



ANEXO 1

FORMATO PARA LA PRESENTACIÓN DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN
CON EL FINANCIAMIENTO DEL FEDU

1. Título del proyecto

ESTRÉS ACADÉMICO Y LOGRO DE COMPETENCIAS EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA UNA PUNO

2. Área de Investigación

Área de investigación	Línea de Investigación	Disciplina OCDE
Ciencias Sociales	Educación y dinámica educativa	Educación general

3. Duración del proyecto (meses)

12 meses

4. Tipo de proyecto

<u>Individual</u>	<input type="radio"/>
<u>Multidisciplinario</u>	<input checked="" type="radio"/>
<u>Director de tesis pregrado</u>	<input type="radio"/>

4. Datos de los integrantes del proyecto

Apellidos y Nombres	ANGULO MAMANI, LILIA AMRIBEL
Escuela Profesional	PROGRAMA DE CIENCIAS SOCIALES - EPES
Celular	967579413
Correo Electrónico	liliaangulo@unap.edu.pe

Apellidos y Nombres	BUSTINZA CHOQUEHUANCA, SONIA AGLEY
Escuela Profesional	PROGRAMA DE CIENCIA, TECNOLOGÍA Y AMBIENTE - EPES
Celular	951695585
Correo Electrónico	sbutinza@unap.edu.pe



Apellidos y Nombres	CALIZAYA CONDORI, ROGER MELENIO
Escuela Profesional	PROGRAMA DE CIENCIAS SOCIALES - EPES
Celular	916192579
Correo Electrónico	rcalizaya@unap.edu.pe

- I.** Título (El proyecto de tesis debe llevar un título que exprese en forma sintética su contenido, haciendo referencia en lo posible, al resultado final que se pretende lograr. Máx. palabras 25)

ESTRÉS ACADÉMICO Y LOGRO DE COMPETENCIAS EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA UNA PUNO

- II.** Resumen del Proyecto de Tesis (Debe ser suficientemente informativo, presentando -igual que un trabajo científico- una descripción de los principales puntos que se abordarán, objetivos, metodología y resultados que se esperan)

La presente investigación tiene por objetivo determinar los niveles de estrés académico en el logro de competencias en estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria de la UNA Puno. La muestra estará constituida por estudiantes del noveno semestre. El enfoque es cuantitativo de tipo experimental y diseño explicativo causal. El estudio se realizará sin manipulación de las variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos (Sataloff et al., 2014). Al final de la investigación se espera comprobar la hipótesis siguiente: los niveles de estrés académico influyen significativamente en el logro de competencias en estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria.

- III.** Palabras claves (Keywords) (Colocadas en orden de importancia. Máx. palabras: cinco)

Académico, competencias, estrés, logro de competencia.

- IV.** Justificación del proyecto (Describa el problema y su relevancia como objeto de investigación. Es importante una clara definición y delimitación del problema que abordará la investigación, ya que temas cuya definición es difusa o amplísima son difíciles de evaluar y desarrollar)

Según los expertos, el estrés es considerado la enfermedad del siglo XXI a todo nivel por los estilos de vida tan frenéticos en la actualidad, este aspecto no es ajeno en estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria; pues muchos de ellos se autosostienen por ser distritos alejados y esto influye en los logros de competencias durante su formación profesional.



De acuerdo a lo expuesto la presente investigación tiene como propósito determinar los niveles de estrés académico en el logro de competencias en estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria.

