i> .....	6
1.3.2. <i>Problemas específicos</i> .....	6
1.4. OBJETIVOS .....	7
1.4.1. <i>Objetivo general</i> .....	7
1.4.2. <i>Objetivos específicos</i> .....	7
1.5. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN .....	8
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL .....	10

2.1. ANTECEDENTES .....	10
2.1.1. <i>Antecedentes internacionales</i> .....	10
2.1.2. <i>Antecedentes nacionales</i> .....	13
2.1.3. <i>Antecedentes locales</i> .....	16
2.2. MARCO TEÓRICO .....	18
2.2.1. <i>Estrés académico</i> .....	18
2.2.2. <i>Definición de rendimiento académico en el área de Ciencias Sociales</i> .....	31
2.3. MARCO CONCEPTUAL.....	36
2.3.1. <i>Estrés</i> .....	36
2.3.2. <i>Académico</i> .....	37
2.3.3. <i>Estrés académico</i> .....	37
2.3.4. <i>Rendimiento</i> .....	37
2.3.5. <i>Rendimiento académico</i> .....	37
CAPÍTULO III HIPÓTESIS Y VARIABLES .....	38
3.1. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN .....	38
3.1.1. <i>Hipótesis general</i> .....	38
3.1.2. <i>Hipótesis específicas</i> .....	38
3.2. VARIABLES DE ESTUDIO.....	39
3.2.1. <i>Variable 1: Estrés académico</i> .....	39
3.2.2. <i>Variable 2: Rendimiento académico</i> .....	39
3.3. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....	40
CAPÍTULO IV DISEÑO METODOLÓGICO.....	42
4.1. TIPO DE ESTUDIO.....	42

4.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN.....	42
4.3. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	42
4.4. UNIDAD DE ANÁLISIS.....	43
4.5. POBLACIÓN DE ESTUDIO.....	44
4.6. SELECCIÓN DE MUESTRA.....	44
4.7. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS E INFORMACIÓN.....	46
4.8. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	46
4.9. TÉCNICA DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....	48
CAPÍTULO V RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	50
5.1. PRESENTACIÓN Y FIABILIDAD DEL INSTRUMENTO APLICADO.....	51
5.1.1. <i>Presentación del instrumento</i> .....	51
5.1.2. <i>Fiabilidad del instrumento</i> .....	52
5.1.3. <i>Resultados descriptivos de la variable estrés académico</i> .....	55
5.1.4. <i>Resultados de la variable rendimiento académico</i> .....	57
5.2. PRUEBA DE NORMALIDAD.....	62
5.3. PRUEBA DE HIPÓTESIS.....	63
5.4. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	69
CONCLUSIONES.....	72
RECOMENDACIONES.....	74
REFERENCIAS.....	75
ANEXOS.....	80
PROPUESTA METODOLÓGICA.....	81

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> <i>Operacionalización de variables</i> .....	40
<b>Tabla 2</b> <i>Población de estudio.</i> .....	44
<b>Tabla 3</b> <i>Muestra de estudio.</i> .....	46
<b>Tabla 4</b> <i>Descripción de la Baremación</i> .....	52
<b>Tabla 5</b> <i>Estadísticas de fiabilidad – prueba piloto.</i> .....	53
<b>Tabla 6</b> <i>Sexo de los estudiantes.</i> .....	54
<b>Tabla 7</b> <i>Dimensión Reacciones físicas</i> .....	55
<b>Tabla 8</b> <i>Dimensión Reacciones actitudinales.</i> .....	56
<b>Tabla 9</b> <i>Variable estrés académico.</i> .....	57
<b>Tabla 10</b> <i>Variable rendimiento académico</i> .....	58
<b>Tabla 11</b> <i>D1: Construye interpretaciones históricas</i> .....	59
<b>Tabla 12</b> <i>D2: Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente</i> .....	60
<b>Tabla 13</b> <i>Gestiona responsablemente los recursos económicos</i> .....	61
<b>Tabla 14</b> <i>Prueba de Kolmogorov-Smirnov de las variables estrés y rendimiento académico</i> .....	62
<b>Tabla 15</b> <i>Correlación de Pearson</i> .....	64
<b>Tabla 16</b> <i>Estrés y rendimiento académico</i> .....	65
<b>Tabla 17</b> <i>Reacciones físicas del estrés y rendimiento académico</i> .....	67
<b>Tabla 18</b> <i>Reacciones actitudinales del estrés y rendimiento académico</i> .....	68

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figuras 1: .....	20
Figura 2 .....	54

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo: “Determinar la relación entre el estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi – Saylla, 2021”. Respecto a la metodología responde al enfoque cuantitativo, tipo básica, que a criterio de los autores Hernández et al. (2014) es la investigación que evidencia la problemática, no obstante no tiene interferencia en ella, se enfoca en la teoría para sugerir cambios; el método utilizado fue hipotético – deductivo, diseño no experimental; respecto a la población estuvo compuesta por los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi, los cuales hacen un total de 310, la muestra se halló por muestreo no probabilístico a conveniencia, ya que el título de la investigación refiere que la muestra de estudio son los estudiantes de 3ro de secundaria, por tanto, estuvo compuesta por 67 estudiantes del grado, para el recojo de datos se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento se utilizó el cuestionario, los cuales fueron validados por expertos, asimismo, cuya fiabilidad se determinó mediante el coeficiente de *alpha* de *cronbach*. En la misma línea los resultados encontrados, según la prueba la RLO el valor sig. Bilateral presenta un valor de 0,00 <0,05; (0.001), el coeficiente de correlación representa un valor de  $p=-0.680$ , concluyendo que la relación es indirecta entre el estrés y el rendimiento académico, es decir que a mayor estrés menor rendimiento académico en los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi del distrito de Saylla, 2021.

**Palabras clave:** Estrés, rendimiento académico.

## ABSTRAC

The present investigation dealt with the topic of “stress and academic performance in the area of social sciences of third year high school students of the educational institution Antonio Raymondi - Saylla – 2021”. Regarding the methodology, the quantitative approach was considered, applied type, the method was hypothetical - deductive, correlational - transectional design; Regarding the population, it was composed of high school students of IE Antonio Raymondi, whose total was 310, the sample was found by non-probabilistic convenience sampling, since the title of the research refers that the sample of study are the students of 3rd grade of high school, therefore, the sample was composed of 67 students of the grade, for data collection the survey technique was used and as an instrument questionnaires were applied, which were validated by experts, also, whose reliability was determined by the cronbach's alpha coefficient. Regarding the results found, according to the test the RLO wi test, the value sig. Bilateral presents a value of  $0.00 < 0.05$ ; (0.001), regarding the correlation coefficient, the value is -0.680, where it is concluded that the relationship is indirect between stress and school performance, which means that the higher the stress, the lower the school performance in the 3rd year high school students. of the IE Antonio Raymondi of the district of Saylla - 2021.

**Key words:** Stress, performance academic.

## INTRODUCCIÓN

El estrés es la manifestación del cuerpo a la carga laboral o académica que se le atribuye, produciendo cambios a nivel físico o conductual, en los últimos años, más personas vienen experimentándolo a tal punto que dejan que sea parte de su vida, esta experimentación del estrés se manifiesta desde niños hasta ancianos.

Para hacer el desarrollo de la investigación se enfocó el estrés en el ámbito educativo, ya que se considera que en la etapa escolar se genera estrés debido a la exigencia que tienen los estudiantes para lograr un mejor rendimiento académico, a ello se le debe añadir el contexto por el cual la sociedad está atravesando, ya que a consecuencia del COVID-19, la educación se cambió a la modalidad virtual, generando mucha incertidumbre, dando paso a la enseñanza virtual en todos los niveles educativos a nivel mundial; en efecto debido a las clases virtuales la mayoría de las personas tuvieron que adaptarse a esta nueva forma de educación. Maturana (2015)

Luego de la investigación se halló que existe una relación inversa entre las variables con un valor de  $p=-0,680$ , dando a entender que a mayor estrés menor rendimiento académico; asimismo, se encontró que el 48% refieren que el estrés es regular en la Institución y hay un 8% que manifiestan que el nivel de estrés es alto; asimismo, el 50,8% de los estudiantes refieren que las reacciones físicas son regulares en la Institución Educativa, sin embargo, existe un 9% que refiere que las reacciones físicas es alta, mientras que el 51% refiere que las reacciones actitudinales es regular y un 6% que es alto; por tanto se infiere que el estrés académico es uno de los factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes.

Por otro lado, se considera que los factores estresores escolares tienen una dicotomía de exigencias, estas son las internas y externas; en este sentido la exigencia interna se manifiesta cuando los estudiantes comienzan a auto exigirse, generando expectativas para lograr metas, para ello es necesario que los estudiantes generen autocontrol, además deben ser constantes para lograr resultados. Por otra parte, las exigencias externas se da cuando el estudiante tiene un contacto con el entorno estudiantil, donde se desarrollan diferentes actividades típicas de la escuela, ya sean actividades individuales y grupales, los cuales se dan dentro de plazos determinados, es decir, toda actividad escolar tiene un plazo, una debida revisión y calificación, estos deben de aprenderse en determinados momentos, puesto que, serán evaluados para evidenciar los aprendizajes, sin embargo, hay estudiantes que no cumplen con los quehaceres escolares de forma adecuada, los cuales se deben a diferentes causas que no los motivan. Ávila (2014).

Luego de lo expuesto, se creyó importante realizar la investigación ya que se pretende determinar la relación entre las variables de estudio que son el estrés académico y el rendimiento académico, haciendo extensivo el estudio a las dimensiones que son las reacciones físicas y el comportamiento, con la finalidad de relacionarlo con el rendimiento académico, con ello, se pretende evidenciar la relación indirecta que tienen.

A modo de sistematizar la tesis en forma ordenada se considera los siguientes capítulos:

**Capítulo I:** Aquí se da cuenta del planteamiento del problema, asimismo, se expone la problemática, la formulación del problema, los objetivos y la justificación.

**Capítulo II:** En la presente sección se hace referencia al marco teórico, dentro de ello, se considera a las investigaciones que antecedieron a la investigación los cuales se dieron a nivel internacional, nacional y local; así también, se considera una suerte de glosario que acompaña a la investigación, seguida de la hipótesis, las variables de estudio y su respectiva operacionalización.

**Capítulo III:** En esta sección se considera toda la parte metodológica donde se da a conocer la parte operativa de la investigación.

**Capítulo IV:** Se da a conocer los resultados estadísticos tanto descriptivos los cuales se presentan mediante tablas, seguidamente se presenta las correlaciones y la comprobación de hipótesis.

Por último, se da a conocer las conclusiones, recomendaciones, la bibliografía y finalmente los anexos.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Área y línea de investigación**

La presente investigación pertenece al Área de Ciencias Sociales, económicas y humanidades con código de identificación CEH, de modo que la línea de investigación es la “Psicología Educativa” con código de identificación CEH – 20.

La escuela profesional de Educación, especialidad de Ciencias Sociales y didáctica, se relaciona en el sub-área de Filosofía Psicológicas Ciencias Sociales que tiene la denominación Educación de la personalidad y del carácter. Relaciones entre cognición y motivación con código de identificación EDCS – 118. Reglamento UNSAAC, (2019 p. 29).

#### **1.2. Descripción problemática**

A nivel mundial la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2020), indica que los trastornos mentales se relacionan con la falta de control de emociones, como consecuencia de ello se presenta la ansiedad, estrés, según el informe esto constituye el 24% de las enfermedades en general; durante el periodo de confinamiento que se dio a partir de la pandemia que se produjo con el “COVID – 19”, se presentó un aumento en la cifra, se considera que hasta junio del 2020, en un 49% de escolares que cursan la

primaria y en el caso de los adolescentes se aumentó en un 52%, se considera que el aumento es significativo, ya que la realidad virtual no es la misma que la presencial debido a la pandemia por el Covid-19, en el cual los estudiantes se encontraban en una zona de confort, es decir, al hacer el cambio de presencial a virtual, tan abruptamente como se hizo, los estudiantes generaron diferentes reacciones, es más a nivel mundial hubo una suerte de experimentación en esta modalidad. En la misma línea, el informe de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, (UNESCO) (2020), el 40% de los estudiantes a nivel de Latinoamérica presentan un nivel de estrés y ansiedad académica mayor que otros países.

El Ministerio de Educación (2016), integra en el currículo nuevos fascículos de las rutas de aprendizaje, enfatizando la integración de áreas, dicho escenario se presta atención a la inteligencia emocional; asimismo al desarrollo social de los adolescentes, en los diferentes cursos. Por otra parte, según la encuesta realizada por el Instituto de Salud Mental (2018) los adolescentes en esta etapa presentan diferentes trastornos que se dan por falta de control de emociones; en el informe se considera la opinión de 98 adolescentes de entre 12 a 17 años, de los cuales el 13% presentan problemas sociales, por otra parte el 11% problemas de pensamientos; el 17% problemas de atención, 15% problemas de cumplir con las normas, 26% problemas agresivos, 14% problemas de ansiedad y depresión, 11% quejas somáticas, 15% retraimiento y depresión, etc. La falta de valores es otra de las situaciones que empeora el problema.

Asimismo, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2020) en el Perú 2 779 973 millones de adolescentes que cursan la secundaria se vieron en la obligación

de adaptarse a la nueva modalidad educativa causada por la Covid-19. Por su parte, UNICEF (2020) afirma que “Los estudiantes de quinto año de secundaria son adolescentes que, en su mayoría, crean y siguen su propio camino de aprendizaje” (p. 26). Además, poseen la capacidad de trabajar con tecnología; anticiparon experiencias de aprendizaje cuyos horarios fueron didácticos; no obstante, adecuarse a la nueva modalidad que se cree que es una suerte de improvisación por parte del magisterio no ha sido fácil para muchos.

A nivel local, en la institución Educativa Antonio Raymondi, debido a la pandemia provocada por el Covid-19, las experiencias de aprendizaje se desarrollaron mediante plataformas virtuales, con la finalidad de cumplir con la ordenanza nacional y evitar el contagio del Covid-19, dicha disposición tuvo como consecuencia la manifestación del estrés en los estudiantes del nivel secundario, puesto que tanto los maestros y los padres impusieron mayores exigencias y presiones a los estudiantes. Además, los estudiantes pasan más de ocho horas al día conectados y sentados frente a una computadora, celular o tableta para recibir clases y entregar trabajos, lo que se traduce en falta de movimiento, falta de concentración, alimentación insuficiente y, lo más importante, aislamiento. debido a la pandemia por el Covid-19, dejándolos sin vida social; esto se traduce en estrés académico, agotamiento, desinterés por el estudio, ansiedad, frustración, nerviosismo; y problemas físicos como problemas de visión, dolores de cabeza y malas posturas; al parecer la educación virtual se va a prolongar más, quizá por un tiempo indefinido a causa de la pandemia por el Covid-19, por tanto, la situación va a continuar, por ello, se debe tomar precauciones, ya que de continuar con la situación, los estudiantes pueden llegar a presentar malestares físicos, los cuales pueden dañar su salud mental,

asimismo, perjudicarlos en el rendimiento académico, el cual repercute en muchos problemas más, puesto que se trata de adolescentes, quienes están enfocados en los estudios, por tanto, si se sienten estresados académicamente, afectando su vida académica futura, ya que en esta etapa es donde ellos deben de motivarse con carreras universitarias, las cuales se vuelven en sus motivadores para terminar la etapa escolar con satisfacción.

Por otra parte, la modalidad virtual educativa que se dio para prevenir el contagio por el Covid-19, provoca que los docentes padezcan de estrés académico, respecto a la carga laboral que se viene dando durante esta modalidad educativa, refieren que existe presión por parte de la directiva de la institución, además de las unidades de gestión local, puesto que, en el 2020 no tenían horarios fijos, por tanto, los estudiantes podían mandar las evidencias a horas no adecuadas o llamarles en días no laborables, asimismo, se incrementó la documentación, ya que se notó la experimentación que estaba realizando el Ministerio de Educación, en este sentido; por tanto, estos factores se volvieron agentes estresores de los docentes. A lo largo del 2021, la situación para los docentes fue mejorando, sin embargo, aún hay mucho que conocer en este tipo de educación virtual y mucho que superar, ya que de seguir en esta situación se podría somatizar el estrés el cual se presentaría de diferentes formas en los docentes, se podrían enfermar, padecer dolencias, afectar su convivencia familiar por conductas agresivas causadas por el estrés.

