

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES
PROGRAMA DE ESTUDIO DE EDUCACIÓN
SECUNDARIA



**Rendimiento deportivo y autoestima, estudiantes de tercero de
secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación
Secundaria en la Especialidad de Educación Física

Autor:

Perez Heredia, Milder

Asesor (ORCID: 0000-0002-2914-2104)

Rojas Huamán, Ever

CAJAMARCA – PERÚ

2022

Índice general

Índice general.....	ii
Índice de tablas	iii
Palabras clave	iv
Constancia de originalidad.....	v
Título.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
Introducción	1
Metodología	29
Resultados	32
Análisis y discusión	36
Conclusiones.....	39
Recomendaciones	40
Referencias bibliográficas.....	41
Anexos	43

Índice de tablas

Tabla 1 Muestra, I.E. Manuel Pardo, Cutervo.....	29
Tabla 2 Muestra, I.E. Manuel Pardo, Cutervo.....	30
Tabla 3 Prueba de normalidad	34
Tabla 4 Correlaciones - Pearson	34
Tabla 5 Correlaciones – Rho de Spearman.....	35
Tabla 6 Resultado de evaluación, variable: rendimiento deportivo.....	55
Tabla 7 Resultado de evaluación, variable: autoestima.....	56

Palabras clave

Tema: Rendimiento deportivo, autoestima

Especialidad Educación

Key words

Theme: Physical education, social skills

Specialty Education.

Línea de investigación

Línea de Investigación Educación para la diversidad social y cultural

Área Ciencias sociales

Sub área Ciencias de la Educación

Disciplina Educación General

Constancia de originalidad



CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, Vicerrector de Investigación de la Universidad San Pedro:

HACE CONSTAR

Que, de la revisión del trabajo titulado **“Rendimiento deportivo y autoestima, estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo”** del (a) estudiante: **Mílder Pérez Heredia**, identificado(a) con **Código N° 1116101443**, se ha verificado un porcentaje de similitud del 30%, el cual se encuentra dentro del parámetro establecido por la Universidad San Pedro mediante resolución de Consejo Universitario N° 5037-2019-USP/CU para la obtención de grados y títulos académicos de pre y posgrado, así como proyectos de investigación anual Docente.

Se expide la presente constancia para los fines pertinentes.

Chimbote, 23 de Noviembre de 2022


UNIVERSIDAD SAN PEDRO
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN
Dr. CARLOS URBINA SANJINES
VICERRECTOR



NOTA:

Este documento carece de valor si no tiene adjunta el reporte del Software TURNITIN.

Título

**Rendimiento deportivo y autoestima estudiantes de tercero
de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo**

**Sports performance and self-esteem students of the third
year of secondary school, IE Manuel Pardo y Lavalle,
Cutervo**

Resumen

La presente Tesis: Rendimiento deportivo y autoestima, estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo; tiene como propósito: Determinar la relación entre la Rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo. Corresponde a una investigación de tipo básico, diseño no experimental, de cohorte transversal, que utilizó un registro de eventos para medir la variable “rendimiento deportivo”, y una ficha de observación para medir la variable “autoestima” en 8 estudiantes de 15 años de la IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo. La hipótesis fue contrastada por medio de las pruebas estadísticas coeficiente de correlación de Pearson y Rho de Spearman; pruebas con las que se permitió aceptar la hipótesis nula en todos los casos analizados; es decir: El Rendimiento deportivo no se relaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, tanto a nivel de dimensiones como a nivel global.

Abstract

This Thesis: Sports performance and self-esteem, third-year high school students, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo; Its purpose is: To determine the relationship between sports performance and self-esteem, in third-year high school students, IE Manuel Pardo and Lavalle, Cutervo. It corresponds to a basic research, non-experimental design, cross-sectional cohort, which used an event record to measure the variable "sports performance", and an observation sheet to measure the variable "self-esteem" in 8 students of 15 years of age. the IE Manuel Pardo and Lavalle, Cutervo. The hypothesis was contrasted by means of the statistical tests Pearson's correlation coefficient and Spearman's Rho; tests with which the null hypothesis was accepted in all the cases analyzed; that is to say: Sports performance is not related to self-esteem, in third-year high school students, IE Manuel Pardo and Lavalle, Cutervo, both at the dimension level and at the global level.