- V. Antecedentes del proyecto (Incluya el estado actual del conocimiento en el ámbito nacional e internacional. La revisión bibliográfica debe incluir en lo posible artículos científicos actuales, para evidenciar el conocimiento existente y el aporte de la Tesis propuesta. Esto es importante para el futuro artículo que resultará como producto de este trabajo)

5.1. Ámbito internacional

Silva et al. (2020) en su artículo de investigación titulado: “Estrés académico en estudiantes universitarios”, el objetivo general del estudio fue determinar el nivel de estrés en estudiantes universitarios. Respecto a la metodología pertenece al enfoque cuantitativo, diseño descriptivo y correlacional, teniendo como muestra de estudio a 255 estudiantes universitarios de la facultad de Enfermería y Genómica e Ingeniería en Petroquímica y Nanotecnología. El instrumento utilizado fue el inventario SISCO del estrés académico. Llegando a la conclusión de que el 86.3% de los participantes presentan un nivel de estrés moderado y que los estresores más frecuentes son las evaluaciones, la sobrecarga de tareas y el tiempo limitado que dan los docentes.

Soto et al. (2021) en su estudio titulado: “Estrés académico en universitarios y la práctica de ejercicio físico-deportivo”. El principal objetivo fue analizar el estrés académico en estudiantes universitarios y su relación con la práctica de ejercicio físico o deporte. En cuanto a la metodología pertenece al enfoque cuantitativo, de estudio descriptivo transversal y comparativo, la muestra de estudio estuvo conformada por 102 estudiantes universitarios de la carrera de Derecho, Educación Física y Motricidad Humana de la Universidad Autónoma de Chihuahua. El instrumento que se utilizó para evaluar el nivel de estrés académico fue el inventario SISCO de estrés académico. El autor llegó a la conclusión de que existe estrés en los estudiantes universitarios, mostrándose con mayor frecuencia en los estudiantes que pertenecen a la carrera de Motricidad Humana; sobre todo en aquellos estudiantes que no realizan actividad física o deporte.

Emiro et al. (2020) en su investigación titulada: “Estrés académico en estudiantes universitarios”. En la que se plantea como objetivo general analizar el estrés académico en estudiantes universitarios. La metodología utilizada fue el enfoque cuantitativo, de corte transversal y de nivel descriptivo, la muestra estuvo conformada por 450 estudiantes de tres universidades diferentes. El instrumento aplicado fue un cuestionario denominado Inventario SISCO del estrés académico. La investigación concluye que, en la categoría de situaciones estresantes, el ítem con un alto porcentaje es la sobrecarga de trabajos académicos, en las reacciones físicas es la inquietud. En cuanto a las reacciones psicológicas el ítem más preocupante fue la



somnolencia o mayor necesidad de dormir, y por último en la categoría de reacciones comportamentales fue el aumento o reducción de alimentos.

Kloster y Perrotta (2019) en su trabajo de investigación titulado: “Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná, Argentina”. Tuvo como objetivo general analizar el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes universitarios. La metodología usada es el enfoque cuantitativo de tipo descriptivo-comparativo, la técnica utilizada fue una encuesta y el instrumento un cuestionario SISCO del estrés académico de Arturo Barraza Macías, la muestra es de 163 estudiantes universitarios entre 17 a 38 años de edad. Llegando a la conclusión, que los estudiantes presentan un nivel de estrés moderado, y además los estudiantes de los últimos años emplean con mayor frecuencia estrategias de afrontamiento que los estudiantes de primer año.

Pineida (2020) en su estudio titulado: “Nivel de estrés académico de los estudiantes de Psicología Educativa y Orientación de la Universidad Central del Ecuador, en el período de estudio julio-noviembre 2019”. Tuvo como principal objetivo, caracterizar el nivel de estrés académico de los estudiantes de Psicología Educativa y Orientación de la Universidad Central del Ecuador. En cuanto a la metodología, pertenece al enfoque cuantitativo de diseño no experimental, de corte transversal, de nivel descriptivo, la población de estudio fue 232 estudiantes de cuarto, quinto, sexto, séptimo, octavo y noveno ciclo, la técnica utilizada es la encuesta y el instrumento un cuestionario del estrés académico. Finalmente, el autor llegó a la conclusión, que el nivel de estrés académico alcanzado en mayor grado por los estudiantes es moderado, en razón a que poseen condiciones, cualidades y 19 aptitudes necesarias para adoptar y adecuar estrategias para manejar y afrontar las demandas y exigencias de la universidad