Finalmente, los padres de familia, como parte de la comunidad estudiantil, también refieren que la modalidad de educación virtual que trajo consigo la pandemia por el Covid

- 19, les afecto mucho, ya que los estudiantes pedían apoyo en casa de temas académicos que ellos desconocían, según la opinión de algunos padres, fue causa principal de estrés, ya que el nivel académico de ellos, no permite ayudarlos adecuadamente a los estudiantes, por otra parte, los aparatos electrónicos que tenían, no eran adecuados para seguir con la educación virtual, los cuales tenían que ser reemplazados afectando económicamente a las familias, a ello se sumó, las recargas telefónicas que se debía de hacer, asimismo, pensar en la conectividad para que los adolescentes puedan continuar con su actividad, estos fueron los factores estresantes que experimentaron y experimentan los padres de familia de los estudiantes; de continuar con esta situación, se podría llegar a tener problemas de salud, lo cual afectaría en la familia, en consecuencia, la investigación que se realizó ayudó a conocer todos los daños que causaría el estrés académico y relacionarlo con el rendimiento académico de los adolescentes de la Institución Educativa Antonio Raymondi del distrito de Saylla, Cusco.

### **1.3. Formulación del problema**

#### **1.3.1. Problema general**

¿Cuál es la relación del estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021?

#### **1.3.2. Problemas específicos**

- a) ¿Cuál es la relación de las reacciones físicas del estrés con el rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021?
- b) ¿Cuál es la relación de las reacciones actitudinales del estrés con el rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021?
- c) ¿Cuál es el nivel de estrés en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021?
- d) ¿Cuál es el nivel de rendimiento académico en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021?

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar la relación del estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021.

### **1.4.2. Objetivos específicos**

- a) Establecer la relación de las reacciones físicas del estrés con el rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021.
- b) Establecer la relación de las reacciones actitudinales del Estrés con el Rendimiento Académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021.
- c) Determinar el nivel de estrés en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021.
- d) Determinar el nivel de rendimiento académico en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021.

### **1.5. Justificación de la investigación**

El motivo por el cual se realizó la presente investigación sobre el “Estrés y Rendimiento Académico en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco 2021” surgió a partir del contexto que se vivió a consecuencia de la pandemia por el Covid-19. Ya que es conocido que debido a la pandemia muchas cosas han cambiado y entre ellas está la forma de recibir la educación, es por ello que muchos centros educativos dejaron atrás la enseñanza presencial para someterse a una enseñanza virtual, dando paso al uso de la tecnología para así poder brindar las sesiones educativas, a esto se le suma la responsabilidad de tener buen rendimiento académico.

Siguiendo con el tema, se dio a conocer la justificación teórica, ya que se pretende contribuir a los conocimientos que ya se tiene sobre: “Estrés y rendimiento académico en el Área de Ciencias Sociales”; cuyos resultados podrán sistematizarse en una propuesta, el cual pretende integrarse en la ciencia educativa, para ello, se sistematizó información de fuentes serias, cuyos autores tienen una trayectoria reconocida.

De esta forma, también se dio a conocer la justificación practica; puesto que, en el trabajo de investigación, se describieron situaciones que se presentan en la institución, los cuales se pretenden solucionar, asimismo, se evidenció el nivel y la condición en el cual se encuentran, además genera información que podría utilizarse para tomar medidas con la intención de mejorar ese sector.

Por tanto, se considera que la investigación tiene un aporte científico, porque los resultados fueron a base de una investigación teórica confiable, la recolección de datos permitieron llegar a resultados estadísticos, los cuales manifestaron la relación indirecta que existe entre el estrés y el rendimiento académico, de esta forma se pudo evidenciar la problemática, asimismo se pretende ser prototipo para corregir las estrategias con el propósito de mejorar el rendimiento académico de los estudiantes; he aquí radica la importancia de la investigación.

La implicancia de la investigación fue identificar los factores que causan el estrés en los estudiantes, determinar la relación entre las variables, a partir de ello, se realizó una propuesta metodológica con la finalidad de revertir la situación problemática de la investigación, permitiendo a los docentes guiarse de dicha propuesta para realizar talleres con la comunidad educativa, para superar el estrés académico en los estudiantes.

La relevancia de la investigación radica en los resultados hallados, donde se encontró una relación inversa, dando a conocer que a mayor estrés menor rendimiento académico, por tanto, es importante evidenciar esta relación para que los implicados puedan evitar los factores que generan estrés en los estudiantes, asimismo, implicar a los docentes, padres de familia y demás miembros de la comunidad educativa que puedan realizar acciones para revertir la situación.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL

#### 2.1. Antecedentes

##### 2.1.1. Antecedentes internacionales

El autor Francisco, (2015), presenta una investigación titulada: “*Estrés en adolescentes que estudian y trabajan*”, tesis para optar el grado de Licenciatura, presentada a la Universidad Rafael Landívar Quetzaltenango – México; el cual tuvo como finalidad “determinar los niveles de estrés que pueden presentarse en los adolescentes que estudian y trabajan”. Para la población se consideró a 100 estudiantes del nivel secundario; para la muestra se tomó a 80 de ellos, que oscilan entre 13 a 16 años de edad; el instrumento que se usó para recoger datos sobre el estrés fue el cuestionario; la metodología fue cuantitativa, descriptiva.

Donde se concluye lo siguiente:

- De los encuestados el 95% presenta un nivel de estrés que se relaciona con el trabajo y el estudio que se da de forma paralela; asimismo se halló que el 99% de los casos se encuentran en nivel considerable; y el 1% se hallan en un nivel elevado de estrés.

- El nivel de correlación entre el estrés académico y el estrés laboral en adolescentes presenta el 0.675, por tanto, la relación es moderada lo cual se considera que repercute en el rendimiento académico de forma negativa.

Los autores, (Katanani y Mas´oud, 2017), presentan una investigación titulada: “*La relación entre la inteligencia emocional y la relación con los padres*”, encontrada en *Global Journal of Educational Foundation* la investigación se realizó en Jordania; que tiene como objetivo “establecer la relación entre la inteligencia emocional de los niños y las madres”, la metodología de la investigación es básica, enfoque no experimental, enfoque básico, diseño correlacional; para ello como población y muestra se pidió la colaboración de 123 personas.

Se concluye:

- No existe correlación entre la inteligencia emocional de los niños y sus madres, lo que demuestra que los niños poseen un nivel considerable de inteligencia emocional, lo cual da a conocer que los niños pueden reconocer las emociones a través de los gestos, situaciones y motivación.
- No obstante, se dio a conocer la empatía y que el manejo de las emociones es bajo, puesto que el 73.23%, no controlan las emociones, de esta forma, el 85% de niñas señalaron que manejan de mejor forma las emociones; en comparación con los niños.
- Este tipo de inteligencia emocional no tiene relación solo con el manejo de esta inteligencia de los padres, sino que hay diferentes factores que guardan relación con esta.

Ariza-Hernández, (2017), realizó una investigación: “*Influencia de la inteligencia emocional y el estrés, en el rendimiento académico de estudiantes de educación superior*”, presentada para optar el grado de Licenciado en la Universidad Minuto de Dios – Colombia, con la finalidad de “establecer la relación de la inteligencia emocional y el efecto en la relación maestro y alumno”; la metodología que se utilizó fue la siguiente, enfoque no experimental, cuantitativo, diseño correlacional, se utilizó como técnica la entrevista y para el recojo de datos el instrumento creado por Reuven Bar – On, para medir la inteligencia emocional.

Se concluye:

- La relación es positivo considerable entre las variables de estudio el cual tuvo un valor de 0.050, referente a los datos descriptivos se encuentra que el manejo de estrés el 78% de los niños lidian con el estrés, el 74% de estos manejan sus impulsos.
- Los ambientes de aprendizajes gestionados por los docentes, el bienestar estudiantil a partir del incremento de valores y virtudes, estos son aspectos que han contribuido a potenciar la inteligencia emocional, la cual incide en el éxito académico.

Páez & Castaño, (2015), realizan una investigación titulada: “*Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios*”, para optar el grado académico de maestro en psicología desde el Caribe en la Universidad del Norte – Barranquilla – Colombia; con el objetivo de: “Describir la inteligencia emocional; además determinar la relación con el rendimiento académico”; para la muestra se pidió la

participación de 263 de estudiantes, a quienes se les aplicó el instrumento de Bar-On que fue calculado por alfa de Cronbach, para probar la confiabilidad del instrumento.

Conclusión:

- Existe correlación entre las variables de estudio, cuyo valor correlacional fue de 0.789, dando a conocer que la relación es significativa.
- Se cree que las variables contribuyen en el bienestar del logro de aprendizajes de los escolares, en consecuencia, se debe de realizar una debida planificación pedagógica.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Medina, (2017), investiga sobre: "*Estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5° de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco 2016*", para optar el grado académico de magister en la Universidad Cesar Vallejo - Lima; cuyo objetivo fue: "Determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5° de secundaria en dicha institución". Para lograrlo se tuvo el diseño de investigación descriptivo correlacional, transaccional, cuya muestra fue de 28 estudiantes; el instrumento fue el cuestionario los cuales tienen 20 preguntas en cada una de ellas.

Se concluye:

- La relación hallada en la investigación presenta una correlación  $r = 0,464$  la cual refiere que la relación es moderada entre las variables.

- El valor crítico que se considera es de  $t=1.96$ ; lo que da entender que se da por aceptado la hipótesis alterna la cual es: “Existe relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes del 5º de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco – 2017”.

Chiyong & Chein – Villacampa, (2015), investigan sobre: “*Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología*”, para optar el grado de magister en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos - Lima, cuyo objetivo fue: “Evaluar el estrés académico y su derivación con el desempeño académico de los estudiantes de odontología”. Para ello se considera la metodología no experimental, diseño correlacional, la muestra fue elegida mediante muestra probabilística que da como resultado 186 estudiantes de nivel superior, para medir el nivel de estrés académico se realizó mediante un cuestionario; para medir el desempeño académico el cual se hizo mediante las notas finales del semestre 2014 – I.

#### Conclusiones:

- Se evidenció que todos los estudiantes en un momento determinado presentaron estrés con una intensidad de aproximadamente de 3.5.
- Los estudiantes que están en semestres avanzados presentan niveles de estrés mayores; respecto al grado de relación fue de 0.670 el cual refiere que las variables tienen una relación moderada.

Ali (2017), presenta una investigación titulada: “*El estrés y el rendimiento académico en el Área de Historia, Geografía y Economía en estudiantes del quinto grado*”.

*de la Institución Educativa Secundaria Independencia Nacional, Puno – 2015*”. Para optar el grado académico de licenciado en la Universidad del Altiplano - Puno. La investigación se realizó con el objetivo de: “Determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en el área de Historia, Geografía y Economía en los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Independencia Nacional Puno-2015”. La metodología de investigación utilizada en este estudio es descriptiva, con un diseño correlacional, debido a que el objetivo es determinar la relación que existe entre las dos variables. La muestra está compuesta por 73 estudiantes de ambos sexos, de 15 a 17 años de edad del quinto grado. La hipótesis de investigación se contrastó mediante la prueba de Pearson, la cual arrojó un nivel de significancia de 0,05 por ciento. Para la recolección de datos se utilizó la prueba de inventario SISCO.

#### Conclusiones:

- De acuerdo con los hallazgos del estudio, existe una relación entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes del quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Independencia Nacional, y el nivel de estrés tiene un impacto significativo en el rendimiento académico.
- La participación en clases, la sobrecarga de tareas y el trabajo escolar son los estresores más comunes que enfrentan los estudiantes.

Alejos, (2017), presenta una investigación titulada: *“Estrés académico en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Privada de San Juan de*

*Lurigancho, 2017*". Para optar el grado de licenciado, en la Universidad Inca Garcilaso de la Vega - Lima. El objetivo general del estudio fue: "Determinar el nivel de estrés académico prevalente en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa privada de San Juan de Lurigancho". La siguiente tesis presenta un diseño transeccional, no experimental, con un enfoque cuantitativo a nivel descriptivo. El grupo estuvo conformado de 68 varones (49%) y 73 féminas (51%) que oscilan entre 12 y 17 años y habían cursado toda la secundaria.

Se concluye:

- Se encontró que el 82 % de los estudiantes presentaba "un nivel moderado de estrés académico".
- Siendo los principales factores estresantes como la acumulación de tareas y los exámenes de los docentes, siendo los síntomas más destacados la pesadez, desconcentración y la falta de motivación para realizar las tareas escolares.

### **2.1.3. Antecedentes locales**

Guzmán y Huamán, (2019), realizaron un estudio titulado: "*Estrés y rendimiento académico*". Para optar el grado académico de licenciado en la UNSAAC - Cusco. El propósito de esta investigación académica es: "Examinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes de las carreras de Matemática y Física de la "Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco (UNSAAC) durante el semestre 2018-I". Es un estudio correlacional-descriptivo con un diseño no experimental; la

población está conformada por 189 universitarios, cuya muestra es de 127 “estudiantes de la Especialidad de Matemática y Física de la Escuela Profesional de Educación de la UNSAAC”, a quienes se les aplica el Inventario SISCO de Estrés adaptado a esta realidad.

Se concluye:

- Existe una relación inversa entre el estrés de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios.

Huamán y Sandoval, (2020), investigan sobre: “*Estrés y rendimiento escolar de los estudiantes del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría Nro. 20 del Cusco – 2019*”; para optar el grado académico de Licenciado en la UNSAAC - Cusco, la finalidad de la investigación fue: “Determinar la relación del estrés con el rendimiento escolar de los estudiantes del Nivel de Educación Secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría Nro. 20 del Cusco – 2019”. Un enfoque eminentemente cuantitativo, con un tipo de investigación básico, y un diseño no experimental, transversal, y correlacional, se pensó un objetivo de la investigación para alcanzar el objetivo de la investigación. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario del Estrés Escolar para Niños y Adolescentes, los cuales sirvieron para realizar el estudio.

Se concluye:

- Los hallazgos muestran una “relación inversa entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria”, lo que indica que cuando los estudiantes aprecian reacciones físicas y psicológicas sobre

todo este último se manifiesta en desinterés, es más probable que experimenten estar estresado para desarrollar o completar sus responsabilidades curriculares tanto dentro y fuera del plantel educativo.

- A medida que aumenta el estrés escolar de un estudiante, esto tiene un impacto negativo en su desempeño académico en diversas áreas curriculares, particularmente en las áreas de matemáticas y comunicación, como lo demuestra la inferencia evidenciada por el valor de Chi cuadrado =133,992 y una fuerte relación evidenciada por el valor de Gamma = -0,984.

## **2.2. Marco Teórico**

### **2.2.1. Estrés académico.**

Melgoza, (2015), describe que “el estrés es un conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que el cuerpo experimenta cuando está sometido a fuertes demandas, tiene dos componentes básicos: estresores y la respuesta al estrés” (p.78). Los estresores son las circunstancias que existen en el entorno de una persona y que provocan que esta se sienta ansiosa; individuos, grupos y organizaciones pueden ser intrusos.

Barraza A. (2011) “Sugiere un modelo conceptual para el estudio del estrés académico que permite conceptualizarlo como un proceso sistémico con un carácter adaptativo y esencialmente psicológico presentado en tres momentos”. (p.89)

En primer lugar, cuando se expone a los requisitos considerados estresores.

En segundo lugar, cuando los factores estresantes causan un desequilibrio sistémico que se expresa en una serie de síntomas.

Tercero, cuando el desequilibrio obliga a mover medidas de gestión para restablecer el equilibrio inicial. (p.90)

García y Ríos, (2016) interpretan “La ley general de estrés”, en el siguiente párrafo:

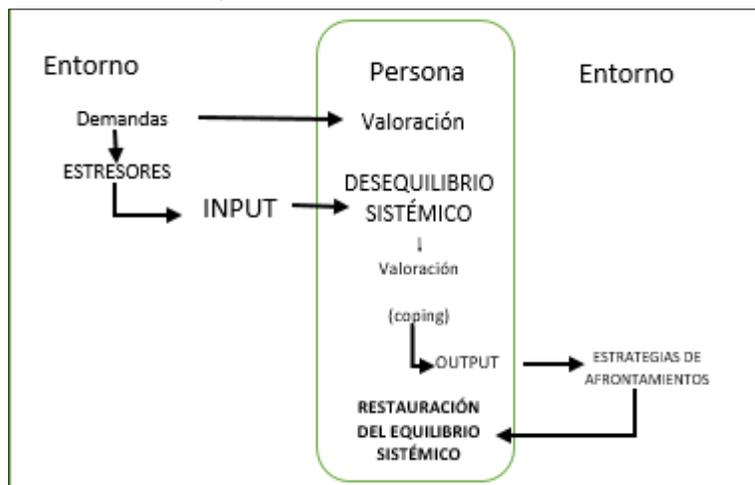
Cuando la influencia del ambiente excede o se queda de los niveles en que el cuerpo se exprese con la máxima eficiencia, que percibe la situación como nocivo, peligroso o desagradable, provocando una reacción luchar o, huir y / o una reacción de estrés con hipersecreción de catecolaminas y cortisol. Así, existen varios modelos conceptuales, como ejemplos de la existencia de definiciones que tienen que ver con la conducta humana en diferentes situaciones sociales, pero para el sentido de nuestra investigación y cumpliendo con su propósito (p. 67).

