

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y
EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



TESIS

**Aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San
Alfonso, La Libertad, 2025**

Presentada para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación, especialidad de
Educación Física

Investigadores: Marquina Bautista Pedro

Peña Esteban Wilmer

Asesora: Dra. Martha Ríos Rodríguez

Lambayeque – Perú

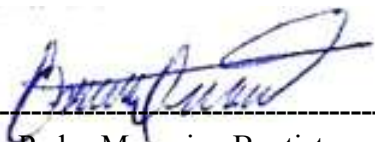
2026

Aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225,

San Alfonso, La Libertad, 2025

Tesis presentada para obtener el Título Profesional de Licenciado en

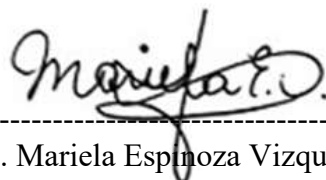
Educación, especialidad de Educación Física



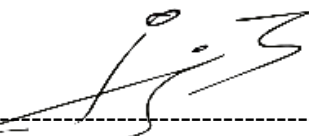
Pedro Marquina Bautista
Investigador



Wilmer Peña Esteban
Investigador



Dra. Mariela Espinoza Vizquerra
Presidente



M.Sc. Juan Carlos Granados Barreto
Secretario



M.Sc. David Bustamante Cerna
Vocal



Dra. Martha Ríos Rodríguez
Asesora

ACTA DE SUSTENTACIÓN



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS N° 457-2026

Siendo las 17:00 horas, del día miércoles 03 de junio 2026 se reunieron vía online mediante la plataforma virtual Google Meet: <https://meet.google.com/wze-jhfm-hgb> por mandato de la Resolución N° 1794-2026-D-FACHSE de fecha 03 de junio de 2026 que autoriza la sustentación, se reunieron los miembros del Jurado designado según Resolución N° 3111-2025-D-FACHSE de fecha 26 de agosto de 2025; Jurado integrado por los siguientes miembros:

| | |
|------------------------|--------------------------------------|
| Presidente(a) | : Dra. MARIELA ESPINOZA VIZQUERRA |
| Secretario(a) | : M.Sc. JUAN CARLOS GRANADOS BARRETO |
| Vocal | : M.Sc. DAVID BUSTAMANTE CERNA |
| Asesor(a) Metodológico | : Dra. MARTHA RÍOS RODRÍGUEZ |
| Asesor(a) Científico | : |



Con la finalidad de evaluar la (el) Tesis titulada(o): APTITUD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE LA IE 80225, SAN ALFONSO, LA LIBERTAD, 2025 Presentada por MARQUINA BAUTISTA, PEDRO Y PEÑA ESTEBAN, WILMER para obtener el Título profesional de Licenciado(a) en Educación, especialidad de Educación Física.

Leída la resolución de autorización, se inicia el acto de sustentación, al término del cual y de conformidad con el Reglamento General de Investigación de la UNPRG (Res. N° 184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023) y el Reglamento de Grados y Títulos de la UNPRG (Res. N° 267-2023-CU de fecha 20 de junio de 2023), los miembros del jurado realizaron la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al/los sustentante(s), quien(es) respondió(eron) las interrogantes planteadas.

Dada la deliberación correspondiente por parte del jurado, se sucedió la valoración, **obteniendo el calificativo de 17 en la escala vigesimal, que equivale a la mención de BUENO**. Siendo las 18:00 horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.


Dra. MARIELA ESPINOZA VIZQUERRA
PRESIDENTE(A)


M.Sc. JUAN CARLOS GRANADOS BARRETO
SECRETARIO(A)


M.Sc. DAVID BUSTAMANTE CERNA
VOCAL

OBSERVACIONES: _____

El presente acto académico se sustenta en el Reglamento General de Investigación de la UNPRG (Res. N° 184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023) los artículos 20º, 33º, 46º, 54º o 66º del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (aprobado con Resolución N° 267-2023-CU de fecha 20 de junio del 2023 y su modificatoria aprobada por Resolución N° 385-2023-CU de fecha 11 de diciembre del 2023) y por la Resolución N° 403-2023-CU de fecha 27 de diciembre de 2023, ésta última que amplía el límite de las fechas de sustentación de proyectos aprobados del 2017 al 2020.

CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo, Martha Rios Rodriguez, usuario revisor de Tesis Trabajo de Suficiencia Profesional
y/o Trabajo Académico Titulado: Aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria
de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025

La autora es Marquina Bautista Pedro, con DNI N° 46283711; Peña Esteban Wilmer con
DNI N° 70555111; declaro que la evaluación realizada por el Programa informático, ha
arrojado un porcentaje de similitud 14% verificables en el Resumen del Reporte
automatizado de similitudes que se acompaña.

El suscrito analizó reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas dentro del
porcentaje de similitud permitido no constituyen plagio y que el documento cumple con la
integridad científica y con las normas para el uso de citas y referencias establecidas en los
protocolos respectivos.

Se cumple con adjuntar el Recibo Digital a efectos de la trazabilidad respectiva del proceso.



Lambayeque, 29 de septiembre del 2025

Martha Rios Rodriguez

DNI: N° 16655814

ASESORA

Se adjunta:

Resumen del Reporte automatizado de similitudes

Recibo Digital

Aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

| | | |
|---|--|-----|
| 1 | repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet | 6% |
| 2 | repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 3 | repositorio.uncp.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 4 | www.revistasocialfronteriza.com Fuente de Internet | 1% |
| 5 | cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 6 | repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 7 | Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante | 1% |
| 8 | repositorio.upse.edu.ec Fuente de Internet | <1% |

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo

Dra. Martha Ríos Rodríguez
DNI: N° 16655814
Asesora

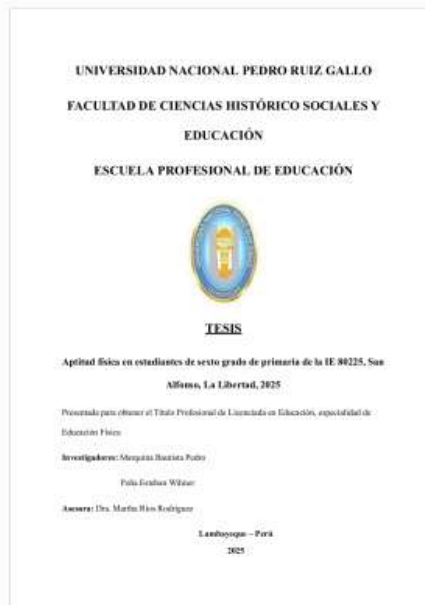


Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Marquina Bautista Pedro Y Peña Esteban Wilmer
Título del ejercicio: Quick Submit
Título de la entrega: Aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la I...
Nombre del archivo: INFORME_Pedro_y_Wilmer.docx
Tamaño del archivo: 204.49K
Total páginas: 46
Total de palabras: 7,983
Total de caracteres: 46,648
Fecha de entrega: 29-sept-2025 12:30p. m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega: 2765865087



Derechos de autor 2025 Turnitin. Todos los derechos reservados.

Dra. Martha Ríos Rodríguez
DNI: N° 16655814
Asesora

DEDICATORIA

Dedicamos este trabajo de investigación a nuestras familias, quienes, con su apoyo incondicional, paciencia y amor nos han motivado a seguir adelante en cada etapa de nuestra formación profesional.

Asimismo, lo dedicamos a todos nuestros docentes que, con su esfuerzo y vocación, sembraron en nosotros el compromiso por la educación y la investigación.

AGRADECIMIENTO

Expresamos nuestro más sincero agradecimiento a Dios por guiarnos y darnos fortaleza en todo este proceso.

A nuestras familias, por su constante respaldo y comprensión en los momentos de mayor exigencia.

Al Dra. Martha, nuestra asesora, por sus valiosas orientaciones, tiempo y paciencia en el desarrollo de esta tesis.

Finalmente, agradecemos a nuestros compañeros, amigos y a cada persona que, de una u otra manera, nos brindó su apoyo y motivación para culminar con éxito este trabajo académico.

RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito central determinar el nivel de aptitud física en los estudiantes de sexto grado de primaria de la Institución Educativa N° 80225, ubicada en San Alfonso, La Libertad. El estudio se enmarcó en una metodología de tipo básico, con un enfoque cuantitativo, diseño no experimental y nivel descriptivo. La muestra estuvo conformada por 32 escolares de sexto grado, a quienes se aplicó como instrumento una lista de cotejo estructurada en dimensiones vinculadas con la velocidad, la fuerza y la flexibilidad. Los resultados obtenidos evidenciaron que el 46.9% de los estudiantes se ubicó en un nivel bajo de aptitud física, mientras que el 31.3% alcanzó un nivel medio y únicamente el 21.9% logró posicionarse en un nivel alto, constituyendo un grupo reducido con un desarrollo corporal más favorable. Finalmente, se concluyó que la aptitud física en los estudiantes de sexto grado se caracterizó por un predominio de niveles bajos y medios, lo que puso en evidencia la urgencia de fortalecer programas pedagógicos que impulsen la práctica sistemática de actividades físicas.

Palabras clave: nivel, aptitud física, primaria.

ABSTRACT

The main purpose of this research was to determine the level of physical fitness among sixth-grade students at Educational Institution No. 80225, located in San Alfonso, La Libertad. The study was based on a basic methodology, with a quantitative approach, non-experimental design, and descriptive level. The sample consisted of 32 sixth-grade students, who were given a structured checklist related to speed, strength, and flexibility. The results showed that 46.9% of the students had a low level of physical fitness, while 31.3% had an average level and only 21.9% had a high level, constituting a small group with more favorable physical development. Finally, it was concluded that the physical fitness of sixth-grade students was characterized by a predominance of low and medium levels, highlighting the urgent need to strengthen educational programs that promote the systematic practice of physical activities.

Keywords: level, physical fitness, primary school.

ÍNDICE GENERAL

| | |
|--|----|
| CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD | 4 |
| RESUMEN | 9 |
| ABSTRACT..... | 10 |
| ÍNDICE GENERAL | 11 |
| INTRODUCCIÓN | 14 |
| I. DISEÑO TEÓRICO..... | 19 |
| 1.1. Antecedentes | 19 |
| 1.1.1. Antecedentes internacionales..... | 19 |
| 1.1.2. Antecedentes nacionales | 20 |
| 1.2. Bases teóricas..... | 22 |
| 1.2.1. La teoría del desarrollo motor de Arnold Gesell..... | 22 |
| 1.2.2. Teoría del Aprendizaje Motor de Paul Fitts y Michael Posner | 23 |
| 1.2.3. Teoría del Comportamiento Planificado (TCP) de Ajzen | 25 |
| 1.3. Bases conceptuales..... | 26 |
| 1.3.1. Aptitud física..... | 26 |
| 1.4. Operacionalización de variables | 28 |
| II. DISEÑO METODOLÓGICO..... | 30 |
| 2.1. Tipo de investigación | 30 |
| 2.2. Diseño de investigación | 30 |
| 2.3. Población y muestra | 31 |
| 2.3.1. Población..... | 31 |

| | |
|------------------------------------|----|
| 2.3.2. Muestra | 32 |
| 2.4. Técnicas e instrumentos | 32 |
| 2.4.1. Técnica..... | 32 |
| 2.4.2. Instrumento | 33 |
| 2.5. Aspectos éticos..... | 34 |
| III. RESULTADOS | 36 |
| IV. DISCUSIÓN DE RESULTADOS..... | 43 |
| CONCLUSIONES | 47 |
| RECOMENDACIONES..... | 48 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 49 |
| ANEXOS | 57 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | | |
|-----------------|---|----|
| Figura 1 | Nivel de la variable aptitud física..... | 36 |
| Figura 2 | Nivel de la dimensión velocidad de la aptitud física..... | 37 |
| Figura 3 | Nivel de la dimensión fuerza de la aptitud física | 39 |
| Figura 4 | Nivel de la dimensión flexibilidad de la aptitud física | 41 |

INTRODUCCIÓN

La realidad problemática a nivel internacional sobre la aptitud física en estudiantes de primaria revela un panorama de deterioro progresivo que compromete el bienestar integral infantil. En Austria, un estudio realizado con escolares entre 6 y 11 años evidenció una disminución significativa en la resistencia cardiorrespiratoria, la agilidad y la flexibilidad tras la pandemia de COVID-19, acompañada de un aumento del índice de masa corporal. Además, los niños presentaron un incremento en el sobrepeso y una reducción notoria en la condición física general, lo que refleja un impacto directo de los hábitos sedentarios y el uso excesivo de pantallas durante el confinamiento (Drenowatz et al., 2023).

