



Universidad Nacional  
**SAN LUIS GONZAGA**



## [Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0)

Esta licencia permite a otras combinar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial, siempre y cuando den crédito y licencia a nuevas creaciones bajo los mismos términos.

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



UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA"



**ESCUELA DE POSGRADO**

**EVALUACION DE ORIGINALIDAD**

## **CONSTANCIA**

El que suscribe, deja constancia que se ha realizado el análisis con el software de verificación de similitud de la **TESIS** cuyo título es:

**“ESTRÉS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO POSPANDEMIA EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE ICA, 2022”**

Presentado por:

**MISAICO PALOMINO LEONARDO JEAN CARLO**

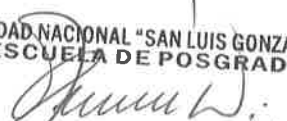
De la **MAESTRÍA EN EDUCACIÓN** mención **GESTIÓN EDUCATIVA**.

Que, se ha recibido del operador del programa informático evaluador de originalidad de la Escuela de Posgrado de la UNICA, el informe automatizado de originalidad, el mismo que concluye de la siguiente manera:

**El documento de investigación APRUEBA los criterios de originalidad con un porcentaje de similitud de 1%.**

Para dar fe, se adjunta al presente el reporte de similitud de las bases de datos de iThenticate. En Ica 11 de diciembre de 2024

**Atentamente**

  
UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA"  
ESCUELA DE POSGRADO  
**Dr. MARIO GUSTAVO REYES MEJÍA**  
DIRECTOR

**UNIVERSIDAD NACIONAL “SAN LUIS GONZAGA”**  
**VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN**  
**Escuela de Posgrado – Maestría en Educación**  
**Mención: Gestión Educativa**



**Estrés y Rendimiento Académico pospandemia en estudiantes  
del Quinto Grado de Secundaria en una Institución Educativa  
de Ica, 2022**

Línea de investigación  
Sociedad, Desarrollo Sostenible, Políticas Públicas y Ambientales

**INFORME FINAL DE TESIS**

Autor:

**Bach. MISAICO PALOMINO, LEONARDO JEAN CARLO**

Asesor:

**Dra. Eddie Loyola Gonzales**

**Ica, Perú**

**2025**

A Dios, a mis padres que, con su apoyo, constancia y amor, fueron fortaleza y motivación para poder lograr mis sueños y objetivos.

Agradezco el apoyo y soporte que me  
brindaron mis padres. Por confiar en  
mí y en mi ejercicio pedagógico.

## Índice de contenidos

Portada	
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice	iv
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de figuras	vii
Resumen	viii
Abstract	ix
<b>CUERPO DEL INFORME FINAL</b>	
I.    Introducción	10
II.   Estrategia metodológica	18
III.  Resultados	24
IV.  Discusión	44
V.    Conclusiones	48
VI.  Recomendaciones	49
VII. Referencias bibliográficas	50
VIII. Anexos	53

## Índice de tablas

Tabla 1	Variable X: Estrés y sus dimensiones	24
Tabla 2	Variable Y: Rendimiento Académico y sus dimensiones	25
Tabla 3	Estrés	26
Tabla 4	Los síntomas del estrés	27
Tabla 5	Factores causales del estrés	28
Tabla 6	Fisiopatología de la aparición del estrés	29
Tabla 7	Tipos de estrés académico	30
Tabla 8	Componentes del estrés	31
Tabla 9	Rendimiento Académico	32
Tabla 10	Propósito de su evaluación	33
Tabla 11	Los predictores del rendimiento académico	34
Tabla 12	Logro del estudiante	35
Tabla 13	Evaluación	36
Tabla 14	Importancia del Rendimiento Académico	37
Tabla 15	Pruebas de normalidad	38
Tabla 16	Correlación de Rho de Spearman entre la variable “X” Estrés y la variable “Y” Rendimiento Académico	38
Tabla 17:	Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión síntomas del estrés.	39
Tabla 18	Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión Factores causales del estrés	40

Tabla 19	Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión Fisiopatología de la aparición del estrés	41
Tabla 20	Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión Tipos de estrés académico	41
Tabla 21	Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión Componentes del estrés	42

## Índice de figuras

Figura 1	Variable X: Estrés y sus dimensiones	24
Figura 2	Variable Y: Rendimiento Académico y sus dimensiones	25
Figura 3	Estrés	26
Figura 4	Los síntomas del estrés	27
Figura 5	Factores causales del estrés	28
Figura 6	Fisiopatología de la aparición del estrés	29
Figura 7	Tipos de estrés académico	30
Figura 8	Componentes del estrés	31
Figura 9	Rendimiento Académico	32
Figura 10	Propósito de su evaluación	33
Figura 11	Los predictores del rendimiento académico	34
Figura 12	Logro del estudiante	35
Figura 13	Evaluación	36
Figura 14	Importancia del Rendimiento Académico	37

## Resumen

El intento del escudriñamiento asume como **objetivo**, determinar la relación entre estrés y rendimiento académico en estudiantes de quinto grado de secundaria de una institución educativa de Ica en el año 2022. **En lo metodológico**, el estudio atiende a los métodos cuantitativos y niveles descriptivos no experimentales de los tipos de investigación básicos, la población está conformada por 160 estudiantes, siendo la muestra estimada intencional de 115 alumnos; el instrumento que se utilizó fueron dos cuestionarios validados y garantizado su confiabilidad a través del alfa de Cronbach ( $\alpha_1=0.749$ ), logrando una buena consistencia. **Resultados:** el estrés, según datos obtenidos, se evidencia que el 81% tienen estrés medio; el 12% nivel bajo y el 7% nivel alto; respecto al rendimiento académico, 76% es alto y el 24% nivel medio. también se demuestra la relación entre variables, consiguiendo un coeficiente de correlación positiva muy baja, con una correlación de Rho de Spearman de  $r = 0.150$ ; al presentar un valor-p de 0.110 para la variable estrés y también a la variable rendimiento académico, siendo mayores al nivel de significancia (0.05); **Conclusión:** la norma de laudo basado en la hipótesis de investigación el estrés no está significativamente relacionadas con el rendimiento académico realizado en estudiantes del quinto grado de secundaria en una institución educativa de Ica, 2022.

**Palabras claves:** Estrés, Rendimiento Académico, Estrategias, Estudio.

## **Abstract**

The attempt of the scrutiny assumes as its objective, to determine the relationship between stress and academic performance in fifth grade high school students of an educational institution in Ica in the year 2022. Methodologically, the study attends to quantitative methods and non-experimental descriptive levels. Of the types of basic research, the population is made up of 160 students, with the estimated intentional sample of 115 students; The instrument used were two validated questionnaires and their reliability was guaranteed through Cronbach's alpha ( $\alpha = 0.749$ ), achieving good consistency. Results: stress, according to the data obtained, it is evident that 81% have medium stress; 12% low level and 7% high level; regarding academic performance, 76% is high and 24% medium level. The relationship between variables is also demonstrated, achieving a very low positive rating coefficient, with a Spearman's Rho rating of  $r = 0.150$ ; by presenting a p-value of 0.110 for the stress variable and also for the academic performance variable, being greater than the significance level (0.05); Conclusion: the award standard based on the research hypothesis that stress is not significantly related to the academic performance of fifth grade high school students at an educational institution in Ica, 2022.

**Keywords:** Stress, Academic Performance, Strategies, Study

## **I. Introducción**

El acrecentamiento del estrés en estudiantes de nivel secundario, sobre todo los que están por terminar como es en el quinto año de secundaria, después de la pandemia es un fenómeno relevante y tratado últimamente. Y es que la transición abrupta de clases presenciales a clases virtuales y viceversa debido a la pandemia ha sido un factor desencadenante de este incremento.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se considera que es una respuesta del cuerpo que lo prepara para actuar. El estrés será una señal de alarma, un estímulo que conduce a acciones reactivas necesarias para la supervivencia, que pueden ser adecuadas a las exigencias del entorno o pueden resultar inadecuadas o excesivas.

Los alumnos que crean plataformas virtuales experimentan complicaciones como ansiedad y dolencias de cabeza, especialmente durante el aislamiento, lo que afecta su provecho académico.

Por otro lado, siempre exponemos que se crean complicaciones con las funciones cognoscitivas. Los escolares tienen dificultad para concentrarse, mala memoria a corto plazo y también se ve perturbada la capacidad de organizar alguna actividad.

Un deterioro de nuestra salud física y emocional puede alterar nuestro bienestar. Para los adolescentes, esta situación puede afectar sus creencias sobre sí mismos, el sentido de la vida e incluso su fe, incluyendo tu creencia en la omnisciencia. El daño potencial que ha causado a tantos estudiantes continúa sin que se tomen las medidas necesarias para evitar básicamente las desagradables consecuencias de este mal que ha destruido a una gran parte del alumnado y no somos lo suficientemente conscientes de ello.

De lo anterior se desprende que el estrés es cuantioso más complicado de lo que solemos pensar. Por esta razón, no se puede emprender desde un solo punto de vista, concibiendo

que esta es un sufrimiento que afecta no sólo a los educandos del Perú sino a todos los colegiales del mundo.

También, se describe los efectos negativos del estrés en los estudiantes, manifestándose en una variedad de síntomas físicos y emocionales que van desde la ansiedad y la tristeza hasta problemas de salud más graves. Se destaca el impacto del estrés en el cerebro, lo cual se traduce en dificultades para concentrarse y aprender, afectando directamente el rendimiento académico. Sin embargo, se reconoce que un cierto nivel de estrés puede ser motivador, pero cuando es excesivo o prolongado, puede tener consecuencias perjudiciales para la salud. Se enfatiza la importancia de que los estudiantes aprendan a manejar el estrés y a adaptarse a los cambios sociales a través del autoaprendizaje, al tiempo que se resalta la necesidad de identificar los signos del estrés para buscar ayuda cuando sea necesario.

El estrés se manifiesta en cuatro niveles: fisiológico, conductual, cognitivo y emocional. Fisiológicamente, el cuerpo se prepara para ello y responde con reacciones como aumento del ritmo cardíaco y de la presión arterial, pero el consumo de energía los hace menos útiles a largo plazo. Cognitivamente, la atención y el pensamiento se centran en la situación y los pensamientos negativos, estos pueden obstaculizar el juicio. El estrés emocional excesivo puede provocar inquietud, ansiedad y desesperanza, mientras que los cambios de comportamiento incluyen comer, dormir y consumir drogas. La autoconciencia y la conciencia de nuestras reacciones ante situaciones estresantes son esenciales para controlar el estrés.

Según el precedente de investigación, se resume de la siguiente manera: en el contenido mundial, se nombra a **Gómez et al., (2024)**, asumieron como objetivo determinar la relación entre la gestión escolar y el rendimiento académico de los estudiantes (Ecuador). El método siguió un diseño transversal no experimental, modelo post hoc. El estudio es

descriptivo y correlativo. La población fue de 87 administradores y 100 estudiantes. La muestra es del tipo probabilidad estratificada. Se utilizaron encuestas y herramientas adecuadas para recolectar información, y los resultados indicaron que el 71% de los estudiantes obtuvieron un nivel de aprendizaje medio. De manera similar, el 73% de la variable gestión escolar fue calificada como baja o moderada. Hay una relación significativa entre la forma en que se gestiona la enseñanza en las escuelas y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer año de secundaria (70.1%), por lo que es importante mantener esta relación y al mismo tiempo mejorarla, porque existe un porcentaje (29.9 %). La relación entre la gestión educativa y el rendimiento académico fue significativa (70.1%), con una incidencia organizativa  $p = 0.00 < 0.05$ , mostrando una correlación directa del 8.91%.

**Jaimes et al., (2023)** tuvieron como objetivo analizar la relación entre la flexibilidad cognitiva y el rendimiento académico en alumnos de primer año de medicina. La metodología, fue descriptivo transversal, con una muestra de 406 estudiantes. Las investigaciones muestran que la flexibilidad cognitiva y el entorno sociocultural son factores relacionados con el rendimiento académico general, especialmente en materias biomédicas. Los resultados de este tratado son relevantes para la enseñanza de ciencias biológicas y químicas, ya que los docentes pueden fomentar la flexibilidad cognitiva utilizando estrategias de aprendizaje que desarrollen habilidades mentales como deducción, uso de ecuaciones proporcionales, lógica y probabilidad.

**Delgado et al., (2023)**, buscaron el objetivo de evaluar el uso de un enfoque apoyado en recursos de aprendizaje digitales para mejorar los resultados de aprendizaje de los estudiantes. El método, se basa en un enfoque cuantitativo a nivel experimental, donde se desarrolla un diseño cuasi-experimental. Se seleccionaron 98 estudiantes, de los cuales se tomó una muestra representativa de 78 alumnos, utilizando encuestas para recolectar los

datos; los resultados, los grupos experimentales lograron un nivel medio de desempeño en el pretest, mientras que el nivel posttest, de rendimiento académico, su media fue alto. En conclusión, el uso de un enfoque basado en recursos de aprendizaje digital mejoró el rendimiento del aprendizaje de los grupos experimentales debido a la idea que aportaba al aprendizaje.

**Rodríguez et al., (2021)**, tuvo como objetivo explicar los factores determinantes del rendimiento académico en la educación secundaria en la provincia de Nariño, Colombia. Metodológicamente, con base en los resultados del examen estatal de secundaria ICFES-SABRE 11 aplicado en 2018, se estimaron dos modelos econométricos de contestación ordinal: probit y logit. Los resultados, muestran una mayor educación de los padres, la condición masculina y la asistencia a un establecimiento formativa urbana formal aumentan la probabilidad de un mejor provecho académico.

**Barrón y Armenta (2021)** tuvieron como objetivo determinar los efectos del estrés en el rendimiento de los universitarios. El método, fue de diseño no experimental, se utilizó un método descriptivo, retrospectivo y cuantitativo mediante una encuesta en línea denominada Cuestionario de Estrés y Rendimiento Académico. Este grupo estuvo formado por 205 estudiantes, 33 de los cuales estaban dispuestos a participar en el estudio. Los resultados indicaron que el 69,7% de los estudiantes experimentaba estrés moderado, el 18,2% tenía estrés alto y el 12,1% tenía estrés bajo. Se concluyó que el estrés puede tener diversas causas y efectos que afectan el rendimiento académico de los alumnos.

En el contexto nacional, **Márquez (2023)**, tuvo como **objetivo**, determinar la relación entre estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de secundaria. Esta metodología cuenta con métodos cuantitativos, tipos básico, diseño no experimental y nivel de correlación. La población fue 116 y la muestra estuvo conformada por 89 estudiantes. Los métodos de recolección de datos fueron encuestas e instrumentos, como

el cuestionario. Los resultados revelaron que el 85,39% de los sujetos presentó un nivel medio en las variables de la estrategia de aprendizaje, el 11,24% tuvo un nivel bajo y el 3,37% alcanzó un nivel alto. Asimismo, el 57.3% de los estudiantes obtuvo calificaciones excelentes en diversos cursos, el 42.7% de los estudiantes tuvo habilidades promedio en un nivel normal y el 0% de los estudiantes expresó desaprobación y aceptación. La conclusión, existe una correlación moderada entre las estrategias de aprendizaje y el rendimiento académico en jóvenes de secundaria,  $r = 0.682$ .

