

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION SECUNDARIA

ESPECIALIDAD EDUCACION FISICA



TESIS

**LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL
EN ESTUDIANTES DEL 4TO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA BERNARDO TAMBOHUACSO PUMAYALI - PISAC, CUSCO - 2024**

PRESENTADA POR:

Br. NOHEMI PUMA CCALLISAYA

Br. RAUL GUILLERMO MALDONADO

**PARA OPTAR AL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO (A) EN EDUCACIÓN
SECUNDARIA: ESPECIALIDAD EDUCACIÓN
FÍSICA**

ASESOR:

Dr. FREDDY FRANK GONZALES QUISPE

CUSCO – PERÚ

2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

(Aprobado por Resolución Nro.CU-303-2020-UNSAAC)

El que suscribe, **Asesor** del trabajo de investigación/tesis titulada: Las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en estudiantes del 4to grado de Secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

presentado por: Nohemi Puma Callisaya con DNI Nro.: 75862077 presentado por: Raul Guillermo Maldonado con DNI Nro.: 73737135 para optar el título profesional/grado académico de Licenciado(a) en Educación Secundaria : Especialidad Educación Física

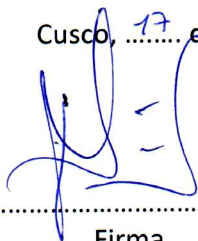
Informo que el trabajo de investigación ha sido sometido a revisión por 01 veces, mediante el Software Antiplagio, conforme al Art. 6° del **Reglamento para Uso de Sistema Antiplagio de la UNSAAC** y de la evaluación de originalidad se tiene un porcentaje de 10%.

Evaluación y acciones del reporte de coincidencia para trabajos de investigación conducentes a grado académico o título profesional, tesis

Porcentaje	Evaluación y Acciones	Marque con una (X)
Del 1 al 10%	No se considera plagio.	☒
Del 11 al 30 %	Devolver al usuario para las correcciones.	☐
Mayor a 31%	El responsable de la revisión del documento emite un informe al inmediato jerárquico, quien a su vez eleva el informe a la autoridad académica para que tome las acciones correspondientes. Sin perjuicio de las sanciones administrativas que correspondan de acuerdo a Ley.	☐

Por tanto, en mi condición de asesor, firmo el presente informe en señal de conformidad y **adjunto** la primera página del reporte del Sistema Antiplagio.

Cusco, 17 de Marzo de 2025



Firma

Post firma Freddy Frank Gonzales Quispe

Nro. de DNI 01344083

ORCID del Asesor 0000 - 0002 - 5821 - 5448

Se adjunta:

- Reporte generado por el Sistema Antiplagio.
- Enlace del Reporte Generado por el Sistema Antiplagio: **oid:** 27259 :392905228

FREDDY FRANK GONZALES QUISPE

TESIS .docx

 Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::27259:392905228

99 Páginas

Fecha de entrega

14 oct 2024, 8:57 p.m. GMT-5

19.256 Palabras

105.158 Caracteres

Fecha de descarga

17 mar 2025, 12:38 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

TESIS .docx

Tamaño de archivo

2.4 MB

10% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Cited Text
- Small Matches (less than 25 words)

Exclusions

- 2 Excluded Sources

Top Sources

- 8%  Internet sources
- 1%  Publications
- 6%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

DEDICATORIA

El Presente trabajo investigativo lo dedico a mis queridos padres: Sr. Casiano Puma Mamani y Sra. Nazaria Ccallisaya Sutta; por su esfuerzo en concederme la oportunidad de estudiar, por su constante apoyo, su amor, trabajo sacrificio incondicional en todos estos años, gracias a ustedes he logrado llegar hasta aquí y convertirme en lo que soy. Ha sido un orgullo y un privilegio ser su hija, son los mejores padres. A mis hermanos; Julber, Yunion y Fran por su motivación permanente, por estar siempre conmigo y apoyándome incondicionalmente. A mi tía Damiana, mi abuela Francisca y a toda mi familia, por sus consejos y por el apoyo moral que me brindaron para concluir esta etapa de mi vida.

Nohemi Puma Ccallisaya

La presente tesis se la dedico a mi familia que gracias a su apoyo pude concluir mi carrera. A mis padres y hermanos por su apoyo y confianza. Gracias por ayudarme a cumplir mis objetivos como persona y estudiante. A mi padre por brindarme los recursos necesarios y estar a mi lado apoyándome y aconsejándome siempre. A mi madre por hacer de mí una mejor persona a través de sus consejos, enseñanzas y amor. A mis hermanos por estar siempre presentes, acompañándome para poderme realizar mi trabajo. Me han enseñado a ser la persona que soy hoy, mis principios, mis valores, mi perseverancia y mi empeño. Todo esto con una Enorme Dosis De Amor Y Sin Pedir Nada A Cambio.

Raul Guillermo Maldonado

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por habernos dado la vida y darnos la fortaleza y la capacidad necesaria para superar los obstáculos y poder realizarnos profesionalmente.

De manera especial agradecemos al Dr. Freddy Frank Gonzales Quispe, por su asesoramiento y darnos su confianza y creer en el gran potencial que tenemos, quien guio este esfuerzo desde sus inicios y hasta verlo terminado. De la misma forma, agradecemos a todos nuestros docentes de nuestra prestigiosa y querida Escuela Profesional de Educación, por su interminable apoyo y por brindarnos los conocimientos suficientes en nuestra formación profesional durante nuestra permanencia en las aulas universitarias. Por otro lado, al director y los estudiantes de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali – Pisac, quienes estuvieron dispuestos a atender nuestras consultas y nos dieron todas las facilidades para la aplicación de los instrumentos.

Finalmente, a nuestros amigos y compañeros que estuvieron con nosotros en los momentos de estrés y alegría durante este largo y retador camino. Su apoyo, confianza, soporte y cariño. Cada uno de ustedes han contribuido a nuestra fortaleza y ánimo. Gracias por ser nuestro punto de apoyo, nuestro equipo de aliento y, lo más importante, la familia que elegimos.

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE DE FIGURAS	x
RESUMEN	xi
ABSTRAC	xii
PRESENTACIÓN	xiii
INTRODUCCIÓN	xv

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Ámbito de estudio: localización política y geográfica	1
1.2. Descripción de la realidad problemática	2
1.3. Formulación del problema	3
1.3.1 Problema general	3
1.3.2 Problemas específicos	4
1.4. Justificación de la investigación.....	5
1.5. Objetivos de la investigación	6
1.5.1 Objetivo general.....	6
1.5.2 Objetivos específicos	7
1.6. Delimitación y limitaciones de la investigación	8

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1.	Estado del arte de la investigación	9
2.1.1.	Antecedentes Internacionales	9
2.1.2.	Antecedentes Nacionales	10
2.1.3.	Antecedente Local	11
2.2.	Bases teóricas	12
2.1.1.	Capacidades Físicas	12
2.1.1.1.	Fuerza:.....	12
2.1.1.2.	Resistencia:	13
2.1.1.3.	Velocidad:	13
2.1.1.4.	Flexibilidad:	13
2.1.2.	Fundamentos técnicos del fútbol	21
2.1.2.1.	Dominio del balón.....	22
2.1.2.1.1.	Tipos de dominio de balón	22
2.1.2.2.	Conducción del balón	23
2.1.2.2.1.	Tipos de conducción del balón.....	23
2.1.2.3.	Pases en los fundamentos técnicos de fútbol	24
2.1.2.3.1.	Tipos de pase de los fundamentos técnicos de fútbol:	24
2.1.2.4.	Recepción de los fundamentos técnicos de fútbol	25
2.1.2.4.1.	Tipos de recepción de los fundamentos técnicos de fútbol	25

2.1.2.5. Remate del balón.....	26
2.1.2.5.1. Tipos de remates.....	26
2.3. Marco conceptual	30

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis.....	33
3.1.1 Hipótesis general.....	33
3.1.2 Hipótesis específicas	33
3.2. Operacionalización de variables.....	35

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Tipo, nivel y diseño de investigación.....	38
4.1.1. Tipo de investigación:	38
4.1.2. Nivel de investigación:	38
4.1.3. Diseño de investigación:.....	38
4.2. Población y unidad de análisis	39
4.2.1 Población de estudio	39
4.2.2 Tamaño de muestra y técnica de selección de muestra.....	39
4.3. Técnicas de recolección de información	40
4.4. Técnicas de análisis e interpretación de la información.....	41
4.5. Técnicas para demostrarla verdad o falsedad de las hipótesis planteadas	41

CAPÍTULO V

RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN

5.1. Descriptores de baremación de variables	42
5.2. Resultados descriptivos	44
5.2. Resultados inferenciales	54
5.3. Prueba de hipótesis.....	55

CAPÍTULO VI

DISCUSIÓN	61
CONCLUSIONES	65
SUGERENCIAS	68
BIBLIOGRAFÍA	71
ANEXOS	76
a. Matriz de consistencia	77
b. Otros.....	79

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Baremo de la variable capacidades físicas.....	42
Tabla 2 Baremo de la variable fundamentos técnicos del fútbol.....	43
Tabla 3 Frecuencias de la variable capacidades físicas	44
Tabla 4 Frecuencias de las dimensiones de la variable capacidades físicas	45
Tabla 5 Frecuencias de la variable fundamentos técnicos del fútbol.....	46
Tabla 6 Frecuencias de las dimensiones de la variable fundamentos técnicos del fútbol	47
Tabla 7 Tabla cruzada entre capacidades físicas y fundamentos técnicos del fútbol	48
Tabla 8 Tabla cruzada entre capacidades físicas y dominio del balón	49
Tabla 9 Tabla cruzada entre capacidades físicas y conducción del balón	50
Tabla 10 Tabla cruzada entre capacidades físicas y pase del balón	51
Tabla 11 Tabla cruzada entre capacidades físicas y recepción del balón	52
Tabla 12 Tabla cruzada entre capacidades físicas y remate del balón.....	53
Tabla 13 Prueba de normalidad de las variables capacidades físicas y fundamentos técnicos del fútbol.....	54
Tabla 14 Análisis de correlación entre capacidades físicas y fundamentos técnicos del fútbol	55
Tabla 15 Análisis de correlación entre capacidades físicas y dominio del balón.....	56
Tabla 16 Análisis de correlación entre capacidades físicas y conducción del balón.....	57
Tabla 17 Análisis de correlación entre capacidades físicas y pase del balón	58
Tabla 18 Análisis de correlación entre capacidades físicas y recepción del balón.....	59
Tabla 19 Análisis de correlación entre capacidades físicas y remate del balón	60

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Capacidades físicas.....	44
Figura 2 Dimensiones de la variable capacidades físicas	45
Figura 3 Fundamentos técnicos del fútbol	46
Figura 4 Dimensiones de la variable fundamentos técnicos del fútbol	47
Figura 5 Capacidades físicas y fundamentos técnicos del fútbol	48
Figura 6 Capacidades físicas y dominio del balón.....	49
Figura 7 Capacidades físicas y conducción del balón	50
Figura 8 Capacidades físicas y pase del balón.....	51
Figura 9 Capacidades físicas y recepción del balón	52
Figura 10 Capacidades físicas y remate del balón	53

RESUMEN

El estudio analiza la relación entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en estudiantes de 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali de Pisac, Cusco, en 2024. Se evalúa cómo el desarrollo de estas capacidades físicas, como la fuerza, resistencia y velocidad, se vinculan con el dominio de los aspectos técnicos del fútbol, tales como el control del balón, el pase y el disparo, determinando su impacto en el rendimiento deportivo de los adolescentes. La investigación busca promover el desarrollo integral de estas habilidades para mejorar tanto el desempeño físico como la técnica deportiva en esta población.

El objetivo general del estudio fue determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024. La muestra estuvo constituida por 52 estudiantes del cuarto año A y B del nivel secundaria. El diseño que se utilizó fue no experimental transeccional y correlacional. Los instrumentos que se usaron fueron un cuestionario y Ficha de observación. Y los resultados obtenidos han sido que, existe una relación significativa entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes de 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, Pisac, Cusco. El valor de significancia de $0,00 < 0,01$ permite aceptar la hipótesis alterna, indicando que a medida que las capacidades físicas aumentan, los fundamentos técnicos del fútbol tienden a disminuir, lo que se refleja en un coeficiente de correlación inversa media de $\rho = -0,505$. Esto sugiere que el énfasis excesivo en el desarrollo de las capacidades físicas podría estar afectando negativamente el desempeño técnico en el fútbol, destacando la necesidad de un equilibrio adecuado entre ambos aspectos para mejorar el rendimiento general de los estudiantes.

Palabras claves: Capacidades físicas, fundamentos técnicos, fútbol, balón

ABSTRAC

The study analyzes the relationship between physical abilities and the technical fundamentals of soccer in 4th grade high school students of the Bernardo Tambohuacso Pumayali Educational Institution in Pisac, Cusco, in 2024. It evaluates how the development of these physical abilities, such as strength, endurance, and speed, are linked to the mastery of the technical aspects of soccer, such as ball control, passing, and shooting, determining their impact on the sports performance of adolescents. The research seeks to promote the comprehensive development of these skills to improve both physical performance and sports technique in this population.

The general objective of the study was to determine the relationship between physical abilities and the technical fundamentals of soccer in 4th grade high school students of the Bernardo Tambohuacso Pumayali Educational Institution - Pisac, Cusco - 2024. The sample consisted of 52 students from the fourth year A and B of the secondary level. The design used was non-experimental, cross-sectional, and correlational. The instruments used were a questionnaire and an observation sheet. The results obtained were that there is a significant relationship between physical abilities and the technical fundamentals of football in 4th grade high school students at the Bernardo Tambohuacso Pumayali Educational Institution, Pisac, Cusco. The significance value of $0.00 < 0.01$ allows us to accept the alternative hypothesis, indicating that as physical abilities increase, the technical fundamentals of football tend to decrease, which is reflected in an average inverse correlation coefficient of $\rho = -0.505$. This suggests that excessive emphasis on the development of physical abilities could be negatively affecting technical performance in football, highlighting the need for an adequate balance between both aspects to improve the overall performance of students.

Keywords: Physical abilities, technical fundamentals, football, ball

PRESENTACIÓN

Dr. Hugo Asunción Altamirano Vega, es un placer saludarla, somos los Br. Nohemi Puma Ccallisaya y Br. Raul Guillermo Maldonado estudiante universitario de la carrera de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, y me complace presentar mi proyecto de investigación titulado Las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024.

Escribimos este estudio con el propósito de contribuir al conocimiento existente sobre la educación física y el desarrollo deportivo en el entorno escolar. Nuestra intención es proporcionar información valiosa que pueda ser utilizada por educadores, entrenadores y responsables de políticas educativas para mejorar la calidad de la enseñanza del fútbol en las escuelas. Además, buscamos identificar áreas específicas donde los estudiantes pueden necesitar apoyo adicional, con el objetivo de optimizar sus habilidades y fomentar un mayor interés y participación en el deporte.

Nuestro público objetivo incluye a investigadores en el campo de la educación física y el deporte, así como a docentes, entrenadores y autoridades educativas. También nos dirigimos a padres de familia y a la comunidad en general, quienes pueden beneficiarse de una comprensión más profunda sobre la importancia del desarrollo técnico en el fútbol y su impacto en el bienestar general de los estudiantes. Esperamos que los hallazgos de este estudio sean útiles para todos aquellos interesados en promover un desarrollo integral de los jóvenes a través del deporte.

El problema que estamos evaluando se centra en el nivel de los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del segundo grado del nivel secundario. Específicamente, queremos determinar cómo se encuentran desarrolladas habilidades como el control del balón,

el pase, el tiro, el dribbling y la defensa entre los estudiantes de la I.E. César Vallejo Haquira. Este análisis nos permitirá identificar fortalezas y debilidades en su formación deportiva y proponer estrategias para su mejora.

Los antecedentes de nuestra investigación incluyen estudios previos que han demostrado la importancia de un entrenamiento técnico adecuado en edades tempranas para el desarrollo de habilidades deportivas avanzadas. Investigaciones como las de Lago-Peñas y Lago-Ballesteros (2011) han destacado que el entrenamiento sistemático y bien estructurado en el fútbol puede conducir a un mejor rendimiento y una mayor satisfacción deportiva (Lago-Peñas & Lago-Ballesteros, 2011). Sin embargo, en el contexto peruano, existe una necesidad de estudios específicos que aborden las particularidades locales y regionales del desarrollo deportivo en las escuelas.

Antes de iniciar esta investigación, planteamos la hipótesis de que los estudiantes del segundo grado del nivel secundario de la I.E. César Vallejo Haquira presentan un nivel intermedio en los fundamentos técnicos del fútbol, con variaciones significativas dependiendo de factores como el acceso a entrenamientos formales, la participación en actividades extracurriculares y el apoyo familiar. Creemos que al identificar estos niveles y factores, podremos proponer intervenciones educativas que mejoren su desempeño y contribuyan a su desarrollo integral.

Este estudio es importante para la comunidad científica porque puede llenar un vacío en la literatura sobre el desarrollo técnico del fútbol en el contexto escolar peruano. Proporcionando datos empíricos sobre las habilidades técnicas de los estudiantes, la investigación puede servir de base para futuras investigaciones y políticas educativas, además de mejorar los programas de educación física y fortalecer una cultura deportiva equitativa en las escuelas.

INTRODUCCIÓN

El fútbol es una de las disciplinas deportivas más populares a nivel mundial, tanto por su capacidad de fomentar la actividad física como por los valores de trabajo en equipo, perseverancia y estrategia que inculca en sus practicantes. En el contexto educativo, la enseñanza del fútbol no solo tiene un componente recreativo, sino que también puede contribuir al desarrollo de capacidades físicas fundamentales y técnicas específicas del deporte. En este sentido, la presente investigación busca analizar las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, en Pisac, Cusco, durante el año 2024. Este estudio se justifica por la necesidad de comprender cómo el deporte, como parte integral de la educación física, puede influir en el desarrollo físico y técnico de los estudiantes.