De forma similar, en Indonesia, una investigación en la escuela primaria, reveló que el 52% de los estudiantes presentaba un nivel moderado de aptitud física y el 48% un nivel bajo, lo que sugiere una resistencia aeróbica insuficiente y un estilo de vida poco activo, por lo que esta situación compromete la capacidad de concentración y el rendimiento académico, destacando la necesidad urgente de programas escolares que promuevan la actividad física constante (Hardinata et al., 2024).

En Colombia, un diagnóstico de las capacidades físicas en Montería, Rodríguez et al. (2025) identificó un predominio de niveles bajos y muy bajos en fuerza y velocidad entre niños de 7 a 9 años, con una evidente falta de hábitos saludables y práctica sistemática de ejercicio. Eso advierte que la condición física deficiente se asocia con el sedentarismo y la mala alimentación, factores que agravan la prevalencia de obesidad infantil en contextos escolares.

En Arabia Saudita, aunque los esfuerzos educativos se han orientado hacia la exploración científica y el pensamiento crítico, los informes recientes resaltan que la baja condición física y motriz de los estudiantes limita su participación en actividades prácticas y

exploratorias. Esto refleja la necesidad de integrar rutinas físicas en el currículo escolar como parte del desarrollo cognitivo y corporal (Alamodi, 2025).

Además, los contrastes geográficos también reflejan diferencias sustanciales en el rendimiento físico de los niños y adolescentes. En Indonesia, una comparación entre regiones de montaña, llanura e islas determinó que los estudiantes de zonas altas alcanzaron promedios superiores de aptitud física (13.83 puntos), frente a los de zonas bajas (13.20) e insulares (13.26), lo que pone en evidencia cómo los contextos urbanos más tecnológicos y sedentarios impactan negativamente en la condición física infantil (Apriyano et al., 2023).

Por otro lado, en el contexto nacional, en un estudio de alcance nacional, el Instituto Nacional de Salud identificó que el 75.8% de los peruanos presenta niveles bajos de actividad física, con mayor incidencia en Lima Metropolitana (75%), así como en las regiones de la Costa y la Selva, donde los porcentajes superan el 70%. Este panorama muestra que la inactividad se consolida como un problema estructural, influido por el sedentarismo urbano, la escasez de espacios recreativos y la falta de promoción sostenida de la educación física escolar (Taqui et al., 2021).

Por su parte, una investigación realizada en la región central del Perú con escolares de 6 a 17 años demostró que los niveles de aptitud física se incrementan con la edad, pero persiste una amplia variabilidad interindividual y una menor condición física en las niñas, además de notarse diferencias significativas entre estudiantes de la costa, sierra y selva. Esto sugiere que la educación física no está generando un impacto equitativo ni sostenido en la formación corporal y motriz (Bustamante et al., 2012).

Del mismo modo, un estudio nacional sobre adolescentes peruanos concluyó que más del 80% muestra niveles bajos de actividad física y altos índices de sedentarismo,

especialmente en zonas urbanas como Lima y Arequipa, lo que refleja una preocupante disminución del tiempo destinado a la práctica motora y recreativa (Vargas et al., 2023).

De manera más localizada, investigaciones recientes en Tacna revelan que el 90% de los ciudadanos está expuesto a enfermedades asociadas con la falta de movimiento, entre ellas la obesidad y la hipertensión, lo que convierte la ausencia de práctica deportiva en un riesgo emergente para la salud y la calidad de vida de los escolares. En ese mismo estudio, se advierte que el 70% de los estudiantes menores de edad percibe su práctica física como insuficiente, lo que evidencia una débil cultura motriz desde la infancia (Calderón et al., 2023).

En Lima, la realidad educativa tampoco es alentadora ya que, en el distrito de San Martín de Porres se evidencia que el 57.4% de los escolares adolescentes mantiene actitudes indiferentes hacia la actividad física y deportiva, predominando el desinterés entre las mujeres (6%). Esta tendencia coincide con los diagnósticos de las instituciones públicas, que muestran una reducción progresiva en la participación estudiantil en actividades motrices y recreativas (Díaz, 2024).

En el contexto local, en la Institución Educativa N° 80225 de San Alfonso, provincia de La Libertad, se ha observado que una parte considerable de los estudiantes del sexto grado presenta un bajo nivel de aptitud física. Muchos niños manifiestan dificultades para realizar actividades que demandan resistencia, velocidad o fuerza, además de mostrar escasa motivación hacia la práctica deportiva. Esta situación se debe a múltiples factores: la falta de hábitos de ejercicio en el hogar, la limitada disponibilidad de espacios recreativos en la comunidad, el uso excesivo de dispositivos electrónicos, así como la insuficiente planificación de sesiones de educación física adaptadas a las necesidades de los estudiantes.

Como consecuencia, se percibe una tendencia al sedentarismo, un incremento del sobrepeso infantil y una disminución en la capacidad de concentración y participación activa en clase.

Ante esta realidad, resulta de suma importancia estudiar el nivel de aptitud física de los estudiantes de sexto grado de primaria, con el propósito de identificar sus fortalezas y debilidades en las distintas capacidades motrices. Este diagnóstico permitirá generar información relevante para orientar acciones pedagógicas, promover estilos de vida saludables desde la escuela y contribuir a la formación integral de los niños, asegurando un desarrollo físico equilibrado y una mejor calidad de vida. Por lo tanto se formula ¿Cuál es el nivel de la aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025?.

En ese sentido, se planteó como general: Determinar el nivel de la aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025.

Y sus objetivos específicos fueron: I) Evaluar el nivel de fuerza en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025; II) Analizar el nivel de flexibilidad en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025; III) Determinar el nivel de velocidad en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025.

En otro orden, la estructura del presente trabajo se articula en cuatro capítulos que guardan una relación estrecha entre sí. El primer capítulo se orienta a la fundamentación teórica, donde se exponen los referentes conceptuales, se revisa la literatura especializada y se delimitan las ideas esenciales que sustentan la investigación. Posteriormente, en el segundo capítulo se desarrolla un examen minucioso de la metodología adoptada, precisando el diseño empleado, los criterios de selección de la muestra y los instrumentos de recolección de información. En el tercer capítulo se presentan de manera sistemática los hallazgos obtenidos,

mientras que el cuarto capítulo se dedica al análisis crítico y a la discusión de los mismos.

Finalmente, se ofrecen las conclusiones derivadas del estudio, junto con las recomendaciones pertinentes y los anexos que complementan el proceso investigativo.

I. DISEÑO TEÓRICO

1.1. Antecedentes

1.1.1. *Antecedentes internacionales*

Ramírez y Godínez (2024) realizaron un estudio cuyo objetivo fue analizar las actitudes hacia la educación física en estudiantes de quinto y sexto grado de primaria en una institución educativa de León, Guanajuato, México. Para ello, emplearon una metodología cuantitativa, de diseño transversal no experimental, con alcances descriptivos y correlacionales. Se aplicó una encuesta estructurada con 32 ítems, adaptada del Instrumento de Medición de Actitudes hacia la Expresión Corporal (IMAEC), a una muestra no probabilística por conveniencia conformada por 101 estudiantes distribuidos en cuatro grupos: 5.º A (23), 5.º B (19), 6.º A (30) y 6.º B (29). La confiabilidad del instrumento fue validada con un alfa de Cronbach de 0.82. Los resultados estadísticos, obtenidos mediante ANOVA de una vía con post hoc de Tukey, indicaron que los cuatro factores analizados influyen significativamente en la actitud hacia la asignatura: agrado o gusto ($F = 4.08$; $p = 0.0089$), actitud del profesor ($F = 3.93$; $p = 0.0107$), valoración de la educación física ($F = 3.09$; $p = 0.0305$) y preferencia frente a otras materias ($F = 2.71$; $p = 0.0487$). Se concluye que el agrado hacia la clase y la actitud del docente son los factores de mayor impacto en la disposición estudiantil hacia la educación física. El estudio resalta la necesidad de que el profesorado modele una actitud positiva y significativa para fomentar una percepción favorable en los estudiantes sobre esta área curricular.

Mero y Ávila (2024) desarrollaron un estudio con el propósito de analizar comparativamente las actitudes hacia la Educación Física en función del nivel educativo, específicamente entre estudiantes de básica superior y bachillerato en instituciones rurales del cantón Paján, en Manabí-Ecuador. Bajo un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo-comparativo y diseño no experimental de corte transversal, participaron 364 estudiantes

seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado. Para la recolección de datos se aplicó el “Cuestionario de Actitudes hacia la Educación Física” de Moreno et al. (2003), que evalúa siete dimensiones actitudinales. Los resultados indicaron que, a nivel general, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas ($p=0.06$) entre ambos grupos educativos, estableciéndose una actitud medianamente favorable en conjunto. No obstante, sí se evidenciaron diferencias significativas en dos dimensiones: utilidad de la Educación Física ($p=0.00$) y empatía con el docente y la asignatura ($p=0.03$), en las cuales los estudiantes de básica superior mostraron mayores niveles de valoración positiva. A partir de ello, los autores concluyen que, aunque las actitudes son moderadamente positivas, existe un ligero declive en la percepción de los estudiantes hacia la Educación Física al avanzar de curso, especialmente entre décimo de básica y primero de bachillerato, lo que sugiere la necesidad de reforzar estrategias didácticas y motivacionales desde el rol docente.

1.1.2. Antecedentes nacionales

En el estudio desarrollado por Díaz y Dolorier (2025), se planteó como objetivo comparar la aptitud física de los estudiantes de sexto grado de las instituciones educativas N° 1268 Gustavo Mohme Llona (UGEL 06) y Liceo Naval Almirante Guise (UGEL 07) durante el año 2024. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, de tipo aplicada, con un diseño no experimental y de corte transeccional descriptivo. Se empleó el método comparativo para analizar las diferencias entre ambas instituciones. La muestra estuvo compuesta por 100 estudiantes. Los resultados revelaron que los estudiantes del Liceo Naval Almirante Guise obtuvieron mejores promedios, destacando especialmente en fuerza abdominal y salto horizontal. El análisis inferencial, mediante pruebas T de Student, confirmó diferencias estadísticamente significativas entre ambas instituciones en todas las dimensiones evaluadas, con valores de p inferiores a 0.05. A partir de ello, se concluyó que existen diferencias significativas en la aptitud física entre los estudiantes de ambas instituciones, evidenciando

un rendimiento superior en el Liceo Naval Almirante Guise. Estos hallazgos destacan la influencia de factores contextuales y pedagógicos sobre el desarrollo físico escolar y sustentan la necesidad de diseñar estrategias diferenciadas para promover la actividad física en el entorno educativo.

