

**INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
“NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO”**



El estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

**INFORME DE TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
PROFESOR EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

AUTORA

Maruja, MATEO PANDURO

DOCENTE DE ÁREA

Mg. Elizabeth Areceli, GUILLINTA TIPIANA

PUERTO MALDONADO

2021

PRESENTACIÓN DE LA TESIS Y JURADO

El estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

Línea de investigación

Pedagogía, Didáctica y Aprendizaje

Designación del Jurado - R.D. N°

Nombres y Apellidos

Presidente

Nombres y Apellidos

Secretario

Nombres y Apellidos

Vocal

DEDICATORIA

A Dios por su amor y fortaleza que me da; a mi esposo por apoyarme y alentarme en cada proyecto de vida planteado; mis hijos quienes son la razón de mi vida; a mis padres por su amor, sabiduría y nobleza.

Maruja

AGRADECIMIENTO

Al Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Nuestra Señora del Rosario”, mi gratitud a mi acogedora casa de estudios, alma máter del saber. Mi consideración al equipo directivo, jerárquico y formadores por sus sabias enseñanzas.

Mi agradecimiento a los directivos de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”, por brindarme las facilidades del caso. A los estudiantes y padres de familia por aceptar ser parte de esta investigación.

Mi gratitud eterna a mi formadora del área de investigación Mg. Elizabeth Areceli Guillinta Tipiana, por la formación profesional en el campo de la investigación, quien con su apoyo, paciencia y constancia se pudo consolidar la presente investigación.

Maruja

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Maruja Mateo Panduro con DNI N° 42208494, estudiante de la Carrera Profesional de Educación Primaria del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Nuestra Señora del Rosario”, autora de la tesis titulado: “El estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata”.

Declaro bajo juramento que:

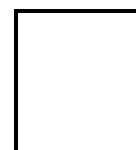
- 1) La tesis es de nuestra autoría.
- 2) Hemos respetado el uso correcto de las normas APA 7ma edición.
- 3) La tesis no ha sido autoplagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún título profesional o grado académico.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores) o falsificación de información asumimos, las consecuencias y sanciones que de nuestra acción se deriven, sometiéndonos a las normas vigentes.

Puerto Maldonado, diciembre del 2021

Maruja Mateo Panduro

DNI N° 42208494



CONTENIDOS

PRESENTACIÓN DE LA TESIS Y JURADO	2
DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTO	4
DECLARACIÓN JURADA	5
CONTENIDOS	6
ÍNDICE DE TABLAS	9
ÍNDICE DE FIGURAS	10
RESUMEN	11
SUMARY	12
INTRODUCCIÓN	13
CAPÍTULO I	15
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	15
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	15
1.2. Formulación del problema.....	17
1.2.1. Problema general.....	17
1.2.2. Problemas específicos	17
1.3. Formulación de objetivos	17
1.3.1. Objetivo general	17
1.3.2. Objetivos específicos.....	17
1.4. Formulación de hipótesis.....	18
1.4.1. Hipótesis general	18
1.4.2. Hipótesis específicas	18
1.5. Justificación de la investigación	18
1.5.1. Justificación normativa.....	19
1.5.2. Justificación pedagógica.....	19
1.5.3. Justificación metodológica	19
1.6. Variables de estudio	19
1.6.1. Variable: Estrés académico	19
1.6.2. Variable: Estrategia “Aprendo en casa”	20
1.6.3. Operacionalización de las variables.....	20
CAPÍTULO II	22
MARCO TEÓRICO	22
2.1. Antecedentes del problema.....	22
2.1.1. Ámbito Internacional.....	22
2.1.2. Ámbito Nacional	24

2.1.3. Ámbito Local	26
2.2. Bases teóricas	27
2.2.1. Concepciones sobre el estrés académico	27
Estrés.....	27
2.2.2. Síntomas de estrés	28
2.2.3. Estrés académico	29
2.2.4. Dimensiones del estrés académico	30
2.2.5. Concepciones sobre la estrategia “Aprendo en Casa”	32
2.2.6. Objetivo de la estrategia “Aprendo en Casa”.....	33
2.2.7. Atención educativa a distancia	34
2.2.8. Dimensiones de la Estrategia “Aprendo en Casa”	35
2.2.9. Marco conceptual	40
CAPÍTULO III.....	42
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	42
3.1. Tipo y nivel de la investigación.....	42
3.2. Diseño de la investigación.....	43
3.3. Población y muestra	43
3.3.1. Población.....	43
3.3.2. Muestra	44
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	45
3.4.1. Técnicas	45
3.4.2. Instrumentos	46
3.5. Validez y confiabilidad de los instrumentos	49
3.5.1. La validez.....	49
3.5.2. La confiabilidad	50
3.6. Procedimiento de recolección de datos.....	50
3.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	51
3.7.1. Procesamiento de la información.....	51
3.7.2. Análisis de datos	51
CAPÍTULO IV	53
RESULTADOS Y DISCUSIONES	53
4.1. Resultados	53
4.1.3. Prueba de hipótesis.....	59
4.2. Discusiones de resultados.....	65
CAPÍTULO V.....	67
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	67

5.1.	Conclusiones	67
5.2.	Recomendaciones	67
	REFERENCIA	69
	ANEXOS.....	72
	Anexo 1: Matriz de Consistencia	72
	Anexo 2: Matriz de operacionalización	74
	Anexo 3: Instrumento de recojo de información	77
	Anexo 4: Validez y confiabilidad de los instrumentos	81

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Estresores, según Barraza - Polo Hernández y Pozo	30
Tabla 2 Población de estudio.....	44
Tabla 3 Muestra de estudio.....	45
Tabla 4 Ficha Técnica: Instrumento de Inventario Estrés Académico	47
Tabla 5 Ficha Técnica: Instrumento de Estrategia “Aprendo en casa”	48
Tabla 6 Expertos que validaron los instrumentos.....	50
Tabla 7 Medidas descriptivas de las variables.....	53
Tabla 8 Frecuencia variable Estrés académico.....	54
Tabla 9 Frecuencia dimensión Estímulo estresor	55
Tabla 10 Frecuencia Síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor.....	56
Tabla 11 Frecuencia dimensión Estrategia de afrontamiento.....	57
Tabla 12 Frecuencia variable Estrategia “Aprendo en casa”.....	58
Tabla 13 Prueba de Normalidad entre las variables	59
Tabla 14 Prueba de correlación de Rho de Spearman de la hipótesis general	60
Tabla 15 Prueba de correlación entre la dimensión 1 y la variable 2.....	61
Tabla 16 Correlación entre la dimensión 2 y la variable 2	62
Tabla 17 Correlación entre la dimensión 3 y la variable 2	64

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Frecuencia variable Estrés académico	54
Figura 2 Frecuencia dimensión Estímulo estresor.....	55
Figura 3 Frecuencia dimensión Síntomas o reacciones físicas	56
Figura 4 Frecuencia dimensión Estrategia de afrontamiento	57
Figura 5 Frecuencia variable Estrategia “Aprendo en casa”	58

RESUMEN

Los estudiantes del nivel primario, específicamente los del V ciclo se ven inmersos en un contexto que exige habilidades y conductas que son un desafío en estos tiempos de pandemia y la nueva estrategia de aprendizaje, es decir, el estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa”. Esto a consecuencia a las situaciones adversas y la carga de responsabilidades académicas. En este sentido el objeto del estudio es establecer la relación que existe entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata; el estudio fue cuantitativo, no experimental, de alcance descriptivo-correlacional y corte transversal, con un diseño correlacional. La población está conformada por 338 estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”, con una muestra de 182 estudiantes. Se utilizó el Inventario Sisco (Barraza, 2017) para la variable estrés académico y un cuestionario para la variable estrategia “Aprendo en Casa”; en este caso el cuestionario pasó por el procesos de validación obteniendo un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0,89, lo que indica que tiene buena confiabilidad. Los datos fueron recogidos a través del google formulario, los mismos que fueron procesados por las aplicaciones Microsoft Excel y el estadígrafo SPSS (versión 25). El estudio concluye, determinando la relación entre la variable Estrés Académico y la Estrategia “Aprendo en Casa”, ya que se evidenció una estadística positiva media ($Rho = 0,221$) entre las mismas; la dimensión estímulos estresores y la variable Estrategia “Aprendo en Casa” tiene una relación positiva media ($Rho = 0,203$); en tanto la dimensión síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor tiene una relación de ($Rho = 191$); en el caso de la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable Estrategia “Aprendo en Casa” su relación es de ($Rho = 0,221$).

PALABRAS CLAVES: Estrés académico, estrategia “Aprendo en Casa”, estímulos estresores, síntomas o reacciones físicas, estrategia de afrontamiento.

SUMMARY

Primary-level students, specifically those of the V cycle, are immersed in a context that demands skills and behaviors that are a challenge in these times of pandemic and the new learning strategy, that is, academic stress and the strategy "I learn in House". This as a consequence of adverse situations and the burden of academic responsibilities. In this sense, the object of the study is to establish the relationship that exists between academic stress and the "I learn at home" strategy in the students of the V Cycle of the Regular Basic Educational Institution "Faustino Maldonado" of the Tambopata district; The study was quantitative, non-experimental, descriptive-correlational in scope and cross-sectional, with a correlational design. The population is made up of 338 students of the V cycle of the Regular Basic Educational Institution "Faustino Maldonado", with a sample of 182 students. The Sisco Inventory (Barraza, 2017) was used for the academic stress variable and a questionnaire for the "I learn at home" strategy variable; in this case, the questionnaire went through the validation process obtaining a Cronbach's alpha coefficient of 0.89, which indicates that it has good reliability. The data were collected through the google form, which were processed by Microsoft Excel applications and the SPSS statistician (version 25). The study concludes, determining the relationship between the Academic Stress variable and the "I learn at home" Strategy, since a mean positive statistic ($Rho = 0.221$) was evidenced between them; the dimension of stressful stimuli and the variable Strategy "I learn at home" have a medium positive relationship ($Rho = 0.203$); while the dimension symptoms or physical reactions to the stressor stimulus has a relationship of ($Rho = 0.191$); in the case of the dimension of coping strategies and the variable Strategy "I learn at home" their relationship is ($Rho = 0.221$).

KEY WORDS: Academic stress, "I learn at home" strategy, stressful stimuli, symptoms or physical reactions, coping strategy.

INTRODUCCIÓN

A través de la historia el ser humano ha sobrellevado el estrés, sin tener conocimiento de cómo hacerle frente, el estrés está presente en ciertos periodos de nuestras vidas la cual hoy en día es una problemática en la sociedad, es así que como sufrimos ciertas problemáticas somos capaces de afrontarlo, exigimos a nosotros mismos a dar solución.

La amenaza que vivimos todos los seres humanos a consecuencia del COVID-19, trajo consigo la paralización mundial de casi la totalidad de las actividades incluyendo las actividades escolares; el Perú hizo su mayor esfuerzo para contrarrestar esta problemática implementando la estrategia “Aprendo en Casa”, para que cada estudiante de cada rincón de nuestro país siga estudiando desde casa.

En ese contexto, este trabajo consideró los conceptos básicos del estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata”, con la finalidad de establecer en qué medida el estrés académico se relaciona con la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

En cumplimiento del Reglamento de Títulos del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Nuestra Señora del Rosario” para obtener el título profesional de profesora de Educación Primaria.

De esta manera, la Tesis queda organizada en V capítulos, como se detalla a continuación:

Capítulo I. Comprende la descripción de la realidad problemática; la formulación del problema, objetivo e hipótesis tanto generales como específicos; se describe la justificación del estudio y las variables de la investigación.

Capítulo II. Conformado por los antecedentes del presente estudio, las bases teóricas y el marco conceptual que permiten comprender y sustentar los fundamentos teórico científico de las variables en estudio.

Capítulo III. Se expone la metodología de la investigación, que comprende: el tipo de investigación, métodos de la investigación, diseño de investigación, población y muestra

de estudio, técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad de los instrumentos, procesamiento y el análisis de datos.

Capítulo IV. Se detallan los resultados descriptivos e inferenciales a la que arribó la investigación y se presenta mediante tablas y gráficos estadísticos y se realiza la discusión de los resultados de la investigación.

Capítulo V. Se presenta las conclusiones y recomendaciones a las que se llegó al concluir la investigación, que servirán como referencia para futuras investigaciones.

Señores miembros del Jurado Examinador, espero que la investigación desarrollada llene el vacío detectado en la problemática planteada y se convierta en un aporte para la educación en la estrategia “Aprendo en casa”.

Maruja

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción de la realidad problemática

Barraza (2006) plantea que el estrés académico, es un proceso de adaptación psicológico donde el estudiante realiza una serie de actividades académicas que van generando desequilibrio en su organismo el cual se le denomina estresores; estos estresores son una serie de síntomas que provoca en el estudiante (dolor de cabeza, trastornos del sueño, ansiedad) ante la exigencia de las actividades académicas; este desequilibrio sistémico induce al estudiante a realizar actividades o acciones que le permitan afrontar su realidad para conllevar o restaurar su equilibrio sistémico.

MINEDU (2020) en las Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus Covid-19. Aprobado por Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU, conceptualiza a la estrategia “Aprendo en casa” como “una estrategia que plantea actividades que el estudiante podrá realizar desde su hogar para avanzar en el desarrollo de sus aprendizajes” (p. 1). Esta estrategia emanada por el Ministerio de Educación, permitirá afrontar la coyuntura difícil por la que viene atravesando la educación en el país, es una oportunidad de aprendizaje en este contexto.

Frente a la difícil situación sanitaria que se está dando desde el primer trimestre del año 2020, la Organización Mundial de la Salud ha denominado a la COVID-19 como una pandemia; lo cual provocó la emergencia sanitaria a nivel mundial, esto implicó el cierre total de todas las instituciones educativas para frenar el contagio en la población estudiantil. En ese sentido, los países a nivel mundial han implantado una nueva forma de enseñar a los niños, adolescentes y jóvenes para que sigan realizando sus estudios de manera remota. Ante esta situación las emociones de los niños, adolescentes y jóvenes se han visto afectados, produciendo estrés académico.

Debido a la pandemia Covid-19 y para evitar que el contagio se generalice en toda la comunidad educativa, el Ministerio de Educación implantó la estrategia “Aprendo en casa”; estrategia nueva de trabajo remoto tanto para los docentes, familias y estudiantes, trayendo consigo el desconocimiento de cómo planificar y ejecutar un trabajo a distancia y enfrentar los problemas de escaso equipamiento y escaso uso de herramientas tecnológicas tanto en docentes como en estudiantes.

Las instituciones educativas del distrito de Tambopata no son ajenas a la realidad que se viene presentando a nivel nacional, durante la realización de las prácticas pre profesionales se pudo apreciar que los estudiantes se han visto afectados por el estrés académico en relación por la nueva forma de aprender, es decir, tener que adecuarse a la estrategia “Aprendo en casa”, a través de los diferentes canales de comunicación, la metodología que utiliza el docente, las orientaciones que el docente imparte, además de la personalidad del docente.

Ante estas situaciones problemáticas ha traído como consecuencias el bajo logro de aprendizajes, la deserción estudiantil va en incremento, así como el desinterés de los estudiantes por continuar sus estudios.

Asimismo; se ha encontrado estudios sobre el estrés en estudiantes del sexto grado de primaria, pero aún no se ha realizado estudios en relación con la estrategia “Aprendo en casa”. Por esta razón, se pretende realizar el estudio relacionado con el estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

El objeto de la presente investigación es establecer en qué medida el estrés académico se relaciona con la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata; a su vez los resultados de esta investigación serán de utilidad como aporte para posteriores investigaciones.

En tal sentido, el presente estudio responde a la siguiente pregunta ¿Determinar la relación que existe entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V ciclo de educación primaria de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata?

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿En qué medida el estrés académico se relaciona con la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata?

1.2.2. Problemas específicos

PE1: ¿En qué medida los estímulos estresores se relaciona la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata?

PE2: ¿En qué medida los síntomas o reacciones al estímulo estresor se relaciona la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata?

PE3: ¿En qué medida la estrategia de afrontamiento se relaciona la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata?

1.3. Formulación de objetivos

1.3.1. Objetivo general

Establecer en qué medida el estrés académico se relaciona con la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

1.3.2. Objetivos específicos

OE1: Determinar en qué medida los estímulos estresores se relaciona con la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

OE2: Determinar en qué medida los síntomas o reacciones al estímulo estresor se relaciona con estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

OE3: Determinar en qué medida la estrategia de afrontamiento se relaciona con estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

1.4. Formulación de hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

H: Existe relación significativa entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

H0: No existe relación significativa entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

1.4.2. Hipótesis específicas

HE1: Existe relación significativa entre los estímulos estresores y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

HE2: Existe relación significativa entre los síntomas o reacciones al estímulo estresor y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

HE3: Existe relación significativa entre la estrategia de afrontamiento y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

1.5. Justificación de la investigación

El estrés académico es un problema que afecta en la vida diaria del estudiante, problema que aún no se ha profundizado; por lo cual se tiene el interés de estudiarlo relacionándolo en esta oportunidad con la estrategia “Aprendo en casa”. En este contexto la presente investigación encuentra su justificación a nivel Normativo, pedagógico y metodológico, las que se describen a continuación:

1.5.1. Justificación normativa

El proyecto de investigación se respalda en la Ley General de Educación N° 28044 y su Reglamento aprobado por el Decreto Supremo N°011-2012-ED. Asimismo, se sustenta en la Ley N° 30512 Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior Pedagógica y de la carrera pública de sus docentes. Aprobado por el Decreto supremo N° 010-2017- MINEDU y su Reglamento de la Ley, que indica que todos los egresados deben de realizar un trabajo de investigación y sustentarlo y que este repercuta en su formación inicial docente; y los aspectos considerados en el Reglamento Institucional y en el uso correcto de las normas APA.

