



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Física

**Autoconcepto físico en estudiantes de una institución
educativa secundaria particular del distrito de San
Isidro, Lima**

TESIS

**Para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación
Física**

AUTOR

Dayanna Gianella HUAMÁN GUIÑO

ASESOR

Dr. Angel Anibal MAMANI RAMOS

Lima, Perú

2024



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Huamán, D. (2024). *Autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación Física]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Dayanna Gianella Huamán Guiño
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	73393520
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0006-1009-6888
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Angel Anibal Mamani Ramos
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	01344424
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-3855-2305
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Hugo Enrique Asian Canchis
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	09048993
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Oscar Alfredo Colque Ricce
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	06288891
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Luis Martin Chavez Alván
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07295790
Miembro del jurado 3	
Nombres y apellidos	-
Tipo de documento	-

Número de documento de identidad	
Datos de investigación	
Línea de investigación	Educación y actividad física corporal
Grupo de investigación	Ciencias de la Motricidad, Actividad Física y Deporte - MACFIDE
Agencia de financiamiento	Universidad Nacional Mayor de San Marcos, aprobado mediante Resolución Rectoral N° 005557-2022-R/UNMSM con código de proyecto E22061421.
Ubicación geográfica de la investigación	País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: San Isidro -12.09740071606939, -77.03236835565974
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2022 - 2024
URL de disciplinas OCDE	Educación general http://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.03.01



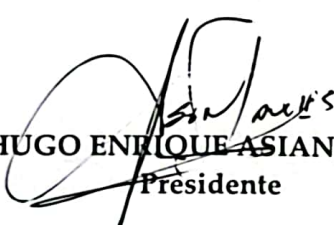
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS
N° 014-2024-EPEF-FE/UNMSM

En la ciudad de Lima, a los 13 días del mes de junio de 2024, siendo las 14:00 horas, se reunió en acto público el Jurado Examinador para la sustentación de la Tesis titulada: **AUTOCONCEPTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PARTICULAR DEL DISTRITO DE SAN ISIDRO, LIMA**, que presenta el Bachiller **DAYANNA GIANELLA HUAMÁN GUIÑO**, para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Física.

Luego de la exposición y absueltas las preguntas del Jurado Examinador se procedió a la calificación individual y secreta, habiendo sido evaluado *Aprobado* con la calificación de *Diecisiete (17)*

Como testimonio del acto realizado, cada uno de los miembros del jurado procedió a suscribir la presente ACTA para que sea remitida a las instancias correspondientes, a fin de que se expida previo trámite administrativo, el diploma que acredite al bachiller como Licenciada en Educación Física.

En señal de conformidad, siendo las *15:00* horas se suscribe la presente acta, dándose por concluido el acto.


Dr. HUGO ENRIQUE ASIAN CANCHIS
Presidente


Dr. ANGEL ANIBAL MAMANI RAMOS
Asesor de Tesis


Mg. OSCAR ALFREDO COLQUE RICCE
Jurado Informante


Mg. LUIS MARTIN CHAVEZ ALVAN
Jurado Informante



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA
“Carlos Cáceres Álvarez”



CERTIFICADO DE SIMILITUD

RESOLUCIÓN RECTORAL-002616-2023-R/UNMSM
Adenda: RESOLUCIÓN RECTORAL-007284-2023-R/UNMSM

Yo **Ángel Anibal Mamani Ramos** en mi condición de asesor acreditado con el **DICTAMEN VIRTUAL No 081-2023-EPEF-FE/UNMSM** de la tesis, cuyo título es **“AUTOCONCEPTO FÍSICO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PARTICULAR DEL DISTRITO DE SAN ISIDRO, LIMA”**, presentado por el bachiller **DAYANNA GIANELLA HUAMÁN GUIÑO** para optar el **Título Profesional de Licenciado en Educación Física**.

CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante el software de similitud textual, el documento evaluado cuenta con el porcentaje de **17 %** de similitud, nivel **PERMITIDO** para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional**.

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del grado/ título/ especialidad correspondiente.

Firma del Asesor _____ DNI: 01344424

Nombres y apellidos del asesor: Dr. Ángel Anibal Mamani Ramos



DEDICATORIA

Esta investigación se la dedico en primero lugar a mis padres por siempre estar presentes en cada momento de mi vida, a mis abuelos que están en el cielo cuidándome, a mi abuela Nancy que siempre estuvo pendiente de mí, a mis hermanas y tíos por impulsarme y motivarme cada día a ser mejor y a William que estuvo conmigo en este largo camino acompañándome y que nunca dejo que me rindiera.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por permitirme estar aquí presente con buena salud, agradezco a mis maestros por brindarme sabiduría y por compartir conmigo sus experiencias, y por último agradecer a mi asesor el Dr. Angel Mamani por todos los consejos y enseñanzas.

ÍNDICE GENERAL

RESUMEN	9
ABSTRACT	10
I. PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO	11
1.1. Determinación del problema	11
1.2. Formulación del problema	11
1.2.1. Problema general	11
1.2.2. Problemas específicos	12
1.3. Objetivos	12
1.3.1. Objetivo general.....	12
1.3.2. Objetivos específicos	12
1.4. Importancia de la investigación	12
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	14
2.1. Antecedentes del estudio.....	14
2.1.1. Antecedentes nacionales.....	14
2.1.2. Antecedentes internacionales.....	15
2.2. Bases teóricas.....	16
2.2.1. Autoconcepto físico.....	16
2.3. Definición de términos.....	18
2.3.1. Actividad física	18
2.3.2. Autoconcepto físico.....	19
2.3.3. Competencia.....	19
2.3.4. Fuerza física	19
2.3.5. Condición física	19
III. HIPÓTESIS Y VARIABLES	19
3.1. Hipótesis.....	19
3.1.1. Hipótesis general	19
3.1.2. Hipótesis específicas	20
3.2. Variables	20
3.3. Operacionalización de la variable	21
IV. MATERIALES Y MÉTODOS	22
4.1. Área de estudio.....	22
4.2. Tipo y diseño de investigación.....	22
4.2.1. Tipo.....	22
4.2.2. Diseño	23

4.3. Población y muestra	23
4.3.1. Población	23
4.3.2. Muestra.....	23
4.4. Análisis estadístico.....	25
4.5. Aspectos éticos.....	26
V. RESULTADO Y DISCUSIÓN	27
5.1. Resultados de Autoconcepto físico en general en función al el sexo y la edad	27
5.2. Resultados por indicadores del autoconcepto físico	29
5.2.1. Resultados de competencia deportiva	29
5.2.2. Resultados de condición física.....	31
5.2.3. Resultados de fuerza física	33
5.2.4. Resultados de apariencia física	35
5.2.5. Resultados de confianza en sí mismo	38
5.3. Discusión de resultados.....	40
CONCLUSIONES.....	41
RECOMENDACIONES	42
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	44
ANEXO 1	¡Error! Marcador no definido.
ANEXO 2	49

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Operacionalización de la variable	21
Tabla 2: Muestra de estudio	24
Tabla 3: Niveles de autoconcepto físico en general	27
Tabla 4: Niveles de autoconcepto físico en función al sexo.....	28
Tabla 5: Niveles de autoconcepto físico en función a la edad.....	28
Tabla 6: Niveles de competencia deportiva.....	29
Tabla 7: Niveles de competencia deportiva en función al sexo.....	29
Tabla 8: Niveles de competencia deportiva en función a la edad	30
Tabla 9: Niveles de condición física	31
Tabla 10: Niveles de condición física en función al sexo	32
Tabla 11: Niveles de condición física en función a la edad	33
Tabla 12: Niveles de fuerza física	33
Tabla 13: Niveles de fuerza física en función al sexo	34
Tabla 14: Niveles de fuerza física en función a la edad	35
Tabla 15: Niveles de apariencia física	36
Tabla 16: Niveles de apariencia física en función al sexo.....	36
Tabla 17: Niveles de apariencia física en función a la edad.....	37
Tabla 18: Niveles de confianza en sí mismo	38
Tabla 19: Niveles de confianza en sí mismo en función al sexo	39
Tabla 20: Niveles de confianza en sí mismo en función a la edad.....	39

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.....	22
---------------	----

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1: Cuestionario de autoconcepto físico para adolescentes escolares.....	¡Error!
Marcador no definido.	
ANEXO 2: Matriz de consistencia	49

RESUMEN

El propósito de la investigación fue analizar el autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad. Se desarrolló la investigación mediante el diseño transversal descriptivo, donde se analizó a 153 escolares adolescentes con el cuestionario de autoconcepto físico para adolescentes escolares. Los resultados en general (55.8 %), según el sexo (hombres 53.2 % y mujeres 58.2 %) y la edad (12 años 45.5 %, 13 años 55.3 %, 14 años 56.3 %, 15 años 48.1 % y 16 años 68.0 %) presentaron una mayor incidencia en el nivel indiferente del autoconcepto físico. En conclusión, los adolescentes que fueron parte del estudio presentan en general un nivel indiferente de autoconcepto físico. Según el sexo no se observa diferencias significativas y de acuerdo con la edad se observa una mayor incidencia en el nivel de autoconcepto físico indiferente. Por lo tanto, se evidencia en los participantes del estudio ciertos problemas de autoestima y también ansiedad por su imagen.

PALABRAS CLAVE: Autoconcepto físico, actividad física, adolescentes escolares, competencia deportiva.

ABSTRACT

The purpose of the research was to analyse the physical self-concept in students of a private secondary school in the district of San Isidro, in general, according to sex and age. The research was carried out using a descriptive cross-sectional design, where 153 adolescent schoolchildren were analysed using the physical self-concept questionnaire for adolescent schoolchildren. The results in general (55.8 %), according to sex (males 53.2 % and females 58.2 %) and age (12 years 45.5 %, 13 years 55.3 %, 14 years 56.3 %, 15 years 48.1 % and 16 years 68.0 %) showed a higher incidence in the indifferent level of physical self-concept. In conclusion, the adolescents who took part in the study generally presented an indifferent level of physical self-concept. According to sex, no significant differences were observed, and according to age, a higher incidence was observed in the indifferent level of physical self-concept. Therefore, certain problems of self-esteem and also anxiety about their image are evident in the participants of the study.