5.2. Ámbito nacional

Laura, (2017) en su investigación titulada “Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa “7 de junio” del centro poblado de Chupaca del distrito de Acoria, cuyo objetivo general fue determinar el grado de relación entre estrés y rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa antes mencionada. Una investigación que utilizo el método descriptivo, cuyo diseño fue descriptivo correlacional. Los instrumentos aplicados fueron el inventario de estrés propuesto por Barraza (2006) y los registros promocionales del año lectivo 2016. las conclusiones primordiales a las que se llega son: Que existe una relación inversa y significativa entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes encuestados, es decir, a mayor estrés, es menor el rendimiento académico y viceversa. Por otro lado, cabe señalar que los estresores tienen una relación directa con el estrés, aunque las estrategias de afrontamiento se presentan en todo momento en la adaptación de la persona con su entorno.



La Rosa S. y Ochoa G. (2018). En su estudio “Estrés y rendimiento académico en estudiantes del Nivel Secundaria de Socos, Ayacucho – 2018” realizado teniendo como objetivo conocer el grado de relación que se presenta entre las variables Estrés y Rendimiento Académico en la precisada Institución Educativa cuyo desarrollo de la investigación se hizo uso del diseño de investigación correlacional. La técnica utilizada fue la encuesta y que se sirvió del instrumento denominado cuestionario para la recopilación de los datos, posibilitando de esta manera determinar la relación existente entre las variables en investigación: Se concluye que existe una relación inversa y significativa entre el estrés y el rendimiento académico en los estudiantes encuestados, es decir, a mayor estrés, es menor el rendimiento académico y viceversa. Por otro lado, cabe señalar que los estresores tienen una relación directa con el estrés, aunque las estrategias de afrontamiento se presentan en todo momento en la adaptación de la persona con su entorno.

Cahuana L. y Huamán E. (2019) en su trabajo de investigación titulado, Autoestima y Rendimiento Académico en estudiantes de 5to Año de Secundaria de la Gran Unidad Escolar Miguel Grau, Abancay, cuyo diseño empelado fue el no experimental, de nivel correlacional y tipo básico en la que llega a las siguientes conclusiones: En la investigación determinan la existencia de una baja correlación entre la autoestima y el rendimiento académico en estudiantes de 5to Año de Secundaria de la Gran Unidad Escolar Miguel Grau, Abancay, 2019. El coeficiente obtenido es de 0,236, además se tiene un p-valor de $0,010 < \alpha = 0,05$, lo que permite rechazar la hipótesis nula de la investigación. Sin embargo, se puede afirmar que, si mejora la autoestima de los estudiantes, entonces mejorará el rendimiento académico de los mismos.

Vigo (2019) en su estudio titulado: “Niveles de estrés académico en los estudiantes universitarios, Chachapoyas, Perú, 2019”. El objetivo general fue determinar los niveles de estrés académico en los estudiantes universitarios. En la metodología pertenece al paradigma cuantitativo, de diseño no experimental, de nivel descriptivo, de corte transversal y analítico, la población estuvo conformada por 92 estudiantes de la escuela profesional de Estomatología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Llegando a la conclusión, en cuanto a las estrategias de afrontamiento y síntomas los estudiantes presentan un nivel bajo y en la dimensión de estresores presenta un nivel medio

Miranda (2019) en su trabajo de investigación titulado: “Estrés Académico en estudiantes universitarios de la facultad de Medicina de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana, 2018”. Tuvo como principal objetivo identificar el nivel de estrés académico en los estudiantes de la Facultad de Medicina. La metodología usada es cuantitativa de diseño no experimental, de corte transversal descriptivo, la muestra es de 116 estudiantes. Llegando a la conclusión, de que 93.97% de los estudiantes presentan estrés académico con un nivel moderado, así como sus estresores, reacciones y estrategias de afrontamiento.