Escribimos esta investigación con el propósito de aportar al campo educativo y deportivo, proporcionando una base sólida para futuras intervenciones pedagógicas que mejoren la enseñanza del fútbol en la escuela secundaria. Al examinar cómo se relacionan las capacidades físicas con los fundamentos técnicos del fútbol en un grupo específico de estudiantes, podremos ofrecer recomendaciones útiles tanto para los docentes como para los entrenadores que trabajan con jóvenes en formación. Además, este estudio busca resaltar la importancia de una preparación física adecuada para el rendimiento técnico en el fútbol, lo que podría ser beneficioso para los estudiantes en el contexto de su desarrollo integral.

El público principal de este estudio incluye a los docentes de educación física, entrenadores deportivos, autoridades educativas y profesionales de la salud interesados en el desarrollo juvenil a través del deporte. La comunidad educativa de Pisac también puede beneficiarse de los hallazgos, ya que este tipo de investigación puede contribuir al diseño de programas más efectivos que combinen la enseñanza deportiva con un enfoque en la salud y el bienestar de los estudiantes. Por último, la comunidad científica que se especializa en la

educación física y el deporte encontrará en este trabajo una base empírica sobre la cual basar futuras investigaciones.

La relación entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol es crucial, ya que ambas variables están interconectadas en el rendimiento deportivo. Las capacidades físicas, como la fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, influyen directamente en la ejecución de habilidades técnicas como el control del balón, el pase, el disparo y el regate. A su vez, un dominio técnico más avanzado permite a los jugadores aprovechar mejor sus capacidades físicas. Por lo tanto, explorar esta interacción es esencial para entender cómo los estudiantes pueden mejorar en ambos aspectos a lo largo de su desarrollo educativo y deportivo.

Entre los antecedentes de investigaciones similares, encontramos estudios que han analizado el impacto de programas de entrenamiento físico y técnico en adolescentes, así como investigaciones que examinan el papel del deporte en el desarrollo académico y social de los estudiantes. Sin embargo, existe poca investigación específica en el contexto del Cusco y, en particular, en zonas rurales como Pisac, donde factores culturales y geográficos pueden influir en el desarrollo deportivo de los jóvenes. Este vacío en la literatura subraya la importancia de realizar un estudio adaptado a las características específicas de esta población estudiantil.

Antes de iniciar esta investigación, planteamos la hipótesis de que los estudiantes que presentan mejores capacidades físicas también mostrarán un mayor dominio de los fundamentos técnicos del fútbol. Se espera que una mayor fuerza, velocidad y resistencia se correlacionen con un mejor rendimiento en habilidades como el control del balón, los pases y los disparos. Además, consideramos que los estudiantes con menor desarrollo físico pueden beneficiarse de intervenciones específicas que fortalezcan tanto sus capacidades físicas como su desempeño técnico.

Para ello, el trabajo de investigación se organiza de la siguiente manera.

Capítulo I: Planteamiento del problema, Situación problemática, justificación, formulación y objetivos del problema planteado.

Capítulo II: Bases teóricas, Marco conceptual y los antecedentes empíricos de la investigación.

Capítulo III: Se refiere a la hipótesis general, hipótesis específicas, identificación de variables e indicadores y operacionalización de variables.

Capítulo IV: Ámbito de estudio, tipo y nivel de investigación, unidad de análisis, población de estudio, tamaño de muestra, técnicas de selección de muestra, técnicas de recolección de información, técnicas de análisis e interpretación de la información, técnicas para demostrar la verdad o falsedad de las hipótesis planteadas.

Capítulo V: Procesamiento, análisis, interpretación, pruebas de hipótesis, presentación de resultados.

Capítulo VI: Discusión, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. **Ámbito de estudio: localización política y geográfica**

La Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali se encuentra ubicada en el distrito de Pisac, que pertenece a la provincia de Calca, en la región de Cusco, Perú. Administrativamente, el distrito de Pisac forma parte de la Mancomunidad Municipal del Valle Sagrado de los Incas, un conglomerado de municipios que trabajan en conjunto para el desarrollo sostenible de la región. Pisac es reconocido por su importancia histórica y cultural, así como por su relevancia en la estructura política de la provincia de Calca.

Geográficamente, la institución se encuentra en el valle del Urubamba, también conocido como el Valle Sagrado de los Incas. Este valle es famoso por su rica historia y su impresionante paisaje montañoso, con altitudes que varían considerablemente, proporcionando un entorno diverso en términos de clima y ecosistemas.

La Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali es accesible a través de la carretera que conecta Pisac con la ciudad de Cusco, la capital regional. El transporte público y privado es comúnmente utilizado por los estudiantes y el personal para desplazarse entre la institución y sus hogares. La cercanía a Pisac también permite el acceso a servicios básicos y a instalaciones de apoyo educativo y cultural.

Pisac es conocido por su mercado artesanal, ruinas arqueológicas y su rica herencia cultural que atraen a turistas de todo el mundo. Este contexto culturalmente vibrante y históricamente significativo ofrece un entorno único para la institución educativa, que puede integrar elementos culturales y tradicionales en su currículum, fomentando un sentido de identidad y pertenencia entre los estudiantes. La Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali está ubicado en el distrito de Pisac, provincia de Calca, Región de Cusco. Los

docentes son de la misma Institución Educativa, y se encuentra a responsabilidad de la UGEL Calca.

1.2. Descripción de la realidad problemática

El desarrollo de las capacidades físicas y fundamentos técnicos en el fútbol ha sido objeto de estudio en diversos contextos educativos a nivel mundial. Investigaciones como la de Lago-Peñas y Lago-Ballesteros (2011) destacan la importancia del entrenamiento físico y técnico desde edades tempranas para optimizar el rendimiento deportivo en etapas posteriores (Lago-Peñas & Lago-Ballesteros, 2011). Asimismo, estudios de la FIFA subrayan la relevancia de un enfoque integral que incluya tanto el desarrollo físico como técnico para formar futbolistas completos (FIFA, 2021).

En Perú, la situación del deporte escolar, especialmente en el fútbol, refleja una necesidad urgente de fortalecer las capacidades físicas y técnicas de los estudiantes. Según el Instituto Peruano del Deporte (IPD), existe una brecha significativa en el acceso a programas deportivos de calidad que promuevan el desarrollo integral de los jóvenes (IPD, 2020). Estudios nacionales también han mostrado que la falta de infraestructura adecuada y de entrenadores capacitados impacta negativamente en el rendimiento deportivo de los estudiantes (Ponce, 2018).

En la región de Cusco, la situación es similar, con desafíos específicos derivados de factores geográficos y socioeconómicos. Un estudio realizado por el Gobierno Regional de Cusco (2021) reveló que muchas instituciones educativas carecen de instalaciones deportivas adecuadas y que el acceso a entrenadores especializados es limitado. Esta situación afecta directamente el desarrollo de las capacidades físicas y técnicas en los estudiantes de la región.

En la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, se observan problemas similares. La falta de recursos y la escasa capacitación en técnicas deportivas modernas limitan

el potencial de los estudiantes en el fútbol. Los informes locales indican que, aunque hay interés y talento, los estudiantes no logran desarrollar plenamente sus capacidades debido a las restricciones mencionadas. Las principales causas de estos problemas incluyen la falta de infraestructura deportiva adecuada, la escasez de entrenadores especializados y programas de formación continua para docentes, y el escaso apoyo gubernamental y comunitario para el desarrollo deportivo a nivel escolar. Las consecuencias de estas deficiencias son diversas y significativas. A nivel individual, los estudiantes no alcanzan su máximo potencial deportivo, lo que puede afectar su autoestima y motivación. A nivel institucional, la escuela no logra destacarse en competencias deportivas, lo cual puede reducir el interés y la participación en actividades físicas. Además, a nivel comunitario, la falta de desarrollo deportivo puede perpetuar problemas de salud y limitar las oportunidades de integración y desarrollo social.

Los aportes de un estudio como el propuesto son múltiples. En primer lugar, proporcionará una base de datos actualizada sobre el estado de las capacidades físicas y técnicas de los estudiantes en la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali. En segundo lugar, permitirá identificar áreas específicas de mejora, lo que puede guiar la implementación de programas de entrenamiento más efectivos. Finalmente, los resultados pueden servir de referencia para otras instituciones educativas en la región y a nivel nacional, fomentando políticas y estrategias que mejoren el desarrollo deportivo de los estudiantes peruanos.

1.3. Formulación del problema

1.3.1 Problema general

¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?

1.3.2 Problemas específicos

¿Cómo es las capacidades físicas en la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024?

¿Cómo es los fundamentos técnicos del fútbol en la Institución Educativa de Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?

¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?

¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?

¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?

¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?

¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?

1.4. Justificación de la investigación

Justificación Teórica

Las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol son esenciales en la formación deportiva de los estudiantes, especialmente durante la etapa escolar secundaria, donde el desarrollo de habilidades motrices y técnicas es crítico. Según García y Delgado (2019), las capacidades físicas, como la fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, constituyen la base para el rendimiento deportivo, y su adecuado desarrollo impacta positivamente en la ejecución de fundamentos técnicos como el pase, el control y la conducción del balón. Este enfoque teórico es relevante porque permite entender cómo se interrelacionan estas capacidades en la práctica deportiva, facilitando la mejora del rendimiento en el fútbol escolar.

Justificación Metodológica

La metodología cuantitativa es adecuada para analizar la relación entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en estudiantes, dado que permite medir variables concretas mediante instrumentos estandarizados y confiables. Hernández, Fernández y Baptista (2020) señalan que los estudios cuantitativos son fundamentales para establecer correlaciones y patrones que informen decisiones educativas y deportivas. Este enfoque metodológico facilita la obtención de datos objetivos que respaldan la identificación de necesidades específicas y áreas de mejora en el rendimiento físico y técnico de los estudiantes.

Justificación Pedagógica

El desarrollo de las capacidades físicas y técnicas en el fútbol promueve aprendizajes significativos y fomenta competencias relacionadas con la educación física, como la motricidad y el trabajo en equipo. Según Ruiz y García (2020), incorporar fundamentos técnicos en el currículo escolar contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, fortaleciendo su salud

física y habilidades sociales. En este contexto, la investigación permite diseñar estrategias pedagógicas que optimicen las sesiones de entrenamiento y mejoren el desempeño de los estudiantes en el deporte, alineándose con los objetivos de la educación física escolar.

Justificación Psicológica

El fútbol, como actividad deportiva, no solo mejora las capacidades físicas, sino que también influye positivamente en aspectos psicológicos como la autoestima, la motivación y el manejo del estrés. Según López y Pérez (2021), la práctica deportiva regular en adolescentes contribuye al desarrollo de habilidades emocionales y sociales, fortaleciendo la confianza en sí mismos y fomentando una mentalidad positiva frente a los retos. La investigación es clave para comprender cómo el entrenamiento técnico y físico impacta en el bienestar psicológico de los estudiantes, promoviendo un enfoque integral en su formación.

Justificación Práctica

Desde un enfoque práctico, esta investigación proporciona herramientas y conocimientos que pueden ser implementados por docentes y entrenadores para mejorar la calidad de los programas de fútbol en la institución educativa. Según Martínez y Torres (2020), adaptar los entrenamientos a las necesidades y capacidades específicas de los estudiantes garantiza una mayor efectividad en el aprendizaje y el rendimiento deportivo. Los resultados del estudio ofrecerán insumos concretos para planificar actividades que potencien tanto las capacidades físicas como los fundamentos técnicos del fútbol en el contexto escolar.

1.5. Objetivos de la investigación

1.5.1 Objetivo general

Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

1.5.2 Objetivos específicos

Determinar cómo es las capacidades físicas en la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024.

Determinar cómo es los fundamentos técnicos del fútbol en la Institución Educativa de Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024 .

Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024.

Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

1.6. Delimitación y limitaciones de la investigación

Delimitación de la investigación

Esta investigación se enfocará en evaluar y analizar las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, ubicada en la localidad de Pisac, Cusco, durante el año 2024. Se centrará exclusivamente en la población estudiantil de esta institución y no incluirá estudiantes de otros grados o escuelas. El estudio analizará variables como la fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad, que forman parte de las capacidades físicas, y habilidades técnicas específicas del fútbol, como el control del balón, el pase, el disparo y el regate.

Asimismo, se delimita temporalmente al periodo académico del año 2024, lo que implica que los datos se recogerán dentro de este marco temporal. Geográficamente, el estudio se desarrollará en el contexto rural de Pisac, una zona con particularidades que pueden influir en el desarrollo físico y técnico de los estudiantes. Los instrumentos de recolección de datos incluirán pruebas físicas estandarizadas y observación de la ejecución técnica en situaciones de práctica y juego.

Limitaciones en la investigación

Entre las limitaciones que podrían presentarse en esta investigación, se destaca la disponibilidad de tiempo tanto de los estudiantes como de los docentes y entrenadores, lo cual podría restringir la cantidad de sesiones de observación y evaluación que se lleven a cabo. Además, el acceso a recursos y materiales adecuados, como equipamiento deportivo específico, puede ser limitado en una institución rural, lo que podría afectar la calidad o precisión de algunas mediciones.

Otra limitación importante es la posible falta de uniformidad en los niveles iniciales de desarrollo físico y técnico de los estudiantes, ya que algunos pueden haber tenido experiencias previas en fútbol mientras que otros no. Esto podría influir en los resultados al introducir variabilidad no controlada en el estudio. Además, las características geográficas y ambientales de la zona, como la altura, podrían impactar el rendimiento físico de los estudiantes y no estar reflejadas de manera equitativa en otras investigaciones comparativas.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Estado del arte de la investigación

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Romero, Pulido (2021) realizó un estudio titulado: Evaluación de las capacidades físicas en escolares mediante el uso de la batería EUROFIT. El objetivo general del estudio fue evaluar las capacidades físicas de los estudiantes del Colegio Gerardo Paredes mediante el uso de la Batería EUROFIT (European Physical Fitness). La muestra estuvo constituida por 116 escolares, en edades entre los 9 a 12 años, donde participaron 66 niñas y 50 niños. El diseño que se utilizó fue descriptivo, de enfoque cuantitativo no experimental de tipo transversal. Los instrumentos que se usaron fueron ocho test por los que está compuesta por dinamómetro manual (fuerza máxima isométrica de prensión manual) test flamenco (equilibrio estático) Curl up (fuerza y resistencia abdominal) El test de Wells (flexibilidad del tronco) prueba 10 x 5 (velocidad de desplazamiento y agilidad) test de Course Navette (potencia aeróbica máxima)

salto horizontal (fuerza explosiva de los miembros inferiores) test de Tapping (velocidad de los miembros superiores). Y los resultados obtenidos han sido que, se encontraron bastantes diferencias dentro de los valores antropométricos y capacidades físicas con escolares de Europa y Asia, pero en Latinoamérica al realizar la comparación con países como Perú y Venezuela, los resultados determinan que no hubo mayores diferencias.

Ortiz (2024) realizó un estudio titulado: los juegos predeportivos en el fundamento técnico del pase en el fútbol en escolares de educación general básica media en la ciudad de Ambato del país de Ecuador. El objetivo general del estudio fue Determinar la incidencia de los Juegos Predeportivos en el fundamento técnico de pase en el fútbol en escolares de educación general básica media de la Unidad Educativa ‘‘La Merced’’ de la ciudad de Ambato, Ecuador durante el periodo académico septiembre 2023- febrero 2024. La muestra estuvo constituida por 33 escolares pertenecientes a sexto grado de Educación Básica Media. El diseño que se utilizó fue pre experimental. Los instrumentos que se usaron fue el test de la técnica de pase en el fútbol. Y los resultados obtenidos han sido que, se obtuvo un porcentaje del 66,7% de los escolares estuvieron en un nivel bajo y seguido con un 33,3% de los escolares en un nivel medio, dando por concluido que no ejecutaron un buen pase mediante los obstáculos que se les puso en frente de cada uno y de la misma manera no tuvieron buena coordinación con el balón.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Quispe (2022) realizó un estudio titulado: Capacidades físicas durante la pandemia por covid19 de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 De Puno 2022 en la ciudad de Puno del país de Perú. El objetivo general del estudio fue determinar el nivel de las capacidades físicas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Industrial 32 Puno – 2022. La muestra estuvo constituida por 250 estudiantes de ambos géneros de edades entre los 12 y los 17 años. El diseño que se utilizó fue no experimental. Los

instrumentos que se usaron fueron Test para evaluar el desarrollo de las capacidades físicas. Y los resultados obtenidos han sido que la capacidad física se posiciona en niveles regulares y buenos (47.60%), en velocidad el 30% se posiciona en un nivel muy bueno, la fuerza se esclarece en un nivel excelente (14%) y regular (4.8%), la resistencia se posiciona en niveles deficientes en un 15% y bueno en un 12.40%, la flexibilidad obtuvo niveles deficientes en un 37.20%. Se arriba del análisis por medio de los niveles regulares y buenos en cuanto a la capacidad física, que los estudiantes deben desarrollar su desarrollo motriz en cuanto a la necesidad física ya que se encuentra en vía de menoscabo de su calidad de vida.

Quiroz (2023) realizó un estudio titulado: Nivel de dominio del pase como fundamento técnico del fútbol en estudiantes de la academia deportiva real atlético del distrito de hunter Arequipa 2023. El objetivo general del estudio fue determinar el nivel de dominio del pase como fundamento técnico del fútbol en estudiantes de la academia en estudio. La muestra estuvo constituida por 72 alumnos. El diseño que se utilizó fue el descriptivo la que consiste en la descripción, análisis e interpretación de un hecho o fenómeno. Los instrumentos que se usaron fue la ficha de observación para la medición del fundamento técnico de pase del fútbol. Y los resultados obtenidos han sido que, el nivel de dominio del pase como fundamento técnico del fútbol presenta una distribución heterogénea entre las diferentes categorías de edad. Aunque existen algunos estudiantes con niveles buenos y excelentes, es evidente que la mayoría de ellos se encuentran en el nivel regular. Esto sugiere la necesidad de implementar estrategias de enseñanza y entrenamientos específicos para mejorar este aspecto técnico en los estudiantes. Además, estos hallazgos pueden servir como base para futuras investigaciones y para el desarrollo de programas de formación más efectivos en la academia deportiva Real Atlético.