KEYWORDS: Physical self-concept, physical activity, school adolescents, sports competition.

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Determinación del problema

El confinamiento obligatorio por el COVID-19 afectó negativamente en la percepción del autoconcepto físico (Cadena-Duarte y Cardozo, 2021) en todas las personas del mundo, haciendo que muchas de ellas presenten diferentes problemas como baja autoestima, trastornos de conducta alimentaria, aumento de la ansiedad por la imagen y en consecuencia provocó estados depresivos, sobre todo una fuerte tendencia del alejamiento de la práctica de actividad física (AF) entre otros (Grao-Cruces et al., 2017; Mamani-Ramos et al., 2023).

Según los estudios confirman que los adolescentes sobre todo los del sexo masculino poseen una percepción baja de su autoconcepto físico ya que observan su imagen y se definen como un individuo de contextura corporal pequeña y delgada (Huaroc y Quispe, 2019).

Al pasar de los años se ha ido formando un ideal de autoconcepto físico en donde la persona poseen ciertas características físicas y a raíz de esto se hacen una comparación con sus compañeros que a diferencia de ellos realizan frecuentemente actividad física y están en constantes eventos deportivos y esto produce que tengan una baja autoestima y que su autoconcepto físico disminuya (Videra-García y Reigal-Garrido, 2013).

A comparación del sexo masculino, según J. Fernández (2015) y Urrutia et al. (2023), nos dan a conocer que existe una gran disminución en el autoconcepto físico y que esta reducción se hace más notable en el sexo femenino a medida que va aumentando la edad en la etapa adolescente.

1.2. Formulación del problema

1.3. Problema general

P. ¿Cómo es el autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad?

1.3.1. Problemas específicos

- P1. ¿Cómo es la competencia deportiva en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad?
- P2. ¿Cómo es la condición física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad?
- P3. ¿Cómo es la fuerza física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad?
- P4. ¿Cómo es la apariencia física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad?
- P5. ¿Cómo es la confianza en sí mismo en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad?

1.4.Objetivos

1.4.1. Objetivo general

- O. Analizar el autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad.

1.4.2. Objetivos específicos

- O1. Identificar la competencia deportiva en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad.
- O2. Identificar la condición física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad.
- O3. Identificar la fuerza física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad.
- O4. Identificar la apariencia física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad.
- O5. Identificar la confianza en sí mismo en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad.

1.5. Importancia de la investigación

El autoconcepto físico es esencial y fundamental desde los inicios de la etapa adolescente para que el ser humano pueda desarrollar su identidad y de esta manera pueda desenvolverse

en el aspecto personal como social (Grao-Cruces et al., 2017; Urrutia et al., 2023). Diversos estudios confirman que al tener un autoconcepto físico positivo permitirá a las personas y sobre todo en los adolescentes, verse físicamente agradable, realizar actividad física, poseer un bienestar psicológico y tener satisfacción con la vida lo cual tendrá una influencia positiva en la salud del ser humano (Mamani-Ramos et al., 2023).

Según Montalt-García et al. (2023) menciona que tener una autopercepción física adecuada permite la influencia positiva en la motivación y la realización de actividad física, esto va de la mano con la relación positiva que existe entre la autopercepción física y la intención de ser activo físicamente junto con la alimentación (Pérez-Mármol et al., 2023; Urrutia et al., 2023). Por otro lado en el aspecto deportivo, la práctica deportiva escolar y extraescolar trae una serie de relaciones positivas en el cual ellos podrán desarrollarse y así poder obtener un autoconcepto físico adecuado (Pérez-Mármol et al., 2023)

En la adolescencia hay más posibilidades que se adquiera un mejor autoconcepto físico que traerán consigo una serie de características como auto percibirse con mejores aptitudes físicas, se relacionarán más en diferentes actividades físicas como deportivas y de esta manera poseerán un estilo de vida más activo, todo esto tendrá como resultado la ausencia de lesiones musculales o articulares y una reducción de vidas sedentarias (J. G. Fernández et al., 2010). Monsalve-Jaramillo et al. (2022) nos confirma que mientras mayor sea el autoconcepto físico en las personas, será aún mayor la presencia de actividad física en sus vidas.

REVISIÓN DE LA LITERATURA

1.6. Antecedentes del estudio

1.6.1. Antecedentes nacionales

Mamani-Ramos et al. (2023), en Lima, Callao, Perú, estudiaron a 1264 escolares (683 hombres y 581 mujeres de 14 a 17 años) con el objetivo de analizar la relación entre las actitudes y el autoconcepto físico con la práctica de AF en jóvenes peruanos. Concluyeron que las actitudes y/o el ACF de los estudiantes condicionan la práctica de actividad física.

Carruitero y Tuesta (2019), en Moche, Trujillo, Perú, estudiaron a 121 adolescentes (entre los 11 y 16 años) con el objetivo de determinar la relación entre el ACF General y las dimensiones de la Motivación en los Estudiantes de Nivel Secundario del distrito de Moche-Trujillo, 2014. Concluyeron que los alumnos del colegio secundario “Ramiro Aurelio Ñique Espíritu” con respecto al autoconcepto físico general, el 42.1 % de estudiantes se encuentra en un nivel medio, el 35.5 % en el nivel alto y el 22.3 % en un nivel bajo.

Huarocc y Quispe (2019), en Huancayo, Lima, Perú, estudiaron a 85 alumnos (38 mujeres y 47 varones de edades comprendidas entre los 14 y 18 años) con el objetivo de determinar la relación entre el ACF y la práctica físico-deportiva en estudiantes del centro educativo “Castilla”. Concluyeron que el 32.9 % de adolescentes tienen una actividad física-deportiva apropiada y el 42.4 % de los adolescentes tienen un ACF adecuado; del mismo modo cuando se aumenta los valores del ACF, ello mejora la práctica físico-deportiva.

Lizárraga (2017), en Trujillo, Perú, estudiaron a 300 adolescentes (151 mujeres y 149 varones entre las edades de los 12 a 17 años) con el objetivo de analizar la relación entre ACF e insatisfacción con la imagen corporal en adolescentes de una institución educativa estatal del centro poblado Alto Trujillo. Concluyeron que entre el autoconcepto físico y la insatisfacción con la imagen corporal se halló relación significativa y negativa en los adolescentes. Con respecto a las dimensiones del ACF se evidencia que el atractivo físico, habilidad física, autoconcepto físico general y fuerza se encuentran en un nivel medio gran parte de los adolescentes; del mismo modo condición física y autoconcepto físico general gran parte de los adolescentes se encuentra en un nivel alto.

Huamanchumo (2021), en Lima, Perú, estudiaron a 53 alumnos (13 damas y 40 varones) con el objetivo de determinar la relación entre el ACF y Actividades acuáticas en los estudiantes del 2 y 3er ciclo de la Escuela Profesional Ciencias del Deporte de la Universidad Privada Alas Peruanas 2018. Concluyeron que se halla relación significativa entre el autoconcepto físico y actividades acuáticas de los estudiantes de la universidad Privada Alas Peruanas.

1.6.2. Antecedentes internacionales

Urrutia et al. (2023), en Biobío, Chile, estudiaron a 279 estudiantes (142 mujeres y 137 hombres entre los 11 y 18 años de edad) con el objetivo de analizar las diferentes variables del cuestionario, datos sociodemográficos y su relación existente. Concluyeron que el ACF tiene repercusiones positivas y negativas en relación al sexo de los estudiantes.

Fernández-Guerrero et al. (2020), en Bajadoz, España estudiaron a 1093 estudiantes (620 de Educación Primaria y 473 de Educación Secundaria Obligatoria) con el objetivo estudiar cómo incide la práctica de AF del alumnado de Educación Primaria y Educación Secundaria obligatoria en el ACF. Concluyeron que a diferencia de las mujeres, los varones presentaron indicadores más elevados en la habilidad física, condición física y fuerza. A medida que aumenta la edad de los estudiantes las puntuaciones de ACF aumentan.

Montalt-García et al. (2023), en Valencia, España, estudiaron 112 alumnos (58 chicos y 54 chicas con una media de edad de 15,85) con el objetivo de analizar el nivel de práctica de actividad física durante la etapa adolescente y su relación con distintas variables que pudiesen tener influencia. Concluyeron que la práctica de AF se relaciona a una autopercepción física positiva; en función al sexo masculino, se muestran puntuaciones elevadas tanto en la práctica de AF como en su autoconcepto físico.

Pérez-Mármol et al. (2023), en Granada, España, estudiaron a 1650 (832 chicos y 818 chicas con edades comprendidas entre los 11 y los 20 años) con el objetivo de analizar las relaciones entre el ACF y factores académicos en una muestra de 1650 estudiantes provenientes la provincia de Granada. Concluyeron que el sexo y el autoconcepto físico poseen relación y en comparación de las damas, se hace más notable en el género masculino; la práctica deportiva que realizan aquellos adolescentes dentro del colegio tiene mejores puntuaciones

de autoconcepto físico; no se encuentran diferencias entre el ACF y el rendimiento académico.

Cardozo et al. (2023), en Colombia, estudiaron a 230 participantes (92 hombres y 138 mujeres entre edades comprendidas de 18 y 38 años) con el objetivo de analizar y comparar el ACF en universitarios considerando teniendo en cuenta las diferencias entre sexos y asociaciones con el estrato socioeconómico y la edad, y generar perfiles de los estudiantes utilizando algoritmos de aprendizaje automático no supervisado. Concluyeron que muestran comportamientos diferentes del ACF entre ambos sexos de los dos programas académicos.