1.5.2. Justificación pedagógica

La presente investigación será de mucha importancia para la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”, porque permitirá que las autoridades educativas relacionen el tema en estudio con el trabajo pedagógico que se viene realizando con los estudiantes como es el estrés académico en relación con la estrategia “Aprendo en casa”; además, tiene como finalidad investigar los aspectos de las variables y contrastar los resultados, los cuales serán un aporte, para que desarrollen futuras investigaciones relacionadas con este tema de estudio, la misma que servirá como un antecedente teórico.

1.5.3. Justificación metodológica

En el campo metodológico la presente investigación, aplica dos instrumentos: para la primera variable se utiliza el instrumento denominado Inventario Sisco que fue construido por Barraza (2007), este presenta una confiabilidad por mitades partidas de 0.87 y una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.90 y para la segunda variable se elabora un cuestionario de encuesta; para lo cual el instrumento pasa por las dos propiedades básicas de la investigación como son la validez de contenido a través de Juicios de Expertos y la confiabilidad a través de pruebas estadísticas. Su aporte se justifica en que estos instrumentos sirven para la aplicación en otras realidades parecidas a esta investigación.

1.6. Variables de estudio

1.6.1. Variable: Estrés académico

Definición conceptual. El estrés académico “es el proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres

momentos: Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas como estresores; Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio). Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico” (Barraza, 2008, pp. 274-275).

Definición operacional. Esta variable busca afrontar situaciones de desequilibrio sistémico que tiene el estudiante, en respuesta a una serie de estímulos estresores que generan el desequilibrio aflorando síntomas o reacciones negativas, debido a las actividades académicas. Para sintetizar, esta se dará en tres dimensiones: estímulos estresores, síntomas o reacciones al estímulo estresor y estrategias de afrontamiento; el instrumento por la cual se medirá la presente variable será el inventario SISCO, construido y validado por Barraza (2007); lo cual está distribuido en 29 ítems.

1.6.2. Variable: Estrategia “Aprendo en casa”

Definición conceptual. Aprendo es casa “es una estrategia educativa a distancia, de libre acceso y sin costo que propone experiencias de aprendizaje alineadas a nuestro currículo nacional para que los niñas y niños puedan seguir aprendiendo desde sus hogares, usando diversos canales de comunicación” (MINEDU, 2020, p.1).

Definición operacional. Esta estrategia educativa es proporcionada de forma gratuita, enmarcada al Currículo Nacional; donde los estudiantes puedan seguir con sus actividades académicas desde sus hogares; teniendo como aliados los diferentes canales de comunicación, considerada que no hay limitantes para dejar de estudiar; el instrumento de medición es un cuestionario de encuesta, que consta de 21 ítems.

1.6.3. Operacionalización de las variables

A continuación se presenta la operacionalización de cada variable:

Estrés Académico

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Nivel y Rango
DIMENSIÓN 1: Estímulos estresores	Situaciones	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre	Bajo = 29-67 Medio = 68-106 Alto = 107-145
DIMENSIÓN 2: Síntomas o reacciones al estímulo estresor	Reacciones físicas	9, 10, 11, 12, 13, 14		
	Reacciones psicológicas	15, 16, 17, 18,,19		
	Reacciones comportamentales	20, 21, 22, 23		
DIMENSIÓN 3: Estrategias de afrontamiento	Estrategia de afrontamiento	24, 25, 26, 27, 28, 29		

Estrategia “Aprendo en casa”

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Nivel y Rango
DIMENSIÓN 1: Canales de comunicación	Radio	1, 2 ,3	1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre	Bajo = 21-48 Medio = 49-76 Alto = 77-105
	Televisión	4, 5, 6		
	Web	7, 8, 9		
DIMENSIÓN 2: Contenidos de la semana	Adaptación	10, 11, 12		
DIMENSIÓN 3: Acompañamiento al estudiante	Remota	13, 14, 15		
	Retroalimentación	16, 17		
DIMENSIÓN 4: Evidencias de aprendizaje	Portafolio de evidencias	18,19, 20, 21		

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del problema

2.1.1. Ámbito Internacional

La presente investigación está encaminada a describir y relacionar dos variables (estrés académico y estrategia “Aprendo en casa”), por ello está enfocada en reunir cuidadosamente la información que permita familiarizar y aclarar los conceptos y su relación. Se utilizó como referencia investigaciones internacionales como las que se presentarán a continuación:

Valiente et al. (2020) en el artículo de revista titulado “Rendimiento académico, aprendizaje y estrés en alumnado de primaria” pertenecientes a 9 centros educativos (6 concertados y 3 públicos) de la comunidad autónoma de Cantabria en España, tuvieron como objetivo principal analizar la relación entre variables asociadas a los deberes escolares, las estrategias y motivación del aprendizaje, el estrés discente y el rendimiento académico en estudiantes del tercer nivel de Educación Primaria. El estudio fue no experimental, transversal, descriptivo y correlacional. Para el desarrollo del estudio se realizó un muestreo por accesibilidad, en el que participaron un total de 519 estudiantes de 5º y 6º curso de Educación Primaria, con edades comprendidas entre los 10 y los 12 años. Los resultados indican relaciones directas entre el rendimiento académico y las estrategias de aprendizaje y motivación e inversas con el estrés percibido, asimismo, se encontraron que existen diferencias significativas en estrategias de aprendizaje, motivación, esfuerzo en las tareas y estrés percibido según el nivel de rendimiento académico. El estudio concluyó, que existen diferencias significativas en estrategias de aprendizaje, motivación, esfuerzo en las tareas y estrés percibido según el nivel de rendimiento académico.

Díaz (2018) en su estudio “Análisis de la relación entre el estrés y el autoconcepto en alumnado de primaria” realizado en España, tuvo como objetivo general evaluar cómo los niños y niñas de sexto educación primaria, pueden estar sometidos a un estrés cotidiano y cómo ese estrés puede estar relacionado con el autoconcepto. El estudio fue cuantitativo, de nivel correlacional y con un diseño no experimental; La población y muestra de estudio estuvo referido a 100 niños y niñas. El estudio dio como resultado que los elementos del autoconcepto y las correlaciones fueron significativamente positivas, es decir, a mayor autoconcepto académico; más autoconcepto familiar y físico, ocurre también de forma inversa entre el autoconcepto y el estrés, en el que en este caso, la correlación sigue siendo significativamente negativa, en la que a mayor autoconcepto académico, físico y familiar, menor es el estrés total. El estudio concluyó que existe una correlación significativamente positiva en el estrés (a mayor estrés, mayor es el estrés total) y el autoconcepto (a mayor autoconcepto, mayor es el autoconcepto académico, familiar y físico) y significativamente negativas entre estrés y autoconcepto (a mayor estrés, menos autoconcepto académico, familiar y físico y viceversa).

Expósito y Marsollier (2020) en su artículo de revista titulado “Virtualidad y educación en tiempos de COVID-19. Un estudio empírico en Argentina”, tuvieron como objetivo principal explorar las estrategias, recursos pedagógicos y tecnológicos utilizados por los docentes en el modelo de educación virtual implementados durante el confinamiento preventivo y cierre de establecimientos educativos dispuestos ante la situación de emergencia sanitaria mundial por la COVID-19. El estudio fue metodológico cuantitativo, descriptivo correlacional. Para el desarrollo del estudio Participaron docentes y directivos de todos los niveles educativos Provincia de Mendoza, en un total de 777 sujetos. Se evidenció las desigualdades existentes en cuanto al uso de tecnologías y recursos pedagógicos digitales. De los resultados obtenidos se concluyó que se pone en evidencia las desigualdades socioeducativas de los estudiantes.

Fernández y Luévano (2018) en su artículo de revista titulado “Influencia del estrés académico sobre el rendimiento escolar en educación media superior” del instituto tecnológico del estado de Aguascalientes (México), tuvieron como objetivo general determinar si existe correlación entre el grado de estrés académico y el rendimiento escolar de estudiantes de educación media superior. El estudio fue descriptivo correlacional. La población para este estudio fueron estudiantes cursan el nivel medio superior, a la par de una

carrera técnica, pudiendo ser Puericultura, Informática o Administración de los distintos semestres (1°, 3° y 5°), la muestra representativa fue de 179 estudiantes (117 mujeres y 62 varones). El estudio determinó que existe correlación significativa entre el rendimiento escolar y la «susceptibilidad hacia el estrés» de los estudiantes, existe correlación significativa entre el rendimiento escolar y el «contexto académico» de los estudiantes; asimismo existe correlación negativa significativa entre las variables «grado de estrés académico» y «rendimiento escolar». Llegaron a concluir que existe una correlación negativa significativa entre las variables «grado de estrés académico» y «rendimiento escolar».

Los antecedentes adoptados fueron los que se relacionan en relación a las variables de estudio, son de tipo descriptivo – correlacional, no experimental; la cual permitirá enriquecer el presente estudio.

2.1.2. Ámbito Nacional

Para la obtención de información, se seleccionó minuciosamente las referencias bibliográficas más actuales.

Llancari (2019) en su trabajo de investigación titulado “Estrés en estudiantes del sexto grado de primaria del distrito de Acobamba - Huancavelica”, cuyo objetivo general fue establecer la diferencia significativa de estrés según sexo, procedencia y tipos de familia de los estudiantes. El estudio realizado fue Descriptivo - Comparativo, No experimental. La población estaba conformada por seis instituciones educativas del distrito; para la muestra se consideró a 119 estudiantes. Como resultado del estudio fue que la mayoría de los estudiantes tanto los de zona urbana como los de zona rural, presentan un estrés medio en las instituciones educativas, las familias funcionales y los de familia disfuncional, evidencian un estrés caracterizado como medio, en comparación del estrés de acuerdo al sexo, procedencia y tipo de familia se determina que no existen diferencias significativas entre el nivel de estrés de los estudiantes: varones y mujeres; rural y urbana y los de familia funcional y disfuncional. El estudio concluyó que el estrés de acuerdo al sexo, procedencia y tipo de familia, está categorizado como un estrés medio en los estudiantes.

Oria (2019) en su estudio de investigación titulado “Estrés en estudiantes de tercero a quinto grado de primaria de una institución educativa en Lima” de la Institución Educativa Particular y Mixta del Distrito de San Miguel, tuvo como objetivo describir y comparar los

niveles, componentes y ámbitos de estrés de los estudiantes de tercero a quinto grado de primaria de una institución educativa de Lima. El estudio fue descriptivo y comparativo - no experimental. La población se estimó a estudiantes del nivel primario con un total de 473; cuya muestra constó de 226 estudiantes del tercer, cuarto y quinto grado. Como resultado del estudio se dio según los niveles, destaca el nivel alto de estrés que tienen los estudiantes, también se aprecia que hay estudiantes que se encuentran en el nivel medio de estrés, de acuerdo al grado de escolaridad, los estudiantes de tercer grado de primaria, resalta el nivel alto de estrés con una frecuencia de 36; los estudiantes de cuarto y quinto grado con una frecuencia de 25 y 22 respectivamente; asimismo se evidencia que el componente de estrés el cognitivo tiene la mayor medida, seguido de afectivo, fisiológico y conductual respectivamente. Llegó a la conclusión en cuanto a los componentes de estrés, sobresale el cognitivo en los tres grados de escolaridad; y respecto a los ámbitos de estrés, destaca el académico en tercero y cuarto grado; y en quinto grado el social.

Cueva (2021) en su trabajo de investigación denominado “La estrategia aprendo en casa y la competencia digital en docentes de educación primaria de la institución educativa N° 88229 distrito de Chimbote 2020”, el objetivo fue determinar la relación de la estrategia aprendo en casa y la competencia digital en docentes. El enfoque del estudio fue cuantitativo; de nivel descriptivo – correlacional y con un diseño no experimental. La población muestral estuvo conformado por 22 docentes. El estudio determinó la relación entre la planificación de la estrategia aprendo en casa y el manejo de office en línea empleados por los docentes del nivel primario se obtuvo una correlación positiva moderada, la relación entre las estrategias educativa y el manejo de medios de comunicación empleados por los docentes del nivel primario se obtuvo una correlación positiva alta. Así como también la relación entre las estrategias educativa y el manejo de medios de comunicación empleados por los docentes del nivel primario se considera como una correlación positiva alta. El estudio concluyó que existe la relación entre la planificación de la estrategia aprendo en casa y la competencia digitales, esto se considera como una correlación positiva alta.

Berrospi (2021) en su estudio de investigación titulado “Estrategia aprendo en casa y el desempeño del tutor virtual en las instituciones educativas JEC, Tarma, Junín, 2020”, el objetivo general fue determinar la relación entre la estrategia aprendo en casa y el desempeño del tutor virtual. El estudio fue Tipo Básica, Descriptivo – correlacional, no experimental. La población estuvo compuesta por 233 profesores; en cuanto a la muestra se consideró a 68

profesores entre el distrito de Palca y Acobamba. El estudio determinó que los docentes consideran muy eficiente: la estrategia aprendo en casa, el desempeño del tutor virtual, el canal de la comunicación, el contenido de la semana, la retroalimentación a estudiantes, la evaluación formativa y el portafolio de evidencias. De acuerdo a los resultados concluyó que la estrategia aprendo en casa, el canal de comunicación, los contenidos de la semana, la retroalimentación a estudiantes, la evaluación formativa, portafolio de evidencias se relacionan significativamente con el desempeño del tutor virtual en las instituciones educativas con jornada escolar completa.

Los estudios anteriormente detallados se relacionan con la variable estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa”, de manera independiente, siendo estos estudios descriptivos – correlacionales, no experimentales; en ese sentido se consideró significativo considerarlos en el presente estudio.

2.1.3. Ámbito Local

Al realizar el análisis para obtener antecedentes locales de los diferentes trabajos de investigación, se obtuvo tan solo el estudio de Núñez en relación al estrés académico que a continuación se detalla:

Núñez (2019) en su trabajo de investigación denominado “Estrés académico y hábitos de estudio en los estudiantes del 4° y 5° grado de educación secundaria de la I.E. Guillermo Billinghurst, Puerto Maldonado, Madre de Dios, 2018”, el objetivo general fue establecer la relación entre el estrés académico y los hábitos de estudio en los estudiantes. El enfoque del estudio fue cuantitativo de nivel descriptivo-correlacional y con un diseño no experimental. Los participantes de esta investigación fueron 135 estudiantes de ambos sexos de 4° año de educación secundaria de las secciones A, B y C y de 5° año de las secciones A y B. Los resultados obtenidos muestran que el 63.4% de los estudiantes tienen un bajo nivel de estrés académico; los estudiantes tienen un bajo nivel de estrés, en relación a los síntomas físicos, psicológicos y comportamentales; los estudiantes presentan un nivel promedio de hábitos de estudio; en cuanto a los hábitos de estudio encontramos que los estudiantes en los momentos de estudio tienen un 33.7% de interrupciones siendo este el porcentaje más bajo. Llegó a concluir que existe relación significativa entre el estrés académico y los hábitos de estudios con grado de intensidad débil.

Considerando los antecedentes internacionales, nacionales y locales referidos anteriormente, tienen como punto común los estudios realizados plazo.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Concepciones sobre el estrés académico

El estudio de esta variable abarca diferentes perspectivas, algunos autores lo han definido en correspondencia a las diferentes situaciones del medio, sin embargo, otros estudios definen al estrés académico en relación al resultado y a los cambios físicos, psicológicos y comportamentales.

Estrés

El estudio de estrés se remonta al siglo XIX, específicamente al ámbito de la medicina y psicología; debido a ello se han realizado estudios en situaciones externas y con amenazas en los seres humanos y cómo éste da respuesta a ciertas situaciones estresante, estos han ido modificando con las investigaciones que se ha estado realizando con el pasar de los años, como resultado la definición del estrés es:

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015), citado por Barahona et al. (2018), conceptualiza al estrés como “el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción” (p. 308). En tal sentido es la respuesta necesaria que da el organismo ante las dificultades que se presenta para equilibrar su estado emocional, físico. Se entiende que el organismo del ser humano responde cuando este se encuentre en situaciones de amenaza.

Desde el punto de vista de Barahona et al. (2018) considera al estrés desde el área de la salud como “un fenómeno psicobiológico complejo, de alarma y adaptación que permite al organismo enfrentar situaciones de peligro” (p. 308). Esto implica que el organismo del ser humano se adapta y enfrenta a situaciones amenazantes y de gran complejidad.

El estrés responde a una situación amenazante generada por un acontecimiento en un determinado entorno (Lazarus y Folkman, 1986, citado por Valiente et al. 2020, p. 366). Se puede precisar que el estrés es el resultado de situaciones preocupantes que tiene el ser humano, en una determinada situación.

Según Sahu et al (2016), citado en Díaz (2019) definen al estrés “una situación o evento, en el cuál, el individuo está sometido a cierta presión, a emociones negativas,

ansiedad o enfado” (p. 2). Esto indica que el individuo manifiesta con ciertos comportamientos no positivos, dando como resultado la imposibilidad de actuar de manera correcta en situaciones frustrantes.

Por otra parte, el Dr. Melgosa (1997), citado en Sánchez (2010) conceptualiza el estrés como:

La reacción que tiene el organismo ante cualquier demanda, es un estado de fuerte tensión psicológica, es la preparación para el ataque o huida, además tiene dos componentes: los agentes estresantes o estresores, que son las circunstancias del entorno que lo producen y las respuestas al estrés, que son las reacciones del individuo ante los mencionados agentes. (p. 55)

El estrés es la respuesta del organismo frente a hechos que considera como amenazantes que permiten el desequilibrio del individuo, puesto a ello el organismo hará denodados esfuerzos para afrontarlo a estos agentes.

2.2.2. Síntomas de estrés

Según Núñez (2019) señala que los síntomas de estrés son: Estado de ansiedad, sensación de ahogo e hipoxia aparente, rigidez muscular, pupilas dilatadas (midriasis), incapacidad de conciliar el sueño (insomnio), falta de concentración de la atención, irritabilidad, pérdida de las capacidades para la sociabilidad y estado de defensa del yo, (pp. 33-34). Asimismo Moscoso (2009) señala que “los síntomas de estrés se pueden evidenciar a través de “ansiedad, irritación, ira y cólera, preocupación, tristeza, pánico, y estados de desesperanza, los cuales son de naturaleza transitoria” (p. 145).