2.1.3. Antecedente Local

Caceres, Ferro (2023) realizaron un estudio titulado: Las capacidades coordinativas y los fundamentos técnicos del futbol en los estudiantes del 3er grado del nivel secundario de la

institución educativa mixta Sagrado Corazón De Jesús del Cusco – 2023. El objetivo general del estudio fue determinar la relación que existe entre las capacidades coordinativas y las técnicas de Fútbol en los estudiantes del 3er grado sección E y F del nivel Secundario de la Institución Educativa Mixta Sagrado Corazón de Jesús del Cusco – 2023. La muestra estuvo constituida por 40 estudiantes. El diseño que se utilizó fue de tipo descriptivo correlacional. Los instrumentos que se usaron fueron la encuesta. Y los resultados obtenidos han sido que, sobre la técnica pases con el balón entre dos postes, el 47,5% de los estudiantes tiene un dominio medio, mientras que el 40,0% califico en alto, solo el 12,5% está en un nivel bajo, se aprecia que un número relevante de los estudiantes presentan un dominio medio en lo referente a que pasan el balón con la parte interna del pie, así como también dicho desempeño de manera similar lo efectúa al pasar el balón derribando postes.

2.2. Bases teóricas

2.1.1. Capacidades Físicas

Según González y Ribas (2002) las capacidades físicas se refieren al conjunto de cualidades y habilidades físicas que posee un individuo y que determinan su capacidad para realizar actividades físicas de manera eficaz y eficiente., las capacidades físicas comprenden aspectos como la fuerza, la resistencia, la velocidad, la flexibilidad, la coordinación y la agilidad, entre otras. Estas capacidades son fundamentales para el rendimiento deportivo, la salud física y el bienestar general del individuo, y su desarrollo adecuado contribuye a mejorar la calidad de vida y prevenir lesiones.

Dimensiones de capacidades físicas

2.1.1.1. Fuerza:

Según López y Fernández (2015) La fuerza es la capacidad del sistema neuromuscular para generar tensión y vencer resistencias externas. en su libro "Fisiología del ejercicio", esta

dimensión es esencial para realizar actividades físicas de alta intensidad y mejorar el rendimiento deportivo en disciplinas como el levantamiento de pesas, el sprint y el salto.

2.1.1.2. Resistencia:

Como mencionan Platonov y Bulatova (2017) la resistencia se define como la capacidad de mantener un esfuerzo físico durante un periodo prolongado de tiempo. en "Entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología", esta dimensión incluye tanto la resistencia aeróbica, que se relaciona con la capacidad del sistema cardiovascular y respiratorio para suministrar oxígeno durante el ejercicio, como la resistencia anaeróbica, que se refiere a la capacidad de los músculos para mantener el esfuerzo en ausencia de oxígeno.

2.1.1.3. Velocidad:

Según González y Ribas (2002) la velocidad es la capacidad de realizar movimientos rápidos en el menor tiempo posible. en "Bases de la Programación del Entrenamiento de Fuerza", esta dimensión es esencial en deportes como el atletismo, el fútbol y el baloncesto, donde la velocidad de reacción y desplazamiento son determinantes para el éxito.

2.1.1.4. Flexibilidad:

Como señalan Platonov y Bulatova (2017) la flexibilidad se refiere a la capacidad de mover las articulaciones a través de un rango completo de movimiento. en "Entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología", esta dimensión es importante para prevenir lesiones, mejorar la postura y la eficacia del movimiento, y facilitar la realización de actividades diarias y deportivas.

Las Capacidades Físicas Básicas

Villar (2001) Se puede precisar que las capacidades físicas básicas y los divisores que establecen la aptitud físicamente de la persona, en el cual lo lleva a una ejecución de un

establecido entrenamiento físico y dan el apoyo al crecimiento de su esfuerzo físico a través de su actividad.

Delgado y Tercedor (2002) La definición capacidad o cualidad física presenta varias referencias, por lo que debido a sus contradicciones que generan, parece aclarar, a los términos como cualidad y capacidad.

Fuerza Máxima, Fuerza Explosiva y Fuerza Hipertrofia Fuerza Hipertrofia

Cometti (1988) Fue uno de los autores en enlazar la hipertrofia y la fuerza. Se ha definido la hipertrofia como un aumento de la masa muscular y se da de manera esquemática por motivo donde se produce hipertrofia mediante un trabajo de fuerza, quiere decir, en un trabajo sin ser específico de hipertrofia.

Badillo (2005) La capacidad donde el músculo es donde produce la fuerza dependiendo de su sección transversal, del número de fibras del musculo y de los puentes cruzados aptos. De tal manera que el grosor muscular decide el potencial de fuerza en la persona. Por eso se puede mencionar que predomina en la fuerza de una forma indirecta. El aprovechamiento de esa capacidad también tiene que estar dependiendo de la actividad neuromuscular.

Izquierdo M. (2003) Se enlaza la hipertrofia muscular como un factor importante de prevenir las lesiones, ya que un músculo esquelético con más tono, mejor o más hipertrofia, también se desarrolla una hipertrofia desde su propio tendón por las tensiones producidas mediante la actividad física. También es verdad que en otros estudios se defiende la idea de que la hipertrofia, en donde a nivel neuromuscular produce una reducción del rendimiento, antes de la mejora.

Fuerza Máxima

Badillo (2004) Capacidad donde se genera el valor de fuerza más desarrollado que el sistema neuromuscular pueda obtener en una contracción máxima voluntaria. Según la forma de contracción, el porcentaje de fuerza será variable. Quiere decir que, se sabe que el músculo producirá su mayor porcentaje de fuerza en contracciones excéntricas, y luego las isométricas, y finalizando las concéntricas; para verse en números, se puede decir que en una contracción concéntrica máxima, se puede llegar a un 100% que se denomina RM, que quiere decir repetición máxima; pero en contracciones isométricas se podrá llegar a los valores ligeramente por arriba del 100% de su capacidad, y en contracciones excéntricas donde se podrían llegar a porcentajes de fuerza del 130-140%.

Adaptaciones de la Fuerza Máxima

Para confrontar las varias adaptaciones que genera el trabajo de Fuerza Máxima, se divide los sistemas del esfuerzo físico:

- **Métodos con sobrecargas:**

Manso (1999) Los primeros hechos que se encuentran con este método son de carácter nervioso; o sea se mejora las capacidades coordinativas musculares; mejoran en la sincronización intramuscular e intermuscular. A nivel estructural se da la producción de una leve hipertrofia en individuos que no entrenan seguido, pero eso no se da en atletas.

- **Métodos excéntricos:**

Vershochansky, Cometti y Bompa (1990, 1999 y 2005) Las mejoras neuromusculares que genera el trabajo excéntrico en la fuerza máxima son mucho mayores, ya que no solo se estará afectando a la sincronía muscular, también es afectada a los reflejos miotáticos empeorando su respuesta en donde

se hace más sensible, incrementando la fuerza activa muscular. Tal manera que también genera gran adaptación en las fibras, ya que en donde las cargas muy altas son necesarias para este trabajo que se produce en un reclutamiento alto de estas fibras.

- **Método isométrico:**

Knapik (1983) Con los mismos sistemas de actividades físicas, se obtiene una mejora tanto neuromusculares y estructurales, incluyen los métodos sin desplazamiento, donde mejora la coordinación muscular y se produce una fuerte rotura muscular; pero el principal problema de los métodos isométricos es que solo se produce la ganancia de fuerza en los rangos donde se realizan dichas contracciones musculares.

Fuerza Explosiva

Elvar et al (2006) Se trata principalmente de ser capaces de evolución en su máxima fuerza posible, en el menor tiempo, ya que no siempre la velocidad es el factor característico en la fuerza explosiva, o sea, un mismo individuo puede realizar desplazamientos explosivos, rápidos o lentos de acuerdo al aumento de carga, pero también de mantenerse una misma carga, las variaciones de velocidad se deben a los cambios de la capacidad del propio individuo para ejecutar su fuerza explosiva. Se puede definir que la fuerza explosiva es donde hay gran incremento de tensión muscular por unidad de tiempo, en el cual, está presente en todas las características de la fuerza.

Fuerza Resistencia

Román (2004) Propone que es la capacidad del sujeto para enfrentar a la fatiga en rendimientos de fuerza de mayor duración o repetidos. Esta forma de fuerza depende de:

- La fuerza máxima.
- La Resistencia.
- La coordinación intramuscular. (p. 8-19)

Coordinación

Villar (1998) Es cuando se es capaz de enlazar la mente con el músculo, es decir, la parte neuromuscular, y en que adapta con exactitud lo que se va pensando a través de la imagen que se realizó por el conocimiento motriz siendo obligada al movimiento (p. 3-11).

Clasificación de la capacidad de la velocidad

Grosser (1988) Indica que hay diferentes tipos de velocidad:

Velocidad de reacción: Es aquella que sucede desde la emisión del estímulo hasta la contracción muscular correcta. En el cual se llama como velocidad de reacción motriz y tiempo de reacción.

Velocidad de acción: Capacidad de efectuar desplazamientos acíclicos a la máxima velocidad delante de resistencias bajas. Son sinónimos: velocidad de desplazamiento simple o velocidad de coordinación motriz.

Velocidad gestual o frecuencial: Capacidad de enfocar desplazamientos cíclicos que se repiten a máxima velocidad o frecuencia. Hay términos que son utilizados: frecuencia máxima o frecuencia de desplazamiento.

Velocidad de aceleración: Capacidad de aparecer lo antes posible a máxima velocidad de frecuencia. De esta manera la fuerza explosiva conlleva una gran importancia. Son sinónimos: capacidad de aceleración o capacidad de fuerza veloz.

Velocidad de locomoción: Es la velocidad que su gesto es aplicada complacidamente a la carrera. Está reunido con la velocidad máxima de carrera. Hay términos como: velocidad máxima y la capacidad de sprint.

Velocidad resistencia: Capacidad de mantenerse la máxima velocidad en el gran tiempo posible.

Importancia de la Flexibilidad

Sánchez y Cols (2001), Se señala que una mejor flexibilidad accede:

- 1) Se limita, se disminuye y se evita el número de lesiones, no solamente de músculos, sino también de articulaciones.
- 2) Se facilita el aprendizaje de la mecánica.
- 3) Se incrementa las otras posibles capacidades físicas que incluye la fuerza, la velocidad y la resistencia.
- 4) Se garantiza la amplitud del gesto técnico específico y de desplazamientos de forma natural.
- 5) Se realiza y se perfecciona desplazamientos estudiados; se economiza los movimientos y las repeticiones.

- 6) Se desplaza con gran rapidez cuando la velocidad de movimiento está dependiendo de la frecuencia y amplitud de la zancada.
- 7) Se refuerza el conocimiento del propio cuerpo.
- 8) Se llega a los límites de cualquier región a base del cuerpo sin deteriorarse de ésta y de forma activa.
- 9) Se aumenta la relajación física.
- 10) Estando en forma.
- 11) Y se refuerza la salud.

Cesare (2000) tiene el concepto que la flexibilidad son dos:

Flexibilidad general: donde se da la movilización de todas las articulaciones que acceden ejecutar muchos desplazamientos con mucha amplitud.

Flexibilidad especial: reside de una examinable movilidad, que llega hasta la mayor amplitud y que se representa en ciertas articulaciones, de acuerdo a la rigurosidad del deporte activo. (p. 5- 23)

Sánchez y Cols (2001) transcriben tres tipos de flexibilidad:

Flexibilidad anatómica: capacidad de relajación de músculos y ligamentos, donde se posibilita estructuralmente de avalar la amplitud de un cierto desplazamiento desde el grado de libertad que obtiene cada articulación de manera natural.

Flexibilidad activa: se considera como una amplitud mayor de una articulación o de desplazamiento que pueden llegar al individuo sin apoyo externo, en el cual procede a través de la contracción y relajación voluntaria de los músculos del cuerpo.

Flexibilidad pasiva: mayor amplitud de una articulación o de un desplazamiento desde la acción de fuerzas externas, o sea, durante el apoyo de un amigo, un aparato y el peso corporal (p. 7 - 36).

Resistencia Aeróbica y Resistencia Anaeróbica

Lares (2015) Resistencia Aeróbica es lo que desarrolla u obtiene una persona y hace demostrar a través de un ritmo correcto, es preparado de realizar una actividad sostenida en equilibrio de oxígeno. Además, es una capacidad de hacer lo contrario hacia el cansancio por un equilibrio con la obligación de oxígeno y su almacenamiento. La resistencia aeróbica tiene un enlace directo hacia la capacidad del sistema circulatorio y respiratorio para sostener oxígeno y de materias que alimentan a los músculos y transportan desde los puntos de desviación a los productos de residuo que producen mediante el esfuerzo. Se desarrollan y mejoran esa capacidad que ofrecen las ventajas de poder realizar de una manera hacia un trabajo sostenido, como en el aspecto deportivo, poco a poco incrementando la intensidad en equilibrio de oxígeno.

Resistencia Anaeróbica

Platonov (1998) Ambas resistencias tanto anaeróbica y la aeróbica son primordiales en el aspecto físico del deportista, al efectuar una variación pronunciada de los entrenamientos, donde es simultaneo su desarrollo de dos o tres cualidades relacionadas a la resistencia, como: cualidades anaeróbicas y resistencia física al cansancio, cualidades aeróbicas y rendimiento de los músculos, también desarrollar de su potencial corporal y características de logros motores y de las capacidades tácticas.

Harre (1982) Menciona que el enlace con las demás capacidades básicas es:

Fuerza resistencia: aclara una mayor capacidad de esfuerzo de la fuerza incluyendo la resistencia muy buena y una resistencia permanente y bien procesada en los músculos que mayor esfuerzo hay en la secuencia de desplazamiento en el deporte.

Velocidad resistencia: capacidad de contraponer al cansancio provocado por esfuerzos en velocidades mayores a las máximas y con una provisión de energía preponderante de la anaeróbica. A través de la manera de especificidad de la modalidad deportiva: es importante variar las partes de entrenamiento de resistencia aplicada y de la resistencia más específica de competencia para varios deportes. Si más largo sea la distancia de la competencia, más es la consideración de cada entrenamiento de la resistencia aplicada.

Resistencia básica: Se facilita en los elementos importantes para su formación y expresión de la resistencia específica de competencia. Hay importantes trabajos que son desarrollados en la capacidad aeróbica y se utiliza económicamente, capacitando al entrenado para perfeccionar poco a poco a la mayor densidad de carga incluyendo a una evolución de velocidad para poder desarrollar continuamente a nuevas reservas para mejorar del rendimiento.

Resistencia específica: Donde incurre directo hacia la formación y el fortalecimiento del rendimiento en el deporte; en cuanto a la resistencia específica, las demás características del esfuerzo físico, quiere decir que la velocidad, la frecuencia y los parámetros de desplazamiento y su duración del esfuerzo, se acercan a los parámetros específicos competitivamente y que también se acogen correspondientemente con varios de los factores.

2.1.2. Fundamentos técnicos del fútbol

Se ha comprobado que los fundamentos consisten en diversas acciones o secuencias técnicas que se enseñan y entrenan a un grupo de individuos con un propósito específico. En esta situación, los gestos técnicos relacionados con el fútbol abarcan una variedad de

movimientos complejos, ya que el jugador debe dominar acciones como el control del balón, los pases, los tiros, el regate, los saques, entre otros. Además, es necesario contar con una preparación táctica y física adecuada. La esencia principal en estos fundamentos técnicos radica en la habilidad para manipular el balón y en una buena colaboración en equipo, acompañada por una comunicación efectiva entre los jugadores en el campo de juego (Gomez, Noblejas, & Pelaez, 2022).

Según Estrada et al. (2020) los fundamentos técnicos del fútbol son habilidades que se introducen inicialmente mediante enseñanza y posteriormente se perfeccionan a través de práctica. Rara vez se presentan de manera aislada. En la mayoría de las ocasiones, los movimientos parciales y los componentes técnicos se entremezclan en conjunto.

Dimensiones de fundamentos técnicos del fútbol

2.1.2.1. Dominio del balón

Ccopa (2016) menciona que “es un fundamento técnico que se basa en controlar el balón impidiendo que este caiga al piso, sirve para familiarizarse con el balón y mejorar la coordinación” (p. 28). En otras palabras, se trata de una habilidad técnica que implica el uso de destrezas y habilidades para evitar que el balón toque el suelo, manteniéndolo en el aire utilizando todas las partes del cuerpo permitidas en el fútbol.

2.1.2.1.1. Tipos de dominio de balón

- **Dominio con el pie:** Consiste en mantener el equilibrio mientras se toca el balón para evitar que caiga. Se requiere mantener la mirada en el balón y flexionar las rodillas.
- **Dominio con el muslo:** Implica utilizar la parte frontal del muslo para controlar el balón, ajustando la posición según la dirección del balón.

- **Dominio con la cabeza:** Se realiza por encima de la cabeza o con la frente, involucrando la inclinación de la cabeza hacia arriba y manteniendo el cuello relajado. Además, se flexionan las rodillas para mantener el equilibrio y el balón en el aire (Monroy, 2015).

2.1.2.2. Conducción del balón

De acuerdo con lo mencionado por Aguilar (2014), se define como un gesto técnico que permite mover el balón a lo largo del terreno de juego. Dicho de otro modo, esta maniobra consiste en poner en marcha el balón mediante toques repetidos con cualquier parte del pie, proporcionándole dirección y velocidad.

2.1.2.2.1. Tipos de conducción del balón

- **La parte interna del pie:** Para realizar el traslado del balón de esta manera, la pierna deberá estar doblada en un ángulo de 90°, lo que permitirá que la parte superior del pie esté a una altura intermedia y en contacto constante con el balón.
- **La parte externa del pie:** Para llevar a cabo el transporte del balón con esta área, es necesario hacer que el balón entre en contacto con la región específica del pie; esto se utiliza para cambiar la dirección durante el avance.
- **El empeine completo:** Para mover el balón usando esta parte del pie, se requiere una perfecta coordinación y control entre el movimiento y el contacto con el balón. Esta forma de conducción es especialmente rápida.
- **La zona inferior del pie (planta):** Al transportar el balón de esta manera, los brazos deben estabilizarse ligeramente abiertos, mientras que el tronco se inclina suavemente hacia adelante para proteger el balón. Esta técnica de conducción es útil para perfilar el movimiento hacia la derecha o izquierda.