**Calatayud et al., (2022)**, tuvo como **objetivo**, determinar si el estrés es un factor de riesgo para el rendimiento académico de los estudiantes universitarios en Puno durante la pandemia de COVID-19. Metodología, métodos cuantitativos de tipo correlacional. El estrés se midió utilizando el índice aditivo del Cuestionario de Salud del Paciente (PHQ-9), un análisis factorial basado en el PHQ-9 y un método de regresión de probabilidad (probit) para evaluar el riesgo académico. La muestra estuvo compuesta por 1046 estudiantes. Los resultados mostraron que los estudiantes con mayores niveles de estrés tenían más probabilidades de experimentar peores calificaciones y rendimiento académico durante la pandemia. La conclusión fue que, por cada unidad de estrés, el riesgo de deterioro del rendimiento académico aumentaba aproximadamente un 3%.

**Sánchez (2022)**, el objetivo fue determinar la relación entre el estrés académico y los resultados de comunicación entre los alumnos de tercer grado de secundaria de la escuela Apurímac. El método es hipotético-deductivo, investigación básica, de nivel correlacional y diseño no experimental: transversal, de enfoque cuantitativo. Hubo una población y muestra de 120 estudiantes en total. Se utilizó una encuesta como método y el Inventario de Estrés Académico SISCO como instrumento. Los resultados fueron que el 70,8% reportó un nivel de estrés normal, el 6,7% alto, y el 21,7% bajo y muy bajo y el 0,8%. Se concluyó que no hay relación entre el estrés académico y el rendimiento escolar en

comunicación, dado que el p-valor fue 0,319. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis de que el estrés académico afecta el desempeño en comunicación.

**Cassaretto et al., (2021)**, los objetivos fueron describir la incidencia del estrés académico y sus componentes, y analizar cómo las variables sociodemográficas, académicas y conductuales influyen en las dimensiones del estrés. El método fue cuantitativo, con un diseño de correlación transversal y muestreo no probabilístico y por conveniencia; incluyó a 1801 estudiantes universitarios y utilizó el cuestionario SISCO y el cuestionario Cevju-Perú. Los resultados mostraron que el 83% de las personas dijeron que habían habituado estrés académico; se observó una mayor presencia de niveles medio y medio alto de estrés. Los estudios de regresión lineal múltiple mostraron patrones moderados para la intensidad del estrés ( $R^2 = 0,16$ ,  $p < 0,001$ ) y la frecuencia de los factores estresantes ( $R^2 = 0,13$ ,  $p < 0,001$ ), mientras que los síntomas fueron más significativos ( $R^2 = 0,32$ ,  $p < 0,001$ ). Los hábitos saludables tuvieron el mayor impacto en todos los modelos. Se concluyó que el estrés académico es un problema relevante en la población estudiada.

**Gómez (2020)**, tuvo como objetivo, determinar si existe relación entre el estrés y el rendimiento académico entre los estudiantes del Programa de Segunda Especialidad de Enfermería. Método, investigación aplicada, diseño descriptivo, por lo que 100 estudiantes reportaron un 54% nivel bajo de estrés en comparación con el nivel medio de 46%. Se halló que el 86%, se encontraban en el nivel medio de rendimiento académico, en el porcentaje más bajo los estudiantes se encontraban en el nivel bajo (13%) y alto (1%). El estadístico chi cuadrado resultó ser 18.954,  $p = 0.000 < 0.01$ , lo que confirma y concluye que coexiste una relación significativa entre las variables estudiadas.

La justificación práctica, aborda cómo el estrés en los estudiantes de quinto de secundaria afecta negativamente su rendimiento académico y propone implementar ejercicios físicos

como la meditación para reducir este estrés. También sugiere capacitar a los docentes en habilidades blandas para fomentar un entorno de aprendizaje más empático y comprensivo, lo que mejoraría el bienestar emocional de los estudiantes y, en consecuencia, su rendimiento académico.

Este estudio ofrece una base metodológica para futuras investigaciones sobre cómo el estrés afecta el rendimiento académico en estudiantes de secundaria. Al proporcionar un enfoque claro y estructurado, se espera que este trabajo contribuya al desarrollo de nuevos métodos y una comprensión más profunda de estos temas en contextos educativos similares.

Finalmente, la justificación se centra en analizar cómo el estrés impacta negativamente el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria, limitando su desarrollo integral y afectando su futuro profesional y cívico. Al abordar este problema, se busca mejorar el rendimiento académico y contribuir a la formación de individuos capacitados y responsables, de acuerdo con los principios educativos del MINEDU que promueven una educación integral y equitativa.

La delimitación espacial del estudio actual en instituciones educativas de quinto grado, nos hacemos las siguientes preguntas ¿De qué manera el estrés se relaciona con el rendimiento académico pospandemia en los estudiantes del quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023? Esto es importante en esta publicación porque ayudará a los únicos estudiantes a estimular su pensamiento crítico y así suscitar un rendimiento académico admisible y adecuado. De este modo cooperamos con el sector de la educación y la formación para los futuros ciudadanos de nuestro país. Por lo que se recomienda a las instituciones educativas mejorar la formación docente para efectuar evaluaciones adecuadas con los padres de familia para mitigar los problemas que afectan a todos nuestros alumnos. Será una prioridad para todas las

instituciones educativas en el futuro y debe gestionarse, promoverse, desarrollarse y mejorarse de alguna manera para lograr la excelencia no sólo para los escolares de quinto grado sino para todos los estudiantes.

Para los estudiantes es importante para su salud mental responder adecuadamente a situaciones de emergencia, evitar la sobrecarga de información y dejar de mirar, leer o escuchar noticias que puedan causar estrés. El objetivo general es: Determinar la relación entre el Estrés con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

## II- Estrategia metodológica

### 2.1. Tipo de investigación

Es un estudio descriptivo correlacional caracterizado por medir el grado de correlación entre dos variables. Hernández et al., (2010).

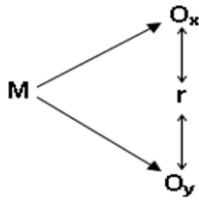
### 2.2. Enfoque de la investigación

El enfoque con el cual el estudio trabajó fue el mixto, ya que utilizó tanto el cuantitativo como el cualitativo. Tomando como relato a Hernández et al. (2010), se mencionó que:

**Enfoque cuantitativo**, este enfoque utiliza la recopilación y el análisis de datos para responder preguntas de investigación y probar hipótesis, y se basa en mediciones numéricas, conteos y, a menudo, en el uso de estadísticas para identificar patrones de comportamiento de la población.

### 2.3. Diseño de investigación

En esta investigación se utilizó un diseño no experimental, correlacional causal y transversal, lo que significó que las variables no se manipularon, sino que se limitaron a observarse. En los estudios de correlación causal, se estimó el grado de dependencia entre dos o más variables, se midió cada variable, se cuantificó y se analizó la relación (Hernández y Mendoza, 2018). La recolección de datos de las variables de estudio se realizó en un solo momento, lo que lo hizo de corte transversal. Asimismo, este estudio recolectó datos a lo largo del tiempo y los describió mediante tablas y gráficos, como indicaron Rumiche y Carrión (2021). Aunque se ejecutó sin manipular deliberadamente las variables, el diseño se basó en observar y analizar los fenómenos en su medio natural. El diseño de investigación se representó mediante el siguiente esquema:



**Dónde:**

- m** = Muestra de estudio  
**Ox** = Variable X: Estrés  
**r** = Coeficiente de correlación entre las variables  
**Oy** = Variable Y: Rendimiento Académico

## 2.4. Técnicas de recolección y de análisis de información

### Técnica

Variable X:

- Encuesta, se aplicó la encuesta siguiendo el método de recaudación de testimonios.
- Instrumento: cuestionario

Variable Y:

- Encuesta, se aplicó la encuesta siguiendo el método de recaudación de testimonios.
- Instrumento: cuestionario

### Descripción

#### Variable X: ESTRÉS

- Población: estudiantes de la Institución Educativa Gral, Juan Pablo Fernandini del Distrito de Salas - Ica.
- Tiempo: 2 meses
- Momento: Durante la atención
- Lugar: Distrito de Salas - Ica.
- Validez: Juicio de expertos
- Fiabilidad: alfa de crombach
- Tiempo: 20 minutos

- Número de ítems: 20 preguntas
- Dimensiones: Los síntomas del estrés, (1-4); Factores causales del estrés en los estudiantes, (4-8); Fisiopatología de la aparición del estrés, (9-12); Tipos de estrés académico, (13-16) y, Componentes del estrés, (17-20)
- Alternativas de respuestas: 1= Nunca; 2= A veces y, 3= Siempre.
- Baremos (niveles, grados) de la variable: Alto [45-60>; Medio [29-44>; Bajo [12-28>3

### **Variable Y: RENDIMIENTO ACADÉMICO**

- Población: estudiantes de la Institución Educativa Gral. Juan Pablo Fernandini del Distrito de Salas - Ica.
- Tiempo: 2 meses
- Momento: Durante la atención
- Lugar: Distrito de Salas - Ica
- Validez: Juicio de expertos
- Fiabilidad: Alfa de crombach
- Tiempo: 20 minutos
- Número de ítems: 20 preguntas
- Dimensiones: Propósito de su evaluación, (1-4); Los predictores del rendimiento académico, (1-4); Logro del estudiante, (1-4); Evaluación, (1-4); y Importancia del Rendimiento Académico (1-4)
- Alternativas de respuestas: 1= Nunca; 2= A veces y, 3= Siempre.
- Baremos (niveles, grados) de la variable: Alto [45-60>; Medio [29-44>; Bajo [12-28>3

El método de recopilación de datos fue una encuesta, que consistió en recolectar información mediante un cuestionario con preguntas sobre los temas abordados. En ella,

se administró la información recopilada durante el proceso mismo, se desarrollaron recomendaciones necesarias de estadística descriptiva para mejorar la interpretación de las mediciones e índices de las variables examinadas, con el fin de desarrollarlas e interpretarlas de manera óptima.

El procedimiento para recoger la información respectiva, fue:

- Se solicitó permiso de la directora de la institución educativa para la realización de la investigación.
- Autorizado el permiso correspondiente, se coordinó para aplicar el instrumento en la encuesta a los estudiantes; luego se entrevistó a los alumnos hasta obtener los datos correspondientes.
- Una vez aceptada su participación, firmaron para realizar el estudio correspondiente, explicándole brevemente la forma del implantar el llenado de cada cuestionario.
- Se logró la autorización o el permiso de los autores correspondientes de los instrumentos para la ejecución de los datos.
- Finalmente, se realizó un análisis estadístico de los datos recogidos u obtenidos en la encuesta.

## **2.5. Población y muestra**

### **2.5.1. Población**

La población estaba comprendida por 160 estudiantes (adjunto cuadro), del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Gral. Juan Pablo Fernandini del Distrito Salas.

<b>ITEMS</b>	<b>SECCIONES</b>	<b>CANTIDAD</b>
1	A	32
2	B	32
3	C	32
4	D	32
5	E	32
<b>TOTAL</b>		<b>160</b>

### 2.5.2. Muestra

La muestra fue conformada por 115 estudiantes (adjunto cuadro), del quinto grado de secundaria de la I.E. Gral. Juan Pablo Fernandini del Distrito de Salas - Ica.

ITEMS	SECCIONES		FRACCIÓN MUESTRAL	TAMAÑO DE MUESTRA POR SALON
1	A	32	115/160	23
2	B	32	115/160	23
3	C	32	115/160	23
4	D	32	115/160	23
5	E	32	115/160	23
<b>TOTAL</b>		<b>160</b>		<b>115</b>

### 2.5.3. Muestra del estudio:

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

$$n = \frac{1,96^2(160)(0,514)(0,486)}{0,05^2(160 - 1) + 1,96^2(0,514)(0,486)}$$

$$n = \frac{153,543527424}{0,3975 + 0,959647046}$$

$$n = \frac{153,543527424}{1,357147046} =$$

$$n = 115$$

### 2.6. Técnicas de procesamiento, análisis e interpretación de datos

En la investigación, se llevó a cabo el análisis estadístico descriptivo, interpretándose la información obtenida, brindando conclusiones pertinentes para el estudio. Los datos obtenidos mediante los dos instrumentos de recolección de datos se procesaron y se logró conformar una base de datos que ha sido construida en el estadístico SPSS versión 24, mediante esta se realizó la distribución de frecuencias de las dos variables en estudio, posteriormente, se procedió al análisis descriptivo.

Igualmente, para realizar el análisis inferencial y para la contrastación de la hipótesis de investigación se utilizó como estadístico la prueba Rho de Spearman con grado de confiabilidad de 95% ( $p < 0,05$ ), en vista de haber obtenido un valor de  $p < 0.05$ , lo que confirmó la existencia de ausencia de normalidad en los resultados. Mediante ello se estableció una correlación de la variable Estrés y la variable Rendimiento Académico, dado el valor de correlación positiva muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

### **2.7. Aspectos éticos**

El instrumento fue codificado respetando el anonimato del sujeto, y se aplicaron estrictos criterios éticos para garantizar la protección de los valores, opiniones y elecciones del servidor de gestión antes de buscar la información. Asimismo, la información se obtuvo de forma anónima, comprometiéndose a proteger la identidad y confidencialidad de los datos. Estos fueron almacenados y, en su caso, utilizados para ensayos, con la obligación de protegerlos y evitar su manipulación por terceros.