Pérez et al. (2002) manifiestan que para tener problemas de estrés las personas suelen pasar por tres etapas:

En la primera notamos que algo ocurre: inquietud, nervios, miedo, tristeza,... si no lo afrontamos se pasa a una segunda etapa de no hacerle caso. Si esto continúa bastante tiempo, podemos pasar a una tercera etapa de agotamiento físico y emocional. El malestar emocional y la tensión física pueden indicarnos cómo estamos de estrés. Algunas señales de malestar emocional, pueden ser: Ansiedad o tristeza Irritabilidad o ira constantes Inquietud o angustia frecuentes Cansancio Verlo todo negativo Preocupación excesiva Apreciarse poco Insomnio Dejar las tareas sin terminar Comer más o menos que antes. En cuanto a las señales de tensión física, ocurre que nuestro sistema nervioso segrega sustancias “aceleradoras” para afrontar una situación de “peligro”. Si esto se da continuamente se puede experimentar: Sentirse con

los nervios “a flor de piel” Nudo en el estómago Tensión muscular Sudoración Palpitaciones
Dolor de cabeza, cuello o espalda. (p. 8)

Esto indica que el estrés se manifiesta de manera física, esta produce cansancio, enfermedades frecuentes, dolores musculares, estomacales; en lo emocional en cuando suele tener sentimientos negativos como el miedo, ira, angustia, depresión, ansiedad, preocupación, tristeza.

2.2.3. Estrés académico

Según Barraza (2008) citado por Barraza, Jaik (2011), define al estrés académico como un:

Proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos: Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas como estresores; Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio). Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico. (p.61)

En este sentido el estrés académico es la respuesta de una serie de estresores que generan el desequilibrio y este a su vez afloran síntomas de desequilibrio sistémico, todo ello va a permitir que el individuo pueda proponer acciones para afrontar estas situaciones de desequilibrio sistémico.

Berrío y Mazo (2011) en su publicación dada a través de un artículo señala que el estrés académico es la “reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva conductual ante los estímulos y eventos académicos” (p. 65). Esto indica que el ser humano reacciona ante las acciones y/o estímulos que se dan con relación a lo académico, puede ser en lo emocional, físico, cognitivo. Asimismo, Caldera (2007) citado en Núñez (2019) conceptualiza al estrés académico como “como aquel que se genera por las demandas que impone el ámbito educativo, de tal forma que, tanto alumnos como docentes, pueden verse afectados por este problema” (p. 34). Es incidido por las excesivas de actividades académicas que hacen que los estudiantes y docentes tengan como como producto este inconveniente.

El presente estudio tomó en cuenta la definición de Barraza, quién fundamenta de manera específica en relación a las situaciones, reacciones y las estrategias para afrontar el

estrés académico; ya que se realizará el estudio en estudiantes del V ciclo de la educación básica.

2.2.4. Dimensiones del estrés académico

Para la variable estrés académico se consideró 3 dimensiones: Estímulos estresores, síntomas o reacciones al estímulo y estrategia de afrontamiento, las que se detallan a continuación:

Dimensión estímulos estresores. Barraza (2006) señala que los estímulos estresores proponen un conjunto de estresores que podrían ser un primer paso para identificar a aquellos que propiamente pertenecen al estrés académico; con base a estos estudios, los estresores que se pueden considerar propios del estrés académico, en cada uno de los casos son los siguientes:

Tabla 1

Estresores, según Barraza - Polo Hernández y Pozo

Barraza (2003)	Polo, Hernández y Pozo (1996)
1. Acometividad grupal	1. Realización de un examen.
2. Sobrecarga de tareas	2. Exposición de trabajos en clase.
3. Exceso de responsabilidad	3. Intervención en el aula (Responder una pregunta del profesor, realizar preguntas, participar en coloquios, etc.)
4. Interrupciones del trabajo	4. Subir al despacho del profesor en horas de tutorías.
5. Ambiente físico desagradable	5. Sobrecarga académica (excesivo números de créditos, trabajos obligatorios, etc.)
6. Falta de incentivos	6. Masificación de las aulas.
7. Tiempo limitado para el trabajo	7. Falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas.
8. Problemas o conflictos con los compañeros	8. Realización de trabajos obligatorios para aprobar las asignaturas.
9. Las evaluaciones	9. La tarea de estudio.
10. El trabajo que se te pide	10. Trabajar en grupo.

2.2.4.1. Dimensión síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor. Barraza (2005) citado en Núñez (2019) menciona tres tipos de síntomas del estrés académico, que se detalla a continuación:

Síntomas físicos: Implican reacciones propias del cuerpo, tales como trastornos en el sueño (insomnio, pesadillas), dolores de cabeza o migrañas, problemas de digestión, la fatiga crónica (cansancio permanente), somnolencia o mayor necesidad de dormir, el dolor abdominal y las diarreas. Síntomas psicológicos: Se relacionan con las funciones cognitivas o emocionales del individuo. Entre ellos están la inquietud, incapacidad de relajarse y de estar tranquilo, ansiedad, mayor disposición a miedos, sensación de tener la mente en blanco, los sentimientos de depresión y tristeza y problemas de concentración. Síntomas comportamentales: Involucran la conducta del individuo como fumar, aislamiento de los demás, desgano para realizar labores académicas, los conflictos o tendencias a polemizar o discutir y las ausencias en las clases (p.35 – 36).

Cabe indicar que las señales del estrés académico se dan de tres formas físico se manifiesta con dolores de cabeza, problemas de digestión, fatiga; psicológicos estos se relacionan con lo emocional, ansiedad, miedo, problemas de concentración; comportamentales van en función a la conducta, desgano de realizar las actividades académica.

El presente estudio se adapta a la conceptualización de Barraza (2005) en relación a los síntomas del estrés académico, porque indica la incomodidad, preocupación, ansiedad que está sumido en el organismo como respuestas de las experiencias dadas.

2.2.4.2. Dimensión estrategia de afrontamiento. Barraza (2008), en su artículo refiere a la estrategia de afrontamiento cuando:

El impulso de tensión desarrolla en la persona diversas características es que se observa un trastorno sistemático en su vínculo con el ambiente, la persona debe desempeñarse para reparar el desequilibrio presentado. Ese procedimiento de conducta es realizado a una optimización que tiene como fin la habilidad de afrontar; cuando el ambiente se siente con amenaza para la persona es este procedimiento mental de entender el que se lleva a cabo. (pp. 270-289)

Cabe indicar que las estrategias de afrontamiento se da cuando el individuo genera respuestas positivas manifestando conductas positivas llevará a cabo para resultados positivos.

2.2.5. Concepciones sobre la estrategia “Aprendo en Casa”

La estrategia “Aprendo en Casa”, fue establecida por el Ministerio de Educación del Perú como respuesta a la dificultad dada por la Pandemia Covid – 19; para que todos en nuestro país no se queden sin estudiar.

MINEDU (2020) a través de su página web de la plataforma Aprendo en Casa, específicamente en las orientaciones sobre ¿Qué es el aprendizaje en casa y cómo funciona? define a la estrategia de “Aprendo en Casa” como una “estrategia educativa a distancia, de libre acceso y sin costo que propone experiencias de aprendizaje alineadas a nuestro currículo nacional para que los niñas y niños puedan seguir aprendiendo desde sus hogares, usando diversos canales de comunicación” (p. 1). Esta conceptualización lo da en orientación a las familias peruanas donde esta educativa no limita y es proporcionada de forma gratuita, dando a conocer que todos los docentes podrán realizar sus actividades pedagógicas en miras al currículo nacional; donde los estudiantes puedan seguir con sus actividades académicas desde sus hogares; teniendo como aliados los diferentes canales de comunicación.

Asimismo el MINEDU (2020) a través de las Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus Covid-19; aprobado por Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU, conceptualiza a “Aprendo en casa” como “una estrategia que plantea actividades que el estudiante podrá realizar desde su hogar para avanzar en el desarrollo de sus aprendizajes” (p.5). En ese entender todos los estudiantes de la Educación Básica habilitarán un su espacio en sus hogares para la enseñanza – aprendizaje mientras dure la emergencia educativa sobre la pandemia Covid-19.

Domínguez (2020), citado por Berrospi (2021) conceptualiza a la estrategia “Aprendo en casa” como un:

Modelo de estrategia para la educación en lo que respecta la interacción entre docente y estudiante para concretizar el aprendizaje en la modalidad a distancia o de trabajo remoto, su acceso es libre, sin ningún costo, en lo educativo contiene experiencias de aprendizaje que se articulan con el nuevo diseño curricular básico nacional, con la finalidad de que nuestros, niños, adolescentes y jóvenes sigan aprendiendo y no se queden sin estudiar ni pierdan el año lectivo 2020. (p. 9)

El exministro de educación Benavides (2020) en una entrevista dada la Agencia peruana de noticias “Andina” afirmó que la estrategia aprendo en casa es “una manera de asegurar la continuidad del servicio educativo ante la imposibilidad de dictar clases presenciales por la pandemia de covid-19”. Ante esta afirmación la estrategia es dada para seguir con la educación en nuestro país ante la pandemia COvid-19 y el no poder reunirnos en las instituciones educativas para dar las clases presenciales.

Para fines del presente estudio se tomó en cuenta la conceptualización realizado por el MINEDU, que fundamenta claramente lo que se pretende de cómo se estaría realizando esta estrategia.

2.2.6. Objetivo de la estrategia “Aprendo en Casa”.

MINEDU (2020) en las Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus Covid-19, Aprobado por Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU refiere que el objetivo de la estrategia “Aprendo en casa” es “brindar a los docentes, directivos y otros actores educativos, orientaciones pedagógicas para la reprogramación curricular del servicio educativo durante el año 2020 en el marco de la implementación del Currículo Nacional de la Educación Básica y en el contexto de la emergencia sanitaria generada por el coronavirus COVID-19” (p.2).; la cual plantea disposiciones pedagógicas para que los docentes y directivos educativos puedan reprogramar las actividades curriculares de acuerdo al marco del Currículo Nacional de la Educación Básica y el contexto de la emergencia sanitaria.

Además la UGEL 07 (2020) hace referencia a la RM N° 160-2020, en la Disposición del inicio del año escolar sobre la implementación de la estrategia denominada “Aprendo en casa”, donde resuelve que el objetivo general de la estrategia Aprendo en casa es:

Orientar a los estudiantes y sus familias durante la emergencia sanitaria para darle contenido y sentido a estos días de aislamiento, fortaleciendo valores y actitudes vinculadas con la responsabilidad, la solidaridad, el cuidado de uno mismo y de los demás, especialmente en las poblaciones más vulnerables, en línea con el desarrollo de competencias que plantea el Currículo Nacional y áreas curriculares priorizadas (p. 1).

Cabe indicar que el objetivo de la estrategia es que los estudiantes y sus familiares fortalezcan los valores y actitudes; al mismo tiempo que se da los contenidos que van a ir

desarrollando cada día; en combinación las capacidad de los estudiantes en función a las competencias del currículo nacional.

En ese sentido estos dos objetivo de la estrategia aprendo en casa que especificadas por el MINEDU (2020) se consolidan dando a conocer que fortalecerán los valores y actitudes de los estudiantes y sus familiares como también para que los docentes puedan reprogramas sus actividades curriculares, teniendo como base el currículo nacional de la educación básica.

2.2.7. Atención educativa a distancia

El MINEDU (2020) en las Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus Covid-19. Aprobado por Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU, considera que:

El servicio educativo en la modalidad a distancia, debe considerar las orientaciones planteadas en el numeral 5.2.1. Durante la modalidad a distancia se desarrolla la estrategia “Aprendo en casa” que, a través de una plataforma virtual, televisión y radio, ofrece experiencias de aprendizaje y recursos para el aprendizaje de los estudiantes. Este periodo comprende también las actividades de aprendizaje complementarias que proponen los docentes. En ese sentido, los docentes deben planificar actividades de aprendizaje complementarias cuando: Se requiere contextualizar para garantizar la comprensión de la actividad de la plataforma, la radio o la televisión, se requiere realizar cambios para que la actividad se adecúe a los niveles de competencia y saberes que tienen los estudiantes, se considera necesario hacer ciertos énfasis que ayuden a los estudiantes a analizar más información, mejorar algunas prácticas, reflexionar algunos aspectos o articular con otros saberes, las instituciones educativas y los programas educativos privados podrán desarrollar sus propias estrategias para el trabajo a distancia con los estudiantes o usar la estrategia “Aprendo en casa” como un complemento a su propia estrategia.

Lo que indica que se debe brindar experiencias de aprendizajes con sus recursos para el desarrollo de los aprendizajes de los estudiantes, si el docente prepara material y/o actividades complementarios será en beneficio para la atención educativa de los estudiantes; esto implica que las actividades dadas por la web, radio y televisión sean contextualizadas de manera que el estudiante comprenda, analice, reflexione sobre lo que va a desarrollar, con el fin de lograr las competencias.

2.2.8. Dimensiones de la Estrategia “Aprendo en Casa”

Para la estrategia “Aprendo en casa”, se determinó cuatro dimensiones: canales de comunicación, contenidos de la semana, acompañamiento al estudiante y evidencias de aprendizajes, que a continuación se detalla:

2.2.8.1. Dimensión canales de comunicación. MINEDU (2020) en su página web de la plataforma de la estrategia “Aprendo en Casa” considera que funciona a través de tres canales de comunicación: en la web, en la televisión y en la radio, la cual permitirá adecuarse de acuerdo al contexto del estudiante, esto permitirá romper brechas para que el estudiante acceda a un servicio educativo de calidad:

Por tanto los canales de comunicación se dividen en tres indicadores como son web, televisión y radio que a continuación se detalla:

En la web. En este sentido la web establece funciones y características específicas que se debe tener en cuenta: pueden ingresar desde www.aprendoencasa.pe, donde encontrarán orientaciones para ustedes, sus hijas e hijos, así como recursos y guías de actividades, las actividades se publican cada semana según nivel, edad y/o grado. Se espera que las y los estudiantes puedan realizar las actividades propuestas por día., en el nivel de inicial y primaria se requiere el apoyo de un adulto para realizar las actividades, en inicial, encontrarán actividades divertidas para realizar en familia, en las que podrán explorar, jugar, expresar, crear, imaginar, es decir, aprender juntos, en primaria, encontrarán actividades que les permitirán a las y los estudiantes conocer su entorno, promover su bienestar y seguir desarrollando sus aprendizajes, en el nivel de secundaria, las y los estudiantes pueden realizar las actividades con mayor autonomía y podrán fortalecer sus competencias para la vida, el trabajo, la convivencia democrática y el ejercicio de la ciudadanía.

En la Televisión. Para especificar las funciones y características de este indicador se detalla lo siguiente: se transmite a través de Tv Perú o canal 7, América Televisión, ATV.pe, Latina, Panamericana Televisión y Global TV. La programación semanal se publica en el Facebook del Ministerio de Educación y por la plataforma www.aprendoencasa.pe, en la sección de “Mirar el horario de radio y tv”, las y los estudiantes, orientados por la conductora, desarrollarán experiencias de aprendizaje interesantes alineadas al Currículo Nacional, incentivemos a nuestras hijas e hijos a escuchar con atención cada programa. Reflexionemos con las preguntas propuestas y sigamos las indicaciones para realizar actividades durante el día, lo que permitirá consolidar sus aprendizajes, usemos el tema trabajado en el programa para dialogar con nuestros hijos e hijas, pueden generar preguntas, investigar respuestas, experimentar, etc.

En la Radio, tenemos 1,000 emisoras radiales a nivel nacional transmitiendo las sesiones de aprendizajes que para el nivel inicial duran 15' minutos y 30' minutos para primaria y secundaria, para contextos bilingües en lenguas originarias se transmiten en 44 emisoras de radios regionales y locales, también pueden escucharlo en lengua castellana y lenguas originarias: Q. collao, Q. central, Q. chanka, aimara, shipibo-konibo, ashaninka, awajún, shawi y yanesha, la programación semanal se publica en el Facebook del Ministerio de Educación y por la plataforma www.aprendoencasa.pe, en la sección de “Mirar el horario de radio y tv”, motivemos a nuestras hijas e hijos a realizar las actividades propuestas por los conductores, la radio demanda de mucha atención y concentración, por ello es recomendable escucharlo libre de ruido y de distracciones. Acompañemos a nuestras hijas e hijos a disfrutar del programa, reflexionar juntos, de realizar las actividades propuestas en ese momento y después para poder reforzar lo aprendido, aprovechemos que la radio nos permite desarrollar la imaginación y la creatividad, capacidades importantes que debemos fortalecer (pp. 1-2)

Cabe indicar que los canales de comunicación permitirán que los estudiantes encuentren las actividades a trabajar, en el caso de la web se encontrará semana a semana y por grado; mientras que en la televisión y radio las actividades se transmitirán día a día estos se darán por ciclos; la cual estos van a permitir que los estudiantes desarrollen sus aprendizajes entorno al Currículo Nacional. Es preciso indicar que los padres de familia deben incentivar a sus hijos a desarrollar estas actividades. En ese entender, la finalidad de los canales de comunicación es articular los contenidos y adaptarlos para cubrir las expectativas de todos los estudiantes a nivel nacional.

2.2.8.2. Dimensión contenidos de la semana. La estrategia aprendo en casa ofrece un conjunto de experiencias de aprendizaje, materiales y recursos educativos orientados a favorecer los aprendizajes de los estudiantes a nivel nacional. Estos son diversos en atención a sus necesidades en cada uno de los niveles educativos y constituyen el instrumento inmediato y principal para tu trabajo con ellas y ellos. Se encuentran en formato digital en la plataforma Aprendo en casa, pero también se desarrollarán como sesiones en la programación de señal abierta de TV y radio. (MINEDU, 2020).

En tanto a los contenidos de la semana se da como indicador a la adaptación que a continuación se detalla:

Adaptación. MINEDU (2020) en las Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus Covid-19. Aprobado por Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU, conceptualiza a la adaptación como el “ajuste de la propuesta educativa para

responder pertinente y oportunamente a las diversas características y necesidades educativas de los estudiantes” (p. 5). Refiere a que los profesores deben adecuar las actividades de aprendizajes diarias de acuerdo al grado del estudiante.