Introducción

Podemos establecer dentro de la investigación indagaciones referencial a las variables

Villalobos y Rueda (2021), se interesaron por elaborar un estado del arte de diferentes trabajos de pregrado, durante 5 años, sobre la relación existente entre la actividad física y la autoestima en jóvenes. La investigación fue documentada, realizada mediante el uso de documentos oficiales o documentos personales como fuente de información analizadas concienzudamente a fin de elegir correctamente los contenidos; los mismos que fueron manejados científicamente mediante la autenticidad, credibilidad y representatividad de los documentos que se pretenden incluir en la síntesis documental. Las principales conclusiones que se establecieron son: a) Se puede realizar una búsqueda sistemática de literatura relevante sobre la relación entre la actividad física y la autoestima a través de una selección de varios repositorios web, así como bases de datos relevantes. b) Cabe señalar que la mayor parte de las investigaciones contemporáneas sobre la actividad física y su relación con la autoestima en publicaciones recientes presenta un enfoque cuantificable en el marco de la síntesis cualitativa. Herramientas que han movido la investigación en esta dirección. c) Se analizaron un total de 5 publicaciones documentales relacionadas con el tema de investigación. Entre ellos se reconocen aspectos como la prevención y tratamiento de problemas psicológicos en niños y adolescentes, que representan temas de especial interés en estos días. Muchos factores personales, sociales y ambientales influyen en la salud mental, incluidos aspectos de salud mental, autoestima, y estos pueden mejorarse mediante la práctica de actividad física profesional y guiada.

Robles (2020), se interesó por determinar la influencia que tiene la autoestima en el rendimiento deportivo de adolescentes de 14 años. La metodología se basó en el uso de estrategias para fomentar la autoestima en

los estudiantes, como por ejemplo: Darles responsabilidades para que participen en tareas, destacar siempre los logros que tienen por medio de su esfuerzo, que los padres les demuestren amor incondicionalmente, etc. Así mismo, para contribuir en el rendimiento deportivo, se puso énfasis en el desarrollo de la condición física, la estrategia, la táctica, técnica para la condición psicológica, etc. Concluyó que, por medio de la aplicación del modelo ABC (A. Acontecimiento activador, B. Sistema de creencias, C. Consecuencias) que corresponde a una terapia racional, emotiva, conductual, se puede decir que los estudiantes presentaban características como: Una personalidad indecisa. Son muy pasivos. No controlan absolutamente nada en su vida sólo deseo de ser deportista porque se puede decir que dentro de la institución educativa éste tiene un rendimiento académico bajo que corresponde a su autoestima negativa. Luego de haber tenido todas estas características que se presentan en los estudiantes se puede decir que por medio de la técnica aplicada del modelo ABC constituyendo una terapia racional emotiva. Se apreció una mejoría en los estudiantes, significando ello que la terapia fue efectiva y por ende el rendimiento deportivo va a mejorar porque la autoestima se transformó de negativa a positiva.

Acevedo y Ríos (2019) utilizan una muestra de deportistas profesionales adolescentes para describir socialmente la relación entre la motivación deportiva y la autoestima, la autoeficacia, el estilo de crianza y diversas variables demográficas. El método de este trabajo es cuantitativo. Esto se debe a que la recopilación de datos es el proceso mediante el cual se pueden probar las hipótesis y se pueden medir las variables exhibidas por una situación de problema particular. Asimismo, se analizan los resultados obtenidos mediante métodos o herramientas estadísticas de los que se pueden extraer un conjunto de conclusiones. El diseño de este estudio es no experimental. Se basa básicamente en observar y analizar fenómenos que ocurren en situaciones naturales. En este estudio se utilizaron correlaciones descriptivas, basadas en una metodología que incluía descripciones de