Dentro del ámbito de la trayectoria, se pueden identificar varios tipos de conducción:

- **Conducción en línea recta:** Esta técnica se emplea con el propósito de ganar terreno.
- **Conducción en zigzag o estilo slalom:** Utilizada para eludir a los adversarios en un patrón serpenteante.
- **Conducción lateral:** Se utiliza para resguardar el balón y evitar que los oponentes lo intercepten.
- **Conducción con cambios de dirección:** Esta modalidad permite esquivar al rival al alterar la trayectoria mediante giros (Calderón, 2013).

2.1.2.3. Pases en los fundamentos técnicos de fútbol

Jaila & Arpi (2017) “Es un elemento técnico básico, que se aplica muy continuo en el fútbol” (p.50). Esto implica que se trata de la habilidad técnica esencial para el juego en equipo, contribuyendo al control del partido.

2.1.2.3.1. Tipos de pase de los fundamentos técnicos de fútbol:

Estas categorizaciones se han estructurado en función de los siguientes aspectos:

Distancia

- **Pase corto:** Se ejecutan en distancias menores a diez metros, siendo un movimiento esencial en todas las áreas del campo donde el jugador se encuentra.
- **Pase medio:** Utilizados para aumentar la rapidez de avance o ampliar el juego, este tipo de pase se aplica en varias situaciones del partido.

- **Pase largo:** Realizados con precisión a más de treinta metros, estos pases tienen la finalidad de alterar la ubicación del juego o profundizar la jugada.

Altura

- **Pase a ras del suelo:** Contribuye a facilitar la recepción por parte del compañero o acelera el juego con un primer toque.
- **Pase a media altura:** Favorece la progresión en el juego o crea oportunidades claras de gol.
- **Pase elevado:** Utilizado para pases largos, envío de centros a los compañeros o para liberarse de la presión del equipo rival.

Zona de contacto

- Las formas más comunes son utilizar el borde interno del pie, el borde externo, el empeine completo y la puntera.

2.1.2.4. Recepción de los fundamentos técnicos de fútbol

Según Jaila y Arpi (2017), se considera como un componente técnico esencial entre las habilidades fundamentales del fútbol, dado que una recepción adecuada sienta las bases para generar oportunidades y situaciones de riesgo en el juego. En otras palabras, esta acción técnica, cuando se realiza correctamente en este deporte, prepara el balón para futuros pases o para la posibilidad de anotar un gol.

2.1.2.4.1. Tipos de recepción de los fundamentos técnicos de fútbol

- **Recepción con el borde interno:** Empleada para dominar balones que se desplazan a ras de suelo, a media altura, o que llegan tras un desvío o rebote.
- **Recepción con el muslo:** Utilizada para controlar balones en el aire, con el objetivo de dejarlos en el suelo y posibilitar un pase preciso, facilitando la fluidez del juego.

- **Recepción con la planta del pie:** Empleada para controlar balones que rebotan o para agregar pausas al juego.
- **Recepción con el pecho:** Se utiliza para recibir pases largos provenientes de elevadas alturas.

Además, se han identificado otras técnicas de recepción del balón, a saber:

- **Recepción con el empeine completo:** Utilizada para capturar balones en alturas, exige un tacto delicado para evitar rebotes en la superficie de contacto.
- **Recepción con el talón:** Aplicada para controlar pases que llegan por detrás o están atrasados.
- **Recepción con la cabeza:** Principalmente empleada para dominar balones en el aire (Jaila & Arpi, 2017).

2.1.2.5. Remate del balón

Según Quispe (2016), se refiere al "elemento técnico fundamental en el fútbol que implica impactar el balón con la intención de dirigirlo hacia la portería rival para anotar un gol" (p. 30). En términos más simples, se trata de una destreza técnica que demanda precisión y potencia, puede llevarse a cabo tanto estando quieto como en movimiento, y ofrece la posibilidad de concluir una acción de juego en equipo o individuo.

2.1.2.5.1. Tipos de remates

El área de contacto:

- **Remate con el empeine:** Se ejecuta utilizando el área central del empeine.
- **Remate con el borde interno:** Puede ser poderoso o con efecto, y puede ser dirigido rasante o elevado.

- **Remate con el borde externo:** Se utiliza cuando se busca aplicar efecto al balón.
- **Remate con la punta del pie:** Es un tiro muy potente pero impreciso debido a la dificultad en el control.
- **Remate con la rodilla:** Se produce de manera accidental o cuando el balón se encuentra a la altura y dirección de la rodilla.
- **Remate con el taco:** Usado cuando el balón está detrás o retrasado, considerado una técnica de lujo.
- **Remate con la cabeza:** Implica golpear el balón con la cabeza a través de un centro o desvío hacia la portería rival.

La altura del balón:

- **Remate al ras del suelo:** Son tiros dirigidos directamente hacia la portería sin elevar el balón.
- **Remate a media altura:** Son disparos que poseen una gran potencia en su ejecución.
- **Remate en altura:** Se trata de disparos realizados desde una distancia lejana a la portería.
- **Remate de semi-volea:** Se realiza tras un rebote antes de tocar el balón.
- **Remate de volea:** Realizado cuando el balón llega con cierta altura, golpeándolo antes de que toque el suelo.
- **Remate de semi-chalaca:** Implica golpear el balón después de un rebote mientras se está de espaldas a la portería.
- **Remate de chalaca:** Requiere un movimiento acrobático para golpear el balón potente con el cuerpo suspendido.

- **Remate de media vuelta:** Se realiza girando sobre el eje mientras se golpea el balón, estado de espaldas a la portería

La dirección del balón:

- **Remate en línea recta:** Implica disparos directos hacia la portería.
- **Remate cruzado o en diagonal:** Se ejecutan con el pie interno o externo, buscando un ángulo específico en la portería.
- **Remate con efecto:** Se originan al impactar el balón con el borde interno o externo, lo que le consiguió un giro (Quispe, 2017).

➤ **Deficiencias técnicas del fútbol**

Según Moreno (2013), las deficiencias que se presentan a la hora de ejecutar las acciones técnicas en el fútbol incluyen el golpeo del balón, la recepción, el cabeceo, la conducción y otros aspectos fundamentales. Comprender y corregir estos errores es esencial para el desarrollo adecuado de los jugadores en el fútbol.

➤ **Golpeos del balón**

En el golpeo del balón, los errores más comunes en el uso del interior del pie incluyen la falta de alineación adecuada del pie con la dirección del golpeo y la mala colocación del pie de apoyo. Estos errores afectan la precisión del disparo. Además, no realizar la rotación externa de la pierna desde la cadera y descuidar el movimiento de la pierna hacia atrás y el acompañamiento después del golpeo son problemas comunes. El movimiento incorrecto del

tronco y la falta de tensión en las articulaciones de la rodilla y el tobillo también pueden debilitar la fuerza del golpeo.

En el caso del golpeo con el empeine interior, la rotación excesiva del balón y la incapacidad para elevar el balón medio alto o alto son errores frecuentes. Estos pueden deberse a una mala alineación del pie con el balón y una inclinación exagerada hacia adelante del tronco. Además, la inclinación exagerada hacia atrás de la pierna de apoyo puede llevar a tiros por encima de la portería. La ubicación inadecuada de la pierna de apoyo también puede reducir la velocidad del balón.

En el caso del golpeo con el empeine total, errores incluyen la falta de alineación con la dirección del golpe, la falta de tensión en el pie y la ejecución insuficiente de la pierna que golpea desde la rodilla. Además, algunos jugadores pueden extender la pierna prematuramente, resultando en toques al suelo. La posición incorrecta de la pierna que no golpea también puede causar una trayectoria elevada del balón.

➤ **Recepción del balón**

Los errores comunes en la recepción del balón incluyen la rigidez de las articulaciones, el retraso en el retroceso de la pierna, el lanzamiento prematuro de la pierna y el mal contacto del balón debido a la falta de atención. La corrección de estos errores es esencial para una recepción efectiva.

➤ **Conducción del balón**

En la conducción del balón, los errores frecuentes son empujar el balón en lugar de conducirlo suavemente, tocar el balón con el pie tenso en el tobillo, mantener el balón demasiado lejos, no inclinarse hacia adelante, romper el ritmo del movimiento y no utilizar ambos pies. Además, la mirada constante en el balón puede limitar la conciencia espacial del jugador.

➤ **Cabeceo con el centro de la frente**

Errores comunes en el cabeceo incluyen golpear el balón con partes inapropiadas de la cabeza, no aprovechar la masa corporal y no elevarse sobre el balón. La corrección de estos errores es fundamental para mejorar la efectividad en el cabeceo.

➤ **Interceptación**

En la interceptación del balón, los errores pueden incluir un corte defectuoso con el peso del cuerpo en la pierna incorrecta, falta de tensión en la pierna de corte, exceso de énfasis en la fuerza corporal o distracción del balón. Estos errores afectan la eficacia de la interceptación y la integridad física del jugador.

2.3. Marco conceptual

• **Fuerza**

Es la capacidad de producir tensión o presión durante una contracción del músculo, accediendo a lograr, resistir o realizar una tensión a través de una resistencia. Dada su variabilidad en la forma de manifestarse, tiene una clasificación:

• **Fuerza Máxima**

Es donde se da la tensión mayor que puede obtener el individuo. Fuerza Explosiva, la capacidad de producir presión en el menor tiempo posible.

• **Resistencia**

Es la capacidad física y mental de aguantar la fatiga mediante trabajos relativos amplios como también cortos que requiere mayor fuerza y/o la capacidad de adaptación rápida después de que los haya realizado.

• **Velocidad**

Esta capacidad puede manifestarse de diversas formas, ya sea en gestos rápidos o en desplazamientos ágiles. Sin embargo, es importante comprender que la velocidad no es un concepto único, sino que se manifiesta de distintas maneras según la actividad que estemos realizando. Imagina la velocidad como la habilidad de ejecutar un movimiento en un tiempo mínimo.

- **Flexibilidad**

La flexibilidad abarca más que simplemente mover las articulaciones; implica también la capacidad de nuestro cuerpo para estirarse y adaptarse mediante la elasticidad muscular. Es decir, no se trata solo de la amplitud de movimiento de nuestras articulaciones, sino también de la capacidad de nuestros músculos para estirarse y contraerse de manera eficiente.

- **Balón**

Una pelota, también conocida como balón, es una esfera que suele utilizarse en diversos deportes y juegos. Por lo general, suelen estar infladas con aire, lo que las hace relativamente ligeras y permite moverlas con facilidad o impulsarlas hacia delante con poco esfuerzo. Estas características esféricas y aerodinámicas las hacen fundamentales para una amplia variedad de actividades recreativas y competitivas.

- **Conducción**

Es una técnica individual en la que el jugador tiene el control total del balón mediante el uso de movimientos que no incluyen oposición directa (mayor velocidad), y jugar contra oposición obliga al jugador a realizar cambios de dirección y ritmo (menor velocidad). Es la técnica que un jugador ejecuta controlando y manipulando el balón mientras éste se desplaza

sobre el terreno de juego en su movimiento rodante. Lo importante es la progresión en su enseñanza, que puede describirse como el paso de lento y sencillo a avanzado y complejo.

- **Dominio de balón**

Es una acción que consiste en controlar el balón durante el mayor tiempo posible sin dejar que caiga al suelo. Para que el juego progrese es necesario desarrollar primero esta base. Este control del balón a través de la acción técnica busca llegar a la "pericia técnica", que es la técnica perfeccionada y desarrollada en el contexto del estado actual del juego del fútbol; es también una forma de familiarizarse con el balón mejorando simultáneamente la coordinación.

- **Pase**

El elemento técnico fundamental del juego de equipo es un acuerdo tácito entre dos jugadores que se convierten en dos puntos de unión del balón. Esto se denomina "Unión del Balón" El pase puede realizarse con cualquier parte del cuerpo, siempre que al hacerlo no se infrinja ninguna de las normas del fútbol.

- **Recepción**

La mejor forma de detener un pase es usando el interior del pie, lo que ayuda a reducir la fuerza del balón. Es fundamental tener la técnica adecuada, ya que seguir el movimiento del balón o dirigirlo puede permitir una recepción controlada y generar una oportunidad de gol.

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis

3.1.1 Hipótesis general

Existe relación significativa entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

3.1.2 Hipótesis específicas

Las capacidades físicas es bueno en la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024.

Los fundamentos técnicos del fútbol es bueno en la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024.

Existe relación significativa entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Existe relación significativa entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024.

Existe relación significativa entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Existe relación significativa entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Existe relación significativa entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024

3.2. Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	NIVEL/ ESCALA
Capacidades Físicas	Según González y Ribas (2002) las capacidades físicas se refieren al conjunto de cualidades y habilidades físicas que posee un individuo y que determinan su capacidad para realizar actividades físicas de manera eficaz y eficiente., las capacidades físicas comprenden aspectos como la fuerza, la resistencia, la velocidad, la flexibilidad, la coordinación y la agilidad, entre otras. Estas capacidades son fundamentales para el rendimiento deportivo, la salud física y el bienestar general del individuo, y su desarrollo adecuado contribuye a mejorar la calidad de vida y prevenir lesiones.	Esta variable Capacidades Físicas se va medir mediante un cuestionario de elaboración propia para este estudio.	Fuerza	Fuerza Máxima Absoluta	1,2	Totalmente En Desacuerdo (1)
				Fuerza Explosiva	3,4	
				Resistencia de la Fuerza	5,6	
			Resistencia	Resistencia Aeróbica	7,8	En Desacuerdo (2)
				Resistencia Anaeróbica	9,10	
				Resistencia Muscular Localizada	11,12	
			Velocidad	Velocidad de Reacción	13,14	Neutral (3)
				Velocidad de Desplazamiento	15,16	
				Velocidad de Ejecución Técnica	17,18	
			Flexibilidad	Rango de Movimiento Articular	19,20	De Acuerdo (4)
				Elasticidad Muscular	21, 22	
				Flexibilidad Funcional	23,24	
						Totalmente De Acuerdo (5)

FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL	Estrada et al. (2020) los fundamentos técnicos el futbol son habilidades que se introducen inicialmente mediante enseñanza y posteriormente se perfeccionan a través de práctica. Rara vez se presentan de manera aislada. En la mayoría de las ocasiones, los movimientos parciales y los componentes técnicos se entremezclan en conjunto.	Esta variable recaudación de los tributos se va a medir a través de una ficha de observación de elaboración propia.	Dominio del balón.	Frecuencia de toques por minuto	1, 2,3,4	Nunca (1)
				Duración del control aéreo.		
				Precisión en la dirección del balón.		
				Reacción ante estímulos externos		
			Conducción del balón.	Precisión en la dirección del balón	5,6,7,8	Casi nunca (2)
				Uso de ambas piernas		
				Capacidad de cambio de dirección		
				Manejo del balón bajo presión		
			Pase del balón.	Precisión del pase a diferentes distancias	9,10,11	A veces (3)
				Precisión del pase en movimiento.		
				Capacidad para ajustar el pase según la presión del oponente		
				Precisión en la recepción con el borde interno	12,13,14	Casi siempre (4)
						Siempre (5)

			Recepción del balón.	Control en la recepción con el muslo		
				Control en la recepción con el pecho.		
			Remate del balón	Precisión en el remate con el empeine.	15,16,17,18	
				Control y colocación en el remate con el borde interno.		
				Efectividad en el remate con el borde externo		
				Potencia en el remate con la punta del pie		

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Tipo, nivel y diseño de investigación

4.1.1. Tipo de investigación:

Martine y Espinal (2023), la presente investigación es de tipo básica porque es de diseño descriptivo, las variables no se han modificado y no se ha hecho algo que solucione el problema planteado, motivo por el que se realizó este estudio.

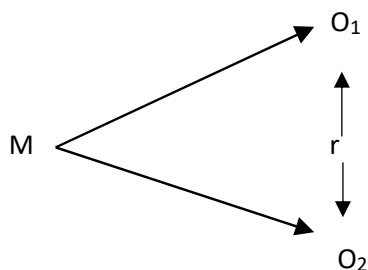
4.1.2. Nivel de investigación:

Es relacional, ya que las características más importantes de este nivel es que posee análisis estadístico bivariado (de dos variables) y es, precisamente, lo que lo diferencia del nivel descriptivo (donde el análisis estadístico es univariado); y la diferencia con el nivel explicativo es que no pretenden demostrar relaciones de causalidad. Supo (2020).

4.1.3. Diseño de investigación:

El diseño de investigación es de tipo correlacional simple, según Cancela (2010), los estudios correlacionales comprenden aquellos estudios en los que estamos interesados en describir o aclarar las relaciones existentes entre las variables más significativas, mediante el uso de los coeficientes de correlación.

Dónde:



M = Es la muestra

O1= Observación a la variable (1) (Capacidades Físicas)

O2= Observación a la variable (2) (Fundamentos Técnicos Del Fútbol)

r = Relación existente entre las variables

4.2. Población y unidad de análisis

La unidad de análisis estará constituida por los estudiantes de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, Pisac.

4.2.1 Población de estudio

En la presente investigación, se aplicará a estudiantes del cuarto año A y B del nivel secundaria.de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, Pisac.

En reconocimiento a la población Hernández-Sampieri (2018) detalla: La población de estudio se refiere al conjunto completo de individuos, elementos o casos que comparten características específicas y que son objeto de análisis en un estudio de investigación. Carrasco (2019) comparte esta definición añadiendo que la población: “es el conjunto de todos los elementos (unidades de análisis) que pertenecen al ámbito espacial donde se desarrolla el trabajo de investigación” (p. 236).

4.2.2 Tamaño de muestra y técnica de selección de muestra

Para Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) este se define como un grupo pequeño de la población, de quien se toma cierta información, y esta información puede ser tan útil que puede extrapolarse al conjunto poblacional. En otras palabras, la información que se pueda recoger de una muestra puede servir para poder realizar caracterizaciones, confrontar ideas, relacionar fenómenos, causas para toda la población. Para el estudio se tomó como muestra a 52 estudiantes del cuarto año A y B del nivel secundaria.de la Institución Educativa Bernardo

Tambohuacso Pumayali. La técnica que se utilizó es el muestreo no probabilístico, ya que no existe una fórmula estadística y será tomada a criterio del investigador.