### III. Resultados

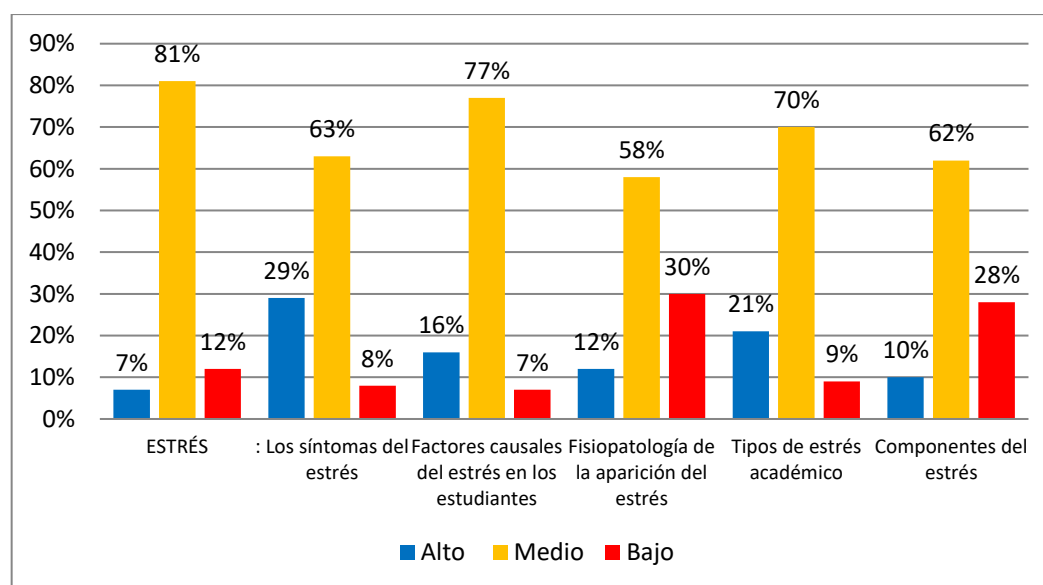
#### 3.1. Presentación e interpretación de los resultados descriptivos

##### Variable X: Estrés y sus dimensiones

**Tabla 1**

	ESTRÉS		Los síntomas del estrés		Factores causales del estrés en los estudiantes		Fisiopatología de la aparición del estrés		Tipos de estrés académico		Componentes del estrés	
<b>Alto</b>	8	7%	33	29%	18	16%	13	12%	24	21%	12	10%
<b>Medio</b>	93	81%	73	63%	89	77%	67	58%	81	70%	71	62%
<b>Bajo</b>	14	12%	9	8%	8	7%	35	30%	10	9%	32	28%
<b>Total</b>	115	100%	115	100%	115	100%	115	100%	115	100%	115	100%

**Figura 1**



#### Interpretación

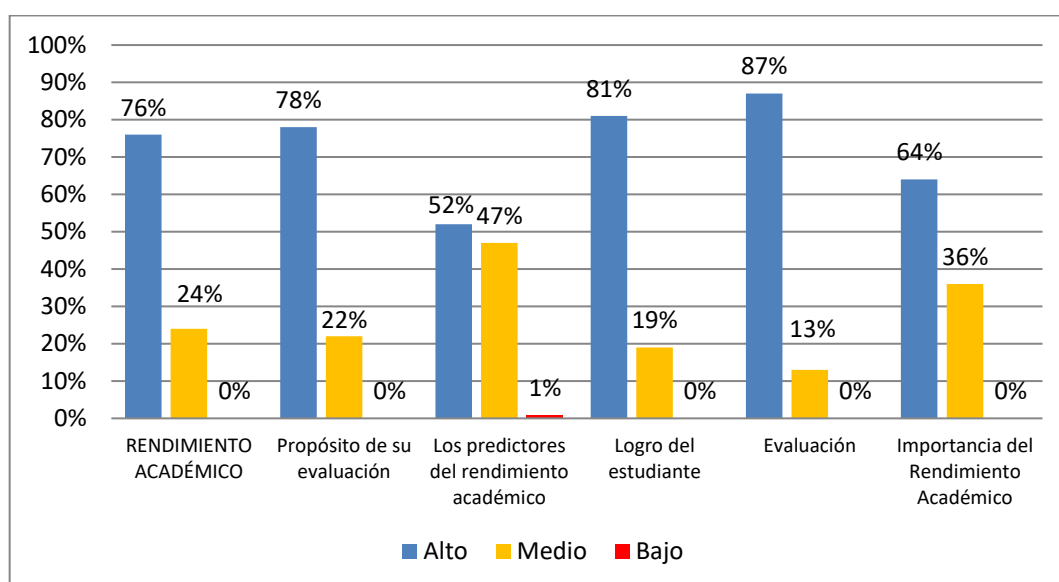
En la tabla, pueden distinguir en los datos obtenidos, 81% de los estudiantes tienen estrés medio; el 12% nivel bajo y el 7% nivel alto; en relación a las dimensiones, presentan un nivel medio: Los síntomas del estrés presenta un 63%, Factores causales del estrés en los estudiantes 77%; para Fisiopatología de la aparición del estrés 58%; en el caso Tipos de estrés académico un 70%; y, sobre Componentes del estrés presenta el 62%.

## Variable Y: Rendimiento Académico y sus dimensiones

**Tabla 2**

	RENDIMIENTO ACADÉMICO		Propósito de su evaluación		Los predictores del rendimiento académico		Logro del estudiante		Evaluación		Importancia del Rendimiento Académico	
<b>Alto</b>	87	76%	90	78%	60	52%	93	81%	100	87%	74	64%
<b>Medio</b>	28	24%	25	22%	54	47%	22	19%	15	13%	41	36%
<b>Bajo</b>	0	0%	0	0%	1	1%	0	0%	0	0%	0	0%
<b>Total</b>	115	100%	115	100%	115	100%	115	100%	115	100%	115	100%

**Figura 2**



### Interpretación

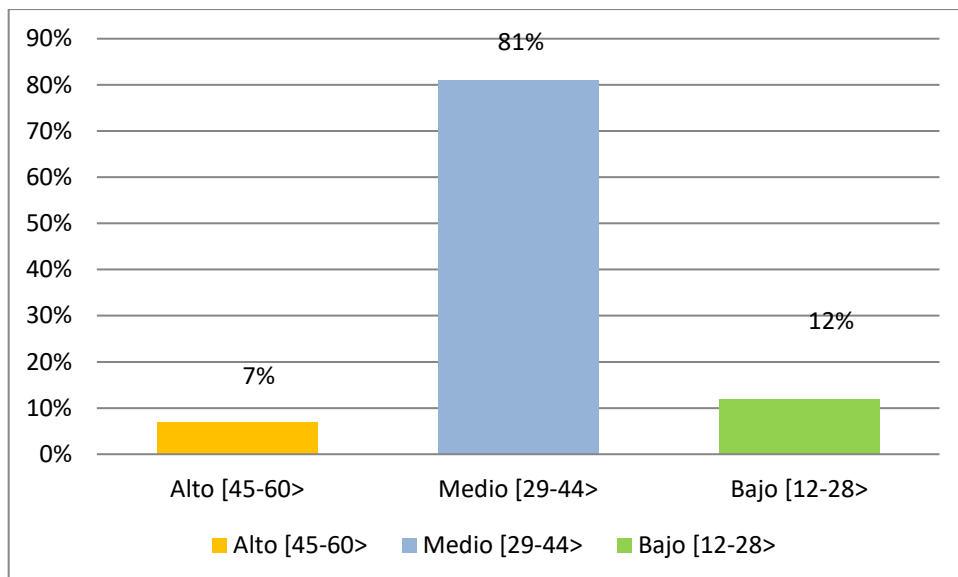
La tabla muestra que el 76% de los estudiantes tienen un rendimiento académico alto, mientras que el 24% tiene un nivel medio; en relación a las dimensiones, presentan un nivel alto: Propósito de su evaluación un 78%, Los predictores del rendimiento académico 52%; para Logro del estudiante 81%; en el caso Evaluación un 87%; y, sobre la Importancia del Rendimiento Académico el 64%.

## Estrés

**Tabla 3**

Categorías - Rangos	F	%
Alto [45-60>	8	7%
Medio [29-44>	93	81%
Bajo [12-28>	14	12%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>
Media aritmética	38	

**Figura 3**



### **Interpretación:**

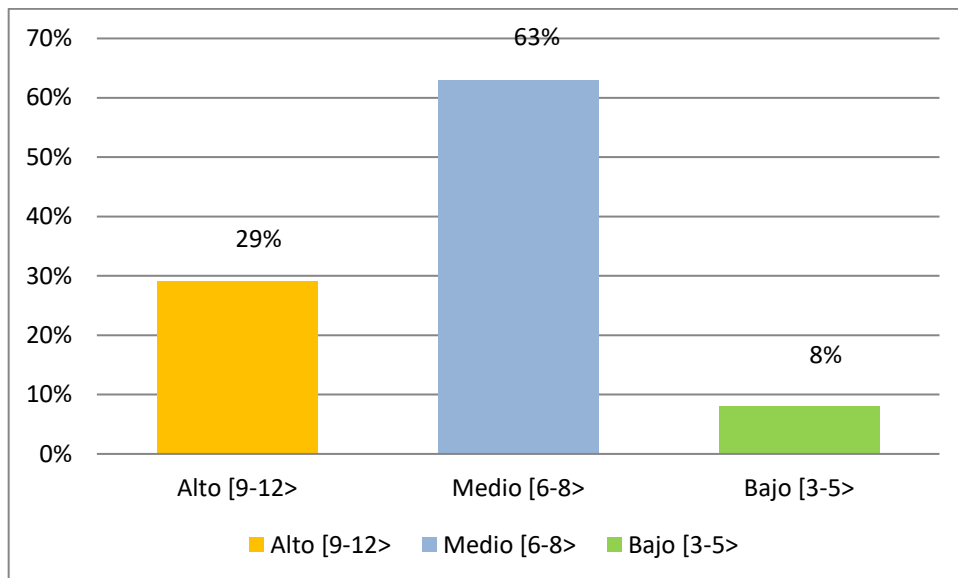
Según los datos, 93 estudiantes (81% de la muestra) percibieron un estrés medio, 14 estudiantes (12%) lo consideraron bajo, y 8 estudiantes (7%) lo vieron como alto.

## Los síntomas del estrés

**Tabla 4**

<b>Categorías - Rangos</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Alto [9-12&gt;</b>	33	29%
<b>Medio [6-8&gt;</b>	73	63%
<b>Bajo [3-5&gt;</b>	9	8%
<b>Total</b>	115	100%
<b>Media aritmética</b>	38	

**Figura 4**



### **Interpretación:**

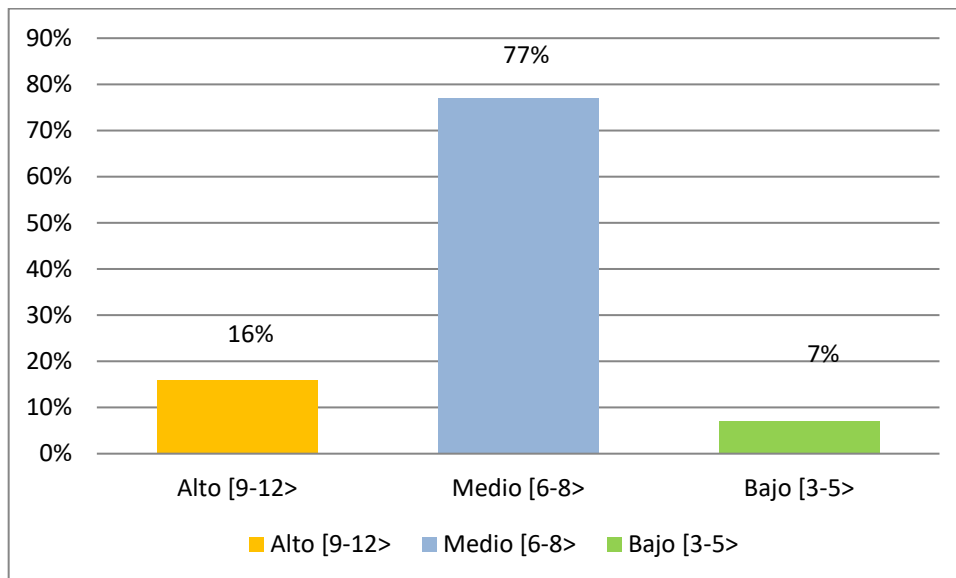
Además, según los datos obtenidos, 73 estudiantes, que representan el 63% de la muestra encuestada, presentaron síntomas medio de estrés; 33 estudiantes experimentaron niveles altos de síntomas de estrés, lo que representa el 29% de la muestra encuestada, mientras que 9 estudiantes experimentaron síntomas de estrés de bajo nivel, lo que representa el 8% de la muestra encuestada.

## Factores causales del estrés

Tabla 5

Categorías - Rangos	F	%
Alto [9-12>	18	16%
Medio [6-8>	89	77%
Bajo [3-5>	8	7%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>
Media aritmética	38	

Figura 5



### Interpretación:

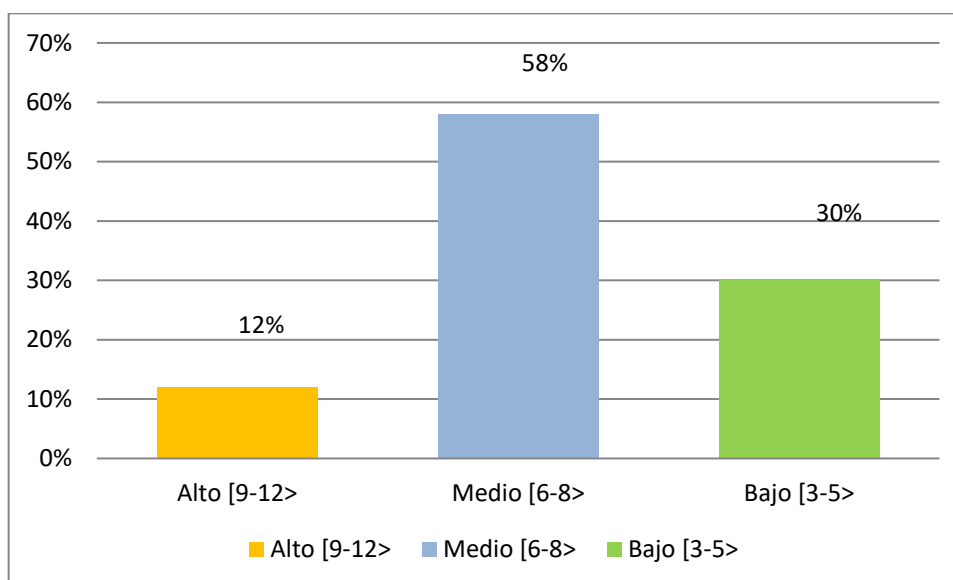
Al mismo tiempo, según los datos recopilados, 89 estudiantes, que representan el 77% de la muestra encuestada, reconocieron las causas del estrés en los estudiantes nivel medio; El 16% de los estudiantes percibió los factores de estrés como altos, mientras que el 7% los consideró bajos.