situaciones, eventos, personas, grupos o comunidades sin afectar las variables observadas. Se pueden extraer las siguientes conclusiones: a) Con la motivación deportiva como variable principal, se puede concluir que la población evaluada no presenta pérdida de motivación asociada a las actividades deportivas que practica, se juzga que los estudiantes tienen la motivación como principal fuente de rendimiento deportivo al encontrar tiempo activo que aporte valor al logro de sus objetivos, y la práctica deportiva diaria se convirtió en una actividad esencial para el crecimiento de sus logros en la vida. b) Se puede concluir que las variables autoestima y autoeficacia se correlacionaron con el rendimiento deportivo y su desarrollo, y como resultado se puede afirmar que los atletas con mayor autoestima están más motivados. Debido a que esta variable está relacionada con la realización de tareas y la superación personal requerida al momento de realizar deportes. c) Para la variable estilo parental, se puede concluir que una de las condiciones productoras de disonancia asociada a la motivación deportiva es el control psicológico y emocional y la comunicación negativa que se produce con los padres, sí, pero el apoyo familiar y el compañerismo en la práctica deportiva tienen también se ha encontrado. La motivación del atleta está enfocada en alcanzar metas establecidas y completar tareas.

Cornejo (2022) buscó esclarecer cómo la actividad física se asocia con la autoestima y la depresión de los adolescentes en un escenario educativo de Covid-19. Investigación de tipo aplicada. Determinamos que la distinción científica requiere las siguientes medidas: Los métodos, protocolos y técnicas diversas atienden necesidades específicas y son reconocidos por el Consejo de Ciencia y Tecnología y el Consejo Nacional de Innovación y Desarrollo. Esta investigación fomenta la aplicación o uso del conocimiento de diferentes disciplinas para satisfacer necesidades específicas, ya que las soluciones que se ofrecen a diferentes problemas tienen cualidades sociales o productivas específicas. Este estudio emplea un diseño no experimental. Esto se debe a que los fenómenos se analizan tal como ocurren en el medio ambiente y, por

lo tanto, son prácticamente iguales. Diseño no experimental: describe las correlaciones y permite métodos sistemáticos para diseñar, manipular problemas y desarrollar diferentes mecanismos para recopilar datos y sacar conclusiones. Se presentan los hallazgos más destacados: a) El estudio arrojó resultados variables: La actividad física, la autoestima y la depresión en las instituciones educativas en la época del Covid-19 se asociaron con un 65,3% La actividad física resultó con un 57% de autoestima más baja y 83,5% depresión. Se encontró una correlación positiva muy fuerte de 0,844% entre las variables actividad física, autoestima y depresión. b) Variables y dimensiones de la actividad física: relación entre 'relaciones activas' y 'estados de ánimo deprimidos' en alumnos de 9° grado. Obtuve los siguientes resultados: Iniciativa vinculada tamaño 0,818 y estado de ánimo deprimido 0,805. Estos resultados muestran una correlación positiva muy fuerte. c) Relaciones entre variables de actividad física y aspectos sociales en adolescentes de 9° grado. Obtuve los siguientes resultados: Correlación actividad física 0,840. Dimensión social 0,822 y estado de ánimo deprimido 0,810. Estos resultados indican una correlación positiva muy fuerte.

Contreras (2019) tuvo como objetivo de estudio: Determinar la relación entre Autoestima y el Rendimiento Escolar en estudiantes de 1° de Secundaria. Materiales y Métodos: Estudio descriptivo transversal, correlacionado, la población está conformada por estudiantes de primer año de secundaria. Para recopilar información, utilizó una técnica de cuestionario de autoestima utilizando un formato de cuestionario de autoinforme. Resultados: El 55% (66) de los estudiantes presentaron autoestima media. 45%/54) tienen alta autoestima. En cuanto a la autoestima general, el 78,3% (94) presenta autoestima media, de los cuales el 57,5% (69) presenta rendimiento académico normal y el 20,8% (25) rendimiento académico. El 21,7% (26) mostró autoestima alta, de los cuales el 15,0% (18) mostró rendimiento académico normal y el 6,7% (8) mostró rendimiento académico excelente. En cuanto a la autoestima emocional, el 40,0% (48) presentaba una

autoestima media, de los cuales el 28,3% (34) estudiaba regularmente y el 11,7% (48) se desempeñaba académicamente bien. No se encontró una relación significativa entre la autoestima y el rendimiento académico entre los estudiantes de primer año de secundaria de las instituciones Belén de Osma y Pardo. Andahuaylas-Apurímac, 2018”, Rho de Spearman = -0.075, $p > 0.05$, aceptando la hipótesis nula y rechazando la hipótesis principal.