Las investigadoras Ortecho et al. (2022) desarrollaron un estudio cuyo propósito fue analizar las actitudes de los estudiantes de nivel primaria frente al área de Educación Física. La investigación siguió un diseño cuantitativo, de tipo descriptivo y corte transversal, empleando como instrumento el Cuestionario de Actitudes hacia la Educación Física (CAEF), validado por Moreno et al. (2003), el cual fue aplicado a una muestra conformada por 100 estudiantes de entre 10 y 13 años de edad, pertenecientes a la Institución Educativa “San Francisco de Asís”, ubicada en el distrito de La Esperanza, Trujillo. Los resultados revelaron que, si bien los estudiantes manifestaron una valoración alta hacia la asignatura y el profesor (73 % en la dimensión 1), se observaron actitudes predominantemente bajas en otras dimensiones como utilidad de la asignatura (58 %), empatía hacia el docente (24 %) y preferencia por la Educación Física (12 %), lo que evidencia una actitud general poco favorable hacia la práctica física escolar. En conclusión, los autores resaltan la necesidad de reforzar la motivación y el vínculo pedagógico desde la organización escolar y el rol docente, a fin de mejorar el interés estudiantil hacia la Educación Física, especialmente en un contexto post-pandemia que ha agudizado los índices de sedentarismo y desinterés por la actividad física.

Valverde (2023) desarrolló una investigación cuyo objetivo fue determinar el nivel de aptitud física de los escolares, estableciendo una relación con su desarrollo físico y los parámetros evaluativos de la batería de test Eurofit. Para ello, empleó una metodología cuantitativa con diseño no experimental, transversal y descriptivo, aplicando dicha batería a una muestra censal conformada por 99 estudiantes de tres instituciones educativas del nivel

primario. Los resultados mostraron un desempeño físico mayormente por debajo del estándar. En equilibrio corporal, la media fue de 3.25 intentos (DT=2.48), lejos del nivel excelente. La velocidad de miembros superiores promedió 23.35 s (DT=5.81) y la flexibilidad 5.67 repeticiones (DT=3.97), ambos en rangos bajos. La fuerza explosiva alcanzó 128.36 cm (DT=41.24), también inferior al parámetro óptimo. Solo en fuerza estática (15.32 repeticiones, DT=7.24), fuerza-resistencia (13.39, DT=5.12) y velocidad de desplazamiento (23.51 s, DT=4.45) se observaron niveles normales. En cambio, la fuerza isométrica evidenció bajo rendimiento con 12 s promedio (DT=11.73). En consecuencia, el autor concluyó que los escolares evaluados no alcanzaban niveles adecuados de condición física, hecho que refleja carencias en la promoción de actividad física en sus contextos escolares y familiares, lo que compromete su desarrollo integral y bienestar físico.

1.2. Bases teóricas

1.2.1. La teoría del desarrollo motor de Arnold Gesell

La teoría del desarrollo motor de Arnold Gesell establece que el comportamiento motor sigue una secuencia ordenada genéticamente, en la que la postura y el movimiento reflejan el progreso interno del crecimiento físico y neurológico. Gesell sostuvo que el desarrollo físico del niño no ocurre al azar, sino que obedece a patrones previsibles determinados por un programa biológico madurativo, lo que implica que habilidades como el equilibrio, la fuerza o la coordinación motora aparecen conforme el sistema nervioso alcanza determinados niveles de madurez (Caycho, 2013).

Desde esta postura, la aptitud física se vincula directamente con los logros que alcanzan los individuos en cuanto al control y dominio progresivo de sus movimientos, lo que incluye aspectos como la resistencia, la agilidad y la fuerza, todos considerados hitos del desarrollo motriz (Ruiz, 2013). Así, se reconoce que el progreso en estas dimensiones no responde únicamente a la práctica o al entorno, sino a una programación endógena que guía

el curso evolutivo de la motricidad humana (Vega et al., 2018), en concordancia con la afirmación de Gesell, quien defendía que la conducta humana inicial estaba regida por leyes biológicas sistemáticas.

En línea con esta concepción, diversos estudios contemporáneos han reforzado la vigencia de los principios gesellianos al destacar la importancia del componente madurativo como base para la adquisición de habilidades físicas complejas (Ruiz y otros, 2016). La revisión de Villera (2024) reconoce que el desarrollo motor infantil está estrechamente relacionado con la maduración del sistema nervioso central y que dicho desarrollo implica no solo un avance físico, sino también cognitivo y socioemocional, validando la necesidad de una intervención temprana que acompañe el ritmo natural de crecimiento.

Asimismo, Briolotti (2015) resalta que la obra de Gesell se caracteriza por su inclinación hacia el determinismo biológico y su intento por identificar las leyes naturales del desarrollo, posicionando a la psicología del desarrollo como una disciplina normativa que orienta la intervención educativa desde estándares evolutivos observados empíricamente en la infancia. Según la autora, las normas elaboradas por Gesell permiten entender la aptitud física como un componente observable del desarrollo integral, siendo reflejo de la sincronía entre el crecimiento somático y las capacidades motoras esperadas en cada etapa.

1.2.2. Teoría del Aprendizaje Motor de Paul Fitts y Michael Posner

En su núcleo, la propuesta de Fitts y Posner entiende el aprendizaje de habilidades motrices como un continuo de transformación del estado cognitivo del aprendiz: al inicio hay gran demanda atencional y verbal para “entender qué hacer y cómo hacerlo”; con la práctica, esa dependencia de la supervisión consciente se atenúa, las ejecuciones se vuelven más estables y la persona asigna la atención a señales del entorno y a decisiones estratégicas;

finalmente, la destreza fluye con consistencia y anticipación en contextos cambiantes (Salehi et al., 2021).

Desde esta base, la aptitud física escolar se robustece cuando el trabajo docente acompaña el descenso de la carga cognitiva y el aumento de la estabilidad motriz, proveyendo andamiajes distintos a lo largo del proceso: al inicio, claridad de objetivos y retroalimentación que ayuden a formar una representación operativa de la tarea; después, práctica que vincule señales del entorno con patrones efectivos; más adelante, oportunidades para decidir y ajustar sin romper la fluidez (Salehi et al., 2021).

En la misma línea, un análisis bibliográfico de modelos explica que dividir el proceso en fases solo facilita comprender factores y procesos subyacentes para diseñar intervenciones más efectivas, especialmente cuando se requiere pasar de ejecuciones inestables y con alto costo atencional a desempeños con mejor ajuste y anticipación (Rosa-Guillamón & García-Cantó, 2019).

La perspectiva clínica-educativa refuerza esta lectura funcional: el aprendizaje motor es un conjunto de procesos asociados a la práctica y la experiencia que produce cambios relativamente permanentes en la capacidad de actuar con destreza; por eso hay que distinguir entre “ejecución” inmediata y aprendizaje como cambio durable, y organizar la enseñanza en torno a intención de tarea, práctica significativa y retroalimentación. Ese encuadre ayuda a que, con práctica guiada, los estudiantes pasen de un control consciente y verbal a una coordinación más estable con menor demanda cognitiva explícita, sin perder oportunidades de mejora fina (López, 2013).

Finalmente, la evidencia neuro-conductual recuerda dos ideas útiles para planificar sesiones en el área de educación física: (a) la progresión en destrezas muestra ritmos distintos a lo largo del continuo (con tramos más rápidos y otros más lentos), y (b) el aprendizaje se

expresa en curvas con adaptaciones y “pos-efectos” cuando cambian las condiciones, de ahí el valor de variar tareas y contextos al enseñar habilidades (carreras, saltos, lanzamientos (Taylor & Ivry, 2012).

1.2.3. Teoría del Comportamiento Planificado (TCP) de Ajzen

La TCP concibe la conducta como la culminación de intenciones que, a su vez, se modelan por tres engranajes psicológicos (actitud, norma subjetiva y control conductual percibido) especialmente útil cuando la acción no depende del todo de la voluntad, como ocurre con la práctica regular de movimiento en contextos escolares con horarios, recursos y reglas fijas. Dicho de otro modo, una valoración favorable del comportamiento, la percepción de que personas significativas lo aprueban y la sensación de poder ejecutarlo con los medios disponibles, convergen para robustecer la intención y, con ello, la probabilidad de pasar del plan a la acción (Motabeli et al., 2014).

En contextos educativos, la norma subjetiva suele adquirir un peso visible: compañeros, familias y docentes influyen en la disposición a participar, y tal “presión” percibida opera como combustible o freno según sea su signo. Paralelamente, el control conductual percibido se ancla en creencias muy concretas que vuelven viable lo que, de otro modo, quedaría en deseo. Es decir, cuando actitud y norma subjetiva se alinean, la intención se fortalece; si además el control es alto, la cadena se cierra con mayor probabilidad de ejecución (Chuan et al., 2014).

De manera complementaria, la traducción de la intención en conducta mejora cuando el entorno reduce barreras y clarifica el “cómo”, incluso si la motivación fluctúa. Es decir, la intención sola no siempre basta; lo decisivo es que el contexto facilite el paso a la práctica y que la persona perciba control real sobre los obstáculos habituales (tiempo, energía, espacios, reglas) (Motabeli et al., 2014).

Además, la inclusión de procesos emocionales dentro del marco de la TCP sugiere que estados afectivos vinculados al plan (interés, disfrute o, en el extremo opuesto, frustración) pueden facilitar o erosionar la continuidad de la práctica. En términos pedagógicos, favorecer experiencias positivas asociadas al comportamiento propuesto no solo moldea la actitud, sino que apuntala la ejecución al crear un bucle de retroalimentación que sostiene la frecuencia y la duración de la conducta (Ries & Sevillano, 2011).

Finalmente, la TCP enfatiza algo metodológicamente crucial para operar en la escuela: definir la conducta con compatibilidad entre acción, contexto y tiempo. Esa precisión evita que actitudes generales se queden cortas para anticipar lo que realmente ocurrirá; por el contrario, cuando el criterio está bien delimitado las intenciones predicen con mayor fidelidad y el control percibido puede fortalecerse con apoyos específicos (Diez & Guevara, 2020).

1.3. Bases conceptuales

1.3.1. *Aptitud física*

La aptitud física se entiende como el conjunto de capacidades motoras que permiten a la persona ejecutar eficazmente actividades físicas, facilitando una interacción adaptativa con su entorno. Desde la teoría del desarrollo motor de Arnold Gesell, esta aptitud es el resultado de un proceso madurativo guiado biológicamente, en el cual las habilidades como la velocidad, la fuerza y la flexibilidad emergen de forma ordenada conforme progresa el desarrollo neurológico y muscular. Así, la aptitud física refleja el grado de organización y control del cuerpo en función de su crecimiento natural y sistemático.

De acuerdo con Gavotto et al. (2019), la aptitud física se concibe como una manifestación del equilibrio biopsicosocial del individuo, donde la salud corporal y mental se encuentran interrelacionadas e influyen recíprocamente en la productividad, funcionalidad y adaptabilidad frente a las exigencias del entorno. Desde esta mirada, la condición física

representa una dimensión esencial del desarrollo integral, asociada a la corporeidad y a la capacidad de mantener la armonía entre las dimensiones biológica, cognitiva y social del ser humano, contribuyendo tanto a su rendimiento funcional como a su bienestar global

Además, se describe como un estado corporal que, al optimizar los mecanismos fisiológicos (como la oxigenación, la plasticidad sináptica y la regulación metabólica), favorece el desempeño cognitivo. La aptitud física, por tanto, no solo implica la capacidad de ejecutar esfuerzos físicos con eficiencia, sino que constituye un modulador de las funciones cerebrales y de los procesos de aprendizaje. De este modo, la condición física se convierte en un componente fundamental del desarrollo integral al incidir en la atención, la memoria y la velocidad de procesamiento mental (Matus & Urrutia, 2017).

Según Giorgi et al. (2011), la noción de aptitud física ha transitado históricamente desde una concepción militar centrada en la fuerza y resistencia hacia una interpretación más amplia vinculada con la salud y la eficiencia en la vida cotidiana. En la actualidad, se entiende como el conjunto de capacidades biológicas, anatómicas y fisiológicas que permiten al individuo realizar actividades físicas o laborales con eficacia, sin experimentar fatiga excesiva, manteniendo un adecuado equilibrio funcional.

Por otro lado, esta capacidad no se restringe al ámbito del deporte o la salud, sino que también se asocia al rendimiento escolar y a la eficiencia en las tareas diarias. La aptitud física, por tanto, constituye una medida del vigor, la resistencia y la energía disponible para afrontar las demandas cotidianas, manteniendo la alerta y reduciendo la fatiga. Es un indicador clave del bienestar físico y funcional que puede modificarse mediante la práctica sistemática de actividad física (Cruz et al., 2018).