2.2.8.3. Dimensión acompañamiento al estudiante. MINEDU (2020) en las Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus Covid-19. Aprobado por Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU, refiere al acompañamiento del estudiante como el:

Conjunto de acciones coordinadas por un profesor o un grupo de profesores de manera colegiada, de manera remota o presencial, con el propósito de responder a las necesidades de aprendizaje de los estudiantes cuando estas no han podido ser resueltas por el estudiante de manera autónoma (p. 2)

Cabe indicar que el acompañamiento al estudiante se da cuando el profesor o profesores apoyan al estudiante en el proceso de aprendizaje cuando este no haya podido resolver sus actividades académicas de manera independiente.

Asimismo MINEDU (2020) a través del documento normativo Norma que regula la evaluación de las competencias de los estudiantes de la educación básica; aprobado por la Resolución Viceministerial N° 00094-2020-MINEDU, refiere que:

Tiene por finalidad el desarrollo de las competencias en las que el estudiante no ha logrado lo previsto; un acompañamiento efectivo le permitirá transitar hacia niveles superiores. Una actuación docente efectiva logrará que el acompañamiento al estudiante no vaya más allá del término del periodo lectivo. Por lo tanto, este acompañamiento al estudiante debe ser planificado por el docente como parte de procesos que favorezcan el desarrollo de los aprendizajes de los estudiantes. (p. 28)

Para la dimensión acompañamiento al estudiante se ha direccionados dos indicadores para el presente estudio (remota y retroalimentación), que a continuación se detalla:

Remota. El término remota MINEDU (2020) en las Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus Covid-19. Aprobado por Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU, plantea un trabajo remoto a los seguimientos de los desarrollos o acompañamiento al estudiante en el proceso de aprendizaje, utilizando

cualquier medio tecnológico o mecanismos de comunicación, estos pueden ser (internet, telefonía u otros), que les sea de utilidad para el acompañamiento no presencial.

Retroalimentación. MINEDU (2020) a través del documento normativo “Norma que regula la Evaluación de las Competencias de los Estudiantes de la Educación Básica”. Aprobado por Resolución Viceministerial N° 00094-2020-MINEDU, refiere que la retroalimentación consiste en.

Consiste en devolver a la persona, información que describa sus logros o progresos en relación con los criterios de evaluación. Una retroalimentación es eficaz cuando se observa las actuaciones y/o producciones de la persona evaluada, se identifica sus aciertos, errores recurrentes y los aspectos que más atención requieren; y a partir de ello brinda información oportuna que lo lleve a reflexionar sobre dichos aspectos y a la búsqueda de estrategias que le permitan mejorar sus aprendizajes.(p.11)

Indica que la retroalimentación permite mejorar los aprendizajes de los estudiantes a partir de la revisión de sus actividades presentadas para brindar la información adecuada y precisas a través de la reflexiones.

2.2.8.4. Dimensión evidencias de aprendizaje. MINEDU (2020) en las Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus Covid-19. Aprobado por Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU, refiere al acompañamiento del estudiante como las:

Producciones y/o actuaciones realizadas por los estudiantes –en situaciones definidas y como parte integral de su proceso de aprendizaje– mediante las cuales se puede interpretar e identificar lo que han aprendido y el nivel de logro de la competencia que han alcanzado con relación a los propósitos de aprendizaje establecidos, y cómo lo han aprendido. (p. 6).

En ese sentido las evidencias de aprendizajes son las actividades de aprendizajes resueltas por los estudiantes ya que estos son parte del proceso de aprendizaje; estos evidencian cuanto está aprendiendo y cuanto está logrando en relación a las competencias, en relación a los procesos de aprendizaje.

Esta dimensión de evidencias de aprendizaje tiene como indicador a portafolio de evidencias que se detalla en el siguiente párrafo:

Portafolio de evidencias. MINEDU (2020) en las Orientaciones Pedagógicas para el Servicio Educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el Marco de la Emergencia Sanitaria por el Coronavirus Covid-19. Aprobado por Resolución Viceministerial N° 00093-2020-MINEDU, manifiesta que el portafolio de evidencias es la:

Colección de producciones realizadas por los estudiantes. Sirve como base para examinar los logros, las dificultades, los progresos y los procesos en relación al desarrollo de las competencias. Es altamente recomendable que para cumplir esta finalidad las producciones incluidas sean escogidas por los propios estudiantes sobre la base de una reflexión activa sobre su aprendizaje. (p. 6)

Esto indica que el portafolio de evidencias es la recolección de las actividades de aprendizajes en relación de las producciones realizadas por los estudiantes evidenciando sus debilidades, progresos y procesos en relación al desarrollo de las competencias; y en esto es partícipe la reflexión en cada actividad.

2.2.9. Marco conceptual

Académico. El término académico es usado para realizar investigaciones, así como también para las personas que cursan estudios superiores (RAE, 2020).

Estrés físico. Pueden ser dolor de cabeza, de espalda, cansancio, sudoración, gastritis etc. Entre los síntomas sociológicos puede señalarse cuando una persona se le olvida todas las cosas, se siente cansado, alterado, las relaciones con otras personas empiezan a fallar, se pelea con todo el mundo. (Sánchez, 2010.)

Estrés emocional. Son las alteraciones emocionales como la ansiedad, miedos, inseguridad, tensiones, consecuencias, agotamiento, problema de relación social, las que se presentan con regularidad cuando existen discusiones” (Barraza, Jaik, 2014, p.17).

Afrontamiento. Son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”. (Lazarus y Folkman, citado por Barraza, 2008).

Canales. La RAE define como el “Medio de transmisión” (2020). En ese entender refiere a los canales de comunicación por lo que se realizará la comunicación, estos pueden ser, televisión, radio, internet (web).

Estrategia. Permite, a partir de una decisión inicial, imaginar un cierto número de escenarios para la acción, escenarios que podrán ser modificados según las informaciones que nos lleguen en el curso de la acción y según los elementos aleatorios que sobrevendrán y perturbarán la acción. La estrategia lucha contra el azar y busca información. (Morín, citado Cabrera, 2016).

Ansiedad. Es un sistema supra ordinal de detección y procesamiento de información para la organización de recursos ajenos con un objetivo único que es preservar a la persona de posibles daños. Fernández, Abascal (citado por Núñez, 2019, P. 35).

Mediador del aprendizaje. Persona que está en interacción con los estudiantes y realiza acciones educativas que favorecen el desarrollo de competencias. No necesariamente es un docente; puede ser un promotor, un auxiliar, un psicólogo, un terapeuta, un intérprete, un bibliotecario, un sabio de la comunidad, entre otros. (MINEDU, 2020)

Educación a distancia. Es aquella en la cual el estudiante no comparte el mismo espacio físico con sus pares y docentes, por tanto, la enseñanza se realiza a través de medios de comunicación escritos y tecnológicos, donde el estudiante consulta las fuentes de modo autónomo, a fin de adquirir los conocimientos, competencias y actitudes, que estima válidos para su progreso y formación (MINEDU 2020)

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Arias (2012) señala que el marco metodológico “Es el “cómo” se realizará el estudio para responder al problema planteado” (p.110). En otras palabras, es la estructura sistemática para la recolección, ordenamiento y análisis de la información, que permite la interpretación de los resultados en función del problema que se investiga.

3.1. Tipo y nivel de la investigación

De acuerdo con Hernández et al., (2010) la investigación no experimental es “observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para posteriormente analizarlos” (p.149). Estos mismos autores señalan que los diseños de investigación transversal “recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (p.151). En tal sentido la recolección de información fueron obtenidos de las fuentes directas, con las que se identificarán la correlación de los fenómenos observados.

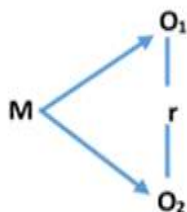
Dado que el objetivo del estudio será establecer la relación que existe entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” de los estudiantes, se recurrirá al diseño de investigación no experimental, que se aplicará de manera transversal, considerando que el tema de investigación tiene un sustento teórico suficiente, se procede a realizar un investigación de tipo descriptivo para conocer la forma en que el estrés académico se relaciona con la estrategia “Aprendo en Casa”.

Arias (2006) indica que “el nivel de investigación se refiere al grado de profundidad con que se aborda un fenómeno u objeto de estudio” (p. 23). Este mismo autor refiere que según el nivel, la investigación puede ser descriptivo correlacional; la investigación descriptivo correlacional “es determinar el grado de relación o asociación (no causal) existente entre dos o más variables” (p.25).

En tal sentido, esta investigación utiliza este nivel porque primero se mide las variables de estudio y luego, mediante pruebas de hipótesis correlacionales y la aplicación de técnicas estadísticas, se estima el grado de correlación que existe entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa”

3.2. Diseño de la investigación

Arias (2006) define al diseño de la investigación como la “estrategia general que adopta el investigador para responder al problema planteado” (p. 26). Asimismo Ary, Jacobs y Razavieh (1989) citado por Arias (2012). Menciona que los estudios correlacionales son “un tipo de investigación descriptiva que intenta determinar el grado de relación existente entre las variables” (p. 26). En ese entender, la presente investigación se orienta a describir las variables y para la hipótesis la relación entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” de la localidad de Puerto Maldonado. La representación del diseño de la investigación es la siguiente:



Donde:

O₁: Observación de la variable 1: estrés académico

O₂: Observación de la variable 2: estrategia “Aprendo en Casa”

M: Muestra, es la observación que se hace para la descripción de ambas variables.

r: Es la relación que se establece entre las dos variables.

3.3. Población y muestra

3.3.1. Población

Según Hernández et al., (2014) define la población como un “conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (p.174). La población de la presente investigación estará constituida por los estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa “Faustino Maldonado de la ciudad de Puerto Maldonado, distrito de

Tambopata, Provincia de Tambopata, Región de Madre de Dios. Los criterios de inclusión y exclusión considerados para la delimitación poblacional son los siguientes: que cursen el V ciclo (quinto y sexto grado) de Educación Primaria; considerando estos criterios, el tamaño de la población asciende a 338 estudiantes. Tal como se muestra en la siguiente tabla:

Tabla 2

Población de estudio

N°	Grado y sección	Población de estudiantes
1	Quinto A	34
2	Quinto B	33
3	Quinto C	35
4	Quinto D	34
5	Quinto E	35
6	Sexto A	34
7	Sexto B	35
8	Sexto C	33
9	Sexto D	34
10	Sexto E	31
Total		338

3.3.2. Muestra

La muestra según Hernández et al., (2010) es un “subgrupo de la población del cual se recolectan los datos y debe ser representativo de ésta” (p. 173). La muestra es probabilístico. Arias (2012) en el señala que la muestra probabilística “es un proceso en el que se conoce la probabilidad que tiene cada elemento de integrar la muestra” (p. 83).

Se usa el muestreo probabilístico estratificado. Arias (2012) a este tipo de muestreo lo define en que “consiste en dividir la población en subconjuntos cuyos elementos posean características comunes, es decir, estratos homogéneos en su interior. Muestra simple o al azar

Tabla 3*Muestra de estudio*

N°	Grado y sección	Población de estudiantes	Proporción %	Muestra por proporción
1	Quinto A	34	10%	18
2	Quinto B	33	10%	18
3	Quinto C	35	10%	19
4	Quinto D	34	10%	18
5	Quinto E	35	10%	19
6	Sexto A	34	10%	18
7	Sexto B	35	10%	19
8	Sexto C	33	10%	18
9	Sexto D	34	10%	18
10	Sexto E	31	9%	17
Total		338	100%	182

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**3.4.1. Técnicas**

Las técnicas de recolección de datos según Arias (2006) son “las distintas formas o maneras de obtener la información. Son ejemplos de técnicas; la observación directa, la encuesta en sus dos modalidades: oral o escrita (cuestionario), la entrevista, el análisis documental, análisis de contenido, etc.” (p. 111).

Para recoger información respecto al estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata. Se realiza a través de la técnica de la encuesta.

Según Arias (2012) considera que la encuesta es:

Es una estrategia (oral o escrita) cuyo propósito es obtener información: a) Acerca de un grupo o muestra de individuos. Ejemplo: consulta que se hace a un grupo de sujetos sobre sus datos personales, socioeconómicos, costumbres, gustos, preferencias, expectativas, etc. b) En relación con la opinión de éstos sobre un tema específico. Ejemplo: Sondeo de opinión en el que se consulta directamente a los consumidores acerca de la calidad de un producto (p. 32).

3.4.2. Instrumentos

Según Arias (2012) menciona que los instrumentos son “los medios materiales que se emplean para recoger y almacenar la información. Ejemplo: fichas, formatos de cuestionario, guía de entrevista, lista de cotejo, escalas de actitudes u opinión, grabador, cámara fotográfica o de video, etc.” (p. 111).

Se emplea los siguientes instrumentos para el sustento teórico y de campo de la investigación:

- **Cuestionario de encuesta**, Es estructurado con la escala de Likert para medir la estrategia “Aprendo en Casa”, de valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre). Según Hernández, et al. (2014) el escalamiento de Likert es un “conjunto de ítems que se presentan en forma de afirmaciones para medir la reacción del sujeto en tres, cinco o siete categorías” (p. 238).
- **Inventario Sisco**, es un test cuyo objetivo de este instrumento permite identificar el nivel de estrés, los estímulos reconocidos como estresores, reacciones físicas y estrategias de afrontamiento; este instrumento también está estructurado con la escala de Likert con los mismos valores categoriales del cuestionario de la estrategia “Aprendo en casa”. Barraza (2007), probó la similitud de los ítems que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna.

Tabla 4*Ficha Técnica: Instrumento de Inventario Estrés Académico*

Características	
Autor del instrumento	Arturo Barraza Macías (2007). Universidad Pedagógica de Durango”.
Procedencia	Durango – México
Aplicación	Estudiantes de educación media superior, superior y de post grado durante sus estudios.
Tipificación	Escala actitudinal.
Uso	Educacional, pedagógico.
Estructura	Está conformada por 31 ítems distribuidos de la siguiente manera: Un ítem de filtro que: en términos dicotómicos (sí-no) permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario; veintinueve ítem que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) permitirán identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valorados como estímulos estresores, la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor, así como también identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.
Administración	El inventario es autoadministrado y se puede solicitar su llenado de manera individual o colectiva; su resolución no implica más de 10 minutos.
Gradiente	(5) Siempre, (4) Casi siempre, (3) Algunas veces, (2) Rara vez y (1) Nunca.
Validez	Se recolectó la evidencia asada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del Inventario SISCO del estrés académico a través de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente.
Confiabilidad	Se obtuvo una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad de alfa de Cronbach 0,90. Estos niveles de confiabilidad puede ser valorados como muy buenos según DeVellis, (en García, 2006) o elevados según Murphy y Davishofer, (en Hogan, 2004).

Tabla 5*Ficha Técnica: Instrumento de Estrategia “Aprendo en casa”*

Características	
Autor del instrumento	Maruja Mateo Panduro (2021). Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Nuestra Señora del Rosario”.
Procedencia	Puerto Maldonado – Madre de Dios – Perú.
Aplicación	Estudiantes del V Ciclo de la institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.
Tipificación	Escala actitudinal.
Uso	Educacional, pedagógico.
Estructura	Está conformada por 21 ítems y mide 4 dimensiones: Canales de comunicación, contenidos de la semana, acompañamiento al estudiante y evidencias de aprendizaje.
Administración	El instrumento es administrado en forma individual o colectiva y el tiempo de aplicación es aproximadamente de 30 minutos.
Calificación y Puntuación	La calificación es manual y la puntuación oscila entre 105 (Puntuación Mayor) y 21 (Puntuación Menor).
Gradiente	(5) Siempre, (4) Casi siempre, (3) Algunas veces, (2) Rara vez y (1) Nunca.
Niveles y Escalas	Los niveles ponderados de la escala total fueron realizados por el autor del instrumento a través de la puntuación de rendimiento máximo y mínimo (Mateo, 2021). El baremo total fue: Alto (77 – 105), Regular (49 – 76) y Bajo (21 - 48).
Validez	Juicio de Experto: se presenta el análisis de la validez de contenido por criterio de jueces haciendo uso del coeficiente V de Aiken para la estrategia “Aprendo en casa”. Cada uno de los 21 ítems del cuestionario fue revisado por cuatro jueces competentes, tras la revisión de cada ítem registraron con un Sí para su conformidad de cada ítem. Obteniendo un coeficiente V de Aiken igual a 1 para la estrategia “Aprendo en casa”, lo cual justifica la permanencia de los ítems.
Confiabilidad	Se obtuvo una confiabilidad de alfa de Cronbach 0,89. Este nivel de confiabilidad puede ser valorado como “ bueno ” según George y Mallery (2003), citados en Frías (2021).

3.5. Validez y confiabilidad de los instrumentos

Los instrumentos del presente estudio no fueron ajenos en cumplir los tres requisitos para la recolección de datos: confiabilidad, validez y “objetividad”. En el caso del inventario SISCO ha sido utilizado en diversas investigaciones a nivel mundial y nacional el mismo que ha cumplido con las especificaciones de todo instrumento.

3.5.1. La validez

Hernández, et al. (2014) señala que “la validez se refiere al grado en que un instrumento de medición mide realmente las variables que pretende medir”. También, refiere “que la evidencia sobre la validez de contenido se obtiene al contrastar el universo de ítems frente a los ítems presentes en el instrumento de medición” (p. 262).

Para la variable estrés académico se utilizará el Inventario Sisco cuyo autor es Barraza (2007); la validez se evidencia en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupos contrastados. Los resultados confirman la constitución tridimensional del Inventario SISCO del estrés académico a través de la estructura factorial obtenida en el análisis correspondiente.