#### **2.2.1.1. Teoría sobre el estrés académico**

Para Barraza (2011) “Se define como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos” (p. 89). Asimismo, Barraza define al estrés académico como un “proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico”. (p. 67) de esta forma se da a conocer de forma descriptiva en tres instantes: como lo describen los siguientes:

## Figuras 1:

### Tres instantes que intervienen en el estrés académico



Fuente: (Rivas, y otros, 2015)

Para entender la figura 1, el mismo autor da la siguiente explicación:

Para empezar, el alumno está expuesto a una secuencia de exigencias que, a criterio del discente, resultan estresantes

En segundo lugar, estos factores estresantes estimulan una inestabilidad simbiótica el cual se revela en una diversidad de síntomas (itinerarios de inestabilidad).

En tercer lugar, esta oscilación simbiótica exige al discente a enfrentarse a comportamientos para restablecer el equilibrio simbiótico.

Según Barraza (2011).

El estrés es un proceso dinámico complejo que comienza con la percepción de una amenaza a la integridad de un individuo y a la calidad de sus relaciones significativas, con el fin de restablecer el equilibrio homeostático, posibilitando el desarrollo de la competencia individual y mejorando la calidad de sus relaciones significativas, con el objetivo de restablecer el equilibrio homeostático de adaptación a una situación estresante (p.15)

“El estrés es pues un agente externo percibido por un individuo en un espacio-tiempo determinado, el sujeto pone en juego sus defensas mentales para enfrentarlo con los mecanismos biológicos acompañados simultáneamente del juego de las defensas mentales” Benjamín (1992, p. 6).

#### **2.2.1.2. Estresores Académicos**

Para García y Ríos (2016) Estresores Académicos se refiere a todos los factores o estímulos educativos (acontecimientos, demandas, etc.) que presionan o sobrecargan al estudiante de diferentes formas. “Expone que es a partir de la década de los sesenta, que diferentes investigaciones comenzaron a destacar la importancia de los estresores académicos y su incidencia en el bienestar de los estudiantes” (p.98). Asimismo, identificó una serie de aspectos del sistema educativo que podrían tener un impacto en la salud mental de los estudiantes de medicina, como los métodos de enseñanza y evaluación, el hacinamiento de información irrelevante por parte de los estudiantes, la falta de tiempo, los problemas de comunicación con el profesor y así sucesivamente.

Para, el autor, García (2016):

Luego de estudiar 850 estudiantes brasileiros que habían acudido al servicio de salud mental de una universidad de dicho país, halló que los principales problemas manifestados por estos sujetos, además de aquellos problemas relativos a la adolescencia tardía y a la juventud en la que se encontraban, tenían relación con las demandas académicas. (p. 45)

Otro pionero en abordar el tema del estrés académico, aunque no se denomina explícitamente Estrés Académico, según García (2016), este autor trae a colación una serie de aspectos del entorno escolar que pueden llevar a que el alumno sea depredado:

- La gran cantidad y diversidad de componentes que cursa, así como las diligencias o quehaceres que debe ejecutar.
- La necesidad de desenvolver un alto nivel de concentración y atención, así como la capacidad de retrasar innegables propulsiones y perder la noción de los propios sentimientos.
- La evaluación del profesor sobre el comportamiento y desempeño de un estudiante desde su posición de poder.
- El hacinamiento de los salones, esto hace difícil la intercomunicación con el docente.

### **2.2.1.3. Categorías de los estresores.**

En la década de los ochenta, Monzón (2017) identificaron los exámenes finales, el exceso de tareas domésticas, los exámenes y el estudio por cuenta propia como los

principales estresores académicos. Según Barraza (2007), los estudios realizados en relación a los estresores se pueden dividir en dos categorías:

Hechos vitales como ruptura de pareja, enfermedad de una persona o de un familiar cercano, muerte de un ser querido, exámenes especializados para estudiantes, entre otros. Navarro y Romero (2000).

Exceso de confianza académica, superficial, relaciones e incorrección de información entre los integrantes de la facultad; combinar compromiso y estudio.

Dificultades pedagógicas, desgastes emocionales, inconvenientes particulares y familiares, etc. González et al., (2002).

Carga académica excesiva, planes de estudios muy reducidos, horario extenso; situación económica precaria; chovinismo racial entre personas de otros pueblos o municipios, en menor grado; desorden sentimental. Barraza (2007)

Lo que sucede en el mundo, situaciones personal-afectivas, aspectos biomédico-sanitarios, situaciones domésticas y tropiezos académicos en general. Barraza (2007)

Los Estresores Académicos son los únicos que proponen, los estudios admiten distinguir dos tipologías de “estresores académicos” en esta clasificación:

- Generales, los que no forman parte de una corrida o eminencia determinado.
- Específicos, que se aplican a los estudiantes que siguen una trayectoria profesional específica.

- Según Barraza (2011) “Falta de tiempo o tiempo limitado para poder cumplir con las actividades académicas” (p. 123)
- Presentación del trabajo en clase, finalización del trabajo requerido para aprobar la asignación, tarea de estudio y participación en el aula. Para Barraza (2011) “Exceso de responsabilidad por cumplir obligaciones escolares, el tipo de trabajo que solicitan los profesores, la evaluación de los profesores” (p. 56).

#### **2.2.1.4. Tipos de estresores académicos**

##### **Estresor organizacional**

Ávila (2014) refiere que en ocasiones los estudiantes no cuentan con el tiempo necesario para hacer las actividades académicas que se le solicitan, siendo así que la falta de tiempo es considerada el mayor estresor, en consecuencia, se cree que por falta de tiempo los estudiantes no cumplen sus actividades académicas.

Esto también se debe a dos tipos de factores: como son los factores internos, que están relacionados con la personalidad estudiantil y la mala organización del tiempo personal, es decir, que no se cuenta con un cronograma establecido que permita el cumplimiento de todas las obligaciones de una persona, no solo en cuanto a lo relacionado con la parte académica sino con su vida en general. También tenemos la ausencia de autonomía en el alumno, como producto de una sofocante supervisión, también se relaciona al estrés académico. Esto como producto de la falta de control que experimentan los alumnos en su vida diaria.

##### **Estresor metodológico**

Para: García (2016) La metodología usada por el docente que incluye la entrega de

trabajos, rendir pruebas y exámenes en un tiempo acordado, realizar trabajos en grupo, exponer frente al curso y tener que realizar dichas actividades, sin haber entendido los contenidos abordados en la clase.

El que las “deficiencias metodológicas del profesorado” sea considerado un estresor en la mayor parte de los estudios consultados es un factor relevante que debería analizarse con mayor profundidad para valorarlo en su exacta dimensión.

Es evidente que hay una colisión entre la forma de impartir los contenidos teóricos de los estudios y las expectativas que los alumnos tienen sobre cómo deberían éstos ser impartidos. La valoración de los distintos planes de estudio, de las habilidades y de los recursos de los que dispone el profesorado y la propia institución, así como la coherencia docente entre los distintos profesores deberían ser analizados de manera independiente para poder discernir qué es lo que falla, pero es evidente que se trata de un problema estructural de primer orden.

### **Estresor de relaciones interpersonales**

Según García (2016) El clima social negativo causa más estrés conforme avanzan los cursos, lo que puede ser explicado por la gran cantidad de tiempo que comparten los estudiantes universitarios a lo largo de los años tanto en clases presenciales como en prácticas, y que pueden conducir a situaciones disarmónicas que se van sumando conforme avanza la carrera. El clima social negativo causa más estrés según avanzan los cursos, lo que puede ser provocado por las horas que los estudiantes universitarios pasan en conjunto al paso de los años, ya sea en clases presenciales, en prácticas clínicas, o realizando trabajos grupales, aunque de todos los estresores es el que menos en general afecta a este colectivo. Un buen clima social favorece el desarrollo y

perfeccionamiento de las habilidades de resolución de conflictos (tanto personales como sociales), especialmente las habilidades de negociación. Todo esto juega un rol de reducción o amortiguación al estrés. El apoyo social, ciertamente contribuye a que el estudiante haga frente eficazmente la situación estresante o atenúa la experiencia estresante. Además, las relaciones sociales son consideradas como recursos fundamentales de afrontamiento.

### **Estrategias de afrontamiento**

Para Ávila (2014) Las formas o estrategias que utiliza la persona son las predisposiciones personales que se tiene para abordar eficazmente el estrés, es decir son las características comportamentales de la persona, así que será diferente en cada individuo asumiendo cada uno de acuerdo a su realidad. Las estrategias de afrontamiento del individuo poder ser de dos tipos adaptativas o inadaptativas dependiendo de su eficacia para solucionar el problema.

Las estrategias adaptativas servirán para reducir o controlar el estrés y fomentar la salud a largo plazo, mientras que las estrategias inadaptativas reducen el estrés a corto plazo, pero terminan dañando el cuerpo a un largo plazo. Ávila (2014), resalta que la capacidad de respuesta ante el estrés dependerá de dos factores. Las características de la personalidad que van a actuar como predisponentes para afrontar de alguna manera u otra las situaciones problemáticas de la vida, y la conducta adaptativa, que es el comportamiento traducido en respuestas ante el estrés, estas conductas son aprendidas y automáticas.

### **Resolución de problemas**

García (2016) Da a conocer que las estrategias centradas en el problema suelen ser

utilizadas en condiciones de estrés visto como controlable: son estrategias orientadas hacia la tarea, para alcanzar la resolución y/o modificación del problema.

### **Pensamiento desiderativo**

Para Ávila (2014) Las estrategias de afrontamiento dirigidas a las emociones son muchas veces usadas cuando se percibe la situación estresante como fuera de control, como lo que se puede experimentar ante un eminente peligro: se intenta afrontar el problema centrándose en las emociones, intentar relajarse y liberarlas.

### **Reconstrucción cognitiva**

Para Ávila (2014) Tiende a manejarse en aquellos periodos en los que la persona asume aplazar el afrontamiento activo por la necesidad de ordenar y hacer uso de sus recursos psicosociales antes de enfrentar directamente la situación problemática. Son estrategias que se caracterizan por la evasión, el alejamiento de la situación estresante, la distracción, es decir, tomar distancia con el estresor, de cambiar el modo de cómo se interpreta y la valoración subjetiva, a través del dialogo socrático, la práctica de hábitos cognitivos y la modelación.

#### **2.2.1.5. Niveles de síntomas de estrés.**

Por otro lado. Ávila, (2014) clasifican los posibles síntomas entre tres niveles a saber.

- Nivel fisiológico: agitación del corazón, problemas estomacales, temblores, sequedad bucal, y dificultad para agarrar.
- Nivel Cognitivo: ansiedad, miedo, pensamientos negativos, inseguridad y sollozo.

- Nivel motor: movimientos repetitivos con una o varias partes del cuerpo, movimientos de torpedeo, fumar, beber, tartamudeo, dificultad de expresión verbal.

#### **2.2.1.6. Síntomas del Estrés Académico**

Para Barraza (2011) La ostentación perpetua al estrés puede resultar en una cascada de reacciones físicas y conductuales; reacciones físicas, mentales, conductuales y emocionales; o reacciones fisiológicas y psicológicas.

De lo dicho anteriormente, en el presente trabajo se decidió por la línea de Rivas et al. (2015), “refieren que con algunas modificaciones efectuadas por quien identifica tres tipos de síntomas o reacciones al estrés: Físicas, psicológicas y comportamentales”. (p. 90)

##### **a) Síntomas del estrés físico.**

Con la finalidad de describir las reacciones físicas se encuentran las que siguen:

- Cefalea constante a consecuencia de las sesiones virtuales
- Presión alta en las arterias
- Problemas gastrointestinales
- Incompetencia
- Padecimiento de dorso
- Trance para conciliar el sueño
- Abundantes anginas

- Colosal sudoración
- Acentuación o detrimento de peso
- Estremecimientos o espasmos nerviosos

**b) Síntomas del estrés psicológico.**

Según Barraza (2011), los síntomas psiquiátricos que tienen que ver con las funciones cognitivas o emocionales de una persona pueden incluir:

- Susplicacia
- Congoja
- Impresión de no tener deferencia
- Irritación colosal
- Incertidumbre
- Nerviosismo
- Impresión de ineptitud
- Menoscabo de aclamación
- Desmoralización
- Perfil desaprobado de sí mismo
- Impresión de añoranza durante la mayor parte del día
- Zozobra
- Problema de concentración
- Desdicha
- Titubeo

### **c) Síntomas del estrés actitudinales.**

Dentro de los síntomas conductuales se incluirán aquellos que involucren el comportamiento de una persona. Dentro de este grupo se encuentran los siguientes, según Barraza (2011):

- Negligencias
- Retraimiento
- Aprietos habituales
- Insuficiencia
- Propensión a disputar
- Antipatía
- Deserción escolar
- Las responsabilidades son difíciles de aceptar
- Desórdenes alimenticios
- Conflictos para realizar obligaciones
- Desinterés en su persona
- Apatía

En palabras de Barraza (2011) “este conjunto de indicadores se articula de manera idiosincrática en las personas, dicho de otro modo, el desequilibrio sistémico va a ser manifestado de manera diferente, en cantidad y variedad por cada estudiante” (p. 274).

### 2.2.1.7. Dimensiones del estrés académico.

De acuerdo a Barraza (2006) existen las siguientes dimensiones del estrés académico:

- **Las reacciones físicas:** Según el autor representa: “Tensión en la cabeza, agotamiento, presión arterial elevada, problemas gástricos, falta de capacidad para llegar a cumplir un objetivo, dolor de espalda, dificultad para conciliar el sueño, gripes, pérdida de peso, gestos que expresan la molestia del individuo entre otros” (p. 34).
- **Las reacciones comportamentales:** Barraza (2006) refiere que se manifiestan como las ganas de fumar constantemente, olvidarse las cosas constantemente, conflictos a diarios ante las situaciones que se le presente, dificultad para realizar las tareas que se le asigna, aumento o disminución de alimentos, poco interés sobre su persona y asimismo hacia los demás.

**Estrategias de afrontamiento:** Esta dimensión comprende los esfuerzos del pensamiento y la conducta que permiten manejar las demandas ya sean estas externas o internas, que se presentan en la persona, estas demandas podrían ser indirectas como factores familiares y sociales o directas como los conflictos que se presentan en las personas, los objetivos que se ha planeado entre otros. Barraza (2006)

### 2.2.2. Definición de rendimiento académico en el área de Ciencias Sociales

Fajardo et al., (2017), El rendimiento es determinado como la analogía que coexiste entre el arranque y el provecho de un beneficio. “En el contexto de la educación, es una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo

que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación” (p. 53).

En consecuencia, el desempeño de un estudiante se manifiesta como la función de elementos coherentes que con la diligencia pedagógica puede interpretarse de acuerdo a metas curriculares previamente establecidas.

Según Lamas (2016), “el rendimiento académico puede ser entendido en relación con un grupo social que fija los niveles mínimos de aprobación ante un determinado cúmulo de conocimientos o aptitudes” (p. 71). Según estos autores, el rendimiento académico se refiere a los niveles de conocimiento o lucros aprehendidos por los estudiantes en áreas específicas. No obstante, es crucial enfatizar que un ambiente económicamente deprimido no siempre implica malos resultados académicos, pues hoy sabemos que el esfuerzo de profesores y administradores juega un papel importante en este proceso.

#### **2.2.2.1. Importancia del rendimiento académico.**

La indagación profesional muestra que el desempeño académico de los discentes es imponderable cuando el clima escolar es de participación, denuedo y disciplina. Por otro lado, no se ha demostrado que funcionen ni la disciplina estricta ni la pedagogía analítica. Todo agente educativo contribuye a una disciplina colaborativa que fomenta el sentido de representación a la entidad y reconoce los haberes de todos los estudiantes. Un plantel eficaz es uno que desarrolla y potencia aspectos como un liderazgo eficaz (director firme en el uso de las reglas) la eficacia del maestro, quien realiza con ímpetu sus actividades, con esto se pretende generar una actividad escolar positiva y altas expectativas en términos de comportamiento y resultados.

