

**UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA
FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIAS DE
LA COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION**



**CONDUCTA DEPORTIVA DE LOS APODERADOS Y SU
INFLUENCIA EN EL DESEMPEÑO DEPORTIVO DE LOS
ALUMNOS DE 10 A 12 AÑOS, DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA PARTICULAR PARADISE
INTERNATIONAL SCHOOL - 2019.**

TESIS

PRESENTADA POR:

Br. José Israel Vásquez Reynoso

ASESOR:

Mg. Joanna Andrea Jiménez Friderichsen

Para optar el título de:

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

TACNA-PERU

2019

DEDICATORIA

A Dios, por ser el inspirador y darme la fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de mis deseos más anhelados. A mis padres por forjar mis sueños, por confiar y creer en mí, por los consejos, valores y principios inculcados desde pequeño.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Privada de Tacna, por albergarme en mi etapa universitaria, donde conocí a mis amigos y colegas.

A mi asesor de investigación, por su asesoramiento en cada etapa de mi proyecto de tesis, por su conocimiento, predisposición y buen ánimo.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

RESUMEN.....	XI
ABSTRACT.....	XII
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	2
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	2
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	2
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	4
1.2.1. Problema principal	4
1.2.2. Problemas secundarios	4
1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	4
1.3.1. Justificación teórica.....	4
1.3.2. Justificación metodológica.....	5
1.3.3. Justificación práctica.....	5
1.4. OBJETIVOS	6
1.4.1. Objetivo General	6
1.4.2. Objetivos específicos	6
1.5. HIPÓTESIS	6
1.5.1. Hipótesis general.....	6
1.5.2. Hipótesis específicas	7
CAPÍTULO II	8
MARCO TEÓRICO.....	8
2.1. ANTECEDENTES	8
2.1.1. Antecedentes internacionales	8

2.1.2.	Antecedentes nacionales	10
2.1.3.	Antecedentes locales	12
2.2.	BASES TEÓRICAS CIENTÍFICAS	14
2.2.1.	Conducta Deportiva	14
2.2.2.	Desempeño Deportivo.....	20
2.3.	DEFINICIÓN DE CONCEPTOS BÁSICOS	27
CAPÍTULO III		29
METODOLOGÍA		29
3.1.	TIPO DE INVESTIGACIÓN	29
3.2.	NIVEL DE INVESTIGACIÓN	29
3.3.	DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	29
3.4.	VARIABLES E INDICADORES	30
3.4.1.	Identificación de variable.....	30
3.4.1.1.	Variable independiente	30
3.4.1.2.	Variable dependiente	30
3.4.2.	Operacionalización de las variables.....	30
3.4.2.1.	Operacionalización de la variable Conducta Deportiva	30
3.4.2.2.	Operacionalización de la variable Desempeño Deportivo.....	31
3.5.	POBLACIÓN Y MUESTRA.....	31
3.6.	TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	32
3.7.	PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS	34
CAPÍTULO IV		35
RESULTADOS		35
4.1.	VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN	35
4.1.1.	Validación del instrumento	35

4.1.2.	Aplicación del coeficiente de confiabilidad.....	35
4.1.2.1.	Variable 1: Conducta Deportiva.....	35
4.2.	TÉCNICA DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS	36
4.3.	TRATAMIENTO ESTADÍSTICO.....	37
4.3.1.	Resultados descriptivos de la Variable Conducta Deportiva	37
4.3.1.1.	Análisis descriptivo de la Dimensión Actividad Física y Deporte 37	
4.3.1.2.	Análisis descriptivo de la Dimensión Hábitos Alimentarios.....	38
4.3.1.3.	Análisis descriptivo de la Dimensión Organización del Sueño ..	39
4.3.1.4.	Análisis descriptivo de la Dimensión Organización del Descanso o Tiempo Libre.....	40
4.3.1.5.	Análisis descriptivo de la Dimensión Autocuidado y Cuidado Médico	41
4.3.1.6.	Análisis descriptivo de la Dimensión Consumo de Alcohol, Tabaco y otras drogas.	42
4.3.1.7.	Análisis descriptivo de la Variable Conducta Deportiva	43
4.3.2.	Resultados descriptivos de la Variable Desempeño Deportivo	44
4.3.2.1.	Análisis descriptivo de la Dimensión Se Desenvuelve de Manera Autónoma a través de su motricidad.....	44
4.3.2.2.	Análisis descriptivo de la Dimensión Asume una Vida Saludable 44	
4.3.2.3.	Análisis descriptivo de la Dimensión Interactúa a través de sus Habilidades Sociomotrices.....	45
4.3.2.4.	Análisis descriptivo de la Variable Desempeño Deportivo.....	46
4.3.3.	Pruebas de normalidad para las variables en estudio	47
4.4.	TRATAMIENTO ESTADÍSTICO.....	48

4.4.1. Verificación de las hipótesis específicas.....	48
4.4.1.1. Verificación de la primera hipótesis específica.....	48
4.4.1.2. Verificación de la segunda hipótesis específica.....	49
4.4.2. Verificación de la hipótesis general.....	50
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	52
CONCLUSIONES.....	55
SUGERENCIAS.....	56
BIBLIOGRAFÍA.....	57
APÉNDICE.....	63

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Dimensiones e indicadores que se analizarán y describirán en la presente investigación</i>	21
Tabla 2. <i>Operacionalización de la variable Conducta Deportiva</i>	30
Tabla 3. <i>Operacionalización de la variable Desempeño Deportivo</i>	31
Tabla 4. <i>Distribución de la muestra</i>	32
Tabla 5. <i>Relación entre las dimensiones y los ítems, de la variable Conducta Deportiva</i>	32
Tabla 6. <i>Relación entre las dimensiones y los ítems, de la variable Desempeño Deportivo</i>	33
Tabla 7. <i>Escala de valoración para la variable "Conducta Deportiva"</i>	33
Tabla 8. <i>Escala de valoración para la variable "Desempeño Deportivo"</i>	33
Tabla 9. <i>Alfa de Cronbach para la variable Conducta Deportiva</i>	35
Tabla 10. <i>Análisis por indicador de la Dimensión Actividad Física y Deporte</i> ..	37
Tabla 11. <i>Escala de valoración Actividad Física y Deporte</i>	37
Tabla 12. <i>Análisis por indicador de la Dimensión Hábitos Alimentarios</i>	38
Tabla 13. <i>Escala de valoración de la Dimensión Hábitos Alimentarios</i>	38
Tabla 14. <i>Análisis por indicador de la Dimensión Organización del Sueño</i>	39
Tabla 15. <i>Escala de valoración de la Dimensión Organización del Sueño</i>	39
Tabla 16. <i>Análisis por indicador de la Dimensión Organización del Descanso o Tiempo Libre</i>	40
Tabla 17. <i>Escala de valoración para la Dimensión Organización del Descanso o Tiempo Libre</i>	40
Tabla 18. <i>Análisis por indicador de la Dimensión Autocuidado y Cuidado Médico</i>	41
Tabla 19. <i>Escala de valoración para la Dimensión Autocuidado y Cuidado Médico</i>	41
Tabla 20. <i>Análisis por indicador de la Dimensión Consumo de Alcohol, Tabaco y otras drogas</i>	42

Tabla 21. <i>Escala de valoración para la Dimensión Consumo de Alcohol, Tabaco y otras drogas</i>	42
Tabla 22. <i>Resultados generales de la Variable Conducta Deportiva</i>	43
Tabla 23. <i>Escala de medición para la Variable Conducta Deportiva</i>	43
Tabla 24. <i>Análisis descriptivo de la Dimensión Se Desenvuelve de Manera Autónoma a través de su Motricidad</i>	44
Tabla 25. <i>Análisis por indicador de la Dimensión Asume una Vida Saludable ...</i>	44
Tabla 26. <i>Análisis por indicador de la Dimensión Interactúa a través de sus Habilidades Sociomotrices</i>	45
Tabla 27. <i>Resultados generales de la Variable Desempeño Deportivo</i>	46
Tabla 28. <i>Escala de calificación para la Variable Desempeño Deportivo</i>	46
Tabla 29. <i>Prueba de normalidad para las dimensiones de la Variables en Estudio</i>	47
Tabla 30. <i>Escala de medición para la Variable Conducta Deportiva</i>	48
Tabla 31. <i>Escala de calificación para la Variable Desempeño Deportivo</i>	49
Tabla 32. <i>Regresión lineal de Conducta Deportiva y Desempeño Deportivo</i>	50
Tabla 33. <i>Coefficientes entre Regresión lineal de Conducta Deportiva y Desempeño Deportivo</i>	50

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1.</i> Fases sobre el desarrollo del motor.....	23
<i>Figura 2.</i> Dispersión lineal de Conducta Deportiva y Desempeño Deportivo	50

RESUMEN

La presente investigación tiene el objetivo principal de determinar la influencia de la Conducta Deportiva de los apoderados en el Desempeño Deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School, 2019. Para ello, se realizó una investigación con un diseño no experimental, observacional y prospectivo; la muestra estuvo compuesta por 120 apoderados de alumnos que cursan el 4to, 5to y 6to año de educación primaria en la Institución Educativa Particular Paradise International School, 2019. El instrumento para la variable “Conducta Deportiva” fue un cuestionario con 26 ítems, la variable “Desempeño Deportivo” se midió a través de las notas obtenidas por los alumnos en el primer, segundo y tercer bimestre en el 2019.

Con respecto a la hipótesis general, se obtuvo un p-valor = 0.000 menor que el nivel de significancia de 0.05; por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. Se concluye, que la “Conducta Deportiva” influye significativamente en el “Desempeño Deportivo” de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institucional Educativa Particular Paradise International School, 2019”. Así mismo, el nivel de significancia de los coeficientes de la regresión lineal fue menor a 0.05, entonces el modelo se ajusta a un modelo de regresión lineal simple. Donde la ecuación es: $\text{Desempeño Deportivo} = 0,0377 (\text{Conducta Deportiva}) + 13.379$. Se obtuvo un $R^2 = 0.6866$, finalmente se infiere que el 68.66% del Desempeño Deportivo es explicado por la variación de la Conducta Deportiva.

Palabras Claves: Conducta Deportiva, Desempeño Deportivo, Actividad Física y Deporte.

ABSTRACT

The present research has the main objective of determining the influence of Sports Conduct on the Sports Performance of students from 10 to 12 years, of the Private Educational Institution Paradise International School, 2019. For this, an investigation was conducted with a design not experimental, observational and prospective; The sample consisted of 120 parents of students attending the 4th, 5th and 6th year of primary education at the Paradise International School Private Educational Institution, 2019. The instrument for the variable "Sports Conduct" was a questionnaire with 30 items, the variable "Sports Performance" was measured through the grades obtained by the students in the first, second and third bimester in 2019.

With respect to the general hypothesis, a p-value = 0.000 lower than the level of significance of 0.05 was obtained; therefore, the null hypothesis is rejected. It is concluded that the "Sports Conduct" significantly influences the "Sports Performance" of students from 10 to 12 years, of the Private Educational Institution Paradise International School, 2019 ". Likewise, the level of significance of the linear regression coefficients was less than 0.05, so the model fits a simple linear regression model. Where the equation is: Sports Performance = 0.0377 (sporting behavior) + 13.379. An $R^2 = 0.6866$ was obtained, finally it is inferred that 68.66% of Sports Performance is explained by the variation of Sports Conduct.

Keywords: Sports Conduct, Sports Performance, Physical Activity and Sport.

INTRODUCCIÓN

Hoy en día se encuentra demasía de información acerca de la importancia del desempeño deportivo; sin embargo, esta no es profundizada por el personal a cargo de las instituciones educativas. Por tal motivo, la presente investigación, busca demostrar cómo podría llegar a influir la conducta deportiva de los padres de familia en el desempeño deportivo de sus menores hijos. Dado que, el desempeño deportivo es vital al momento del desarrollo de la motricidad, hábitos de descanso y entrenamiento de forma equilibrado para el desempeño académico de los alumnos.

En ese sentido, la presente investigación se encuentra dividida en cuatro capítulos:

El Capítulo I, Planteamiento del Problema, tiene en su contenido la descripción y formulación del problema, la justificación, y objetivos de la investigación.

El Capítulo II, Marco Teórico, se refiere a los antecedentes y las bases teóricas, así como también la definición de los conceptos básicos, los mismos que nos permitirán entender este trabajo.

El Capítulo III, Metodología, en la cual se hace referencia del tipo de investigación, el diseño, determinación de la población y la muestra, como las técnicas de recolección y procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación de los datos.