El instrumento de la estrategia “aprendo en casa”, utilizó la V-Aiken, la cual pasó juicio de experto se presenta el análisis de la validez de contenido por criterio de jueces. Cada uno de los 21 ítems del cuestionario fue revisado por cuatro jueces competentes, tras la revisión de cada ítem registraron con un Sí para su conformidad de cada ítem. Obteniendo un coeficiente V de Aiken igual a 1 para la estrategia “Aprendo en casa”, lo cual justifica la permanencia de los ítems, valorando como “**perfecto**” según Escurra (1988).

Según Hernández, et al. (2014) define a la validez de expertos al “grado en que un instrumento realmente mide la variable de interés, de acuerdo con expertos en el tema” (p. 204). La aplicación del método de validación por juicio de expertos, se dio con la finalidad de medir la fiabilidad del instrumento. Se aplicó un cuestionario con criterios para tener en cuenta en su validación. Los expertos que se seleccionaron cuentan con el grado académico, la experiencia profesional para la valoración de la metodología propuesta. Se seleccionó a los expertos teniendo en cuenta los siguientes criterios: deben poseer el grado de Maestro o Doctor en el área relacionada a la propuesta.

Tabla 6*Expertos que validaron los instrumentos*

Experto	Grado Académico	Resultados
Dr. Adolfo Osorio Acevedo	Doctor	Aplicable
Mg. Felipa Huillca Mg. Ricalde	Magister	Aplicable
Mg. Jossy Cledy Saboya Gonzales	Magister	Aplicable
Mg. Hellen Diana, Márquez Canelos	Profesora	Aplicable

3.5.2. La confiabilidad

Hernández, et al. (2014) señalan que la confiabilidad se refiere al “grado en que un instrumento produce resultados consistentes y coherentes” (p. 205). En tal sentido la confiabilidad del Inventario Sisco obtuvo una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad de alfa de Cronbach 0,90. Estos niveles de confiabilidad pueden ser valorados como “muy buenos” según DeVellis, (en García, 2006) o elevados según Murphy y Davishofer, (en Hogan, 2004) y para calcular la confiabilidad del instrumentos de la estrategia “Aprendo en casa” se obtuvo una confiabilidad de alfa de Cronbach 0,89. Este nivel de confiabilidad puede ser valorado como “bueno” según George y Mallery (2003), citado en Frías (2021). Cabe indicar para la confiabilidad de este instrumento se realizó a través de la aplicación SPSS Versión 25.

3.6. Procedimiento de recolección de datos

El trabajo de campo es sumamente importante, para ello se elaboró un plan de aplicación de los instrumentos de recojo de información, por lo que se tomó en cuenta las siguientes previsiones:

Se solicitó el oficio de presentación institucional, al IESPP “Nuestra Señora del Rosario” para facilitar el ingreso hacia la institución educativa, la entrega del oficio a la institución educativa “Faustino Maldonado” se dio con el fin de solicitar el apoyo para la aplicación de los instrumentos de recojo de información, asimismo se realizó el seguimiento y coordinación con el subdirector del nivel primario de la institución educativa “Faustino Maldonado”, para la aplicación de los instrumentos de recojo de información; se coordinó con los 10 docentes de V ciclo para la aplicación de los instrumentos de recojo de

información y al mismo tiempo presentarles la tesis, los instrumentos a aplicar y solicitar la autorización (Carta de consentimiento informado), se procedió a organizar los instrumentos por grado y sección para su aplicación de acuerdo al cronograma de trabajo de campo.

La recolección de datos la realizará el mismo investigador, por contar con buenas relaciones con la institución educativa.

Se envió por el WhatsApp de las docentes los instrumentos de investigación a través de un link, para que los mismos docentes repliquen este link a través de su aula virtual los instrumentos a desarrollar.

3.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Una vez obtenidos los datos, se procedió al desarrollo del plan de procesamiento y/o tabulación de la información. Esto implicó la depuración de información con errores de registro o codificación. Para esto se contó con el programa Microsoft Excel y el estadígrafo SPSS (versión 25) para el procesamiento de la información.

3.7.1. Procesamiento de la información

Se empleará el programa del Excel y el software estadístico SPSS (Versión 25), lo cual permite utilizar pruebas descriptivas, distribuciones de frecuencias, gráficas de barras y el análisis de correlación. Para ello, se elabora la matriz de tabulación y antes del vaciado de la información en la base de datos del Excel se realiza la depuración de instrumentos viciados y la codificación de los instrumentos.

3.7.2. Análisis de datos

Nivel descriptivo, Según Hernández, et al. (2014) la distribución de frecuencias es el “conjunto de puntuaciones de una variable ordenadas en sus respectivas categorías” (p. 282) estos mismos autores definen a la media como el “promedio aritmético de una distribución. Es la medida de tendencia central más utilizada” (p. 287) y a la desviación estándar lo señalan como el “promedio de desviación de las puntuaciones con respecto a la media que se expresa en las unidades originales de medición de la distribución” (p. 288). En este sentido, se elabora las tablas de distribución de frecuencias y gráficas de barras para el análisis de la media aritmética y la desviación estándar en las dos variables de estudio.

Prueba de hipótesis, según Hernández, et al. (2014) señala que la prueba de hipótesis es una “proposición respecto de uno o varios parámetros” (p. 299); para evaluar la

relación entre las variables medidas: Estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” se utiliza el estadísticos no paramétrico de Spearman. La interpretación de los datos se realizará mediante el criterio del valor p.

Hernández, et al. (2014) señala que los Coeficientes rho de Spearman y tau de Kendall son “medidas de correlación para variables en un nivel de medición ordinal” (p. 322).

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIONES

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivos

En el presente capítulo se presenta la descripción y el análisis de los resultados como también la media, desviación estándar, varianza y el rango de la investigación realizada a los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”, en relación al estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa”.

Resultados descriptivos de la muestra

Tabla 7

Medidas descriptivas de las variables

	V1: Estrés Académico	V2. Estrategia “Aprendo en Casa
Media	90,74	64,92
Desv. Desviación	19,956	12,938
Varianza	398,248	167,380
Rango	81	70
N° 182		

En la tabla 7 se evidencia los resultados en relación a la media, desviación estándar, varianza y rango; por tal el estrés académico obtuvo la media de 90,74 puntos, la desviación estándar 19,956, la varianza con 398,248 puntos y el rango de 81. En tanto se observa los resultados de medida de tendencia central, desviación estándar dio como resultado a la estrategia “Aprendo en casa” la media de 64,92, la desviación estándar de 12,938; como también la varianza de 167,380 puntos y 70 de rango.

En tal sentido se evidencia que la primera variable presenta mayor variabilidad y dispersión respecto a su media a diferencia de la variable Estrategia “Aprendo en Casa”.

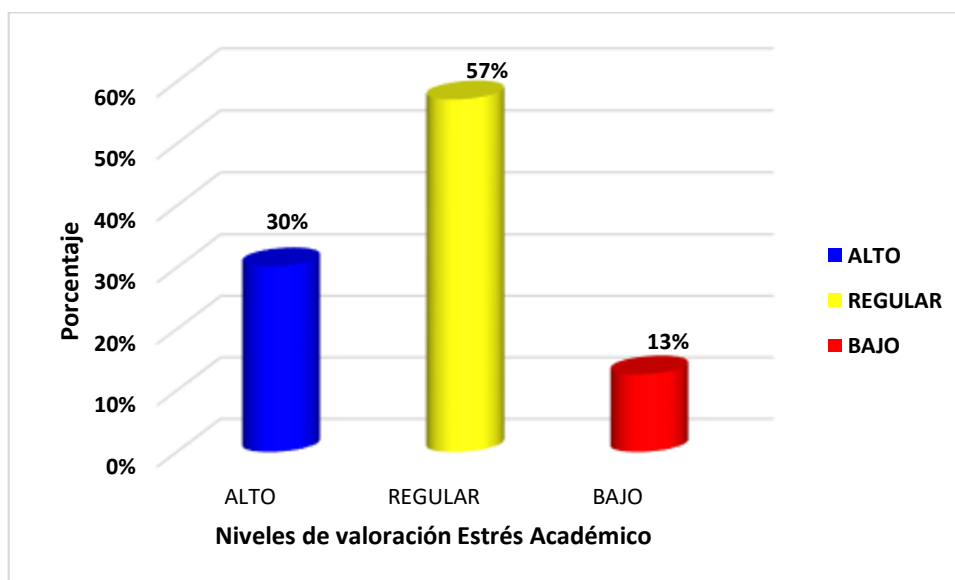
Resultados descriptivos de la frecuencia de la variable frecuencia del Estrés académico y sus dimensiones

Tabla 8

Frecuencia variable Estrés académico

Valores	Frecuencia	Frecuencia acumulada	Porcentaje	Porcentaje acumulada
Alto	55	55	30%	30%
Regular	104	159	57%	87%
Bajo	23	182	13%	100%
Total	182		100%	

Figura 1 *Frecuencia variable Estrés académico*

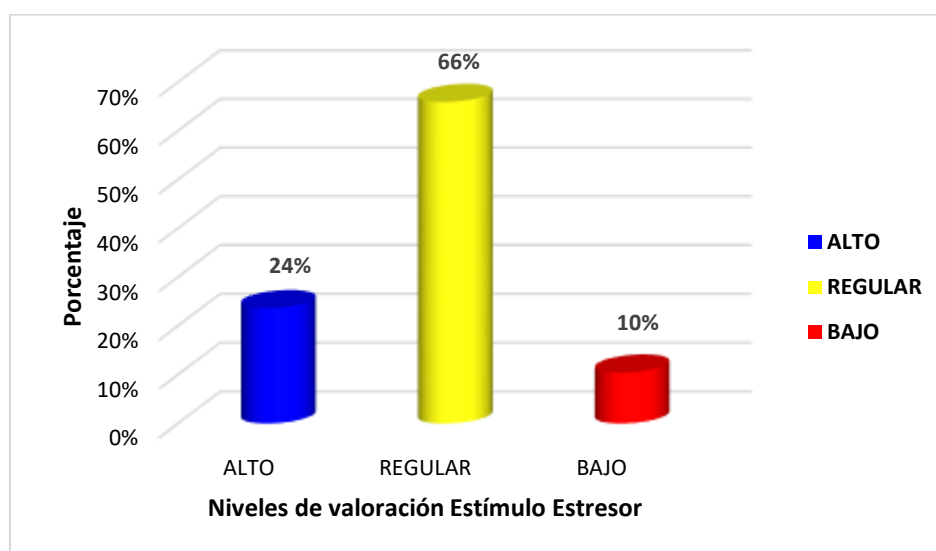


La Tabla 8 y figura 1, muestra los resultados porcentuales de la variable Estrés académico en los estudiantes, los niveles de valoración nos indican que el 57% (104) de los estudiantes muestran un nivel regular de estrés, el 30% (55) presenta un nivel alto y el 13% (23) tiene un nivel bajo.

En tal sentido, el 87% (159) de los estudiantes, respecto a la variable estrés académico, se sitúa en los niveles de valoración de Regular a Alto, por lo que, se deduce que esté asociado a la presencia de estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en sus actividades académicas.

Tabla 9*Frecuencia dimensión Estímulo estresor*

Valores	Frecuencia	Frecuencia acumulada	Porcentaje	Porcentaje acumulada
Alto	43	43	24%	24%
Regular	120	163	66%	90%
Bajo	19	182	10%	100%
Total	182		100%	

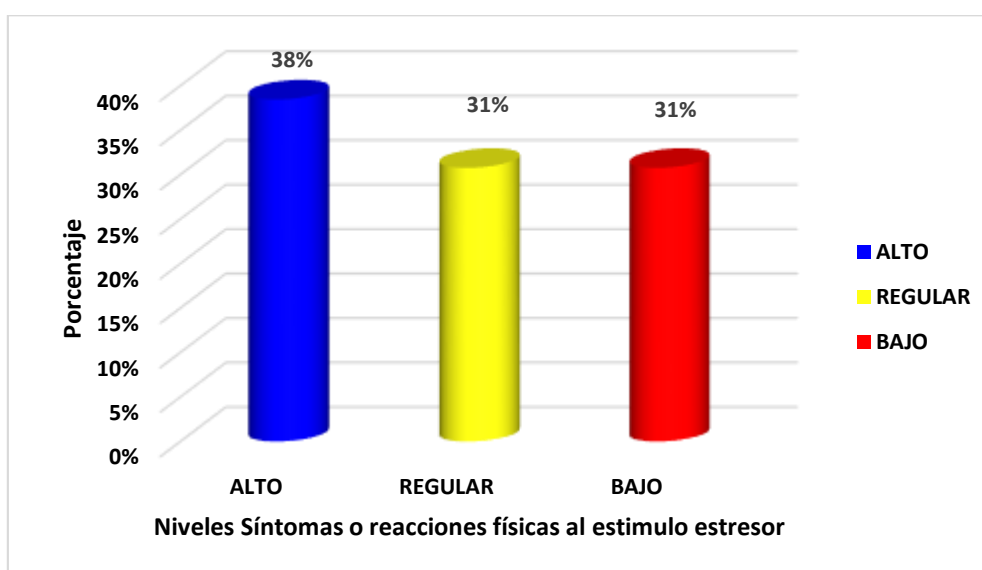
Figura 2 *Frecuencia dimensión Estímulo estresor*

La Tabla 9 y figura 2, muestra los resultados porcentuales en relación a la dimensión Estímulo estresor en los estudiantes, los niveles de valoración nos indican que el 66% (120) de estudiantes se ubica en el nivel regular frente al estímulo estresor de estrés, el 24% (43) presenta un nivel alto y el 10% (19) tiene un nivel bajo.

En tal sentido, el 90% (163) de los estudiantes, respecto a la dimensión estímulo estresor, se sitúa en los niveles de valoración de Regular a Alto, por lo que, se deduce que esté asociado a la presencia de exceso de tareas y al escaso tiempo para realizarlas, así como la dificultad que tienen para desarrollar las actividades, siendo estos unos de los factores que indican los estudiantes que los estresa.

Tabla 10*Frecuencia Síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor*

Valores	Frecuencia	Frecuencia acumulada	Porcentaje	Porcentaje acumulada
Alto	70	70	38%	38%
Regular	56	126	31%	69%
Bajo	56	182	31%	100%
Total	182		100%	

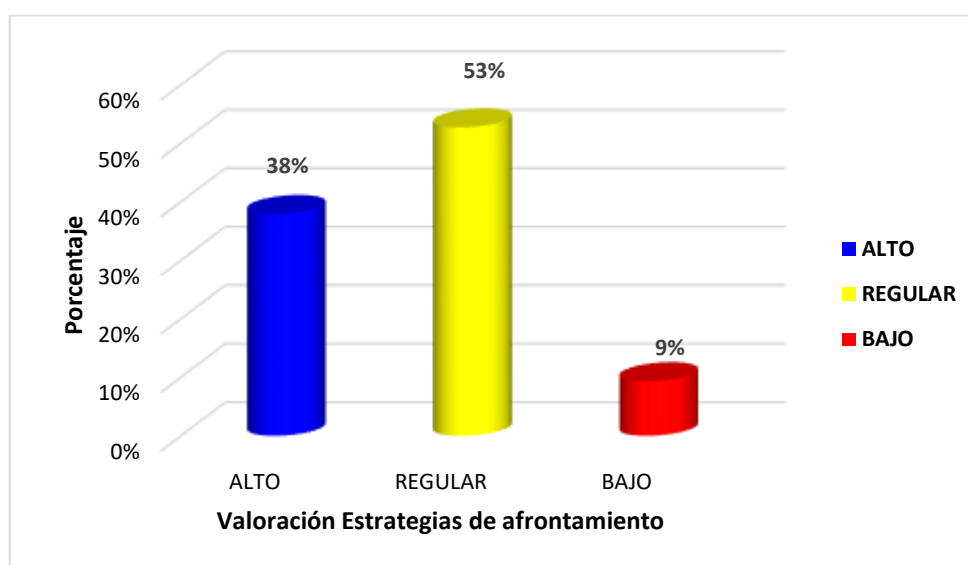
Figura 3 *Frecuencia dimensión Síntomas o reacciones físicas*

La Tabla 10 y figura 3, muestra los resultados porcentuales en relación a la dimensión Síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor en los estudiantes, los niveles de valoración nos indican que el 38% (70) de estudiantes se ubica en el nivel alto frente a los síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor del estrés, el 31% (56) presenta un nivel regular y el 31% (56) tiene un nivel bajo.

En tal sentido, el 69% (126) de los estudiantes, respecto a la dimensión Síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor, se sitúa en los niveles de valoración de Alto a regular, dado que, los estudiantes manifiestan que presentan dolores físicos, ansiedad, problemas para concentrarse, deseos de no realizar sus actividades académicas, esto a causa de los estímulos estresores que presentan.

Tabla 11*Frecuencia dimensión Estrategia de afrontamiento*

Valores	Frecuencia	Frecuencia acumulada	Porcentaje	Porcentaje acumulada
Alto	69	69	38%	38%
Regular	96	165	53%	91%
Bajo	17	182	9%	100%
Total	182		100%	

Figura 4 *Frecuencia dimensión Estrategia de afrontamiento*

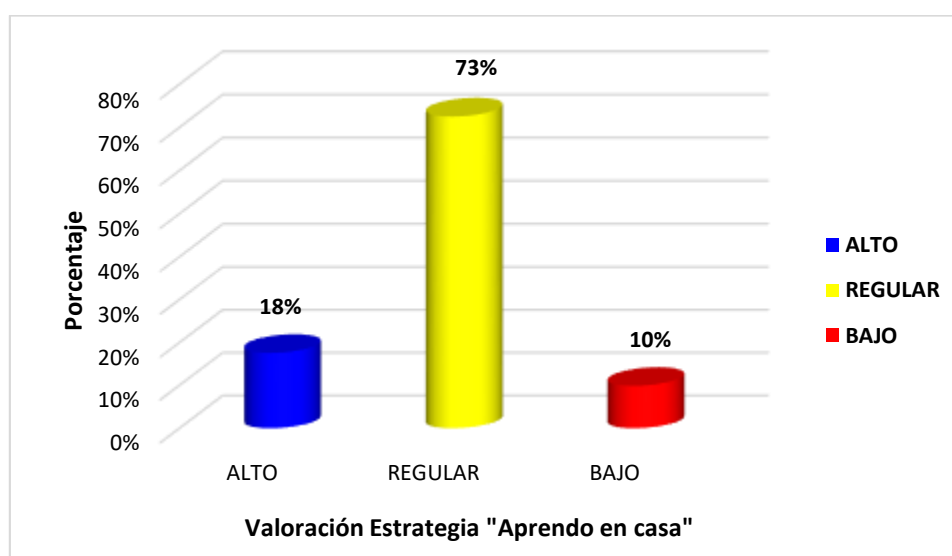
La Tabla 11 y figura 4, muestra los resultados porcentuales en relación a la dimensión Estrategias de afrontamiento en los estudiantes, los niveles de valoración nos indican que el 53% (96) de estudiantes se ubica en el regular frente a las estrategias de afrontamiento del estrés, el 38% (69) presenta un nivel alto y el 9% (17) tiene un nivel bajo.