## Fisiopatología de la aparición del estrés

Tabla 6

Categorías - Rangos	F	%
Alto [9-12>	13	12%
Medio [6-8>	67	58%
Bajo [3-5>	35	30%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>
Media aritmética	38	

Figura 6



### Interpretación:

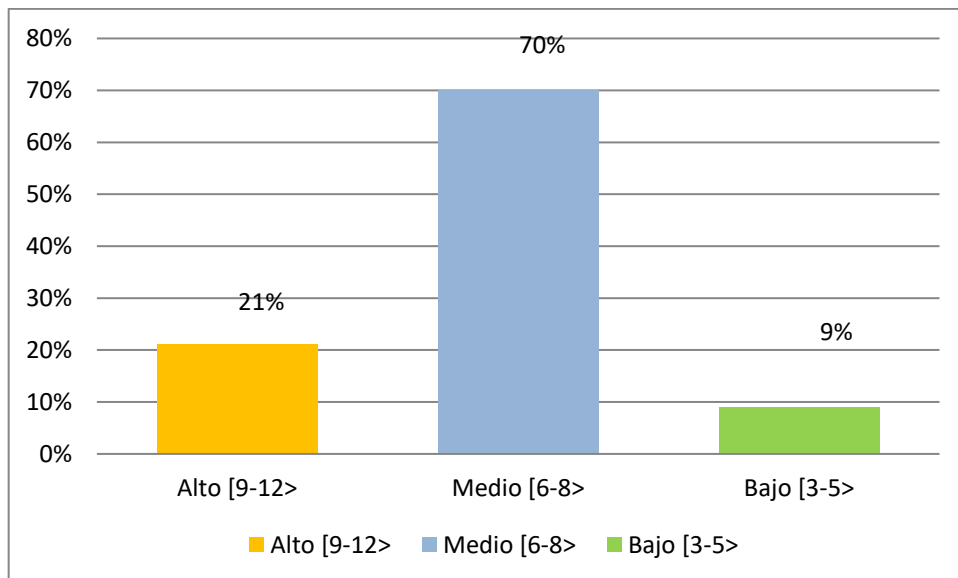
Al mismo tiempo, según los datos recopilados, 67 estudiantes, que representan el 58% de la muestra encuestada, percibieron la fisiopatología del estrés en un nivel medio; 35 estudiantes, que representan el 30% de la muestra encuestada, encontraron que la fisiopatología del estrés estaba en un nivel bajo y 13 estudiantes, que representan el 12% de la muestra encuestada, encontraron que la fisiopatología del estrés estaba en un nivel alto.

## Tipos de estrés académico

Tabla 7

Categorías - Rangos	F	%
Alto [9-12>	24	21%
Medio [6-8>	81	70%
Bajo [3-5>	10	9%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>
Media aritmética	38	

Figura 7



### Interpretación:

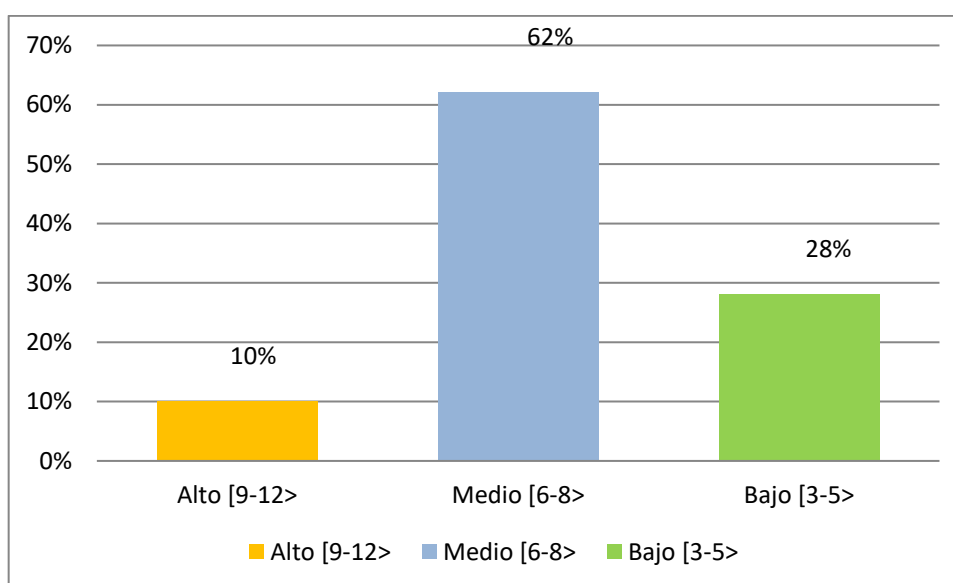
Según los datos, el 70% de los estudiantes percibió un estrés académico medio, el 21% experimentó altos niveles de estrés, y el 9% percibió bajos niveles.

## Componentes del estrés

**Tabla 8**

<b>Categorías - Rangos</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Alto [9-12>	12	10%
Medio [6-8>	71	62%
Bajo [3-5>	32	28%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>
<b>Media aritmética</b>	<b>38</b>	

**Figura 8**



### **Interpretación:**

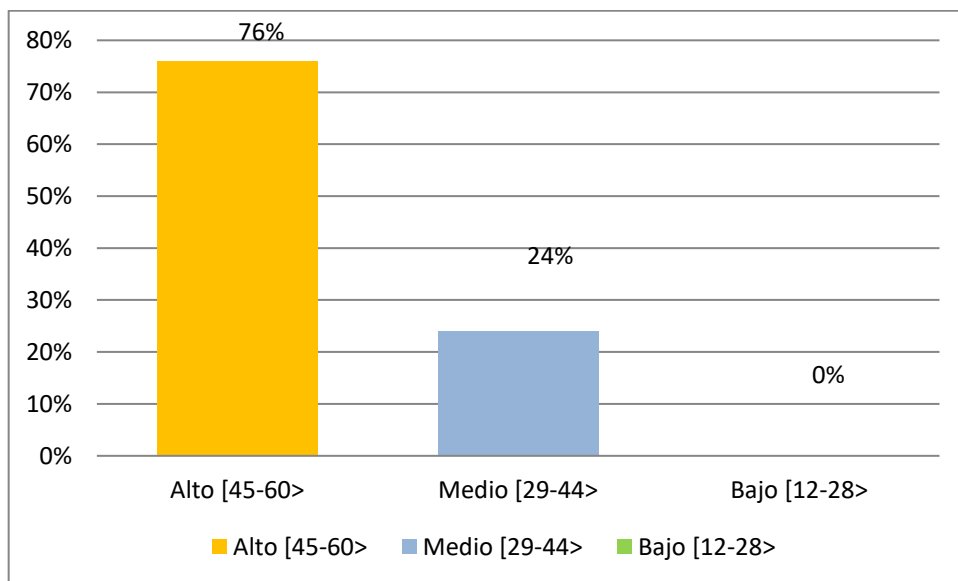
Al mismo tiempo, según los datos obtenidos, 71 estudiantes experimentaron componentes de estrés medio, lo que representa el 62% de la muestra encuestada; El 28% de los estudiantes sintió estrés de baja intensidad, mientras que el 10% experimentó estrés de alta intensidad.

## Rendimiento Académico

Tabla 9

Categorías - Rangos	F	%
Alto [45-60>	87	76%
Medio [29-44>	28	24%
Bajo [12-28>	0	0%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>
Media aritmética	38	

Figura 9



### Interpretación:

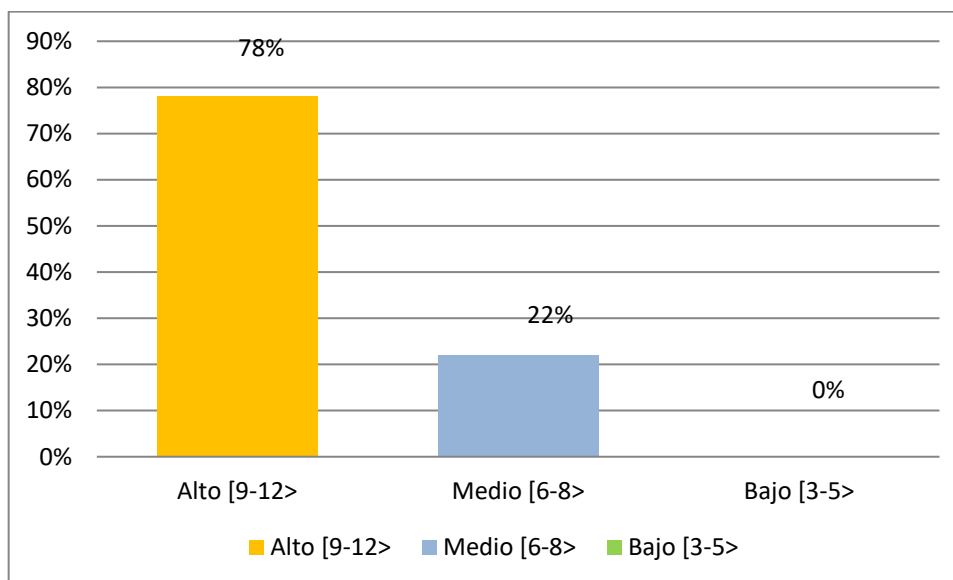
Según los datos recopilados, el 76% de los estudiantes, es decir, 87 de ellos, mostró un alto rendimiento académico según los datos recopilados; Veintiocho estudiantes, que representan el 24% de la muestra, experimentaron niveles medios de rendimiento académico.

## Propósito de su evaluación

**Tabla 10**

<b>Categorías - Rangos</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Alto [9-12&gt;</b>	90	78%
<b>Medio [6-8&gt;</b>	25	22%
<b>Bajo [3-5&gt;</b>	0	0%
<b>Total</b>	115	100%
<b>Media aritmética</b>	38	

**Figura 10**



### **Interpretación:**

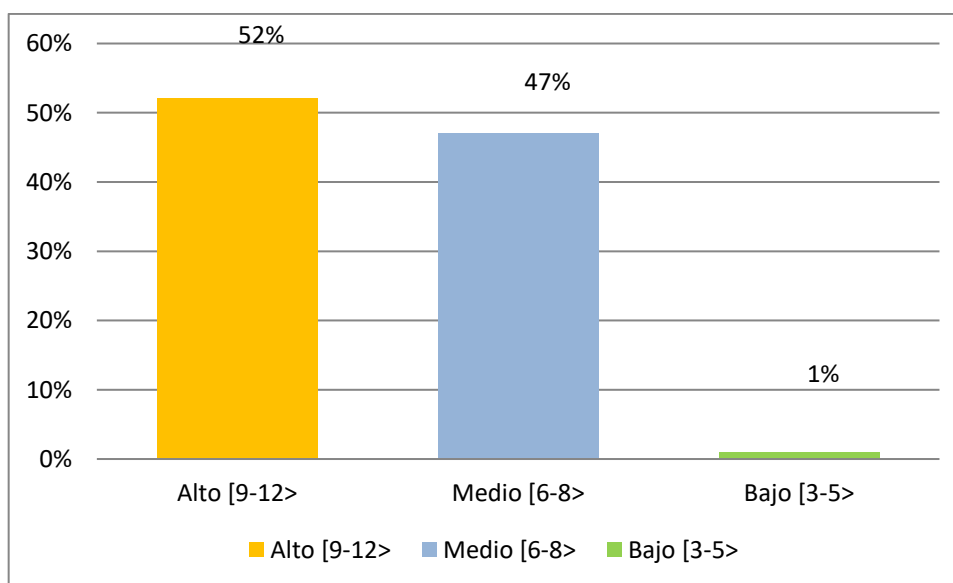
Además, según los datos obtenidos, 90 estudiantes, que representan el 78% de la muestra encuestada, calificaron como alto su propósito de evaluación; 25 estudiantes, que representan el 22% de la muestra encuestada, calificaron su propósito de evaluación como medio.

## Los predictores del rendimiento académico

**Tabla 11**

<b>Categorías - Rangos</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Alto [9-12&gt;</b>	60	52%
<b>Medio [6-8&gt;</b>	54	47%
<b>Bajo [3-5&gt;</b>	1	1%
<b>Total</b>	115	100%
<b>Media aritmética</b>	38	

**Figura 11**



### **Interpretación:**

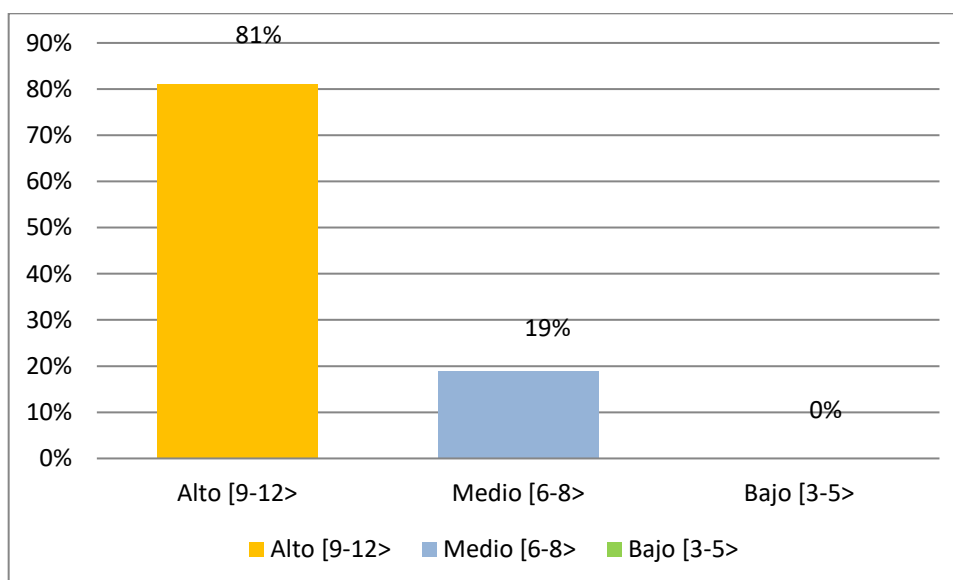
Además, según los datos obtenidos, 60 estudiantes, que representan el 52% de la muestra encuestada, observaron factores que predecían un alto rendimiento académico; 54, que representan el 47% de la muestra, consideraron que los predictores del rendimiento académico era de nivel medio el rendimiento académico.

## Logro del estudiante

Tabla 12

Categorías - Rangos	F	%
Alto [9-12>	93	81%
Medio [6-8>	22	19%
Bajo [3-5>	0	0%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>
Media aritmética	38	

Figura 12



### Interpretación:

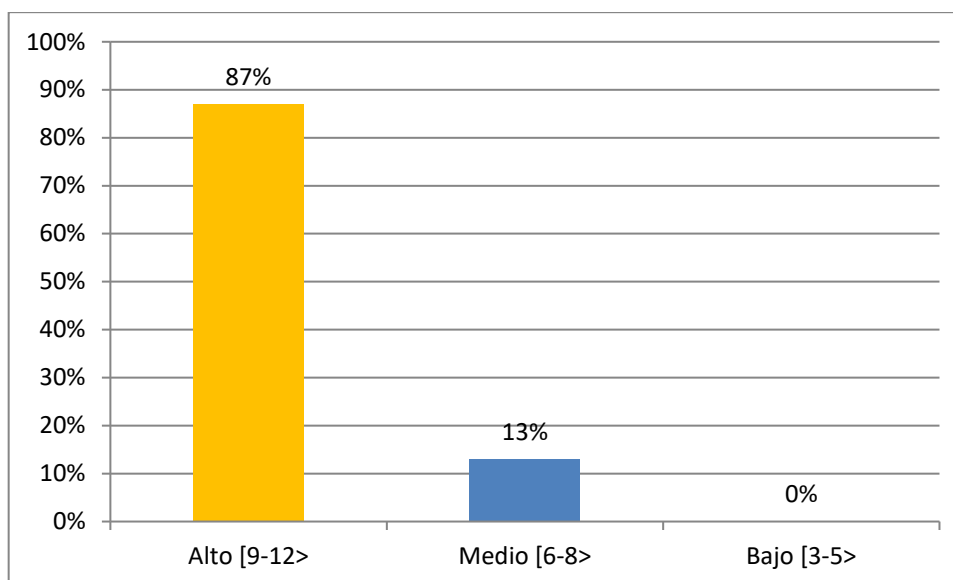
Al mismo tiempo, según los datos recopilados, 93 estudiantes encontraron un alto rendimiento académico, lo que representa el 81% de la muestra de la encuesta; El 19% de los estudiantes, es decir, 22 de ellos, evaluó el rendimiento académico de sus compañeros como medio.