El Capítulo IV, Análisis de Resultados, expresado por tablas y figuras con su respectiva descripción, así como su comprobación de la Hipótesis, que usa técnicas estadísticas como el Coeficiente de Determinación R^2 y el análisis de Regresión Lineal. En este capítulo se acepta o rechaza la hipótesis general planteada

dentro del estudio, permite aclarar el problema general y el aporte de la investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2006), la salud es un estado de pleno bienestar de los aspectos físicos, mentales y sociales, de las personas; en tal sentido, se podría llegar a la idea que estar sano es buscar un equilibrio entre estos aspectos, especialmente en las etapas tempranas de la vida como en el nivel escolar, donde se construye el comportamiento y se adoptan hábitos de conducta.

Hoy en día, existen diversos estudios relacionados con la práctica deportiva y el aporte que brindan al rendimiento académico; en tal sentido Cladellas et. al. (2015) afirman que las actividades extraescolares de carácter físico o deportivo moderado y las horas de sueño, se relacionan directamente con el bienestar general de los alumnos, como el rendimiento académico; de manera similar, Oropeza, Ávalos, & Ferreyra (2017) describen como la práctica de algún deporte, relación positiva entre practicar alguna actividad física y el rendimiento académico de la niñez, a la vez, se ha asociado con un mejor funcionamiento cerebral (Bluechardt et al., 1995); sin embargo, en la actualidad son exiguos los estudios relacionados con las causas que influyan en el desempeño deportivo de los escolares.

En la realidad deportiva peruana, de acuerdo a los resultados obtenidos en el último campeonato deportivo “Juegos Panamericanos 2019” desarrollados en la ciudad de Lima, el Perú se encuentra en noveno lugar frente a los 30 países participantes (Organización Deportiva Panamericana, 2019); así mismo, existe un gran centralismo en la participación de los atletas, los cuales suelen desarrollar su carrera deportiva en Lima, la capital del país.

Una de las razones de esta situación negativa, para los escolares que inician sus carreras deportivas en provincia, como la Ciudad de Tacna, es un desempeño deportivo poco destacable y hábitos no saludables; lo cual se ha mostrado en los concursos desarrollados a nivel macro-regional. Otra de las razones, es la mínima motivación por parte de los docentes a cargo de dictar el curso de educación física en varias instituciones educativas de la ciudad, pues muchas veces muestran el curso como un área secundaria y de poca importancia para el bienestar del escolar.

Por otra parte, las instituciones educativas, especialmente las de mediano y pequeño tamaño no ponen énfasis en los concursos que se dan a cabo en la región, a nivel nacional e incluso internacional; preparando a los escolares, únicamente cuando un concurso está a pocas semanas de empezar, e incluso, días. Así mismo, en el afán de mejorar dicha situación, se han realizado reuniones con los padres de familia y apoderados de los alumnos, con el fin de encontrar una solución; sin embargo, luego de interactuar con los padres de familia y de explicarles acerca del desempeño deportivo de sus menores hijos, la mayoría demostró desinterés y una falta de compromiso con el área de Educación Física.

Es por ello que, en la presente investigación, se buscará medir la conducta deportiva de los apoderados y el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School. Así mismo, se medirá la relación y por supuesto, el grado de influencia de la conducta deportiva de los apoderados en el desempeño deportivo de los alumnos.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema principal

¿De qué manera influye la conducta deportiva de los apoderados en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School - 2019?

1.2.2. Problemas secundarios

- A. ¿Cuál es el nivel de la Conducta deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School - 2019?
- B. ¿Cuál es el nivel de desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School - 2019?

1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación se justifica a partir de su: relevancia social, implicancias prácticas, valor teórico.

1.3.1. Justificación teórica

El objetivo del estudio, es medir conducta deportiva y el desempeño deportivo, así como la relación entre estas variables; para ello es necesario encontrar, describir y comparar las distintas posturas de los autores, con la finalidad de contar con un mejor entendimiento de las variables antes de realizar la medición.

Por otra parte, en la localidad donde se desarrollará la investigación, no se han hallado antecedentes de investigaciones donde se hayan evaluado ambas variables; por ello es vital desarrollar la presente investigación. Así mismo, la investigación servirá como fuente de consulta para nuevas investigaciones enfocadas al mismo tema o para el desarrollo de planes de mejora en el área de estudio.

1.3.2. Justificación metodológica

Con esta investigación, se evidenciará las causas del desempeño deportivo de los estudiantes de 10 a 12 años de edad y se buscará una mejora en esta situación, dada la importancia del deporte en la salud y el crecimiento óptimo de los alumnos.

Por otro lado, los resultados de la investigación, abrirán paso a estudios de mayor profundidad, que permitan diseñar mejores modelos de enseñanza, donde se considere desempeño deportivo de los niños y se incluyan mejoras en la conducta deportiva de los padres de familia; dicho modelo debe ser replicable, para las instituciones educativas de la localidad y más adelante, el país.

Si en el futuro, los niños estuvieran más motivados y educados bajo prácticas deportivas, se obtendrían mejores resultados no solo en las competencias deportivas a nivel regional, nacional o internacional; también, se reducirían los gastos en cuidados de la salud, al contar con personas más sanas; asimismo, el rendimiento académico y profesional, podrían mejorar, beneficiando a la sociedad en general.

Para realizar la medición de las variables en estudio es necesario hacer uso de la estadística descriptiva; para medir la relación entre ambas variables, se debe hacer uso de la estadística inferencial. Además, el desarrollo de la investigación estará bajo la estructura metodológica de la investigación propuesta por la Facultad de Educación, Ciencias de la Comunicación y Humanidades de la Universidad Privada de Tacna; además, será imprescindible el uso estricto de las Normas APA en su versión 6.0.

1.3.3. Justificación práctica

El estudio demostrará la influencia de la conducta deportiva de los padres de familia en el desempeño deportivo de los niños.

Especialmente los niños, suelen replicar las conductas de los padres de familia, como la práctica de algún deporte; sin embargo, es preciso considerar, la existencia de relaciones opuestas y casos atípicos.

El principal beneficio de esta investigación, es contar con resultados válidos que demuestren de qué manera los padres de familia afectan el desarrollo de sus hijos al no mostrar una conducta deportiva o, por el contrario, mostrar una conducta poco saludable o antideportiva. Al demostrar dicha influencia se podrán plantear mejoras que optimicen el desempeño de los alumnos en esta área y áreas relacionadas.

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. Objetivo General

Determinar de qué manera influye la conducta deportiva de los apoderados en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School - 2019.

1.4.2. Objetivos específicos

- A. Determinar el nivel de la Conducta deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School - 2019.
- B. Determinar el nivel de desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School - 2019.

1.5. HIPÓTESIS

1.5.1. Hipótesis general

La conducta deportiva de los apoderados influye significativamente en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School - 2019.

1.5.2. Hipótesis específicas

- A. El nivel de la Conducta deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019, es bajo.

- B. El nivel de desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019, es bajo.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES

Los antecedentes encontrados para su revisión son descritos de manera geográfica en orden ascendente para cada variable; es decir, se presentarán antecedentes locales, nacionales, internacionales.

2.1.1. Antecedentes internacionales

Oropeza et al. (2017) desarrollan una investigación titulada “Comparación entre rendimiento académico, autoeficacia y práctica deportiva en universitarios”. Tuvo como objetivo identificar si existen diferencias entre universitarios (hombres y mujeres) con y sin práctica deportiva en rendimiento académico (promedio de calificaciones y calificaciones en asignaturas) y autoeficacia. Este estudio se ha realizado con una metodología cuantitativa, a través de estadísticos paramétricos y no paramétricos para analizar, describir y evaluar, por única vez, las diferencias y relaciones entre las variables consideradas en la investigación. La muestra integra a 331 participantes en total, ellos estudiantes de entre 18 y 28 años. El instrumento que ha facilitado el desarrollo de este estudio es la ficha de identificación y el registro de notas.

Los resultados obtenidos muestran que estadísticamente existe una diferencia significativa entre el promedio de las calificaciones del grupo con prácticas deportivas y las del grupo sin prácticas deportivas, resultados que favorecen a los primeros.

Cervantes (2006) desarrolla en su investigación titulada “Correlación entre personalidad, género y desempeño deportivo en estudiantes de la UDLAP” Para obtener el grado de maestro en Psicología con orientación Organizacional en la Universidad de las Américas Puebla. Este estudio pretende encontrar si existe una correlación entre las dimensiones de la personalidad y los factores de género para determinar diferencias en el desempeño deportivo. Los datos fueron recogidos por medio del cuestionario. La muestra estuvo compuesta por 106 estudiantes de la UDLAP divididos en tres categorías: deportistas exitosos, deportistas regulares y no-deportistas. Se encontró diferencias significativas en la masculinidad por grupos, donde el grupo de deportistas exitosos contaban con un mayor promedio de masculinidad que los deportistas regulares y los no deportistas. El promedio extroversión no presenta diferencias significantes entre los grupos. Además de evidenciar correlación positiva entre la masculinidad y la extraversión, no se encontró correlación entre la extraversión, masculinidad y desempeño deportivo.

Rodríguez (2013) desarrolla una investigación titulada “La actitud y comportamiento de los significativos y su relación con la práctica de la actividad física-deportiva en habitantes del Municipio de Monterrey, Nuevo León.”

Para obtener el grado de maestra en Ciencias del Ejercicio con Especialidad en: La Educación Física y el Deporte en la Infancia y la Adolescencia en la Universidad Autónoma de Nuevo León.

Dentro de la investigación se hizo uso del método descriptivo-correlacional. Se utilizó la encuesta y el cuestionario como la técnica e instrumento más apropiado para recoger y obtener los datos. La muestra se estimó en 1,118 sujetos ciudadanos mayores de 14 años de la ciudad de Monterrey. Para la recolección de datos se recurrió a la aplicación de la encuesta. Se llegó a la conclusión que, el comportamiento de los miembros significativos (madre, padre, hermanos, hermanas y pareja) es un factor asociado con el comportamiento del sujeto. Además, los resultados muestran que los sujetos más jóvenes son los más activos, característica evidenciada en el nivel de actividad física que va disminuyendo progresivamente con el incremento en la edad. También se hace hincapié en la segmentación de dos grupos dentro de los sujetos con un comportamiento inactivo: los que abandonaron la práctica y los que nunca han realizado actividad física durante su tiempo libre.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Ortiz (2016) desarrolla en su investigación titulada “Las actividades deportivas como estrategia de prevención para afrontar el estrés en estudiantes de Odontología” para optar el Grado Académico de Maestro en Educación con Mención en Docencia e Investigación Universitaria.

La investigación pretende conocer y analizar cómo es que las actividades deportivas sirven de estrategia de prevención para afrontar el estrés en estudiantes del primer año de la facultad de odontología de la Universidad San Martín de Porres.

La investigación se realizó bajo un diseño descriptivo correlacional, asimismo se aplicó un diseño no experimental transaccional. Para obtener los datos de esta población, se diseñaron y aplicaron unas encuestas al total de estudiantes quienes conformaron un total de 140. Los resultados obtenidos evidencian un bajo cultivo de hábitos deportivos. Así mismo los estudiantes que ejercían prácticas deportivas tenían mejor autopercepción de su salud, mejor organización de tiempo libre, y tienen mejores hábitos de alimentación. En cuanto a la forma de la práctica prefieren sea acompañada, principalmente de los amigos. También reconocen la influencia de la familia.

Chávez, (2017) desarrolla en su investigación titulada “Influencia de los hábitos alimentarios y los estilos de vida en el nivel de logro de aprendizajes de los estudiantes de la asignatura Cultura Física y Deportes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas, 2015” para optar al Grado Académico de Doctor en Ciencias de la Educación.

El principal objetivo de este informe de investigación es el de analizar la relación que existe entre la práctica de la actividad física- deportiva con el estilo de vida de los adolescentes del Distrito de Tamburco en el año 2010. La investigación corresponde a un tipo de investigación básica y al nivel de investigación Descriptivo Relacional. En el presente estudio de investigación se tomará una muestra de 623 adolescentes de 14 a 16 años de edad. El instrumento utilizado para la recolección de datos fue el cuestionario.

Se concluye que la práctica físico deportiva tiene una relación positiva con el estilo de vida, donde claramente los individuos que practican actividades deportivas presentan un mayor afianzamiento del estilo de vida. Además, se concluye que la principal motivación para la práctica de actividades físico deportivas y la buena alimentación es la mejora de la salud.

2.1.3. Antecedentes locales

Aguilar (2012) desarrolla en su investigación titulada “Estilos de vida y rendimiento académico en adolescentes de instituciones educativas del distrito Gregorio Albarracín Lanchipa de la Provincia de Tacna – 2011” para optar el Grado Académico de Maestro en Ciencias con Mención en Tecnología Educativa. La presente tesis tuvo por objeto, determinar la relación de los estilos de vida y rendimiento académico en adolescentes de instituciones educativas del distrito Gregorio Albarracín Lanchipa de la provincia de Tacna- 2011. Es una investigación transversal, no experimental.

La investigación se caracteriza por presentar un diseño mixto. Por su ubicación en el tiempo, es una investigación transversal; por la forma en que se realiza la investigación, un diseño no experimental. La investigación se llevó a cabo con una muestra de 325 adolescentes. El instrumento utilizado para la recolección de datos fue el cuestionario.