Dimensiones

La aptitud física será medida a través de tres dimensiones: velocidad, fuerza y flexibilidad. Cada una se evaluará mediante indicadores específicos, de acuerdo a la investigación de Diaz y Dolorier (2025), para la velocidad, se considerarán el tiempo de reacción, la frecuencia de movimiento, la velocidad de reacción y la aceleración. En cuanto a la fuerza, se evaluará en sus tipos: máxima, explosiva, de resistencia e isométrica. Finalmente, la flexibilidad se observará mediante el rango de movimiento articular, la elasticidad muscular, la movilidad funcional y la flexibilidad estática y dinámica. Estos indicadores permitirán obtener una medición objetiva del nivel de aptitud física de los participantes.

1.4. Operacionalización de variables

Variable: Aptitud física

Definición conceptual: Se entiende como el conjunto de capacidades motoras que permiten a la persona ejecutar eficazmente actividades físicas, facilitando una interacción adaptativa con su entorno.

Definición operativa: La aptitud física será medida a través de tres dimensiones: velocidad, fuerza y flexibilidad.

| Variable | Def. conceptual | Def. operacional | Dimensiones | Indicadores | Escala de medición |
|-----------------|--|---|--------------------|--|---------------------------|
| Aptitud física | Se entiende como el conjunto de capacidades motoras que permiten a la persona ejecutar eficazmente actividades físicas, facilitando una interacción adaptativa con su entorno. | La aptitud física será medida a través de tres dimensiones: velocidad, fuerza y flexibilidad. | Fuerza | Máxima. Explosiva. De resistencia. Isométrica. | Lista de cotejo |
| | | | Flexibilidad | Rango de movimiento articular. Elasticidad muscular. Movilidad funcional. Flexibilidad estática y dinámica. | |
| | | | Velocidad | Tiempo de reacción. Frecuencia de movimiento. Velocidad de reacción. Aceleración. | |

II. DISEÑO METODOLÓGICO

2.1. Tipo de investigación

La presente investigación perteneció al tipo básica, ya que se se centró en ampliar la comprensión de los fenómenos desde un enfoque teórico, constituyéndose en el fundamento para posteriores aplicaciones de carácter tecnológico o práctico. Así, se priorizó la búsqueda sistemática de explicaciones y principios generales que contribuyeran al desarrollo de la ciencia (Kaldewey & Schauz, 2018), lo que significó que la finalidad principal se vinculó con el enriquecimiento del conocimiento en sí mismo (Sánchez et al., 2018), y, a su vez, se sostuvo que esta modalidad se apoyó en la curiosidad y el interés por descubrir nuevos saberes como cimiento de la investigación aplicada (Arias, 2020).

2.2. Diseño de investigación

se empleó un enfoque cuantitativo, puesto que se basó en procedimientos que recurrieron al uso de instrumentos estandarizados y en la aplicación de técnicas estadísticas para analizar la relación entre las variables (Carhuancho et al., 2019), de modo que se logró interpretar los resultados con un criterio de validez empírica.

En lo que respecta al diseño, se optó por uno no experimental en donde los fenómenos fueron descritos y analizados sin alterar las condiciones propias de los sujetos de estudio, lo cual aseguró que los resultados reflejaran la realidad tal como se presentó (Hernández & Mendoza, 2018). Del mismo modo, se destacó que este tipo de diseño se centró en observar y analizar la variable en un marco natural, constituyéndose en una base metodológica para futuros estudios experimentales (Blais, 2021). También se señaló que el diseño no experimental evaluó a los sujetos sin modificar el entorno, clasificándose en transversal y longitudinal según el momento en que se llevó a cabo la recolección de datos (Arias y Covinos, 2021).

Finalmente, el nivel del estudio correspondió al descriptivo, ya que permitió identificar el estado actual de la variable analizada en la población de referencia (Sánchez et al., 2018). Asimismo, se sostuvo que la investigación descriptiva se centró en la observación, el análisis y la interpretación de los datos sin manipular las variables, ofreciendo un panorama claro de la realidad (Maldonado, 2018). Igualmente, se señaló que este tipo de nivel constituyó una base diagnóstica que permitió ordenar y sistematizar la información como punto de partida para investigaciones posteriores de mayor alcance (Castro et al., 2020).

2.3. Población y muestra

2.3.1. Población

La población constituyó la totalidad de elementos sobre los cuales se pretendió obtener conclusiones (Arias, 2020). De manera complementaria, se explicó que la población representó un grupo definido de individuos u objetos que compartieron atributos específicos y que fueron susceptibles de ser investigados (Hernández & Mendoza, 2018). Asimismo, se destacó que la población en una investigación tuvo como función brindar el marco de referencia dentro del cual se definió la muestra (Ñaupas et al., 2018) .

En ese sentido, la población estuvo conformada por 32 estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E. N° 80225, dado que en esta etapa los escolares atraviesan un periodo clave de crecimiento y consolidación de sus habilidades motrices, lo que permite valorar de manera pertinente su nivel de aptitud física. Además, se trata de un grupo en el que comienzan a evidenciarse hábitos de actividad que pueden incidir en su salud y desempeño académico, por lo que resulta pertinente considerarlos para este tipo de evaluación.

2.3.2. Muestra

La muestra constituyó un subconjunto de la población que permitió inferir resultados con base en los datos recogidos (Arias, 2020). De igual modo, se indicó que la muestra estuvo conformada por un grupo reducido de unidades que fueron elegidas para facilitar el análisis y la recolección de información (Hernández & Mendoza, 2018). Además, se subrayó que la muestra funcionó como un recurso metodológico que posibilitó extrapolar conclusiones hacia el universo poblacional (Carhuacho et al., 2019).

Respecto al procedimiento de selección, se decidió emplear un muestreo no probabilístico de tipo censal, se precisó que este método consistió en seleccionar a todos participantes del estudio (Hernández & Mendoza, 2018).

En ese marco, la muestra estuvo constituida por 32 estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E. N° 80225, quienes representan una etapa escolar significativa para la valoración de la aptitud física, pues en estos años se consolidan las bases del desarrollo motor y se configuran hábitos que repercuten en su bienestar integral.

2.4. Técnicas e instrumentos

2.4.1. Técnica

En relación con la técnica de recolección de datos, se optó por la observación no participante, la cual implicó que el investigador se mantuviera al margen de las actividades de los sujetos, registrando los hechos sin intervenir directamente en ellos (Arias, 2020). Asimismo, se explicó que la observación no participante ofreció la posibilidad de describir comportamientos de manera objetiva y natural, evitando distorsiones por la intervención del investigador (Hernández & Mendoza, 2018).

2.4.2. Instrumento

El instrumento de recolección fue la lista de cotejo, que se definió como un recurso estructurado para registrar la presencia o ausencia de determinadas conductas o características (Arias, 2020). En este sentido, se precisó que la lista de cotejo permitió organizar la información de manera clara y ordenada, constituyéndose en una herramienta útil para evaluar indicadores específicos (Hernández & Mendoza, 2018). De igual modo, se resaltó que este instrumento brindó al investigador la posibilidad de sistematizar datos observados, garantizando un análisis más confiable y preciso (Ñaupas et al., 2018).

Para la presente investigación se elaboró una lista de cotejo con la finalidad de evaluar el nivel de aptitud física en estudiantes sexto grado de primaria pues, la importancia de medir la aptitud en esta etapa escolar radicó en que constituye un componente esencial del desarrollo integral, lo que permite identificar el estado de capacidad motrices básicas y, a su vez, promueve hábitos de vida saludable desde la niñez. Además, conocer el nivel de aptitud física en el estudiante posibilitó establecer un diagnóstico temprano que contribuyó a orientar acciones educativas y preventivas en el ámbito escolar, considerando que la infancia es una etapa decisiva para el fortalecimiento de habilidades corporales y la prevención de posibles limitaciones en etapas posteriores.

El instrumento estuvo estructurado en tres dimensiones fundamentales: velocidad, fuerza y flexibilidad, cada una de ellas vinculada a aspectos centrales de la condición física que resultaron relevantes para el rendimiento y la salud de los escolares. En total, la lista de cotejo comprendió 12 ítems organizados de manera precisa y evaluados mediante una escala dicotómica de respuesta de “Sí” y “No”, lo que facilitó el registro objetivo de los indicadores observados.

Tabla 1*Niveles y rangos de la lista de cotejo*

| Dimensión | Bajo | Medio | Alto |
|-----------------------|---------------------|---------------------|----------------------|
| Dimensión 1 | 0 – 1 punto | 2 – 3 puntos | 4 puntos |
| Dimensión 2 | 0 – 1 punto | 2 – 3 puntos | 4 puntos |
| Dimensión 3 | 0 – 1 punto | 2 – 3 puntos | 4 puntos |
| Escala general | 0 – 4 puntos | 5 – 8 puntos | 9 – 12 puntos |

Asimismo, el instrumento fue sometido a un proceso de validación en términos de confiabilidad, aplicándose el coeficiente alfa de Cronbach. El análisis arrojó un valor de 0.841, lo que indicó un nivel de consistencia interna alto, demostrando que los ítems incluidos en la lista de cotejo guardaron una adecuada coherencia entre sí. Este resultado aseguró que el instrumento utilizado fuera confiable para medir la aptitud física en la población objetivo, respaldando la validez de los datos obtenidos en el desarrollo del estudio.

2.5. Aspectos éticos

En el desarrollo de la presente investigación se respetaron de manera rigurosa los principios éticos que garantizaron la transparencia y la integridad del proceso científico. Se actuó conforme a las normativas académicas y profesionales, preservando la dignidad de los participantes y evitando cualquier forma de vulneración a sus derechos. Del mismo modo, se aseguró la veracidad en el manejo de la información, evitando sesgos, manipulaciones o distorsiones en la presentación de los resultados.

Asimismo, se mantuvo la confidencialidad de los datos obtenidos, empleando la información únicamente con fines académicos y de investigación. Este criterio aseguró que la documentación producida se utilizara de manera responsable, sin afectar la identidad ni la privacidad de las personas involucradas. En esa misma línea, se aplicaron procedimientos

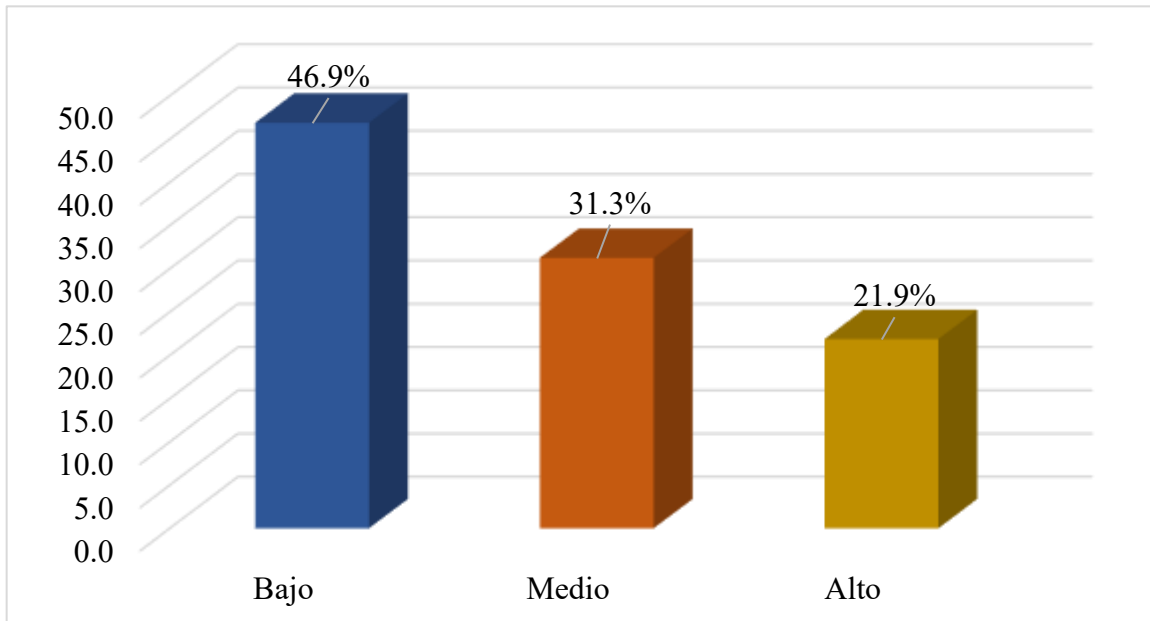
metodológicos, lo cual permitió mantener la coherencia con los lineamientos éticos exigidos en el ámbito de las ciencias sociales y educativas.