## Evaluación

**Tabla 13**

Categorías - Rangos	F	%
Alto [9-12>	100	87%
Medio [6-8>	15	13%
Bajo [3-5>	0	0%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>
<b>Media aritmética</b>	<b>38</b>	

**Figura 13**



### **Interpretación:**

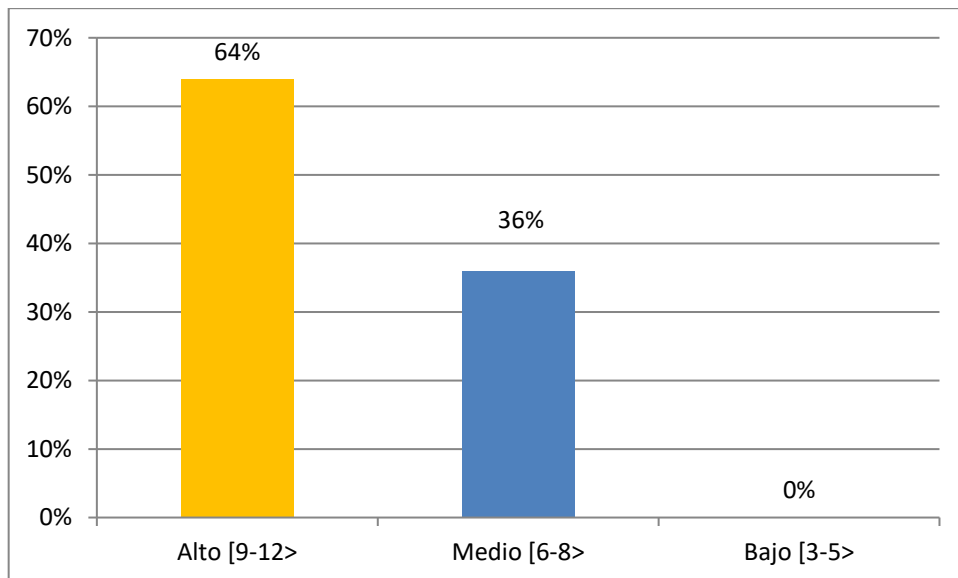
Aquí, según los datos obtenidos, 100 estudiantes observados, que representan el 87% de la muestra, obtuvieron puntuaciones altas; 15 obtuvieron puntajes medio el rendimiento académico, lo que representa el 13% de la muestra.

## Importancia del Rendimiento Académico

Tabla 14

Categorías - Rangos	F	%
Alto [9-12>	74	64%
Medio [6-8>	41	36%
Bajo [3-5>	0	0%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>
<b>Media aritmética</b>	<b>38</b>	

Figura 14



### Interpretación:

En la presente, según los datos obtenidos, se observan a 74 estudiantes que corresponden el 64% de la muestra de estudio perciben Importancia del Rendimiento Académico de nivel alto; 41 estudiantes que corresponden al 36% de la muestra de estudio perciben la importancia del Rendimiento Académico de nivel medio.

### 3.2. Presentación e interpretación de los resultados inferencial

**Tabla 15. Pruebas de normalidad**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
<b>ESTRÉS</b>	,495	115	,000	,486	115	,000
<b>RENDIMIENTO ACADÉMICO</b>	,410	115	,000	,609	115	,000

La figura mostró que, al realizar las pruebas de normalidad, se utilizó una muestra de población mayor a 50 mediante el test de Kolmogorov-Smirnov. El valor Sig de la prueba de normalidad fue 0,000, que es menor que el valor p (0,05), lo que indicó que los datos de la variable "Estrés" y los datos de la variable "Rendimiento Académico" tienen una distribución no paramétrica, es decir, no se distribuyeron normalmente. Por lo tanto, las pruebas de correlación se realizaron utilizando Rho de Spearman.

#### **Contrastación de Hipótesis**

##### **Contrastación de Hipótesis General**

(Ha) El Estrés se relaciona significativamente con el rendimiento académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

(Ho) El Estrés no se relaciona significativamente con el rendimiento académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

*Tabla 16: Correlación de Rho de Spearman entre la variable "X" Estrés y la variable "Y" Rendimiento Académico.*

			ESTRÉS	RENDIMIENTO ACADÉMICO
Rho de Spearman	ESTRÉS	Coefficiente de correlación	1,000	,750
		Sig. (bilateral)	.	,110
		N	115	115
	RENDIMIENTO ACADÉMICO	Coefficiente de correlación	,150	1,000
		Sig. (bilateral)	,110	.
		N	115	115

### Toma de decisión:

El valor de significancia ( $p=0,110$ ) es mayor al nivel de significancia ( $\alpha=0,05$ ); por lo que se rechaza la  $H_a$  y se acepta la  $H_o$ . Se puede afirmar que “no existe relación significativa entre las variables estrés y rendimiento académico en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria; además, el coeficiente de correlación ( $Rho=0,750$ ) nos indica una correlación positiva muy baja.

### Contrastación de Hipótesis Específica 1

H(a) Los síntomas del estrés se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

H(o) Los síntomas del estrés no se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

**Tabla 17:** Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión síntomas del estrés.

			RENDIMIENTO ACADÉMICO	Los síntomas del estrés
Rho de Spearman	RENDIMIENTO ACADÉMICO	Coefficiente de correlación	1,000	,000
		Sig. (bilateral)	.	1,000
		N	115	115
	Los síntomas del estrés	Coefficiente de correlación	,000	1,000
		Sig. (bilateral)	1,000	.
		N	115	115

**Toma de decisión:**

El valor de significancia ( $p=1,000$ ) es mayor al nivel de significancia ( $\alpha=0,05$ ); lo que se rechaza la  $H_a$  y se acepta la  $H_o$ . Se puede afirmar que “no existe relación significativa entre las variable rendimiento académico y la dimensión síntomas del estrés en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria; además, el coeficiente de correlación ( $Rho=0,000$ ) nos indica una correlación nula.

**Contrastación de Hipótesis Específica 2**

H(a) Los Factores causales del estrés se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

H(o) Los Factores causales del estrés no se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

**Tabla 18:** Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión Factores causales del estrés

		RENDIMIEN O ACADÉMICO	Factores causales del estrés
Rho de Spearman	RENDIMIENTO	Coefficiente de correlación	1,000
	ACADÉMICO	Sig. (bilateral)	-,032
		N	115
	Factores causales del estrés	Coefficiente de correlación	-,032
		Sig. (bilateral)	,737
		N	115

**Toma de decisión:**

El valor de significancia ( $p= 0,737$ ) es mayor al nivel de significancia ( $\alpha=0,05$ ); por lo que se rechaza la  $H_a$  y se acepta la  $H_o$ . Se afirma que “no existe relación significativa entre la variable rendimiento académico y la dimensión factores causales del estrés en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria; además, el coeficiente de correlación ( $Rho=-,032$ ) nos indica una correlación negativa muy baja.

### Contrastación de Hipótesis Específica 3

H(a) La Fisiopatología de la aparición del estrés se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

H(o) La Fisiopatología de la aparición del estrés no se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

**Tabla 19:** Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión Fisiopatología de la aparición del estrés

		RENDIMIENTO O ACADÉMICO	Fisiopatología de la aparición del estrés
Rho de Spearman	RENDIMIENTO	Coefficiente de correlación	1,000
	ACADÉMICO	Sig. (bilateral)	,166
		N	,075
			115
	Fisiopatología de la aparición del estrés	Coefficiente de correlación	,166
		Sig. (bilateral)	1,000
	N	,075	
		115	

#### Toma de decisión:

El valor de significancia ( $p= 0,075$ ) es mayor al nivel de significancia ( $\alpha=0,05$ ); por lo que se rechaza la  $H_a$  y se acepta la  $H_o$ . Se afirma que “no existe relación significativa entre la variable rendimiento académico y la dimensión Fisiopatología de la aparición del estrés en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria; además, el coeficiente de correlación ( $Rho= 0,166$ ) nos indica una correlación positiva muy baja.

### Contrastación de Hipótesis Específica 4

H(a) Los Tipos de estrés académico se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

H(a) Los Tipos de estrés académico no se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.

**Tabla 20:** Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión Tipos de estrés académico

		RENDIMIEN O ACADÉMICO	Tipos de estrés académico
Rho de Spearman	RENDIMIENTO	Coefficiente de correlación	1,000
	ACADÉMICO	Sig. (bilateral)	.
		N	115
	Tipos de estrés académico	Coefficiente de correlación	,061
		Sig. (bilateral)	,520
		N	115

#### **Toma de decisión:**

El valor de significancia ( $p= 0,520$ ) es mayor al nivel de significancia ( $\alpha=0,05$ ); por lo que se rechaza la  $H_a$  y se acepta la  $H_o$ . Se afirma que “no existe relación significativa entre la variable rendimiento académico y la dimensión tipos de estrés académico en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria; además, el coeficiente de correlación ( $Rho= 0,061$ ) nos indica una correlación positiva muy baja.

#### **Contrastación de Hipótesis Específica 5**

H(a) Los Componentes del estrés se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 202

H(o) Los Componentes del estrés no se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 202

**Tabla 21:** Correlación de Rho de Spearman entre la variable “Y” Rendimiento Académico y la dimensión Componentes del estrés

		RENDIMIENTO ACADÉMICO	Componentes del estrés
Rho de Spearman	RENDIMIENTO	Coefficiente de correlación	1,000
	ACADÉMICO	Sig. (bilateral)	,094
		N	115
	Componentes del estrés	Coefficiente de correlación	-,157
		Sig. (bilateral)	,094
		N	115

**Toma de decisión:**

El valor de significancia ( $p= 0,094$ ) es mayor al nivel de significancia ( $\alpha=0,05$ ); por lo que se rechaza la  $H_a$  y se acepta la  $H_o$ . Se afirma que “no existe relación significativa entre la variable rendimiento académico y la dimensión componentes del estrés en estudiantes del Quinto Grado de Secundaria; además, el coeficiente de correlación ( $Rho= -, 157$ ) nos indica una correlación negativa muy baja.

#### IV. DISCUSION

El estudio buscó determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico después de la pandemia en estudiantes de quinto grado de secundaria en Ica en 2023; los hallazgos muestran una correlación positiva muy baja y un valor de  $p > 0.05$ , lo que indica que la relación no es significativa.

El objetivo general del estudio fue determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico pospandemia en estudiantes de quinto grado de secundaria en Ica. Los resultados muestran que el 81% de los estudiantes encuestados presenta un nivel de estrés medio. Este hallazgo resalta que, aunque no se encuentran en situaciones de estrés extremo, una parte significativa de los estudiantes enfrenta un grado moderado de presión o tensión que podría influir en su bienestar general y en su rendimiento académico. La mención del "nivel de estrés medio" sugiere la necesidad de atención, ya que, aunque no sea severo, este estrés podría acumularse o generar consecuencias si no se maneja adecuadamente.

De otro lado, los resultados presentados en la investigación, se parecen a los exhibidos por Barrón y Armenta (2021), quienes declararon que los universitarios exteriorizaron el estrés en un 69,7% de nivel medio; este dato sugiere que una parte significativa de la población estudiada experimenta una carga emocional que, aunque no alcanza niveles extremos, es lo suficientemente relevante como para ser exteriorizada. La declaración de los autores pone en evidencia la prevalencia de un estrés moderado entre los universitarios, lo cual puede tener implicaciones importantes en su vida académica y personal, destacando la necesidad de intervenciones o estrategias para su manejo adecuado; igualmente, Calatayud et al., (2022), muestra que los estudiantes con mayores niveles de estrés tenían más posibilidades de experimentar calificación bajas en su

rendimiento escolar. De otro lado, Sánchez (2022), indica que los estudiantes reportaron un nivel medio de estrés del 70,8%; consiguientemente, Casaretto et al., (2021), sostienen que un 83%, los alumnos dijeron que habían habituado estrés académico en nivel medio y medio alto. También los resultados de Gómez (2020), difieren de los ya presentados donde revelan que un 54% muestra un nivel bajo de estrés.

Por otro lado, en relación al análisis de las dimensiones: los niveles de estrés en estudiantes revelan que el 63% de los estudiantes muestra síntomas de estrés, y el 77% está afectado por factores causales. En cuanto a la fisiopatología del estrés, es decir, la aparición de síntomas físicos o biológicos, esta se manifiesta en el 58% de los casos. Además, el tipo de estrés específicamente académico se observa en el 70% de los estudiantes, y los componentes del estrés, que pueden incluir aspectos emocionales y cognitivos, afectan al 62%. Estos datos indican una alta incidencia de estrés en diversas dimensiones, lo que subraya la complejidad y el impacto multifactorial de esta condición en la población estudiantil. Estos resultados en conjunto destacan la naturaleza multifactorial del estrés en el contexto educativo, demostrando que los estudiantes no solo enfrentan estrés desde una sola dimensión, sino que esta abarca múltiples aspectos de su vida, influyendo en su salud física, emocional y su rendimiento académico.

Los resultados concernidos a la variable rendimiento académico, muestran que el 76% del total de escolares, manifestaron que su rendimiento académico es alto; este dato refleja que una amplia mayoría de los escolares percibe su desempeño escolar como satisfactorio o destacado, lo que puede estar relacionado con diversos factores, como la motivación, el apoyo familiar, la calidad educativa o incluso el ambiente de aprendizaje. La alta percepción de éxito académico entre los estudiantes es un indicador positivo que puede influir en su confianza y en su actitud hacia los estudios. Aunque el 76% reporta un alto rendimiento académico, el 24% restante no lo percibe así, lo que indica la necesidad de

enfocar atención en este grupo. Este segmento podría estar enfrentando dificultades que impactan su rendimiento escolar, ya sea por razones personales, sociales o institucionales. Por lo tanto, los resultados resaltan la importancia de continuar promoviendo estrategias de apoyo académico que beneficien tanto a aquellos que ya se destacan como a los que podrían requerir una atención adicional para mejorar su desempeño.