### **2.2.2.2. Factores asociados al rendimiento académico**

Para Maturana y Vargas (2015):

El rendimiento académico se constituye en un indicador fundamental del nivel de aprendizaje alcanzado por el estudiante, representa el nivel de eficacia en la consecución de los objetivos curriculares para las diversas asignaturas, y en nuestro país se expresa mediante un calificativo o promedio ponderado basado en el sistema vigesimal; es decir, las notas varían de 0 a 20 puntos, por ello, en el sistema educativo nacional e internacional se da mayor importancia a este indicador y existe la necesidad de estudiar los determinantes del rendimiento académico y de la deserción escolar para diseñar políticas educativas que les permitan alcanzar, a ellos, el más alto rendimiento académico y bajo nivel de deserción estudiantil. (p.98)

De otra forma, la defección colegial es un inconveniente pedagógico que impacta negativamente en el desarrollo social. Se produce primariamente por escenarios dentro de la misma institución educativa, falla de recursos monetarios y dispersión familiar.

### **2.2.2.3. Aspectos Personales Relativos al Rendimiento Académico.**

En este sentido se discurren elementos de idiosincrasia particular que tienen un recuerdo propio, incluyendo las competencias subsiguientes:

- Competencia cognitiva: La cabida de un sujeto para aplicar habilidades y medidas disuasorias aprendidas mediante la práctica y la educación previa.

- La motivación académica, el desarrollo personal, la autonomía académica, el bienestar psicológico y la satisfacción personal son todas las posibilidades. A nivel social, existen escenarios que interactúan con el discípulo y tienen un impacto moderado en “el rendimiento académico”, tales como se aprecia a continuación:
  - ✓ Diferencias sociales: Una discrepancia general es una noción biológica y social que se refiere al hecho de que los integrantes de la sociedad son únicos.
  - ✓ El entorno familiar: Se refiere a las personas que viven juntas, relacionadas por lo biológico o en ocasiones por lo adoptivo, por tanto, se crea una sociedad que se relaciona con lo afectivo, por ello, se crea una protección mutua entre sus habitantes. Cuando se trata del entorno familiar, es importante tener en cuenta que los recursos económicos, el nivel educativo, “los hábitos de trabajo, la orientación, el apoyo económico, las actividades culturales, la lectura de libros y el estímulo para explorar y discutir la actualidad son factores importantes” (Avila, 2014, p. 15).

#### **2.2.2.4. Factores institucionales que influyen en el rendimiento académico.**

Muchos expertos consideran que los factores institucionales son precisos para interrelacionarse con factores personales y se clasifican en:

- Servicios Institucionales de Apoyo Estudiantil: Son los servicios que una institución educativa brinda a los estudiantes, tales como acceso a consejería psicológica, colaboración en actividades que están fuera de la currícula, estas ayudan a los estudiantes a conectarse con sus pares, etc.

- Relación Alumno-Profesor: En el transcurso de la sesión, los alumnos esperan desarrollar una relación afectiva y de escucha con su docente, así como una relación didáctica.
- El ambiente de aprendizaje: Un ambiente de aprendizaje positivo se define como un espacio generador de aptitudes como la cooperación y el respeto.

#### **2.2.2.5. Área de Ciencias Sociales**

Como lo señala el Ministerio de Educación (2016):

Tiene como finalidad la construcción de la identidad social y cultural de los adolescentes y jóvenes y el desarrollo de competencias vinculadas a la ubicación y contextualización de los procesos humanos en el tiempo histórico y en el espacio geográfico, así como su respectiva representación. (p. 383)

#### **2.2.2.6. Dimensiones del rendimiento escolar en el área de Ciencias sociales**

##### **Dimensión 1: Construye interpretaciones históricas**

El estudiante sustenta una posición crítica sobre hechos y procesos históricos que ayuden a comprender el presente y sus desafíos, articulando el uso de distintas fuentes; la comprensión de los cambios temporales y la explicación de las múltiples causas y consecuencias de estos. Supone reconocerse como sujeto histórico, es decir, como protagonista de los procesos históricos y, como tal, producto de un pasado, pero que, a la vez, está construyendo su futuro. (Ministerio de Educación, 2016, p. 62)

## **Dimensión 2: Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente**

Asimismo, se considera el concepto desde el Ministerio de Educación (2016):

El estudiante toma decisiones que contribuyen a la satisfacción de las necesidades desde una posición crítica y una perspectiva de desarrollo sostenible, sin poner en riesgo a futuras generaciones, asimismo participa en actividades en pos de mejorar el cambio climático y la disminución de contaminación a la vez en la prevención de distintos desastres. Asimismo, esta dimensión supone que el estudiante debe de comprender la construcción social dinámica. (p. 64)

## **Dimensión 3: Gestiona responsablemente los recursos económicos**

Para el Ministerio de Educación (2016): “El estudiante es capaz de administrar los recursos, tanto personales como familiares, a partir de asumir una postura crítica sobre el manejo de estos, de manera informada y responsable”. (p. 66) Además de reconocer al agente económico, es necesario comprender la actividad de los recursos económicos, en cuanto a la complacencia de cada prioridad y en cuanto al funcionamiento económico.

### **2.3. Marco conceptual.**

#### **2.3.1. Estrés.**

Ávila (2014) Se define como un proceso sistémico, que se da de forma adaptativa y psicológica cuando el alumno se encuentra sometido a diversas tareas y responsabilidades.

### **2.3.2. Académico**

Berio y Mazo (2011) refiere que es aquel que es utilizado para denominar no sólo a individuos sino también a entidades o proyectos que se relacionan con niveles superiores de educación.

### **2.3.3. Estrés académico.**

Según Barraza (2011) lo define como aquella ansiedad, perturbación psicológica que se producen en los alumnos de educación básica.

### **2.3.4. Rendimiento.**

Castilla (2015) refiere que es una utilidad en relación con lo que cuesta o el esfuerzo que se realiza para lograr un objetivo, con el tiempo invertido, etc. Fruto de su trabajo de una persona.

### **2.3.5. Rendimiento académico.**

Fernández (2015) refiere que hace referencia a la evaluación del conocimiento que fue adquirido con buen rendimiento escolar, es decir, expresión de logro de competencias y capacidades de los estudiantes.

## **CAPÍTULO III HIPÓTESIS Y VARIABLES**

### **3.1. Hipótesis de la investigación**

#### **3.1.1. Hipótesis general**

Existe relación indirecta entre el estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021

#### **3.1.2. Hipótesis específicas**

- a) Existe relación indirecta entre las reacciones físicas del estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021.
- b) Existe relación indirecta entre las reacciones actitudinales del estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021.

- c) El nivel de estrés es alto, en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021.
- d) El nivel de rendimiento académico es bajo, en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco – 2021.

### **3.2. Variables de estudio**

#### **3.2.1. Variable 1: Estrés académico**

##### **Dimensiones:**

- Reacciones físicas
- Reacciones actitudinales

#### **3.2.2. Variable 2: Rendimiento académico**

##### **Dimensiones:**

- Construye interpretaciones históricas
- Gestiona responsablemente los recursos económicos
- Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente

**Tabla 1**

*Operacionalización de variables*

<b>Matriz de Operacionalización de variables</b>							
TEMA: Estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla – Cusco, 2021.							
Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems Nº de ítems	Escala valorativa	Instrumento
<b>Estrés Académico</b>	Para Barraza A, (2011) “Se define como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos” (p. 89). Asimismo, Barraza define al estrés académico como un “proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico”. (p. 67)	La variable estrés académico se investigará a través de las siguientes dimensiones:  Reacciones físicas y reacciones actitudinales.  Las mismas que permitieron lograr los objetivos de la investigación.	<b>Reacciones físicas</b>	1.- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).	6	Nunca (1) Rara vez (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	Encuesta (Inventario SISCO del Estrés Académico).
				2.- Fatiga crónica (cansancio permanente).			
				3.- Dolores de cabeza o migrañas.			
				4.- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.			
				5.- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.			
				6.- Somnolencia o mayor necesidad de dormir.			
			<b>Reacciones actitudinales</b>	7.- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.	5		
				8.- Aislamiento de los demás.			
				9.- Desgano para realizar las labores escolares			
				10.- Absentismo o ausencia de las clases.			
				11.- Aumento o reducción del consumo de alimentos.			
				12.- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).			
				13.- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).			
				14.- Ansiedad, angustia o desesperación.			

				15.- Problemas de concentración.	5		
				16.- Sentimiento de agresividad o irritabilidad.			
Rendimiento Académico	Fajardo et al. (2017), El rendimiento es determinado como la analogía que coexiste entre el arranque y el provecho de un beneficio. "En el contexto de la educación, es una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación" (p. 53).	La variable rendimiento académico se investiga a través de las siguientes dimensiones: Construye interpretaciones históricas, Gestiona responsablemente los recursos económicos y Gestiona responsablemente del espacio y el ambiente.	Construye Interpretacion es históricas	Interpreta críticamente fuentes diversas.	Se consideró las notas académicas de las libretas de los estudiantes.		
				Comprende el tiempo histórico.			
				Elabora explicaciones sobre procesos históricos.			
		Gestiona Responsable mente el espacio y el ambiente	Comprende las relaciones entre los elementos naturales y sociales.				
			Maneja fuentes de información para comprender el espacio geográfico.				
			Genera acciones para preservar el ambiente.				
Gestiona responsablem ente los recursos económicos	Comprende el funcionamiento del sistema económico y financiero.						
	Toma decisiones económicas y financieras.						

## **CAPÍTULO IV DISEÑO METODOLÓGICO**

### **4.1. Tipo de estudio**

La presente investigación fue básica, la cual busca generar nuevos conocimientos, los cuales se investigan mediante la observación de los sucesos ocurridos en el contexto de la realidad, para Sánchez y Reyes (2015) Dicha investigación ni presenta ninguna interferencia en la problemática, por tanto, no presenta solución práctica.

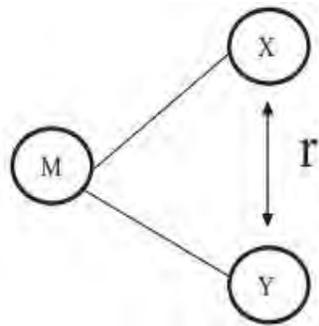
### **4.2. Nivel de investigación**

En la misma línea de la investigación se hizo uso del nivel descriptivo - correlacional de corte transversal, para conceptualizar lo nombrado se cita a Hernández et al., (2014) “Se recolectarán todos los datos solo en un momento, dicho de otra forma, se tiene contacto con la muestra en una sola ocasión; tiene como finalidad representar variables e interpretar la interrelación” (p.57).

### **4.3. Diseño de investigación**

El diseño que se consideró para ejecutar la investigación fue no experimental, puesto que no se hizo intervención de la muestra, por tanto, el contacto con la muestra ocurrió en un solo momento, asimismo, la investigación se basó en la observación, con el propósito de explicar la causalidad de los hechos. Hernández et al., (2014).

En la figura siguiente se explica el diseño de la investigación:



**Dónde:**

M = Muestra

X = Estrés académico

Y = Rendimiento académico.

R = Grado de relación existente

**4.4. Unidad de análisis**

Según Hernández et al., (2014), la unidad de análisis es la demarcación poblacional; en la investigación presentada, esta fue determinada por estudiantes que tienen vínculo con la institución, motivo de estudio; en consecuencia, los datos recabados de dicha muestra fueron útiles para llegar al objetivo de la investigación.

#### 4.5. Población de estudio

Para Martínez et al., (2017), Es un universo que permite al investigador seleccionarlo por características con el fin de llegar al objetivo de la investigación; estos son parte del contexto donde se desarrolla la investigación.

La población que se consideró estuvo conformada por 310 estudiantes del nivel de educación secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco-2021.

**Tabla 2**

*Población de estudio.*

<b>Estudiantes de educación secundaria</b>	<b>N°</b>
<b>1ro</b>	60
<b>2do</b>	62
<b>3ro</b>	67
<b>4to</b>	61
<b>5to</b>	60
<b>Total</b>	310

*Nota:* Nomina de matrícula de IE Antonio Raymondi

#### 4.6. Selección de muestra

**El muestreo:**

La presente investigación consideró utilizar la técnica de muestreo no probabilístico intencional, puesto que el título de la investigación determinó la muestra, por tanto, para

la presente investigación la muestra es de 67 estudiantes de 3ro de secundaria de las secciones A y B.

Martínez et al., (2017) “indica que el muestreo no probabilístico intencional, es aquella muestra que se toma de la población según el propio criterio del investigador, para ello no es necesario utilizar ninguna regla matemática” (p. 78).

### **Tamaño de la muestra:**

Respecto a la muestra se consideró el criterio de los autores Hernández et ál., (2014) quienes refieren “que la muestra es un subgrupo que sale de la población, esta puede seleccionarse de manera probabilístico o no probabilística”. (p. 57)

Por otra parte, Martínez et al., (2017) Refieren que la selección de muestra es aquella que se hace a una parte pequeña representada por la población; la cual se selecciona por diferentes técnicas, tanto como los métodos probabilísticos o no probabilísticos; las cuales permiten al investigador identificar aspectos específicos, que en el futuro permite generalizar a toda la población.

De esta forma, se optó la tentativa con lo subsiguiente:

**Tabla 3***Muestra de estudio.*

<b>Estudiantes de 3ro de secundaria</b>	<b>N°</b>
<b>Sección A</b>	33
<b>Sección B</b>	34
<b>Total</b>	<b>67</b>

*Nota:* Nomina de matrícula de la IE Antonio Raymondi

#### **4.7. Técnicas de recolección de datos e información**

Se utilizaron como técnicas e instrumentos durante el proceso de investigación:

- **Encuesta.** – Martínez et al., (2017) indica que “Se define como un proceso intencional de captación de las características, cualidades y propiedades de los objetos y sujetos de la realidad, a través de nuestros sentidos o con la ayuda de poderosos instrumentos que amplían su limitada capacidad”. (p.98)
- **Documentación.**- Se hizo uso de las libretas de notas de los estudiantes de 3ro de secundaria, asimismo, estos documentos fueron de mucha ayuda, puesto que permiten medir el nivel de logro de aprendizajes de dichos estudiantes.

#### **4.8. Instrumentos de recolección de datos**

En la investigación se propusieron objetivos con la finalidad de realizarlos se aplicaron diferentes instrumentos que se detallan a continuación:

- El cuestionario.** Para Martínez et al., (2017) dicho instrumento es aquel que permite recabar información, la cual se medirá mediante escala de Likert, este

admite procesar la información de forma adecuada, a conveniencia de la investigación.

El cuestionario que se usó para recolectar la información sobre estrés académico fue adaptado del Inventario SISCO (Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico) de Arturo Barraza Macías, esta consta de 16 ítems, debidamente estructurados, los cuales guardan relación con los indicadores de la matriz de operacionalización de variables, tienen un lenguaje adecuado para estudiantes de 3ro de secundaria, las respuestas son cuantificadas, considerando la escala de Likert, donde este:

1 = Nunca

2 = Rara vez

3 = Algunas veces

4 = Casi siempre

5 = Siempre

b) **Notas de los estudiantes.** Se consideró las notas de los estudiantes, considerando que en secundaria es cualitativa, donde se consideraron los procesos pedagógicos según los logros de aprendizaje del Ministerio de educación, considerando que las notas cualitativas donde **AD** se considera a los estudiantes que obtuvieron un **logro destacado** de la competencia, **A** se consideran a los estudiantes con un **logro esperado** de la competencia, **B** a los que están en **proceso** de lograrlo y **C** los que se encuentran al **inicio** del logro de la competencia.

#### **4.9. Técnica de procesamiento y análisis de datos.**

Para desarrollar los procedimientos en la vigente tesis, se ejecutó diferentes acciones, como las que siguen:

En primer lugar se realizó una minuciosa búsqueda de las investigaciones que antecedieron a esta, tanto a nivel internacional como nacional, de esta misma forma, se recurrió a autores con trayectoria para dar sustento teórico a la investigación, considerando diferentes aspectos, es decir, que las publicaciones no sean mayores de 5 años, el idioma, la relevancia, entre otros, con estos criterios primero se eligió a los autores que fueron el pilar de la investigación, por tanto, fueron los autores de las dimensiones de los cuales salieron los indicadores, con la finalidad de realizar la operacionalización de variables, estos a su vez permitieron dar paso a la elaboración de los instrumentos de la investigación, los cuales fueron validados por juicio de expertos.

Luego se realizó el permiso para realizar la investigación, es decir, se pidió el respectivo permiso al director la Institución Educativa, para aplicar los instrumentos a los estudiantes de 3ro de secundaria de dicha institución, los cuales fueron aplicados de forma presencial; puesto que al ser parte de la institución se nos permitió el acceso a los estudiantes.