Se concluyó que los estilos de vida saludable predominan sobre los no saludables en cada uno de los colegios que son parte de la muestra, pero aun así el nivel de estilos de vida no saludable es alarmante. Además, se evidencia que el estilo de vida de los adolescentes tiene una relación directa con el rendimiento académico.

Aguilar (2012) desarrolla en su investigación titulada “Estilos de vida saludable en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann-Tacna-2013” para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería. El presente estudio es de tipo descriptivo, correlacional y de corte Transversal. Se realizó con la finalidad de determinar los estilos de vida saludable de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann-Tacna-2013. La muestra estuvo conformada por 91 Estudiantes. Los resultados señalan que un 68% de los estudiantes tienen de 19 a 25 años. La mayoría de los estudiantes tiene estilos de vida saludable y según la Dimensión de Actividades Físicas y Recreativas, un 60% tienen Estilos de Vida Saludables.

En base a la dimensión de Alimentación se tiene que la mayoría (70%) tienen estilos de vida saludable, cosa que no sucede en la dimensión de Sueño y Reposo donde una mayoría del 54% tienen estilos de vida No saludable, donde un porcentaje de estos consume pastillas para dormir y un considerable número de estudiantes (61%) carga con el sueño durante su jornada diaria.

2.2. BASES TEÓRICAS CIENTÍFICAS

2.2.1. Conducta Deportiva

2.2.1.1. Conceptos de Conducta Deportiva

Lugaresi, Cirignotta, Zucconi, Lenzi, & Coccagna (1983) definen el estilo de vida de una persona como el accionar cotidiano y el conjunto de pautas por las cuales se rige, siendo estas resultantes de sus procesos de socialización. Estas pautas son aprendidas en la interacción con los padres, hermanos, compañeros, amistades y de los entornos laborales, de estudio, medios de comunicación, etc. Dichos lineamientos conductuales no son inalterables, ya que sufren un proceso de modificación con el pasar del tiempo y las experiencias vividas por los individuos.

Del mismo modo se señala que el estilo de vida ideal no existe, al no poderse establecer óptimo para todo tipo de persona. Hay hábitos que pueden funcionar mejor para ciertas personas, ello acorde a determinadas costumbres o porque esté ligado a su formación personal, que los haga inclinarse por su atractivo, factibilidad o porque meramente les parezcan más adecuadas para sí mismos.

Bennasar (2012) remarcan la relación entre los hábitos de salud y hábitos de vida, estableciendo de esta manera los hábitos saludables de vida. A su vez estos hábitos saludables de vida guardan cercana relación con el concepto de calidad de vida.

Además, se considera que se debe de pensar más allá del de la idea salud-enfermedad alcanzando un concepto de salud integral bio-psico-social.

Rodríguez & Agulló (1999) señalan como hábitos de salud en edades escolares a la adecuada alimentación, la práctica deportiva, el descanso y los esfuerzos adecuados, la postura y la higiene corporal. De esta forma se establece a la actividad física como uno de los factores de un estilo de vida saludable, en su práctica con una frecuencia intensidad y acorde a cada persona. La identificación del nivel adecuado de su práctica, conllevará al beneficio o perjuicio en la salud.

2.2.1.2. Dimensiones de la variable Conducta Deportiva

De acuerdo a la investigación desarrollada por Espinoza (2019), la conducta deportiva está compuesta por seis dimensiones; las cuales, se conceptualizan a continuación:

2.2.1.2.1. Actividad física y deporte

Según la Organización Mundial de la Salud (2006) por un lado se entiende actividad física como el movimiento producido por los músculos esqueléticos conllevando al consumo energético. Abarcan movimientos por motivos de juego, trabajo, transporte o de mero entretenimiento. Por otro lado, se tiene al ejercicio físico, la cual es una actividad física que implica estructura, planificación y repetición, asociada también a un objetivo establecido, como es adquirir, mejorar o mantener un nivel de forma física.

De esta manera, se encuentra inmerso dentro de este término a la práctica deportiva, entendida como la actividad física reglamentada, generalmente asociada a la práctica de un deporte a nivel competitivo, un régimen de entrenamiento y lineamientos normativos a su práctica; además, en la mayoría de casos, su ejercicio conlleva a un mejoramiento específico a nivel físico y psicológico de quien lo practica. Se entiende entonces que el deporte es la práctica de una actividad física de manera voluntaria con fines recreativos y competitivos o ejercidos en un nivel profesional.

Por su parte Bennisar (2012) aporta una nueva definición de deporte como la actividad física de una persona, quien ejecuta un conjunto de movimientos o el respectivo control intencionado de movimientos, potenciando sus características individuales y/o en cooperación a sus pares o complementos, de manera que pueda alcanzar y/o superar sus capacidades, cumpliendo con ciertas normas de la práctica formal deportiva.

2.2.1.2.2. Hábitos alimentarios

Moreira (2000) ante la variada gama de conceptos, no resulta fácil definir a los hábitos alimentarios, sin embargo, la mayoría coincide en que se tratan de actitudes recurrentes del accionar individual o colectivo, con respecto a las maneras (al qué, cuándo, cuánto, cómo, dónde, para qué y quién) de consumo alimenticio, adquiridas directa o indirectamente a lo largo del desarrollo socio-cultural.

Restrepo, Morales, Ramírez, López & Varela (2006) manifiesta que los hábitos alimentarios con un conjunto de costumbres asociadas comportamiento de una persona en relación a los alimentos y la alimentación. Estos abarcan desde el proceso de selección de alimentos hasta las maneras en que se ingieren los mismos. Además, señala que estos hábitos son producto de la interacción socio-cultural y del medio ambiente, heredados de generación en generación.

2.2.1.2.3. Organización del Sueño

Miró & Cano (2002) definen el sueño como una función biológica fundamental, recalcando su importancia en la evidente alta porción del día dedicado a esta actividad. La cantidad de sueño óptima se ve ligada a factores del organismo, del ambiente y del comportamiento. Si bien las opiniones sobre la cantidad de horas diarias que debería dedicarse a esta actividad, investigaciones recientes han podido identificar que la desviación de dedicación de 7-8 horas al sueño pueden conllevar a repercusiones en la salud.

Sierra & Jiménez (2002) plantean 4 dimensiones para determinar el criterio conductual del sueño: la hora del día que se le dedica el sueño, factores intrínsecos del organismo, factores favorecedores o inhibidores del sueño, y el ambiente.

Price, Coates, Thoresen, & Grinstead, (1978) señalan que una buena higiene del sueño asociados a horarios estables promueve a evitar futuras trastornos de sueño que puedan convertirse en crónicos en la edad adulta.

Además, según Lugaresi et al., (1983) la reducción del tiempo y calidad del sueño, por malos hábitos o trastornos del sueño, producen somnolencia y cansancio, repercutiendo en la calidad del vida y el desempeño.

2.2.1.2.4. Organización del descanso y el tiempo libre

Medina, Feria, & Oscoz (2009) consideran al descanso como un proceso de vital importancia en el estado salud-enfermedad. Se identifica, así mismo, una variedad de factores que influyen en el descanso, como son: la edad, el cansancio, zona de descanso, estrés, los estilos de vida, la dieta, medicación, etc.

Rodríguez & Agulló (1999) conciben al tiempo libre como aquel que no está regido por la obligatoriedad, y donde no se está trabajando (ejercicio del oficio remunerado), estudiando (asistencia a clases), realizando una necesidad básica (comer, dormir, etc.), tareas domésticas o cumpliendo obligaciones familiares o religiosas.

2.2.1.2.5. Autocuidado y cuidado médico

Osores (2018) el autocuidado es el conjunto de hábitos de cuidado del cuerpo y para mantener la salud, puestos en práctica de manera voluntaria. También incluye la modificación de costumbres perjudiciales y la adquisición de hábitos saludables. El autocuidado en la salud es ideal en la atención de primaria, el más aconsejable en el tratamiento de condiciones de riesgo no solo por su carácter beneficioso sino por el de prevención.

Guevara (2017) considera al autocuidado como el constante aporte al bienestar propio. Esto engloba un conjunto de actitudes aprendidas por el individuo a través de su desarrollo. Estas con conductas concretas que favorezcan al normal desarrollo y funcionamiento del organismo.

2.2.1.2.6. Consumo de alcohol

Según Flores (2016) el termino alcohol regularmente se refiere al alcohol etílico obtenido de la destilación o fermentación un azucares y almidones. Estos pueden variar su porcentaje de alcohol etílico, desde una cerveza con 5% de alcohol hasta licores que contienen un 50% de etanol. Además, causan diferentes efectos, acorde a la cantidad y frecuencia de consumo, así como el metabolismo y la tolerancia del organismo consumidor.

El consumo de alcohol puede considerarse según los gramos ingeridos o según el contenido alcohólico. Además, maneja la clasificación del consumo en: Consumo de bajo riesgo, consumo de riesgo, consumo perjudicial y dependencia del alcohol.

Según la Organización Mundial de la Salud (2006) una droga es una sustancia farmacológica que genera una reacción en un ser vivo creando dependencia de tipo física y/o psíquica. Según Campos & Zaira (2016) el tabaco y el humo tienen una sustancia adictiva llamada nicotina, además de una serie de químicos nocivos y cancerígenos.

Son variados los efectos dañinos que causan en el organismo entre los cuales destacan enfermedades de tipo respiratorio y cardiaco. Los consumidores experimentan un sentimiento de relajación asociado a la liberación de endorfinas durante su consumo. Su continuo consumo se señala como adicción.

2.2.2. Desempeño Deportivo

2.2.2.1. Conceptos de Desempeño Deportivo

Para desarrollar una investigación es necesario conocer los diferentes enfoques, que permitan establecer un concepto claro y conciso del tema. El desempeño deportivo se analizará como una acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite a los sujetos expresar sus potencialidades físicas y mentales (Verkhoshansky, 2001). La interpretación de desempeño o rendimiento deportivo procede de la palabra *performer*, adoptada del inglés, que significa cumplir, ejecutar, realizar. A su vez, este término viene de *performance*, que en francés antiguo significaba cumplimiento. De manera que, podemos definir el rendimiento o desempeño deportivo como una acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales (Billat, 2002).

Del mismo Castro (2014) plantea que el rendimiento deportivo es el resultado elevado que obtiene un deportista durante una competencia que se refleja cuantitativamente en parámetros estadísticos cercanos o superiores a sus mejores resultados deportivos históricos y que no necesariamente culmina con el éxito.

Con lo anteriormente citado podemos hablar del desempeño deportivo, cualquier sea el nivel de realización pone en evidencia el trabajo realizado, desde el momento de acción en las etapas de entrenamiento, mediante la participación de los deportistas en torneos amistosos y oficiales de las diferentes disciplinas, obteniendo resultados para posteriormente analizarlos y evaluarlos. Por lo tanto, podemos hablar de rendimiento deportivo, cualquiera que sea el nivel de realización, desde el momento en que se optimiza la relación entre las capacidades físicas de una persona y la disciplina deportiva.

En la tabla 1, se detalla las dimensiones e indicadores que se analizarán y describirán en la presente investigación.

Tabla 1.

Dimensiones e indicadores que se analizarán y describirán en la presente investigación

Dimensiones	Indicadores
Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	- Comprende su cuerpo - Se expresa corporalmente
Asume una vida saludable	- Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene y la salud - Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida
Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	- Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices - Crea y aplica estrategias y tácticas de juego

Nota: obtenido de (Ministerio de Educación, 2016)

2.2.2.2. Dimensiones de la variable Desempeño Deportivo

- Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad

El estudiante comprende y toma conciencia de sí mismo en interacción con el espacio y las personas de su entorno, lo que contribuye a construir su identidad y autoestima. Interioriza y organiza sus movimientos eficazmente según sus posibilidades, en la práctica de actividades físicas como el juego, el deporte y aquellas que se desarrollan en la vida cotidiana. Asimismo, es capaz de expresar y comunicar a través de su cuerpo: ideas, emociones y sentimientos con gestos, posturas, tono muscular, entre otros (Ministerio de Educación, 2016)

Para una comprensión mejor, acerca de esta dimensión, se deben conocer los conceptos de motricidad. El concepto de desarrollo motor es un área que estudia los cambios en las competencias motrices humanas desde el nacimiento hasta la vejez, los factores que intervienen en dichos cambios, así como su relación con los otros ámbitos de la conducta (Ruiz et al., 2008).

El citado concepto es relevante en 02 aspectos: como producto, centrándose en las variaciones que se producen en la competencia motriz, y durante el proceso, en dónde aparecen factores ocultos que están relacionados con el proceso de ejecución. Del mismo modo en las capacidades desarrolladas en las distintas etapas de crecimiento de las personas, desde la niñez hasta la vejez.