1.7. Bases teóricas

1.7.1. Autoconcepto físico

1.7.1.1. Definición del autoconcepto físico

Según estudios confirmados el autoconcepto físico es fundamental en el ser humano y más aún en inicios de la etapa adolescente para que pueda tener un mejor desarrollo personal y social y que aquello le permita tener un bienestar psicológico, realizar actividad física, tener un estilo de vida activo entre otros. En ese sentido, dada la importancia, presentamos la definición de la variable de estudio, autoconcepto físico, en base a autores destacados.

Según Fernández-Guerrero et al. (2020) define el ACF como la representación física, psicológica y mental que posee el ser humano de su cuerpo, que varía dependiendo el grado de condición física, actividad física y fuerza, la terminación autoconcepto físico, está relacionado a la práctica de actividad física.

En diversos estudios se concluye que la autopercepción física es la apreciación de uno mismo con respecto a su apariencia física, habilidades y condición física (Mamani-Ramos et al., 2023; Urrutia et al., 2023).

1.7.1.2. Indicadores

1.7.1.2.1. Competencia deportiva

Diversos autores definen la competencia deportiva como la percepción de habilidades y cualidades donde el individuo tenga la capacidad para el aprendizaje deportivo y este

predisuesto a la práctica de deportes (Cadena-Duarte y Cardozo, 2021; Cardozo et al., 2023; Lizárraga, 2017).

Montalt-García et al. (2023) menciona que el perfil del individuo que practica actividad física posee una percepción de competencia deportiva alta, percepciones que también los padres poseen y crean expectativas respecto a lo que sus hijos ganan en cada competencia deportiva y se ha establecido que generan conductas tanto positivas como negativas sobre las competencias deportivas (Blanco et al., 2017). Louise et al. (2016) afirma que la competencia física está relacionado a la participación de las actividades deportivas durante su tiempo libre.

1.7.1.2.2. Condición física

Lizárraga (2017) define la condición física como el estado físico que presenta el individuo, donde abarca la resistencia, la energía física y la seguridad del estado físico que posee la persona.

Diversos estudios dan a conocer que en el transcurso del pasar de los años el cuerpo se va desarrollando y va cambiando, y aquello es influenciado por diversos factores como la edad o el género, diversas actividades físicas, entre otros (Huarocc & Quispe, 2019).

Huarocc y Quispe (2019) nos da a conocer que la condición física es el nivel de fortaleza que cree tener cada individuo para realizar aquella actividad que necesita esfuerzo físico. Asimismo Cadena-Duarte y Cardozo (2021) y Cardozo et al. (2023) mencionan que la condición física es la percepción de la persona que tiene sobre su energía física, resistencia, condición, forma física y confianza de su estado físico en el que se encuentra.

1.1.1.1.1. Fuerza física

Cardozo et al. (2023) y Ruiz de Azúa y Rodríguez (2006) nos dicen que la fuerza física es la capacidad que tiene el individuo para realizar ejercicios que requieran fuerza con total seguridad y tener predisposición para levantar diversos tipos de pesos, lo que genera en uno mismo sentirse y/o verse fuerte.

En la etapa de la adolescencia la calidad de la fuerza es un elemento de suma importancia para su desarrollo físico, en donde la eficiencia producida por el movimiento del cuerpo humano corresponde al estímulo externo (Huarocc y Quispe, 2019). Según Huamanchumo (2021) menciona que la práctica deportiva ayuda al individuo a percibir la dimensión de la fuerza, a mayor grado de actividad física, se obtienen mayores puntuaciones en la dimensión.

1.7.1.2.3. Apariencia física

Lizárraga (2017) y Carruitero y Tuesta (2019) nos dicen que la apariencia física es la percepción física propia; es la satisfacción y seguridad del individuo con la imagen que cree reflejar.

La práctica físico-deportiva se incrementa debido al autoconcepto del atractivo físico (Huarocc & Quispe, 2019). Diversos estudios constatan que la apariencia física es importante tanto en varones como en damas (M. Fernández, 2017).

1.7.1.2.4. Confianza en sí mismo

Según Cardozo et al. (2023) afirma que la confianza en sí mismo es la valoración ya sea positiva o negativa de un individuo que se hace a sí mismo con respecto a lo que es sienta o piense.

Para Videra-García & Reigal-Garrido (2013) es la percepción y representación cognitiva que se tiene de sí mismo, la autoevaluación de sus habilidades y la postura sobre cómo afrontar los diferentes desafíos que se ponen en el camino. Asimismo Carruitero y Tuesta (2019) menciona que la confianza en sí mismo hace referencia a las cogniciones y evaluaciones sobre los aspectos del sí mismo, la autoestima, entre otros. Según Ruiz de Azúa y Rodríguez (2006) lo define como opiniones y sensaciones positivas sobre su físico.

1.8. Definición de términos

1.8.1. Actividad física

Es la realización del movimiento corporal, ya sea saltar, correr, caminar, nadar, o cualquier otra actividad que involucre algún gasto energético.

1.8.2. Autoconcepto físico

Es la representación que tiene cada individuo de a si mismo con respecto a sus habilidades, características, destrezas, entre otros.

1.8.3. Competencia

Es una lucha de enfrentamientos que está determinado por reglas y se debe cumplir con una serie de requisitos para tener la obtención de algún premio, sea medalla o trofeo.

1.8.4. Fuerza física

Es la capacidad que tiene una persona para mover algún objeto que hace resistencia o tiene peso.

1.8.5. Condición física

Es el estado físico, mental y social que se encuentra un individuo en un determinado momento o tiempo.

HIPÓTESIS Y VARIABLES

1.9. Hipótesis

1.9.1. Hipótesis general

H. El Autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general según el sexo y la edad es indiferente.

1.9.2. Hipótesis específicas

H1. La competencia deportiva en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima es indiferente.

H2. La condición física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima es indiferente.

H3. La fuerza física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima es indiferente.

H4. La apariencia física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima es indiferente.

H5. La confianza en sí mismo en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima es adecuado.

1.10. Variables

Variable única: autoconcepto físico

1.11. Operacionalización de la variable

FIGURA1. Tabla 1

Operacionalización de la variable autoconcepto físico

Variable única	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Autoconcepto físico	Representación física, psicológica y mental que posee el ser humano de su cuerpo, que varía dependiendo el grado de condición física, actividad física y fuerza, la terminación autoconcepto físico, está relacionado a la práctica de actividad física.	Imagen física, psicológica y mental que tiene el individuo con respecto asimismo, que puede cambiar en función al nivel de actividad física, condición física y fuerza.	Competencia deportiva	1, 11, 13, 16, 20	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo
			Condición física	2, 6, 9, 17	
			Fuerza física	4, 18, 22	
			Apariencia física	3, 7, 10, 19, 21	
			Confianza en sí mismo	5, 8, 12, 14, 15	

Nota. Se desarrolló la operacionalización de la propuesta de la variable a partir de la propuesta de Mamani-Ramos et al. (2023).

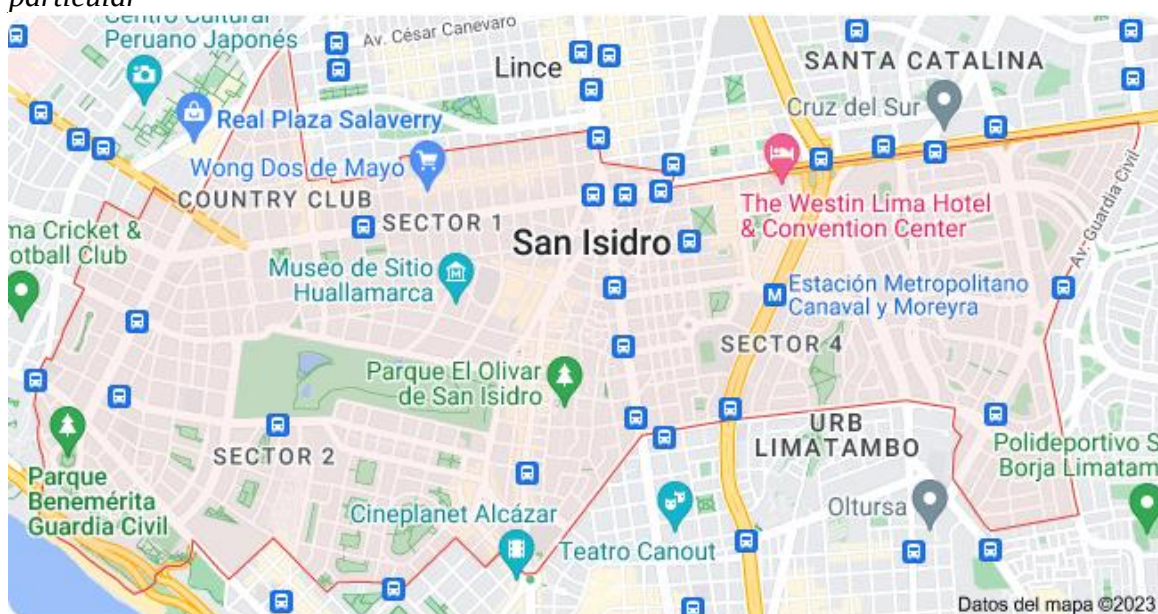
MATERIALES Y MÉTODOS

1.12. Área de estudio

La institución educativa particular focalizada de dicho estudio perteneciente a la UGEL 03 se encuentra ubicada en el distrito de San Isidro (coordenadas -12.09740071606939, -77.03236835565974), departamento de Lima, país Perú.