Por consiguiente, los resultados difieren por los datos presentados por Gómez et al., (2024), quienes clasifican que el rendimiento académico es del 71% en un nivel medio; esta evaluación es respaldada por Gómez (2020), quien también reporta un nivel medio su rendimiento escolar en las aulas.

La oración describe los resultados relacionados con diversas dimensiones evaluadas en un contexto educativo. El 78% de los encuestados comprende claramente el propósito y la importancia de las evaluaciones en el aprendizaje, por ser de nivel alto; además, el 52% percibe que factores como habilidades, motivación y condiciones socioeconómicas tienen una influencia significativa en su rendimiento académico, igual de nivel alto.

El 81% de los estudiantes reporta un alto logro académico, indicando que una gran mayoría está satisfecha con sus metas alcanzadas. En cuanto a la dimensión de evaluación, un 87% de los encuestados otorga una alta importancia a los mecanismos de evaluación, lo que refuerza la percepción de que estas herramientas son cruciales para medir el rendimiento. Por último, el 64% de los estudiantes considera que el rendimiento académico tiene una gran importancia, lo cual pone de relieve el valor que le otorgan al éxito en el ámbito escolar. Estos resultados, en su conjunto, revelan una fuerte orientación hacia la valoración de la evaluación y el rendimiento, aunque también sugieren áreas donde podría ser necesario un mayor enfoque, especialmente en los predictores del rendimiento académico.

Asimismo, nivel específico al contrastarla con la primera hipótesis específica se observa, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión síntomas del estrés, dado el valor de correlación nula no significativa.

El nivel específico al contrastarla con la segunda hipótesis específica, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión Factores causales del estrés, dado el valor de correlación negativa muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

El nivel específico al contrastarla con la tercera hipótesis específica, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión Fisiopatología de la aparición del estrés, dado el valor de correlación positiva muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

El nivel específico al contrastarla con la cuarta hipótesis específica, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión Fisiopatología de la aparición del estrés, dado el valor de correlación positiva muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

Y finalmente, el nivel específico al contrastarla con la quinta hipótesis específica, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión componentes del estrés, dado el valor de correlación negativa muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

## V. Conclusiones

Que existe una correlación positiva entre el estrés y el rendimiento académico en estudiantes del quinto grado de educación secundaria de la Institución Educativa de Ica 2023, nivel de correlación, se observa que hay correlación de la variable Estrés y la variable Rendimiento Académico, dado el valor de correlación positiva muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

Que existe una correlación positiva, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión síntomas del estrés, dado el valor de correlación nula no significativa.

Que existe una correlación positiva, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión Factores causales del estrés, dado el valor de correlación negativa muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

Que existe una correlación positiva, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión Fisiopatología de la aparición del estrés, dado el valor de correlación positiva muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

Que existe una correlación positiva, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión Fisiopatología de la aparición del estrés, dado el valor de correlación positiva muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

Que existe una correlación positiva, se observa que hay correlación de la variable Rendimiento Académico y la dimensión Componentes del estrés, dado el valor de correlación negativa muy baja y valor de  $p > 0.05$  no significativa.

## **VI. Recomendaciones**

El director de la institución educativa tiene la responsabilidad de diseñar y estructurar un programa de trabajo enfocado en reducir el estrés que enfrentan los estudiantes, con el objetivo de facilitar y potenciar el desarrollo de sus habilidades, actitudes y aspiraciones. Este enfoque busca no solo mejorar el bienestar general de los educandos, sino también asegurar que puedan alcanzar sus metas de inclusión social, cultural y física dentro del entorno educativo, promoviendo una experiencia escolar más equitativa y enriquecedora para todos.

Las instituciones educativas deben contar con un departamento de Psicología para disponer de profesionales capacitados que brinden orientación y apoyo efectivos en la intervención psicológica contra el estrés. Esto permitirá implementar mecanismos psicofisiológicos que ayuden a los estudiantes a enfrentar de manera adecuada las diversas situaciones que se presentan tanto en su vida personal como en su ámbito académico, favoreciendo su bienestar integral.

El psicólogo de la institución debe implementar programas de reducción del estrés dirigidos a los estudiantes, con el objetivo de mejorar sus logros de aprendizaje y reducir el estrés, a manejar mejor las demandas escolares y, en consecuencia, optimizar su rendimiento académico y bienestar general.

Los especialistas en psicología deben monitorear y evaluar periódicamente los programas para reducir el estrés estudiantil en todas las etapas educativas. Este seguimiento es esencial para asegurar la efectividad de las estrategias y su adaptación a las necesidades cambiantes de los estudiantes, mejorando así la gestión del estrés y el bienestar académico y emocional a lo largo de su trayectoria escolar.

## VII. Referencias bibliográficas

- Gómez, F.A., Zambrano, J.A., Guastay, N.N., Casquete, M.E. & Cano, E.J.(2024). *Incidencia de la Gestión Escolar en el Rendimiento Académico*. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 8(3), 3260-3271.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i3.11546](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.11546)
- Jaimes, A.L., Fossion, R., Flores, J. & Caraveo, J. J. (2023). *Flexibilidad cognitiva y rendimiento académico en estudiantes de primer año de medicina*. *Investigación en educación médica*, 12(48), 41-51. Epub 12 de enero de 2024  
<https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2023.48.23523>
- Delgado, E.I., Briones, M.E., & Córdova, J.J. (2023). *Evaluación de una metodología para potenciar el rendimiento académico en estudiantes de Educación Básica Superior*. *INNOVA Research Journal*, 8(1), 1–16.  
<https://doi.org/10.33890/innova.v8.n1.2023.2108>
- Rodríguez, D.D., Ordoñez, R.E., & Hidalgo, M. E. (2021). *Determinantes del rendimiento académico de la educación media en el departamento de Nariño, Colombia*. *Lecturas De Economía*, (94), 87–126.  
<https://doi.org/10.17533/udea.le.n94a341834>
- Barrón, M. & Armenta, L. (2021). *Efectos del estrés en el rendimiento académico de los Estudiantes de la Licenciatura de Psicología*. *Revista Sin Frontera* (36).  
<https://doi.org/10.46589/rdiasf.vi36.388>
- Márquez, P.C. (2023). *Estrategia de aprendizaje y rendimiento académico en adolescentes de educación secundaria*, Lima 2023. (Tesis de Maestría. Universidad Cesar Vallejo). Disponible en:

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/137819/ Marquez\\_LRPC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/137819/ Marquez_LRPC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Calatayud, A. P., Apaza, E., Huaquisto, E., Belizario, G. y Inquilla, J. (2022). *Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú)*. Revista Educación, 46(2).  
<http://doi.org/10.15517/revedu.v46i2.47551>

Sánchez, J.J. (2022). *Estrés académico y Rendimiento Escolar en Comunicación en Estudiantes de Tercer Grado de Secundaria de un Colegio. de Apurimac*. (Tesis de Maestría. Universidad Cesar Vallejo). Disponible en:  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/98717/Sanchez\\_S\\_JJ-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/98717/Sanchez_S_JJ-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). *Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas*. Liberabit, 27(2), e482. Epub 06 de septiembre de 2021.  
<https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>

Gómez, W. J. (2020). *Estrés y rendimiento académico en los estudiantes del programa de segunda especialidad en enfermería: cuidado enfermero en emergencias y desastres en una Universidad Privada de Lima 2020*. (Tesis de Maestría. Universidad Norbert Wiener). Disponible en:  
[https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/5725/T061\\_4\\_1201987\\_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/5725/T061_4_1201987_M.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

OMS. (2020). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de  
<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

- Hernández, R., Fernández, C., Baptista M., (2020). *Metodología de la investigación* (Sexta edición). México. Mc Graw-Hill [internet]. Disponible en: <https://www.esup.edu.pe/wp60content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20BaptistaMetodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*, Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education, Año de edición: ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.
- Rumiche, G. F., & Carrión, G. (2021). *TIC LEO una propuesta para leer y comprender narraciones regionales. Revista de Investigación, Formación y Desarrollo: Generando Productividad Institucional*, 9(3), 56-70.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8273249>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la Investigación* (Cuarta ed.). McGraw-Hill Interamericana México.

## VIII. ANEXOS

### Anexo 1: Matriz de consistencia

#### Estrés y Rendimiento Académico pospandemia en estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2022

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	METODOLOGÍA:
¿De qué manera el Estrés se relaciona con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023?	Determinar la relación entre el Estrés con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.	(Ha) El Estrés se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.  (Ho) El Estrés no se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.	<b>Tipo de investigación</b> La investigación realizaba será: aplicada, cuantitativa, transversal y observacional.  <b>Nivel de la investigación</b> El estudio de nivel correlacional, evaluara dos variables y se determinara si existe relación estadística entre ambas.
PE1. ¿De qué manera Los síntomas del estrés se relaciona con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023? PE2. ¿De qué manera Factores causales del estrés se relaciona con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023? PE3. ¿De qué manera Fisiopatología de la aparición del estrés se relaciona con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023? PE4. ¿De qué manera Tipos de estrés académico se relaciona con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023? PE5. ¿De qué manera Componentes del estrés se relaciona con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023?	OE1. Determinar la relación entre Los síntomas del estrés con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023. OE2. Determinar la relación entre los Factores causales del estrés con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023. OE3. Determinar la relación entre la Fisiopatología de la aparición del estrés con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023? OE4. Determinar la relación entre los Tipos de estrés académico con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023. OE5. Determinar la relación entre los Componentes del estrés con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023?	HE1. Los síntomas del estrés se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.  HE2. Los Factores causales del estrés se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.  HE3. La Fisiopatología de la aparición del estrés se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.  HE4. Los Tipos de estrés académico se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.  HE5. Los Componentes del estrés se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico pospandemia en los estudiantes del Quinto grado de secundaria en una Institución Educativa de Ica, 2023.	<b>Diseño</b> El estudio responde al siguiente esquema  <pre>graph TD; m --- O1; m --- O2; O1 --- r; O2 --- r;</pre> <b>Dónde</b> m=Muestra de estudio O1=Variable X Estrés r=relación entre ambas variables O2=Variable Y Rendimiento Académico  <b>Población y muestra</b> La población de referencia será de 160 estudiantes. La muestra será de 115 alumnos.

## Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos

### Instrumento de recolección de datos: ESTRÉS

SIEMPRE	A VECES	NUNCA			
3	2	1			
			<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>D1: Los síntomas del estrés</b>					
	¿Sientes malestares como dolores de cabeza o migraña en clase?				
	¿Sientes Fatiga Crónica (cansancio permanente)?				
	¿Sientes nerviosismo en clases de los cursos que estudias?				
	¿Te preocupas excesivamente cuando no terminas tus tareas?				
<b>D2: Factores causales del estrés en los estudiantes</b>					
	¿Te sientes distraído en la clase de física?				
	¿Te sobrecargas de tareas y trabajos escolares lo que te puede provocar estar estresado?				
	¿Qué tan estresado te sientes durante todo el período escolar?				
	¿Tienes dificultad integrar los equipos de trabajo?				
<b>D3: Fisiopatología de la aparición del estrés</b>					
	¿Tienes conocimiento que existe una relación entre el estrés y su integración al sistema nervioso y endocrino?				
	¿Tienes sentimientos de depresión o tristeza?				
	¿Sabías que el estrés crónico, están relacionadas con las circunstancias y los agentes agresores de naturaleza física, ambiental, emocional o psicológico?				
	¿Tienes sentimientos de agresividad o aumentos de irritabilidad?				
<b>D4: Tipos de estrés académico</b>					
	¿Te sientes con presión familiar por obtener resultados académicos adecuados?				
	¿Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas?				
	¿Tienes problemas o conflictos con tus compañeros en clase?				
	¿Presión familiar por no fracasar en tus estudios académicos?				
<b>D5: Componentes del estrés</b>					
	¿Tienes conflicto o tendencia a discutir con tus compañeros de clase?				
	¿Tienes desgano para realizar las labores escolares?				
	¿Te enfadas fácilmente?				
	¿Tienes dificultad en afrontar los problemas cotidianos?				

## Instrumento de recolección de datos: RENDIMIENTO ACADÉMICO

SIEMPRE	A VECES	NUNCA
3	2	1

	3	2	1
<b>D1: Propósito de su evaluación</b>			
¿Las metas alcanzadas en los aprendizajes son satisfactorias?			
¿El docente te motiva para que tengas más confianza en ti mismo y puedas desarrollar las actividades de las asignaturas?			
¿Se realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio del curso?			
¿El docente realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio de la asignatura?			
<b>D2: Los predictores del rendimiento académico</b>			
¿Cuándo cometo errores me critico a mí mismo?			
¿Mi comportamiento es expresión de mis sentimientos, actitudes y creencias?			
¿Cuándo me esfuerzo por algo, sé si voy teniendo éxito en mi desempeño?			
¿Me pongo nervioso (a) cuando el profesor hace preguntas?			
<b>D3: Logro del estudiante</b>			
¿Cuándo estoy haciendo algo que no me sale bien, sigo intentándolo por mucho tiempo hasta que me salga?			
¿Me esfuerzo por tener las mejores notas?			
¿Al hacer las tareas me esfuerzo por mantener mi atención?			
¿Mi rendimiento en las asignaturas depende de mi esfuerzo?			
<b>D4: Evaluación</b>			
¿Cuáles son mis prioridades este año escolar?			
¿El docente te informa del instrumento de evaluación que se va a aplicar?			
¿Las evidencias de los aprendizajes se dan durante el desarrollo de las sesiones en el aula de clase?			
¿El docente explica el propósito de los aprendizajes antes de la sesión de aprendizaje?			
<b>D5: Importancia del Rendimiento Académico</b>			
¿Qué tiempo dedicas al estudio de clases aparte del de clases?			
Después de los primeros días o semanas de la asignatura, ¿tiendes a perder interés por el estudio?			
¿Te esfuerzas para obtener notas satisfactorias?			
¿Me considero una persona competente en lo académico?			
¿Soy capaz de tener éxito en mis estudios escolares?			

## MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES O ITEMS	ESCALAS
<b>Variable X ESTRÉS</b>	Berrio García & Mazo Zea (2012) señalan que la categorización del estrés, en función de su origen, generalmente se divide en estrés académico y estrés laboral. El estrés académico se caracteriza por una respuesta activadora a nivel fisiológico, emocional, cognitivo y conductual frente a estímulos y situaciones relacionadas con la educación. Se ha examinado en relación con diversos factores, como género, edad, ocupación y estrategias de afrontamiento.	El estrés académico se define como una reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos. La variable, ha sido operacionalizada mediante las propuestas de dimensiones: Los síntomas del estrés, Factores causales del estrés en los estudiantes, Fisiopatología de la aparición del estrés, Tipos de estrés académico, Componentes del estrés  Estas permitieron la elaboración del instrumento, llamado cuestionario sobre estrés <u>académico</u> estructurado en cinco dimensiones, diez indicadores.	Los síntomas del estrés	Planteamiento psicosocial	1= Nunca 2= A veces 3= Siempre
				Situación evaluativa	
			Factores causales del estrés en los estudiantes	Plano conductual	
				Plano cognitivo	
			Fisiopatología de la aparición del estrés	Fase de alerta	
				Fase de agotamiento	
			Tipos de estrés académico	Estrés	
	Distrés				
	La situación estresante				
Componentes del estrés	La respuesta del estrés				
<b>Variable Y RENDIMIENTO ACADEMICO</b>	Según la definición propuesta por Jiménez, García, López Cepero y Saavedra (2018), el rendimiento escolar se describe como "un nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel académico". Esta perspectiva sugiere que la comprensión del rendimiento del alumno debe basarse en sus procesos de evaluación.	El rendimiento académico es un nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel académico  La variable, ha sido operacionalizada mediante las propuestas de dimensiones: Propósito de su evaluación, Los predictores del rendimiento académico, Logro del estudiante, Evaluación, Importancia del Rendimiento académico  Estas permitieron la elaboración del instrumento, llamado cuestionario sobre <u>rendimiento académico</u> estructurado en cinco dimensiones, diez indicadores.	Propósito de su evaluación	Metas educativas	1= Nunca 2= A veces 3= Siempre
				Fomento del aprendizaje	
			Los predictores del rendimiento académico	La motivación	
				habilidades sociales	
			Logro del estudiante	Nivel de conocimiento	
				Expresión de las habilidades, actitudes y los valores	
			Evaluación	Proceso permanente	
	Nota de aprovechamiento				
	Medir la magnitud de objetivos				
Importancia del Rendimiento Académico	Nivel académico del estudiante				

### Anexo 3: Instrumentos de juicio de expertos

MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO VARIABLE X: ESTRÉS

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN					CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES						
				Formulación de la pregunta	Medida de acuerdo o desacuerdo	Relación entre el ítem y la dimensión	Relación entre la dimensión y el indicador	Relación entre el indicador y el ítem	Relación entre el ítem y la opción de respuesta	Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el indicador y el ítem							
										SI	NO	SI		NO					
Variable X ESTRÉS	Los síntomas del estrés	Planteamiento o psicosocial	¿Sientes malestares como dolores de cabeza o migraña en clase?																
			¿Sientes fatiga crónica (cansancio permanente)?																
		Situación evaluativa	¿Sientes nerviosismo en clases de los cursos que estudias?																
			¿Te preocupas excesivamente cuando no terminas tus tareas?																
	Factores causales del estrés en los estudiantes	Plano conductual	¿Te sientes distraído en la clase de física?																
			¿Te sobrecargas de tareas y trabajos escolares lo que te puede provocar estar estresado?																
		Plano cognitivo	¿Qué tan estresado te sientes durante todo el período escolar?																
			¿Tienes dificultad integrar los equipos de trabajo?																
	Fisiopatología de la aparición del estrés	Fase de alerta	¿Tienes conocimiento que existe una relación entre el estrés y su integración al sistema nervioso y endocrino?																
			¿Tienes sentimientos de depresión o tristeza?																
		Fase de agotamiento	¿Sabías que el estrés crónico, están relacionadas con las circunstancias y los agentes agresores de naturaleza física, ambiental, emocional o psicológico?																
			¿Tienes sentimientos de agresividad o aumentos de irritabilidad?																
	Tipos de estrés académico	Eustrés	¿Te sientes con presión familiar por obtener resultados académicos adecuados?																
			¿Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas?																
		Distrés	¿Tienes problemas o conflictos con tus compañeros en clase?																
	¿Presión familiar por no fracasar en tus estudios académicos?																		
	Componentes del estrés	La situación estresante	¿Tienes conflicto o tendencia a discutir con tus compañeros de clase?																
			¿Tienes desgano para realizar las labores escolares?																
La respuesta del estrés		¿Te enfadas fácilmente?																	
		¿Tienes dificultad en afrontar los problemas cotidianos?																	



Mag. Luis Enrique Lu Guerra  
SUB-DIRECTOR  
I.E. Almirante Miguel Grau

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS

**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Estrés en forma global y sus dimensiones

**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** LU GUERRA, Luis ENRIQUE

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** MAESTRIA EN ADMINISTRACIÓN

**VALORACIÓN:**

MUY BUENO	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
-----------	-------	---------	------------	----------------



Mag. Luis Enrique Lu Guerra  
SUB-DIRECTOR  
I.E. Almirante Miguel Grau

Nombres y Apellidos

**MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO VARIABLE Y: RENDIMIENTO ACADÉMICO**

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN					CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES						
				Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador			Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta			
									SI	NO	SI	NO		SI	NO	SI	NO		
Variable Y RENDIMIENTO ACADÉMICO	Propósito de su evaluación	Metas educativas	¿Las metas alcanzadas en los aprendizajes son satisfactorias?																
			¿El docente te motiva para que tengas más confianza en ti mismo y puedas desarrollar las actividades de las asignaturas?																
		Fomento del aprendizaje	¿Se realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio del curso?																
			¿El docente realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio de la asignatura?																
	Los predictores del rendimiento académico	La motivación	¿Cuándo cometo errores me critico a mí mismo?																
			¿Mi comportamiento es expresión de mis sentimientos, actitudes y creencias?																
		habilidades sociales	¿Cuándo me esfuerzo por algo, sé si voy teniendo éxito en mi desempeño?																
			¿Me pongo nervioso (a) cuando el profesor hace preguntas?																
	Logro del estudiante	Nivel de conocimiento	¿Cuándo estoy haciendo algo que no me sale bien, sigo intentándolo por mucho tiempo hasta que me salga?																
			¿Me esfuerzo por tener las mejores notas?																
		Expresión de las habilidades, actitudes y los valores	¿Al hacer las tareas me esfuerzo por mantener mi atención?																
			¿Mi rendimiento en las asignaturas depende de mi esfuerzo?																
	Evaluación	Proceso permanente	¿Cuáles son mis prioridades este año escolar?																
		Nota de aprovechamiento	¿El docente te informa del instrumento de evaluación que se va a aplicar?																
			¿Las evidencias de los aprendizajes se dan durante el desarrollo de las sesiones en el aula de clase?																
	Importancia del Rendimiento Académico	Medir la magnitud de objetivos	¿El docente explica el propósito de los aprendizajes antes de la sesión de aprendizaje?																
			¿Qué tiempo dedicas al estudio de clases aparte del de clases?																
		Nivel académico del estudiante	Después de los primeros días o semanas de la asignatura , ¿tiendes a perder interés por el estudio?																
¿Te esfuerzas para obtener notas satisfactorias?																			
			¿Me considero una persona competente en lo académico?																
			¿Soy capaz de tener éxito en mis estudios escolares?																



  
**Mag. Luis Enrique Lu Guerra**  
**SUB-DIRECTOR**  
**I.E. Almirante Miguel Grau**

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE RENDIMIENTO ACADÉMICO  
**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Rendimiento Académico en forma global y sus dimensiones  
**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** LU GUERRA. LUIS ENRIQUE

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** MAESTRIA EN ADMINISTRACIÓN

**VALORACIÓN:**

<del>MUY BUENO</del>	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
----------------------	-------	---------	------------	----------------




*Lu Guerra*  
Mag. Luis Enrique Lu Guerra  
SUB-DIRECTOR  
I.E. Almirante Miguel Grau

Nombres y Apellidos

MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO VARIABLE X: ESTRÉS


VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN				CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES		
				Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre el ítem y la opción de respuesta			
									SI	NO	SI		NO	
Variable X ESTRÉS	Los síntomas del estrés	Planteamiento o psicosocial	¿Sientes malestares como dolores de cabeza o migraña en clase?						✓		✓			
			¿Sientes fatiga crónica (cansancio permanente)?					✓		✓		✓		
		Situación evaluativa	¿Sientes nerviosismo en clases de los cursos que estudias?							✓		✓		
			¿Te preocupas excesivamente cuando no terminas tus tareas?							✓		✓		
	Factores causales del estrés en los estudiantes	Plano conductual	¿Te sientes distraído en la clase de física?							✓		✓		
			¿Te sobrecargas de tareas y trabajos escolares lo que te puede provocar estar estresado?					✓		✓		✓		
		Plano cognitivo	¿Qué tan estresado te sientes durante todo el período escolar?							✓		✓		
			¿Tienes dificultad integrar los equipos de trabajo?							✓		✓		
	Fisiopatología de la aparición del estrés	Fase de alerta	¿Tienes conocimiento que existe una relación entre el estrés y su integración al sistema nervioso y endocrino?							✓		✓		
			¿Tienes sentimientos de depresión o tristeza?							✓		✓		
		Fase de agotamiento	¿Sabías que el estrés crónico, están relacionadas con las circunstancias y los agentes agresores de naturaleza física, ambiental, emocional o psicológico?							✓		✓		
			¿Tienes sentimientos de agresividad o aumentos de irritabilidad?							✓		✓		
	Tipos de estrés académico	Eustrés	¿Te sientes con presión familiar por obtener resultados académicos adecuados?							✓		✓		
			¿Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas?						✓		✓		✓	
		Distrés	¿Tienes problemas o conflictos con tus compañeros en clase?							✓		✓		
			¿Presión familiar por no fracasar en tus estudios académicos?							✓		✓		
	Componentes del estrés	La situación estresante	¿Tienes conflicto o tendencia a discutir con tus compañeros de clase?							✓		✓		
			¿Tienes desgano para realizar las labores escolares?								✓		✓	
		La respuesta del estrés	¿Te enfadas fácilmente?							✓		✓		
			¿Tienes dificultad en afrontar los problemas cotidianos?							✓		✓		


**U.N. "SAN LUIS GONZAGA" ICA**  
 FAC. EDUCACIÓN Y HUMANIDADES  
 Nombres y Apellidos  
 Dr. Quintin Checnes Cayampi

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS  
**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Estrés en forma global y sus dimensiones  
**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.  
**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Checnes Cayampi, Quintín  
**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Doctor en Educación  
**VALORACIÓN:**

MUY BUENO	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
-----------	-------	---------	------------	----------------

  
U.N. "SAN LUIS GONZAGA" ICA  
FAC. EDUCACIÓN Y HUMANIDADES  
Nombres y Apellidos  
*Dr. Quintín Checnes Cayampi*

MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO VARIABLE Y: RENDIMIENTO ACADÉMICO

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN				CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES			
				Totalmente de acuerdo	De acuerdo	No estoy de acuerdo en absoluto	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre el indicador y el ítem				
									SI	NO	SI		NO		
Variable Y RENDIMIENTO ACADÉMICO	Propósito de su evaluación	Metas educativas	¿Las metas alcanzadas en los aprendizajes son satisfactorias?							✓					
			¿El docente te motiva para que tengas más confianza en ti mismo y puedas desarrollar las actividades de las asignaturas?								✓				
		Fomento del aprendizaje	¿Se realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio del curso?									✓			
			¿El docente realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio de la asignatura?									✓			
	Los predictores del rendimiento académico	La motivación	¿Cuándo cometo errores me critico a mí mismo?								✓				
			¿Mi comportamiento es expresión de mis sentimientos, actitudes y creencias?									✓			
		habilidades sociales	¿Cuándo me esfuerzo por algo, sé si voy teniendo éxito en mi desempeño?									✓			
			¿Me pongo nervioso (a) cuando el profesor hace preguntas?									✓			
	Logro del estudiante	Nivel de conocimiento	¿Cuándo estoy haciendo algo que no me sale bien, sigo intentándolo por mucho tiempo hasta que me salga?									✓			
			¿Me esfuerzo por tener las mejores notas?									✓			
		Expresión de las habilidades, actitudes y los valores	¿Al hacer las tareas me esfuerzo por mantener mi atención?									✓			
	Evaluación	Proceso permanente	¿Cuáles son mis prioridades este año escolar?									✓			
			¿El docente te informa del instrumento de evaluación que se va a aplicar?									✓			
		Nota de aprovechamiento	¿Las evidencias de los aprendizajes se dan durante el desarrollo de las sesiones en el aula de clase?									✓			
	Importancia del Rendimiento Académico	Medir la magnitud de objetivos	¿Qué tiempo dedicas al estudio de clases aparte del de clases?									✓			
			Después de los primeros días o semanas de la asignatura , ¿tiendes a perder interés por el estudio?									✓			
		Nivel académico del estudiante	¿Te esfuerzas para obtener notas satisfactorias?									✓			
			¿Me considero una persona competente en lo académico? ¿Soy capaz de tener éxito en mis estudios escolares?									✓			


 U.N. "SAN LUIS GONZAGA" ICA  
 FAC. EDUCACIÓN Y HUMANIDADES  
 Nombres y Apellidos  
 Dr. Quintín Checnes Cayampi

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE RENDIMIENTO ACADÉMICO  
**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Rendimiento Académico en forma global y sus dimensiones  
**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Cheenes Cayampi, Quintín

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Doctor en Educación

**VALORACIÓN:**

MUY BUENO	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
-----------	-------	---------	------------	----------------

  
U.N. "SAN LUIS GONZAGA" ICA  
FAC. EDUCACION Y HUMANIDADES  
  
Dr. Quintín Cheenes Cayampi  
Nombres y Apellidos

MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO VARIABLE X: ESTRÉS

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN				CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES							
				Tendencias de acuerdo de acuerdo	De acuerdo	No de acuerdo, ni de acuerdo	En desacuerdo	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre el indicador y el ítem			Relación entre el ítem y la opción de respuesta						
								SI	NO	SI	NO		SI	NO					
Variable X ESTRÉS	Los síntomas del estrés	Planteamiento o psicosocial	¿Sientes malestares como dolores de cabeza o migraña en clase?							✓									
			¿Sientes fatiga crónica (cansancio permanente)?								✓		✓						
		Situación evaluativa	¿Sientes nerviosismo en clases de los cursos que estudias?						✓			✓							
			¿Te preocupas excesivamente cuando no terminas tus tareas?								✓		✓						
	Factores causales del estrés en los estudiantes	Plano conductual	¿Te sientes distraído en la clase de física?								✓		✓						
			¿Te sobrecargas de tareas y trabajos escolares lo que te puede provocar estar estresado?								✓		✓						
		Plano cognitivo	¿Qué tan estresado te sientes durante todo el periodo escolar?						✓			✓							
			¿Tienes dificultad integrar los equipos de trabajo?								✓		✓						
	Fisiopatología de la aparición del estrés	Fase de alerta	¿Tienes conocimiento que existe una relación entre el estrés y su integración al sistema nervioso y endocrino?								✓		✓						
			¿Tienes sentimientos de depresión o tristeza?									✓		✓					
		Fase de agotamiento	¿Sabías que el estrés crónico, están relacionadas con las circunstancias y los agentes agresores de naturaleza física, ambiental, emocional o psicológico?						✓			✓		✓					
			¿Tienes sentimientos de agresividad o aumentos de irritabilidad?									✓		✓					
	Tipos de estrés académico	Eustrés	¿Te sientes con presión familiar por obtener resultados académicos adecuados?									✓		✓					
			¿Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas?									✓		✓					
		Distrés	¿Tienes problemas o conflictos con tus compañeros en clase?									✓		✓					
			¿Presión familiar por no fracasar en tus estudios académicos?									✓		✓					
	Componentes del estrés	La situación estresante	¿Tienes conflicto o tendencia a discutir con tus compañeros de clase?									✓		✓					
			¿Tienes desgano para realizar las labores escolares?									✓		✓					
		La respuesta del estrés	¿Te enfadas fácilmente?									✓		✓					
			¿Tienes dificultad en afrontar los problemas cotidianos?							✓			✓						