5.3. Ámbito local

Roque (2018) en su tesis titulado: “Nivel de estrés académico en los alumnos de la especialidad de Lengua, Literatura, Psicología y Filosofía de la UNA-Puno 2016-II”. Tuvo como objetivo general determinar el nivel de estrés académico en los estudiantes del 1° al 10° semestre. La metodología usada es cuantitativa donde el tipo de estudio es descriptivo y de diseño no experimental, la población total es de 350 estudiantes, el instrumento utilizado fue el inventario SISCO del estrés académico de Arturo Barraza Macías. Llegando a la conclusión general de que el 89.3 % de la población estudiantil presenta estrés académico con un nivel medio.

Dueñas (2017), en su estudio de investigación titulado “Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano – Puno”. Tuvo como objetivo general determinar el grado de relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento. La metodología utilizada es cuantitativa de diseño no experimental, correlacional, el instrumento utilizado es un cuestionario del estrés académico. Llegando a la conclusión que, si existe grado de relación entre ambas variables, es decir, al manifestar los estudiantes un estrés académico alto le genera un desequilibrio mayor a nivel cognitivo, afectivo que les imposibilita a los estudiantes a ver la situación de manera clara lo que propicia que utilicen estrategias regulares de afrontamiento.

Maquera (2020) en su estudio de investigación titulado: “Depresión y estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno-2019”. Tuvo como objetivo general determinar la relación entre la depresión y el estrés académico en estudiantes de Enfermería. La metodología utilizada es el enfoque cuantitativo de tipo correlacional con diseño no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 54 estudiantes, los instrumentos utilizados fueron la escala de Zung y el inventario SISCO del estrés académico. Finalmente se concluye, que sí existe relación entre la depresión y el estrés académico en los estudiantes de séptimo ciclo de la facultad de Enfermería, es decir mientras el nivel de estrés es alto, el nivel de depresión aumenta de manera considerable.

Aquino, L. (2022), presentó la tesis titulada “Nivel de estrés académico en los estudiantes del séptimo y octavo semestre del programa Ciencias Sociales de la escuela profesional de Educación Secundaria de la UNA – Puno, 2021”. El cual se presentó bajo el objetivo de determinar el nivel de estrés académico que presentan los estudiantes del séptimo y octavo semestre. En cuanto a la metodología corresponde al tipo de estudio descriptivo diagnóstico, de corte transversal, de diseño no experimental y pertenece al enfoque cuantitativo. Como resultados principales de la investigación se destaca que un 3.3% de estudiantes muestran un nivel bajo de estrés académico y, el 76.1% de estudiantes evidencian nivel medio y por último el 20.7% de estudiantes presentan nivel alto. Llegando a la conclusión general de la variable, el estrés académico que presentan los estudiantes del séptimo y octavo



semestre es de nivel medio, así como sus reacciones físicas, psicológicas y conductuales.

ESTRÉS:

Cassaretto, et al. (2021), definen al estrés como un proceso dinámico que surge de la interacción del individuo con su entorno, en el que la persona realiza dos evaluaciones: primero, valora si la situación actual lo beneficia o perjudica; y segundo, evalúa si posee los recursos necesarios para enfrentar la demanda. El estrés emerge cuando se percibe que la demanda supera los recursos del individuo. Cabe resaltar que el estrés es una respuesta adaptativa y cotidiana que genera una reacción que ayuda a enfrentar nuevos retos o situaciones que percibimos como amenazantes o peligrosas. Por ende, es un recurso necesario que permite adaptarnos a las demandas del entorno. Sin embargo, cuando la respuesta es excesiva o crónica puede afectar negativamente la salud de las personas

ESTRÉS ACADÉMICO

El estrés académico es definido por Barraza (2005) como un proceso que inicia cuando el estudiante valora las demandas del contexto educativo como estresantes, lo cual genera un desequilibrio sistémico (situación estresante) que desencadena síntomas desagradables (indicadores del desequilibrio), obligando al estudiante a implementar una serie de estrategias de afrontamiento para reestablecer el equilibrio perdido