McClenaghan (1985) destaca el concepto de competencia de motriz de forma correcta, cuando afirma que “comprende la continua adaptación a los cambios en las propias capacidades de movimiento en el interminable esfuerzo de alcanzar y mantener el control motor y la competencia motriz.

Existen diferentes modelos explicativos para poder entender las evoluciones de las adquisiciones motoras. En la siguiente figura se detalla el modelo de Desarrollo Motor de McClenaghan.

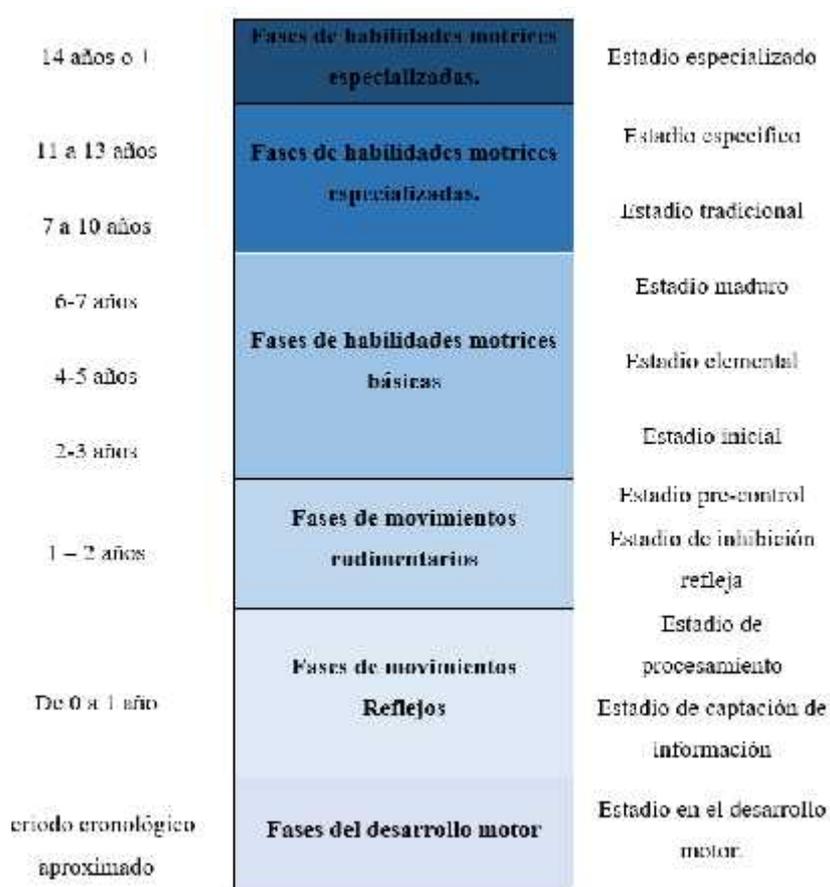


Figura 1. Fases sobre el desarrollo del motor

Nota: Teoría de McClenaghan (1985) sobre el desarrollo motor.

- Asume una vida saludable

El estudiante tiene conciencia reflexiva sobre su bienestar, por lo que incorpora prácticas autónomas que conllevan a una mejora de su calidad de vida. Esto supone que comprende la relación entre vida saludable y bienestar, así como práctica actividad física para la salud, posturas corporales adecuadas, alimentación saludable e higiene personal y del ambiente, según sus recursos y entorno sociocultural y ambiental, promoviendo la prevención de enfermedades (Ministerio de Educación, 2016).

Con respecto a esta dimensión se debe entender los conceptos sobre la vida saludable. En tal sentido, Wong de Liu, (2012) afirma que el estilo de vida saludable se refiere a la forma cotidiana del comportamiento de una persona dependiendo de la cultura, de factores que intervienen en su entorno social, político y psicológico. Dentro de una determinada sociedad no hay un único estilo de vida saludable. Si no muchas, cualquiera que sea la definición de salud que adopte. El estilo ideal de vida saludable no existe afortunadamente por implicaría que solo una cierta manera de afrontar diariamente la realidad en la que se vive es saludable.

Aroni & Sosaya (2016) indican que el estilo de vida saludable como los hábitos y costumbres que los individuos puedan realizar para lograr un desarrollo y un bienestar sin atentar contra su propio equilibrio biológico y la relación con su ambiente natural y social.

- Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices

En la práctica de diferentes actividades físicas (juegos, deportes, actividades pre - deportivas, etc.). Implica poner en juego los recursos personales para una apropiada interacción social, inclusión y convivencia, insertándose adecuadamente en el grupo y resolviendo conflictos de manera asertiva, empática y pertinente a cada situación.

De igual manera, aplica estrategias y tácticas para el logro de un objetivo común en la práctica de diferentes actividades físicas, mostrando una actitud proactiva en la organización de eventos lúdicos y deportivos (Currículo Nacional, 2019).

Con respecto a los conceptos de habilidades sociomotrices; Parlebas (2008) lo define como el conjunto de comportamientos motores que un juego deportivo, están asociados a un status sociomotor concreto, siendo este el conjunto de contenciones, derechos y prohibiciones prescritas que definen el campo de los actos motores autorizados.

Según lo citado, rol sociomotor son todas las obligaciones y todos los derechos que un jugador o alumno tiene en una actividad lúdica, la cantidad de roles no debe confundirse con el número de participantes en la actividad, debido a que un rol puede ser designado por varios jugadores.

Aclarado los elementos que conceptualizan este enfoque de juegos sociomotores, hay que darle sentido a su práctica como habilidad social, el estudiante puede aprender mediante los juegos sociomotrices, poniendo énfasis a evitar aquellas conductas negativas y que le permita desarrollar los procesos de interacciones, de interrelacionarse, de dialogar, participar, conceptualizando el fin de cada juego de manera grupal. Estas características logran una efectiva convivencia escolar, sumado el compromiso de los actores partícipes en las instituciones educativas, los juegos sociomotores son una vía de socialización.

2.3. DEFINICIÓN DE CONCEPTOS BÁSICOS

A. Conducta Deportiva:

Lugaresi, Cirignotta, Zucconi, Lenzi, & Coccagna (1983) definen el estilo de vida de una persona como el accionar cotidiano y el conjunto de pautas por las cuales se rige, siendo estas resultantes de sus procesos de socialización. Estas pautas son aprendidas en la interacción con los padres, hermanos, compañeros, amistades y de los entornos laborales, de estudio, medios de comunicación, etc.

B. Actividad Física

Según la Organización Mundial de la Salud (2006) por un lado se entiende actividad física como el movimiento producido por los músculos esqueléticos conllevando al consumo energético. Abarcan movimientos por motivos de juego, trabajo, transporte o de mero entretenimiento.

C. Hábitos Alimentarios

Moreira (2000) ante la variada gama de conceptos, no resulta fácil definir a los hábitos alimentarios, sin embargo, la mayoría coincide en que se tratan de actitudes recurrentes del accionar individual o colectivo, con respecto a las maneras (al qué, cuándo, cuánto, cómo, dónde, para qué y quién) de consumo alimenticio, adquiridas directa o indirectamente a lo largo del desarrollo socio-cultural.

D. Autocuidado

Osores (2018) el autocuidado es el conjunto de hábitos de cuidado del cuerpo y para mantener la salud, puestos en práctica de manera voluntaria. También incluye la modificación de costumbres perjudiciales y la adquisición de hábitos saludables.

E. Desempeño Deportivo

El rendimiento o desempeño deportivo es una acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales (Billat, 2002).

F. Motricidad

El concepto de desarrollo motor es un área que estudia los cambios en las competencias motrices humanas desde el nacimiento hasta la vejez, los factores que intervienen en dichos cambios, así como su relación con los otros ámbitos de la conducta (Ruiz et al., 2008).

G. Vida Saludable

Wong de Liu, (2012) afirma que el estilo de vida saludable se refiere a la forma cotidiana del comportamiento de una persona dependiendo de la cultura, de factores que intervienen en su entorno social, político y psicológico.

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de investigación es básica, debido que no se modificará la realidad donde se dan a conocer las variables; únicamente, se describirán las características de las variables Conducta Deportiva y Desempeño Deportivo; para la generación del conocimiento (Vara, 2010).

3.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN

El nivel de investigación es explicativo causal, porque se pretende explicar el “Desempeño Deportivo” a través de la variable “Conducta Deportiva”. En este nivel de investigación no basta con encontrar la relación entre las variables, es necesario explicar por qué ocurre este fenómeno (Hernández & Mendoza, 2018).

3.3. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de investigación es no experimental, porque no se manipularán las variables. Es observacional porque únicamente se describirán las características de la variable. Es prospectivo; porque el investigador no interfiere en el desarrollo de las variables, la información tomada es de primera mano, las variables son medidas una sola vez (Vara, 2010).

3.4. VARIABLES E INDICADORES

3.4.1. Identificación de variable

3.4.1.1. Variable independiente

Conducta Deportiva

3.4.1.2. Variable dependiente

Desempeño Deportivo

3.4.2. Operacionalización de las variables

3.4.2.1. Operacionalización de la variable Conducta Deportiva

Tabla 2.

Operacionalización de la variable Conducta Deportiva

Variable	Definición	Dimensiones	Escala de Medición	Indicadores
Conducta deportiva	Accionar cotidiano y el conjunto de pautas por las cuales se rige, siendo estas resultantes de sus procesos de socialización (Glosario de promoción de la salud, 1986).	Actividad física y deporte		P1 - P5
		Hábitos alimentarios	Escala ordinal.	P6 – P11
		Organización del sueño	Categorías: 1 = Nunca 2 = Pocas veces 3 = Raras veces	P12 – P16
		Organización del descanso o tiempo libre	4 = Indeciso 5 = Algunas veces 6 = Muchas veces	P17 – P19
		Autocuidado y cuidado medico	7 = Siempre	P20 – p23
		Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas		P24 – P26.

Nota: obtenido de Espinoza (2019)

La Tabla 2 muestra la operacionalización de la variable independiente conducta deportiva, indicando la escala de medición y los ítems respectivamente.

3.4.2.2. Operacionalización de la variable Desempeño Deportivo

Tabla 3.

Operacionalización de la variable Desempeño Deportivo

Variable	Definición	Dimensiones	Escala de Medición	Ítems
Desempeño deportivo	Acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales (Billat, 2002).	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad Asume una vida saludable Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	Cuantitativa - Razón	**

Nota: obtenido del Ministerio de Educación (2016).

La tabla 3 muestra la operacionalización de la variable dependiente “desempeño deportivo”, indicando la escala de medición y los ítems respectivamente.

3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA

La población del estudio compuesta por 120 alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School, pertenecientes a los grados de 4°, 5° y 6° grado de educación primaria.

Dado el tamaño de la población y la facilidad de acceso a ella, se ha considerado por conveniente realizar un muestreo por conveniencia; por ello, se considera una muestra equivalente a los 120 alumnos entre 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School, distribuidos como se muestra en la tabla 4.

Tabla 4.

Distribución de la muestra

	4° Grado de primaria	5° Grado de primaria	6° Grado de primaria
Número de alumnos	45	35	40

Nota: obtenido de (ESCALE, 2019)

3.6. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

Para llevar a cabo la investigación, la información será recogida con la técnica de la encuesta, para la variable “Conducta deportiva”, esta técnica es de fácil aplicación y bajo costo (Hernández & Mendoza, 2018). Para el recojo de información, de la variable “Desempeño deportivo”, se utilizará la técnica denominada datos secundarios porque la información recopilada se obtendrá de los registros de notas (Hernández & Mendoza, 2018).

Tabla 5.

Relación entre las dimensiones y los ítems, de la variable Conducta Deportiva

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems
Conducta Deportiva	Actividad física y deporte	Práctica corporal Uso de bicicleta Satisfacción con prácticas de ejercicios Información de eventos deportivos Participación en eventos deportivos	1, 2, 3, 4, 5.
	Hábitos alimentarios	Consumo de proteínas No devuelve alimentos ingeridos No omite comidas principales Alimentación según horarios Ingiere frutas y verduras Consumo de bebidas rehidratantes	6,7,8,9,10,11.
	Organización del sueño	Uso de estimulantes para dormir Dificultad para dormir Distractores para dormir Respetar las horas de sueño	12,13,14,15,16.
	Organización del descanso o tiempo libre	Actividades de relajación Tiempo familiar Desarrollo personal	17,18,19.
	Autocuidado y cuidado médico	Chequeos médicos Uso de recomendaciones médicas Cambios en el cuerpo Uso de bloqueador solar	20,21,22,23.
	Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas	Consumo de alcohol Consumo de cigarrillos Consumo de estupefacientes	24,25,26.

Nota: obtenido de Espinoza (2019)

Por otra parte, el autor del instrumento para la medición de la variable Conducta Deportiva son Lema et al. (2010), quienes desarrollaron la investigación titulada “Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida”. Así mismo, dicho instrumento fue utilizado en la investigación de Espinoza (2019), investigación titulada “Relación entre motivación deportiva y conductas de salud en deportistas universitarios”. En la tabla 5, se describe la relación entre las dimensiones y los ítems.