4.3. Técnicas de recolección de información

a. Técnica:

Según Tafur e Izaguirre (2015), para alcanzar los objetivos de la investigación y comprobar las hipótesis establecidas, se deben conseguir datos. Por tal motivo, existen procedimientos específicos para reunir los datos, los cuales se denominan técnicas. La técnica que se empleará en esta investigación es la encuesta. Se tomó esta decisión porque la información que se va recabar permitirá adquirir información objetiva. Para Carrasco (2019), la encuesta es “una técnica dedicada para la investigación social por excelencia, debido a varias características como su utilidad, sencillez, versatilidad y objetividad de los datos que se obtienen. Estas preguntas pueden plantearse de manera directa o indirecta a los individuos que componen el estudio” (p.314). Particularmente, se utilizará esta técnica porque permitirá recolectar información objetiva para su análisis y procedimiento posterior de ambas variables de estudio.

b. Instrumento:

El instrumento que se ha empleado en esta investigación es el cuestionario y ficha de observación. Según el aporte de los investigadores Tafur e Izaguirre (2015, p. 197) manifiestan que el cuestionario es el instrumento que tiene su nombre debido a que consiste en un conjunto de preguntas que se elaboran luego de tener en cuenta las variables y sus dimensiones. Además, el cuestionario está relacionado a la técnica llamada encuesta. De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), este “consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir (...). El contenido de las preguntas del cuestionario es tan variado como los aspectos que mide. Básicamente, se consideran dos tipos de preguntas: cerradas y abiertas” (p.

310). En este caso, se optará por las de tipo cerrada, es decir, aquellas en las que los estudiantes deben optar por una de cuatro alternativas.

4.4. Técnicas de análisis e interpretación de la información

Para probar su nivel de confiabilidad se utilizará el Alfa de Cronbach, estas se colocaron en los anexos del trabajo de investigación, y para el análisis e interpretación de la información del cuestionario se utilizará la valoración en la escala de Likert para luego proceder a una baremación y procesarlo en el software estadístico SPSS, versión 26, a fin de determinar la correlación que existe entre las variables en el estudio, se aplicó la técnica estadística de Correlación de Pearson, luego los resultados se presentan en tablas y figuras.

4.5. Técnicas para demostrarla verdad o falsedad de las hipótesis planteadas

Respecto a las hipótesis, que la estadística bivariada nos permite hacer asociaciones Coeficiente de correlación de alfa de Crombach y medidas de asociación; correlaciones y medidas de correlación (Correlación de Pearson), en caso el valor de dicha significancia sea menor a 0.05 se aceptará la hipótesis del investigador, caso contrario; es decir, si el valor de significancia es mayor a 0.05 se rechazará la hipótesis del investigador, de esta manera se podrá determinar si las hipótesis planteadas demuestran verdad o falsedad.

Para realizar la prueba de hipótesis de investigación, previamente se han planteado las hipótesis alterna y nula para la hipótesis general y para las hipótesis específicas, luego se aplicará la técnica estadística de Correlación de Pearson a fin de determinar la verdad o falsedad de las hipótesis de investigación.

CAPÍTULO V

RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN

5.1. Descriptores de baremación de variables

Tabla 1*Baremo de la variable capacidades físicas*

Dimensiones	Ítems	Mínimo	Máximo	Niveles	Rango
Fuerza	1,2,3,4,5,6	6	30	Bajo	6 – 14
				Medio	15 – 22
				Alto	23- 30
Resistencia	7,8,9,10,11,12	6	30	Bajo	6 – 14
				Medio	15 – 22
				Alto	23- 30
Velocidad	13, 14,15,16,17,18	6	30	Bajo	6 – 14
				Medio	15 – 22
				Alto	23- 30
Flexibilidad	19,20,21. 22,23,24	6	30	Bajo	6 – 14
				Medio	15 – 22
				Alto	23- 30
Global	24	24	120	Bajo	24 – 56
				Medio	57 – 88
				Alto	89 - 120

Tabla 2*Baremo de la variable fundamentos técnicos del fútbol*

Dimensiones	Ítems	Mínimo	Máximo	Niveles	Rango
Dominio del balón.	1,2,3,4	4	20	Bajo	4 – 9
				Medio	10 – 15
				Alto	16- 20
Conducción del balón.	5,6,7,8	4	20	Bajo	4 – 9
				Medio	10 – 15
				Alto	16- 20
Pase del balón.	9,10,11	3	15	Bajo	3 – 7
				Medio	8 – 11
				Alto	12- 15
Recepción del balón.	12,13,14	3	15	Bajo	3 – 7
				Medio	8 – 11
				Alto	12- 15
Remate del balón	15,16,17,18	4	20	Bajo	4 – 9
				Medio	10 – 15
				Alto	16- 20
Global	18	18	90	Bajo	18 – 42
				Medio	43 – 66
				Alto	67 – 90

5.2. Resultados descriptivos

Tabla 3

Frecuencias de la variable capacidades físicas

	Capacidades físicas	
	N	%
Bajo	13	25,0
Medio	33	63,5
Alto	6	11,5
Total	52	100,0

Dónde: N = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 3 y figura 1 se muestra las frecuencias de la variable capacidades físicas en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), se encontró que el 63,5% (33) presentan capacidades físicas en nivel medio, el 25% (13) nivel bajo, el 11,5% (6) nivel alto.

Figura 1

Capacidades físicas

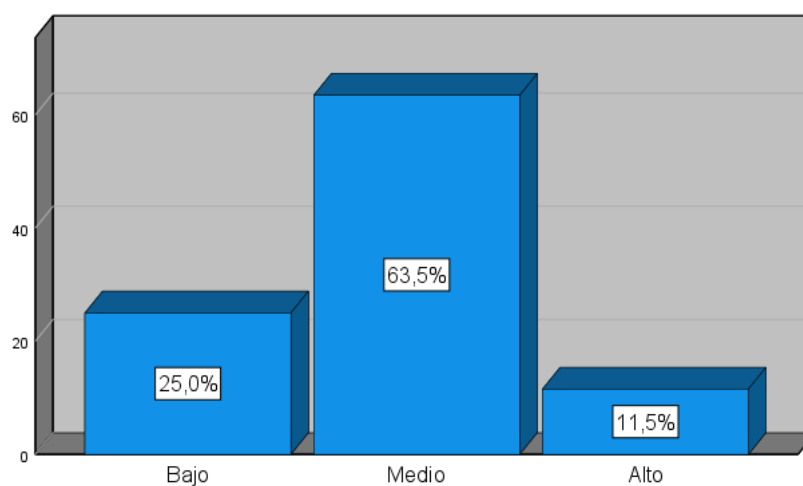


Tabla 4*Frecuencias de las dimensiones de la variable capacidades físicas*

	Fuerza		Resistencia		Velocidad		Flexibilidad	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	10	19,2	14	26,9	11	21,2	14	26,9
Medio	32	61,5	34	65,4	31	59,6	29	55,8
Alto	10	19,2	4	7,7	10	19,2	9	17,3
Total	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0

En la tabla 4 y figura 2 se muestra las frecuencias de las dimensiones de la variable capacidades físicas en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), en la dimensión fuerza, se encontró que el 61,5% (32) en nivel medio, el 19,2% (10) nivel bajo, el 19,2% (10) nivel alto. En la dimensión resistencia, el 65,4% (34) presentan nivel medio en capacidad de resistencia, el 26,9% (14) nivel bajo, el 7,7% (4) nivel alto. En la dimensión velocidad, se encontró que el 59,6% (31) se encuentra en nivel medio, el 21,2% (11) nivel bajo y el 19,2% (10) nivel alto. Finalmente, en la dimensión flexibilidad, el 55,8% (29) se encuentra en nivel medio, el 26,9% (14) nivel bajo, el 17,3% (9) nivel alto.

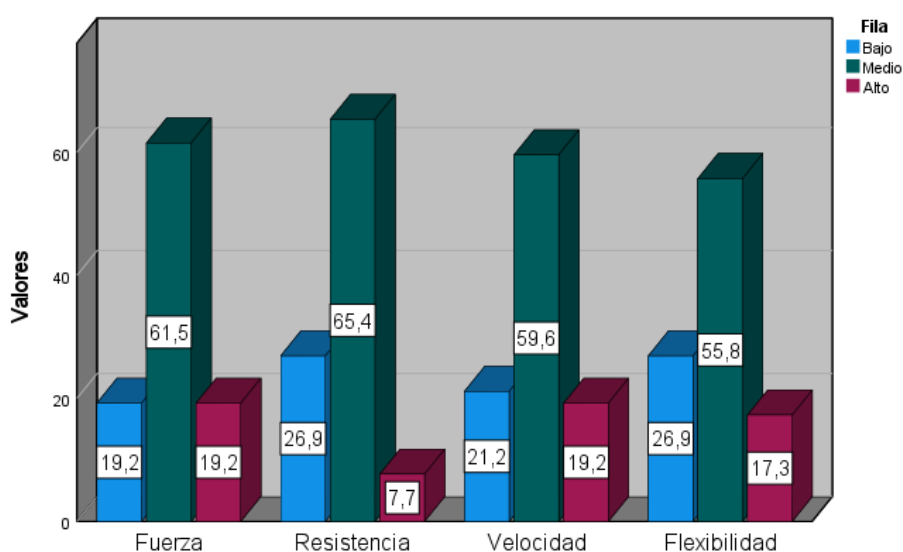
Figura 2*Dimensiones de la variable capacidades físicas*

Tabla 5*Frecuencias de la variable fundamentos técnicos del fútbol*

Fundamentos técnicos del fútbol		
	N	%
Bajo	7	13,5
Medio	29	55,8
Alto	16	30,8
Total	52	100,0

Dónde: N = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 5 y figura 3 se muestra las frecuencias de la variable fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), se encontró que el 55,8% (29) presentan nivel medio en fundamentos técnicos del futbol, el 30,8% (16) nivel alto, el 13,5% (7) nivel bajo.

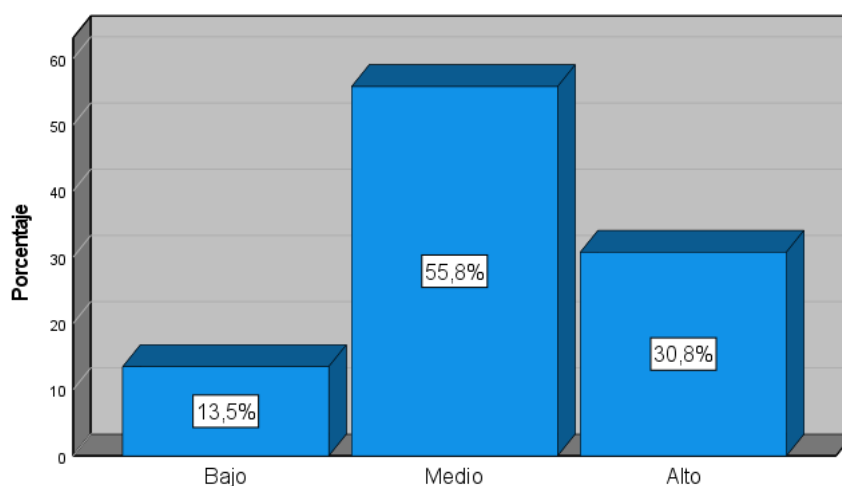
Figura 3*Fundamentos técnicos del fútbol*

Tabla 6*Frecuencias de las dimensiones de la variable fundamentos técnicos del fútbol*

	Dominio del balón		Conducción del balón		Pase del balón		Recepción del balón		Remate del balón	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	10	19,2	13	25,0	10	19,2	14	26,9	11	21,2
Medio	28	53,8	23	44,2	27	51,9	27	51,9	29	55,8
Alto	14	26,9	16	30,8	15	28,8	11	21,2	12	23,1
Total	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0	52	100,0

Dónde: N = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 6 y figura 4 se muestra las frecuencias de las dimensiones de la variable fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), en la dimensión dominio del balón se encontró que el 53,8% (28) presentan nivel medio, el 26,9% (14) nivel alto, el 19,2% (10) nivel bajo. En la dimensión conducción del balón, se encontró que el 44,2% (23) presentan nivel medio, el 30,8% (16) nivel alto, el 25% (13) nivel bajo. En la dimensión pase del balón, se encontró que el 51,9% (27) presentan nivel medio, el 28,8% (15) nivel alto, el 19,2% (10) nivel bajo. En la dimensión recepción del balón, se encontró que el 51,9% (27) presentan nivel medio, el 26,9% (14) nivel bajo, el 21,2% (11) nivel alto. Finalmente, en la dimensión remate del balón, se encontró que el 55,8% (29) presentan nivel medio, el 23,1% (12) nivel alto, el 21,2% (11) nivel bajo.

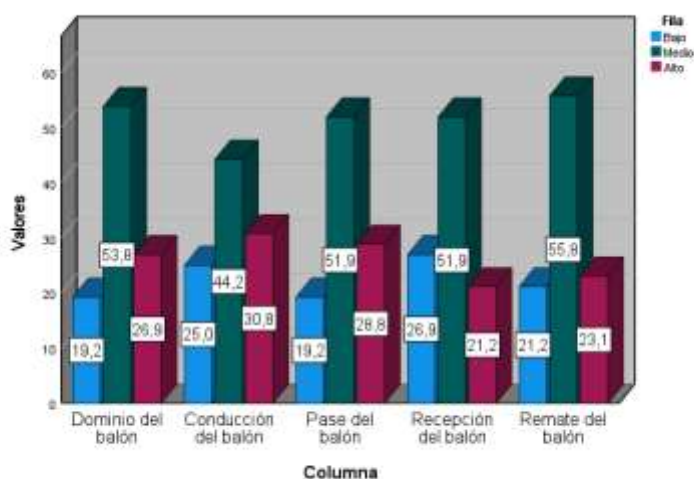
Figura 4*Dimensiones de la variable fundamentos técnicos del fútbol*

Tabla 7*Tabla cruzada entre capacidades físicas y fundamentos técnicos del fútbol*

Tabla cruzada Capacidades físicas*Fundamentos técnicos del fútbol						
			Fundamentos técnicos del fútbol			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Capacidades físicas	Bajo	N	1	4	8	13
		%	1,9%	7,7%	15,4%	25,0%
	Medio	N	4	21	8	33
		%	7,7%	40,4%	15,4%	63,5%
	Alto	N	2	4	0	6
		%	3,8%	7,7%	0,0%	11,5%
Total	N	7	29	16	52	
	%	13,5%	55,8%	30,8%	100,0%	

En la tabla 7 y figura 5 se muestra las frecuencias del cruce de variables respecto al total entre capacidades físicas y fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), los porcentajes más altos encontrados son: el 40,4% (21) presentan nivel medio tanto en capacidades físicas y en fundamentos técnicos del futbol, el 15,4% (8) presentan nivel medio en capacidades físicas y alto en fundamentos técnicos del futbol, el 15,4% (8) presentan nivel bajo en capacidades físicas y alto en fundamentos técnicos del futbol.

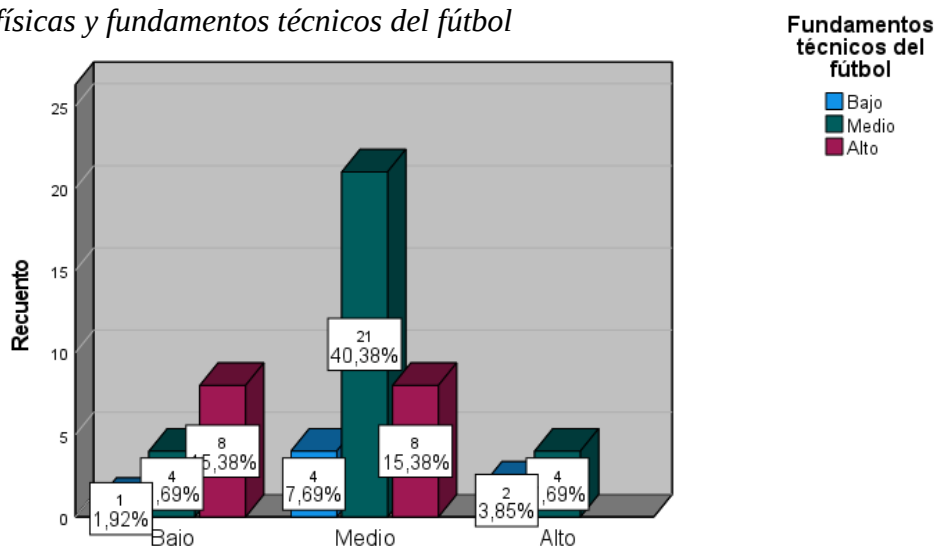
Figura 5*Capacidades físicas y fundamentos técnicos del fútbol*

Tabla 8*Tabla cruzada entre capacidades físicas y dominio del balón*

Tabla cruzada Capacidades físicas*Dominio del balón							
			Dominio del balón			Total	
			Bajo	Medio	Alto		
Capacidades físicas	Bajo	N	2	4	7	13	
		%	3,8%	7,7%	13,5%	25,0%	
	Medio	N	6	20	7	33	
		%	11,5%	38,5%	13,5%	63,5%	
	Alto	N	2	4	0	6	
		%	3,8%	7,7%	0,0%	11,5%	
Total			N	10	28	14	52
			%	19,2%	53,8%	26,9%	100,0%

En la tabla 8 y figura 6 se muestra las frecuencias del cruce de variables entre capacidades físicas y dominio de balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), los porcentajes más altos encontrados son: el 38,5% (20) presentan nivel medio tanto en capacidades físicas y en dominio del balón, el 13,5% (7) presentan nivel medio en capacidades físicas y alto en dominio del balón, el 13,5% (7) presentan nivel bajo en capacidades físicas y alto en dominio del balón.