Dueñas (2017) afirma que el estrés académico hace referencia al impacto de los estresores académicos, a su vez es un proceso que se lleva a cabo a nivel cognitivo y afectivo. Es decir, el estudiante realiza una evaluación de las diversas características del ambiente académico en el que se encuentra, para finalmente identificarlas como amenazas o desafíos en las que evalúa si puede responder eficazmente o no; durante la evaluación se presentan diferentes sensaciones como la preocupación, la angustia, la desconfianza, cólera, desolación, satisfacción, consuelo y demás. Como también, Águila (2015), el estrés escolar es el malestar que el estudiante presenta debido a factores físicos, emocionales, ya sean de carácter interrelacional, intrarrelacional o ambientales que pueden ejercer una presión significativa en la competencia individual para afrontar el contexto escolar en el rendimiento académico, habilidad metacognitiva para resolver problemas, presentación de exámenes, relación con los compañeros y educadores, búsqueda de reconocimiento e identidad, habilidad para relacionar el componente teórico con la realidad específica abordada.

LOGRO DE COMPETENCIAS

Facho (2021), en el Perú, las competencias ya están determinadas en el Currículo Nacional; sin embargo, los docentes deben interiorizarlas y ponerlas en práctica, lo que motiva las preguntas: “¿Qué implicancias tiene cada una de ellas?”, “¿Cuál es el propósito de aprendizaje?”, “¿Hacia dónde voy?”, “¿Cómo las voy a evaluar?”, “¿Qué evidencias debo recoger que me permitan afirmar que se está logrando desarrollar las competencias?”, “¿Lograron llegar a mi propósito?”, “¿Qué aspectos



han quedado débiles para retroalimentar?”.

Valorar una competencia implica saber qué desempeños se espera de los estudiantes para poder contrastar con los estándares. Sin embargo, existe una confusión por parte de docentes entre los conceptos de evaluación y calificación; falta delimitar los criterios y la inmersión de los estudiantes en el proceso educativo (Hortiguela, et al., 2019).

Dentro del desarrollo de competencias, se deben tener muy claros los criterios de evaluación, ya que estos son las pautas fundamentales que se han de tomar en cuenta para valorar la competencia, el estándar y/o el desempeño (Tobón, 2010)

VI. Hipótesis del trabajo (Es el aporte proyectado de la investigación en la solución del

Los niveles de estrés académico influyen significativamente en el logro de competencias en estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria.

VII. Objetivo general

Determinar los niveles de estrés académico en el logro de competencias en estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria de la UNA Puno.

VIII. Objetivos específicos

- a. Identificar situaciones estresantes que experimentan los estudiantes del noveno semestre.
- b. Precisar las reacciones físicas que presentan los estudiantes del noveno semestre.
- c. Analizar las reacciones psicológicas que presentan los estudiantes del noveno semestre.
- d. Interpretar las reacciones conductuales que presentan los estudiantes del noveno semestre.

IX. Metodología de investigación (Describir el(los) método(s) científico(s) que se empleará(n) para alcanzar los objetivos específicos, en forma coherente a la hipótesis de la investigación. Sustentar, con base bibliográfica, la pertinencia del(los) método(s) en términos de la representatividad de la muestra y de los resultados que se esperan alcanzar. Incluir los análisis estadísticos a utilizar)

Tipo-Enfoque: De acuerdo a la naturaleza del problema de investigación, el tipo al



que se alinea el presente trabajo, corresponde a la investigación descriptiva-explicativa y enfoque cuantitativo, razón por lo que la variable estudiada, no será sometido a ninguna prueba de experimento, solamente se trata de describir el problema de investigación el cual servirá como cimiento de la investigación aplicada (Ñaupas et al., 2019).

Técnica: Considerando que las técnicas son un conjunto de normas y procedimientos para regular un determinado proceso y alcanzar un determinado objetivo (Pino, 2018). Frente a ello, la técnica que atenderá la presente investigación es la **encuesta**, ya que la encuesta “es una técnica de investigación social para la indagación, exploración y recolección de datos, mediante preguntas formuladas directa o indirectamente a los sujetos que constituyen la unidad de análisis del estudio investigativo” (Carrasco, 2006, p. 314).