Tabla 6.

Relación entre las dimensiones y los ítems, de la variable Desempeño Deportivo

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems
Desempeño Deportivo	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	***	Notas
	Asume una vida saludable.	***	Notas
	Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices	***	Notas

Nota: Obtenido del registro de Notas

El instrumento para el levantamiento de información, está compuesto por 26 ítems. Conducta Deportiva se muestra en el Apéndice 02. Para la Variable Desempeño Deportivo, se utilizará como instrumento el análisis de contenido. Las escalas para la evaluación de las variables se muestran en las tablas 7 y 8 a continuación.

Tabla 7.

Escala de valoración para la variable "Conducta Deportiva"

NIVELES	PUNTAJES
Alta Conducta Deportiva	130 - 182
Regular Conducta Deportiva	78 - 129
Baja Conducta Deportiva	26 - 77

Nota: obtenido de Espinoza (2019)

Tabla 8.

Escala de valoración para la variable "Desempeño Deportivo"

NIVELES	PUNTAJES
Logro Destacado	AD
Logro Esperado	A
En Proceso	B
En Inicio	C

Nota: obtenido de Ministerio de Educación (2016)

3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

En la investigación, se utilizó del programa estadístico IBM SPSS Statistics Versión 25; una vez obtenida la data, se pasó al vaciado de la data y el respectivo procedimiento estadístico a nivel descriptivo e inferencial. Se desarrollaron tablas de frecuencia, se hallaron las medidas de tendencia central y medidas de variabilidad. A la vez se aplicó el Alfa de Cronbach para determinar el grado de confiabilidad del instrumento para medir la variable “Conducta deportiva”. Se aplicó el estadístico Kolmogorov-Smirnov para comprobar si la distribución de la muestra es normal; luego se pasó a la prueba de hipótesis, donde se utilizó un modelo de regresión lineal simple, obteniendo así, la existencia o no de influencia por parte de la “Conducta Deportiva” en el “Desempeño Deportivo”.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. VALIDACION DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

4.1.1. Validación del instrumento

La validación del instrumento se realizó dentro de la investigación de Espinoza (2019). Cabe resaltar que dicho instrumento fue validado por sus creadores (en inglés) luego en Colombia y finalmente utilizado en Perú. Donde la validez de contenido fue alta, al mostrarse altas correlaciones entre los ítems. A pesar que no se utilizaron los coeficientes de KMO o de Barlett; la validez de constructo se obtuvo mediante el Análisis Factorial Confirmatorio; donde se obtuvieron los ítems adecuados, para el instrumento.

4.1.2. Aplicación del coeficiente de confiabilidad

Solo se aplicó el Coeficiente Alfa de Cronbach al cuestionario de la variable Conducta Deportiva. Porque la otra variable no cuenta con una batería de preguntas, su instrumento es el análisis de contenido.

4.1.2.1. Variable 1: Conducta Deportiva

Tabla 9.

Alfa de Cronbach para la variable Conducta Deportiva

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,853	26

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

En la Tabla 9, el Alfa de Cronbach resultante es de 0,834, indicando que la confiabilidad del instrumento es elevada (Hernández & Mendoza, 2018).

4.2. TÉCNICA DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

Los datos recogidos, fueron procesados a través de la estadística descriptiva e inferencial; basada en la obra “Metodología de la Investigación” de (Hernández, 2014). El manejo de la información, la presentación de datos, diseño de tablas y gráficos, serán soportados por dos softwares: IBM SPSS versión 25, Microsoft Excel versión 2016, Microsoft Word versión 2016.

- Estadística descriptiva:

A través de ella, se realizaron: tablas de frecuencia, medidas de tendencia central como la media, medidas de desviación con sus respectivas descripciones y análisis.

- Estadística inferencial:

A través de la estadística inferencial, se realizaron la verificación de las hipótesis. Para ello se establecerán los coeficientes de correlación, de determinación y niveles de significancia.

4.3. TRATAMIENTO ESTADÍSTICO

4.3.1. Resultados descriptivos de la Variable Conducta Deportiva

4.3.1.1. Análisis descriptivo de la Dimensión Actividad Física y Deporte

- Análisis por indicador de la Dimensión Actividad Física y Deporte

Tabla 10.

Análisis por indicador de la Dimensión Actividad Física y Deporte

Nº	Estadísticos descriptivos	Media	Desv. Desviación
C1_1	Realiza algún ejercicio o práctica corporal durante al menos 30 minutos, tres veces a la semana	3.97	2.135
C1_2	Camina o monta bicicleta en lugar de tomar otro medio de transporte, cuando necesita movilizarse a un lugar cercano	4.00	2.163
C1_3	Se siente satisfecho con sus prácticas de ejercicio y actividad física	4.21	2.103
C1_4	Está pendiente de los eventos deportivos a nivel regional, nacional e internacional.	3.11	2.117
C1_5	Asiste a encuentros deportivos de manera eventual	2.89	2.109
	Total	18.18	10.63

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

Tabla 11.

Escala de valoración Actividad Física y Deporte

Escala de valoración	Actividad física y deporte
ALTA	25-35
REGULAR	15-24
BAJA	5-14

De acuerdo a los resultados mostrados en la tabla 10, se observa que el indicador “Se siente satisfecho con sus prácticas de ejercicio y actividad física” es el más valorado del total de la muestra con una media de 4.21; por otra parte, el indicador menos valorado es “está pendiente de los eventos deportivos a nivel regional, nacional e internacional” con una media de 2.89. En resumen, la dimensión “Actividad Física y Deporte” tiene una media de 18.18 y una desviación estándar de 10.63 y está valorada de manera “regular” según la escala de valoración de la tabla 11.

4.3.1.2. Análisis descriptivo de la Dimensión Hábitos Alimentarios

- Análisis por indicador de la Dimensión Hábitos Alimentarios

Tabla 12.

Análisis por indicador de la Dimensión Hábitos Alimentarios

N°	Estadísticos descriptivos	Media	Desv. Desviación
C4_1	Consume proteínas la mayoría de los días	4.47	1.989
C4_2	No suele vomitar, ni tomar laxantes después de comer	1.89	1.829
C4_3	No omite alguna de las comidas principales	3.24	2.124
C4_4	Ingiere las principales comidas en horarios establecidos	5.21	1.848
C4_5	Come frutas y verduras, la mayoría de los días	5.17	1.847
C4_6	Toma entre 1.5 y 2 litros de agua todos los días	4.50	1.994
	Total	24.48	11.63

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

Tabla 13.

Escala de valoración de la Dimensión Hábitos Alimentarios

Escala de valoración	Hábitos alimentarios
ALTA	30-42
REGULAR	18-29
BAJA	6-17

De acuerdo a los resultados mostrados en la tabla 12, se observa que el indicador “ingiere las principales comidas en horarios establecidos” es el más valorado con una media de 5.21 y una desviación estándar de 1.848; por otra parte, el indicador menos valorado es “No suele vomitar, ni tomar laxantes después de comer” con una media de 1.89 y una desviación estándar de 1.829. En resumen, la dimensión “Hábitos alimentarios” tiene una media de 24.48 y una desviación estándar de 11.63 y está valorada de manera “regular” según la escala de valoración de la tabla 13.

4.3.1.3. Análisis descriptivo de la Dimensión Organización del Sueño

- Análisis por indicador de la Dimensión Organización del Sueño

Tabla 14.

Análisis por indicador de la Dimensión Organización del Sueño

N°	Estadísticos descriptivos	Media	Desv. Desviación
C6_1	Se acuesta y se levanta a una hora habitual en la mayoría de los días	4.45	2.174
C6_2	No suele utilizar pastillas o bebidas alcohólicas para conciliar el sueño	2.60	2.335
C6_3	Duerme sin dificultad en la noche	4.95	2.096
C6_4	No deja de dormir lo necesario, por alguna actividad académica laboral y social de ocio	3.82	1.950
C6_5	Suele dormir 8 horas al día	4.46	2.026
	Total	20.29	10.58

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

Tabla 15.

Escala de valoración de la Dimensión Organización del Sueño

Escala de valoración	Organización del sueño
ALTA	25-35
REGULAR	15-24
BAJA	5-14

De acuerdo a los resultados mostrados en la tabla 14, se observa que el indicador “Suele dormir 8 horas al día” tiene una mayor predominancia con una media de 4.46 y una desviación estándar de 2.026; por otra parte, el indicador menos valorado es “No suele utilizar pastillas o bebidas alcohólicas para conciliar el sueño” con una media de 2.60 y una desviación estándar de 2.335. En resumen, la dimensión “Organización del Sueño” tiene una media de 20.29 y una desviación estándar de 10.58 y está valorada de manera “regular” según la escala de valoración de la tabla 15.

4.3.1.4. Análisis descriptivo de la Dimensión Organización del Descanso o Tiempo Libre

- Análisis por indicador de la Dimensión Organización del Descanso O Tiempo Libre

Tabla 16.

Análisis por indicador de la Dimensión Organización del Descanso o Tiempo Libre

N°	Estadísticos descriptivos	Media	Desv. Desviación
C2_1	Realiza todos o la mayoría de los días alguna actividad de ocio que le permita descansar o relajarse	3.72	1.959
C2_2	Comparte tiempo o actividades con la familia, amigos o pareja	4.48	1.871
C2_3	Realiza actividades para el desarrollo personal	4.25	1.874
	Total	12.45	5.70

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

Tabla 17.

Escala de valoración para la Dimensión Organización del Descanso o Tiempo Libre

Escala de valoración	Organización del descanso o tiempo libre
ALTA	15-21
REGULAR	9-14
BAJA	3-8

De acuerdo a los resultados mostrados en la tabla 16, se observa que el indicador “Comparte tiempo o actividades con la familia, amigos o pareja” tiene una mayor predominancia con una media de 4.48 y una desviación estándar de 1.871; por otra parte, el indicador menos valorado es “Realiza todos o la mayoría de los días alguna actividad de ocio que le permita descansar o relajarse” con una media de 3.72 y una desviación estándar de 1.959. En resumen, la dimensión “Dimensión Organización del Descanso o Tiempo Libre” tiene una media de 12.45 y una desviación estándar de 5.70 y está valorada de manera “regular” según la escala de valoración de la tabla 17.

4.3.1.5. Análisis descriptivo de la Dimensión Autocuidado y Cuidado Médico

- Análisis por indicador de la Dimensión Autocuidado y Cuidado Médico

Tabla 18.

Análisis por indicador de la Dimensión Autocuidado y Cuidado Médico

Nº	Estadísticos descriptivos	Media	Desv. Desviación
C3_1	Realiza chequeos médicos preventivos	3.66	1.978
C3_2	Procura seguir frecuentemente todas las recomendaciones hechas por el médico	4.71	1.997
C3_3	Realiza autoexploraciones para detectar cambios en el cuerpo	3.47	2.102
C3_4	Se protege de los rayos solares utilizando bloqueador	4.67	2.116
	Total	16.52	8.19

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

Tabla 19.

Escala de valoración para la Dimensión Autocuidado y Cuidado Médico

Escala de valoración	Autocuidado y cuidado médico
ALTA	20-28
REGULAR	12-19
BAJA	4-11

De acuerdo a los resultados mostrados en la tabla 18, se observa que el indicador “Procura seguir frecuentemente todas las recomendaciones hechas por el médico” tiene una mayor predominancia con una media de 4.71 y una desviación estándar de 1.997; por otra parte, el indicador menos valorado es “Realiza autoexploraciones para detectar cambios en el cuerpo” con una media de 3.47 y una desviación estándar de 2.102. En resumen, la dimensión “Dimensión Autocuidado y Cuidado Médico” tiene una media de 16.52 y una desviación estándar de 8.19 y está valorada de manera “regular” según la escala de valoración de la tabla 19.

4.3.1.6. Análisis descriptivo de la Dimensión Consumo de Alcohol, Tabaco y otras drogas.

- Análisis por indicador de la Dimensión Consumo de Alcohol, Tabaco y otras drogas

Tabla 20.

Análisis por indicador de la Dimensión Consumo de Alcohol, Tabaco y otras drogas

Nº	Estadísticos descriptivos	Media	Desv. Desviación
C5_1	Evita consumir alcohol	4.42	2.417
C5_2	Evita fumar	4.85	2.562
C5_3	Evita consumir algún tipo de droga ilegal	5.02	2.716
	Total	14.29	7.70

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

Tabla 21.