Finalmente, se garantizó el cumplimiento estricto de las normas de citación y referencia en todo el trabajo, utilizando el estilo de la American Psychological Association (APA, 7.^a edición). De esta manera, se reconoció adecuadamente la autoría de las ideas consultadas y se evitó cualquier forma de plagio, lo que reforzó la credibilidad y la validez académica de la investigación.

III. RESULTADOS

Figura 1

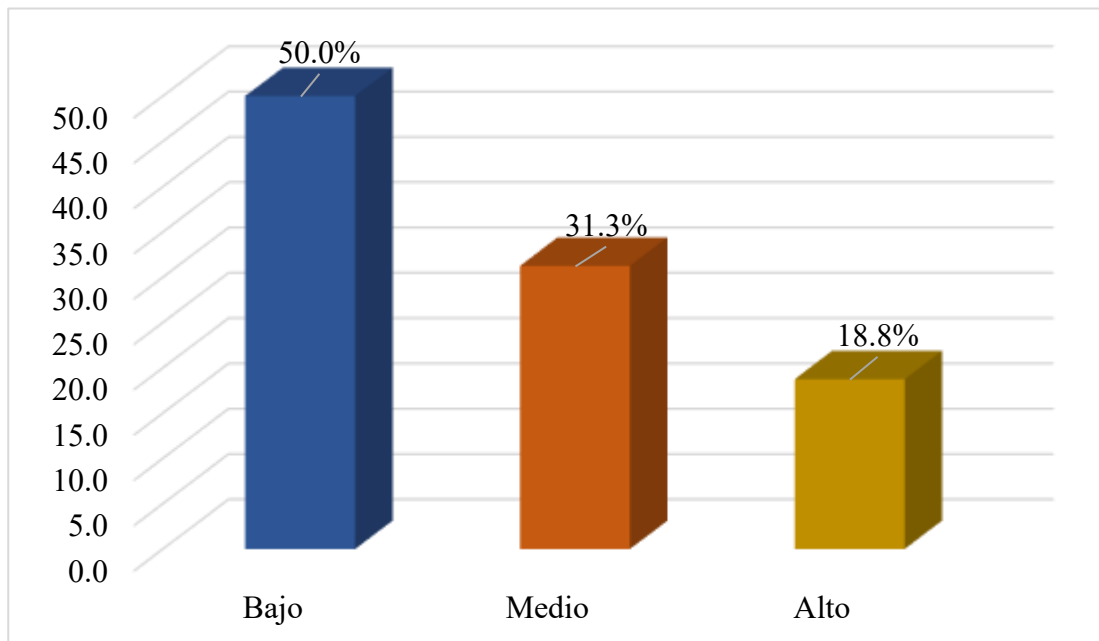
Nivel de la variable aptitud física



El gráfico mostró que el 46.9% de los estudiantes se situó en el nivel bajo, lo que representó a casi la mitad de la población con un desempeño limitado en sus capacidades físicas. Este resultado indicó que una proporción significativa de los escolares evidenció dificultades en aspectos básicos de su condición física. Por su parte, el 31.3% se posicionó en el nivel medio, reflejando un grupo que alcanzó un rendimiento aceptable, aunque aún con margen de mejora para lograr un desarrollo más sólido. En contraste, solo el 21.9% logró ubicarse en el nivel alto, lo que puso en evidencia que una minoría alcanzó un estado físico favorable. Presentar estos hallazgos resultó importante porque permite reconocer el estado general de la aptitud física en los estudiantes de sexto grado, etapa clave en la formación escolar donde se consolidan hábitos y destrezas que influyen en su bienestar presente y futuro.

Figura 2

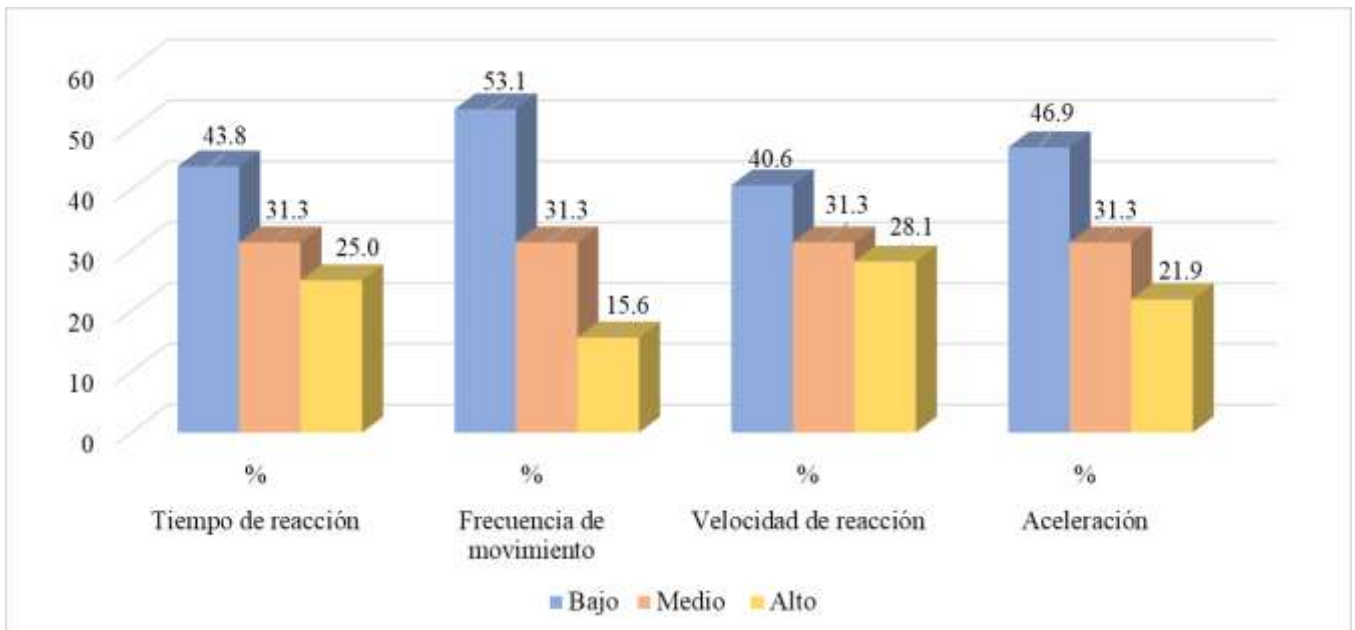
Nivel de la dimensión velocidad de la aptitud física



En la dimensión velocidad, el 50% de los estudiantes se encontró en el nivel bajo, lo que significó que la mitad de la muestra tuvo dificultades para responder con rapidez y agilidad en situaciones motoras. Este resultado reflejó limitaciones en una capacidad que influye directamente en la eficiencia de movimientos cotidianos y en el rendimiento durante la práctica de diversas actividades físicas. A su vez, el 31.3% alcanzó un nivel medio, evidenciando un grupo con un desempeño moderado que requiere de refuerzo para optimizar su capacidad de reacción. Finalmente, apenas un 18.8% llegó al nivel alto, mostrando que solo una pequeña fracción destacó por un desempeño sobresaliente en la rapidez de ejecución. Este escenario puso de relieve la importancia de valorar la velocidad en los escolares de sexto grado, ya que constituye una habilidad determinante para potenciar la coordinación, la agilidad y la preparación física necesaria en esta etapa de crecimiento.

Figura 3

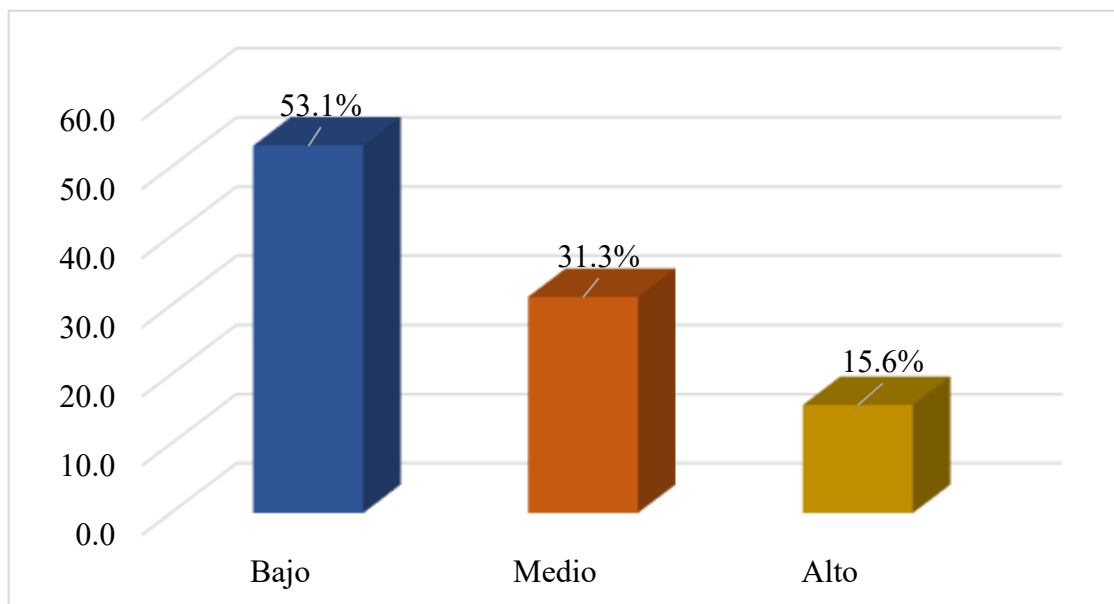
Nivel de los indicadores de la dimensión velocidad de la aptitud física



En el indicador tiempo de reacción, el porcentaje más alto corresponde al nivel bajo con 43.8%, lo que sugiere que una proporción considerable de los estudiantes presenta dificultad para responder con rapidez a los estímulos, lo que podría reflejar una limitada agilidad mental y motriz. En cuanto a la frecuencia de movimiento, el nivel bajo alcanza el 53.1%, lo que revela que más de la mitad de los estudiantes tiene un ritmo de ejecución motriz reducido, lo cual podría asociarse a una menor capacidad para mantener la continuidad y fluidez del movimiento. Por su parte, la velocidad de reacción presenta el nivel bajo con 40.6%, lo que refleja que muchos estudiantes aún no logran ejecutar movimientos veloces frente a estímulos visuales o auditivos. Finalmente, el indicador de aceleración muestra también predominio en el nivel bajo con 46.9%, esto implica que gran parte del grupo encuentra dificultades para aumentar progresivamente la velocidad de desplazamiento.