Finalmente se hizo uso de la estadística descriptiva univariable, donde se empleó los estratos en relación a las tablas y figuras las cuales llevan información sobre la frecuencia, porcentajes y la baremación de las variables y dimensiones. Para ello, se utilizó el análisis descriptivo bivariado, ello porque se relacionó las variables baremadas con la finalidad de determinar el grado de relación.

Asimismo, mediante la estadística descriptiva se realizó el análisis de la información recolectada, que fueron recopilados mediante un cuestionario, medido por la escala de Likert. Asimismo, se considera la prueba piloto, realizada a 16 estudiantes del 3ro de secundaria, cuyo valor del alpha de cronbach fue de 0,788, esta fue en el cuestionario para la primera variable (estrés académico).

Con lo concerniente a la corroboración de hipótesis, se hizo uso de la estadística inferencial, para ello, se contrastó su normalidad, con *Kolgomorov-Smirnov* puesto que la muestra es mayor a 50, posteriormente se hizo uso de la regresión logística ordinal. Para terminar, ese procedimiento se realizó con la finalidad de obtener los resultados, mediante los cuales se procedió a elaborar las conclusiones y recomendaciones.

Los aspectos éticos, con el propósito de seguir esta línea, se hizo las siguientes acciones, primero se realizó el trámite respectivo a la Institución Educativa Antonio Raymondi del distrito de Saylla, luego se aplicó las encuestas y se les tomó la prueba a los estudiantes del 3ro de secundaria matriculados en el año escolar 2021. Asimismo, se respeta los derechos de autor citándolos correctamente, para lo cual se hizo uso del APA 7ma edición, finalmente se pasó por turnitin para evitar la similitud con investigaciones que antecedieron a la presente investigación.

## **CAPÍTULO V RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

En la presente sección se da a conocer el procesamiento estadístico, los cuales se relacionan con los objetivos de la investigación.

Sánchez y Reyes (2015) Refieren que la recolección de datos se realiza con relación al diseño planteado al inicio de la investigación, estas se recaban mediante las encuestas, seguidamente se presenta el procedimiento estadístico, en este caso también se hace uso de la estadística descriptiva a través de la representación de tabla de frecuencia, donde se presenta los porcentajes obtenidos, las cuales posteriormente fueron analizados.

Para Alonso y Montenegro (2015) La prueba de normalidad sirve para comprobar si la información que se recolectó mediante el instrumento puede ser considerada en un prototipo probabilístico, además, permiten verificar el arquetipo de distribución para lo que se debe de considerar para la muestra de este estudio, asimismo, corroborar el tipo de estadística.

Los autores Alonso y Montenegro (2015) Refieren que existen dos tipos de pruebas de normalidad, si las muestras son mayores a 51 es recomendable utilizar la prueba *Kolmogorov – Smirmov*, en este sentido, fué utilizado en el presente estudio, considerando que cumple con la premisa de la muestra.

La presente investigación utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-smirnov, por tener una muestra de 67 personas. También esta prueba verifica que si el valor de “p” resulta menor a 0.05. Se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_a$ ). Es por ello que se finaliza que la variable o la dimensión tratada no es normal, por lo que se deberá aplicar una prueba no paramétrica.

Respecto al método, Alonso y Montenegro (2015) refiere p-valor: Si  $x < a$  0.05, se rechaza la hipótesis nula, sin embargo, cuando en  $x > 0.05$  no se rechaza la hipótesis nula, en esta ocasión  $x=$  es el nivel de significancia, es preciso recalcar que se utilizó este método.

## **5.1. Presentación y fiabilidad del instrumento aplicado**

### **5.1.1. Presentación del instrumento**

Para determinar la relación entre “El estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021”, la cual fue explicada a través de un cuestionario dirigido a 67 estudiantes, con ello se puede investigar las variables.

#### **Escala de interpretación descriptiva**

Con la finalidad de descifrar “las tablas y figuras estadísticas” se consideró la siguiente escala de interpretación.

**Tabla 4***Descripción de la Baremación*

<b>VARIABLE ESTRÉS ACADÉMICO</b>	
<b>MEDIDA</b>	<b>VALORES</b>
Nivel Bajo	16 – 37
Nivel Medio / regular	38 – 58
Nivel Alto	59 - 80

<b>VARIABLE RENDIMIENTO ACADEMICO</b>	
<b>MEDIDA</b>	<b>VALORES</b>
En inicio	C = 0 - 10
En proceso	B = 11 - 13
Logro esperado	A = 14 - 17
Logro destacado	AD = 18 - 20

*Nota:* Elaboración propia**5.1.2. Fiabilidad del instrumento**

Según Hernández et al., (2014)

La fiabilidad del cuestionario para “Determinar la relación entre el estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021”, se empleó la medida de congruencia interna denominada Alfa de Cronbach.

Se tiene a bien lo subsiguiente:

- “Siempre que el coeficiente Alfa de Cronbach sea mayor o igual a 0.7; de modo que, el instrumento es fiable; en consecuencia, las mediciones son estables y consistentes” Sánchez et al., (2017).
- “Siempre que el coeficiente Alfa de Cronbach sea menor a 0.7; entonces, el instrumento no es fiable; en consecuencia, las mediciones manifiestan viabilidad heterogénea”. Sánchez et al., (2017)

En consecuencia, del *Alfa de Cronbach* que se dio mediante el programa estadístico SPSS, se muestra a continuación:

**Tabla 5**

*Estadísticas de fiabilidad – prueba piloto.*

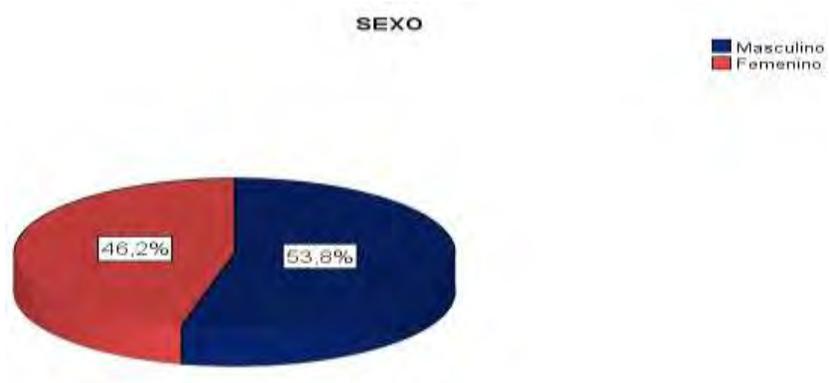
Variable 1	Alfa de Cronbach	Nº de elementos
Estrés académico	0,788	16

*Nota:* Elaboración propia

**Interpretación:** Se observa que el Alfa de Cronbach es 0,788 para los ítems considerados en la variable estrés académico. Al ser un valor superior a 0,7 se determina que la confiabilidad de los instrumentos es elevada para el procesamiento de los datos.

**Tabla 6***Sexo de los estudiantes.*

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	35	53,8
Femenino	32	46,2
Total	67	100,0

*Nota:* Elaboración propia**Figura 2***Sexo de los estudiantes.*

*Interpretación:* Se visualiza en la Figura 2 que el 53,8% de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021, son del sexo masculino, mientras que el 46,2% son del sexo femenino

### 5.1.3. Resultados descriptivos de la variable estrés académico

Para describir el estrés académico en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco 2021. Se consideró las dimensiones de: reacciones físicas y reacciones actitudinales. Los resultados se presentan a continuación:

**Tabla 7**

*Dimensión Reacciones físicas*

<b>Medidas</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	27	40,0
Regular	33	50,8
Alto	7	9,2
Total	67	100,0

*Nota: Elaboración propia*

*Interpretación:* Se visualiza en la Tabla 7 que el 50,8% de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021 presentan un nivel regular de reacciones físicas al estrés, mientras que en el 40,0% un nivel bajo y el 9,2% un nivel alto.

De los datos recogidos se puede inferir que la mitad de los estudiantes presentan de forma regular reacciones físicas a causa del estrés académico, por tanto, los estudiantes presentan diferentes malestares físicos; por otra parte, una cantidad considerable refieren que presentan niveles bajos de esta dimensión, por último, existen un porcentaje pequeño, sin embargo, significativo de discentes que si tienen niveles altos de reacciones físicas que pueden llegar a ser nocivos para la salud de estos.

**Tabla 8***Dimensión Reacciones actitudinales*

<b>Medida</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	28	43,1
Regular	33	50,8
Alto	4	6,2
Total	65	100,0

*Nota:* Elaboración propia

*Interpretación:* Se visualiza en la Tabla 8 que el 50,8% de los estudiantes del tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021 presentan un nivel regular de reacciones actitudinales a consecuencia del estrés, mientras que el 43,1% un nivel bajo y el 6,2% un nivel alto.

Asimismo, se puede asumir que la mitad de estudiantes presentan niveles regulares de reacciones actitudinales de estrés, sin embargo, hay niveles considerables de adolescentes que no relacionan sus acciones con el estrés, es decir, no tiene reacciones violentas o explosivas a consecuencia del estrés; no obstante, existen adolescentes que, si presentan reacciones en este aspecto, por tanto, se debe de identificar a estos con la finalidad de brindarles ayuda.

**Tabla 9***Variable estrés académico*

<b>Medida</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	29	44,6
Regular	32	47,7
Alto	6	7,7
Total	67	100,0

*Nota:* Elaboración propia

*Interpretación:* Se visualiza en la Tabla 9 que el 47,7% de los estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco 2021 presentan un nivel regular de estrés, mientras que en el 44,6% un nivel bajo y el 7,7% un nivel alto. Los resultados refieren que casi la mitad del salón tiene un nivel medio de estrés, es decir, los discentes refieren que la modalidad virtual, trajo consigo carga académica, aprendizajes autónomos forzados, de esta forma, el nivel alto, si bien es cierto es una cifra pequeña, sin embargo, llama la atención puesto que este puede manifestarse en diferentes consecuencias.

#### **5.1.4. Resultados de la variable rendimiento académico**

Para describir “El rendimiento académico en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021”. Se consideró las notas de los estudiantes. Los resultados se presentan a continuación:

**Tabla 10***Variable rendimiento académico*

<b>Logros de competencia</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
En inicio	21	32,3
En proceso	25	38,5
Logro esperado	15	21,5
Logro destacado	6	7,7
<b>Total</b>	<b>67</b>	<b>100,0</b>

*Nota:* Elaboración propia

*Interpretación:* Se visualiza en la Tabla 10 que el 38,5% de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021 presentan un rendimiento académico en proceso del logro de la competencia, mientras que en el 32,3% se encuentran en inicio del logro de la competencia, el 21,5% de estudiantes con un logro esperado de la competencia y el 7,7% con un logro destacado de la competencia.

Los estudiantes según los resultados, presentan un porcentaje más alto en proceso, quiere decir que, para estar en tercero de secundaria, la mayoría no logran los aprendizajes esperados, en este sentido se puede observar que el porcentaje más bajo de la figura lo representan los estudiantes que se encuentran en nivel satisfactorio, se puede inferir que una de las causas que puede reflejar este resultado podría ser el estrés ocasionado por la modalidad de educación virtual.

**Tabla 11**D1: *Construye interpretaciones históricas*

<b>Logros de la competencia</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
En inicio	4	6,0	6,0	6,0
En proceso	37	55,2	55,2	61,2
Logro esperado	20	29,9	29,9	91,0
Logro destacado	6	9,0	9,0	100,0
Total	67	100,0	100,0	

*Nota:* Elaboración propia

*Interpretación:* Se puede visualizar en la Tabla 11 que el 55,2% de los estudiantes se encuentran en proceso del logro de la competencia, el 29.9% en el nivel de logro esperado de la competencia, el 9% en el nivel de logro destacado de la competencia y el 6% en inicio del logro de la competencia.

Se puede inferir que la competencia “Construye interpretaciones históricas” más de la mitad de los discentes presentan un nivel en proceso por tanto, la mayoría se encuentra en proceso del logro de la competencia, de los resultados hay dos porcentajes que llaman la atención, por un lado, un porcentaje mínimo se encuentra en inicio y por otro lado también un porcentaje pequeño se encuentra en nivel de logro esperado, este contraste hace que los resultados llamen a reflexión tanto a los estudiantes como a los docentes.

**Tabla 12***D2: Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente*

<b>Logros de competencia</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
En inicio	3	4,5	4,5	4,5
En proceso	37	55,2	55,2	59,7
Logro esperado	21	31,3	31,3	91,0
Logro destacado	6	9,0	9,0	100,0
Total	67	100,0	100,0	

*Nota:* Elaboración propia

*Interpretación:* La Tabla 12 refiere que el 55% de estudiantes se encuentran en proceso de la competencia, mientras que el 31,3% en nivel de logro esperado de la competencia, el 9% en un nivel de logro destacado de la competencia y el 4,5% en inicio de la competencia.

Se puede inferir que al final del año 2021, más de la mitad de los estudiantes en la “competencia gestiona responsablemente el espacio y el ambiente” se encuentra en proceso, presentando notas que abarcan entre 11 a 14, mientras que solo el 9% presentan un nivel de logro destacado, del universo es la minoría, cuando este porcentaje debería ser el más alto, finalmente, existe un porcentaje mínimo pero llamativo de estudiantes que se encuentran en inicio, los cuales, deben ser identificados y realizar una enseñanza personalizada, para no dejarlos atrás.

**Tabla 13***Gestiona responsablemente los recursos económicos*

<b>Logros de competencia</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
En inicio	3	4,5	4,5	4,5
En proceso	35	52,2	52,2	56,7
Logro esperado	22	32,8	32,8	89,6
Logro destacado	7	10,4	10,4	100,0
Total	67	100,0	100,0	

*Nota:* Elaboración propia

*Interpretación:* La Tabla 13 refiere que el 52,2% de los estudiantes están en proceso del logro de la competencia, mientras que el 32,8% de los estudiantes están en un nivel de logro esperado de la competencia, por otra parte, el 10,4% de estudiantes se encuentran con un logro destacado de la competencia, y el 4,5% están en inicio del logro de la competencia.

Se infiere que en la competencia gestiona responsablemente los recursos económicos más del 50% de los estudiantes se encuentran en proceso presentando notas de entre los 11 a 14, por otra lado, solo el 10% presentan un nivel satisfactorio obteniendo notas entre 18 a 20; representando notas que para la dimensión representan que los estudiantes logran la competencia, mientras que el 4,5% están en inicio del logro de la competencia, para ser promedios finales del año 2021, se considera que los estos estudiantes necesitan apoyo emocional y pedagógico.

## 5.2. Prueba de Normalidad

“Hay dos tipos de prueba de normalidad, la de Kolmogorov-Smirnov, que pertenecen a muestras mayores a 50 y la de Shapiro-Wilk, que pertenece a muestras menores a 50”. Sánchez et al., (2017)

La previa investigación utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, por tener una muestra de 65 estudiantes. Según Sánchez y Reyes (2015)

También esta prueba verifica que si el valor de “p” resulta menor a 0.05. Se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la alterna ( $H_1$ ). Es por ello que se finaliza que la variable o la dimensión tratada no es normal, por lo que se deberá aplicar una prueba no paramétrica (p.13)

### Prueba de Normalidad de las Variables

**Tabla 14**

*Prueba de Kolmogorov-Smirnov de las variables estrés y rendimiento académico*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
<b>V1. Estrés</b>	0,139	67	0,000
Reacciones físicas	0,136	67	0,000
Reacciones actitudinales	0,133	67	0,000
<b>V2. Rendimiento académico</b>	0,138	67	0,000

*Nota:* Elaboración propia

*Interpretación:* De acuerdo con la Tabla 14, “La prueba de Kolmogorov-Smirnov indicó que la variable estrés y rendimiento académico y sus dimensiones no se ajustaban a una

distribución normal ( $p < 0,05$ ). Para contrastar la hipótesis en este sentido se utilizó el estadístico de correlación de Pearson” Sánchez et al., (p. 46)

### 5.3. Prueba de Hipótesis

Para determinar la relación entre el estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes del tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021, se empleó la prueba estadística de Pearson para la toma de decisiones. Así también, “Se utilizó coeficiente de correlación el cual tiene una variación de  $-1$  a  $1$  para establecer el grado de relación” Sánchez y Reyes (2015).