Quispe y Alferez (2018) se propusieron identificar la correlación entre la motivación deportiva y la autoestima que exhiben los estudiantes de la institución educativa N° 56261 de Wascabamba. La investigación corresponde a un tipo de investigación correlativa que busca dar respuesta a una pregunta teórica, pretende explicar un fenómeno o situación estudiándolo en un contexto espacio-temporal particular, y un conjunto de variables relacionadas con otras variables describir sistemáticamente los acontecimientos de . Se obtienen las siguientes conclusiones: a) La aplicación del cuestionario Sports Motivation Scale (SMS/EMD) a los alumnos revela un nivel medio de motivación deportiva del 53,1%. Esta es la motivación intrínseca dominante. b) Al aplicar el Cuestionario de Autoestima, encontramos que el promedio de autoestima de los estudiantes de la institución número 56261 Wascabamba es de 72.8%. c) Aplicando la prueba de chi-cuadrado entre las variables 1 y 2 da un valor de 0,02 y podemos concluir que existe una relación entre las dos variables.

Asimismo se establece los fundamentos científicos que consolidaran la indagacion

Teoría de William James

El primer intento de definir la autoestima se encontró en los Principios de Psicología de 1890 de William James, el padre de la psicología estadounidense. La autoestima se fortaleció en la década de 1980 no solo con la publicación de este libro, sino también con el advenimiento de la

investigación científica. Tener una autoestima positiva es una condición básica para vivir una vida plena. (Pérez, 2012).

Abraham Maslow

Para Maslow, el fundador de la psicología humanista, la autoestima es una teoría de la autoconciencia. Maslow dijo que cada uno de nosotros tiene una naturaleza interna, y las necesidades humanas (vida, inmunidad, seguridad, pertenencia, afecto, respeto, autoestima, autorrealización, conciencia) madurez, salud, autosatisfacción se refiere al nivel de Nos dice que a veces parecen pertenecer a especies diferentes. (Pérez, 2012).



Figura 1. Pirámide de Maslow

Carl Rogers

Carl Rogers, el fundador de la psicología humanista, señaló que la raíz de los problemas de muchas personas es que se desprecian a sí mismos y se consideran inútiles y no amados. Rogers entiende que todos tienen un yo positivo, único y bueno. Pero esta persona real a menudo está oculta, oculta e indesarrollable (Pérez, 2012).

Rendimiento deportivo.

En general, nos referimos a esta última categoría cuando hablamos de actividad física y rendimiento deportivo. De hecho, en la última década se han estandarizado herramientas para medir la actividad física total, entendida como la cantidad total de actividad realizada tanto en el tiempo de ocio como en el tiempo de trabajo, las tareas del hogar y/o el parto. Este estado físico es un estado fisiológico de salud que facilita el desempeño en las actividades de la vida diaria, incluyendo un conjunto de atributos relacionados con el desempeño en el ejercicio. Incluye elementos de resistencia cardiovascular, fuerza, resistencia muscular, flexibilidad, composición corporal, equilibrio regulador y buen estado psicoemocional.

Kent (2003) argumenta que la actividad física es cualquier forma de actividad física con altas demandas metabólicas. Así, la actividad física incluye el entrenamiento deportivo, las actividades ocupacionales extenuantes, las tareas del hogar y las actividades recreativas no deportivas que implican esfuerzo físico.

López, Serra y Ribeiro (2015) destacan una relación positiva entre la actividad física y el rendimiento escolar, mostrando que la participación en actividad física está asociada con la realización de tareas educativas. Educación en casa y atención en el aula.