Escala de valoración para la Dimensión Consumo de Alcohol, Tabaco y otras drogas

Escala de valoración	Consumo de alcohol, Tabaco y otras drogas
ALTA	15-21
REGULAR	9-14
BAJA	3-8

De acuerdo a los resultados mostrados en la tabla 20, se observa que el indicador “Evita consumir algún tipo de droga ilegal” tiene una mayor predominancia con una media de 5.02 y una desviación estándar de 2.716; por otra parte, el indicador menos valorado es “Evita consumir alcohol” con una media de 4.42 y una desviación estándar de 2.417. En resumen, la dimensión “Consumo de Alcohol, Tabaco y otras drogas” tiene una media de 14.29 y una desviación estándar de 7.70 y está valorada de manera “regular” según la escala de valoración de la tabla 21.

4.3.1.7. Análisis descriptivo de la Variable Conducta Deportiva

Tabla 22.

Resultados generales de la Variable Conducta Deportiva

Variable	Media	Desv. Desviación
Conducta Deportiva	88.04	43.80

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

Tabla 23.

Escala de medición para la Variable Conducta Deportiva

NIVELES	PUNTAJES
Alta Conducta Deportiva	130 - 182
Regular Conducta Deportiva	78 - 129
Baja Conducta Deportiva	26 - 77

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

De acuerdo a los resultados obtenidos por cada dimensión; la Dimensión “Actividad física y deporte” es valorada de forma regular; la Dimensión “Hábitos Alimentarios” es valorada de forma regular; la Dimensión “Organización del Sueño” es valorada de forma regular; la Dimensión “Autocuidado y Cuidado Médico” es valorada de forma regular; finalmente la Dimensión “Consumo de Alcohol, Tabaco y entre Otras Drogas” está valorada de forma regular.

Con respecto a los resultados de la Variable “Conducta Deportiva” mostrados en la tabla 22, se obtuvo una media de 88.04 y una desviación estándar de 43.80; lo cual se encuentra en la escala de 78 – 129, interpretándose como una “Regular Conducta Deportiva” por parte de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019.

4.3.2. Resultados descriptivos de la Variable Desempeño Deportivo

4.3.2.1. Análisis descriptivo de la Dimensión Se Desenvuelve de Manera Autónoma a través de su motricidad

Tabla 24.

Análisis descriptivo de la Dimensión Se Desenvuelve de Manera Autónoma a través de su Motricidad

Estadísticos	Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad
N	120
Media	17.13
Mediana	17.00
Desv. Desviación	1.209
Mínimo	13
Máximo	19
Suma	2056

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la tabla 24, se observa los estadísticos descriptivos de la dimensión en estudio. Se obtuvo una media de 17.13 en el promedio de notas, en la evaluación de la dimensión “Se Desenvuelve de Manera Autónoma a través de su motricidad”, la desviación estándar con 1.209, la nota con mayor valoración es 19; por el contrario, la nota con menor valoración es 13.

4.3.2.2. Análisis descriptivo de la Dimensión Asume una Vida Saludable

Tabla 25.

Análisis por indicador de la Dimensión Asume una Vida Saludable

Estadísticos	Asumen una Vida Saludable
N	120
Media	17.22
Mediana	17.00
Desv. Desviación	0.624
Mínimo	17
Máximo	19
Suma	2066

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la tabla 25, se observa los estadísticos descriptivos de la dimensión en estudio. Se obtuvo una media de 17.22 en el promedio de notas, en la evaluación de la dimensión “Asume una Vida Saludable”, la desviación estándar con 0.2624, la nota con mayor valoración es 19; por el contrario, la nota con menor valoración es 17.

4.3.2.3. Análisis descriptivo de la Dimensión Interactúa a través de sus Habilidades Sociomotrices

Tabla 26.

Análisis por indicador de la Dimensión Interactúa a través de sus Habilidades Sociomotrices

Estadísticos	Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices
N	120
Media	17.15
Mediana	17.00
Desv. Desviación	1.042
Mínimo	13
Máximo	19
Suma	2058

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la tabla 26, se observa los estadísticos descriptivos de la dimensión en estudio. Se obtuvo una media de 17.15 en el promedio de notas, en la evaluación de la dimensión “Asume una Vida Saludable”, la desviación estándar con 1.042, la nota con mayor valoración es 19; por el contrario, la nota con menor valoración es 13.

4.3.2.4. Análisis descriptivo de la Variable Desempeño Deportivo

Tabla 27.

Resultados generales de la Variable Desempeño Deportivo

Estadísticos	Desempeño Deportivo
N	120
Media	17.52
Mediana	17.00
Desv. Desviación	1.237
Mínimo	14
Máximo	20
Suma	2102

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la tabla 27, se observa los estadísticos descriptivos de la variable “Desempeño Deportivo” que tiene como base el consolidado de notas de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School. Los resultados estadísticos manifiestan una media de 17.52 en el promedio de notas, una desviación estándar con 1.237, la nota con mayor valoración es 20; por el contrario, la nota con menor valoración es 14.

Tabla 28.

Escala de calificación para la Variable Desempeño Deportivo

Escala de Calificación	PUNTAJES
Logro Desatacado – AD	19-20
Logro Esperado – A	15-18
En Proceso – B	11-14
En Inicio – C	0-10

Nota: escala de calificación obtenida del currículo nacional 2019.

En la tabla 27, la variable en estudio obtuvo una media de 17.52 y según la escala de calificación, mostrada en la tabla 28, se sitúa en Logro Esperado A.

4.3.3. Pruebas de normalidad para las variables en estudio

Para establecer si las dimensiones cuentan con una distribución normal, es necesario realizar las pruebas de normalidad; así mismo, se debe considerar la prueba de Kolmogorov-Smirnov porque la muestra es mayor a 50 (Guillen & Sanchez, 2014). Los resultados de las pruebas realizadas se muestran en la Tabla 29.

Tabla 29.

Prueba de normalidad para las dimensiones de la Variables en Estudio

Variables	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
Conducta Deportiva	0.045	120	,200*	0.986	120	0.231
Desempeño Deportivo	0.420	120	0.000	0.695	120	0.000

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

Los resultados mostrados en la tabla 29 serán contrastados para determinar la normalidad de las dimensiones correspondientes de ambas variables.

a) **Formulación de hipótesis**

H_0 : Los datos de las dimensiones provienen de una distribución normal.

H_1 : Los datos de las dimensiones no provienen de una distribución normal.

b) **Establecer un nivel de significancia**

Nivel de Significancia (alfa) = 5%

c) **Estadístico de Prueba**

Se determinó trabajar un estadístico de prueba “Kolmogorov - Smirnov para una muestra”.

d) **Lectura del P valor**

H_0 : ($p > 0.05$) No se rechaza la H_0

H_1 : ($p < 0.05$) entonces se rechaza la H_0

Conducta Deportiva = 0,20 y Desempeño Deportivo = 0.0000

e) Decisión

Los resultados mostrados en la tabla 29, muestran que la variable “Conducta Deportiva” tiene una distribución normal y la variable “Desempeño Deportivo” no tiene una distribución normal.

4.4. TRATAMIENTO ESTADÍSTICO

4.4.1. Verificación de las hipótesis específicas

4.4.1.1. Verificación de la primera hipótesis específica

a) Formulación de hipótesis:

H₀: El nivel de la conducta deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019, no es bajo.

H₁: El nivel de la conducta deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019, es bajo.

Tabla 30.

Escala de medición para la Variable Conducta Deportiva

NIVELES	PUNTAJES
Alta Conducta Deportiva	130 - 182
Regular Conducta Deportiva	78 - 129
Baja Conducta Deportiva	26 - 77

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

b) Decisión:

Los resultados mostrados en la tabla 22, detalla los estadísticos descriptivos de la variable “Conducta Deportiva”. Como resultado se obtuvo una media de 88.04 y según la escala de medición en la tabla 30 se ubica en “Regular Conducta Deportiva”; por lo tanto, se acepta la H₀.

Finalmente se concluye que, “El nivel de Conducta Deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución

Educativa Particular Paradise International School – 2019 no es bajo.

4.4.1.2. Verificación de la segunda hipótesis específica

a) **Formulación de hipótesis:**

H_0 : El nivel de desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019, no está en proceso.

H_1 : El nivel de desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019, está en proceso.

Tabla 31.

Escala de calificación para la Variable Desempeño Deportivo

Escala de Calificación	PUNTAJES
Logro Desatacado – AD	19-20
Logro Esperado – A	15-18
En Proceso – B	11-14
En Inicio – C	0-10

Nota: escala de calificación obtenida del currículo nacional 2019.

b) **Decisión:**

Los resultados mostrados en la tabla 27, detalla los estadísticos descriptivos de la variable “Desempeño Deportivo”. Como resultado se obtuvo una media de 17.52 y según la escala de calificación en la tabla 31 se ubica en “Logro Esperado – A”; por lo tanto, se acepta la H_0 y finalmente se concluye que, “El nivel de desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019, no está en proceso, quiere decir que no es bajo.”

4.4.2. Verificación de la hipótesis general

Tabla 32.

Regresión lineal de Conducta Deportiva y Desempeño Deportivo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
1	,829 ^a	0.687	0.684	0.695

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

En la tabla 32, se muestran los resultados de la regresión lineal entre la Variable Conducta Deportiva y Desempeño Deportivo.

Tabla 33.

Coefficientes entre Regresión lineal de Conducta Deportiva y Desempeño Deportivo

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	T	Sig.
	B	Desv. Error	Beta		
(Constante)	13.379	0.265		50.482	0.000
Conducta deportiva	0.038	0.002	0.829	16.079	0.000

Nota: resultados del procesamiento de datos en el Programa IBM SPSS 25.

Como el nivel de significancia de los coeficientes de la regresión lineal fue menor a 0.05, entonces el modelo se ajusta a un modelo de regresión lineal simple. Donde la ecuación es: Desempeño deportivo = 0.038 (Conducta deportiva) + 13.379

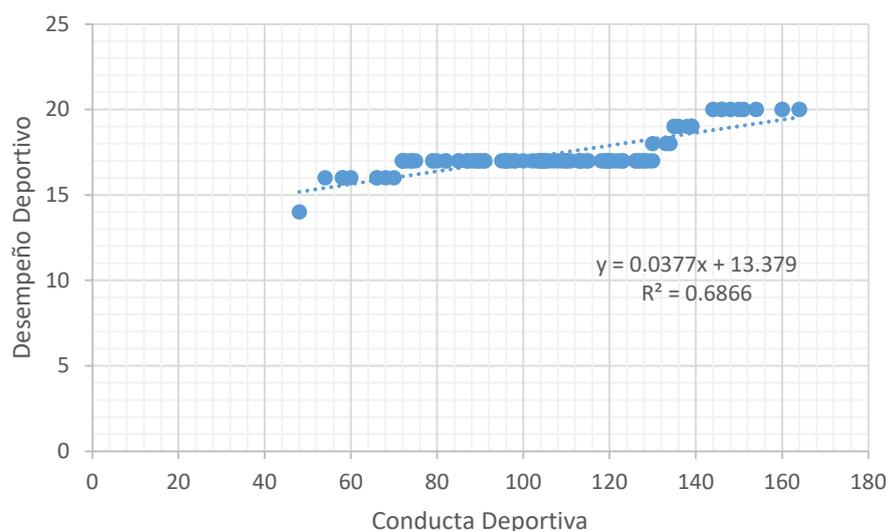


Figura 2. Dispersión lineal de Conducta Deportiva y Desempeño Deportivo

En la figura 2, se muestra un gráfico de dispersión entre la Variable Conducta Deportiva y Desempeño Deportivo; dicha gráfica muestra una línea de tendencia con un $R^2 = 0.6866$.

a) Formulación de Hipótesis General

H_0 : La Conducta Deportiva no influye significativamente en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School, 2019.

H_1 : La Conducta Deportiva influye significativamente en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School, 2019.

b) Establecer un nivel de significancia

Nivel de Significancia (alfa) = 5%

c) Estadístico de prueba

Se determinó trabajar un estadístico de prueba paramétrica “Regresión Lineal”

d) Lectura del P valor

H_0 : ($p \geq 0.05$) No se rechaza la H_0 -

H_1 : ($p < 0.05$ entonces se rechaza la H_0).

$P = 0,00$; $\alpha = 0.05$ $P < 0.05$ entonces se rechaza la H_0 .

e) Decisión

Los resultados de la tabla 33, muestran que el nivel de significancia es menor a 0.05; por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. Se concluye, que la “Conducta Deportiva” influye significativamente en el “Desempeño Deportivo” de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institucional Educativa Particular Paradise International School, 2019”. Así mismo, el 68.66% del Desempeño Deportivo es explicado por la variación de la Conducta Deportiva.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En la presente investigación se planteó determinar la influencia de la Conducta Deportiva de los apoderados en el Desempeño Deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School, 2019. Para realizar la investigación se aplicaron cuestionarios a 120 apoderados; donde se utilizaron dos instrumentos; uno para medir la Variable “Conducta Deportiva”, dicho instrumento contó con un Alfa de Cronbach equivalente a 0,853 que representa una confiabilidad elevada; el segundo instrumento, para medir la Variable “Desempeño Deportivo” mediante las notas obtenidas de los alumnos en el primer, segundo y tercer bimestre.