I.E. "JOSE MARIA ARGUEBAS" - PARCONA  
  
 Mag. Luisa F. Flores Martinez  
 SUB DIRECTORA

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS

**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Estrés en forma global y sus dimensiones

**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** *Flores Martinez Luisa Francesca*

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** *Maestra en Investigación y docencia Universitaria*

**VALORACIÓN:**

MUY BUENO	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
-----------	-------	---------	------------	----------------

I.E. "JOSE MARIA ARGUEBAS" - PARAZONA  
*Luisa F. Flores Martinez*  
Mag. Luisa F. Flores Martinez  
SUB DIRECTORA

.....  
Nombres y Apellidos

MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO VARIABLE Y: RENDIMIENTO ACADÉMICO

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN					CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES		
				Totalmente de acuerdo	De acuerdo	No de acuerdo ni totalmente de acuerdo	Totalmente en desacuerdo	Relación entre la variable y la dimensión	Relación entre la dimensión y el indicador		Relación entre el ítem y la opción de respuesta				
									SI	NO	SI	NO		SI	NO
Variable Y RENDIMIENTO ACADÉMICO	Propósito de su evaluación	Metas educativas	¿Las metas alcanzadas en los aprendizajes son satisfactorias?							✓	✓				
			¿El docente te motiva para que tengas más confianza en ti mismo y puedas desarrollar las actividades de las asignaturas?							✓	✓				
		Fomento del aprendizaje	¿Se realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio del curso?						✓		✓	✓			
			¿El docente realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio de la asignatura?								✓	✓			
	Los predictores del rendimiento académico	La motivación	¿Cuándo cometo errores me critico a mí mismo?							✓	✓				
			¿Mi comportamiento es expresión de mis sentimientos, actitudes y creencias?							✓	✓				
		habilidades sociales	¿Cuándo me esfuerzo por algo, sé si voy teniendo éxito en mi desempeño?						✓		✓	✓			
	¿Me pongo nervioso (a) cuando el profesor hace preguntas?									✓	✓				
	Logro del estudiante	Nivel de conocimiento	¿Cuándo estoy haciendo algo que no me sale bien, sigo intentándolo por mucho tiempo hasta que me salga?							✓	✓				
			¿Me esfuerzo por tener las mejores notas?							✓	✓				
		Expresión de las habilidades, actitudes y los valores	¿Al hacer las tareas me esfuerzo por mantener mi atención?						✓		✓	✓			
	Evaluación	Proceso permanente	¿Mi rendimiento en las asignaturas depende de mi esfuerzo?							✓	✓				
			¿Cuáles son mis prioridades este año escolar?							✓	✓				
		Nota de aprovechamiento	¿El docente te informa del instrumento de evaluación que se va a aplicar?							✓	✓				
			¿Las evidencias de los aprendizajes se dan durante el desarrollo de las sesiones en el aula de clase?						✓		✓	✓			
	Importancia del Rendimiento Académico	Medir la magnitud de objetivos	¿El docente explica el propósito de los aprendizajes antes de la sesión de aprendizaje?							✓	✓				
			¿Qué tiempo dedicas al estudio de clases aparte del de clases?							✓	✓				
		Nivel académico del estudiante	Después de los primeros días o semanas de la asignatura , ¿tiendes a perder interés por el estudio?							✓	✓				
¿Te esfuerzas para obtener notas satisfactorias?							✓		✓	✓					
			¿Me considero una persona competente en lo académico?						✓	✓					
			¿Soy capaz de tener éxito en mis estudios escolares?						✓	✓					

I.E. "JOSE MARIA ARGÜEÑAS" - PAROONA  
  
 Mag. Cuzka F. Flores Martinez  
 SUB DIRECTORA

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE RENDIMIENTO ACADÉMICO  
**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Rendimiento Académico en forma global y sus dimensiones  
**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** *Flores Martinez Luisa Francesca*.....

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** *Maestra en Investigación y docencia Universitaria.*.....

**VALORACIÓN:**

MUY BUENO	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
-----------	-------	---------	------------	----------------

I.E. "JOSE MARIA ARGUEBAS" - PARCONA  
*Luisa F. Flores Martinez*  
Mag. Luisa F. Flores Martinez  
SUB DIRECTORA  
.....  
Nombres y Apellidos

MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO VARIABLE X: ESTRÉS

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN					CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES						
				Formulación de acuerdo de acuerdo	Niveles de acuerdo en	Niveles de desacuerdo en	Niveles de desacuerdo en	Niveles de desacuerdo en	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador			Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta			
									SI	NO	SI	NO		SI	NO	SI	NO		
Variable X ESTRÉS	Los síntomas del estrés	Planteamiento o psicosocial	¿Sientes malestares como dolores de cabeza o migraña en clase?									X							
			¿Sientes fatiga crónica (cansancio permanente)?											X					
		Situación evaluativa	¿Sientes nerviosismo en clases de los cursos que estudias?						X					X					
			¿Te preocupas excesivamente cuando no terminas tus tareas?											X					
	Factores causales del estrés en los estudiantes	Plano conductual	¿Te sientes distraído en la clase de física?										X						
			¿Te sobrecargas de tareas y trabajos escolares lo que te puede provocar estar estresado?							X				X					
		Plano cognitivo	¿Qué tan estresado te sientes durante todo el periodo escolar?											X					
			¿Tienes dificultad integrar los equipos de trabajo?											X					
	Fisiopatología de la aparición del estrés	Fase de alerta	¿Tienes conocimiento que existe una relación entre el estrés y su integración al sistema nervioso y endocrino?											X					
			¿Tienes sentimientos de depresión o tristeza?											X					
		Fase de agotamiento	¿Sabías que el estrés crónico, están relacionadas con las circunstancias y los agentes agresores de naturaleza física, ambiental, emocional o psicológico?											X					
			¿Tienes sentimientos de agresividad o aumentos de irritabilidad?											X					
	Tipos de estrés académico	Eustrés	¿Te sientes con presión familiar por obtener resultados académicos adecuados?											X					
			¿Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas?											X					
		Distrés	¿Tienes problemas o conflictos con tus compañeros en clase?											X					
			¿Presión familiar por no fracasar en tus estudios académicos?											X					
	Componentes del estrés	La situación estresante	¿Tienes conflicto o tendencia a discutir con tus compañeros de clase?											X					
			¿Tienes desgano para realizar las labores escolares?											X					
		La respuesta del estrés	¿Te enfadas fácilmente?											X					
			¿Tienes dificultad en afrontar los problemas cotidianos?											X					

  
Mg. Piero Troya V.  
AGENTE DE COMUNICACIÓN

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS

**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Estrés en forma global y sus dimensiones

**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Troya Valle Pucio Mauricio

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Maestro en Docencia Universitaria e Investigación

**VALORACIÓN:**

<del>MUY BUENO</del>	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
----------------------	-------	---------	------------	----------------

  
Mg. Piero Troya Valle  
DOCENTE DE COMUNICACIÓN

.....  
Nombres y Apellidos

MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO VARIABLE Y: RENDIMIENTO ACADÉMICO

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN				CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES				
				Tratamiento de acuerdo	De acuerdo	No de acuerdo en el desarrollo	En desacuerdo en desarrollo	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador			Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta	
								SI	NO	SI	NO		SI	NO	SI	NO
Variable Y RENDIMIENTO ACADÉMICO	Propósito de su evaluación	Metas educativas	¿Las metas alcanzadas en los aprendizajes son satisfactorias?							X	X	X				
			¿El docente te motiva para que tengas más confianza en ti mismo y puedas desarrollar las actividades de las asignaturas?						X	X	X					
		Fomento del aprendizaje	¿Se realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio del curso?							X	X	X				
			¿El docente realizó el dialogo sobre el tipo de evaluación al inicio de la asignatura?							X	X	X				
	Los predictores del rendimiento académico	La motivación	¿Cuándo cometo errores me critico a mi mismo?							X	X	X				
			¿Mi comportamiento es expresión de mis sentimientos, actitudes y creencias?						X	X	X					
		habilidades sociales	¿Cuándo me esfuerzo por algo, sé si voy teniendo éxito en mi desempeño?							X	X	X				
	¿Me pongo nervioso (a) cuando el profesor hace preguntas?								X	X	X					
	Logro del estudiante	Nivel de conocimiento	¿Cuándo estoy haciendo algo que no me sale bien, sigo intentándolo por mucho tiempo hasta que me salga?							X	X	X				
			¿Me esfuerzo por tener las mejores notas?						X	X	X					
		Expresión de las habilidades, actitudes y los valores	¿Al hacer las tareas me esfuerzo por mantener mi atención?							X	X	X				
	Evaluación	Proceso permanente	¿Cuáles son mis prioridades este año escolar?							X	X	X				
			¿El docente te informa del instrumento de evaluación que se va a aplicar?						X	X	X					
		Nota de aprovechamiento	¿Las evidencias de los aprendizajes se dan durante el desarrollo de las sesiones en el aula de clase?							X	X	X				
	Importancia del Rendimiento Académico	Medir la magnitud de objetivos	¿Qué tiempo dedicas al estudio de clases aparte del de clases?							X	X	X				
			Después de los primeros días o semanas de la asignatura , ¿tiendes a perder interés por el estudio?						X	X	X					
		Nivel académico del estudiante	¿Te esfuerzas para obtener notas satisfactorias?							X	X	X				
			¿Me considero una persona competente en lo académico?							X	X	X				
			¿Soy capaz de tener éxito en mis estudios escolares?						X	X	X					

  
Mg. Piero Troya V.  
DOCENTE DE COMUNICACIÓN

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE RENDIMIENTO ACADÉMICO  
**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Rendimiento Académico en forma global y sus dimensiones  
**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** ..... *Eusebio Valle Puerto Mauricio* .....

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** ..... *Maestro en Docencia Universitaria e Investigación* .....

**VALORACIÓN:**

<del>MUY BUENO</del>	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
----------------------	-------	---------	------------	----------------

*Eusebio Valle*  
Mg. Puerto Troya Valle  
DOCENTE DE COMUNICACIÓN

.....  
Nombres y Apellidos

MATRIZ DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO VARIABLE X: ESTRÉS

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN					CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES						
				Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo	Relación entre la variable y la dimensión		Relación entre la dimensión y el indicador			Relación entre el indicador y el ítem		Relación entre el ítem y la opción de respuesta			
									SI	NO	SI	NO		SI	NO		SI	NO	
Variable X ESTRÉS	Los síntomas del estrés	Planteamiento o psicosocial	¿Sientes malestares como dolores de cabeza o migraña en clase?																
			¿Sientes fatiga crónica (cansancio permanente)?																
		Situación evaluativa	¿Sientes nerviosismo en clases de los cursos que estudias?																
			¿Te preocupas excesivamente cuando no terminas tus tareas?																
	Factores causales del estrés en los estudiantes	Plano conductual	¿Te sientes distraído en la clase de física?																
			¿Te sobrecargas de tareas y trabajos escolares lo que te puede provocar estar estresado?																
		Plano cognitivo	¿Qué tan estresado te sientes durante todo el periodo escolar?																
			¿Tienes dificultad integrar los equipos de trabajo?																
	Fisiopatología de la aparición del estrés	Fase de alerta	¿Tienes conocimiento que existe una relación entre el estrés y su integración al sistema nervioso y endocrino?																
			¿Tienes sentimientos de depresión o tristeza?																
		Fase de agotamiento	¿Sabías que el estrés crónico, están relacionadas con las circunstancias y los agentes agresores de naturaleza física, ambiental, emocional o psicológico?																
	¿Tienes sentimientos de agresividad o aumentos de irritabilidad?																		
	Tipos de estrés académico	Eustrés	¿Te sientes con presión familiar por obtener resultados académicos adecuados?																
			¿Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas?																
		Distrés	¿Tienes problemas o conflictos con tus compañeros en clase?																
			¿Presión familiar por no fracasar en tus estudios académicos?																
	Componentes del estrés	La situación estresante	¿Tienes conflicto o tendencia a discutir con tus compañeros de clase?																
			¿Tienes desgano para realizar las labores escolares?																
La respuesta del estrés		¿Te enfadas fácilmente?																	
		¿Tienes dificultad en afrontar los problemas cotidianos?																	

I.E. N° 22661 JUAN DONAYRE VIZARRETA  
 CC.PP. NSRA SRA. DE GUADALUPE  
  
 Juan Einar J. Huamán Quintero  
 SUB DIRECTOR

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS

**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Estrés en forma global y sus dimensiones

**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** ..... *Huamán Quiñones, Elmer E* .....

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** ..... *Maestro Investigación y docencia universitaria* .....

**VALORACIÓN:**

<del>MUY BUENO</del>	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
----------------------	-------	---------	------------	----------------

I.E. N° 22661 JUAN DONAYRE VIZARRETA  
CC.PP. NUESTRA SRA. DE GUADALUPE



*Elmer E. Huamán Quiñones*  
Mtd. Elmer E. Huamán Quiñones  
SUB DIRECTOR

.....  
Nombres y Apellidos



**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** CUESTIONARIO SOBRE RENDIMIENTO ACADÉMICO  
**OBJETIVO:** Elevar el nivel del Rendimiento Académico en forma global y sus dimensiones  
**DIRIGIDO A:** Estudiantes del Quinto grado de secundario de una Institución Educativa de Ica.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** *Huamán Quinones Elmer E*

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** *Maestro Investigación y docencia universitaria*

**VALORACIÓN:**

<del>MUY BUENO</del>	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE	MUY DEFICIENTE
----------------------	-------	---------	------------	----------------

I.E. N° 22661 JUAN DONAYRE VIZARRETA  
CC.PP. NTRA SRA. DE GUADALUPE  
  
Mag. Elmer E. Huamán Quinones  
SUB DIRECTOR

.....  
Nombres y Apellidos