Figura 1

Ubicación del distrito San Isidro, Lima, Perú donde se encuentra la institucion educativa particular



1.13. Tipo y diseño de investigación

1.13.1. Tipo

El tipo de investigación realizada que se ha utilizado para el presente estudio es de tipo no experimental. Kerlinger y Lee (2002) y Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) afirman que esta investigación es empírica y sistemática en la que la variable no puede ser influenciada ya que muchas de las situaciones sucedieron o no son manipulables. Estos estudios señalan a la investigación no experimental en la ruta cuantitativa en el cual no se ocasiona ni se provoca ningún tipo de situación, por lo contrario se analizan situaciones o fenómenos ya existentes, tal como se da en su contexto natural.

1.13.2. Diseño

El diseño de la investigación fue transversal descriptivo (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018; Salkind, 1998). Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) señalan que existen 2 tipos de diseños no experimentales, por su dimensión temporal sobre la recolección de datos: transeccionales o transversal en donde la recopilación de datos es en un solo momento y longitudinales en donde la recolección de datos es en distintos momentos. El diseño transversal tiene como propósito establecer el nivel o modalidad de la o las variables en un momento determinado (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). El estudio transeccional descriptivo para Salkind (1998) puede ser utilizada en investigaciones futuras como base, ya que es preciso describir características de una población o un fenómeno existente en el marco del tiempo actual. Para Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) este diseño busca indagar en qué grado de nivel, categoría o estado se encuentra la variable, son estudios netamente descriptivos.

1.14. Población y muestra

1.14.1. Población

En sentido general, para Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) la población es un grupo de situaciones que coinciden con determinadas especificaciones, estas poblaciones deben agruparse por diferentes características como lugar, tiempo, contenido y disponibilidad entre otras. De manera más específica tenemos a Salkind (1998) la población es entendida como un conjunto de individuos participantes en el que desea generalizar los resultados de dicho estudio. La población en este presente estudio estuvo conformada por estudiantes de primer año hasta quinto año de secundaria, esto correspondió a 276 adolescentes de una institución educativa particular del distrito de San Isidro, Lima.

1.14.2. Muestra

Es la parte de la población que deseas seleccionar en el cual obtienes información para el análisis del estudio sobre el cual se ejecutaran la observación y medición del objeto de estudio (Bernal, 2016). Existen dos tipos de muestreo: probabilístico y no probabilístico. En el muestreo probabilístico se define como subgrupo de población que toman en cuenta todos los elementos y que tienen la posibilidad de ser elegidos al azar, sin ninguna elección o selección. Mientras que el muestreo no probabilístico es un subgrupo de población en el que la elección de elementos no depende de las probabilidades, por lo contrario esta elección es

por las características y contexto de la investigación (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). En este proceso de selección la muestra de esta investigación fue de tipo no probabilístico por conveniencia y estuvo conformada por 156 participantes (77 hombres y 79 mujeres) con edades comprendidas entre los 12 a 17 años (media = 14,24 años; desviación estándar = 1.302) pertenecientes a una institución educativa particular del distrito de San Isidro, Lima (Tabla 2).

FIGURA2. Tabla 2

Muestra de estudio

Edad	Frecuencia	Porcentaje
12	11	7.1
13	38	24.4
14	48	30.8
15	27	17.3
16	25	16.0
17	7	4.5
Total	156	100.0

Técnicas e instrumentos de recolección de información

La recopilación de información dentro del proceso de investigación es de suma importancia ya que de aquello dependerá la confiabilidad y validez del estudio, a través de ello se demuestran las hipótesis, se dan respuestas a las interrogantes y se alcanzará los objetivos producidos por dicha investigación. A esta fase de recolección de datos se le atribuye también como trabajo de campo (Bernal, 2016). Según nos menciona Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) existen 2 tipos de análisis de datos: la ruta cuantitativa, en el cual se utiliza uno o más instrumentos de medición para la recopilación de datos y donde procesa análisis de datos numéricos mientras que en la ruta cualitativa el enfoque de la investigación es analizar la forma en el que los participantes perciben fenómenos que los rodean y en donde se procesa análisis no numéricos.

Para Ñaupas et al. (2018) las técnicas de investigación son un grupo de normas que están encargadas de regular todo el proceso de investigación en las diferentes etapas desde el inicio

hasta el final. Existen una variedad de técnicas para la recolección de información, en ese sentido pasaremos a mencionar y describir las principales técnicas: la encuesta, entrevista, observación, análisis documentales e internet. La encuesta está dirigida a individuos y provee datos sobre percepciones y opiniones (Arias y Covinos, 2021). La entrevista está dirigida a tener contacto directo con los individuos que sean fuente de información (Bernal, 2016). La observación es donde el investigador se incorpore con el grupo estudiado o a estudiar y se relacione con estos (Arias y Covinos, 2021). El análisis de documentos se basa en fuentes o documentos bibliográficos de mayor relevancia que permitan al investigador la obtención de información (Arias y Covinos, 2021). El internet es la fuente principal para la obtención de datos (Bernal, 2016).

Los instrumentos de investigación son recursos conceptuales en el cual se hace una recopilación de información o datos a través de interrogantes (Ñaupas et al., 2018). Según Bernal (2016) son un conjunto de procesos o fases de investigación. En la presente investigación hemos utilizado la técnica de encuesta en donde se analiza grupos ya sea de menor o mayor cantidad a través de una selección e investigaciones de muestras recogidas de los grupos o poblaciones (Kerlinger y Lee, 2002). Con respecto al instrumento, se utilizó el cuestionario que se basa en una serie de interrogantes sobre una o más variables a medir (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

En ese sentido, en la investigación utilizamos el cuestionario de autoconcepto físico (Mamani-Ramos et al., 2023). Este cuestionario busca conocer la representación mental que tienes sobre tu propia realidad corporal. El cuestionario presenta validez (Chi-cuadrado sobre los grados de libertad = 4.38, error de aproximación cuadrático medio = .05, residuo cuadrático medio estandarizado = .05, índice de bondad de ajuste = .94, índice de ajuste comparativo = .92, índice de Tu-ker-Lewis = .91) y confiabilidad (consistencia interna = .86), por lo que se puede usar con confianza.

1.15. Análisis estadístico

La información se procesó mediante el análisis porcentual en el software estadístico IBM SPSS 26.

1.16. Aspectos éticos

El estudio se respetó los principios éticos precisados en la Declaración de Helsinki para la investigación con seres humanos (World Medical Association Declaration of Helsinki, 2013).

RESULTADO Y DISCUSIÓN

1.17. Resultados de Autoconcepto físico en general en función al el sexo y la edad

De acuerdo a los resultados obtenidos del autoconcepto físico en general en adolescentes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 55.8 % presentó un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 28.2 % presenta un nivel de autoconcepto físico adecuado y el 16.0 % presentó un nivel de autoconcepto físico inadecuado (Tabla 3).

FIGURA3. Tabla 3

Niveles de autoconcepto físico en general

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	25	16.0
Indiferente	87	55.8
Adecuado	44	28.2
Total	156	100.0

De acuerdo con los resultados obtenidos del ACF en función al sexo en adolescentes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 53.2 % presentó un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 36.4 % presentó un nivel de autoconcepto físico adecuado y el 10.4 % presenta un nivel de autoconcepto físico inadecuado. Por otro lado, en mujeres, el 58.2 % evidencia un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 21.5 % muestra un nivel de autoconcepto físico inadecuado y el 20.3 % presentó un nivel de autoconcepto físico adecuado (Tabla 4).

FIGURA4. Tabla 4*Niveles de autoconcepto físico en función al sexo*

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inadecuado	8	10.4	17	21.5
Indiferente	41	53.2	46	58.2
Adecuado	28	36.4	16	20.3
Total	77	100.0	79	100.0

De acuerdo con los resultados obtenidos del ACF en función a la edad en estudiantes de la institución educativa, los cuales se detallan de la siguiente manera: los de 12 años, el 45.5 % presenta un nivel de autoconcepto físico adecuado, el 27.3 % presentó un nivel de autoconcepto físico inadecuado, así como 27.3 % presentó un nivel de autoconcepto físico indiferente. Los de 13 años, el 55.3 % presentó un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 28.9 % presentó un nivel de ACF adecuado y el 15.8 % presentó un nivel de autoconcepto físico inadecuado. Los de 14 años, el 56.3 % presentó un nivel de autoconcepto físico indiferente, el 31.3 % presentó un nivel adecuado y el 12.5 % presentó un nivel inadecuado. Los de 15 años, el 48.1 % presentó un nivel indiferente, el 29.6 % presentó un nivel adecuado y el 22.2 % presentó un nivel inadecuado. Los de 16 años, el 68.0 % presentó un nivel indiferente, el 20.0 % presentó un nivel adecuado y el 12.0 % presentó un nivel inadecuado. Los de 17 años, el 85.7 % presentó un nivel indiferente y el 14.3 % presentó un nivel inadecuado (Tabla 5).

FIGURA5. Tabla 5*Niveles de autoconcepto físico en función a la edad*

Niveles	12		13		14		15		16		17	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Ina	3	27.3	6	15.8	6	12.5	6	22.2	3	12.0	1	14.3
Ind	3	27.3	21	55.3	27	56.3	13	48.1	17	68.0	6	85.7
Ade	5	45.5	11	28.9	15	31.3	8	29.6	5	20.0	0	0
Total	11	100.0	38	100.0	48	100.0	27	100.0	25	100.0	7	100.0

Nota. Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ade = Adecuado; F = Frecuencia; % = Porcentaje

1.18. Resultados por indicadores del autoconcepto físico

1.18.1. Resultados de competencia deportiva

De acuerdo a los resultados obtenidos de competencia deportiva en adolescentes de una institución particular del distrito de San Isidro, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 41.0 % presenta un nivel de competencia deportiva indiferente, el 23.7 % presentó un nivel de competencia deportiva inadecuado, el 19.9 % muestra un nivel de competencia deportiva adecuado, el 9.0 % evidencia un nivel de competencia deportiva muy adecuado y el 6.4 % presenta un nivel de competencia deportiva muy inadecuado (Tabla 6).