Considerando lo siguiente:

- “Siempre que el valor obtenido en la prueba estadística (valor  $P > 0.05$  se acepta la hipótesis nula) Sánchez et al., (2017)
- “Siempre que el valor obtenido en la prueba estadística (valor  $P < 0.05$  se rechaza la hipótesis nula). Sánchez et al., (2017)

**Tabla 15***Correlación de Pearson*

<b>Magnitud de correlación</b>	<b>Significado</b>
-1.00	Correlación negativa perfecta
-0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.75	Correlación negativa considerable
-0.50	Correlación negativa media
-0.25	Correlación negativa débil
-0.10	Correlación negativa muy débil
0.00	No existe correlación alguna entre las variables
+0.10	Correlación positiva muy débil
+0.25	Correlación positiva débil
+0.50	Correlación positiva media
+0.75	Correlación positiva considerable
+0.90	Correlación positiva muy fuerte
+1.00	Correlación positiva perfecta

*Nota:* Hernández, Fernández y Baptista (2014)

### Hipótesis general

**H1:** Existe la relación indirecta entre el estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

**H0:** No existe relación directa entre el estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

**Tabla 16**

*Estrés y rendimiento académico*

Correlaciones			Estrés	Rendimiento académico
Pearson	Estrés	Coeficiente de correlación	1,000	-,680**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	67	67
	Rendimiento académico	Coeficiente de correlación	-,680**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	67	67

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

*Interpretación:* Como se muestra en la Tabla 16, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. Además, exhibe un coeficiente de correlación de -0,680, lo que indica una correlación media negativa; por lo que se concluye que existe una relación indirecta entre el estrés y el rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

Se puede inferir que la correlación hallada es negativa, según la tabla de *Pearson* existe relación media; lo cual quiere decir que a mayor estrés menor rendimiento académico, es decir, que el estrés académico afecta en el rendimiento escolar, considerando que los estudiantes se encuentran en una etapa biológica que de por sí ya genera estrés, asimismo, la educación virtual también lo genera.

### **Hipótesis específica 1**

**H1:** Existe relación entre las reacciones físicas del estrés con el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

**H0:** No existe relación entre las reacciones físicas del estrés con el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

**Tabla 17***Reacciones físicas del estrés y rendimiento académico*

Correlaciones		Reacciones físicas		Rendimiento académico
Pearson	Reacciones físicas	Coefficiente de correlación	1,000	-,590**
		Sig. (bilateral)	.	,001
		N	67	67
	Rendimiento académico	Coefficiente de correlación	-,590**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	67	67

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

*Interpretación:* Como se ve en la Tabla 17, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa. Además, exhibe un coeficiente de correlación de -0,590, lo que indica una correlación negativa promedio; por lo que se concluye que existe una relación entre las reacciones físicas al estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

Se infiere que el supuesto designado en principio de la investigación fue consolidado con la prueba estadística, por tanto, según la tabla de *pearson* se halla la relación moderada; esto quiere decir a mayores reacciones físicas a consecuencia del estrés menor rendimiento académico.

## Hipótesis específica 2

**H1:** Existe relación entre las reacciones actitudinales del estrés con el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

**H0:** No existe relación entre las reacciones actitudinales del estrés con el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

**Tabla 18**

*Reacciones actitudinales del estrés y rendimiento académico*

Correlaciones			Reacciones actitudinales	Rendimiento académico
Pearson	Reacciones actitudinales	Coefficiente de correlación	1,000	-,567**
		Sig. (bilateral)	.	,012
		N	67	67
	Rendimiento académico	Coefficiente de correlación	-,567**	1,000
		Sig. (bilateral)	,012	.
		N	67	67

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

*Interpretación:* Como se muestra en la Tabla 18, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa debido a una sig. bilateral de 0,012 0,05. Adicionalmente exhibe un coeficiente de correlación de -0.567, indicando una correlación media negativa, lo que implica que existe una relación entre las respuestas actitudinales al estrés y el rendimiento académico de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

Según los resultados hallados es aceptado el supuesto alternativo, puesto que, el sig. Bilateral es menor del 0,050, a esto se le agrega la correlación negativa, sin embargo, esta no es tan fuerte, porque no se acerca a la menos unidad, asimismo, esto refiere que a mayor reacciones actitudinales menor rendimiento académico; por ello, se debe de identificar el motivo de la reacción, para tomar acciones al respecto.

#### **5.4. Discusión de resultados**

La sección que se presentó tiene como principio comparar los resultados con las investigaciones que antecedieron a la vigente tesis, en algunos casos se refutó los resultados, para dar inicio a esta sección se tomó en cuenta los objetivos de la investigación, en ese entender se toman los resultados del objetivo universal, el resultado que se presenta es de -0.680 el cual refiere que a mayor estrés académico menor rendimiento académico; Alejos (2017) donde el 81% de los estudiantes encuestados presentan niveles regulares de estrés académicos, el 51% de estudiantes presentar un nivel regular, respecto a la dimensión de reacción académico el 47,7% tiene un nivel regular de estrés, Ali (2017) refiere que los estudiantes que tienen un mayor estrés en el aspecto escolar presentan diferentes problemas académicos; Chiyong y Chein-Villacampa (2015) la correlación que es inversa cuyo resultado es -0,670 que se parece en la encontrada con la investigación; al igual que la investigación local que se realizó por las autoras Huamán y Sandoval (2020) quienes encuentran que a más estrés menos rendimiento escolar cuyo valor es de -0,980 que es fuerte y casi perfecta.

Respecto al primer objetivo, el resultado presenta una relación inversa, cuyo valor es de -0.590, asimismo, los resultados de la dimensión, el 51% de los adolescentes refieren

que tienen reacciones físicas regulares, asimismo, hay un 9% que presentan varios síntomas en nivel alto, los resultados se comparan con los del autor Francisco (2015) quien encontró que el 99% de sus encuestados presentan un nivel imponente de estrés, los cuales se manifiestan en reacciones físicas; respecto a la correlación entre sus temas principales de estudio presenta un 0.675, lo cual quiere decir que el rendimiento académico se relaciona de forma negativa con el estrés académico, respecto a la similitud de los resultados; para Barraza (2011) las reacciones físicas no apoyan a que los estudiantes se puedan desenvolver bien en las actividades del ámbito social, por otra parte, para Rivas et al., (2015) Las reacciones que presentan las personas que estudian puede manifestarse de diferentes maneras, desde dolores físicos hasta alergias y erupciones dérmicas, al respecto de los resultados sobre las reacciones actitudinales al estrés.

Para el segundo objetivo, se encuentra un valor de -0.567 el cual refiere que las reacciones actitudinales los cuales son a consecuencia del estrés, van en contra del rendimiento académico, para Ariza-Hernández (2017) encontró en su investigación que la inteligencia emocional de los estudiantes tiene un papel protagónico respecto al rendimiento escolar, asimismo, la correlación que encontró, es directa, es decir, la inteligencia emocional se relaciona con el rendimiento escolar; para Medina (2017) el valor  $r = 0,464$  refiriendo que la correlación es moderada, es decir, los resultados de los antecedentes se parecen a los encontrados en la vigente tesis, por ende, se considera que las reacciones actitudinales de los estudiantes pueden perjudicar a los estudiantes en su vida académica.

Por otro lado, Katanani y Masóud (2017) encuentran en sus resultados que no existen relación entre la inteligencia emocional y la relación con los padres, puesto que el sig. Bilateral resulta mayor a 0.050, se entiende que la relación con los padres no tiene que ver con la inteligencia emocional; estos resultados, se contraponen con los encontrados en la investigación; puesto que la inteligencia emocional en los adolescentes si se relacionan con el rendimiento escolar; se puede inferir que los resultados de Páez y Castaño (2015) que si existe una relación directa entre la inteligencia emocional con el rendimiento académico, más con los estudiantes universitarios; así lo refiere Barraza (2011) quien refiere que el control de emociones son vitales para tener una convivencia pacífica dentro de una sociedad, asimismo, juega una suerte de estabilidad emocional en los estudiantes con la finalidad de que pueda relacionarse mejor con su entorno, con ello el estudiante pueda mantenerse académicamente estable.

## Conclusiones

**Primera:** Los hallazgos de la investigación determinan que la relación es indirecta entre el estrés y el rendimiento académico, cuyo valor es  $-0.680$ , dando conformidad a la hipótesis que se presentó, por ende, se concluye que, a mayor estrés académico, menor rendimiento académico de los estudiantes de tercero de secundaria en la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

**Segunda:** La relación es indirecta entre las reacciones físicas que causan el estrés y el rendimiento académico, el valor que se encontró en la correlación fue de  $-0.590$ , el cual se refiere que se acepta la hipótesis presentada en la vigente tesis, asimismo, se concluye que a mayores reacciones físicas menor rendimiento académico de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi del distrito de Saylla, Cusco – 2021.

**Tercero:** La relación es indirecta entre las reacciones actitudinales y el rendimiento académico, cuyo valor de correlación fue de  $-0.567$ , es decir, según la tabla de Pearson si el valor es negativo, la relación es indirecta, el cual se concluye que a mayores reacciones actitudinales causadas por el estrés hay menor rendimiento académico de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.

**Cuarto:** El nivel de estrés es regular, puesto que el 47.7% de los estudiantes presenta un nivel de estrés regular y en un nivel alto un 7,7%, se concluye que la mayoría de los estudiantes tienen un nivel regular, si bien es cierto, no tienen un nivel alto, pero están en camino de hacerlo.

**Quinto:** El nivel de rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi durante el periodo escolar 2021, el 38,5% presenta un rendimiento en inicio, y solo un 7,7% en nivel satisfactorio.

## Recomendaciones

**Primero:** Sugerir al director de la Institución Educativa, realizar talleres con los docentes del nivel secundario con el tema del estrés académico, puesto que se encontró que este tema se relaciona con el rendimiento académico de los estudiantes, asimismo considerar temas que se puedan incluir en el plan anual para que se pueda trabajar sobre esto.

**Segunda:** Proponer a los docentes que puedan realizar talleres con los estudiantes respecto a la identificación de reacciones físicas a causa del estrés académico, con ello, se puede gestionar tratamientos adecuados con el ministerio de salud.

**Tercero:** Se recomienda a los psicólogos de la Institución Educativa tomar especial atención en las reacciones actitudinales de los estudiantes del nivel secundario, además a los docentes identificarlos y derivarlos a psicología para que puedan recibir ayuda por parte de esta área.

**Cuarto:** Invocar a los padres de familia, tomar en cuenta las manifestaciones físicas y actitudinales que presentan los estudiantes, puesto que puede relacionarse con el estrés académico, esto puede agudizarse si no es tratado adecuadamente.

**Quinto:** Se recomienda al Área Directivo realizar talleres sobre estrategias pedagógicas con los docentes para implementar acciones en favor de los estudiantes, puesto que existe una cantidad considerable de los estudiantes que se encuentra en inicio al terminar el año escolar.

## Referencias

- Aguayo, L., & López, C. (2016). *Estrés académico en estudiantes de cuarto año de educación diferencial de la Universidad de Concepción*. Concepción: [Tesis de maestría, Universidad de Concepción].
- Alejos, R. E. (2017). *Estrés académico en estudiantes de secundaria en una institución educativa privada de San Juan de Lurigancha, 2017*. [Tesis de maestría, Universidad Inca Garcilaso de la Vega].
- Ali, M. (2017). *el estrés y el rendimiento académico en el área de historia, geografía y economía en estudiantes del quinto grado de la institución educativa secundaria "independencia nacional" puno - 2015*. Puno: [Tesis de licenciatura, UNA].
- Alonso, J., & Montenegro, S. (2015). Estudio de Monte Carlo para comparar 8 pruebas de normalidad sobre residuos de mínimos cuadrados ordinarios en presencia de procesos autorregresivos de primer orden. *Estudios Gerenciales Elsevier - Scielo*, 253-265.
- Anton, F., & Sarango, N. (2017). *Estrés académico y rendimiento escolar en estudiantes del quinto de secundaria de un colegio privado de Chiclayo, 2017*. [Tesis de maestría, Universidad Privada Juan Mejía Baca].
- Ariza-Hernández, M. L. (2017). Influencia de la inteligencia emocional y los afectos en la relación maestro-alumno, en el rendimiento académico de estudiantes de educación superior. *Educación y educadores*, 20(2), 193-210.
- Avila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista Con-Ciencia*, 115 - 124.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electronica psicologia cientifica*, 13 - 40.

- Barraza, A. (2007). Estrés académico. Un estado de la cuestión. *Revista Electrónica de Psicología Científica*, 44 - 79.
- Barraza, A. (2011). *Estrés, burnout y bienestar subjetivo, investigaciones sobre la salud mental de los agentes educativos*. Mexico: Red Durango de Investigadores Educativos A. C.
- Barzallo, J., & Moscoso, C. (2015). *Prevalencia de estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de medicina de la universidad de cuenca en el 2015*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca].
- Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Academic Stress. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 11 - 43.
- Carrasco, J. (2015). *Metodología en la investigación científica*. España: Editorial Bruño.
- Castillo, A. (2015). *Relación entre estrés académico y rendimiento académico en los estudiantes de cuarto y quinto año del nivel secundario de una institución educativa pública - Pátapo Agosto 2015*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Juan Mejía Baca].
- Ccahua, M., & Latorre, D. (2019). *Facebook y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes del 4° y 5° grado de secundaria en la Institución Educativa José Carlos Mariátegui Cachimayo – Anta, año 2019*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco].
- Chiyong, T., & Chein - Villacampa, s. (2015). Estrés y desempeño académico en estudiantes de Odontología. *Stress and academic achievement in students of dentistry*, 23 - 27.
- Espinel, J., Robles, J., & Álvarez, C. (2015). Factores de riesgo y prevención del estrés académico en estudiantes universitarios de la UNEMI, Milagro. Yachana. *Revista Científica*, 41 - 47.

- Fajardo, B., Maestre, C., Castaño, M., Del Barco, L., Benito, & Polo del Río, M. (2017). análisis del rendimiento académico de los alumnos de educación secundaria obligatoria según las variables familiares. *Revista de Educación XXI*, 209 - 232.
- Fernández, E. (2015). Relación entre los enfoques de aprendizaje y el estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista sobre Alternativas Cubanas en Psicología*, 79 - 89.
- Francisco, R. (2015). *Estrés en adolescentes que estudian y trabajan*. Quetzaltenango: [Tesis de licenciatura, Facultad de psicología Quetzaltenango].
- Garcia, M. (2016). *Factores que generan estres*. Mexico: Adventure publicaciones.
- García, R., & Ríos, G. (2016). *Estrés académico y rendimiento académico en estudiantes del 4to y 5to año de secundaria de una institución educativa privada de Lima Metropolitana, 2015*. [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión].
- González, B. Gallego, G., & Izquierdo, A. E. (2002). Psychoneuroimmunology. *Revista de la Facultad de Psicología UNAM*, 45(1), 22-26.
- Guzmán, L., & Huamán, Y. (2019). *Estrés y rendimiento académico en estudiantes de la especialidad de matemática y física de la Escuela Profesional de Educación 96 Secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, semestre 2018- I*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco].
- Hernández Sampieri, C. (2013). *Metodología de la investigacion academica*. México: Bruño.
- Hernández, Fernández, & Baptista. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico: Macraf.
- Huamán, P., & Sandoval, A. (2020). *Estrés y rendimiento escolar de los estudiantes del nivel de educación secundaria de la institucion educativa fe y alegría n° 20 del cusco - 2019*. Cusco: [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco].

- Instituto de Salud Mental. (2018). Salud mental en adolescentes. *Organismo Mundial de la Salud*, 22 - 43.
- Katanani, H., & Mas'oud, A. (2017). La relación entre la inteligencia emocional de los niños y sus madres. *Global Journal of Educational Foundation*, 378 - 390.
- Lamas, H. (2015). Sobre el rendimiento escolar. *Revista propositos y representaciones*, 313 - 386.
- Martinez, Cortez, & Pérez. (2017). *Estrategias metodologias en la investigacion*. Mexico: Adventiure.
- Maturana, A., & Vargas, A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 34 - 43.
- Medina, E. (2017). *Estrés y rendimiento academico en estudiantes del 5° de secundaria de la I.E. María Parado de Bellido Pasco 2016*. Lima: [Tesis de maestria, Universidad Cesar Vallejo].
- Melgosa, J. (2015). *Vivir sin estrés*. Venezuela: Editorial Posa.
- Ministerio de Educación. (2016). *Diseño curricular nacional de la educación básica regular*. MINEDU.
- Monzón, M. (2017). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Sevilla: Universidad de Sevilla.
- Muñoz, D. (2016). *Estrés académico niveles y diferencias de género en estudiantes universitarios de la Universidad del Azuay*. [Tesis de maestria, Universidad de Azuay].
- Navarro Elena & Romero Gaitán, M. (2000) Estrés en el ámbito académico. *Psicología de la salud*, 171.
- OPS. (2020). Unidad de Salud Mental y uso de sustancias. Protección de la salud mental y atención psicosocial en situaciones de epidemias 2016. *Organización Panamericana de la Salud*, 23 - 40.