Instrumento: Los instrumentos son las herramientas conceptuales o materiales, mediante los cuales se recogen los datos e informaciones, mediante preguntas, ítems que exigen respuestas del investigado. Como también se le considera como un medio concreto, tangible que permite recoger datos, en forma sistemática, ordenada según una intencionalidad prevista (Ñaupas et al., 2019, p.273). Por consiguiente, el instrumento utilizado será el **cuestionario**, como indica Carrasco (2006), el cuestionario permite dar una respuesta directa, mediante la hoja de preguntas que se le entrega a cada uno de los sujetos que contribuyen en la investigación. Como instrumento específico de la investigación se utilizará el instrumento validado llamado Inventario de Hábitos de Estudio (IHE).

Diseño estadístico: La sistematización de resultados se jerarquiza según las categorías de la distribución de frecuencias, ya que la prueba es pertinente para las investigaciones de tipo descriptivo-explicativo.

Población y muestra: La población considerada en la investigación, estará conformada por todos los estudiantes de noveno semestre de la EPES.

La muestra de estudio se determinará a través del muestreo probabilístico, ya que todos los elementos de la población tienen la misma posibilidad de ser escogidos para la muestra y se obtienen definiendo las características de la población y el tamaño de la muestra, y por medio de una selección aleatoria o mecánica de las unidades de muestreo/análisis (Hernandez y Mendoza, 2018).

X. Referencias (Listar las citas bibliográficas con el estilo adecuado a su especialidad)

Águila, B., Castillo, M., De La Guardia, R. y Achon, Z. (2015). Estrés académico. Scielo-Edumecentro. vol.7 no.2.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013



- Aquino, L. (2022) Nivel de estrés académico en los estudiantes del séptimo y octavo semestre del programa Ciencias Sociales de la escuela profesional de Educación Secundaria de la UNA – Puno, 2021. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional del Altiplano.
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, vol. 26, núm. 2. Pp. 270-289. <https://www.redalyc.org/pdf/799/79926212.pdf>
- Cassaretto, M., Vilela, P. y Gamarra, L. (2021) Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Scielo Perú*. vol.27 no.2. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272021000200005&script=sci_arttext#B30
- Cahuana L. y Huamán E. (2019) Autoestima y Rendimiento Académico en estudiantes de 5to Año de Secundaria de la Gran Unidad Escolar Miguel Grau, Abancay. (Tesis de Grado). Universidad Autónoma de Ica. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1064/1/TESIS%20CAHUANA%20-%20HUAMAN.pdf>
- Carrasco, S. (2006). *Metodología de la investigación científica*. Lima: San Marcos.
- Dueñas, H. (2017). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno. (Tesis de Doctorado). Universidad Nacional del Altiplano.
- Hernandez, R., & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativas, cualitativa y mixta*. México: Industria Editorial Mexicana.
- Emiro, J., et al. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*, Vol. 14, N°. 24, pp. 23-47. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8145563>
- Facho, T., Relaiza, H.R. y García, U. (2021). Logro de competencias en el proceso de aprendizaje durante tiempos del COVID-19. *Scielo-Propósitos y Representaciones*. vol.9 no.1. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=s2307-79992021000100018&script=sci_arttext
- Hortiguera, D., Pérez, A. y González, G. (2019). ¿A qué nos Referimos Realmente con la Evaluación Formativa y Compartida?. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*. Vol. 12, num.1. <https://revistas.uam.es/index.php/riee/article/view/riee2019.12.1.001>
- Maquera, M.E. (2019). Depresión y estrés académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno-2019. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional del Altiplano-Puno. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3280616>
- Ñaupas, H., Valdivia, M. R., Palacios, J. J., & Romero, H. E. (2018). *Metodología de la Investigación Cuantitativa-Cualitativa y Redacción de la Tesis*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Kloster, G. y Perrotta, F. (2019). Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná. (Tesis de Licenciatura). Universidad Católica Argentina.