FIGURA6. Tabla 6

Niveles de competencia deportiva

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	10	6.4
Inadecuado	37	23.7
Indiferente	64	41.0
Adecuado	31	19.9
Muy adecuado	14	9.0
Total	156	100.0

De acuerdo a los resultados obtenidos de competencia deportiva en función al sexo en adolescentes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 37.7 % presentó un nivel de competencia deportiva indiferente y el 24.7 % presenta un nivel de competencia deportiva inadecuado, el 23.4 % muestra un nivel adecuado, el 7.8 % evidencia un nivel muy inadecuado y el 6.5 % arroja un nivel muy adecuado. Por otro lado, en mujeres, el 44.3 % presentó un nivel indiferente, el 22.8 % presenta un nivel inadecuado, el 16.5 % muestra un nivel adecuado, el 11.4 % evidencia un nivel muy adecuado y el 5.1 % presenta un nivel muy inadecuado (Tabla 7).

FIGURA7. Tabla 7

Niveles de competencia deportiva en función al sexo

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	6	7.8	4	5.1
Inadecuado	19	24.7	18	22.8
Indiferente	29	37.7	35	44.3
Adecuado	18	23.4	13	16.5
Muy adecuado	5	6.5	35	11.4
Total	77	100.0	79	100.0

De acuerdo a los resultados obtenidos de la competencia deportiva en función a la edad en estudiantes de una institución secundaria particular, los cuales se detallan de la siguiente manera: los de 12 años, el 36.4 % presenta un nivel de competencia deportiva adecuado, así como el 27.3 % muestra un nivel de inadecuado así como 27.3 % evidencia un nivel indiferente, y el 9.1 % arrojó un nivel muy adecuado. Los de 13 años, el 39.5 % presenta un nivel indiferente, el 26.3 % muestra un nivel adecuado y el 23.7 % evidencia un nivel de inadecuado, el 7.9 % presenta un nivel de muy inadecuado y el 2.6 % arroja un nivel de muy adecuado. Los de 14 años, el 45.8 % presenta un nivel indiferente, el 18.8 % muestra un nivel adecuado y el 16.7 % evidencia un nivel inadecuado, el 14.6 % presenta un nivel muy adecuado y el 4.2 % arrojó un nivel muy inadecuado. Los de 15 años, el 37.0 % presenta un nivel indiferente, el 33.3 % muestra un nivel inadecuado y el 14.8 % evidencia un nivel adecuado, el 7.4 % arroja un nivel muy adecuado y de igual manera el 7.4 % presenta un nivel muy inadecuado. Los de 16 años, el 44.0 % presenta un nivel indiferente, el 28.0 % muestra un nivel inadecuado, el 16.0 % evidencia un nivel adecuado, el 8.0 % arrojó un nivel muy adecuado y el 4.0 % presenta un nivel muy inadecuado. Los de 17 años, el 42.9 % presenta un nivel indiferente, el 28.6 % evidencia un nivel muy inadecuado, el 14.3 % presenta un nivel muy adecuado y así mismo el 14.3 % arrojó un nivel inadecuado (Tabla 8)

FIGURA8. Tabla 8

Niveles de competencia deportiva en función a la edad

Niveles	12		13		14		15		16		17	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%

M. ina	0	0	3	7.9	2	4.2	2	7.4	1	4.0	2	28.6
Ina	3	27.3	9	23.7	8	16.7	9	33.3	7	28.0	1	14.3
Ind	3	27.3	15	39.5	22	45.8	10	37.0	11	44.0	3	42.9
Ade	4	36.4	10	26.3	9	18.8	4	14.8	4	16.0	0	0
M. ade	1	9.1	1	2.6	7	14.6	2	7.4	2	8.0	1	14.3
Total	11	100.0	38	100.0	48	100.0	27	100.0	25	100.0	7	100.0

Nota. M.ina = *Muy inadecuado*; Ina = *Inadecuado*; Ind = *Indiferente*; Ade = *Adecuado*; M. ade = *Muy adecuado*; F = *Frecuencia*; % = *Porcentaje*.

1.18.2. Resultados de condición física

De acuerdo a los resultados obtenidos de condición física en adolescentes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 31.4 % presentó un nivel de condición física indiferente, el 23.7 % presenta un nivel de condición física inadecuado, el 16.0 % muestra un nivel de condición física muy adecuado, el 6.4 % evidencia un nivel de condición física muy inadecuado y el 3.2 % presentó un nivel de condición física muy adecuado (Tabla 9).

FIGURA9. Tabla 9

Niveles de condición física

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	10	6.4
Inadecuado	37	23.7
Indiferente	49	31.4
Adecuado	5	3.2
Muy adecuado	25	16.0
Total	156	100.0

De acuerdo con los resultados obtenidos de condición física en función al sexo en adolescentes de una institución educativa secundaria, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 37.7 % presentó un nivel de condición física indiferente y el 28.6 % presenta un nivel de condición física inadecuado, el 15.6 % muestra un nivel muy adecuado, el 11.7 % evidencia un nivel muy inadecuado y el 6.5 % arroja un nivel

adecuado. Por otro lado, en mujeres, el 48.1 % presenta un nivel indiferente, el 34.2 % muestra un nivel inadecuado, el 16.5 % evidencia un nivel muy adecuado y el 1.3 % presentó un nivel muy inadecuado (Tabla 10).

FIGURA10. Tabla 10

Niveles de condición física en función al sexo

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	9	11.7	1	1.3
Inadecuado	22	28.6	27	34.2
Indiferente	29	37.7	38	48.1
Adecuado	5	6.5	0	0
Muy adecuado	12	15.6	13	16.5
Total	77	100.0	79	100.0

De acuerdo con los resultados obtenidos de condición física en función a la edad en estudiantes de una institución educativa secundaria, los cuales se detallan de la siguiente manera: los de 12 años, el 27.3 % presenta un nivel indiferente, el 18.2 % muestra un nivel muy adecuado, el 9.1 % evidencia un nivel muy inadecuado y el 4.5 arroja un nivel inadecuado. Los de 13 años, el 39.5 % presenta un nivel indiferente, el 34.2 % muestra un nivel inadecuado, el 18.4 % evidencia un nivel muy adecuado, el 5.3 % arroja un nivel muy inadecuado y el 2.6 % presenta un nivel adecuado. Los de 14 años, el 45.8 % presenta un nivel indiferente, el 29.2 % muestra un nivel inadecuado, el 14.6 % evidencia un nivel muy adecuado, el 6.3 % arroja un nivel muy inadecuado y el 4.2 % presenta un nivel adecuado. Los de 15 años, el 40.7 % presenta un nivel indiferente, el 29.6 % muestra un nivel inadecuado, el 25.9 % evidencia un nivel muy adecuado y el 3.7 % arroja un nivel adecuado. Los de 16 años, el 52.0 % presenta un nivel indiferente, el 32.0 % muestra un nivel inadecuado, el 8.0 % evidencia un nivel muy inadecuado, el 4.0 % arroja un nivel muy adecuado y de igual manera el 4.0 % presenta un nivel adecuado. Los de 17 años, el 42.9 % presenta un nivel indiferente, el 28.9 % muestra un nivel muy inadecuado, el 14.3 % evidencia un nivel muy adecuado y así mismo el 14.3 % presenta un nivel inadecuado (Tabla 11).

FIGURA11. Tabla 11*Niveles de condición física en función a la edad*

Niveles	12		13		14		15		16		17	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
M. ina	1	9.1	2	5.3	3	6.3	0	0	2	8.0	2	28.6
Ina	5	4.5	13	34.2	14	29.2	8	29.6	8	32.0	1	14.3
Ind	3	27.3	15	39.5	22	45.8	11	40.7	13	52.0	3	42.9
Ade	0	0	1	2.6	2	4.2	1	3.7	1	4.0	0	0
M. ade	2	18.2	7	18.4	7	14.6	7	25.9	1	4.0	1	14.3
Total	11	100.0	38	100.0	48	100.0	27	100.0	25	100.0	7	100.0

Nota. M.ina = Muy inadecuado; Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ade = Adecuado; M. ade = Muy adecuado; F = Frecuencia; % = Porcentaje.

1.18.3. Resultados de fuerza física

De acuerdo a los resultados obtenidos de fuerza física en general en adolescentes de una institución educativa secundaria, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 37.2 % presentó un nivel de fuerza física indiferente, el 27.6 % presentó un nivel de fuerza física inadecuado, el 16.0 % presenta un nivel de fuerza física adecuado, el 10.9 % muestra un nivel de fuerza física muy inadecuado y el 8.3 % presentó un nivel de fuerza física muy adecuado (Tabla 12).

FIGURA12. Tabla 12*Niveles de fuerza física*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	17	10.9
Inadecuado	43	27.6
Indiferente	58	37.2

Adecuado	25	16.0
Muy adecuado	13	8.3
Total	156	100.0

De acuerdo con los resultados obtenidos de fuerza física en función al sexo en estudiantes de una institución educativa secundaria, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 35.1 % presenta un nivel de fuerza física indiferente y el 26.0 % evidencia un nivel de fuerza física inadecuado, el 16.9 % muestra un nivel adecuado, el 13.0 % presenta un nivel muy adecuado y el 9.1 % arroja un nivel muy inadecuado. Por otro lado, en mujeres, el 39.2 % presenta un nivel indiferente, el 29.1 % muestra un nivel inadecuado, el 15.2 % evidencia un nivel adecuado, el 12.7 % arroja un nivel muy inadecuado y el 3.8 % presenta un nivel muy adecuado (Tabla 13).