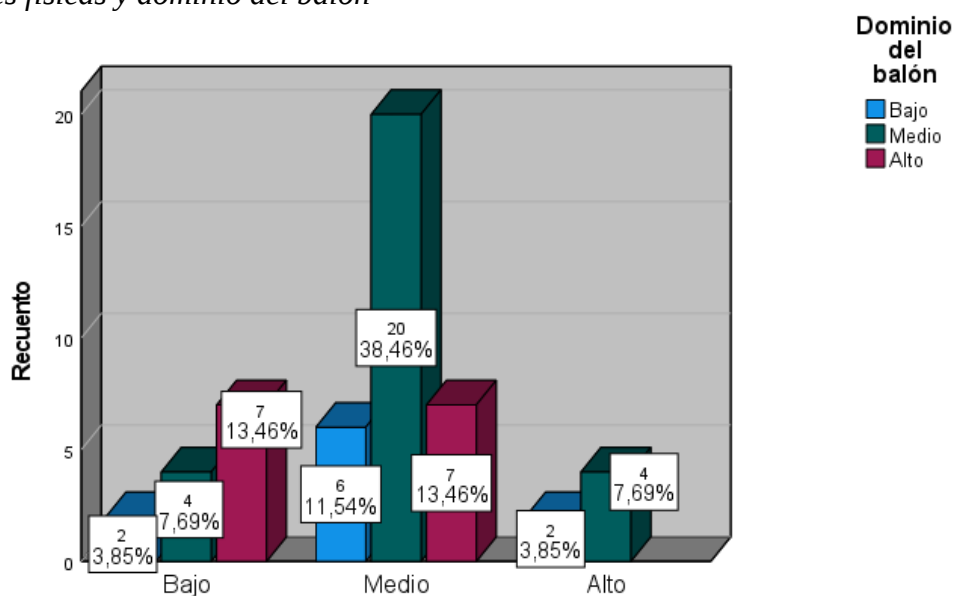
Figura 6*Capacidades físicas y dominio del balón*

Tabla 9*Tabla cruzada entre capacidades físicas y conducción del balón*

Tabla cruzada Capacidades físicas*Conducción del balón						
			Conducción del balón			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Capacidades físicas	Bajo	N	2	3	8	13
		%	3,8%	5,8%	15,4%	25,0%
	Medio	N	9	16	8	33
		%	17,3%	30,8%	15,4%	63,5%
	Alto	N	2	4	0	6
		%	3,8%	7,7%	0,0%	11,5%
Total		N	13	23	16	52
		%	25,0%	44,2%	30,8%	100,0%

En la tabla 9 y figura 7 se muestra las frecuencias del cruce de variables entre capacidades físicas y conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), los porcentajes más altos encontrados son: el 30,8% (16) presentan nivel medio tanto en capacidades físicas y en la conducción del balón, el 15,4% (8) presentan nivel medio en capacidades físicas y alto en conducción del balón, el 15,4% (8) presentan nivel bajo en capacidades físicas y alto en conducción del balón.

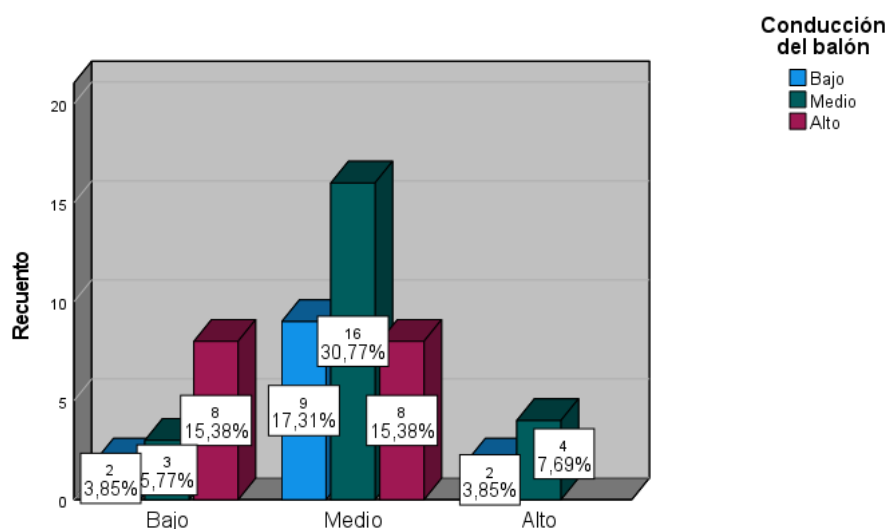
Figura 7*Capacidades físicas y conducción del balón*

Tabla 10*Tabla cruzada entre capacidades físicas y pase del balón*

Tabla cruzada Capacidades físicas*Pase del balón						
			Pase del balón			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Capacidades físicas	Bajo	N	2	4	7	13
		%	3,8%	7,7%	13,5%	25,0%
	Medio	N	6	19	8	33
		%	11,5%	36,5%	15,4%	63,5%
	Alto	N	2	4	0	6
		%	3,8%	7,7%	0,0%	11,5%
Total	N	10	27	15	52	
	%	19,2%	51,9%	28,8%	100,0%	

En la tabla 10 y figura 8 se muestra las frecuencias del cruce de variables entre capacidades físicas y pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), los porcentajes más altos encontrados son: el 36,5% (19) presentan nivel medio tanto en capacidades físicas y en pase del balón, el 15,4% (8) presentan nivel medio en capacidades físicas y alto en pase del balón, el 13,5% (7) presentan nivel bajo en capacidades físicas y alto en pase del balón.

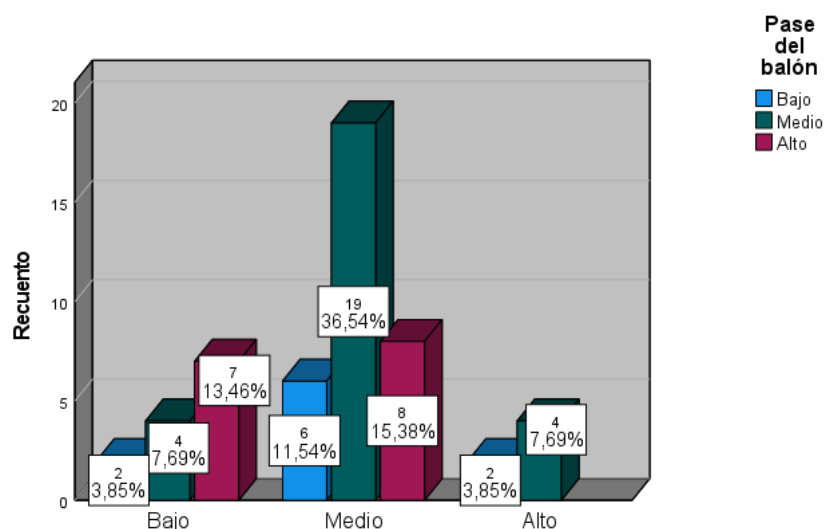
Figura 8*Capacidades físicas y pase del balón*

Tabla 11*Tabla cruzada entre capacidades físicas y recepción del balón*

Tabla cruzada Capacidades físicas*Recepción del balón						
			Recepción del balón			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Capacidades físicas	Bajo	N	1	6	6	13
		%	1,9%	11,5%	11,5%	25,0%
	Medio	N	11	17	5	33
		%	21,2%	32,7%	9,6%	63,5%
	Alto	N	2	4	0	6
		%	3,8%	7,7%	0,0%	11,5%
Total		N	14	27	11	52
		%	26,9%	51,9%	21,2%	100,0%

En la tabla 11 y figura 9 se muestra las frecuencias del cruce de variables entre capacidades físicas y recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), los porcentajes más altos encontrados son: el 32,7% (17) presentan nivel medio tanto en capacidades físicas y en recepción del balón, el 21,2% (11) presentan nivel medio en capacidades físicas y nivel bajo en recepción del balón, el 11,5% (6) presentan nivel bajo en capacidades físicas y alto en recepción del balón.

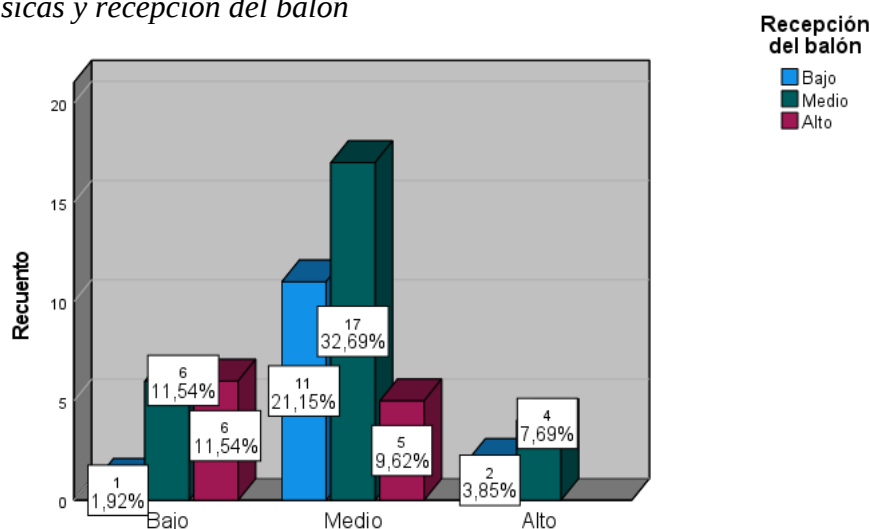
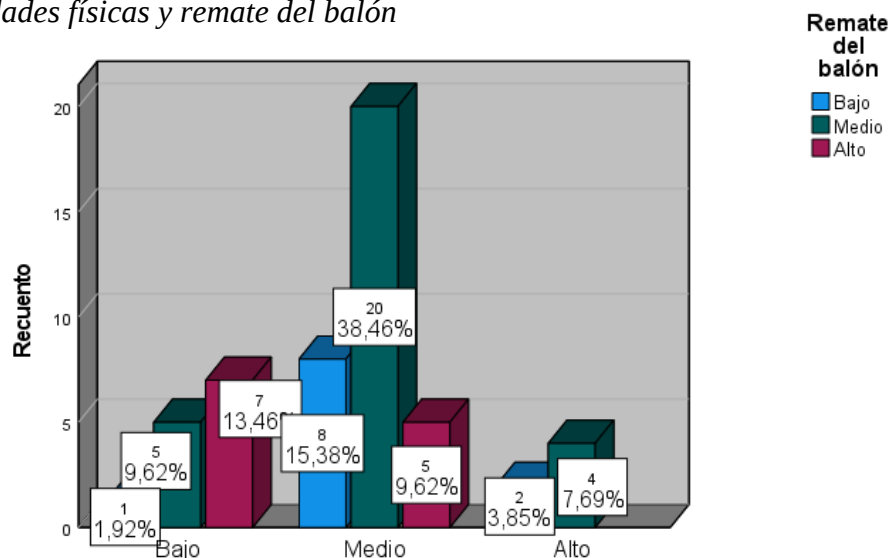
Figura 9*Capacidades físicas y recepción del balón*

Tabla 12*Tabla cruzada entre capacidades físicas y remate del balón*

Tabla cruzada Capacidades físicas*Remate del balón						
			Remate del balón			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Capacidades físicas	Bajo	N	1	5	7	13
		%	1,9%	9,6%	13,5%	25,0%
	Medio	N	8	20	5	33
		%	15,4%	38,5%	9,6%	63,5%
	Alto	N	2	4	0	6
		%	3,8%	7,7%	0,0%	11,5%
Total	N		11	29	12	52
	%		21,2%	55,8%	23,1%	100,0%

En la tabla 12 y figura 10 se muestra las frecuencias del cruce de variables entre capacidades físicas y remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024, del total (52), los porcentajes más altos encontrados son: el 38,5% (20) presentan nivel medio tanto en capacidades físicas y en recepción del balón, el 15,4% (8) presentan nivel medio en capacidades físicas y nivel bajo en remate del balón, el 13,5% (7) presentan nivel bajo en capacidades físicas y alto en remate del balón.

Figura 10*Capacidades físicas y remate del balón*

5.2. Resultados inferenciales

Tabla 13

Prueba de normalidad de las variables capacidades físicas y fundamentos técnicos del fútbol

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Capacidades físicas.	,134	52	,020
Fundamentos técnicos del fútbol	,072	52	,200*
Dominio del balón.	,109	52	,180
Conducción del balón	,087	52	,200*
Pase del balón.	,157	52	,003
Recepción del balón.	,095	52	,200*
Remate del balón	,089	52	,200*

En la tabla 11 se muestra los resultados de la prueba de normalidad de las variables en estudio mediante el estadístico Kolmogorov-Smirnov, en la variable capacidades físicas se encontró un valor de significancia de $0,020 < 0,05$ por lo que no cumple con el supuesto de normalidad, en la variable fundamentos técnicos del futbol se encontró $\text{sig.} = 0,2 > 0,05$ por lo que cumple con el supuesto de normalidad, las dimensiones Dominio del balón, Conducción del balón, Recepción del balón y Remate del balón cumplen con el supuesto de normalidad ($\text{sig.} > 0,05$), finalmente la dimensión pase del balón no tiene una distribución normal ($\text{sig.} = 0,003 < 0,05$). De acuerdo a los resultados, para el análisis estadístico de la hipótesis general y específicas se utilizará el estadístico Rho de Spearman.

5.3. Prueba de hipótesis

Hipótesis general:

H1: Existe relación significativa entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Ho: No existe relación significativa entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Tabla 14

Análisis de correlación entre capacidades físicas y fundamentos técnicos del fútbol

Correlaciones				
			Capacidades físicas.	Fundamentos técnicos del fútbol
Rho de Spearman	Capacidades físicas.	Coeficiente de correlación	1,000	-,505**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	52	52
	Fundamentos técnicos del fútbol	Coeficiente de correlación	-,505**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	52	52

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

De la tabla 12, se evidencia el valor de significancia de $0,00 < 0,01$ por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación significativa entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024, siendo el coeficiente de correlación $\rho = -0,505$ lo que indica una correlación inversa media, es decir que a niveles altos en las capacidades físicas se presenta niveles bajos en cuanto a los fundamentos técnicos del fútbol.

Hipótesis específica 1

H1: Existe relación significativa entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Ho: No existe relación significativa entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Tabla 15

Análisis de correlación entre capacidades físicas y dominio del balón

Correlaciones			Capacidades físicas.	Dominio del balón.
Rho de Spearman	Capacidades físicas	Coeficiente de correlación	1,000	-,465**
		Sig. (bilateral)	.	,001
		N	52	52
	Dominio del balón	Coeficiente de correlación	-,465**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	52	52

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

De la tabla 13, se evidencia el valor de significancia de $0,001 < 0,01$ por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación significativa entre las capacidades físicas y dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024, siendo el coeficiente de correlación $\rho = -0,465$ lo que indica una correlación inversa media, es decir que a niveles altos en las capacidades físicas se presenta niveles bajos en cuanto al dominio del balón.

Hipótesis específica 2

H1: Existe relación significativa entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024.

Ho: No existe relación significativa entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024.

Tabla 16

Análisis de correlación entre capacidades físicas y conducción del balón

Correlaciones			Capacidades físicas.	Conducción del balón
Rho de Spearman	Capacidades físicas.	Coeficiente de correlación	1,000	-,477**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	52	52
	Conducción del balón	Coeficiente de correlación	-,477**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	52	52

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

En la tabla 14 se obtuvo el valor de significancia de $0,00 < 0,01$ por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación significativa entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024, siendo el coeficiente de correlación $\rho = -0,477$ lo que indica una correlación negativa media, es decir que a niveles altos en las capacidades físicas se presenta niveles bajos en la conducción del balón o viceversa.

Hipótesis específica 3

H1: Existe relación significativa entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Ho: No existe relación significativa entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Tabla 17

Análisis de correlación entre capacidades físicas y pase del balón

Correlaciones			Capacidades físicas.	Pase del balón.
Rho de Spearman	Capacidades físicas	Coeficiente de correlación	1,000	-,416**
		Sig. (bilateral)	.	,002
		N	52	52
	Pase del balón.	Coeficiente de correlación	-,416**	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	.
		N	52	52

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

En la tabla 15 se obtuvo el valor de significancia de $0,002 < 0,01$ por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación significativa entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024, siendo el coeficiente de correlación $\rho = -0,416$ lo que indica una correlación negativa media, es decir que a niveles bajos en las capacidades físicas se presenta niveles altos en el pase del balón o viceversa.

Hipótesis específica 4

H1: Existe relación significativa entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Ho: No existe relación significativa entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Tabla 18

Análisis de correlación entre capacidades físicas y recepción del balón

Correlaciones			Capacidades físicas.	Recepción del balón.
Rho de Spearman	Capacidades físicas.	Coeficiente de correlación	1,000	-,428**
		Sig. (bilateral)	.	,002
		N	52	52
	Recepción del balón.	Coeficiente de correlación	-,428**	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	.
		N	52	52

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

En la tabla 16 se obtuvo el valor de significancia de $0,002 < 0,01$ por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación significativa entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024, siendo el coeficiente de correlación $\rho = -0,428$ lo que indica una correlación negativa media, es decir que a niveles bajos en las capacidades físicas se presenta niveles altos en la recepción del balón o viceversa.

Hipótesis específica 5

H1: Existe relación significativa entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Ho: No existe relación significativa entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.

Tabla 19

Análisis de correlación entre capacidades físicas y remate del balón

Correlaciones			Capacidades físicas	Remate del balón
Rho de Spearman	Capacidades físicas	Coeficiente de correlación	1,000	-,451**
		Sig. (bilateral)	.	,001
	Remate del balón	N	52	52
		Coeficiente de correlación	-,451**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	52	52

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

En la tabla 17 se obtuvo el valor de significancia de $0,001 < 0,01$ por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir que existe relación significativa entre las capacidades físicas y remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024, siendo el coeficiente de correlación $\rho = -0,451$ lo que indica una correlación negativa media, es decir que a niveles bajos en las capacidades físicas se presenta niveles altos en el remate del balón o viceversa.

CAPÍTULO VI

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en esta investigación revelan una correlación inversa media ($\rho = -0,505$) entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco, 2024, con un nivel de significancia de $p = 0,00 < 0,01$. Esto sugiere que los estudiantes con mayores capacidades físicas presentan un menor dominio de los fundamentos técnicos del fútbol, como el pase, el control y la recepción del balón. Estos hallazgos coinciden en parte con los resultados de Caceres y Ferro (2023), quienes observaron un dominio medio en los fundamentos técnicos de los estudiantes en otra institución, destacando la importancia de la coordinación en la ejecución de los pases. La correlación inversa hallada sugiere que los programas de entrenamiento en estas instituciones podrían estar más enfocados en el desarrollo físico que en el perfeccionamiento técnico, lo que abre la puerta a futuras investigaciones que examinen la necesidad de equilibrar ambos aspectos en el proceso de formación de jóvenes futbolistas. Además, sería relevante investigar si intervenciones específicas en los fundamentos técnicos pueden contrarrestar esta tendencia y mejorar el desempeño global de los estudiantes en el campo de juego.