En tal sentido, el 91% (165) de los estudiantes, respecto a la dimensión Estrategias de afrontamiento, se sitúa en los niveles de valoración de regular a alto, dado que los estudiantes enfocan sus estrategias de afrontamiento en defender sus ideas y en buscar información por diferentes medios para realizar sus actividades académicas y/o en tomar las situaciones que se les presenta con sentido del humor,

Resultados descriptivos de la frecuencia de la dimensión Canales de comunicación de la estrategia Aprendo en casa

Tabla 12*Frecuencia variable Estrategia "Aprendo en casa"*

Valores	Frecuencia	Frecuencia acumulada	Porcentaje	Porcentaje acumulada
Alto	32	32	18%	18%
Regular	132	164	73%	90%
Bajo	18	182	10%	100%
Total	182		100%	

Figura 5 *Frecuencia variable Estrategia "Aprendo en casa"*

La Tabla 12 y figura 5, muestra los resultados porcentuales en relación a la variable Estrategia "Aprendo en casa", los niveles de valoración nos indican que el 73% (132) de estudiantes ubican la ejecución de la estrategia aprendo en casa en el nivel regular, el 18% (32) la ubica en el nivel alto y el 10% (18) la ubica en el nivel bajo.

En tal sentido, el 90% (164) de los estudiantes, respecto a la a la variable Estrategia "Aprendo en casa", se sitúa en los niveles de valoración de regular a alto, ya que los estudiantes consideran que la plataforma "Aprendo en casa" Web es un canal de comunicación adecuado y de fácil acceso, para los docentes y estudiantes. Asimismo, por que los contenidos trabajados han sido muy interesantes y han tenido el acompañamiento constante de los docentes por diferentes herramientas tecnológicas y, porque tanto los docentes como ellos han aprendido mucho del uso adecuado de la tecnología.

4.1.2. Análisis inferencial prueba de normalidad

Tabla 13*Prueba de Normalidad entre las variables*

Variables	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1: Estrés Académico	,098	182	,000	,949	182	,000
V2: Estrategia “Aprendo en Casa”	,090	182	,001	,972	182	,001

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 13, se muestra los resultados de la prueba de normalidad de las variables Estrés Académico y la Estrategia Aprendo en casa, al ser la muestra mayor a 30gl, se decidió analizar los resultados de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, en donde el p-valor en ambas variables es menor a 0.05 ($0.000 < 0.05$), lo que indica, que los datos no siguen una distribución normal. En tal sentido, para la prueba de hipótesis se usa la prueba no paramétrica de correlación de Spearman,

4.1.3. Prueba de hipótesis

Contrastación de hipótesis general

Existe relación significativa entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

Planteamiento de hipótesis estadística

H1: Existe relación significativa entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

H0: No existe relación significativa entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

Nivel de confianza: $\alpha = 0,05 = 95\%$

Estadígrafo de prueba: Rho de Spearman

Criterio de decisión:

Se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna si $p < 0,05$

Se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula si $p > 0,05$

Tabla 14

Prueba de correlación de Rho de Spearman de la hipótesis general

			V1: Estrés Académico	V2: Estrategia “Aprendo en Casa”
Rho de Spearman	V1: Estrés Académico	Coefficiente de correlación	1,000	,221**
		Sig. (bilateral)	.	,003
		N	182	182
	V2: Estrategia “Aprendo en Casa”	Coefficiente de correlación	,221**	1,000
		Sig. (bilateral)	,003	.
		N	182	182

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

Lectura del p- valor: $p = 0,003$

Decisión estadística:

Dado que $p = 0,003$, por consiguiente $0,003 < 0,05$ se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a).

Conclusión estadística:

Existe relación muy significativa entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”, del distrito de Tambopata. Dado que se obtuvo un coeficiente de correlación de $Rho = 0,221$, lo que indica que existe una correlación positiva media.

Contrastación de la hipótesis específica 1

Existe relación significativa entre los estímulos estresores y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

Planteamiento de hipótesis estadística

H1: Existe relación significativa entre los estímulos estresores y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

H0: No existe relación significativa entre los estímulos estresores y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

Nivel de confianza: $\alpha = 0,05 = 95\%$

Estadígrafo de prueba: Rho de Spearman

Criterio de decisión:

Se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna si $p < 0,05$

Se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula si $p > 0,05$

Tabla 15

Prueba de correlación entre la dimensión 1 y la variable 2

		D1: Estímulos estresores	V2: Estrategia “Aprendo en Casa”
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	1,000	,203**
	D1: Estímulos estresores		
	Sig. (bilateral)	.	,006
	N	182	182
	Coeficiente de correlación	,203**	1,000
	V2: Estrategia “Aprendo en Casa”		
Sig. (bilateral)	,006	.	
N	182	182	

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

Lectura del p- valor: $p = 0,006$

Decisión estadística:

Dado que $p = 0,006$ por consiguiente $0,003 < 0,05$ se rechaza la hipótesis nula (H0) y se acepta la hipótesis alterna (Ha).

Conclusión estadística:

Existe relación muy significativa entre los estímulos estresores y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata. Dado que se obtuvo un coeficiente de correlación de $Rho = 0,203$, lo que indica que existe una correlación positiva media.

Contrastación de la hipótesis específica 2

Existe relación significativa entre los síntomas o reacciones al estímulo estresor y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

Planteamiento de hipótesis estadística

HE1: Existe relación significativa entre los síntomas o reacciones al estímulo estresor y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

HE0: No existe relación significativa entre los síntomas o reacciones al estímulo estresor y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

Nivel de confianza: $\alpha = 0,05 = 95\%$

Estadígrafo de prueba: Rho de Spearman

Criterio de decisión:

Se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna si $p < 0,05$

Se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula si $p > 0,05$

Tabla 16

Correlación entre la dimensión 2 y la variable 2

		D2 Síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor	V2: Estrategia “Aprendo en Casa”
Rho de Spearman	D2 Síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)	1,000 .
		N	,191** ,010
	V2: Estrategia “Aprendo en Casa”	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)	,191** ,010
		N	1,000 .
			182 182

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

Lectura del p- valor: $p = 0,010$

Decisión estadística:

Dado que $p = 0,010$ por consiguiente $0,003 < 0,05$ se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a).

Conclusión estadística:

Existe relación muy significativa entre los síntomas o reacciones al estímulo estresor y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata. Dado que se obtuvo un coeficiente de correlación de $Rho = 0,191$, lo que indica que existe una correlación positiva débil.

Contrastación de la hipótesis específica 3

Existe relación significativa entre la estrategia de afrontamiento y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

Planteamiento de hipótesis estadística

HE1: Existe relación significativa entre la estrategia de afrontamiento y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

HE0: Existe relación significativa entre la estrategia de afrontamiento y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.

Nivel de confianza: $\alpha = 0,05 = 95\%$

Estadígrafo de prueba: Rho de Spearman

Criterio de decisión:

Se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna si $p < 0,05$

Se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula si $p > 0,05$

Tabla 17*Correlación entre la dimensión 3 y la variable 2*

			D3: Estrategia de afrentamiento	V2: Estrategia “Aprendo en Casa”
Rho de Spearman	D3: Estrategia de afrentamiento	Coefficiente de correlación	1,000	,221**
		Sig. (bilateral)	.	,003
		N	182	182
	V2: Estrategia “Aprendo en Casa”	Coefficiente de correlación	,221**	1,000
		Sig. (bilateral)	,003	.
		N	182	182

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

Lectura del p- valor: $p = 0,003$

Decisión estadística:

Dado que $p = 0,003$ por consiguiente $0,003 < 0,05$ se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a).

Conclusión estadística:

Existe relación significativa entre la estrategia de afrontamiento y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata. Dado que se obtuvo un coeficiente de correlación de $Rho = 0,221$, lo que indica que existe una correlación positiva media.

4.2. Discusiones de resultados

En relación a los resultados obtenidos, según el objetivo específico 1, determinar en qué medida los estímulos estresores se relaciona con la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”, del distrito de Tambopata, se determinó que existe una correlación positiva media muy significativa entre la dimensión estímulo estresor y la variable estrategia “Aprendo en Casa, la cual obtuvo un p-valor menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de Spearman de $r = 203$. Según Oria (2019) en su estudio de investigación titulado “Estrés en estudiantes de tercero a quinto grado de primaria de una institución educativa en Lima” de la Institución Educativa Particular y Mixta del Distrito de San Miguel, Como resultado del estudio, destaca el nivel alto de estrés que tienen los estudiantes; asimismo se evidencia que el componente de estrés el cognitivo tiene la mayor medida, seguido de afectivo, fisiológico y conductual respectivamente. Llegó a la conclusión en cuanto a los componentes de estrés, sobresale el cognitivo en los tres grados de escolaridad; y respecto a los ámbitos de estrés, destaca el académico en tercero y cuarto grado. Resultados que evidencian que el estímulo cognitivo es el estresor que más se presenta en los estudiantes.

Dado el objetivo específico 2: En qué medida los síntomas o reacciones al estímulo estresor se relaciona con estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”, del distrito de Tambopata, se determinó que existe una correlación positiva débil muy significativa entre la dimensión síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor y la variable estrategia “Aprendo en Casa, la cual obtuvo un p valor menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de Spearman de $r = 191$. Resultados que al ser contrastados con Núñez (2019) en su trabajo de investigación denominado “Estrés académico y hábitos de estudio en los estudiantes del 4° y 5° grado de educación secundaria de la I.E. Guillermo Billinghurts, Puerto Maldonado, Madre de Dios, 2018”, dentro de uno de sus resultados reveló que el 63.4% de los estudiantes tienen un bajo nivel de estrés académico; en relación a los síntomas físicos, psicológicos y comportamentales; resultado que se basa en lo señalado por Berrío y Mazo (2011) el estrés académico es la reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva conductual ante los estímulos y eventos académicos.

De acuerdo al objetivo específico 3, determinar en qué medida la estrategia de afrontamiento se relaciona con estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo

de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata, se determinó que existe una correlación positiva media muy significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable estrategia “Aprendo en Casa, la cual obtuvo un p valor menor a 0,05 y un coeficiente de correlación de Spearman de $r = 221$. Resultado que de acuerdo con Barraza (2008) una persona, en determinados momentos, debe contar principalmente con estrategias defensivas, y en otros con estrategias que sirvan para resolver el problema, todo ello a medida que va cambiando su relación con el entorno

En lo que respecta al objetivo general, establecer en qué medida el estrés académico se relaciona con la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata. Se obtuvo como resultado que existe relación positiva media muy significativa entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”, del distrito de Tambopata. Dado que se obtuvo un coeficiente de correlación de $Rho = 0,221$, datos que al ser contrastados con Llancari (2019) en su trabajo de investigación denominado “Estrés en estudiantes del sexto grado de primaria del distrito de Acobamba Huancavelica”, quien concluyó que la mayoría de los estudiantes en un 69% muestran un estrés caracterizado como medio, siendo significativo. En contraste con los resultados se afirma que el estrés académico se relaciona con la estrategia “Aprendo en Casa”. Por otro lado, Berrospi (2021) en su estudio de investigación titulado “Estrategia aprendo en casa y el desempeño del tutor virtual en las instituciones educativas JEC, Tarma, Junín, 2020”, concluye que la estrategia aprendo en casa, el canal de comunicación, los contenidos de la semana, la retroalimentación a estudiantes, la evaluación formativa, el portafolio de evidencias se relacionan significativamente con el desempeño del tutor virtual en las instituciones educativas con jornada escolar completa. Estudio que complementa el trabajo realizado en la estrategia Aprendo en casa por los docentes y que ha sido considerado por los estudiantes como una de las causas que origina el estrés académico en ellos.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primero. En términos generales se estableció que el estrés académico se relaciona muy significativamente con la estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”, dado que esté asociado a la presencia de estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en sus actividades académicas con la estrategia “Aprendo en Casa”.

Segundo. En relación al primer objetivo específico, se determinó que existe una correlación positiva media muy significativa entre la dimensión estímulo estresor y la variable estrategia “Aprendo en Casa, asociado a la presencia de exceso de tareas y al escaso tiempo para realizarlas; así como la dificultad que tienen para desarrollar las actividades.

Tercero. Con respecto al segundo objetivo específico, se determinó que existe una correlación positiva débil muy significativa entre la dimensión síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor y la variable estrategia “Aprendo en Casa, debido a que los estudiantes manifestaron que presentan dolores físicos, ansiedad, problemas para concentrarse, deseos de no realizar sus actividades académicas.

Cuarto. Con respecto al tercer objetivo específico se determinó que existe una correlación positiva media muy significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable estrategia “Aprendo en Casa, dado que los estudiantes enfocan sus estrategias de afrontamiento en defender sus ideas y en buscar información por diferentes medios para realizar sus actividades académicas.

5.2. Recomendaciones

Primero. En atención a los resultados obtenidos en esta investigación se sugiere a las autoridades educativas de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado”

capacitar a los docentes en el manejo de las emociones y habilidades blandas, para hacer frente al estrés académico en los estudiantes.

Segundo. En atención a los resultados obtenidos en esta investigación se sugiere a las autoridades educativas de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” dar charlar a los estudiantes sobre el manejo de sus emociones y estrategias de afrontamiento para hacer frente y prevenir el estrés académico en los estudiantes.

Tercero. En atención a los resultados obtenidos en esta investigación se sugiere a las autoridades educativas de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” capacitar a los docentes en el manejo de herramientas digitales y equipos tecnológicos para fortalecer el trabajo remoto de la estrategia Aprendo en casa.

Cuarto. Se sugiere al equipo directivo, jerárquico y formadores del IESPP “Nuestra Señora del Rosario” capacitar a los estudiantes en el manejo de las emociones, habilidades blandas, estrategias de afrontamiento y en el manejo de herramientas digitales para hacer frente al estrés académico y mejorar el trabajo remoto en los estudiantes durante la realización de la práctica pre profesional.

REFERENCIA

- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación – Introducción a la investigación Científica*. Caracas - República Bolivariana de Venezuela: Episteme.
- Carrasco, S. (2005). *Metodología de la Investigación Científica. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar proyectos de investigación* (Primera ed.). Perú: San Marcos.
- Corral, Y. (Enero - Junio de 2009). Validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos. *Revista Ciencias de la Educación*, 19(33), 228-247. Obtenido de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/>
- De la Puente, L. (2015). *Motivación hacia la lectura, hábito de lectura y comprensión de textos en estudiantes de psicología de dos universidades particulares de Lima*. Maestría en Psicología Educaional, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Escuela de Postgrado, Lima, Perú. Obtenido de <http://repositorio.minedu.gob.pe/handle/123456789/4758>
- Errázuriz, M., & Fuentes, L. (Julio - Setiembre de 2020). ¿Comprendemos más los textos si nos gusta leer?: Actitudes y desempeños lectores del estudiantado de escuelas públicas de la Araucanía, Chile. *Scielo*, 20(3), 550-589. doi:<https://doi.org/10.1590/1984-6398202015350>
- Escurra, L. (1988). Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, 6(1-2). Obtenido de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/4555>
- Frías-Navarro, D. (2021). Apuntes de consistencia interna de las puntuaciones de un instrumento de medida Universidad de Valencia. España. Obtenido de <https://www.uv.es/friasnav/AlfaCronbach.pdf>
- Gallardo, Y., & Moreno, A. (1999). *Serie Aprender a Investigar. Módulo 3 - Recolección de la Información* (3era ed.). Santa Fe de Bogotá, Colombia.