La actividad física se define como cualquier movimiento del cuerpo causado por la contracción del músculo esquelético que aumenta el gasto de energía por encima de los niveles de reposo. Sin embargo, este movimiento corporal se puede dividir en dos categorías:

Actividad base: Actividades de la vida diaria de baja intensidad, como estar de pie, caminar lentamente y levantar objetos livianos. Depende del tipo de persona que lo haga. Se considera inactiva a una persona que realiza una sola actividad básica. Pueden participar en breves ráfagas de actividad de moderada a vigorosa, como subir algunos tramos de escaleras, pero estos episodios pueden limitarse a una dosis establecida de actividad que es

físicamente necesaria para los beneficios de salud. No es suficiente para cumplir con las pautas.

Actividad física encaminada a la mejora de la salud: Es esta actividad además de la actividad básica la que produce los beneficios para la salud. Ejemplos de este tipo de actividades incluyen caminar a paso ligero, saltar la cuerda, bailar y hacer yoga.

El término actividad física incluye:

Ejercicio físico: El ejercicio es la actividad física recreativa que se realiza en el tiempo libre o de ocio, fuera del trabajo o actividad profesional. Es un hobby que proporciona una experiencia divertida, comunicativa, creativa y social a partir de nuestra actividad física.

Deporte: Suele ser una actividad física que sigue ciertas reglas. Tiene un aspecto dual de atletismo y competencia. Es una actividad física lúdica que toma la forma de luchar contra uno mismo y los demás, o enfrentarse a los elementos de la naturaleza.

Educación física: Es una herramienta educativa eficaz ya que ayuda a desarrollar las cualidades humanas básicas como unidad biológica, psicológica y social. Contribuir a la educación a través de la evidencia científica y los vínculos interdisciplinarios basados en la filosofía, la psicología, la biología, etc. Tiene un efecto decisivo en el mantenimiento y desarrollo de la salud, ya que ayuda a las personas a reaccionar y actuar para adaptarse a las circunstancias del mundo exterior, te ayuda a afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva.

Facilitar y permitir que las personas entiendan sus cuerpos: Identificar y darse cuenta de sus propias habilidades, aprender y dominar diferentes actividades físicas y deportivas para que puedan desarrollar el mejor futuro posible para sí mismos. Le permite seleccionar una actividad. Satisfacción personal y

entretenimiento. Mejora la calidad de vida a través del enriquecimiento personal y la alegría y las relaciones con los demás.

Actividad física estudiantil

Cuando hablo de actividad física estudiantil, me refiero a la investigación sobre la actividad física que practican los estudiantes universitarios en su vida diaria. Esto se debe a que en esta etapa surgen los hábitos y afectan la vida por el resto de la vida. La salud es uno de los factores más importantes en la formación de una persona joven, por lo que brinda una excelente oportunidad para desarrollar habilidades, hábitos y actitudes que durarán toda la vida. (Cantu, 2006, citado por Vargas, 2018).

Según la Organización Mundial de la Salud OMS (2013) recomienda una dieta saludable y 60 minutos de actividad física saludable al día para jóvenes de intensidad moderada y/o vigorosa. Por lo tanto, esta estrategia de incentivos de tipo poblacional está dirigida no solo a los efectos físicos y fisiológicos positivos, sino también a los beneficios psicosociales. Los amigos son la principal fuente de apoyo social de los jóvenes a la hora de decidir si se involucran en ciertos tipos de actividad física. En el marco de las recomendaciones, es deseable realizar nuevas investigaciones e iniciativas sobre la práctica de la actividad física en las universidades, y considerar y promover espacios tanto para el deporte como para el deporte competitivo. Posicionar la práctica de actividad física regular como componente fundamental de un estilo de vida adecuado y promover la adopción de hábitos saludables durante la formación profesional.

Relación actividad física y rendimiento académico

Como señaló González (2004), el desempeño de los estudiantes es uno de los temas más debatidos en educación, especialmente en la educación superior, y ha sido integrado como uno de los indicadores básicos de política para evaluar la calidad de la educación superior, especialmente si lo es. Es un concepto definido como una construcción que se interpreta de diferentes maneras dependiendo de lo que signifique para los diversos objetos involucrados. Por lo tanto, el término se considera un concepto contextual multidimensional y relativo, y es difícil dar un criterio definitorio universalmente aceptado (p. 44).