Figura 4

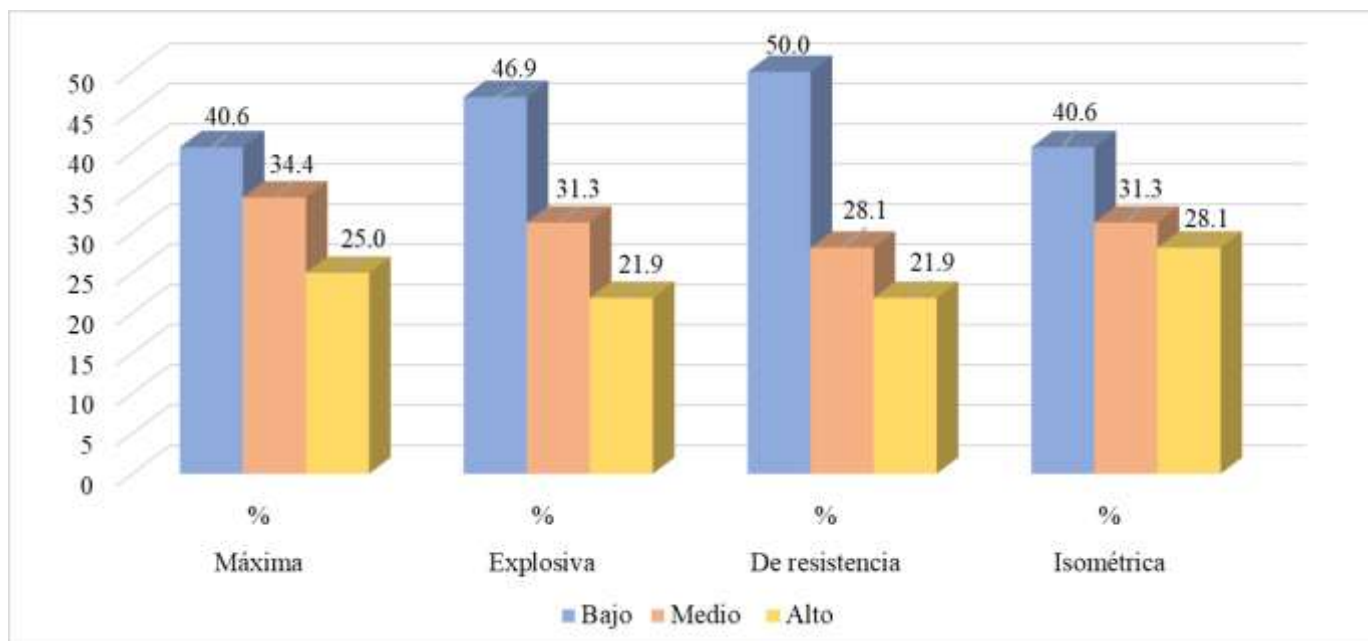
Nivel de la dimensión fuerza de la aptitud física



En cuanto a la fuerza, se observó que el 53.1% de los estudiantes se ubicó en el nivel bajo, lo que representó a más de la mitad de la población con escasas posibilidades de sostener esfuerzos físicos o realizar tareas que requirieran resistencia muscular. Este resultado reveló una debilidad significativa en un aspecto clave del desarrollo físico. Un 31.3% se situó en el nivel medio, lo que mostró un desempeño aceptable, pero con claras necesidades de fortalecimiento para alcanzar estándares adecuados de condición física. Solo un 15.6% logró estar en el nivel alto, lo que indicó que muy pocos estudiantes contaron con un desarrollo muscular suficiente. Estos resultados subrayaron la relevancia de atender la fuerza en los escolares de sexto grado, pues constituye una base indispensable para la salud física, la autonomía y la prevención de problemas relacionados con el sedentarismo.

Figura 5

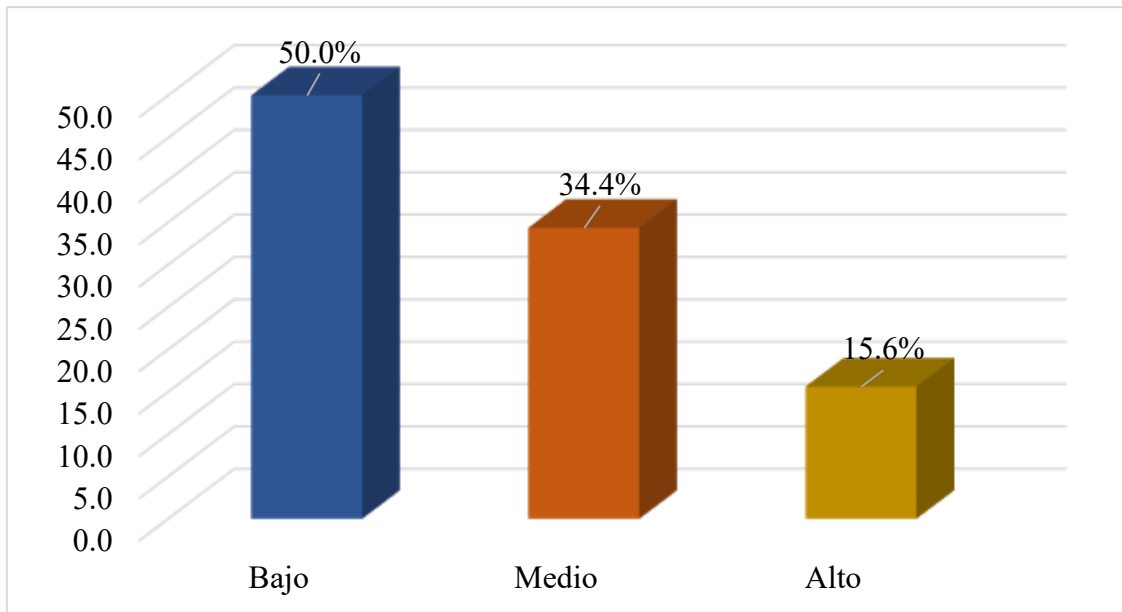
Nivel de los indicadores de la dimensión fuerza de la aptitud física



En la fuerza máxima, el porcentaje mayor se encuentra en el nivel bajo con 40.6%, lo que evidencia que una parte significativa de los estudiantes no posee todavía la capacidad suficiente para ejercer la máxima tensión muscular frente a una resistencia. Respecto a la fuerza explosiva, predomina nuevamente el nivel bajo con 46.9%, lo que indica que muchos estudiantes no logran manifestar una potencia inmediata al ejecutar movimientos, lo que podría influir negativamente en actividades deportivas que demandan impulsos rápidos, como saltos o lanzamientos. En la fuerza de resistencia, el nivel bajo presenta el valor más alto con 50%, evidenciando que la mitad del grupo tiene dificultades para mantener esfuerzos musculares prolongados. Por último, la fuerza isométrica alcanza su mayor proporción también en el nivel bajo con 40.6%, evidenciando que los estudiantes tienen poca capacidad para mantener una contracción muscular sin movimiento, lo cual es esencial para la estabilidad corporal y la postura.

Figura 6

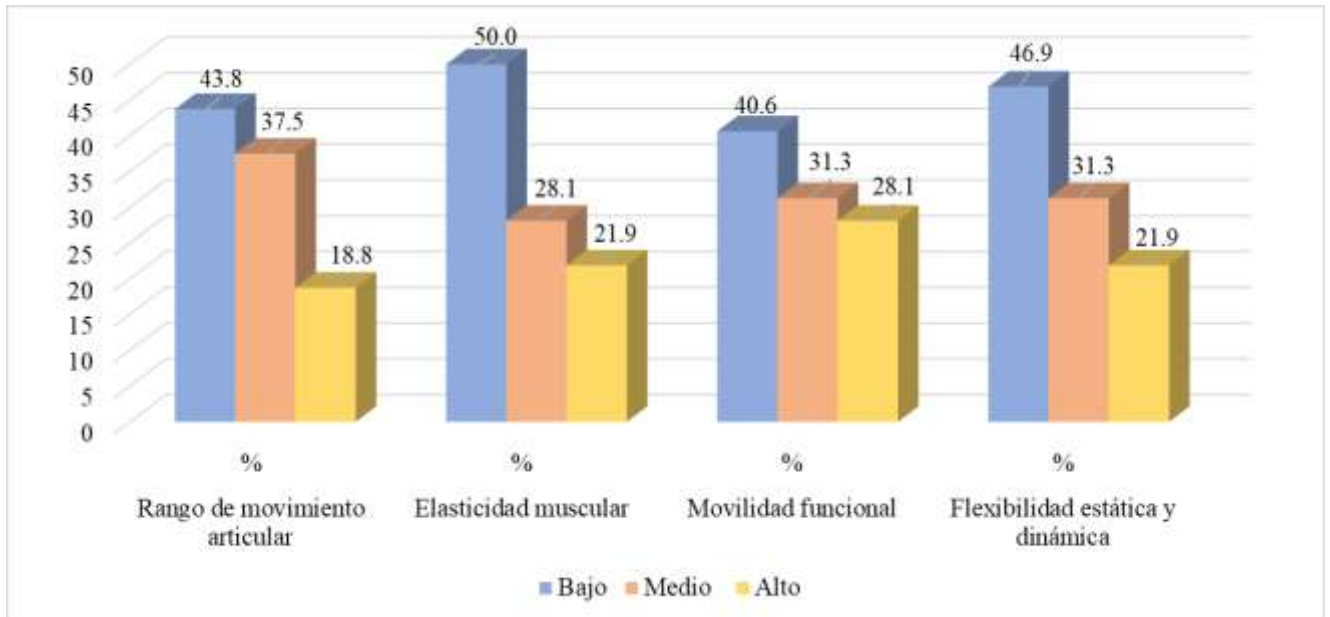
Nivel de la dimensión flexibilidad de la aptitud física



Respecto a la flexibilidad, los datos reflejaron que el 50% de los estudiantes se encontró en el nivel bajo, lo que significó que la mitad de la muestra presentó limitaciones en el rango de movimiento de sus articulaciones. Esta condición puede restringir la ejecución de actividades motoras y aumentar la vulnerabilidad a lesiones durante la práctica física. El 34.4% se ubicó en el nivel medio, lo que representó un grupo con movilidad moderada, capaz de realizar determinadas acciones, aunque con ciertas restricciones que requieren de estimulación continua. Por otro lado, apenas un 15.6% alcanzó un nivel alto, lo que evidenció que solo un reducido número de estudiantes disponía de una movilidad articular favorable para ejecutar movimientos amplios y fluidos. Estos hallazgos resaltaron la importancia de evaluar la flexibilidad en los escolares de sexto grado, dado que esta capacidad favorece la postura, la coordinación motriz y el desarrollo armónico del cuerpo durante la niñez.

Figura 7

Nivel de los indicadores de la dimensión flexibilidad de la aptitud física



En el rango de movimiento articular, el nivel más alto corresponde al nivel bajo con 43.8%, lo que sugiere que una buena parte de los estudiantes presenta limitaciones en la amplitud de movimiento de sus articulaciones. El indicador de elasticidad muscular registra su mayor valor en el nivel bajo con 50%, lo cual evidencia una rigidez muscular significativa en la mayoría de los niños. Por su parte, la movilidad funcional muestra un 40.6% en el nivel bajo, indicando que muchos estudiantes presentan dificultades para ejecutar movimientos que integren diversas articulaciones de forma coordinada. Finalmente, la flexibilidad estática y dinámica presenta su porcentaje más alto en el nivel bajo con 46.9%, lo que demuestra que la mayoría de los estudiantes aún no logra alcanzar una adecuada elasticidad ni mantener posturas amplias durante el movimiento.

IV. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En el presente estudio el objetivo general fue determinar el nivel de la aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025. Los resultados mostraron que el 46.9% de los estudiantes se situó en el nivel bajo, el 31.3% en el nivel medio y únicamente el 21.9% alcanzó el nivel alto. Estos hallazgos evidenciaron que casi la mitad de los escolares presentó un desempeño limitado en sus capacidades físicas, lo que refleja la necesidad de fortalecer las prácticas que estimulen un desarrollo equilibrado. En relación con los antecedentes, Ramírez y Godínez (2024) identificaron que la actitud hacia la educación física se ve condicionada por factores como el gusto por la asignatura y la actitud del docente, aspectos que inciden en la disposición del estudiante a participar activamente en actividades físicas. A nivel nacional, Díaz y Dolorier (2025) evidenciaron que existen diferencias significativas entre instituciones, destacando mejores niveles de aptitud física en contextos donde se priorizan prácticas deportivas, lo que reafirma que los entornos influyen en los resultados. En la misma línea, Valverde (2023) encontró que los escolares presentan en general un desempeño físico por debajo del estándar, coincidiendo con el hallazgo de que una mayoría se ubicó en el nivel bajo. Desde la teoría del desarrollo motor de Gesell, se interpreta que estas limitaciones reflejan un desfase en el ritmo madurativo de los estudiantes, puesto que las habilidades físicas responden a patrones biológicos que requieren ser estimulados oportunamente (Caycho, 2013; Ruiz, 2013; Vega et al., 2018). En consecuencia, presentar estos resultados resulta relevante porque la aptitud física constituye un componente clave para el desarrollo integral en la niñez.