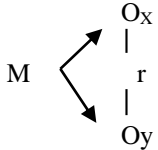
- Guachalá, R. (2019). *Estrategias didácticas para la motivación a la lectura de los estudiantes*. Licenciatura en Educación, Universidad Central del Ecuador, Quito. Obtenido de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/19923/1/T-UCE-0010-FIL-585.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación* (4ta ed.). México, México: McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: Interamericana Editores S.A. DE C.V.
- Lima, R. (2017). Manual de proyectos de investigación Aplicada. *Universidad César vallejo*. Lima-Perú. Obtenido de <https://es.slideshare.net/rociolima06/guia-de-tesis-72048645>
- Mora, P., & Villanueva, J. (Enero-Junio de 2019). La motivación hacia la lectura de textos literarios. *Cedotic. Revista de la Facultad de Ciencias de la Educación*, 4(1), (95-114). Obtenido de <http://investigaciones.uniatlantico.edu.co/revistas/index.php/CEDOTIC/article/view/2275>
- Mórón, V. (2018). *Influencia de los niveles de lectura en el rendimiento académico de los estudiantes del III-ciclo de la institución educativa Aplicación de Puerto Maldonado - 2016*. Licenciatura en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios-UNAMAD, Facultad de Educación y Humanidades, Puerto Maldonado. Obtenido de <http://repositorio.unamad.edu.pe/handle/UNAMAD/406>
- Navarro, S. (s/f). Estadística. Estelí- Nicaragua.
- Orellana, P., & Baldwin, P. (08 de Junio de 2016). Motivación y desempeño lector en niñas y niños chilenos: Un estudio exploratorio. *Educationis Momentum*, 2(1), 8-28. Obtenido de <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/emomentum/article/view/77>
- Ortiz, V. (2020). *La enseñanza inicial de la lectura y escritura en la relación al desempeño lector*. Tesis de Maestría en Pedagogía, Universidad Técnica de Ambato, Programa de Posgrado, Ambato, Ecuador. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/31656>

- Pulido, O. (2020). *Motivación hacia la lectura y comprensión lectora en estudiantes de quinto de primaria de una institución educativa del callao*. Maestría en Educación, Universidad San Ignacio de Loyola, Escuela de Postgrado, Lima – Perú. Obtenido de <http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/9781>
- Quispe, D., & Yudith, M. (2018). *Estrategias de aprendizaje y niveles de comprensión lectora en estudiantes de sexto grado de primaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de las Mercedes de Puerto Maldonado, 2018*. Licenciatura en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios - UNAMAD, Facultad de Educación, Puerto Maldonado. Obtenido de <http://repositorio.unamad.edu.pe/handle/UNAMAD/568>
- Sánchez, E. (2021). *Relación entre motivación a la lectura, hábitos lectores y creencias lectoras en docentes de educación primaria, Trujillo – 2020*. Doctorado en Educación, Universidad César Vallejo, Escuela de Posgrado, Trujillo – Perú . Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/56102>
- Sierra, C. (2019). *Nivel de comprensión lectora en estudiantes del sexto grado de primaria de una institución educativa pública del callao*. Maestría en educación con mención en aprendizaje y desarrollo humano, San Ignacio de Loyola, Escuela de Posgrado, Callao- Perú. Obtenido de http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/8901/1/2019_Sierra-Tapia.pdf
- Silva, I., & Reategui, E. (2020). *Nivel de comprensión lectora y logro de aprendizaje en estudiantes del quinto grado de primaria de la Institución Educativa Aplicación de Puerto Maldonado, 2019*. Licenciatura en Educación, Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios-UNAMAD, Facultad de Educación-Escuela Profesional de Educación, Puerto Maldonado. Obtenido de <http://repositorio.unamad.edu.pe/handle/UNAMAD/721>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de Consistencia

TÍTULO: El estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES / DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p>PROBLEMA GENERAL:</p> <p>¿En qué medida el estrés académico se relaciona con la Estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Establecer en qué medida el estrés académico se relaciona con la Estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL:</p> <p>Existe relación significativa entre el estrés académico y la estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.</p>	<p>Variable 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Estrés Académico <p><u>Dimensiones</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Estímulos estresores ▪ Síntomas o reacciones al estímulo estresor ▪ Estrategia de afrontamiento 	<p>Tipo de investigación No experimental - Transversal</p> <p>Diseño de investigación Descriptivo – correlacional</p>  <pre> graph LR M --> OX M --> OY OX --- r --- OY </pre>

<p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS:</p> <p>PE₁: ¿En qué medida los estresores se relaciona la Estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata?</p> <p>PE₂: ¿En qué medida los síntomas o reacciones físicas se relaciona la Estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata?</p> <p>PE₃: ¿En qué medida la estrategia de afrontamiento se relaciona la Estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata?</p>	<p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</p> <p>OE₁: Determinar en qué medida los estímulos estresores se relaciona con la Estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.</p> <p>OE₂: Determinar en qué medida los síntomas o reacciones físicas al estímulo estresor se relaciona con Estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.</p> <p>OE₃: Determinar en qué medida la estrategia de afrontamiento se relaciona con Estrategia “Aprendo en casa” en los estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.</p>	<p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS:</p> <p>HE₁: Existe relación significativa entre los estresores y la Estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.</p> <p>HE₂: Existe relación significativa entre los síntomas o reacciones físicas y la Estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.</p> <p>HE₃: Existe relación significativa entre la estrategia de afrontamiento y la Estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata.</p>	<p>Variable 2</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Estrategia “Aprendo en Casa” <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Canales de comunicación ▪ Contenidos de la semana ▪ Acompañamiento al estudiante ▪ Evidencias de aprendizaje 	<p>Población: 338 estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata - 2020</p> <p>Muestra:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 182 estudiantes del V Ciclo de la Institución Educativa “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata– 2020 <p>Técnicas e instrumentos de recojo de datos</p> <p>Inventario Sisco</p> <p>Encuesta: Cuestionario de encuesta</p> <p>Técnicas de análisis de datos</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Paquete estadístico SPSS versión 25 en español. ▪ Correlación Rho de Spearman,
---	--	---	---	---

Anexo 2: Matriz de operacionalización

Variables (Definición conceptual)	Variables (Definición operacional)	Dimensiones	Indicadores	Ítems / Índices	Valor final
Variable 1: Estrés Académico Es el proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos: Primero: el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno, son consideradas como <u>estresores</u> ; Segundo: esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta en una serie de <u>síntomas</u> (indicadores del desequilibrio). Tercero: ese desequilibrio sistémico obliga al alumno a realizar acciones de <u>afrontamiento</u> para restaurar el equilibrio sistémico” (Barraza, Jaik; 2011, p. 61)	El estrés académico es la respuesta de una serie de estresores que generan el desequilibrio y este a su vez afloran síntomas de desequilibrio sistémico, todo ello va a permitir que el individuo pueda proponer acciones para afrontar estas situaciones de desequilibrio sistémico.	Dimensión 1: Estímulos Estresores Señala que los estresores se presentan en situaciones fundamentales como alejamiento de las parejas, caer enfermo la persona o un integrante de la familia, deceso de un familiar, examen final, entre otros. Demasiado trabajo, vinculo externo estudios, así como las dificultades educacionales, las lejanías sentimentales, las dificultades familiares. (Barraza & Silerio, el estrés académico en alumnos de educación media superior: Un estudio comparativo, 2007)	1.1 Situaciones	Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones cuando estabas preocupado o nervioso: 1. La competencia con los compañeros del grupo. 2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares 3. La personalidad y carácter del profesor. 4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.) 5. El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) 6. No entender los temas que se abordan en la clase. 7. Participan en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.) 8. Tiempo limitado para hacer el trabajo. Otra _____ (especifique).	(1) Nunca (2) Rara vez (3) Algunas veces (4) Casi siempre (5) Siempre
		Dimensión 2: Síntomas o Reacciones al Estímulo Estresor		2.1 Reacciones físicas	Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas

		<p>Refiere que existen 3 síntomas o reacciones diferentes en el individuo: Los síntomas físicos: Tensión en la cabeza, agotamiento, presión arterial elevada, problemas gástricos, falta de capacidad para llegar a cumplir un objetivo, dolor de espalda, dificultad para conciliar el sueño, gripes, disminución o pérdida de peso, gestos que expresan la molestia del individuo entre otros. Los síntomas psicológicos: nerviosismo, desanimo, sensación de pensar que no los toman en cuenta, cólera excesiva, dificultad para tomar decisiones, poca confianza en uno mismo, inquietud, poca motivación, dificultad para controlar una situación, pensamientos negativos hacia la vida, preocupación por los sucesos que le causan estrés, dificultada para poder concentrarse entre otros. Los síntomas comportamentales: ganas de fumar constantemente, olvidarse las cosas constantemente, conflictos a diarios ante las situaciones que se le presente, dificultad para realizar las tareas que se le asigna, aumento o disminución de alimentos, poco interés sobre su persona y asimismo hacia los demás. (Barraza & Silerio, el estrés académico en alumnos de educación media superior: Un estudio comparativo, 2007)</p>		<p>cuando estabas preocupado o nervioso: 9. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas). 10. Fatiga crónica (cansancio permanente). 11. Dolores de cabeza o migrañas. 12. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea. 13. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc. 14. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.</p>	<p>(2) Rara vez (3) Algunas veces (4) Casi siempre (5) Siempre</p>
			<p>2.2 Reacciones Psicológicas</p>	<p>Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones psicológicas cuando estabas preocupado o nervioso: 15. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo). 16. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído). 17. Ansiedad, angustia o desesperación. 18. Problemas de concentración. 19. Sentimiento de agresividad aumento de irritabilidad.</p>	<p>(1) Nunca (2) Rara vez (3) Algunas veces (4) Casi siempre (5) Siempre</p>
			<p>2.3. Reacciones comportamentales</p>	<p>Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso: 20. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir. 21. Aislamiento de los demás. 22. Desgano para realizar las labores escolares.</p>	<p>(1) Nunca (2) Rara vez (3) Algunas veces (4) Casi siempre (5) Siempre</p>

				23. Aumento o reducción del consumo de alimentos. Otra _____ (especifique).	
		<p>DIMENSIÓN 3: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</p> <p>Considera que la estrategia de afrontamiento se da “Cuando el impulso de tensión desarrolla en la persona diversas características es que se observa un trastorno sistemático en su vínculo con el ambiente, la persona debe desempeñarse para reparar el desequilibrio presentado. Ese procedimiento de conducta es realizado a una optimización que tiene como fin la habilidad de afrontar; cuando el ambiente se siente con amenaza para la persona es este procedimiento mental de entender el que se lleva a cabo”. (Barraza, 2008)</p>	3.1. Estrategias de afrontamiento	<p>Señala con qué frecuencia utilizaste las estrategias para enfrentar la situación que te causada la preocupación o el nerviosismo:</p> <p>24. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros). 25. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas. 26. Elogios a sí mismo. 27. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa). 28. Búsqueda de información sobre la situación. 29. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa). Otra _____ (especifique).</p>	<p>(1) Nunca (2) Rara vez (3) Algunas veces (4) Casi siempre (5) Siempre</p>

Anexo 3: Instrumento de recojo de información

Inventario SISCO de estrés académico

Datos generales:

Grado: _____

Sección: _____

Instrucciones:

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes durante sus estudios. La sinceridad con que respondan será de gran utilidad para la investigación. La información que proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

1. Durante el transcurso del año escolar 2020-2021 ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Sí No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala **del 1 al 5**, señala tu nivel de **preocupación o nerviosismo**, donde (1) es poco y (5) es mucho.

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

Dimensión: Estímulos estresores					
Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones cuando estabas preocupado o nervioso:	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1. La competencia con los compañeros del grupo.					
2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y carácter del profesor.					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
5. El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6. No entender los temas que se abordan en la clase.					
7. Participan en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
8. Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra (especifique).					
Dimensión: Síntomas o reacciones al estímulo estresor					
Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas cuando estabas preocupado o nervioso:	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					

10. Fatiga crónica (cansancio permanente).					
11. Dolores de cabeza o migrañas.					
12. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
13. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
14. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones psicológicas cuando estabas preocupado o nervioso:	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
16. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
17. Ansiedad, angustia o desesperación.					
18. Problemas de concentración.					
19. Sentimiento de agresividad aumento de irritabilidad.					
Señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso:	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
20. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
21. Aislamiento de los demás.					
22. Desgano para realizar las labores escolares.					
23. Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
Otra (especifique).					
Dimensión: Estrategias de afrontamientos					
Señala con qué frecuencia utilizaste las estrategias para enfrentar la situación que te causada la preocupación o el nerviosismo:	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
24. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
25. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
26. Elogios a sí mismo.					
27. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
28. Búsqueda de información sobre la situación.					
29. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					
Otra (especifique).					

¡Gracias por tu colaboración!

Cuestionario Estrategia “Aprendo en Casa”

Datos generales:

Grado: _____ Edad: _____

Objetivo: El presente cuestionario tiene como finalidad recoger información relacionado a la estrategia Aprendo en Casa. La sinceridad con que respondan será de gran utilidad para la investigación. La información que proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales.

Instrucciones:

Estimado(a) participante, marcar con una equis (X) la respuesta que mejor represente tu percepción, favor de marcar todas las preguntas sin dejar ninguna. Para ello usar la escala y valor asignado.

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

ITEMS	VALORACIÓN				
DIMENSIÓN 1: Canales de Comunicación	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1. Realizas las actividades de aprendizaje propuestas por el programa “Aprendo en Casa” escuchando la radio.					
2. Tomas apuntes cuando escuchas el programa “Aprendo en Casa” a través de la radio.					
3. Los programas de “Aprendo en Casa” emitidos por la radio profundizan el tema.					
4. Realizas tus actividades de aprendizaje propuestas por el programa “Aprendo en Casa” mirando la televisión.					
5. Tomas apuntes cuando miras el programa “Aprendo en Casa” a través de la televisión.					
6. Llama tu atención los temas propuestos en el programa “Aprendo en Casa” emitidos por la televisión					
7. Ingresas a la plataforma “Aprendo en Casa” para explorar y realizar tus actividades de aprendizaje.					
8. Te parece fácil ingresar a la plataforma “Aprendo en Casa” para explorar y realizar las actividades y recursos de aprendizaje.					
9. Exploras y descargas los recursos y actividades de aprendizajes de la plataforma “Aprendo en Casa”.					
DIMENSIÓN 2: Contenidos de la Semana	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10. Tu profesor(a) utiliza los recursos y actividades de la plataforma "Aprendo en Casa".					
11. Tu profesor(a) adapta las actividades de aprendizaje de la plataforma “Aprendo en Casa” y te las envía.					
12. Tu profesor(a) te envía otras actividades de aprendizaje que no está en la plataforma de “Aprendo en Casa”.					
DIMENSIÓN 3: Acompañamiento al estudiante	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13. Tu profesor(a) utiliza herramientas virtuales como: el Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams para desarrollar las actividades de aprendizaje.					
14. Consideras que las herramientas virtuales: Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite participar en tus actividades de aprendizaje.					

15. Las herramientas virtuales: Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite interactuar con tus compañeros en el desarrollo de tus actividades de aprendizaje.					
16. Tu profesor(a) te orienta después de haber enviado tus actividades de aprendizaje.					
17. Tu profesor(a) te devuelve con apreciaciones las actividades de aprendizaje realizadas.					
DIMENSIÓN 4: Evidencias de aprendizaje	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18. Es fácil realizar las actividades de aprendizaje de la estrategia “Aprendo en Casa”.					
19. Envías diariamente tus actividades de aprendizaje e la estrategia “Aprendo en Casa”.					
20. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia “Aprendo en Casa” las organizas en un cuaderno.					
21. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia “Aprendo en Casa” las organizas en un portafolio.					

¡Gracias por tu colaboración!

Anexo 4: Validez y confiabilidad de los instrumentos

RESUMEN DE LA VALIDEZ DE CONTENIDO POR CRITERIO DE JUECES EXPERTOS CUESTIONARIO SOBRE ESTRATEGIA "APRENDO EN CASA"

DIMENSIONES	CRITERIOS				PROMEDIO V Aiken (V)
	REDACCIÓN V Aiken (V)	CLARIDAD V Aiken (V)	COHERENCIA V Aiken (V)	PERTINENCIA V Aiken (V)	
Dimensión 1: Canales de comunicación	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Dimensión 2: Contenidos de la semana	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Dimensión 3: Acompañamiento al estudiante	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Dimensión 4: Evidencias de aprendizaje	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
PROMEDIO	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00

$P < 0,05$

Fiabilidad

Escala: Variable 2_Estrés Académico

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	18	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	18	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,891	21



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
 "NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO" – PUERTO MALDONADO
 D.S.N°12-85.ED del 20 de Febrero de 1985
 REVALIDADA CON R.D. N° 00087-2020-MINEDU/VMGP/DIGEDD/DIFOID
 EN PROCESO DE LICENCIAMIENTO



**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CONTENIDO (JUICIO DE EXPERTO)
 ENCUESTA QUE MIDE LA VARIABLE 2: ESTRATEGIA "APRENDO EN CASA"**

TÍTULO: El estrés académico y la estrategia "Aprendo en Casa" en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular "Faustino Maldonado" del distrito de Tambopata

AUTORA: Maruja Mateo Panduro

INSTRUCCIONES: Por favor coloque en cada casilla un aspa (X) correspondiente al aspecto cualitativo de cada ítem, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son: Redacción, claridad, coherencia y pertinencia con los indicadores, dimensiones y variable de estudio. En la casilla de observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada pregunta.

VARIABLE 2 Estrategia "Aprendo en Casa"										
Indicadores	Dimensiones / Ítems	CRITERIOS A EVALUAR								Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
		Redacción ¹		Claridad ²		Coherencia ³		Pertinencia ⁴		
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
Radio	1. Realizas las actividades de aprendizaje propuestas por el programa "Aprendo en Casa" escuchando la radio.	X		X		X		X		
	2. Tomas apuntes cuando escuchas el programa "Aprendo en Casa" a través de la radio.	X		X		X		X		
	3. Los programas de "Aprendo en Casa" emitidos por la radio profundizan el tema.	X		X		X		X		
Televisión	4. Realizas tus actividades de aprendizaje propuestas por el programa "Aprendo en Casa" mirando la televisión.	X		X		X		X		
	5. Tomas apuntes cuando miras el programa "Aprendo en Casa" a través de la televisión.	X		X		X		X		
	6. Llama tu atención los temas propuestos en el programa "Aprendo en Casa" emitidos por la televisión.	X		X		X		X		
Web	7. Ingresas a la plataforma "Aprendo en Casa" para explorar y realizar tus actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		



	8. Te parece fácil ingresar a la plataforma "Aprendo en Casa" para explorar y realizar las actividades y recursos de aprendizaje.	X		✓		X		X		
	9. Exploras y descargas los recursos y actividades de aprendizajes de la plataforma "Aprendo en Casa".	X		✓		X		X		
Indicadores	DIMENSIÓN 2: Contenido de la semana	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Adaptación	10. Tu profesor(a) utiliza los recursos y actividades de la plataforma "Aprendo en Casa"	X		✓		✓		X		
	11. Tu profesor(a) adapta las actividades de aprendizaje de la plataforma "Aprendo en Casa" y te las envía.	X		✓		✓		X		
	12. Tu profesor(a) te envía otras actividades de aprendizaje que no está en la plataforma de "Aprendo en Casa"	X		✓		X		X		
Indicadores	DIMENSIÓN 3: Acompañamiento al estudiante	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Remota	13. Tu profesor(a) utiliza herramientas virtuales como el Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams para desarrollar las actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		
	14. Consideras que las herramientas virtuales Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite participar en tus actividades de aprendizaje.	X		✓		✓		✓		
	15. Las herramientas virtuales Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite interactuar con tus compañeros en el desarrollo de tus actividades de aprendizaje.	X		✓		✓		✓		
Retroalimentación	16. Tu profesor(a) te orienta después de haber enviado tus actividades de aprendizaje.	X		✓		✓		✓		
	17. Tu profesor(a) te devuelve con apreciaciones las actividades de aprendizaje realizadas.	X		X		✓		✓		
Indicadores	DIMENSIÓN 4: Evidencias de aprendizaje	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Portafolio de evidencias	18. Es fácil realizar las actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa"	X		X		X		X		
	19. Envías diariamente tus actividades de aprendizaje e la estrategia "Aprendo en Casa".	X		✓		✓		X		



20. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa" las organizas en un cuaderno	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		
21. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa" las organizas en un portafolio	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		

ASPECTOS GENERALES	SI	NO	Observaciones
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario	<input checked="" type="checkbox"/>		
Los ítems permiten el objetivo del logro de la investigación	<input checked="" type="checkbox"/>		
Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial	<input checked="" type="checkbox"/>		
Los números de ítem son suficientes para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir	<input checked="" type="checkbox"/>		
OPINIÓN DE APLICABILIDAD	SI	NO	Observaciones
Aplicable	<input checked="" type="checkbox"/>		
Aplicable después de corregir			
No aplicable			

DATOS PERSONALES DEL JUEZ EVALUADOR				
Apellidos y Nombres	DNI N°	Especialidad	Grado Académico	Institución donde labora
OSORIO ACEVEDO, Adolfo	04821041	EDUC. PRIMARIA	DOCTOR	SEÑOR DE LOS MILAGROS

Puerto Maldonado...⁰¹ de agosto de 2021.