- https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres_academica_estudiantes-universitarios.pdf
- Laura, L.R. (2017) Estrés y rendimiento académico en los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa “7 de junio” del centro poblado de Chupaca del distrito de Acoria. (Tesis de Grado). Universidad Nacional del Centro del Perú.
<https://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12894/4408/Laura%20Espinoza.pdf?sequence=1>
- La Rosa S. y Ochoa G. (2018) Estrés y rendimiento académico en estudiantes del Nivel Secundaria de Socos, Ayacucho – 2018. (Tesis de Grado). Universidad de César Vallejo.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/28857?show=full>
- Miranda, K. (2019). Estrés Académico en estudiantes universitarios de la facultad de Medicina de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana, 2018. (Tesis de Licenciatura). Universidad Inca Garcilazo De la Vega.
http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3721/008594_Trab.%2065%20Suf.%20Prof.%20Miranda%20Colque%20Katherine%20Deysi.pdf?sequence=2&isAl%20lowed=y
- Pineida, C. (2020). Nivel de estrés académico de los estudiantes de Psicología Educativa y Orientación de la Universidad Central del Ecuador, en el período de estudio julio-noviembre 2019. (Tesis de Licenciatura). Universidad Central del Ecuador <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/20646/1/T-UCE-0010-FIL-754.PDF>
- Roque, D. (2018). El nivel de estrés académico en los alumnos de la especialidad de Lengua, Literatura, Psicología y Filosofía de la UNA-Puno 2016-II. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional del Altiplano.
- Silva, M., et al. (2019). Estrés académico en estudiantes de licenciatura en Enfermería. *Revista Científica de Enfermería*, Vol. 25, Nro. 18, pp. 35-39.
<https://doi.org/10.14198/recien.2019.18.03>
- Soto, C., et al. (2021). Estrés académico en universitarios y la práctica de ejercicio físicodeportivo. *Revista Publicando*, 1-8. Obtenido de <https://www.revistapublicando.org/revista/index.php/crv/article/view/2175/2286>
- Tobón, S. (2010). Formación integral y competencias: Pensamiento complejo, currículo, didáctica y evaluación. (4ta. Ed.). Bogotá: ECOE.
https://www.researchgate.net/profile/Sergio_Tobon4/publication/319310793_Formacion_integral_y_competencias_Pensamiento_complejo_curriculo_didactica_y_evaluacion/links/59a2edd9a6fdcc1a315f565d/Formacion-integral-y-competencias-Pensamiento-complejo-curriculo-didactica-y-evaluacion.pdf
- Vigo, Y. (2019). Niveles de estrés académico en los estudiantes de estomatología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/2041>



XI. Uso de los resultados y contribuciones del proyecto (Señalar el posible uso de los resultados y la contribución de los mismos)

Con el resultado del presente estudio, se pretende identificar el grado de estrés y logros de competencia de los estudiantes del noveno semestre de la Escuela de Educación Secundaria. Los resultados obtenidos, serán de muestra y relevancia para el personal directivo de la Facultad, Universidad y docentes, para que puedan tomar acciones con el fin de remediar los niveles de estrés académico, para de esa forma obtener el normal desarrollo de la competencia académica, y por añadidura un mejor prestigio institucional.

XII. Impactos esperados

i. Impactos en Ciencia y Tecnología

La influencia creciente de las ciencias y la tecnología, su contribución a la transformación de nuestras concepciones y formas de vida, obligan a considerar la introducción de una formación científica y tecnológica (indebidamente minusvalorada) como un elemento clave de la cultura general de los futuros ciudadanos y ciudadanas, que les prepare para la comprensión del mundo en que vivimos y para la necesaria toma de decisiones. Por ello, desde las contribuciones de la investigación, se pretende identificar los factores estresantes que influyen en el logro de competencia de los estudiantes. Ya que los buenos logros de competencia de los estudiantes, contribuye en la generación de ciencia y tecnología que beneficia a la población local, nacional e internacional.