Los resultados de esta investigación muestran una correlación inversa media ($\rho = -0,465$) entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco, con una significancia estadística de $p = 0,001 < 0,01$. Esto indica que a medida que aumentan las capacidades físicas, el dominio del balón tiende a disminuir, lo cual plantea un desafío en el equilibrio del entrenamiento físico y técnico en estos estudiantes. Como menciona Ccopa (2016), el dominio del balón es una habilidad clave para mejorar la coordinación y familiarizarse con el balón, lo que implica que el desarrollo físico podría estar afectando

negativamente la práctica de esta técnica esencial. Investigaciones futuras deberían profundizar en las causas de esta relación inversa, evaluando si los enfoques de entrenamiento actuales podrían estar favoreciendo un área sobre la otra, y explorar intervenciones pedagógicas que busquen un equilibrio más efectivo entre el desarrollo físico y las habilidades técnicas en el fútbol.

Los resultados de esta investigación muestran una correlación negativa media ($\rho = -0,477$) entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco, con una significancia estadística de $p = 0,00 < 0,01$. Esto indica que a medida que las capacidades físicas aumentan, los niveles de conducción del balón disminuyen, o viceversa, lo cual sugiere un desbalance en el desarrollo conjunto de ambas habilidades. Según Aguilar (2014), la conducción del balón es un gesto técnico esencial que implica mover el balón con precisión y control a lo largo del campo, lo que demanda tanto coordinación como habilidad técnica. Este hallazgo sugiere que los estudiantes con mejor rendimiento físico podrían estar descuidando aspectos técnicos clave como la conducción del balón. En investigaciones futuras, sería importante explorar estrategias de entrenamiento que promuevan un desarrollo equilibrado entre las capacidades físicas y las habilidades técnicas en fútbol, además de analizar si este patrón se replica en otros niveles educativos o instituciones.

Los resultados de esta investigación muestran una correlación negativa media ($\rho = -0,416$) entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco, con una significancia estadística de $p = 0,002 < 0,01$. Esto indica que los estudiantes con menores capacidades físicas tienden a tener un mejor desempeño en el pase del balón, o viceversa, lo que sugiere una posible disociación en el desarrollo físico y técnico. Este hallazgo coincide en parte con el estudio de Quiroz (2023), donde se observó una distribución heterogénea en el

dominio del pase entre diferentes categorías de edad, lo que también evidencia la necesidad de mejorar esta habilidad técnica. Las futuras investigaciones podrían enfocarse en diseñar entrenamientos específicos que logren equilibrar el desarrollo de capacidades físicas con los fundamentos técnicos, como el pase del balón, para evitar que el progreso en una dimensión afecte negativamente a la otra. Asimismo, sería útil comparar los enfoques pedagógicos en distintas instituciones para identificar mejores prácticas que promuevan un desarrollo integral en los estudiantes.

Los resultados de esta investigación revelan una correlación negativa media ($\rho = -0,428$) entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco, con una significancia estadística de $p = 0,002 < 0,01$. Esto implica que los estudiantes con menores capacidades físicas tienden a tener un mejor desempeño en la recepción del balón, o viceversa. Tal como señalan Jaila y Arpi (2017), la recepción del balón es un componente técnico crucial en el fútbol, ya que permite controlar el juego y generar oportunidades ofensivas. Este hallazgo sugiere que, a pesar de un bajo nivel en capacidades físicas, los estudiantes pueden compensar con un mejor dominio de este fundamento técnico, lo que podría deberse a un enfoque mayor en el desarrollo de habilidades técnicas que físicas. Para futuras investigaciones, sería relevante explorar el equilibrio entre el entrenamiento físico y técnico, evaluando si la mejora en uno puede impactar negativamente en el otro, y diseñar estrategias de entrenamiento que favorezcan un desarrollo equilibrado de ambos aspectos para optimizar el rendimiento global de los estudiantes en el fútbol.

Los resultados de la investigación muestran una correlación negativa media ($\rho = -0,451$) entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco, con una significancia estadística de $p = 0,001 < 0,01$. Esto indica que los estudiantes con menores

capacidades físicas tienden a tener un mejor desempeño en el remate del balón, o viceversa. Según Quispe (2016), el remate es un elemento técnico clave en el fútbol, cuyo objetivo principal es anotar un gol mediante el impacto preciso y potente del balón. Esta correlación sugiere que los estudiantes con mejores habilidades técnicas en el remate no necesariamente poseen altos niveles de capacidad física, lo que plantea la necesidad de investigar si existe un enfoque desbalanceado en el entrenamiento físico versus el técnico. Futuras investigaciones podrían centrarse en analizar cómo el desarrollo simultáneo de ambas áreas puede potenciar el rendimiento general de los jugadores, explorando estrategias que integren tanto la mejora física como el perfeccionamiento técnico, especialmente en acciones decisivas como el remate.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Los resultados de la investigación revelan que la mayoría de los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco, presentan capacidades físicas en un nivel medio (63,5%), mientras que un 25% se encuentra en un nivel bajo y solo el 11,5% alcanza un nivel alto. Estos hallazgos destacan la necesidad de implementar estrategias para fortalecer las capacidades físicas en esta población estudiantil, con el objetivo de mejorar su desempeño en actividades deportivas y su bienestar general.

SEGUNDA: Los resultados de la investigación evidencian que más de la mitad de los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco, presentan un nivel medio en los fundamentos técnicos del fútbol (55,8%), mientras que el 30,8% alcanza un nivel alto y el 13,5% se encuentra en un nivel bajo. Estos datos sugieren que, si bien existe un desarrollo adecuado en la mayoría de los estudiantes, todavía hay margen para mejorar la técnica futbolística, especialmente en aquellos con un nivel bajo.

TERCERA: Los resultados obtenidos en la investigación confirman que existe una relación significativa entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes de 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, Pisac, Cusco. El valor de significancia de $0,00 < 0,01$ permite aceptar la hipótesis alterna, indicando que a medida que las capacidades físicas aumentan, los fundamentos técnicos del fútbol tienden a disminuir, lo que se refleja en un coeficiente de correlación inversa media de $\rho = -0,505$. Esto sugiere que el énfasis excesivo en el desarrollo de las capacidades físicas podría estar afectando negativamente el desempeño técnico en el fútbol, destacando la necesidad de un equilibrio adecuado entre ambos aspectos para mejorar el rendimiento general de los estudiantes.

CUARTA: Los resultados de la investigación revelan que existe una relación significativa entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes de 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, Pisac, Cusco. El valor de significancia de $0,001 < 0,01$ permite aceptar la hipótesis alterna, lo que indica una correlación inversa media ($\rho = -0,465$) entre estas variables. Esto significa que, a medida que los niveles de capacidades físicas de los estudiantes aumentan, su dominio del balón tiende a disminuir. Este hallazgo sugiere que el énfasis en mejorar las capacidades físicas puede estar limitando el desarrollo de habilidades técnicas específicas, como el control del balón, lo cual es crucial para un rendimiento equilibrado en el fútbol.

QUINTA: Los resultados de la investigación muestran que existe una relación significativa entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes de 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, Pisac, Cusco. El valor de significancia de $0,00 < 0,01$ confirma la hipótesis alterna, indicando una correlación negativa media con un coeficiente $\rho = -0,477$. Esto sugiere que a medida que aumentan los niveles de capacidades físicas en los estudiantes, su habilidad para conducir el balón disminuye, o viceversa. Este resultado resalta la necesidad de equilibrar el entrenamiento físico con el desarrollo técnico, para evitar que el incremento en capacidades físicas afecte negativamente el rendimiento en la conducción del balón, una habilidad clave en el fútbol.

SEXTA: Los resultados de la investigación indican que existe una relación significativa entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes de 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, Pisac, Cusco. El valor de significancia de $0,002 < 0,01$ permite aceptar la hipótesis alterna, lo que confirma una correlación negativa media con un coeficiente $\rho = -0,416$. Esto significa que a medida que los niveles de capacidades físicas disminuyen, los estudiantes presentan un mejor desempeño en el pase del balón, o viceversa. Este hallazgo sugiere que el desarrollo de capacidades físicas

podría estar afectando el rendimiento en esta habilidad técnica específica, resaltando la importancia de encontrar un equilibrio adecuado en los entrenamientos.

SETIMA: Los resultados de la investigación demuestran que existe una relación significativa entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes de 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, Pisac, Cusco. El valor de significancia de $0,002 < 0,01$ permite aceptar la hipótesis alterna, indicando una correlación negativa media con un coeficiente $\rho = -0,428$. Esto sugiere que cuando los niveles de capacidades físicas son bajos, los estudiantes tienden a tener un mejor desempeño en la recepción del balón, o viceversa. Este hallazgo evidencia la necesidad de equilibrar el entrenamiento físico con el desarrollo de habilidades técnicas, para asegurar que un incremento en las capacidades físicas no limite el rendimiento en la recepción del balón.

OCTAVA: Los resultados de la investigación revelan que existe una relación significativa entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes de 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali, Pisac, Cusco. El valor de significancia de $0,001 < 0,01$ permite aceptar la hipótesis alterna, indicando una correlación negativa media con un coeficiente $\rho = -0,451$. Esto significa que cuando los niveles de capacidades físicas son bajos, los estudiantes tienden a tener un mejor desempeño en el remate del balón, o viceversa. Estos resultados subrayan la importancia de equilibrar los entrenamientos físicos y técnicos, ya que un enfoque desbalanceado en las capacidades físicas podría estar afectando negativamente el rendimiento en una habilidad técnica clave como el remate del balón.

SUGERENCIAS

PRIMERA: Se sugiere realizar estudios longitudinales que permitan evaluar el impacto de programas específicos de intervención física en el desarrollo de las capacidades físicas de los estudiantes. Además, sería beneficioso explorar cómo factores como la nutrición, el acceso a instalaciones deportivas y la motivación influyen en el nivel de desarrollo de estas capacidades, con el fin de diseñar estrategias integrales para optimizar su rendimiento físico y académico.

SEGUNDA: Se recomienda investigar el impacto de programas de entrenamiento específicos diseñados para mejorar los fundamentos técnicos del fútbol, considerando las características y necesidades de los estudiantes. Asimismo, sería pertinente explorar cómo factores como la frecuencia y calidad de las sesiones de práctica, la motivación deportiva y el acceso a recursos influyen en el nivel técnico alcanzado por los estudiantes, con el objetivo de optimizar los procesos de enseñanza y aprendizaje en este ámbito.

TERCERA: Es recomendable que futuros estudios exploren estrategias pedagógicas y metodológicas que busquen equilibrar el desarrollo de las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en estudiantes. Además, sería valioso investigar otros factores, como la motivación, la calidad de las sesiones de entrenamiento, o la influencia de la preparación mental, para determinar cómo impactan en la relación entre lo físico y lo técnico. Incluir variables como la nutrición y el descanso también podría proporcionar una visión más integral del rendimiento deportivo en adolescentes.

CUARTA: Se sugiere que futuros estudios analicen cómo integrar un enfoque equilibrado en el entrenamiento, que permita desarrollar tanto las capacidades físicas como las habilidades técnicas, como el dominio del balón, sin comprometer ninguna de ellas. Sería útil investigar métodos de entrenamiento combinados o intervenciones pedagógicas que aborden

este desequilibrio. Además, futuros estudios podrían explorar cómo otros factores, como la motivación, el tiempo de práctica y la calidad de las sesiones de entrenamiento, influyen en esta relación, con el objetivo de optimizar el rendimiento futbolístico en estudiantes adolescentes.

QUINTA: Se sugiere que futuras investigaciones exploren enfoques de entrenamiento equilibrados que permitan mejorar tanto las capacidades físicas como las habilidades técnicas, como la conducción del balón, sin comprometer ninguna de ellas. Además, sería útil investigar cómo otros factores, como el estilo de enseñanza, la frecuencia del entrenamiento técnico o las características individuales de los estudiantes, influyen en esta relación. Incluir análisis longitudinales podría ayudar a comprender mejor cómo se desarrolla esta interacción a lo largo del tiempo y proporcionar información valiosa para optimizar el rendimiento deportivo en el contexto escolar.

SEXTA: Es recomendable que futuras investigaciones se enfoquen en analizar estrategias de entrenamiento que optimicen tanto las capacidades físicas como las habilidades técnicas, como el pase del balón, sin que una afecte negativamente a la otra. Además, sería interesante explorar cómo otros factores, como el tipo de ejercicios, la metodología de enseñanza o el tiempo de práctica dedicada a cada habilidad, influyen en la relación entre lo físico y lo técnico. También sería útil realizar estudios longitudinales para observar cómo evolucionan estas variables a lo largo del tiempo, con el fin de diseñar programas de entrenamiento más efectivos y equilibrados.

SETIMA: Se recomienda que futuras investigaciones exploren la posibilidad de diseñar programas de entrenamiento que promuevan el desarrollo simultáneo de las capacidades físicas y las habilidades técnicas, como la recepción del balón, sin que una afecte negativamente a la otra. También sería beneficioso investigar otros factores que podrían influir

en esta relación, como la coordinación, la concentración o la calidad del entrenamiento técnico. Además, sería útil realizar estudios comparativos en diferentes grupos de edad y niveles de habilidad para evaluar cómo varía esta interacción en distintos contextos y cómo se puede optimizar el rendimiento deportivo a lo largo del tiempo.

OCTAVA: Se sugiere que futuras investigaciones examinen cómo integrar mejor el desarrollo físico y técnico en los entrenamientos de fútbol, para evitar que la mejora en uno de estos aspectos limite el progreso en el otro. Sería útil explorar métodos de entrenamiento que optimicen ambas áreas de forma complementaria. Además, se podría investigar la influencia de otros factores, como la fatiga muscular, la coordinación motriz y la técnica de golpeo, para entender mejor la relación entre el rendimiento físico y las habilidades técnicas, como el remate del balón, en estudiantes de diferentes niveles deportivos y contextos.

BIBLIOGRAFÍA

- Badillo. (2004). Fuerza Maxima, Fuerza Explosiva y Fuerza Hipertrofia. (A. Viedma, Ed.) G-SE.
- Badillo. (2005). Fuerza Maxima, Fuerza Explosiva y Fuerza Hipertrofia. (A. Viedma, Ed.) G-SE.
- Base. Revista digital, 18(179). Obtenido de <https://efdeportes.com/efd179/errores-en-la-ejecucion-tecnica-del-futbol.htm>
- Caceres Garcia, R. F. Ferro Huaranca, D. (2023) Las capacidades coordinativas y los fundamentos técnicos del futbol en los estudiantes del 3er grado del nivel secundario de la institución educativa mixta Sagrado Corazón De Jesús del Cusco – 2023
- Calderón, L. S. (2013). Diagnóstico de las Capacidades Físicas y Técnicas Básicas de Fútbol, en Niñas y Niños de 5to y 6to Grado de Iep N° 70252 de Ancoputo - Zepita del 2012.
- Cancela G., Rocío; Cea M., Noelia; Galindo L., Guido; Valilla G., Sara. (2010). Metodología de la Investigación Educativa: Investigación ex post facto. Universidad Autónoma de Madrid, p. 8.
- Carrasco Díaz, S. (2019). *Metodología de la investigación científica*: pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación.
- Ccopa, L. C. (2016). El nivel de los fundamentos técnicos del futbol de los alumnos de la escuela de formación del deporte Unión Carolina Puno 2016 [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio institucional UNAP. Obtenido de <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/3249>
- Cesare, D. (2000). Flexibilidad: conceptos y generalidades.

- Cesare, D. (2000). El entrenamiento de la flexibilidad muscular en las divisiones formativas de baloncesto. *Revista Digital, Educacion Física y Deportes*, 5, 23. Recuperado el 25/10/2006, de <http://www.efdeportes.com>
- Cometti. (1988). *Fuerza Maxima, Fuerza Explosiva y Fuerza Hipertrofia*. (A. Viedma, Ed.) G-SE.
- Delgado, & Tercedor. (2002). *Las capacidades fisicas basicas. Concepto, clasificaciones y evolucion de las mismas*.
- Elvar et al, (2006). *Fuerza Maxima, Fuerza Explosiva y Fuerza Hipertrofia*. (A. Viedma, Ed.) G-SE.
- Estrada, L., Estrada, E., & Hernández, M. (2020). El modelo integrador para la enseñanza de habilidades técnicas de fútbol en la Educación Física escolar (Revisión). *Revista científica Olímpia*, 17, 726-737. Obtenido de <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/1693>
- FIFA. (2021). *Youth Football Development: A Guide for Coaches*.
- García, J., & Delgado, M. (2019). El desarrollo de capacidades físicas en el deporte escolar. *Revista de Educación Física*, 5(2), 45-57.
- Gobierno Regional de Cusco. (2021). *Informe sobre el Estado de las Infraestructuras Deportivas en Cusco*.
- Gomez, J., Noblejas, E. T., & Pelaez, D. (2022). *Mejora de Fundamentos Técnicos del Fútbol en Estudiantes a través del 'Taller Formativo' en Juegos Deportivos Escolares Nacionales* (I.E. Hans Victor Languemak Michelsen, Aucayacu, 2018).
- González-Badillo, J. J. & Ribas-Serna, J. (2002). *"Bases de la Programación del Entrenamiento de Fuerza"*. Editorial INDE.

Grosser. (1988). Manual de Alto Rendimiento Deportivo.

Harre. (1982). Conceptos, evaluación y periodización de la resistencia.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2020). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill.

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. In Mc Graw Hill (Vol. 1, Issue Mexico).

Instituto Peruano del Deporte (IPD). (2020). Diagnóstico del Deporte Escolar en el Perú.

Izquierdo, M. (2003). Fuerza Maxima, Fuerza Explosiva, Fuerza Hipertrofia. (A. Viedma, Ed.) G-SE.

Jaila, H., & Arpi, F. (2017). La Enseñanza Recíproca y su Eficacia en los Fundamentos Básicos del Fútbol en estudiantes de la I.E.P. N° 72759 Segundo Mororcco San José Azángaro Puno 2014.

Knapik. (1983). Fuerza Maxima, Fuerza Explosiva y Fuerza Hipertrofia. (A. Viedma, Ed.) G-SE.

Lago-Peñas, C., & Lago-Ballesteros, J. (2011). Analysis of the training load of professional soccer players. Journal of Strength and Conditioning Research, 25(6), 1523-1530.