Hay muchas variaciones en el rendimiento académico, y la actividad física se considera un factor importante. Guardia (2004) aborda cuatro preocupaciones de que la actividad física beneficia el rendimiento académico y las considera determinantes del rendimiento de las personas y, más concretamente, del rendimiento académico:

- a. Mejora la estrategia de enfrentamiento de los estudiantes, de ahí que pueda ser una opción para considerar como mejora de rendimiento académico.
- b. Mejora la autoestima y el patrón cognitivo de auto percepción.
- c. Genera más recursos motivacionales.
- d. Mejora las capacidades de los deportistas, en el establecimiento de redes sociales estables (p.97).

Beneficios de la actividad física

Según el autor Quispe (2021), los beneficios de la actividad física están relacionados con el equilibrio entre la tasa metabólica basal, el apetito y la regulación de la grasa corporal.

En relación con el metabolismo basal: La actividad física no solo aumenta la ingesta de calorías, sino que también aumenta la tasa metabólica basal. Puede permanecer alto incluso después de 30 minutos de actividad

física moderada. La tasa metabólica basal puede aumentar en un 10% 48 horas después de la actividad física.

En relación con el apetito: La actividad física moderada no aumenta el apetito, pero incluso reduce las ansias. Los estudios demuestran que la disminución del apetito después de la actividad física es mayor en personas obesas que en personas con peso ideal.

En relación con la grasa corporal: Reducir las calorías de la dieta con actividad física reduce la grasa corporal en un 98 %, mientras que reducir las calorías de la dieta por sí sola reduce la masa muscular magra en un 25 % (es decir, músculo y 75 % de grasa).

Factores relacionados con la práctica de actividad física

En cuanto a los factores que afectan el rendimiento de la actividad física, los resultados de la investigación muestran que las personas con hijos, las personas casadas, los adultos que trabajan y las mujeres hacen menos ejercicio, las personas con niños hacen menos ejercicio y las personas con mayores ingresos hacen menos ejercicio. persona más activa. Las mujeres que combinan trabajo y maternidad descubren que no tienen suficiente tiempo para la actividad física, lo que impacta negativamente tanto en su salud como en su productividad. En los análisis por género, las mujeres por lo general participaban menos en la actividad física que los hombres. Esta diferencia en el rendimiento deportivo cuando se analiza por género puede deberse a que la mayoría de las chicas españolas abandonan la práctica deportiva antes de acceder a la universidad o nunca practican deporte fuera del horario escolar (Pavón, 2004).

Algunos estudios han concluido que las variables que establecen diferencias significativas en los niveles de condición física son el género y los hábitos deportivos de los padres. Por lo tanto, la participación deportiva familiar en actividades recreativas determina el nivel de participación de un

individuo en actividades deportivas. Hay evidencia que sugiere que los factores económicos y demográficos que influyen en la distribución del tiempo entre las tareas del hogar, el ocio y el trabajo profesional tienen un impacto significativo en la frecuencia de actividad física entre los trabajadores. Tener un hijo dependiente impacta negativamente en la frecuencia de actividad física en las mujeres más que en los hombres (Aadahl, Toft y Jorgensen, 2011).

Algunos estudios muestran que los estilos de vida saludables, como hacer ejercicio en su tiempo libre, son más comunes entre las personas de nivel socioeconómico alto que los individuos o grupos de nivel socioeconómico bajo. Los factores personales, sociales y ambientales contribuyen a las desigualdades sociales en los niveles de actividad física (Brown, 2011)

Autoestima.

La educación es un proceso tan vasto y rico como la vida. Básicamente, se trata de promover el desarrollo de los niños y de impartirles valores morales, humanos, sociales, intelectuales y culturales. Para cualquier persona (ya sea un niño o un adulto), las necesidades básicas deben ser satisfechas antes de que el individuo pueda aprender a vivir la vida con tranquilidad. Ocupa el cuarto lugar en la jerarquía. El nivel más básico son las necesidades básicas o de subsistencia (alimentación, vivienda, vestido). El segundo nivel se ocupa de la seguridad física y psicológica. Sin ella, los individuos no pueden desarrollar una verdadera confianza en sí mismos para relacionarse consigo mismos y con los demás. (Beauregard, Bouffard y Duclos, 2005)