FIGURA13. Tabla 13

Niveles de fuerza física en función al sexo

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	7	9.1	10	12.7
Inadecuado	20	26.0	23	29.1
Indiferente	27	35.1	31	39.2
Adecuado	13	16.9	12	15.2
Muy adecuado	10	13.0	3	3.8
Total	77	100.0	79	100.0

De acuerdo con los resultados obtenidos de la fuerza física en función a la edad en adolescentes de una institución educativa secundaria, los cuales se detallan de la siguiente manera: los de 12 años, el 45.5 % presenta un nivel inadecuado, el 27.3 % muestra un nivel adecuado, el 18.2 evidencia un nivel muy adecuado y el 9.1 % arroja un nivel indiferente. Los de 13 años, el 31.6 % presenta un nivel indiferente, el 28.9 % muestra un nivel inadecuado, el 23.7 % evidencia un nivel adecuado, el 10.5 % arroja un nivel muy inadecuado y el 5.3 % presenta un nivel muy adecuado. Los de 14 años, el 41.7 % presenta un nivel indiferente, el 20.8 % muestra un nivel inadecuado, el 14.6 % evidencia un nivel

muy inadecuado, el 12.5 % presenta un nivel adecuado y el 10.4 % arroja un nivel muy adecuado. Los de 15 años, el 48.1 % presenta un nivel indiferente, el 29.6 % muestra un nivel inadecuado, el 11.1 % evidencia un nivel adecuado y así mismo el 11.1 % presenta un nivel muy inadecuado. Los de 16 años, el 44.0 % presenta un nivel indiferente, el 28.0 % presentó un nivel inadecuado, el 12.0 % muestra un nivel muy adecuado, el 8.0 % evidencia un nivel adecuado y de igual manera el 8.0 % presentó un nivel muy inadecuado. Los de 17 años, el 28.6 % presentó un nivel adecuado y así mismo el 28.6 % presentó un nivel inadecuado y el 14.3 % presentaron los niveles muy adecuado, indiferente y muy inadecuado (Tabla 14).

FIGURA14. Tabla 14

Niveles de fuerza física en función a la edad

Niveles	12		13		14		15		16		17	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
M. ina	0	0	4	10.5	7	14.6	3	11.1	2	8.0	1	14.3
Ina	5	45.5	11	28.9	10	20.8	8	29.6	7	28.0	2	28.6
Ind	1	9.1	12	31.6	20	41.7	13	48.1	11	44.0	1	14.3
Ade	3	27.3	9	23.7	6	12.5	3	11.1	2	8.0	2	28.6
M. ade	2	18.2	2	5.3	5	10.4	0	0	3	12.0	1	14.3
Total	11	100.0	38	100.0	48	100.0	27	100.0	25	100.0	7	100.0

Nota. M.ina = Muy inadecuado; Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ade = Adecuado; M. ade = Muy adecuado; F = Frecuencia; % = Porcentaje.

1.18.4. Resultados de apariencia física

De acuerdo a los resultados obtenidos de apariencia física en adolescentes de una institución educativa secundaria, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 30.8 % presenta un nivel de apariencia física indiferente, el 24.4 % muestra un nivel de apariencia física adecuado, el 20.5 % evidencia un nivel de apariencia física inadecuado, el 16.0 % presentó un nivel de apariencia física muy inadecuado y el 8.3 % presentó un nivel de apariencia física muy adecuado (Tabla 15).

FIGURA15. Tabla 15*Niveles de apariencia física*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	25	16.0
Inadecuado	32	20.5
Indiferente	48	30.8
Adecuado	38	24.4
Muy adecuado	13	8.3
Total	156	100.0

De acuerdo con los resultados obtenidos de apariencia física en función al sexo en adolescentes de una institución educativa secundaria, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 31.2 % presenta un nivel de apariencia física indiferente y el 28.6 % muestra un nivel de apariencia física adecuado, el 19.5 % evidencia un nivel inadecuado, el 11.7 % mostró un nivel muy adecuado y el 9.1 % evidenció un nivel muy inadecuado. Por otro lado, en mujeres, el 30.4 % presenta un nivel indiferente, el 22.8 % muestra un nivel muy inadecuado, el 21.5 % evidencia un nivel inadecuado, el 20.3 % presentó un nivel adecuado y el 5.1 % arrojó un nivel muy adecuado (Tabla 16).

FIGURA16. Tabla 16*Niveles de apariencia física en función al sexo*

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	7	9.1	18	22.8
Inadecuado	15	19.5	17	21.5
Indiferente	24	31.2	24	30.4
Adecuado	22	28.6	16	20.3

Muy adecuado	9	11.7	4	5.1
Total	77	100.0	79	100.0

De acuerdo con los resultados obtenidos de apariencia física en función a la edad en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima, los cuales se detallan de la siguiente manera: los de 12 años, el 36.4 % presenta un nivel indiferente, el 27.3 % muestra un nivel inadecuado, el 18.2 % evidencia un nivel adecuado, el 9.1 % arrojó un nivel muy adecuado y de igual manera el 9.1 % mostró un nivel muy inadecuado. Los de 13 años, el 34.2 % presenta un nivel indiferente, el 26.3 % muestra un nivel adecuado, el 18.4 % evidencia un nivel inadecuado, el 13.2 % presenta un nivel muy inadecuado y el 7.9 % arroja un nivel muy adecuado. Los de 14 años, el 29.2 % presenta un nivel adecuado, el 25.0 % muestra un nivel inadecuado, el 20.8 % evidencia un nivel indiferente, el 16.7 % presenta un nivel muy inadecuado y el 8.3 % arrojó un nivel muy adecuado. Los de 15 años, el 33.3 % presentan un nivel indiferente, el 22.2 % muestra un nivel adecuado, el 18.5 % evidencia un nivel muy inadecuado, el 14.8 % presenta un nivel inadecuado y el 1.1 arrojó un nivel muy adecuado. Los de 16 años, el 32.0 % presenta un nivel indiferente, el 24.0 % muestra un nivel inadecuado, el 20.0 % evidencia un nivel muy inadecuado, el 16.0 % presenta un nivel adecuado y el 8.0 % arroja un nivel muy adecuado. Los de 17 años, el 28.6 % presentó un nivel adecuado y el 14.3 % evidenció un nivel muy inadecuado (Tabla 17).

FIGURA17. Tabla 17

Niveles de apariencia física en función a la edad

Niveles	12		13		14		15		16		17	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
M. ina	1	9.1	5	13.2	8	16.7	5	18.5	5	20.0	1	14.3
Ina	3	27.3	7	18.4	12	25.0	4	14.8	6	24.0	0	0
Ind	4	36.4	13	34.2	10	20.8	9	33.3	8	32.0	0	0
Ade	2	18.2	10	26.3	14	29.2	6	22.2	4	16.0	2	28.6
M. ade	1	9.1	3	7.9	4	8.3	3	11.1	2	8.0	0	0

Total	11	100.0	38	100.0	48	100.0	27	100.0	25	100.0	7	100.0
--------------	-----------	--------------	-----------	--------------	-----------	--------------	-----------	--------------	-----------	--------------	----------	--------------

Nota. M.ina = Muy inadecuado; Ina = Inadecuado; Ind = Indiferente; Ade = Adecuado; M. ade = Muy adecuado; F = Frecuencia; % = Porcentaje.

1.18.5. Resultados de confianza en sí mismo

De acuerdo a los resultados obtenidos de confianza en sí mismo en estudiantes de una institución educativa, los cuales se detallan de la siguiente manera: el 29.5 % presentó un nivel de confianza en sí mismo adecuado, el 28.2 % presentó un nivel de confianza en sí mismo indiferente, el 18.6 % presentó un nivel de confianza en sí mismo inadecuado, el 15.4 % presentó un nivel de confianza en sí mismo muy adecuado y el 8.3 % presentó un nivel de confianza en sí mismo muy inadecuado (Tabla 18).

FIGURA18. Tabla 18

Niveles de confianza en sí mismo

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	13	8.3
Inadecuado	29	18.6
Indiferente	44	28.2
Adecuado	46	29.5
Muy adecuado	24	15.4
Total	156	100.0

De acuerdo a los resultados obtenidos de confianza en sí mismo en función al sexo en estudiantes de una institución educativa, los cuales se detallan de la siguiente manera: por un lado, en hombres, el 37.7% presentan un nivel de confianza en sí mismo adecuado y el 20.8 % muestra un nivel de confianza en sí mismo muy adecuado, así mismo el 20.8 % evidenció un nivel indiferente, el 14.3 % mostró un nivel inadecuado y el 6.5 % arrojó un nivel muy inadecuado. Por otro lado, en mujeres, el 35.4 % evidencia un nivel indiferente, el 22.8 % muestra un nivel inadecuado, el 21.5 % presenta un nivel adecuado, el 10.1 % presentó un nivel muy adecuado de igual manera el 10.1 % mostró un nivel muy inadecuado (Tabla 19).

FIGURA19. Tabla 19*Niveles de confianza en sí mismo en función al sexo*

Niveles	Hombre		Mujer	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy inadecuado	5	6.5	8	10.1
Inadecuado	11	14.3	18	22.8
Indiferente	16	20.8	28	35.4
Adecuado	29	37.7	17	21.5
Muy adecuado	16	20.8	8	10.1
Total	77	100.0	79	100.0

De acuerdo a los resultados obtenidos de confianza en sí mismo en función a la edad en estudiantes de nivel secundaria, los cuales se detallan de la siguiente manera: los de 12 años, el 36.4 % presenta un nivel adecuado, así mismo otro 36.4 % muestra un nivel inadecuado, el 18.2 % evidencia un nivel muy adecuado y el 9.1 % restante arroja un nivel indiferente. Los de 13 años, el 31.6 % presenta un nivel indiferente, el 28.9 % muestra un nivel adecuado, el 18.4 % evidencia un nivel inadecuado, el 15.8 % presentó un nivel muy adecuado y el 5.3 % arroja un nivel muy inadecuado. Los de 14 años, el 29.2 % presenta un nivel indiferente, el 27.1 % muestra un nivel adecuado, el 14.6 % presentaron los niveles muy adecuado, inadecuado y muy inadecuado. Los de 15 años, el 33.3 % presenta un nivel indiferente, de la misma manera 33.3 % muestra un nivel inadecuado, 18.5 % evidencia un nivel adecuado y el 14.8 % arrojó un nivel muy adecuado. Los de 16 años, el 36.0 % presenta un nivel adecuado, el 28.0 % muestra un nivel indiferente, el 16.0 % evidencia un nivel muy adecuado, el 12.0 % presenta un nivel muy inadecuado y el 8.0 % arroja un nivel inadecuado. Los de 17 años, el 57.1 % presenta un nivel adecuado y el 14.3 % presentaron los niveles muy adecuado, indiferente y muy indiferente (Tabla 20).