ii. Impactos económicos

De evitarse el estrés académico, se asegura en fortalecer el logro de competencia en los alumnos, esto, da como resultado a que los estudiantes sean formados personas holísticamente integrales con identidad, autoestima y su integración adecuada y crítica a la sociedad para el ejercicio de su ciudadanía en armonía con su entorno, así como el desarrollo de sus capacidades y habilidades para vincular su vida con el mundo del trabajo, y así solventar las condiciones económicas, frente a los incesantes cambios que se presentan en la sociedad actual y futura.

iii. Impactos sociales

Los logros de competencia de los alumnos, tendrán contribuciones efectivas en ubicar a los estudiantes en una sociedad democrática, solidaria, justa,



inclusiva, próspera, tolerante y forjadora de una cultura de paz que afirme la identidad local, regional y nacional sustentada en la diversidad cultural, étnica y lingüística, supere la pobreza e impulse el desarrollo sostenible del país y fomente la integración latinoamericana teniendo en cuenta los retos de un mundo globalizado.

iv. Impactos ambientales

Los logros de competencia de los alumnos, contribuyen a la formación integral de los estudiantes, por consiguiente, la formación integral influirá en una educación de cultura ambiental que formar ciudadanos(as) ambientalmente responsables y que contribuyan al desarrollo sostenible a nivel local, regional y nacional.

XIII. Recursos necesarios (Infraestructura, equipos y principales tecnologías en uso relacionadas con la temática del proyecto, señale medios y recursos para realizar el proyecto)

Ñaupas, et.al, (2018) los recursos son un conjunto de elementos que harán posible el logro de los objetivos de la actividad científica y tecnológica propuesta en un determinado momento. Los recursos prioritarios para la concesión de la investigación son los siguientes:

Recursos humanos:

- Investigadores
- Sujetos investigados (Estudiantes)

Recursos documentales:

- Textos impresos y digitales
- Revistas impresos y digitales
- Ensayos
- Artículos impresos y digitales.

Recursos tecnológicos

- Computadora-laptop para digitación
- Usb
- Equipos de copia e impresora
- Equipo fotográfico (medio de evidencia)

Recursos Básicos de escritorio

- Papel bond
- Lapiceros
- Folder

XIV. Localización del proyecto (indicar donde se llevará a cabo el proyecto)



El trabajo de investigación, se llevará a efecto en la Escuela Profesional de Educación Secundaria de la Facultad de Ciencias de la Educación- Universidad Nacional del Altiplano, en ello, los instrumentos se aplicarán a los estudiantes del Noveno Semestre de las 04 Programas de Estudio “ Ciencias Sociales, Matemática, Ciencia Tecnología y Ambiente y Lengua Literatura”.

XV. Cronograma de actividades

Actividad	Trimestres 2023											
	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Planteamiento del problema de investigación	X											
Revisión de bibliografía y recolección de información	X											
Elaboración y reajuste del proyecto	X											
Presentación del proyecto	X											
Revisión del proyecto	X											
Aprobación del proyecto	X											
Ejecución del proyecto		X	X	X	X	X	X					
Redacción del borrador de tesis								X	X	X		
Reajuste de informe										X		
Sustentación											X	X

XVI. Presupuesto

Descripción	Unidad de medida	Costo Unitario (S/.)	Cantidad	Costo total (S/.)
Bibliografía	Und	100.00	25	2500
Material de escritorio “lapiceros, lápiz, tajador, corrector, borrador”	Und	2.00	25	50.00
Papel bond	Millar	40.00	2	80.00
USB	Und	40.00	3	120.00
Folder	Und	1.00	10	10.00
Servicio de internet	Horas	1.00	200	200.00
Impresiones-	Millar	0.10	2000	200.00



copias				
Servicios de teléfono	-	-	-	100.00
Movilidad	-	-	-	200.00
Improvistos				500.00
TOTAL				3960.00