Lares, L. (2015). Definiciones de resistencia aerobica y potenciaanaerobica.

Leithwood, K., & Jantzi, D. (2005). Transformational leadership. In B. Davies (Ed.), The essentials of school leadership (pp. 31-43). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

- López, S., & Pérez, A. (2021). Impacto del deporte en la autoestima y motivación de los adolescentes. *Psicología y Deporte*, 10(4), 89-102.
- López-Chicharro, J. & Fernández Vaquero, A. (2015). "Fisiología del ejercicio". Editorial Médica Panamericana.
- Manso, G. (1999). *Fuerza Maxima, Fuerza Explosiva y Fuerza Hipertrofia*. (A. Viedma, Ed.) G-SE.
- Martínez, F., & Torres, G. (2020). Estrategias prácticas para el desarrollo de habilidades técnicas en el fútbol escolar. *Educación Física y Deportes*, 9(1), 72-85.
- Martinez, R y Espinal, K. (2023). *Cómo terminar una tesis*. (1ra ed.)
- Moreno, A. (2013). Errores más comunes presentados en la ejecución técnica del fútbol
- Ortiz Barba, D. A. (2024). Los juegos predeportivos en el fundamento técnico del pase en el fútbol en escolares de Educación General Básica Media (Bachelor's thesis, Carrera Pedagogía de la Actividad Física y Deporte).
- Platonov, V. & Bulatova, M. (2017). "Entrenamiento Deportivo: Teoría y Metodología". Editorial Paidotribo.
- Platonov. (1998). *El entrenamiento deportivo, teoría y metodología*.
- Ponce, A. (2018). Análisis del desarrollo del fútbol en las instituciones educativas del Perú. *Revista Peruana de Educación Física*, 5(2), 45-58.
- Quiroz Campos, D. (2023) Nivel de dominio del pase como fundamento técnico del fútbol en estudiantes de la academia deportiva real atlético del distrito de hunter Arequipa 2023.
- Quispe Ticona, D.A. (2022). Capacidades físicas durante la pandemia por covid19 de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno 2022.

Quispe, E. (2017). Nivel de desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en niños de 12 años de edad de la Institución Educativa Primaria N° 71011 “San Luis Gonzaga” de la ciudad de Ayaviri 2016.

Roman. (2004). Giga Fuerza. 8-19.

Romero Satizabal, D. A., & Pulido Rodriguez, B. E. (2021) Evaluación de las capacidades físicas en escolares mediante el uso de la batería EUROFIT (Doctoral dissertation, Universidad Santo Tomás).

Ruiz, L., & García, P. (2020). El fútbol como herramienta pedagógica en la educación física. *Revista Iberoamericana de Educación*, 78(3), 113-127.

Sánchez, & Cols. (2001). Flexibilidad: conceptos y generalidades.

Supo. J (2020). Metodología de la investigación científica. (3ra Ed).

Tafur e Izaguirre (2015) Como hacer un proyecto de investigación. Colombia. Editorial Alfaomega

Vershochansky, Cometti, & Bompa. (1990, 1999 y 2005). Fuerza Maxima, Fuerza Explosiva y Fuerza Hipertrofia. (A. Viedma, Ed.) G-SE.

Villar, Á. d. (1998). Coordinacion y Equilibrio: Base para la educacion fisica en primaria. *Coordinacion y Equilibrio*, 3-11.

ANEXOS

a. Matriz de consistencia

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA / DISEÑO
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	CAPACIDADES FÍSICAS	Tipo de investigación: Básico Nivel de la investigación: Correlacional Diseño de la investigación: No experimental transeccional y correlacional Población: Estudiantes del cuarto año A y B del nivel secundaria. Muestra: 52 estudiantes Instrumentos: Cuestionarios y encuesta de capacidades físicas. Ficha de observación para fundamentos técnicos del fútbol
¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?	Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.	Existe relación significativa entre las capacidades físicas y los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.	Fuerza Resistencia Velocidad Flexibilidad	
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL	
1) ¿Cómo es las capacidades físicas en la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024? 2) ¿Cómo es los fundamentos técnicos del fútbol en la Institución Educativa de Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024? 3) ¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?	1) Determinar cómo es las capacidades físicas en la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024. 2) Determinar cómo es los fundamentos técnicos del fútbol en la Institución Educativa de Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024 . 3) Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.	1) Las capacidades físicas es bueno en la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024. 2) Los fundamentos técnicos del fútbol es bueno en la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024. 3) Existe relación significativa entre las capacidades físicas y el dominio del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024. 4) Existe relación significativa entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los	Dominio del balón. Conducción del balón. Pase del balón. Recepción del balón. Remate del balón	

4) ¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024? 5) ¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024? 6) ¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024? 7) ¿Cuál es la relación que existe entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024?	4) Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y la conducción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024. 5) Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024. 6) Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024. 7) Determinar la relación que existe entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.	estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco – 2024. 5) Existe relación significativa entre las capacidades físicas y el pase del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024. 6) Existe relación significativa entre las capacidades físicas y la recepción del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024. 7) Existe relación significativa entre las capacidades físicas y el remate del balón en los estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución Educativa Bernardo Tambohuacso Pumayali - Pisac, Cusco - 2024.		
--	--	--	--	--

b. Otros



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABADEL CUSCO
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION
"ESPECIALIDAD EDUCACION FISICA"



SOLICITO: Permiso para realizar trabajo de
Investigación.

SEÑOR DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "BERNARDO
TAMBOHUACSO PUMAYALI" - PISAC.

RAUL GUILLERMO MALDONADO con
DNI: 73737135 y NOHEMI PUMA
CCALLISAYA con DNI: 75882077
Bachilleres en Educación, Especialidad
Educación Física de la Universidad
Nacional de San Antonio Abad del Cusco,
con el debido respeto nos presentamos.

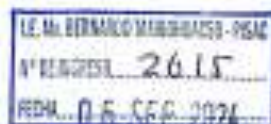
Que, habiendo culminado la carrera profesional de Educación,
Especialidad educación Física en la Universidad Nacional de San Antonio Abad del
Cusco, solicitamos a Ud. Permiso para realizar trabajo de investigación en su
Institución sobre **"LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y LOS FUNDAMENTOS
TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN ESTUDIANTES DEL 4TO GRADO DE
SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERNARDO TAMBOHUACSO
PUMAYALI - PISAC, CUSCO - 2024"** para optar el Título de Licenciado en
Educación Física.

POR LO EXPUESTO:
Rogamos a Ud. Acceder a nuestra petición.

Cusco, 06 de septiembre de 2024


RAUL GUILLERMO MALDONADO


NOHEMI PUMA CCALLISAYA





DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL- CALCA
"INSTITUCION EDUCATIVA INTEGRADA N° 50178 "BERNARDO TAMBOHUACSO"
"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA
CONMEMORACIÓN DE LAS HERDICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO".



CONSTANCIA

EL QUE SUSCRIBE, DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA BERNARDO TAMBOHUACSO PUMAYALI. del distrito de Pisac. Provincia Calca departamento Cusco.

HACE CONSTAR: que los bachilleres NOHEMI PUMA CCALLISAYA y RAUL GUILLERMO MALDONADO aplicaron la encuesta como instrumento para recoger información como sustento del trabajo de investigación, cuyo título lleva el nombre de LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN ESTUDIANTES DEL 4TO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERNARDO TAMBOHUACSO PUMAYALI - PISAC, CUSCO - 2024. Este instrumento fue aplicado a los estudiantes del cuarto año de secundaria, el día 17 de septiembre de 2024. Este trabajo de investigación fue desarrollado con el propósito de obtener el título profesional de LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA SECUNDARIA.

Se emite la presente constancia a solicitud de los interesados para fines que viera por conveniente.



MINISTERIO DE EDUCACIÓN
LE. AL. BERNARDO TAMBOHUACSO

Mr. Daniel Rodríguez Mansori
DIRECTOR

ENCUESTA

Estimado/a Estudiante:

Agradecemos tu participación en esta encuesta, que tiene como objetivo evaluar tu percepción sobre las capacidades físicas. Tu opinión nos ayudará a comprender mejor cómo estos aspectos influyen en tu rendimiento y desarrollo en el deporte. Por favor marca la opción que mejor describa tu experiencia y percepción utilizando la escala de Likert de 5 puntos:

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	EN DESACUERDO	NEUTRAL	DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO
	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
	DIMENSIÓN FUERZA				
	1	2	3	4	5
1	Siento que tengo la capacidad de levantar el máximo peso posible en ejercicios de fuerza, sin comprometer mi forma o técnica.				
2	Durante mis entrenamientos, noto que mi fuerza máxima ha mejorado significativamente en comparación con sesiones anteriores.				
3	Me siento capaz de generar una gran fuerza en un corto período de tiempo durante ejercicios que requieren explosividad, como saltos o sprints .				
4	He notado una mejora en mi capacidad para realizar movimientos rápidos y explosivos, como lanzamientos o cambios bruscos de dirección, en mis entrenamientos recientes.				
5	Puedo mantener una alta intensidad en mis ejercicios de fuerza durante un período prolongado sin sentir una disminución significativa en mi rendimiento.				
6	Me siento capaz de realizar múltiples series de un ejercicio de fuerza con una intensidad elevada, sin experimentar una fatiga excesiva en mis músculos.				
	DIMENSION RESISTENCIA				
7	Puedo mantener un ritmo constante en actividades aeróbicas, como correr o nadar, durante largos periodos sin sentirme excesivamente fatigado.				
8	Siento que mi capacidad para realizar ejercicios aeróbicos de larga duración ha mejorado en los últimos meses, permitiéndome realizar estas actividades con mayor facilidad.				
9	Puedo realizar actividades de alta intensidad, como sprints o levantamiento de pesas, durante periodos prolongados sin experimentar una fatiga muscular excesiva.				
10	Mi capacidad para mantener un esfuerzo máximo en ejercicios anaeróbicos, como intervalos intensos o circuitos de fuerza, ha mejorado en los últimos tiempos.				
11	Soy capaz de realizar múltiples repeticiones de un ejercicio específico, como flexiones o sentadillas, sin experimentar una fatiga muscular significativa en los músculos involucrados.				
12	He notado una mejora en mi capacidad para mantener la fuerza en un grupo muscular particular durante el ejercicio, permitiéndome realizar más repeticiones o mantener la intensidad por más tiempo.				
	DIMENSION VELOCIDAD				
13	Puedo responder rápidamente a estímulos visuales o auditivos durante actividades deportivas o entrenamientos, con un tiempo de reacción mínimo.				
14	He notado que mi tiempo de reacción ha mejorado en los últimos meses, permitiéndome reaccionar más rápidamente en situaciones de alta intensidad o competencia.				

+	15	Puedo moverme rápidamente a través de diferentes distancias en actividades deportivas o entrenamientos, mostrando una alta velocidad de desplazamiento.					
	16	He notado una mejora en mi capacidad para desplazamiento rápido y eficiente en diferentes direcciones durante mis entrenamientos o competiciones.					
	17	Realizo los movimientos técnicos en mis entrenamientos o competiciones con una alta velocidad, sin sacrificar la calidad de la ejecución.					
	18	He observado una mejora en la rapidez con la que ejecuto técnicas complejas durante mis sesiones de entrenamiento, manteniendo una técnica precisa y efectiva.					
	DIMENSION FLEXIBILIDAD						
	19	Puedo realizar movimientos con mis articulaciones a través de un rango completo sin experimentar restricciones o dolor significativo.					
	20	He notado una mejora en mi flexibilidad, permitiéndome alcanzar un rango de movimiento mayor en diferentes ejercicios y actividades físicas.					
	21	Mis músculos son capaces de estirarse y volver a su longitud original con facilidad después de realizar ejercicios de estiramiento o movimientos extensos.					
	22	He notado una mejora en la elasticidad de mis músculos, lo que me permite realizar movimientos con mayor amplitud y sin rigidez.					
	23	Puedo realizar movimientos cotidianos y deportivos con facilidad y sin restricciones gracias a mi flexibilidad funcional.					
	24	He notado una mejora en mi capacidad para realizar tareas físicas y movimientos específicos de mi deporte con una mayor amplitud de movimiento y menor rigidez.					



FICHA DE OBSERVACIÓN DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL.



Dimensiones	Ítems	Escala de valoración: ordinal.				
		Siempre (5)	Casi Siempre (4)	A Veces (3)	Casi Nunca (2)	Nunca (1)
Dominio del balón.	1. El jugador realiza una alta frecuencia de toques por minuto durante los ejercicios de control del balón.					
	2. El jugador mantiene el balón en el aire por un tiempo prolongado sin que toque el suelo durante las prácticas.					
	3. El jugador dirige el balón con precisión hacia el objetivo durante los ejercicios de pase y tiro.					
	4. El jugador responde rápidamente y de manera efectiva a los estímulos externos, como cambios en la posición de los oponentes o del balón.					
Conducción del balón.	5. El jugador conduce el balón con precisión hacia el objetivo durante los ejercicios de pase y tiro.					
	6. El jugador utiliza ambas piernas de manera efectiva y equilibrada durante las prácticas y juegos.					
	7. El jugador cambia de dirección rápidamente y con precisión durante las situaciones de juego.					
	8. El jugador mantiene el control del balón de manera efectiva incluso bajo la presión de los oponentes.					
Pase del balón.	9. El jugador realiza pases precisos a distancias cortas, medias y largas durante los ejercicios de práctica y en situaciones de juego.					
	10. El jugador mantiene la precisión en los pases mientras se encuentra en movimiento, tanto en situaciones de ataque como de defensa.					
	11. El jugador ajusta efectivamente la fuerza y dirección del pase según la presión de los oponentes para asegurar la recepción del balón por parte de un compañero.					
Recepción del balón	12. El jugador recibe el balón con precisión utilizando el borde interno del pie, manteniendo el control y dirigiéndolo adecuadamente hacia el siguiente movimiento.					

	13. El jugador controla el balón de manera efectiva utilizando el muslo, manteniéndolo cerca y preparándolo para el siguiente toque o movimiento.					
	14. El jugador recibe y controla el balón con el pecho de manera eficiente, amortiguando el impacto y preparándolo para el siguiente toque.					
Remate del balón.	15. El jugador realiza remates precisos utilizando el empeine, dirigiendo el balón hacia el objetivo deseado con exactitud.					
	16. El jugador demuestra un buen control y colocación en los remates con el borde interno del pie, enviando el balón a la zona deseada con precisión.					
	17. El jugador realiza remates efectivos utilizando el borde externo del pie, logrando sorprender al portero y dirigir el balón con precisión.					
	18. El jugador demuestra una gran potencia en los remates realizados con la punta del pie, enviando el balón con fuerza hacia el objetivo.					



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I.- DATOS GENERALES:

Título del trabajo de investigación : LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN ESTUDIANTES DEL 4TO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERNARDO TAMBOHUACSO PUMAYALI - PISAC, CUSCO - 2024

Nombre del Instrumento : FICHA DE OBSERVACIÓN Y CUESTIONARIO

Investigadores : Br. Nohemi Puma Ccallisaya y Br. Raul Guillermo Maldonado

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-41%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
Forma	1. REDACCIÓN	Los indicadores e Items están redactados considerando los elementos necesarios.				X	
	2. CLARIDAD	Está 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 tecnología.				X	
	5. SUFICIENCIA	Los Items son adecuados en cantidad y profundidad.					X
	6. INTENCIONALIDAD	El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.					X
Estructura	7. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.				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. METODOLOGÍA	Las estrategias de Investigación responden al propósito del diagnóstico.				X	

III. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

PROMEDIO: 80 %

Procede su aplicación



Debe corregirse



Firma

Dr. o Mg. Alain Gunnar Carreón Sutez

DNI: 23989228

Teléfono: 984726805

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

Título del trabajo de Investigación : LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN ESTUDIANTES DEL 4TO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERNARDO TAMBOHUACSO PUMAYALI - PISAC, CUSCO - 2024

Nombre del Instrumento : FICHA DE OBSERVACIÓN Y CUESTIONARIO

Investigadores : Br. Nohemi Puma Ccallisaya y Br. Raul Guillermo Maldonado

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-41%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
Forma	1. REDACCIÓN	Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios.				X	
	2. CLARIDAD	Está 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 tecnología.				X	
	5. SUFICIENCIA	Los ítems son adecuados en cantidad y profundidad.				X	
	6. INTENCIONALIDAD	El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				X	
Estructura	7. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.				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. METODOLOGÍA	Las estrategias de investigación responden al propósito del diagnóstico.				X	

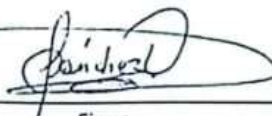
III. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

PROMEDIO: 80 %

Procede su aplicación



Debe corregirse

Firma

Dr. O Mg. Flavio Ricardo Sánchez Ortiz

DNI: 23803533

Teléfono: 984614563

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I.- DATOS GENERALES:

Título del trabajo de investigación : LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN ESTUDIANTES DEL 4TO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERNARDO TAMBOHUACSO PUMAYALI - PISAC, CUSCO - 2024

Nombre del Instrumento : FICHA DE OBSERVACIÓN Y CUESTIONARIO

Investigadores : Br. Nohemi Puma Ccallisaya y Br. Raul Guillermo Maldonado

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-41%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
Forma	1. REDACCIÓN	Los indicadores e Items están redactados considerando los elementos necesarios.				X	
	2. CLARIDAD	Está formulado con un lenguaje apropiado.				X	
	3. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				X	
Contenido	4. ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y tecnología.				X	
	5. SUFICIENCIA	Los Items son adecuados en cantidad y profundidad.				X	
	6. INTENCIONALIDAD	El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				X	
Estructura	7. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.				X	
	8. CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.					X
	9. COHERENCIA	Existe coherencia entre los items, indicadores, dimensiones y variables.				X	
	10. METODOLOGÍA	Las estrategias de investigación responden al propósito del diagnóstico.				X	

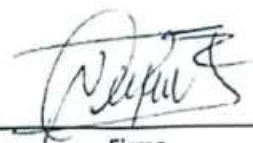
III. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

PROMEDIO: 80 %

Procede su aplicación

☒

Debe corregirse

☐


Firma

Dr. O Mg. Nestor Nina Ramos

DNI: 23955335

Teléfono: 950972240