FIGURA20. Tabla 20*Niveles de confianza en sí mismo en función a la edad*

Niveles	12		13		14		15		16		17	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
M. ina	0	0	2	5.3	7	14.6	0	0	3	12.0	1	14.3

Ina	4	36.4	7	18.4	7	14.6	9	33.3	2	8.0	0	0
Ind	1	9.1	12	31.6	14	29.2	9	33.3	7	28.0	1	14.3
Ade	4	36.4	11	28.9	13	27.1	5	18.5	9	36.0	4	57.1
M. ade	2	18.2	6	15.8	7	14.6	4	14.8	4	16.0	1	14.3
Total	11	100.0	38	100.0	48	100.0	27	100.0	25	100.0	7	100.0

Nota. M.ina = *Muy inadecuado*; Ina = *Inadecuado*; Ind = *Indiferente*; Ade = *Adecuado*; M. ade = *Muy adecuado*; F = *Frecuencia*; % = *Porcentaje*.

1.19. Discusión de resultados

La principal finalidad de esta investigación fue examinar el autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa. Para continuar, debatiremos los resultados obtenidos teniendo en cuenta como referencia algunas fuentes y antecedentes asociados con la variable de estudio.

En primer lugar, los resultados obtenidos en el autoconcepto físico evidencian un nivel indiferente, lo que confirma que los participantes del estudio presentan ciertos problemas de autoestima y probablemente ansiedad por su imagen. Esta situación pueda que sea una consecuencia del confinamiento vivido por la COVID-19 (Cadena-Duarte y Cardozo, 2021; Grao-Cruces et al., 2017; Mamani-Ramos et al., 2023). Así mismo, los resultados de la investigación son similares a los hallazgos encontrados por Carruitero y Tuesta (2019) en Moche, Trujillo, Perú y por Lizárraga (2017) también en Trujillo, Perú, quienes concluyeron que los participantes de sus estudios presentaron un autoconcepto físico medio. Por otro lado Huarocc y Quispe (2019) encontraron resultados contrarios al estudio en Huancayo, Perú, quienes concluyeron que los participantes en su estudio presentaron un autoconcepto físico adecuado.

En segundo lugar, los resultados alcanzados en el autoconcepto físico en función al sexo evidencian un nivel indiferente tanto en hombres como en mujeres, lo que confirma que la población de estudio presenta una percepción baja de su autoconcepto físico y esto se hace más notable en las mujeres (Huarocc y Quispe, 2019; Videra-García y Reigal-Garrido, 2013). Así mismo, los resultados de la investigación coinciden con los hallazgos encontrados por Pérez-Mármol et al. (2023) en Granada, España, quienes concluyeron que el autoconcepto físico y el sexo tienen relación y que en comparación con las damas, se hace

más visible en los hombres. Por otro lado, los estudios de Urrutia et al. (2023) en Biobío, Chile y Montalt-García et al. (2023) en Valencia, España, reportaron diferentes a los alcanzados en el estudio, quienes concluyeron que el ACF en función al sexo tiene un nivel positivo en los estudiantes sobre todo los del sexo masculino.

En tercer lugar, el desenlace obtenido en el autoconcepto físico en función a la edad corresponde a un nivel indiferente, excepto en los participantes de 12 años, quienes presentaron un autoconcepto físico con un nivel adecuado. Así mismo, se evidencia una tendencia creciente del autoconcepto físico entre los participantes de 13 a 17 años con excepción en los participantes de 15 años. Los hallazgos encontrados por Fernández-Guerrero et al. (2020), en Bajadoz, España, son similares a los resultados obtenidos en la investigación, quienes también concluyeron que mientras que aumenta la edad de los estudiantes las puntuaciones de ACF aumentan.

CONCLUSIONES

Primera. — Los adolescentes que fueron parte del estudio presentan en general un nivel indiferente de autoconcepto físico. Según el sexo no se observa diferencias significativas y de acuerdo con la edad se observa una mayor incidencia en el nivel de autoconcepto físico indiferente. Por lo tanto, se evidencia en los participantes del estudio ciertos problemas de autoestima y también ansiedad por su imagen.

Segunda. — Los participantes del estudio evidencian en general un nivel indiferente de competencia deportiva. Según el sexo no se observa diferencias significativas y con respecto

a la edad se evidencia con mayor incidencia en un nivel indiferente con excepción de los participantes de 12 años que evidencian un nivel adecuado.

Tercero. — El público objetivo evidencio en general un nivel indiferente de condición física. Según el sexo no se hallaron diferencias significativas y de acuerdo con la edad se evidenció que poseen un nivel de condición física indiferente, de esta manera podemos evidenciar la indiferencia por la práctica de AF.

Cuarta. — Los adolescentes evidenciaron en general un nivel indiferente de fuerza física. Según el sexo no se halló diferencias significativas tanto en hombres como mujeres y de acuerdo con la edad se halló mayor incidencia en el nivel indiferente con excepción de los participantes de 12 y 17 años que evidenciaron un nivel inadecuado.

Quinta. — Los adolescentes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima, evidenciaron en general un nivel indiferente de apariencia física. Según el sexo se evidenció cierta similitud hacia el autoconcepto físico un nivel indiferente y de acuerdo con la edad se evidenció un nivel indiferente con excepción en los participantes de 14 y 17 años presentan incidencia en el nivel adecuado.

Sexta. — Los adolescentes evidenciaron en general un nivel adecuado de confianza en sí mismo. Según el sexo, los hombres presentaron un nivel adecuado y en las mujeres presentaron un nivel indiferente y de acuerdo con la edad se encontró la mayor tendencia apunta a un nivel indiferente, excepto en los participantes de 12, 16 y 17 años, con mejor panorama en las dos últimas edades.

RECOMENDACIONES

Primera. — Se recomienda a las instituciones educativas tomar conciencia sobre la importancia de la salud mental y el bienestar de los estudiantes desde la infancia hasta la adolescencia.

Segunda. — Se sugiere a las entidades educativas concientizar a las familias sobre la salud mental con el fin de establecer un entorno seguro.

Tercera. — Como sugerencia a la institución educativa, se recomienda desarrollar planes y proyectos extracurriculares relacionados con la AF que incluyan diferentes deportes con la finalidad de aumentar la práctica deportiva.

Cuarta. — Se recomienda trabajar en conjunto entre las entidades educativas y las comunidades para promover talleres de actividades físicas y de esta manera generar un ambiente positivo y de esta manera pueda desarrollar sus capacidades y habilidades.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, J. L., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques consulting eirl.
- Bernal, C. A. (2016). *Metodología de la investigación*. Pearson.
- Blanco, H., Benavides, E., Tristán, J., & Mayorga-Vega, D. (2017). Actividad física, imagen corporal y autoconcepto personal en jóvenes universitarias Mexicanas. *Revista de Psicología Del Deporte*, 26(2), 25–33.
<https://digibug.ugr.es/handle/10481/51191>
- Cadena-Duarte, L., & Cardozo, L. A. (2021). Percepción del autoconcepto físico en estudiantes universitarios en tiempos de confinamiento por COVID-19. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 21(3), 48–61. <https://doi.org/10.6018/cpd.443591>
- Cardozo, L. A., Peña-Ibagón, J. C., Florez-Escobar, W., Castillo-Daza, C. A., Bonilla, D. A., & Reina-Monroy, J. L. (2023). Autoconcepto físico en estudiantes universitarios: GENERACIÓN DE PERFILES POR CLASIFICACIÓN JERÁRQUICA SOBRE COMPONENTES PRINCIPALES. *Retos*, 48(2), 167–177.
<https://doi.org/10.47197/retos.v48.95076>
- Carruitero, O., & Tuesta, N. (2019). *Autoconcepto físico y motivación en estudiantes de nivel secundaria de la I.E. N°80047 “Ramiro Aurelio Nique espítitu”-Moche, Trujillo - 2014* [Tesis de licenciatura, Universidad San Pedro].
<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/13969>
- Fernández-Guerrero, M., Feu-Molina, S., & Suárez-Ramírez, M. (2020). Autoconcepto físico en función de variables sociodemográficas y su relación con la actividad física. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(44), 189–199.
<https://doi.org/10.12800/ccd.v15i44.1461>
- Fernández, J. (2015). Análisis del Autoconcepto físico, grado de disfrute y percepción de éxito en educación física y su relación con el nivel de actividad física habitual en adolescentes [Tesis Doctoral, Universidad de Murcia]. In *All rights reserved. IJES* (Vol. 281, Issue 4). <https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/47864>
- Fernández, J. G., Contreras, O. R., García, L. M., & Villora, S. G. (2010). Autoconcepto físico según la actividad físicodeportiva realizada y la motivación hacia ésta. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(2), 251–263.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80515381007>
- Fernández, M. (2017). *Autoconcepto físico, imagen corporal y nivel de actividad física en*