.....
Dr. Adolfo Usorio Acevedo

Firma y post firma

DNI: 04821041

LEYENDA:

1. Redacción: Los indicadores e items están redactados considerando los elementos necesarios.
2. Claridad: Está formulado con un lenguaje apropiado. Se entiende sin dificultad, es conciso, exacto y directo
3. Coherencia: Existe coherencia entre los items, indicadores, dimensiones y variables
4. Pertinencia: El item corresponde al concepto teórico formulado.



MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CONTENIDO (JUICIO DE EXPERTO)
ENCUESTA QUE MIDE LA VARIABLE 2: ESTRATEGIA "APRENDO EN CASA"

TÍTULO: El estrés académico y la estrategia "Aprendo en Casa" en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular "Faustino Maldonado" del distrito de Tambopata

AUTORA: Maruja Mateo Panduro.

INSTRUCCIONES: Por favor coloque en cada casilla un aspa (X) correspondiente al aspecto cualitativo de cada ítem, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son: Redacción, claridad, coherencia y pertinencia con los indicadores, dimensiones y variable de estudio. En la casilla de observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada pregunta

VARIABLE 2 Estrategia "Aprendo en Casa"										
Indicadores	Dimensiones / Ítems	CRITERIOS A EVALUAR								Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
		Redacción ¹		Claridad ²		Coherencia ³		Pertinencia ⁴		
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
Radio	1. Realizas las actividades de aprendizaje propuestas por el programa "Aprendo en Casa" escuchando la radio.	X		X		X		X		
	2. Tomas apuntes cuando escuchas el programa "Aprendo en Casa" a través de la radio.	X		X		X		X		
	3. Los programas de "Aprendo en Casa" emitidos por la radio profundizan el tema.	X		X		X		X		
Televisión	4. Realizas tus actividades de aprendizaje propuestas por el programa "Aprendo en Casa" mirando la televisión.	X		X		X		X		
	5. Tomas apuntes cuando miras el programa "Aprendo en Casa" a través de la televisión.	X		X		X		X		
	6. Llama tu atención los temas propuestos en el programa "Aprendo en Casa" emitidos por la televisión.	X		X		X		X		
Web	7. Ingresas a la plataforma "Aprendo en Casa" para explorar y realizar tus actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		



	8. Te parece fácil ingresar a la plataforma "Aprendo en Casa" para explorar y realizar las actividades y recursos de aprendizaje.	X		X		X		X		
	9. Exploras y descargas los recursos y actividades de aprendizajes de la plataforma "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		
Indicadores	DIMENSIÓN 2: Contenido de la semana	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Adaptación	10. Tu profesor(a) utiliza los recursos y actividades de la plataforma "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		
	11. Tu profesor(a) adapta las actividades de aprendizaje de la plataforma "Aprendo en Casa" y te las envía.	X		X		X		X		
	12. Tu profesor(a) te envía otras actividades de aprendizaje que no está en la plataforma de "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		
Indicadores	DIMENSIÓN 3: Acompañamiento al estudiante	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Remota	13. Tu profesor(a) utiliza herramientas virtuales como el Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams para desarrollar las actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		
	14. Consideras que las herramientas virtuales: Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite participar en tus actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		
	15. Las herramientas virtuales: Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite interactuar con tus compañeros en el desarrollo de tus actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		
Retroalimentación	16. Tu profesor(a) te orienta después de haber enviado tus actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		
	17. Tu profesor(a) te devuelve con apreciaciones las actividades de aprendizaje realizadas.	X		X		X		X		
Indicadores	DIMENSIÓN 4: Evidencias de aprendizaje	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Portafolio de evidencias	18. Es fácil realizar las actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		
	19. Envías diariamente tus actividades de aprendizaje e la estrategia "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		



20. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa" las organizas en un cuaderno.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
21. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa" las organizas en un portafolio.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

ASPECTOS GENERALES	SI	NO	Observaciones
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Los ítems permiten el objetivo del logro de la investigación	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Los números de ítem son suficientes para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
OPINIÓN DE APLICABILIDAD	SI	NO	Observaciones
Aplicable	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Aplicable después de corregir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
No aplicable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

DATOS PERSONALES DEL JUEZ EVALUADOR				
Apellidos y Nombres	DNI N°	Especialidad	Grado Académico	Institución donde labora
SABOYA GONZALES JOSSY CLEDY	41984500	EDUCACION PRIMARIA	MAGISTER	J.E.S.P.P. - N.S.R.

Puerto Maldonado...⁰³ de agosto de 2021.



Firma y post firma

LEYENDA:

1. Redacción: Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios.
2. Claridad: Está formulado con un lenguaje apropiado. Se entiende sin dificultad, es conciso, exacto y directo.
3. Coherencia: Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables.
4. Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.



MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CONTENIDO (JUICIO DE EXPERTO)
ENCUESTA QUE MIDE LA VARIABLE 2: ESTRATEGIA "APRENDO EN CASA"

TÍTULO: El estrés académico y la estrategia "Aprendo en Casa" en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular "Faustino Maldonado" del distrito de Tambopata

AUTORA: Maruja Mateo Panduro.

INSTRUCCIONES: Por favor coloque en cada casilla un aspa (X) correspondiente al aspecto cualitativo de cada ítem, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son: Redacción, claridad, coherencia y pertinencia con los indicadores, dimensiones y variable de estudio. En la casilla de observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada pregunta.

VARIABLE 2 Estrategia "Aprendo en Casa"										
Indicadores	Dimensiones / Ítems	CRITERIOS A EVALUAR								Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
		Redacción ¹		Claridad ²		Coherencia ³		Pertinencia ⁴		
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
Radio	1. Realizas las actividades de aprendizaje propuestas por el programa "Aprendo en Casa" escuchando la radio.	X		X		X		X		
	2. Tomas apuntes cuando escuchas el programa "Aprendo en Casa" a través de la radio.	X		X		X		X		
	3. Los programas de "Aprendo en Casa" emitidos por la radio profundizan el tema	X		X		X		X		
Televisión	4. Realizas tus actividades de aprendizaje propuestas por el programa "Aprendo en Casa" mirando la televisión	X		X		X		X		
	5. Tomas apuntes cuando miras el programa "Aprendo en Casa" a través de la televisión.	X		X		X		X		
	6. Llama tu atención los temas propuestos en el programa "Aprendo en Casa" emitidos por la televisión	X		X		X		X		
Web	7. Ingresas a la plataforma "Aprendo en Casa" para explorar y realizar tus actividades de aprendizaje	X		X		X		X		



	8. Te parece fácil ingresar a la plataforma "Aprendo en Casa" para explorar y realizar las actividades y recursos de aprendizaje.	✓		✓		✓		✓		
	9. Exploras y descargas los recursos y actividades de aprendizajes de la plataforma "Aprendo en Casa"	✓		✓		✓		✓		
Indicadores	DIMENSIÓN 2: Contenido de la semana	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Adaptación	10. Tu profesor(a) utiliza los recursos y actividades de la plataforma "Aprendo en Casa"	✓		✓		✓		✓		
	11. Tu profesor(a) adapta las actividades de aprendizaje de la plataforma "Aprendo en Casa" y te las envía	✓		✓		✓		✓		
	12. Tu profesor(a) te envía otras actividades de aprendizaje que no está en la plataforma de "Aprendo en Casa"	✓		✓		✓		✓		
Indicadores	DIMENSIÓN 3: Acompañamiento al estudiante	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Remota	13. Tu profesor(a) utiliza herramientas virtuales como el Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams para desarrollar las actividades de aprendizaje.	✓		✓		✓		✓		
	14. Consideras que las herramientas virtuales: Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite participar en tus actividades de aprendizaje.	✓		✓		✓		✓		
	15. Las herramientas virtuales: Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite interactuar con tus compañeros en el desarrollo de tus actividades de aprendizaje.	✓		✓		✓		✓		
Retroalimentación	16. Tu profesor(a) te orienta después de haber enviado tus actividades de aprendizaje.	✓		✓		✓		✓		
	17. Tu profesor(a) te devuelve con apreciaciones las actividades de aprendizaje realizadas.	✓		✓		✓		✓		
Indicadores	DIMENSIÓN 4: Evidencias de aprendizaje	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Portafolio de evidencias	18. Es fácil realizar las actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa".	✓		✓		✓		✓		
	19. Envías diariamente tus actividades de aprendizaje e la estrategia "Aprendo en Casa".	✓		✓		✓		✓		



20. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa" las organizas en un cuaderno.	X		X		X		X	
21. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa" las organizas en un portafolio.	X		X		X		X	

ASPECTOS GENERALES	SI	NO	Observaciones
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario	X		
Los ítems permiten el objetivo del logro de la investigación	X		
Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial	X		
Los números de ítem son suficientes para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir	X		
OPINIÓN DE APLICABILIDAD	SI	NO	Observaciones
Aplicable	X		
Aplicable después de corregir			
No aplicable			

DATOS PERSONALES DEL JUEZ EVALUADOR				
Apellidos y Nombres	DNI N°	Especialidad	Grado Académico	Institución donde labora
MARQUEZ CANELOS HELLEN DIANA	42292859	EDUCACIÓN PRIMARIA	PROFESORA	IESPP «NSR»

Puerto Maldonado.....03 de agosto de 2021.



Prof. Helén Diana Márquez Gameros
DOCENTE ESTABLE

ISPP "Nuestra Señora del Rosario"

LEYENDA:

1. Redacción: Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios.
2. Claridad: Está formulado con un lenguaje apropiado. Se entiende sin dificultad, es conciso, exacto y directo.
3. Coherencia: Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables.
4. Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.



MATRIZ DE VALIDACIÓN DE CONTENIDO (JUICIO DE EXPERTO)
ENCUESTA QUE MIDE LA VARIABLE 2: ESTRATEGIA “APRENDO EN CASA”

TÍTULO: El estrés académico y la estrategia “Aprendo en Casa” en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular “Faustino Maldonado” del distrito de Tambopata

AUTORA: Maruja Mateo Panduro.

INSTRUCCIONES: Por favor coloque en cada casilla un aspa (X) correspondiente al aspecto cualitativo de cada ítem, según los criterios que a continuación se detallan. Las categorías a evaluar son: Redacción, claridad, coherencia y pertinencia con los indicadores, dimensiones y variable de estudio. En la casilla de observaciones puede sugerir el cambio o mejora de cada pregunta.

VARIABLE 2 Estrategia “Aprendo en Casa”										
Indicadores	Dimensiones / Ítems	CRITERIOS A EVALUAR								Observaciones (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)
		Redacción ¹		Claridad ²		Coherencia ³		Pertinencia ⁴		
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
Radio	1. Realizas las actividades de aprendizaje propuestas por el programa “Aprendo en Casa” escuchando la radio.	X		X		X		X		
	2. Tomas apuntes cuando escuchas el programa “Aprendo en Casa” a través de la radio.	X		X		X		X		
	3. Los programas de “Aprendo en Casa” emitidos por la radio profundizan el tema.	X		X		X		X		
Televisión	4. Realizas tus actividades de aprendizaje propuestas por el programa “Aprendo en Casa” mirando la televisión.	X		X		X		X		
	5. Tomas apuntes cuando miras el programa “Aprendo en Casa” a través de la televisión.	X		X		X		X		
	6. Llama tu atención los temas propuestos en el programa “Aprendo en Casa” emitidos por la televisión.	X		X		X		X		
Web	7. Ingresas a la plataforma “Aprendo en Casa” para explorar y realizar tus actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		



	8. Te parece fácil ingresar a la plataforma "Aprendo en Casa" para explorar y realizar las actividades y recursos de aprendizaje.	X		X		✓		X		
	9. Exploras y descargas los recursos y actividades de aprendizajes de la plataforma "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		
Indicadores	DIMENSIÓN 2: Contenido de la semana	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Adaptación	10. Tu profesor(a) utiliza los recursos y actividades de la plataforma "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		
	11. Tu profesor(a) adapta las actividades de aprendizaje de la plataforma "Aprendo en Casa" y te las envía.	X		X		X		X		
	12. Tu profesor(a) te envía otras actividades de aprendizaje que no está en la plataforma de "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		
Indicadores	DIMENSIÓN 3: Acompañamiento al estudiante	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Remota	13. Tu profesor(a) utiliza herramientas virtuales como el Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams para desarrollar las actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		
	14. Consideras que las herramientas virtuales. Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite participar en tus actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		
	15. Las herramientas virtuales. Google Meet, Zoom, WhatsApp, Messenger, Teams te permite interactuar con tus compañeros en el desarrollo de tus actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		
Retroalimentación	16. Tu profesor(a) te orienta después de haber enviado tus actividades de aprendizaje.	X		X		X		X		
	17. Tu profesor(a) te devuelve con apreciaciones las actividades de aprendizaje realizadas.	X		X		X		X		
Indicadores	DIMENSIÓN 4: Evidencias de aprendizaje	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Observaciones
Portafolio de evidencias	18. Es fácil realizar las actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		
	19. Envías diariamente tus actividades de aprendizaje e la estrategia "Aprendo en Casa".	X		X		X		X		




20. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa" las organizas en un cuaderno.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Tus actividades de aprendizaje de la estrategia "Aprendo en Casa" las organizas en un portafolio	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ASPECTOS GENERALES	SI	NO	Observaciones
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Los ítems permiten el objetivo del logro de la investigación	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Los números de ítem son suficientes para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
OPINIÓN DE APLICABILIDAD	SI	NO	Observaciones
Aplicable	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Aplicable después de corregir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
No aplicable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

DATOS PERSONALES DEL JUEZ EVALUADOR				
Apellidos y Nombres	DNI N°	Especialidad	Grado Académico	Institución donde labora
HUILCA RICARDE FELIPA	42199985	COMUNICACIÓN	MAGISTER	I.E.S.P.P "NSR"

Puerto Maldonado, ⁰³ de agosto de 2021.




LES.PP. "NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO"
Mag. Felipa Huilca Ricalde
Firma DOCENTE FORMADOR

LEYENDA:

1. Redacción: Los indicadores e ítems están redactados considerando los elementos necesarios.
2. Claridad: Está formulado con un lenguaje apropiado. Se entiende sin dificultad, es conciso, exacto y directo
3. Coherencia: Existe coherencia entre los ítems, indicadores, dimensiones y variables
4. Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.



"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"
"MADRE DE DIOS CAPITAL DE LA BIODIVERSIDAD DEL PERÚ"
"GOBIERNO REGIONAL DE MADRE DE DIOS"

CARGO

Puerto Maldonado, 01 de Setiembre del 2021.

OFICIO N° 112- 2021- GOREMAD/ DRE – MDD/IESPP "NSR" - D.

Señor: Mg. Godiardo INGA QUISPE.
DIRECTOR DE LA I.E.B.R. "CARLOS FERMIN FITZCARRALD".

INSTITUCIÓN EDUCATIVA BÁSICA REGULAR CARLOS F FITZCARRALD MESA DE CONTROL
EXP. N°: 0609
FECHA: 01-09-21
HORA: 12:40 pm
REC POR: Jaul

Ciudad.-

Asunto: Solicito apoyo para la aplicación de la prueba piloto.

Es grato dirigirme a usted, a fin de hacerle llegar un cordial saludo a nombre de la comunidad rosarina, y al mismo tiempo manifestarle que la estudiante Maruja **MATEO PANDURO**; del IX Ciclo de la Carrera de Educación Primaria de esta Casa Superior de Estudios, culminó el proceso de validación de los instrumentos del proyecto titulado "**Aprendo en casa**" en los **estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Básica Regular "Faustino Maldonado" del distrito de Tambopata**. Y con el objetivo de continuar con el proceso de confiabilidad, solicito a su despacho el **Apoyo para la Aplicación de la Prueba Piloto**, la misma que se aplicara a 20 **estudiantes del V ciclo (10 de 5to y 10 de 6to grado)**. Del nivel primaria.

Acción dado el visto bueno por la Jefatura de Investigación a cargo de la **Mg. Yesenia Veronica MANRIQUE JARAMILLO**.

Aprovecho la oportunidad, para expresarle los sentimientos de mi distinguida consideración y estima personal.

Atentamente

C.c
Archivo
J.E.S.R/DG
Ciclo/Sec



I.E.S.P.P. NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO

Dr. Victor Hugo Díaz Pereira
DIRECTOR GENERAL