- Páez, M., & Castaño, J. (2015). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicología desde El Caribe issn*, 268 - 285.
- Paiva, F., & Saavedra, F. (2014). *Clima social escolar y rendimiento escolar: Escenarios vinculados en la educación*. Universidad del Bío-Bío.
- Pazmiño, M., & Pinos, M. (2015). *Estrés y calidad de vida en estudiantes de Medicina*. [Tesis de maestría, Universidad de Cuenca].
- Rivas, V., Jiménez, C., Méndez, H., Cruz, M., Magaña, M., & Victorino, A. (2015). *Frecuencia e Intensidad del Estrés en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS*. México: Centro de investigación DACS.
- Sánchez, H., & Reyes, C. (2015). Metodología y diseños en la investigación. *Business Support Aneth S.R.L.*, 25 - 89.
- Sánchez, O., Urrego, G., Montenegro, S., & Castillo, C. (2017). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Business Support Aneth SRL.
- UNICEF. (2020). Como ayudar a los niños y niñas a manejar el estrés por el coronavirus (COVID - 19). *UNICEF*, 23 - 50.
- UNICEF. (2020). *COVID - 19, educación primaria y secundaria: repercusiones de la crisis e implicaciones de política pública para América Latina y el Caribe*.

# **Anexos.**

## **Propuesta Metodológica**

**Título: Relajación, alimentación saludable y actividad física para reducir el estrés y estrategias de hábitos de estudio para adolescentes.**

La investigación que se realizó abarco el tema sobre el estrés académico y la relación que tiene con el rendimiento académico del área de Ciencias Sociales en los estudiantes de 3ro de secundaria, los resultados encontrados refieren que un porcentaje considerable de estudiantes presentan un estrés académico de nivel regular, por tanto, es propicio realizar una propuesta con la finalidad de revertir los resultados, asimismo, esta propuesta se basa en dar a conocer técnicas de relajación propicias para los estudiantes de entre 14 y 17 años, sugerir un alimentación balanceada, ya que científicamente estudios demostraron que los alimentos influyen en situaciones emocionales de las personas, por último, la actividad física, que es necesaria para evitar el sedentarismo, canalizar las energías y tener mejor oxigenación en el cuerpo, con estos aspectos se cree que los resultados mejorarán.

**Objetivo:** Propiciar estrategias pedagógicas para eliminar el estrés académico y mejorar el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria.

**Objetivos específicos:** Reducir el estrés académico con técnicas de relajación para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria.

Propiciar la alimentación saludable para eliminar el estrés académico y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria.

Propiciar rutinas de ejercicios para eliminar el estrés académico y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria.

<b>Propuesta de intervención</b>					
<b>Objetivos</b>	<b>Acciones</b>	<b>Indicadores de logro</b>	<b>Beneficios</b>	<b>Responsable</b>	<b>Materiales</b>
Propiciar estrategias pedagógicas para eliminar el estrés académico y mejorar el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria.	Realizar talleres para mejorar el rendimiento escolar: a través de la atención, concentración de los alumnos, procurar un clima de aula adecuado, integrar la percepción sensorial y emocional en el aprendizaje.	Identificación de las emociones, control de las emociones, mejorar el rendimiento académico.	Mejora la atención y concentración, desarrolla la memoria. Desarrollo personal: aumenta la competencia emocional, desarrolla la inteligencia intrapersonal e interpersonal, mejora la autoestima	Docente	Papel bond Materiales didácticos.
	Jornadas para educar en la salud, con dichos talleres se puede prevenir y disminuir el estrés y la ansiedad de docentes y educandos.	Proporcionar los recursos necesarios para vivir con mayor serenidad y gozar de un estilo de vida saludable. Desarrollar la inteligencia emocional: mejorará la convivencia, educar para la paz y aprender a gestionar las propias emociones.	Disminuye la frecuencia cardiaca y respiratoria, regula la presión arterial, relaja la tensión física, mejora hábitos posturales, mejora las ondas cerebrales y unifica mente, cuerpo y emoción.	Coordinadores	Papel bond Materiales didácticos.
	Talleres de formación con los profesores, de promoción de "relaciones positivas" entre docentes y alumnos.	100% de los docentes implicados en la intervención incrementan acciones que muestran una consideración positiva al alumno.	Pauta de observación de clases. Cuestionario a los alumnos.	Psicólogo	Proyector Laptop Diapositivas
Eliminar el estrés académico con técnicas de relación para mejorar el rendimiento académico de	Elaboración e implementación de talleres de autorregulación de los aprendizajes y hábitos de estudio.	Incremento del porcentaje de estudiantes que cumplen el 50% o más, de las dimensiones evaluadas de hábitos de estudio y autorregulación de los aprendizajes.	Pauta de auto observación de los docentes. Acta de reuniones de análisis	Psicólogo	Papel bond
	Reuniones de análisis con los profesores de la aplicación de estrategias de aprendizaje de los estudiantes	Incremento de las conductas de supervisión de los docentes sobre la aplicación de técnicas de estudio de los estudiantes. (60% de los	Pauta de auto observación de los docentes. Acta de reuniones de análisis.	Coordinadores	Documentación al respecto

los estudiantes de secundaria.		docentes supervisa y promueve el empleo de técnicas de estudio).			
Propiciar la alimentación saludable para eliminar el estrés académico y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria.	Elaboración e implementación de talleres para padres sobre alimentación saludables para el mejoramiento del rendimiento escolar.	Conocimiento sobre “El triptófano es el aminoácido del que se deriva el neurotransmisor serotonina, del que depende el humor y la tranquilidad y que, cuando escasea, se vive la depresión o la agresividad” (Nieto, 2001, p. 92). Los alimentos ricos en triptófano, son el pavo, pollo, leche, queso, pescado, huevos, plátanos, nueces, maní y mantequilla de maní.	Lo que comemos puede ser benéfico o perjudicial, aunque es necesario comer de todo, pero en distintas proporciones y frecuencia.	Coordinadores , docentes y psicólogos.	Información para el taller
Propiciar rutinas de ejercicios para eliminar el estrés académico y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria.	Elaboración de rutinas de ejercicios, acordes a la edad e interés de los estudiantes, sugerentemente puede ser bailes modernos, danzas, deportes.	Conocimiento sobre “Las endorfinas tienen efectos similares a los provocados por el consumo de la morfina: sedación, euforia (alegría, exaltación...) y sensación de bienestar y placer. La sedación es el efecto opuesto a la tensión, propia del estrés o de la ansiedad” (Nieto, 2001, p. 96).	Las personas que habitualmente hacen ejercicio físico tienen un nivel de autoestima más alto, no son tan emotivos y se sienten más felices.	Docentes, padres de familia, estudiantes.	Indumentaria deportiva Pelotas Red Etc.

## Ejecución de las acciones

1.- Se brinda talleres a los estudiantes de forma progresiva.

<b>Desarrollo de talleres</b>	
<b>Título de los talleres</b>	<b>Ejecución</b>
“Auto observación”	Se inicia con un ejercicio de respiración, seguidamente se prepara un folio con una silueta del cuerpo humano dibujada en él y lápices de colores. En una postura adecuada, repasamos el estado de cada parte del cuerpo de pies a cabeza como si nuestra atención fuese un escáner. Reflejaremos las sensaciones negativas en el dibujo (dolor, tensión, frío...) y las positivas.
“Respiración”	Se inicia con una actividad de respiración y concentración, luego se pide a los estudiantes que aspiren profundamente y sostengan la respiración por un segundo. Sentirá que su pecho se levantará. Ahora trata de mantener el pecho en la “posición alta” mientras respiras (inhalas y exhalas). Coloca suavemente una mano sobre tu estómago debes sentir cómo se tensa y relaja.
“Relajación”	Al inicio del taller imaginamos que colgamos del techo de muchos hilos y los vamos cortando uno por uno sintiendo la atracción de la gravedad y no ofreciendo resistencia. Nos dejamos caer un poquito y gozamos de esa sensación. Para la relajación se puede echar sobre una alfombra o manta; también es posible realizar el entrenamiento al aire libre, sobre el césped o arena, habiendo silencio que producirá calma y serenidad.
“Influencia de la nutrición en el Estresado”	Se presenta el taller con un video de reflexión sobre “la influencia de la alimentación en el estresado”, seguidamente mediante diapositivas se tratará algunos descubrimientos científicos relativos a los efectos de ciertos nutrientes sobre el cerebro. Se termina con frases de reflexión sobre el tema y se responde las dudas de los participantes.
“Corrección nutricional”	Se inicia el taller con un video sobre los efectos nocivos de la comida chatarra en los niños. Se desarrolla el tema sobre déficits nutricionales (falta de consumo de omega 3 y 6, frutas y verduras, aceite de oliva) Excesos nutricionales, (ingestión de grasas saturadas, dulces, exceso de sal y azúcar)
“Supresión de hábitos poco o nada saludables”	Se inicia el taller con un mensaje sobre la dieta balanceada y los beneficios a la salud. Se desarrolla el tema sobre los efectos nocivos del alcohol, sacarosa (azúcar de mesa), tabaco, el café y el té, pues ambos tienen cafeína que en exceso produce síntomas de irritabilidad, nerviosismo y ansiedad.

	Por último, se cierra el tema y se da paso al público.
“Actividad física como factor anti estrés”	Se inicia el taller con un video sobre la obesidad y las dolencias físicas a falta de ejercicios, luego se explica mediante diapositivas. Al sentirse mejor pueden practicar algún deporte, de tal manera que no desgaste la energía que aún tenga. Se puede nadar, montar en bicicleta, practicar tenis, aunque el gimnasio también es una buena elección. Al cierre del taller se hace una reflexión y se responde a las dudas del público.
Talleres sobre estrategias de estudio para generar hábitos de estudio.	
“Para confiar en tus respuestas”	En este taller se abordará la importancia de tener un método de repaso y se dialogará en torno a estrategias para preparar las pruebas
“Organizando mis contenidos”	Se abordará como mejorar la eficiencia del estudio mediante el uso de esquemas simples
“Cerramos este ciclo”	Se realizará una autoevaluación donde los estudiantes darán a conocer sus hábitos de estudios, con la finalidad de identificarlo y mejorarlo.

**2.-** Se realizará reuniones con los docentes donde se permita analizar el progreso y eficacia de los talleres dictados, asimismo, se tendrá que analizar la manera de poner en práctica dichos talleres, con la intervención de los diferentes docentes en las diferentes áreas.

Esta instancia se realizará una vez al mes dentro de la hora de Trabajo Colaborativo.

### **Acciones:**

Se realizará talleres para los padres de familias, los cuales constarán de 5 talleres, que se realizarán 1 vez al mes, se llevará a cabo con la intención de comprometer a los padres de familia en hábitos de vida saludable y estrategias de estudio en sus hijos e hijas.

<b>Talleres para padres de familia.</b>	
Taller 1. ¿Cómo cumplo mi rol de acompañante académico de mi hijo?	Trata de la facilitación de recursos y hábitos de estudio de la familia hacia el/la estudiante. Se aplica una pauta de autoevaluación para los padres, referida al tema.
Taller 2. La comunicación con mi hijo es asertiva.	Actividad enfocada a reflexionar en torno al estilo de comunicación dentro de la familia y cómo este se puede mejorar.
Taller 3. Inculco disciplina a mis hijos desde casa.	Se aborda el tema de la enseñanza de los principios educativos como normas y límites, respeto y disciplina.
Taller 4. Propicio autonomía y responsabilidad a mis hijos	Se reflexiona en torno a prácticas que promueven la autonomía y responsabilidad de los hijos/as.
Taller 5. Autoevaluación final de los apoderados.	Aplicación de pauta orientada a verificar la actuación de los apoderados al término de la intervención.

**3.- Talleres de formación con los profesores, de promoción de “relaciones positivas” entre docentes y estudiantes, puesto que se demostró que el compromiso junto con el comportamiento, es decir, el trato que existe en el aula es fundamental para generar un clima favorable, los cuales permiten establecer relaciones de confianza y compañerismos entre los discentes; por tanto, estos últimos estarán motivados a ser protagonistas de su propio aprendizaje, considerando la salud mental sobre todo.**

Estas se llevarán a cabo en cuatro sesiones:

Sesión 1: Manifestando una consideración positiva.

Sesión 2: Demostrando coherencia y justicia.

Sesión 3: Desarrollando destrezas de escucha.

Sesión 4: Estimulando las conductas de libre elección.

**MATRIZ DE CONSISTENCIA DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.**

**TEMA:** Estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla – Cusco, 2021.

Presentado por las Bachilleres: Loure Marghi Zinanyuca Rodriguez y Amarilis Yadira Caceres Masias

Planteamiento del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño de investigación	Instrumento
<p><b>Problema general:</b></p> <p>¿Cuál es la relación del estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021?</p> <p><b>Problemas Específicos:</b></p> <p>a. ¿Cuál es la relación de las reacciones físicas del estrés con el rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021?</p> <p>b. ¿Cuál es la relación de las reacciones actitudinales del estrés con el</p>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <p>Determinar la relación del estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <p>a. Establecer la relación de las reacciones físicas del estrés con el rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.</p> <p>b. Establecer la relación de las reacciones</p>	<p><b>Hipótesis general:</b></p> <p>Existe relación indirecta entre el estrés y rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021</p> <p><b>Hipótesis específicas:</b></p> <p>a. Existe relación indirecta entre las reacciones físicas del estrés con el rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.</p> <p>b. Existe relación indirecta entre las reacciones</p>	<p><b>Variable 1</b></p> <p>ESTRÉS DIMENSIONES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Reacciones físicas</b></li> <li>• <b>Reacciones actitudinales</b></li> </ul> <p><b>Variable 2</b></p> <p>RENDIMIENTO ACADÉMICO Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Construye interpretaciones históricas</b></li> <li>• <b>Gestiona responsablemente los recursos económicos</b></li> <li>• <b>Gestiona responsablemente el espacio y el ambiente</b></li> </ul>	<p><b>Tipo:</b> Basica</p> <p><b>Nivel:</b> Descriptivo correlacional de corte transversal</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental</p> <p><b>Población:</b> 310 estudiantes del nivel secundario.</p> <p><b>Muestra:</b> 67 estudiantes de 3ro de secundaria, secciones A y B.</p>	<p><b>Encuesta</b></p>

<p>rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021?</p> <p>c. ¿Cuál es el nivel de estrés en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021?</p> <p>d. ¿Cuál es el nivel de rendimiento académico en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021?</p>	<p>actitudinales del estrés con el rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.</p> <p>c. Determinar el nivel de estrés en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.</p> <p>d. Determinar el nivel de rendimiento académico en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.</p>	<p>actitudinales del estrés con el rendimiento académico del Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.</p> <p>c. El nivel del estrés es alto, en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.</p> <p>d. El nivel de rendimiento académico es bajo, en el Área de Ciencias Sociales de los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla, Cusco - 2021.</p>			
---	---	--	--	--	--



**INSTRUMENTOS**  
**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL**  
**CUSCO**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION**

**Datos generales:**

Edad: \_\_\_\_\_ años.

Género: Masculino ( ) Femenino ( )

Grado y sección: \_\_\_\_\_

**Queridos estudiantes:**

El objetivo de la encuesta es recoger información para sustentar el trabajo de investigación titulado: “ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DEL ÁREA DE CIENCIAS SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO RAYMONDI - SAYLLA, CUSCO 2021”. La información que nos proporcione es valiosa; por lo que pedimos a Ud. Responder a todas las preguntas con sinceridad, respuestas que se mantendrán en reserva. **GRACIAS.**

Lea los ítems con precaución y marque con una (X) la alternativa más conveniente en una sola opción, considerando la siguiente escala:

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

**Variable 1: Estrés académico.**

**DIMENSION 1: Reacciones físicas.**

N°	Dimensión 1: Reacciones físicas.	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					

2	Fatiga crónica (cansancio permanente).					
3	Dolores de cabeza o migrañas.					
4	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					

**DIMENSION 2: Reacciones actitudinales.**

Nº	Dimensión 1: Reacciones actitudinales.	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
7	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
8	Aislamiento de los demás.					
9	Desgano para realizar las labores escolares.					
10	Absentismo o ausencia de las clases.					
11	Aumento o reducción del consumo de Alimentos.					
12	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
13	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
14	Ansiedad, angustia o desesperación.					
15	Problemas de concentración.					
16	Sentimiento de agresividad o irritabilidad.					