- función de la percepción de acoso escolar en el alumnado de 6º educación primaria y 1º educación secundaria obligatoria*. [Tesis doctoral, Universidad de Extremadura]. <http://dehesa.unex.es/handle/10662/6193>
- Grao-Cruces, A., Fernández-Martínez, A., & Nuviala, A. (2017). Asociación entre condición física y autoconcepto físico en estudiantes españoles de 12-16 años. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(2), 128–136. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2016.09.002>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mcgrawhill Education.
- Huamanchumo, V. (2021). Las actividades físicas acuáticas y su relación con el autoconcepto físico en los estudiantes del 2 y 3er ciclo de la Escuela de Ciencias del Deporte de la Universidad Alas Peruanas – 2018. In *Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/11314>
- Huarocc, D., & Quispe, M. (2019). Autoconcepto físico y práctica físico-deportiva en alumnos del centro educativo “Mariscal Castilla” [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana los Andes]. In *Universidad Peruana Los Andes*. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1423>
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2002). *Investigación del comportamiento*. McGraw-hill.
- Lizárraga, D. A. (2017). *Autoconcepto físico e insatisfacción con la imagen corporal en adolescentes de una institución educativa estatal del centro poblado Alto Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/3168>
- Louise, T., Hernández, A., Reigal, R., & Morales, V. (2016). Efectos de la actividad física en el autoconcepto y la autoeficacia en preadolescentes (Effects of physical activity on self-concept and self-efficacy in preadolescents). *Retos*, 29, 61–65. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i29.36873>
- Mamani-Ramos, A., Damian-Núñez, E., Pancca, A., Fiestas-Flores, R., Quisocala-Ramos, J., Mamani-Cari, Y., Montoya-Castillo, P., Quispe-Cruz, H., Fuentes-Lopez, J., & Escarza-Maica, H. (2023). Propiedades psicométricas del cuestionario de autoconcepto físico en adolescentes peruanos. *Retos*, 47, 1015–1021. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.95759>
- Mamani-Ramos, A., Damian-Núñez, E., Torres-Cruz, F., Fiestas-Flores, R., Quisocala-Ramos, J., Mamani-Cari, Y., Ticona-Flores, G., Lava-Galvez, J., & Escarza-Maica, H. (2023). Las actitudes y autoconcepto físico como condicionantes de la práctica de

- actividad física. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 23(2), 240–250.
<https://doi.org/10.6018/cpd.524721>
- Monsalve-Jaramillo, E., Cobo-Mejía, E. A., Botello-Garnica, J. D., & Botello-Garnica, J. A. (2022). Correlación entre IMC con el autoconcepto físico y apreciación corporal en personas mayores. *Salud Uninorte*, 38(01), 51–67.
<https://doi.org/10.14482/sun.38.1.618.974>
- Montalt-García, S., García-Massó, X., & Monfort-Torres, G. (2023). Relación entre actividad física, autopercepción física, hábitos de vida saludable y nivel socio-económico en el alumnado adolescente. *Retos*, 49, 1027–1037.
<https://doi.org/10.47197/retos.v49.97045>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación*. Ediciones de la U.
- Pérez-Mármol, M., Chacón-Cuberos, R., & Castro-Sánchez, M. (2023). Autoconcepto físico en educación secundaria: relación con factores académicos. *Revista Complutense de Educación*, 34(3), 667–678. <https://doi.org/10.5209/rced.79956>
- Ruiz de Azúa, S., & Rodríguez, A. (2006). El cuestionario de autoconcepto físico (Caf): La independencia de sus escalas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 369–382.
[https://www.researchgate.net/publication/44227209_El_cuestionario_de_autoconcepto_fisico_CAF_analisis_factorial_confirmatorio_y_predictivo_sobre_el_Rendimiento_academico_global_y_especifico_del_area_de_educacion_fisica](https://www.researchgate.net/publication/44227209_El_cuestionario_de_autoconcepto_fisico_CAF_analisis_factorial_confirmatorio_y_predictivo_sobre_el Rendimiento_academico_global_y_especifico_del_area_de_educacion_fisica)
- Salkind, N. J. (1998). Métodos de investigación. In *ペインクリニック学会治療指針 2* (Vol. 43, Issue March). Pretince Hall.
- Urrutia, J., Vera, A., Flores, C., Hetz, K., Pavez-Adasme, G., & Poblete-Valderrama, F. (2023). Percepción de autoconcepto físico en estudiantes de enseñanza secundaria en clases de Educación Física. *Retos*, 49, 510–518.
<https://doi.org/10.47197/retos.v49.98769>
- Videra-García, A., & Reigal-Garrido, R. (2013). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 29(1), 141–147. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.1.132401>

ANEXO 1

Cuestionario de autoconcepto físico para adolescentes escolares

Este cuestionario busca conocer la representación mental que tienes sobre tu propia realidad corporal (autoconcepto físico). Para ello, se presentan 22 frases para que las leas con atención y las respondas con sinceridad según sea el grado de acuerdo o desacuerdo con ellas. Se resuelve encerrando, dentro de un círculo, el número al lado de cada frase que más se acerque a tu opinión. La escala va del 1 al 5. Si estás totalmente de acuerdo, encierra el 5; si estás muy en desacuerdo, encierra el 1. Las opiniones dudosas las contestas empleando el 2, 3 o 4, según se acerque más tu opinión al acuerdo o al desacuerdo.

No hay respuestas correctas ni incorrectas, no se trata de un examen. Recuerda que todo lo que expreses en este cuestionario será tratado de forma privada y confidencial, de ahí que te solicitamos transparencia y sinceridad en tus respuestas.

Gracias por tu colaboración.

Grado de estudio: _____

Fecha de nacimiento: Día: _____ Mes: _____ Año: _____

Sexo: _____

1 TOTALMENTE EN DESACUERDO	2 EN DESACUERDO	3 INDIFERENTE	4 DE ACUERDO	5 TOTALMENTE DE ACUERDO
-------------------------------------	-----------------------	------------------	-----------------	-------------------------------

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 1. Soy muy bueno/a en casi todos los deportes | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Siempre mantengo una excelente condición y forma física | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Mi cuerpo no es tan atractivo en comparación con la mayoría | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. En comparación con la mayoría de las personas de mí mismo sexo, creo que me falta fuerza física | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Creo que no estoy entre los/las más capaces cuando se trata de habilidad deportiva | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Siempre me organizo para poder hacer ejercicio físico intenso de forma regular y continuada | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Tengo dificultad para mantener un cuerpo atractivo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. No me siento seguro/a cuando se trata de participar en actividades deportivas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Siempre mantengo un alto nivel de resistencia y forma física | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 10. Me siento avergonzado/a de mi cuerpo cuando se trata de llevar poca ropa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Cuando se trata de situaciones que requieren fuerza, soy el primero/a en ofrecerme | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Cuando se trata del aspecto físico, no siento mucha confianza en mí mismo/a | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. Considero que siempre soy de los/las mejores cuando se trata de participar en actividades deportivas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. Suelo encontrarme un poco incómodo/a en lugares donde se practica ejercicio físico y deporte | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. Tengo poca confianza cuando se trata de mi fuerza física | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. Suelo estar entre los/las más rápidos/as cuando se trata de aprender nuevas habilidades deportivas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. Me siento muy confiado/a para practicar de forma continuada y para mantener mi condición física | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. Creo que, en comparación con la mayoría, mi cuerpo no parece estar en la mejor forma | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. Desearía tener más respeto hacia mi “yo” físico | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. Cuando surge la oportunidad, siempre soy de los/as primeros/as para participar en deportes | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. No me siento seguro/a sobre la apariencia de mi cuerpo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. Creo que no soy tan bueno/a como la mayoría cuando se trata de situaciones que requieren fuerza | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

ANEXO 2

Matriz de consistencia

Título: Autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	indicadores	Metodología	Población y tamaño de la muestra	Técnicas e instrumentos
Problema general P. ¿Cómo es el autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad?	Objetivo general O. Analizar el autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad.	Hipótesis general H. El Autoconcepto físico en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad es indiferente	Variable única: Autoconcepto físico	Competencia deportiva Condición física Fuerza física Apariencia física Confianza en sí mismo	El tipo de investigación realizada que se ha utilizado para el presente estudio es de tipo no experimental. El diseño de la investigación fue transversal descriptivo (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018; Salkind, 1998)	La población en este presente estudio estuvo conformada por estudiantes de primer año hasta quinto año de secundaria, esto correspondió a 276 adolescentes de una institución educativa particular del distrito de San Isidro, Lima y en ese sentido la muestra estuvo conformada por 156 participantes (77 hombres y 79 mujeres) con edades comprendidas entre los 12 a 17 años (media = 14.24 años; desviación	cuestionario de autoconcepto físico para adolescentes escolares (Mamani-Ramos et al., 2023a).
Problemas específicos P1. ¿Cómo es la competencia deportiva en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del	Objetivos específicos O1. Identificar la competencia deportiva en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del	Hipótesis específicas H1. La competencia deportiva en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del					

distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad? P2. ¿Cómo es la condición física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad? P3. ¿Cómo es la fuerza física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad? P4. ¿Cómo es la apariencia física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad? P5. ¿Cómo es la confianza en sí	distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad O2. Identificar la condición física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad O3. Identificar la fuerza física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad O4. Identificar la apariencia física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad O5. Identificar la confianza en sí	distrito de San Isidro, Lima es indiferente. H2. La condición física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima es indiferente. H3. La fuerza física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima es indiferente. H4. La apariencia física en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, Lima es indiferente. H5. La confianza en sí mismo en estudiantes de una institución educativa secundaria	estándar = 1.302) pertenecientes a una institución educativa particular del distrito de San Isidro, Lima
---	---	--	--

mismo en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad?	mismo en estudiantes de una institución educativa secundaria particular del distrito de San Isidro, en general, según el sexo y la edad	particular del distrito de San Isidro, Lima es adecuado.
---	--	---

Evidencia