Con respecto a los resultados descriptivos de la Variable Conducta Deportiva, la dimensión “Actividad Física y Deporte” con una media de 18.18 obtuvo una valoración regular; la dimensión “Hábitos Alimentarios” con una media de 24.48 obtuvo una valoración regular; la dimensión “Organización del Sueño” con una media 20.29 obtuvo una valoración regular; la dimensión “Organización del descanso o tiempo libre” con una media 12.45 obtuvo una valorización regular; la dimensión “Autocuidado y Cuidado Médico” con una media de 16.52 obtuvo una valoración regular; finalmente la dimensión “Consumo de Alcohol, Tabaco y entre Otras Drogas” con una media de 14.29 obtuvo una valoración regular.

Con respecto a los resultados de la Variable “Conducta Deportiva” mostrados en la tabla 22, se obtuvo una media de 88.04 y una desviación estándar de 43.80; lo cual se encuentra en la escala de 78 – 129, interpretándose como una “Regular Conducta Deportiva” por parte de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019.

Con respecto a las pruebas de normalidad, las dimensiones de la Variable “Conducta Deportiva” muestran que los datos se distribuyen normalmente; así mismo, los datos de la Variable “Desempeño Deportivo” no provienen de una distribución normal.

Con respecto a la primera hipótesis específica, los resultados en la tabla 22, detalla los estadísticos descriptivos de la variable “Conducta Deportiva”. Como resultado se obtuvo una media de 88.04 y según la escala de medición en la tabla 30 se ubica en “Regular Conducta Deportiva”; por lo tanto, se acepta la H0. Finalmente se concluye que, “El nivel de Conducta Deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019 no es bajo.

Finalmente, la segunda hipótesis específica, los resultados mostrados en la tabla 27, detalla los estadísticos descriptivos de la variable “Desempeño Deportivo”. Como resultado se obtuvo una media de 17.52 y según la escala de calificación en la tabla 31 se ubica en “Logro Esperado – A”; por lo tanto, se acepta la H0 y finalmente se concluye que, “El nivel de desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019, no está en proceso, quiere decir que no es bajo”

La hipótesis general, fue comprobada y se obtuvo que la “Conducta Deportiva” influye significativamente en el “Desempeño Deportivo” de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institucional Educativa Particular Paradise International School, 2019”. Así mismo, el 68.66% del Desempeño Deportivo es explicado por la variación de la Conducta Deportiva.

De manera, similar Rodríguez (2013) concluye que, el comportamiento de los miembros significativos (madre, padre, hermanos, hermanas y pareja) es un factor asociado al sujeto.

Además, los resultados muestran que los jóvenes son más activos, característica evidenciada en el nivel de la actividad física que va disminuyendo con el incremento en la edad. En una investigación realizada a los habitantes del Municipio de Monterrey, Nuevo León – 2013; dentro de su investigación La actitud y comportamientos de los significativos tiene una relación con la práctica de la actividad física – deportiva.

De igual manera, Oropeza et al. (2017) realizó una investigación a los universitarios de la Facultad de Psicología de una Universidad de México, 2017; dentro de los resultados se concluye que existe una diferencia significativa entre el promedio de las calificaciones del grupo con prácticas deportivas y las del grupo sin prácticas deportivas, resultados que favorecen a los primeros. Estos resultados guardan relación en la influencia significativa de la variable “Conducta Deportiva” en la variable “Desempeño Deportivo”, donde se observa una relación causa-efecto positiva.

Finalmente, Chávez (2017) realizó una investigación a los estudiantes de la asignatura Cultura Física y Deportes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas, 2015; dentro de sus resultados se concluye que práctica físico deportiva tiene una relación positiva con el estilo de vida. Además, se concluye que la principal motivación para la práctica de actividad físico deportivas y la buena alimentación es la mejora de la salud. Estos resultados concuerdan con lo obtenido en la dimensión “Hábitos Alimentarios” de la variable “Conducta Deportiva” que está valorada de forma regular y obtuvo el puntaje más alto en comparación a las demás dimensiones, se infiere que los hábitos alimentarios tienen una participación significativa la práctica físico deportiva.

CONCLUSIONES

Primera:

Con respecto a la primera hipótesis específica, los resultados mostrados para la variable “Conducta Deportiva”, se obtuvo una media de 88.04 y según la escala de medición se ubica en el nivel “Regular Conducta Deportiva”; por lo tanto, se acepta la H_0 y se concluye que, “El nivel de Conducta Deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019 no es bajo.

Segunda:

La segunda hipótesis específica, los resultados mostrados en la variable “Desempeño Deportivo” se obtuvo una media de 17.52 y según la escala de calificación se ubica en “Logro Esperado – A”; por lo tanto, se acepta la H_0 y se concluye que, “El nivel de desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019, no está en proceso, quiere decir que no es bajo”

Tercera

La hipótesis general, los resultados muestran que el nivel de significancia es menor a 0.05; por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula. Se concluye, que la “Conducta Deportiva” influye significativamente en el “Desempeño Deportivo” de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institucional Educativa Particular Paradise International School, 2019”. Así mismo, el 68.66% del Desempeño Deportivo es explicado por la variación de la Conducta Deportiva.

SUGERENCIAS

Primera:

En los resultados de la variable “Conducta Deportiva” se hallaron indicadores con valores debajo del promedio. En el caso del indicador “Asistente a encuentros deportivos de manera eventual”, se sugiere al apoderado tener una calendarización y programación desde la etapa de inscripción hasta la participación de eventos deportivos de su interés. De igual manera en el indicador “Realiza chequeo médicos preventivos” se sugiere realizarse una revisión periódica con especialistas para llevar un control regular y mantener los índices de salud normales.

Segunda:

En los resultados de la variable “Desempeño Deportivo”, las dimensiones se sitúan en “Logro Esperado”, como resultado de las calificaciones de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School, 2019. Se sugiere mantener los espacios de estudio apropiados para contribuir al desarrollo de la motricidad, también tener hábitos de descanso, trabajo y entretenimiento de forma equilibrado. Finalmente conocer las actividades que pueden relajar y desestresar a los alumnos en su desempeño académico.

Tercera:

Los resultados muestran que el 68.66% del Desempeño Deportivo es explicado por la variación de la Conducta Deportiva, si bien existe una relación significativa se sugiere a la Institución Educativa Particular Paradise International School usar como referencia la presente investigación como base para la elaboración de actividades de integración deportiva entre apoderados y alumnos para darle énfasis a los dimensiones e indicadores mencionados y dosificar las actividades según la edad del alumno.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, I. (2012). Estilos de vida y rendimiento académico en adolescentes de instituciones educativas del distrito Gregorio Albarracín Lanchipa de la Provincia de Tacna – 2011. <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/642>
- Aroni, A., & Sosaya, M. (2016). Estilos de vida saludable en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de la “I.E. Casimiro Cuadros” Sector I – Cayma- 2016. <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/152334>
- Billat, V. (2002). FISIOLOGÍA Y METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO. De la teoría a la práctica. Editorial Paidotribo.
- Bluehardt, M. H., Wiener, J., & Shephard, R. J. (1995). Exercise Programmes in the Treatment of Children with Learning Disabilities. *Sports Medicine*, 19(1), 55-72. <https://doi.org/10.2165/00007256-199519010-00005>
- Campos, H., & Zaira, M. D. (2016). Consumo de tabaco y alcohol entre los estudiantes de secundaria de Chíncha y conocimiento de efectos nocivos, año 2014. <http://localhost/xmlui/handle/autonomadeica/120>
- Capacute, K. M. (2017). Inteligencia emocional percibida y su relación con la satisfacción laboral de los profesionales de enfermería del Servicio de Centro Quirúrgico del H.D.A.C. Tacna – 2016. <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/3384>
- Castro, C. L. (2014). La influencia que tienen las expectativas de las madres de familia en la motivación competitiva de un grupo de niñas de 7 a 10 años practicantes de gimnasia artística de la provincia de San José [Universidad

Nacional de Costa Rica].

<https://www.repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/11334/Tesis%2008756?sequence=1&isAllowed=y>

Chávez, C. A. (2017). Influencia de los hábitos alimentarios y los estilos de vida en el nivel de logro de aprendizajes de los estudiantes de la asignatura Cultura Física y Deportes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de las Fuerzas Armadas, 2015.
<http://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/1689>

Cladellas, R., Clariana, M., Gotzens, C., Badia, M., & Dezcallar, T. (2015). Patrones de descanso, actividades físico-deportivas extraescolares y rendimiento académico en niños y niñas de primaria. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 53-59.

ESCALE. (2019). Ficha de Institución Educativa.
http://escale.minedu.gob.pe/PadronWeb/info/ce?cod_mod=0877308&anexo=0

Espinoza, M. G. (2019). Relación entre motivación deportiva y conductas de salud en deportistas universitarios.
<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/13394>

Flores, A. P. (2016). ESTILOS DE IDENTIDAD Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.
<https://tesis.ucsm.edu.pe:80/repositorio/handle/UCSM/5455>

- Guevara, M. A. (2017). El Autocuidado y su Relación con la Aparición del Dengue en los Pacientes Atendidos en el Hospital de Saposoa Durante el Año 2014. <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/30523>
- Guillen, O. R., & Sanchez, J. M. (2014). Guía de SPSS 21 para el desarrollo de trabajos de investigación.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. McGraw Hill.
- Hernández, R., & Mendoza, C. P. (2018). METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN: LAS RUTAS CUANTITATIVA, CUALITATIVA Y MIXTA. McGraw-Hill Education.
- Lema, Luisa, Isabel Salazar, María Varela, Julián Tamayo, Alejandra Rubio, y Adriana Botero. 2010. «Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida | Pensamiento Psicológico». *Pensamiento Psicológico* 5(12):17.
- Lugaresi, E., Cirignotta, F., Zucconi, M., Lenzi, P. L., & Coccagna, G. (1983). Good and poor sleepers: An epidemiological survey of the San Marino population. *Sleep/wake disorders : natural history, epidemiology, and long-term evolution*, 1-12.
- McClenaghan, B. A. (1985). Movimientos fundamentales. Ed. Médica Panamericana.
- Medina, A., Fera, D., & Oscoz, G. O. (2009). LOS CONOCIMIENTOS SOBRE EL SUEÑO Y LOS CUIDADOS ENFERMEROS PARA UN BUEN

DESCANSO. Enfermería Global, 8(3).
<https://doi.org/10.6018/eglobal.8.3.75151>

Medina, E. M. (2018). Impacto de los factores intrínsecos en la satisfacción laboral de los profesores de nivel superior de la Universidad EBC Hochschule, Berlín, Alemania [Universidad Autónoma de México].
http://oreon.dgbiblio.unam.mx/F/PD4P8PGC8HFKLV9H8JL5YQ5SX88F1HKM2QLJ31475JK84DMAR-08027?func=full-set-set&set_number=014523&set_entry=000004&format=999

Ministerio de Educación. (2016). Currículo Nacional de la Educación Básica.
<http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/programa-curricular-educacion-inicial.pdf>

Miró, E., & Cano, C. (2002). Patrones de sueño y salud. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 2(2).
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33720206>

Moreira, M. A. (2000). *Aprendizaje significativo: Teoría y práctica*. Visor.

Organización Deportiva Panamericana. (2019). *Juegos Panamericanos*. Lima 2019.
<https://www.lima2019.pe/resultados>

Organización Mundial de la Salud. (2006). *Organización Mundial de la Salud*.
<https://www.who.int/es/about/who-we-are/constitution>

Oropeza, R., Ávalos, Ma. L., & Ferreyra, D. A. (2017). Comparación entre rendimiento académico, autoeficacia y práctica deportiva en universitarios. *Actualidades Investigativas en Educación*, 17(1).
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/aie/article/view/27271/27386>

- Ortiz, C. (2016). Las actividades deportivas como estrategia de prevención para afrontar el estrés en estudiantes de Odontología. <http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/handle/usmp/2649>
- Osores, N. (2018). Autocuidado en gestantes del Puesto de Salud 15 de enero—San Juan de Lurigancho, 2018. <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/25580>
- Parlebas, P. (2008). JUEGOS, DEPORTE Y SOCIEDADES. Léxico de praxeología motriz. Editorial Paidotribo.
- Price, V. A., Coates, T. J., Thoresen, C. E., & Grinstead, O. A. (1978). Prevalence and Correlates of Poor Sleep Among Adolescents. *American Journal of Diseases of Children*, 132(6), 583-586. <https://doi.org/10.1001/archpedi.1978.02120310047009>
- Restrepo M, S. L., Morales G, R. M., Ramírez G, M. C., López L, M. V., & Varela L, L. E. (2006). LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS EN EL ADULTO MAYOR Y SU RELACIÓN CON LOS PROCESOS PROTECTORES Y DETERIORANTES EN SALUD. *Revista chilena de nutrición*, 33(3), 500-510. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182006000500006>
- Rodríguez, J., & Agulló, E. (1999). Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de los estudiantes universitarios. *Psicothema*, 11(2). <http://digibuo.uniovi.es/dspace/handle/10651/27674>
- Ruiz, L. M., Linaza, J. L., & Peñaloza, R. (2008). El estudio del desarrollo motor: Entre la tradición y el futuro. *Revista Fuentes*, 0(8), 243-258.
- Sierra, J. C., & Jiménez, C. (2002). CALIDAD DEL SUEÑO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: IMPORTANCIA DE LA HIGIENE DEL SUEÑO.