Con respecto al primer objetivo específico, determinar el nivel de fuerza, los resultados revelaron que el 53.1% de los estudiantes se encontró en el nivel bajo, el 31.3% en el nivel medio y apenas el 15.6% alcanzó un nivel alto. Este panorama indicó que más de la mitad de los escolares tuvo dificultades para sostener esfuerzos físicos o ejecutar tareas que

exigieran resistencia. En comparación, los hallazgos de Mero y Ávila (2024) mostraron que los estudiantes de básica superior presentaron una valoración más positiva hacia la educación física que los de bachillerato, lo que sugiere que la fuerza y la resistencia tienden a disminuir si no se fortalecen en etapas tempranas. De manera concordante, Díaz y Dolorier (2025) concluyeron que existen diferencias significativas en fuerza abdominal y salto horizontal entre instituciones, evidenciando que el entorno pedagógico puede condicionar el rendimiento en esta dimensión. Asimismo, Valverde (2023) señaló que los estudiantes de primaria no alcanzaban niveles óptimos de fuerza explosiva ni resistencia, resultados que guardan similitud con los obtenidos en este estudio. En la teoría de Gesell, la fuerza forma parte de los hitos madurativos del desarrollo motor, y un bajo desempeño en esta capacidad podría indicar que los procesos biológicos y neurológicos necesitan mayor estimulación externa (Ruiz, 2013; Villera, 2024). Así, se reconoce la importancia de evaluar la fuerza en escolares de sexto grado, pues constituye la base para un crecimiento saludable y la prevención del sedentarismo.

En relación con el segundo objetivo específico, evaluar el nivel de flexibilidad, se encontró que el 50% de los estudiantes se ubicó en el nivel bajo, un 34.4% en el nivel medio y apenas un 15.6% en el nivel alto. Estos resultados pusieron de manifiesto que la mitad de los escolares presentó restricciones en la movilidad articular, lo que podría afectar la postura y la coordinación. Del mismo modo, Ortecho et al. (2022) señalaron que, aunque los estudiantes valoraron la asignatura, mostraron baja utilidad percibida en algunas dimensiones, lo que coincide con el hecho de que la flexibilidad puede pasar inadvertida si no se trabaja de manera sistemática. A nivel nacional, Valverde (2023) halló que los estudiantes tenían promedios bajos en flexibilidad, ratificando que esta capacidad constituye un área deficitaria en la mayoría de escolares. Desde el marco teórico, Gesell destacó que la flexibilidad se desarrolla en sincronía con la maduración del sistema nervioso, y que su estimulación

favorece la adquisición de habilidades motrices complejas (Caycho, 2013; Ruiz, 2013; Villera, 2024). Estos resultados evidencian la relevancia de atender la flexibilidad en la niñez para garantizar un desarrollo armónico.

Finalmente, en el tercer objetivo específico, analizar el nivel de velocidad, se obtuvo que el 50% de los estudiantes se encontró en el nivel bajo, el 31.3% en el nivel medio y apenas el 18.8% alcanzó un nivel alto. Este resultado reflejó que la mitad de los escolares presentó limitaciones para ejecutar desplazamientos rápidos o responder con agilidad, aspecto esencial en la práctica de actividades físicas. En sintonía, Ramírez y Godínez (2024) hallaron que el agrado hacia la educación física está directamente relacionado con la actitud del profesor, lo que influye en la motivación hacia capacidades como la agilidad. De manera similar, Mero y Ávila (2024) concluyeron que los estudiantes de básica superior presentaron mayor valoración de la asignatura que los de bachillerato, lo que indica que la velocidad y la agilidad requieren fortalecimiento desde la primaria para evitar el declive en cursos superiores. En el ámbito nacional, Valverde (2023) identificó rendimientos bajos en velocidad de miembros superiores y desplazamiento, resultados que coinciden con los hallazgos del presente estudio. A la luz de la teoría geselliana, la velocidad y la agilidad se entienden como hitos del desarrollo motor que emergen progresivamente conforme madura el sistema nervioso, lo que explica por qué un bajo rendimiento en esta dimensión refleja la necesidad de acompañar pedagógicamente los procesos biológicos (Vega et al., 2018). Así, se resalta que medir la velocidad y la agilidad en estudiantes de sexto grado permite identificar limitaciones y promover intervenciones tempranas que favorezcan su desempeño integral.

CONCLUSIONES

Al analizar la aptitud física en general, se determinó que el 46.9% de los estudiantes se situó en el nivel bajo mostrando un desempeño limitado en sus capacidades físicas, un 31.3% se ubicó en el nivel medio con un desarrollo moderado y apenas un 21.9% alcanzó un nivel alto lo que evidencia que la mayoría de escolares no logra un estado físico satisfactorio.

En relación con la fuerza, se concluyó que el 53.1% de los estudiantes se ubicó en el nivel bajo, lo que indica que más de la mitad presentó dificultades para sostener esfuerzos físicos y ejecutar tareas que requieren resistencia muscular, por su parte un 31.3% se situó en el nivel medio con un rendimiento aceptable pero aún insuficiente y apenas un 15.6% alcanzó un nivel alto demostrando un desarrollo muscular más sólido.

Respecto a la flexibilidad, los resultados mostraron que el 50% de los escolares se encontró en el nivel bajo presentando limitaciones en la movilidad articular, mientras que un 34.4% se posicionó en el nivel medio evidenciando una condición aceptable, aunque con márgenes de mejora y solo un 15.6% logró un nivel alto destacando por una adecuada amplitud de movimiento.

En cuanto al nivel de velocidad en los estudiantes de sexto grado de primaria, los resultados evidenciaron que el 50% de los escolares se encontró en un nivel bajo, lo que refleja dificultades para ejecutar desplazamientos rápidos y responder con agilidad, mientras que un 31.3% alcanzó un nivel medio mostrando un desempeño moderado y únicamente un 18.8% se situó en un nivel alto destacando por un rendimiento favorable.

RECOMENDACIONES

Se recomienda a la institución educativa establecer programas progresivos de fortalecimiento muscular adecuados para la edad de los escolares, utilizando ejercicios simples de resistencia y actividades lúdicas que involucren el trabajo grupal.

Se recomienda a los docentes de sexto grado planificar sesiones de educación física que incluyan actividades dinámicas y recreativas destinadas a mejorar la velocidad y la agilidad, incorporando juegos de reacción, desplazamientos cortos y circuitos de coordinación que resulten atractivos para los estudiantes.

Se recomienda implementar de forma sistemática rutinas de estiramiento y flexibilidad tanto al inicio como al cierre de cada sesión de educación física, fomentando la movilidad articular y la prevención de lesiones, además se sugiere que estas actividades sean acompañadas de explicaciones breves sobre la importancia de la flexibilidad en el bienestar físico.

Se recomienda que las instituciones realicen evaluaciones periódicas de la aptitud física mediante instrumentos confiables como listas de cotejo o baterías estandarizadas, lo que permitirá identificar avances y dificultades específicas en los estudiantes, de esta manera se podrán diseñar estrategias de intervención más precisas que contribuyan al desarrollo integral de las capacidades físicas en sexto grado

Se recomienda a los padres de familia promover la participación de los estudiantes en actividades deportivas o recreativas fuera del horario escolar, como caminatas, juegos tradicionales o deportes colectivos, de manera que los niños complementen la labor realizada en la escuela.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alamodi, H. (2025). Enhancing Exploratory Thinking Through NGSS-Aligned Engineering and Science Practices: A Quasi-Experimental Study Among Saudi Elementary Students. *ASEAN Journal of Science and Engineering Education*, 5(2), 59-74.
<https://doi.org/10.17509/ajsee.v3i2.38641>
- Álvarez, P. (2018). Ética e investigación. *Boletín virtual*, 7(2), 1-28.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6312423.pdf>
- Apriyano, B., Abidin, Z., Mohd, A., Mohammed, S., & Naqkiah, A. (2023). Physical fitness levels of junior high school students in different regions: Highlands, lowlands, and islands. *Journal of Physical Education and Sport*, 23, 3378-3384.
<https://efsupit.ro/images/stories/december2023/Art387.pdf>
- Arias, J. (2020). *Proyecto de tesis. Guía para la elaboración*. Biblioteca Nacional del Perú.
<https://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2236>
- Arias, J., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting.
https://doi.org/https://repositorio.concytec.gob.pe/bitstream/20.500.12390/2260/1/Arias-Covinos-Dise%C3%B1o_y_metodologia_de_la_investigacion.pdf
- Arispe, C., Yangali, J., Guerrero, M., Lozada, O., Acuña, L., & Arellano, C. (2020). *La investigación científica. Una aproximación para los estudios de posgrado*. Universidad Internacional del Ecuador.
<https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACION>
- Briolotti, A. (2015). Desarrollo psicológico, naturaleza y cultura en la teoría de Arnold Gesell. *Memorandum: Memória E História Em Psicologia*(28), 55-70.
<https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/6457>

- Bustamamante, A., Beunen, G., & Maia, J. (2012). Valoración de la aptitud física en niños y adolescentes: Construcción de cartas percentílicas para la región central del Perú. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*, 29(2), 188-97.
<https://www.scielosp.org/pdf/rpmesp/v29n2/a04v29n2.pdf>
- Calderón, D., Quispe, G., Paredes, K., Chambilla, J., & Martínez, F. (2023). Influencia de la actividad deportiva en la calidad de vida de estudiantes menores de edad. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 7(30), 1714 - 1726.
<https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/1119>
- Carhuancho, I., Nolazco, F., Sicheri, L., Guerrero, M., & Casana, K. (2019). *Metodología para la investigación holística*. UIDE.
<https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/3893/3/Metodolog%C3%ADa%20para%20la%20investigaci%C3%B3n%20hol%C3%ADstica.pdf>
- Castro, A., Parra, E., & Arango, I. (2020). Glosario para metodología de la investigación. *Working Paper ESACE*, 1(8), 1-38. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/5ANJB>
- Caycho, T. (2013). Aportes sobre la adquisición del desarrollo motor a partir de las ideas de Arnold Gesell, Myrtle McGraw, Esther Thelen y Gilbert Gottlie. *Revista De Psicología (Trujillo)*, 15(2), 222-229.
<https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/revpsi/article/view/474>
- Chuan, C. Y., Soon, C., & Abdullah, M. (2014). Application of theory of planned behavior to predict recreational sports activities participation of students in Malaysia. *Journal of Physical Education and Sport*, 14(2), 172-177.
<https://www.efsupit.ro/images/stories/nr2.2014/7.%20Art%2027,%20%20pp.%20172%20-%20177.pdf>