### ACTA OFICIAL DE EVALUACIÓN DEL NIVEL SECUNDARIA EBR - 2021

Los resultados de aprendizaje de los estudiantes de cada grado y sección se reportan en el Acta Final que se encuentra en el Sistema de Información de Apoyo a la Gestión de la Institución Educativa - SIAGIE, disponible en <http://siagie.mineduc.cl>. Este formulario TIENE VALOR OFICIAL.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN

Datos de la institución de origen (Nombre, RUT, Domicilio, etc.)		Servicio y subsector/Grado y Trayectoria Escolar		Puntaje (valor 0-100)										Total	Promedio	Nota	Situación	Observaciones																																																																																	
Nombre de la institución de origen		Servicio y subsector/Grado y Trayectoria Escolar		Puntaje (valor 0-100)										Total	Promedio	Nota	Situación	Observaciones																																																																																	
RUT		Servicio y subsector/Grado y Trayectoria Escolar		Puntaje (valor 0-100)										Total	Promedio	Nota	Situación	Observaciones																																																																																	
Domicilio		Servicio y subsector/Grado y Trayectoria Escolar		Puntaje (valor 0-100)										Total	Promedio	Nota	Situación	Observaciones																																																																																	
Comuna		Servicio y subsector/Grado y Trayectoria Escolar		Puntaje (valor 0-100)										Total	Promedio	Nota	Situación	Observaciones																																																																																	
Municipalidad		Servicio y subsector/Grado y Trayectoria Escolar		Puntaje (valor 0-100)										Total	Promedio	Nota	Situación	Observaciones																																																																																	
Código del Estudiante		Apellidos y Nombres (Orden Alfabético)		Puntaje (valor 0-100)										Total	Promedio	Nota	Situación	Observaciones																																																																																	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100

(1) Valor de la calificación obtenida en la prueba.  
 (2) Código de estudiante asignado al momento de la inscripción.  
 (3) Nombre del estudiante.  
 (4) Grado.  
 (5) Sexo.  
 (6) Nivel.  
 (7) Tipo.

(8) Puntaje obtenido.  
 (9) Nota.  
 (10) Situación.  
 (11) Observaciones.

(12) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (13) Nota.  
 (14) Situación.  
 (15) Observaciones.

(16) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (17) Nota.  
 (18) Situación.  
 (19) Observaciones.

(20) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (21) Nota.  
 (22) Situación.  
 (23) Observaciones.

(24) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (25) Nota.  
 (26) Situación.  
 (27) Observaciones.

(28) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (29) Nota.  
 (30) Situación.  
 (31) Observaciones.

(32) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (33) Nota.  
 (34) Situación.  
 (35) Observaciones.

(36) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (37) Nota.  
 (38) Situación.  
 (39) Observaciones.

(40) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (41) Nota.  
 (42) Situación.  
 (43) Observaciones.

(44) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (45) Nota.  
 (46) Situación.  
 (47) Observaciones.

(48) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (49) Nota.  
 (50) Situación.  
 (51) Observaciones.

(52) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (53) Nota.  
 (54) Situación.  
 (55) Observaciones.

(56) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (57) Nota.  
 (58) Situación.  
 (59) Observaciones.

(60) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (61) Nota.  
 (62) Situación.  
 (63) Observaciones.

(64) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (65) Nota.  
 (66) Situación.  
 (67) Observaciones.

(68) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (69) Nota.  
 (70) Situación.  
 (71) Observaciones.

(72) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (73) Nota.  
 (74) Situación.  
 (75) Observaciones.

(76) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (77) Nota.  
 (78) Situación.  
 (79) Observaciones.

(80) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (81) Nota.  
 (82) Situación.  
 (83) Observaciones.

(84) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (85) Nota.  
 (86) Situación.  
 (87) Observaciones.

(88) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (89) Nota.  
 (90) Situación.  
 (91) Observaciones.

(92) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (93) Nota.  
 (94) Situación.  
 (95) Observaciones.

(96) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (97) Nota.  
 (98) Situación.  
 (99) Observaciones.

(100) Puntaje obtenido en la prueba.  
 (101) Nota.  
 (102) Situación.  
 (103) Observaciones.





### ACTA OFICIAL DE EVALUACIÓN DEL NIVEL SECUNDARIA EBR - 2021

Los resultados de aprendizaje de los estudiantes de cada grado y sección se reportan en el Acta Final que se encuentra en el Sistema de Información de Apoyo a la Gestión de la Institución Educativa - SIAGE, disponible en <http://siage.minedu.gob.es/>. Este formulario TIENE VALOR OFICIAL.

Ministerio de Educación del Principado de Asturias		Sistema de Información de Apoyo a la Gestión de la Institución Educativa - SIAGE		Tabla de Evaluación de Aprendizaje - Programa Educativo										Puntuación		Grado		Sección		Módulo		Materia		Módulo de Evaluación	
Grado		Materia		Módulo		Materia		Módulo		Materia		Módulo		Materia		Módulo		Materia		Módulo		Materia			
D.N.I. / Código del Estudiante (*)		Apellidos y Nombre (Orden Alfabético)		Grado		Materia		Módulo		Materia		Módulo		Materia		Módulo		Materia		Módulo		Materia			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14												



BASE DE DATOS DE LA INVESTIGACIÓN																			
Id	Genero	Grado y sección	Estrés académico																Rendimiento académico
			Reacciones físicas						Reacciones actitudinales										Área de Ciencias Sociales
			it 1	it 2	it 3	it 4	it 5	it 6	it 7	it 8	it 9	it 10	it 11	it 12	it 13	it 14	it 15	it 16	y 1
1	2	3	4	3	2	2	2	4	2	4	4	2	4	3	4	4	4	3	11.5
2	1	3	4	3	4	5	5	5	4	2	3	4	3	5	3	4	4	3	13
3	2	3	4	1	2	2	2	1	2	5	3	2	1	2	2	2	2	1	10.5
4	1	3	5	5	5	5	3	5	2	3	4	4	5	3	5	5	3	5	15
5	2	3	2	2	4	1	1	5	2	5	5	5	3	2	1	1	1	1	12
6	2	3	2	3	4	1	3	3	2	1	3	1	1	2	3	3	4	3	8
7	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	2	13
8	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	2	3	2	2	10
9	1	3	3	4	5	4	3	4	4	4	5	4	3	5	4	3	4	5	12.5
10	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	15
11	1	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	8
12	2	3	3	4	3	2	3	5	1	5	5	3	3	2	3	3	4	4	5.5
13	1	3	1	2	3	1	4	3	2	2	2	2	5	2	2	2	2	3	10
14	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	14
15	2	3	1	2	4	2	1	1	1	3	2	2	3	3	1	2	3	1	10.5
16	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	13.5
17	2	3	1	2	3	1	1	2	2	3	2	5	4	3	2	1	1	2	10
18	2	3	1	1	2	2	3	2	2	4	2	2	3	5	2	2	3	1	11.5

19	2	3	3	4	2	2	2	2	4	3	4	4	2	3	2	2	3	2	7.5
20	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	2	2	2	1	12
21	1	3	3	2	4	3	1	2	1	2	2	1	4	3	2	3	4	1	19
22	2	3	2	4	1	4	3	1	4	3	3	1	2	2	2	2	3	2	10.5
23	1	3	2	4	4	2	2	3	3	4	3	4	3	3	5	4	5	4	16
24	2	3	3	4	3	5	5	4	1	4	3	5	4	4	3	4	2	4	13
25	2	3	3	2	2	3	1	2	2	3	3	1	2	2	3	2	3	2	15
26	1	3	3	3	1	2	3	2	1	1	2	3	4	1	2	3	2	2	7
27	1	3	2	3	3	1	3	3	1	3	2	1	2	2	2	3	3	1	4
28	1	3	5	4	4	3	5	3	2	5	5	4	5	5	5	5	4	2	15
29	2	3	3	3	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	3	5	1	16.5
30	1	3	1	1	4	3	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	5	7.5
31	1	3	3	2	2	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	4	4	2	18.5
32	1	3	2	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	10.5
33	1	3	1	1	1	1	3	3	3	4	4	4	3	4	5	4	4	3	10
34	1	3	3	2	2	3	4	3	1	3	4	1	2	2	3	3	3	2	12
35	1	3	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	1	3
36	1	3	3	3	2	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	9
37	1	3	2	2	2	2	3	3	4	2	4	2	4	4	3	3	3	4	14
38	1	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	15
39	1	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	2	12
40	2	3	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3	4	3	2	1	12.5
41	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	1	8
42	1	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	10
43	2	3	3	4	2	2	2	4	2	3	2	2	1	4	2	2	3	2	11
44	2	3	1	1	1	1	1	4	2	3	4	3	2	1	1	1	2	2	16
45	2	3	1	3	2	2	2	3	1	2	3	4	2	1	1	2	1	1	12

46	2	3	5	3	3	3	5	5	5	2	5	5	1	2	2	5	4	3	18.5
47	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	2	3	3	2	10
48	2	3	5	3	4	2	3	4	4	5	3	4	4	4	5	3	5	4	11
49	1	3	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	3	1	1	2	2	10.5
50	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	8
51	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	11
52	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	2	3	2	1	10
53	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	12
54	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	13
55	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	3	2	1	3	11.5
56	1	3	2	4	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	18
57	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	4	5	2	9
58	2	3	2	4	4	3	4	5	3	4	4	2	4	3	2	2	4	2	19
59	2	3	3	4	1	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	13
60	1	3	2	1	5	4	1	5	2	3	3	3	2	2	3	4	4	1	6
61	1	3	4	1	4	1	1	3	4	4	3	3	2	5	5	5	5	3	15
62	2	3	3	1	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	14.5
63	1	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	13
64	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	3	2	3	3	3	2	3	2	13
65	2	3	3	2	2	1	1	3	2	1	2	2	3	3	2	1	2	1	14.5

**SOLICITAMOS:** Autorización para aplicar instrumentos de recojo de data.

**PROF. IGNACIO FREDY AYALA CHAMPI**

**DIRECTOR DE LA I.E ANTONIO RAYMONDI SAYLLA – CUSCO**

Nosotras, **Loure Marghi Zinanyuca Rodriguez**, identificada con **DNI N° 74090507** con domicilio en APV. Olivos de la Paz A-3 y **Amarilis Yadira Cáceres Masias**, identificada con **DNI N° 77799195** con domicilio en APV. El Porvenir E-6. Ante Ud. respetuosamente nos presentamos y exponemos.

Que habiendo culminado la carrera de profesional de **EDUCACION** en la especialidad de Ciencias Sociales en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, solicitamos ante Ud. autorización para aplicar instrumentos de recojo de data en la Institución del trabajo de investigación sobre **"ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADEMICO EN EL AREA DE CIENCIAS SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA ANTONIO RAYMONDI DE SAYLLA - CUSCO 2021"** para optar el grado de Licenciadas en Educación.

**POR LO EXPUESTO:**

Pedimos ante usted acceder a nuestra solicitud.

Cusco, 13 de Diciembre del 2021

**ATENTAMENTE.**

LOURE MARGHI ZINANYUCA RODRIGUEZ  
DNI. 74090507

AMARILIS YADIRA CACERES MASIAS  
DNI. 77799195



13/12/2021

## VALIDACION DE INSTRUMENTOS

### I. DATOS GENERALES:

1.1 TITULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACION: "ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EL ÁREA DE CIENCIAS SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO RAIMONDI - SAYLLA, CUSCO 2021."

1.2 NOMBRE DEL INSTRUMENTO DE EVALUACION: El Inventario SISCO del Estrés Académico de Arturo Barraza Macías.

1.3 INVESTIGADORAS: 1.- Bach. Loure Marghi Zinanyuca Rodriguez

2 - Bach. Amanlis Yadira Cáceres Masias

### II. DATOS DEL EXPERTO

2.1 Nombres y Apellidos:

*Alfonso Chile Latorra*

2.2 Especialidad:

*C.S. Sociales*

2.3 Lugar y Fecha:

*08 de diciembre 2021*

2.4 Cargo e Institución donde labora:

*Director del Post-Grado*

COMPONENTE	INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	REGULAR 21-40%	BUENO 41-60%	MUY BUENO 61-80%	EXCELENTE 81-100%
FORMA	1 REDACCION	Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios			+		
	2 CLARIDAD	Esta formulado con un lenguaje apropiado				x	
	3 OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables				x	
CONTENIDO	4 ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología				x	
	5 SUFICIENCIA	Los ítems son adecuados en cantidad y claridad				x	
	6 INTENCIONALIDAD	El instrumento mide pertinentemente las variables de investigación.				x	
ESTRUCTURA	7 ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica				x	
	8 CONSISTENCIA	Se basa en aspectos técnicos científicos de la investigación educativa				x	
	9 COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables				x	
	10 METODOLOGIA	La estrategia responde al producto del diagnóstico.				x	

### III. OPINION DE APLICABILIDAD:

*Se puede Aplicar*

### IV. PROMEDIO DE VALORACION:

80%

### V. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

Procede su aplicación

Debe corregirse

*[Firma]*  
Sello y firma del Experto

DNI 23856603

## VALIDACION DE INSTRUMENTOS

### I. DATOS GENERALES:

1.1 TITULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACION: "ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EL ÁREA DE CIENCIAS SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO RAIMONDI - SAYLLA, CUSCO 2021."

1.2 NOMBRE DEL INSTRUMENTO DE EVALUACION: El Inventario SISCO del Estrés Académico de Arturo Barraza Macías.

1.3 INVESTIGADORAS: 1.- Bach. Lore Marghi Zinanyuca Rodríguez

2.- Bach. Amarilis Yadira Cáceres Masías

### II. DATOS DEL EXPERTO

2.1 Nombres y Apellidos: Dr. Hugo Asunción Altamirano Vega.

2.2 Especialidad: Psicología Social.

2.3 Lugar y Fecha: Cusco, 10 de diciembre - 2021

2.4 Cargo e Institución donde labora: UNSAHC.

COMPONENTE	INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	REGULAR 21-40%	BUENO 41-60%	MUY BUENO 61-80%	EXCELENTE 81-100%
FORMA	1 REDACCION	Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios					X
	2 CLARIDAD	Esta formulado con un lenguaje apropiado					X
	3 OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables					
CONTENIDO	4 ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología					X
	5 SUFICIENCIA	Los ítems son adecuados en cantidad y claridad					X
	6 INTENCIONALIDAD	El instrumento mide predominantemente las variables de investigación					X
ESTRUCTURA	7 ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					X
	8 CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa					X
	9 COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables					X
	10 METODOLOGIA	La estrategia responde al producto del diagnóstico					

### III. OPINION DE APLICABILIDAD:

Se da y se compró de todo los elementos técnicos e instrumentos para su aplicación

### IV. PROMEDIO DE VALORACION: 80%

### V. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

Procede su aplicación

Debe corregirse

Hugo Asunción Altamirano Vega  
Sello y firma del Experto

DNI: 23836696

Dr. Hugo A. Altamirano Vega  
COORDINADOR GENERAL



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL MIXTO  
"ANTONIO RAYMONDI" - SAYLLA**



C.M. 0621300 – UGEL CUSCO

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

**CONSTANCIA**

**EL QUE SUSCRIBE LIC. IGNACIO FREDY AYALA CHAMPI,  
DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MIXTA  
"ANTONIO RAYMONDI" DEL DISTRITO DE SAYLLA  
PROVINCIA Y DEPARTAMENTO DEL CUSCO**

**HACE CONSTAR:**

Que la Bachiller **Amarilis Yadira Cáceres Masias**, identificado con DNI N° 77799195 y, la Bachiller **Loure Marghi Zinanyuca Rodriguez** con DNI N° 74090507 estudiantes de la Escuela profesional de Educación de la Especialidad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, **Aplicaron los instrumentos para recoger datos del trabajo de Investigación: " Estrés y rendimiento académico en el área de Ciencias Sociales de los estudiantes del tercer grado de Secundaria de la Institución Educativa "Antonio Raymondi de Saylla - Cusco 2021"**, en las fechas y modalidades siguientes:

- 13 de diciembre del 2021 se aplicó de manera **virtual**
- 16 de diciembre del 2021 se aplicó de manera **Presencial**.

Se expide la presente constancia a petición de las interesadas, para los fines que vieren por conveniente.

Saylla, 04 de marzo del 2022.

 Lic. Ignacio Freddy Ayala Champi  
 DIRECTOR

**Descripción:** Investigadoras visitando la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla – 2021.



**Descripción:** Investigadoras aplicando cuestionarios a los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antonio Raymondi de Saylla – 2021.



**Descripción:** Investigadoras monitoreando la aplicación del cuestionario a los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antoni Raymondi de Saylla – 2021.



**Descripción:** Investigadoras monitoreando la aplicación del cuestionario a los estudiantes de tercero de secundaria de la Institución Educativa Antoni Raymondi de Saylla – 2021.