Salud Mental, 25(6). <https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2002/sam026e.pdf>

Vara, A. (2010). 7 pasos para una tesis exitosa (Segunda). Universidad San Martín de Porres.

Wong de Liu, C. (2012). Estilos de vida. <https://saludpublica1.files.wordpress.com/2012/08/estilos-de-vida-2012.pdf>

APÉNDICE

Apéndice 1. Matriz de consistencia

Título: “Conducta Deportiva de los apoderados y su influencia en el Desempeño Deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School, 2019.”

Autor: José Israel Vásquez Reynoso

Problema principal	Objetivo general	Hipótesis general	Variables e indicadores
¿De qué manera influye la conducta deportiva de los apoderados en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019?	Determinar de qué manera influye la conducta deportiva de los apoderados en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019.	La conducta deportiva de los apoderados influye significativamente en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Paradise International School – 2019.	Variable Independiente: Conducta Deportiva Dimensiones – Actividad física y deporte – Hábitos alimentarios – Organización del sueño. – Organización del descanso o tiempo libre. – Autocuidado y cuidado médico – Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.
Problemas específicos ¿Cuál es el nivel de conducta deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019?	Objetivos específicos Determinar el nivel de conducta deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019.	Hipótesis específicas El nivel de conducta deportiva de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Paradise International School – 2019 es bajo.	Variable Dependiente: Desempeño Deportivo Dimensiones – Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. – Asume una vida saludable. – Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices.
¿Cuál es el nivel de desempeño deportivo de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019?	Determinar el nivel de desempeño deportivo de los apoderados de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Particular Paradise International School – 2019.	El nivel de desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa Paradise International School – 2019 está en proceso.	
Tipo de Investigación	Población y muestra	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	Estadísticos
a) Tipo de investigación: Básica (Vara 2010)	a. La población de estudio: Compuesta por 120 alumnos de la Institución Educativa Particular Paradise International School.	a) Las técnicas a utilizar son las siguientes: Encuesta, para la variable conducta deportiva y notas académicas para la variable desempeño deportivo.	En el estudio aplicará las técnicas estadísticas:
b) Nivel de la investigación: Explicativo causal (Hernandez & Mendoza 2018)	b. Muestra A través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, se	b) Instrumentos a utilizar son los siguientes:	a) Estadística descriptiva Se realizarán tablas y figuras estadísticas.
c) Diseño de investigación: No experimental, observacional y prospectivo (Vara 2010)	trabajará alumnos de 10 a 12 años de la Institución Educativa Particular Paradise International School.	Cuestionario y registro de notas académicas	b) Estadística inferencial Para la comprobación de las hipótesis; a través de la regresión lineal simple.

CUESTIONARIO PARA LA MEDICIÓN DEL COMPORTAMIENTO DEPORTIVO Y SALUDABLE

Buen día, en esta ocasión estamos realizando una encuesta acerca del “Comportamiento Deportivo y Saludable”, para ello se requiere de su colaboración, usted nos brindará información, siguiendo las instrucciones y contestando el cuestionario que se aprecia a continuación.

- Lea detenidamente el cuestionario y marque con un (x) la alternativa que crea conveniente.
- Sea totalmente imparcial en la elección de su respuesta, recuerde que la información que proporcione será totalmente ANÓNIMA Y CONFIDENCIAL.

DATOS GENERALES:

A.	Edad	21-30 años	31-40 años	41-50 años	51-60 años	61-70 años	
B.	Sexo	Masculino	Femenino				
C.	Estado Civil	Soltero (a)	Casado(a)	Conviviente	Divorciado(a)	Viudo (a)	
D.	Nivel de educación	Educación pre escolar	Educación primaria	Educación secundaria	Educación superior no universitaria	Educación superior universitaria	

DATOS ESPECÍFICOS:

Recuerde que, "nunca" (equivale a 1 punto), "pocas veces" (equivale a 2 puntos), "raras veces" (equivale a 3 puntos), "indeciso" (punto medio que equivale a 4 puntos), "algunas veces" (equivale a 5 puntos), "muchas veces" (equivale a 6 puntos), "siempre" (equivale a 7 puntos).

N°	ITEMS	1	2	3	4	5	6	7
Actividad física y deporte								
1	Realiza algún ejercicio o práctica corporal durante al menos 30 minutos, tres veces a la semana.							
2	Camina o monta bicicleta en lugar de tomar otro medio de transporte, cuando necesita movilizarse a un lugar cercano.							
3	Se siente satisfecho con sus prácticas de ejercicio y actividad física.							
4	Está pendiente de los eventos deportivos a nivel regional, nacional o internacional.							
5	Asiste a encuentros deportivos de manera eventual.							
Organización del descanso o tiempo libre								
6	Realiza todos o la mayoría de los días alguna actividad de ocio que le permita descansar o relajarse.							
7	Comparte tiempo o actividades con la familia amigos o pareja.							
8	Realiza actividades para el desarrollo personal.							
Autocuidado y cuidado medico								
9	Realiza chequeos médicos preventivos.							
10	Procura seguir frecuentemente todas las recomendaciones hechas por el médico.							
11	Realiza autoexploraciones para detectar cambios en el cuerpo.							
12	Se protege de los rayos solares utilizando bloqueador.							

Hábitos alimentarios									
13	Consume proteínas la mayoría de los días.								
14	No suele vomitar, ni tomar laxante después de comer.								
15	No omite alguna de las comidas principales.								
16	Ingiere las principales comidas en horarios establecidos.								
17	Come frutas y verduras, la mayoría de los días.								
18	Toma entre 1.5 y 2 litros de agua todos los días.								
Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas									
19	Evita consumir alcohol.								
20	Evita fumar.								
21	Evita consumir algún tipo de droga ilegal.								
Organización del sueño									
22	Se acuesta y se levanta a una hora habitual en la mayoría de los días.								
23	No suele utilizar pastillas o bebidas alcohólicas para conciliar el sueño.								
24	Duerme sin dificultad en la noche.								
25	No deja de dormir lo necesario, por alguna actividad académica laboral y social de ocio.								
26	Suele dormir 8 horas al día.								

Muchas gracias por su participación, que tenga un buen día.

02 DIC 2019



FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIAS DE LA
COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES

21-0
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN

Tacna, 2 de Diciembre de 2019

Señorita

Mg. PATRICIA NUE CABALLERO

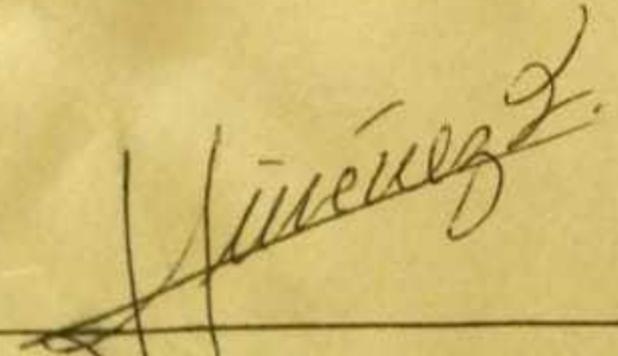
Decana de la Facultad de Educación de ciencias de la Comunicación y Humanidades

PRESENTE

Tengo el agrado de dirigirme a Ud. Para hacer de su conocimiento que mediante RESOLUCION N° 282-D-2019-UPT/FAEDCOH se ha efectuado la revisión del Plan de Trabajo de Investigación denominado **"Conducta Deportiva de los apoderados y su influencia en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la institución Educativa Particular PARADISE INTERNATIONAL SCHOOL – 2019"** presentado por el Bachiller en Ciencias de la Educación, Vásquez Reynoso José Israel, Plan de Tesis que el graduado presentara oportunamente a esta dirección.

Y que se encuentra **APTO**, para pasar a la siguiente etapa.

Sin otro particular, le saluda atentamente a Ud. con mi distinguida consideración y estima personal.


Mg. JIMENEZ FRIDERICHSEN, Joanna Andrea

Docente Asesor



INFORME

A : Mgr. PATRICIA NUÉ CABALLERO
Decana de la Facultad de Educación, Ciencias de la Comunicación y Humanidades.

DE : Mtro. CHRISTIAN ANDRÉS LÓPEZ LLERENA
Jurado evaluador

ASUNTO : Revisión de la Tesis presentada por: **VÁSQUEZ REYNOSO José Israel**, Bachiller en Ciencias de la Educación, cuyo título es: **“Conducta deportiva de los apoderados y su influencia en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa particular Paradise Internacional School 2019”**

REFERENCIA : RESOLUCIÓN N°046-D-2020-UPT/FAEDCOH
Fecha: 2020 mayo 19 (designación de dictaminador)

FECHA DE INFORME: **Tacna**, 22 de junio del 2020

Me dirijo a usted para hacerle llegar el resultado de la evaluación del plan de trabajo de investigación mencionada en el asunto, en los siguientes términos:

- (X) Favorable, para que continúe el trámite.
- () Favorable, debiendo tener en cuenta las observaciones de forma.
- () No favorable, debiendo levantar observaciones.
- () No favorable

Es todo cuanto informo a usted para su conocimiento y fines.

Atentamente,


Firma y huella digital

Mtro. Christian A. López Llerena
JURADO DICTAMINADOR

INFORME N° 002-2020-UPT-FAEDCOH/DEAAB

Tacna, 2019 junio 02

A LA : Mgr. PATRICIA NUÉ CABALLERO
Decana de la Facultad de Educación Cs. de la Comunicación y H.

DE : Mgr. EMILIO ALCÁZAR BOBADILLA
Docente Dictaminador

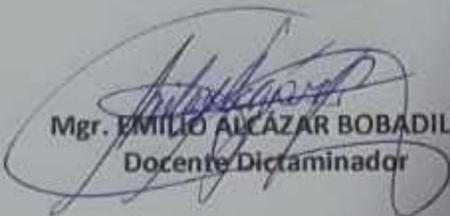
Asunto : Ref. Resolución N° 046-D-2020.UPT/FAEDCOH

Tengo el agrado de dirigirme a Ud. para saludarla cordialmente y así mismo hacerle llegar el informe correspondiente al Dictamen de la Tesis del egresado VÁSQUEZ REYNOSO, José Israel; para optar el título de Licenciado en Educación Física.

Por lo tanto, mi DICTAMEN ES FAVORABLE para que el estudiante pueda continuar con los trámites correspondientes, haciendo la salvedad que sólo tiene que hacer algunas rectificaciones en ortografía y que son mínimas.

Es todo cuanto informo a su Despacho para conocimiento y fines.

Atentamente,


Mgr. EMILIO ALCÁZAR BOBADILLA
Docente Dictaminador

Cc. Archivo personal



UPT

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES

Sin fines de lucro

"Año de la Universalización de la Salud"

RESOLUCIÓN Nº 254-D-2020-UPT/FAEDCOH

Tacna, 2020 noviembre 24.

VISTA:

La solicitud del bachiller **VÁSQUEZ REYNOSO, José Israel** y el informe favorable de los profesores dictaminadores de la Tesis denominada: **"Conducta deportiva de los apoderados y su influencia en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa particular Paradise Internacional School 2019"**; y,

CONSIDERANDO:

Que, de acuerdo al Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Educación, Ciencias de la Comunicación y Humanidades, el bachiller debe presentar la Resolución Original de Decanato declarando apta la Tesis; y,

De conformidad a las atribuciones conferidas a la Decana, por la Ley Universitaria 30220, el Estatuto y el Reglamento General de la Universidad Privada de Tacna;

SE RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO.- Declarar **APTA** para la sustentación de la Tesis **"Conducta deportiva de los apoderados y su influencia en el desempeño deportivo de los alumnos de 10 a 12 años, de la Institución Educativa particular Paradise Internacional School 2019"**, al bachiller **VÁSQUEZ REYNOSO, José Israel**, de la Carrera Profesional de Educación Física y Deportes.

ARTÍCULO SEGUNDO.- La interesada deberá solicitar a la Decana fecha y hora para la sustentación de la Tesis, adjuntando los documentos que señala el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Educación, Ciencias de la Comunicación y Humanidades (FAEDCOH).

ARTÍCULO TERCERO.- La Secretaría Académico Administrativa de la FAEDCOH queda encargada de dar cumplimiento a la presente Resolución.

Regístrese, comuníquese y archívese.

DISTRIBUCIÓN: -Sec. Acad. -Interesada -Archivo
kva/gca
Reg. 21201