- Cruz, A., Vargas, R., Jirón, O., & Gomez, R. (2018). Aptitud física en niños y adolescentes: un aspecto necesario para el ámbito escolar. *Revista Peruana De Ciencia De La Actividad Fisica Y Del Deporte*, 5(3), 655-665.
<https://rpcafd.com/index.php/rpcafd/article/view/9>
- Diaz, J. (2024). *Actitudes hacia la práctica de la actividad físico-deportiva orientada hacia la salud en escolares adolescentes de una institución educativa pública del distrito de San Martín de Porres, Lima*. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Física, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional de la UNMSM.
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/b81575a3-b51f-4692-b943-47523b26838f/content>
- Diaz, M., & Dolorier, C. (2025). *Aptitud física en estudiantes de sexto grado de las Instituciones Educativas N° 1268 Gustavo Mohme Llona UGEL 06 y Liceo Naval Almirante Guise UGEL 07*. UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN Enrique Guzmán y Valle. <https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/e289b9d6-0eb4-4809-846b-b92e36fe932c/content>
- Diez, S., & Guevara, R. (2020). Incidencia de la actitud conductual en las intenciones emprendedoras en estudiantes universitarios. *Contaduría y Administración*, 65(2), 1-26. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-10422020000200015
- Drenowatz, C., Ferrari, G., Greier, K., Chen, S., & Hinterkörner, F. (2023). Physical fitness in Austrian elementary school children prior to and post-COVID-19. *AIMS Public Health*, 10(2), 480–495. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2023034>

- gavotto, O., Bernal, F., & Vega, S. (2019). La aptitud física y la capacidad cognitiva en estudiantes de cultura física de una universidad pública del noroeste de México. *Ride. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 9(18).
<https://www.scielo.org.mx/pdf/ride/v9n18/2007-7467-ride-9-18-129.pdf>
- Giorgi, R., Esguerra, G., Espinoza, J., & Lozano, D. (2011). Aptitud física y salud de corredores aficionados: una revisión documental. *Hallazgos*, 8(15), 215-235.
<https://www.redalyc.org/pdf/4138/413835204012.pdf>
- Hardinata, R., Rinto, R., Deski, D., & Hartikasari, H. (2024). Physical fitness analysis of elementary school students: a study to design an exercise program. *Tanjungpura Journal of Coaching Research*, 2(1). <https://doi.org/10.26418/tajor.v2i1.76118>
- Hernández, C., & Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta. Revista Científica del Insituto Nacional de Salud*, 2(1), 75-79. <https://alerta.salud.gob.sv/wp-content/uploads/2019/04/Revista-ALERTA-An%CC%83o-2019-Vol.-2-N-1-vf-75-79.pdf>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación (1era edición ed.)*. McGraw Hill. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>
- López, M. (2013). Teorías del control motor, principios de aprendizaje motor y concepto Bobath. A propósito de un caso en terapia ocupacional. *Revista electrónica de terapia ocupacional Galicia, TOG*, 10(18).
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4509143>
- Matus, R., & Urrutia, J. (2017). Aptitud física y habilidades cognitivas. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 10(1), 9-13. <https://scielo.isciii.es/pdf/ramd/v10n1/1888-7546-ramd-10-01-00009.pdf>

- Mero, R. A., & Ávila, E. T. (2024). Actitudes hacia la Educación Física: análisis comparativo entre estudiantes de básica superior y bachillerato. *Revista Social Fronteriza*, 4(3).
[https://doi.org/https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4\(3\)245](https://doi.org/https://doi.org/10.59814/resofro.2024.4(3)245)
- Motabeli, S., Irangah, J., Abdollahi, A., & Lim, W. (2014). Applying of theory of planned behavior to promote physical activity and exercise behavior among older adults. *Journal of Physical Education and Spor*, 14(4), 562-568.
<https://www.efsupit.ro/images/stories/nr4.2014/Art%2087.pdf>
- Mukhalalati, B., Elshami, S., Eljaam, M., Hussain, F., & Hakim, A. (2022). Applications of social theories of learning in health professions education programs: A scoping review. *Front. Med.*, 9. <https://doi.org/10.3389/fmed.2022.912751>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación: Cuantitativa, Cualitativa y Redacción de la Tesis (Ed. 5ta ed.)*. Ediciones de la U. <https://corladancash.com/wp-content/uploads/2020/01/Metodologia-de-la-inv-cuanti-y-cuali-Humberto-Naupas-Paitan.pdf>
- Ortecho, Z., Muñoz, V., & Quevedo, C. (2022). Actitud de los estudiantes hacia la educación física, en la Libertad, Perú - 2021. *TecnoHumanismo. Revista Científica*, 2(3), 1-10.
<https://doi.org/https://doi.org/10.53673/th.v2i3.169>
- Ramírez, J., & Godínez, E. (2024). Actitud hacia la Educación Física en estudiantes de primaria alta en México. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 5(3), 1036 – 1069.
<https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v5i3.2098>
- Rebouças, R., Zanatta, C., & Gonçalves, S. (2023). Las Creencias de Autoeficacia y la Autorregulación del Aprendizaje en el Contexto de la Educación Inclusiva. *Revista*

Latinoamericana de Educación Inclusiva, 17(1), 41-57.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9869978.pdf>

Ries, F., & Sevillano, J. (2011). Relación de las emociones y la actividad física dentro de la teoría de la conducta planificada. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(24), 158-173. <https://www.redalyc.org/pdf/710/71018866002.pdf>

Rodríguez, B., Herrera, S., & Peinado, A. (2025). Diagnóstico de las capacidades físicas en estudiantes de básica primaria del grado 4 de la institución educativa santa María. *GADE: Revista Científica*, 5(1), 930-944.

<https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/675>

Rosa-Guillamón, A., & García-Cantó, E. (2019). Análisis bibliográfico de los modelos teóricos explicativos del aprendizaje motor. *Revista Peruana De Ciencia De La Actividad Fisica Y Del Deporte*, 5(4).

<https://rpcafd.com/index.php/rpcafd/article/view/13>

Ruiz, L. M., Linaza, J. L., & Peñaloza, R. (2016). El estudio del desarrollo motor: entre la tradición y el futuro. *Revista Fuentes*(8), 243–258.

<https://revistascientificas.us.es/index.php/fuentes/article/view/2527>

Salehi, S., Tahmasebi, F., & Talebrokni, F. (2021). A different look at featured motor learning models: comparison exam of Gallahue's, Fitts and Posner's and Ann Gentile's motor learning models. *Movement & Sport Sciences - Science & Motricité*, 112, 53-63.

<https://doi.org/10.1051/sm/2021012>

Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual lde términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma.

<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>

- Taqui, C., Alvarez, D., & Espinoza, P. (2021). Prevalencia y factores asociados a la baja actividad física de la población peruana. *Nutr. clín. diet. hosp.*, 37(4), 108-115.
<https://revista.nutricion.org/PDF/TARQUIMA.pdf>
- Taylor, J., & Ivry, R. (2012). The role of strategies in motor learning. *Ann NY Acad Sci*(125), 1-12. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4330992/>
- Valverde, K. (2023). *Evaluación de la aptitud física de estudiantes de cuarto, quinto y sexto grados de educación primaria en las instituciones educativa del distrito de Llumpa provincia de Mariscal Luzuriaga departamento de Ancash año 2021*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/67f06ee3-941d-4ae2-a370-f76feb1530cf/content>
- Vargas, P., Rivas, L., & Carcelén, C. (2023). Nivel de actividad física y sedentarismo en adolescentes de Perú. *Revista Cubana de Salud Pública*, 49(3).
<https://revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/3887/1931>
- Villagómez, A., Bonilla, L., Bonilla, G., & García, T. (2023). El aprendizaje social de Albert Bandura como estrategia de enseñanza de educación para la ciudadanía. *Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional*, 8(5), 1286-1307.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9335841>
- Villera, S. (2024). El desarrollo motor en la adolescencia. *GADE: Revista Científica*, 4(1), 35-52. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10221449>

ANEXOS

Anexo 01. Matriz de consistencia

| Aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025 | | |
|--|--|--|
| PROBLEMA GENERAL | OBJETIVO GENERAL | METODOLOGÍA |
| ¿Cuál es el nivel de la aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025? | Determinar el nivel de la aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025. | Tipo: Básica Enfoque: Cuantitativo Diseño: No-Experimental Nivel: Descriptivo Población: Muestra: Técnica: Observación no participante Instrumento: Lista de cotejo |
| PROBLEMAS ESPECÍFICOS | OBJETIVOS ESPECÍFICOS | |
| ¿Cuál es el nivel de fuerza en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025? | Evaluar el nivel de fuerza en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025. | |
| ¿Cuál es el nivel de flexibilidad en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025? | Analizar el nivel de flexibilidad en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025. | |
| ¿Cuál es el nivel de velocidad en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025? | Determinar el nivel de velocidad en estudiantes de sexto grado de primaria de la IE 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025. | |

Anexo 02. Instrumento

LISTA DE COTEJO PARA MEDIR AL APTITUD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE SEXTO DE PRIMARIA

Alumno(a): _____

Sexo: _____ Sección: _____ Fecha: _____

| Nº | ÍTEMS/DIMENSIONES | NO (0) | SI (1) |
|---------------------|---|--------|--------|
| FUERZA | | | |
| 1 | El estudiante mostró fuerza máxima al realizar actividades de empuje, arrastre o levantamiento de su propio peso corporal de manera efectiva. | | |
| 2 | El estudiante evidenció fuerza explosiva al ejecutar saltos o lanzamientos con intensidad, demostrando potencia inmediata en sus movimientos. | | |
| 3 | El estudiante mantuvo un nivel adecuado de fuerza de resistencia al sostener actividades físicas continuas sin mostrar signos tempranos de fatiga. | | |
| 4 | El estudiante aplicó fuerza isométrica al conservar una postura estática con control muscular, manteniéndola durante el tiempo establecido en la prueba. | | |
| FLEXIBILIDAD | | | |
| 5 | El estudiante evidenció un rango de movimiento articular amplio al realizar ejercicios de estiramiento sin presentar limitaciones visibles. | | |
| 6 | El estudiante demostró elasticidad muscular al extender y contraer los músculos durante la actividad sin mostrar rigidez excesiva. | | |
| 7 | El estudiante presentó movilidad funcional adecuada al ejecutar movimientos deportivos con fluidez y sin restricciones significativas. | | |
| 8 | El estudiante manifestó flexibilidad estática y dinámica en diferentes ejercicios, adaptándose tanto a posiciones mantenidas como a movimientos en desplazamiento. | | |
| VELOCIDAD | | | |
| 9 | El estudiante reaccionó con rapidez inmediata ante una señal visual o auditiva durante la prueba, mostrando un tiempo de reacción adecuado. | | |
| 10 | El estudiante mantuvo una frecuencia de movimiento constante y sostenida en ejercicios repetitivos de corta duración, evidenciando agilidad en sus desplazamientos. | | |
| 11 | El estudiante demostró velocidad de reacción al responder de manera eficaz frente a cambios imprevistos en la actividad física planteada. | | |

| | | | |
|----|--|--|--|
| 12 | El estudiante logró una aceleración progresiva y controlada en carreras cortas, alcanzando una mejora visible en su ritmo de desplazamiento. | | |
|----|--|--|--|

Anexo 3: CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

CARTA DE AUTORIZACIÓN

Yo, Walter G. Llaury Martínez, director de la Institución Educativa N.º 80225 – San Alfonso, ubicada en la región La Libertad, AUTORIZO a los estudiantes investigadores:

- **Pedro Marquina Bautista**
- **Wilmer Peña Esteban**

Quienes vienen desarrollando la investigación titulada: “Aptitud física en estudiantes de sexto grado de primaria de la I.E. 80225, San Alfonso, La Libertad, 2025”, presentada para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación, especialidad de Educación Física.

La presente autorización permite a los investigadores aplicar los instrumentos y recolectar la información necesaria con los estudiantes de sexto grado de primaria de esta institución educativa, respetando en todo momento los principios éticos de la investigación, la confidencialidad de la información y el bienestar de los estudiantes participantes.

Se expide la presente autorización a solicitud de los interesados, para los fines académicos correspondientes.

La Libertad, 10 de julio de 2025.



MINISTERIO DE EDUCACIÓN
GENERAL - D.G.E.R. - P.E.C.
DIRECCIÓN
80225

WALTER G. LLAURY MARTÍNEZ
DIRECTOR

Walter G. Llaury Martínez
Director
Institución Educativa N.º 80225 – San Alfonso