Las relaciones afectivas y amorosas estables con personas importantes forman el tercer nivel de la pirámide de Maslow, las relaciones que constituyen el alimento espiritual de cada persona. Para tener sentido de pertenencia, los individuos deben formar parte de redes sociales y relacionales. Solo cuando estos niveles están al menos cubiertos en gran

medida, la persona tiene la base necesaria para desarrollar la autoestima (Beauregard, Bouffard y Duclos, 2005)

La autoestima es uno de los factores clave en el desarrollo humano. Es la base de la educación. Las actividades educativas consisten esencialmente en acompañar o guiar a los niños en su vida afectiva, social y moral. Los educadores siempre deben promover la autoestima, ya que es una condición esencial para compartir y comunicarse y vivir en armonía con el medio ambiente (Beauregard, Bouffard, & Duclos, 2005)

¿Qué es la autoestima?

Los diccionarios generalmente definen la autoestima como “un sentimiento favorable que surge de las buenas opiniones que una persona tiene de sí misma y de sus capacidades.” Legendre define la autoestima como el valor que un individuo se atribuye a sí mismo como un todo que hace. Se refiere a las creencias fundamentales que las personas depositan en sus recursos, eficacia y habilidades. (Beauregard, Bouffard, & Duclos, 2005).

De modo más concreto, la autoestima puede definirse como “la conciencia del valor personal que uno se reconoce”. Se manifiesta por un conjunto de actitudes y de creencias que nos permiten enfrentarnos al mundo y a las dificultades de la vida (Beauregard, Bouffard y Duclos, 2005).

Es importante aclarar qué se entiende por “valores personales”. Son estos valores, no tales valores, los que están en juego. Muchas personas (niños, adolescentes, adultos) demuestran sus capacidades y talentos y demuestran sus cualidades superiores, pero inconscientemente pierden su autoestima. La manifestación de poderes y habilidades especiales no le da a una persona una buena autoestima. La clave de la autoestima radica en el proceso de 'percepción' o autoconciencia. (Beauregard, Bouffard y Duclos, 2005)

La autoestima es la expresión emocional que tenemos de nosotros mismos. Es un comentario positivo para nosotros mencionar nuestras cualidades y capacidades. Es también la capacidad de recordar estas expresiones positivas y usarlas para enfrentar desafíos, superar dificultades y vivir con esperanza. (Beauregard, Bouffard y Duclos, 2005)

¿Porque la autoestima es tan importante?

Uno de los regalos más valiosos y duraderos que los maestros y los padres pueden dar a sus hijos es un sentido positivo de sí mismos. Sin ella, es más probable que los niños sean negativos, adictos, ansiosos, reservados e incompetentes, y que digan "sí" a las drogas y se rindan. Para ayudar a los niños a sentirse bien consigo mismos, hacer amigos, tratar a los demás con dignidad, celebrar la diversidad y aceptar el cambio, hemos creado una colección única de actividades e ideas. Ofrecemos innumerables oportunidades que no solo son divertidas, sino que también mejoran su rendimiento académico. Cada actividad es un ejercicio triple: autoestima en tu cabeza, inspiración en tu corazón y proyectos que puedes hacer con tus manos. Concéntrate en los puntos. (Feldman , 2005)

Para facilitar su uso, todas las actividades, incluidos objetivos, documentos, procesos e ideas para ampliar el aprendizaje, se organizan en seis secciones:

1. Soy una maravilla. Aceptación de sí mismo. Son actividades que ayudan a los niños a estimarse a si mismos por medio de canciones, libros hechos por ellos mismos, proyectos y otras actividades innovadoras.
2. Amigos, amigas, amigos. Experiencias de trabajo cooperativo. Son proyectos y actividades de aprendizaje cooperativo que animan a los niños a divertirse con amigos y a desarrollar actividades sociales.

3. Sentimientos y emociones. Afrontar de modo positivo. Actividades que enseñan a como reconocer las emociones y aceptarlas.
4. Semejante y diferente. Celebrar la diversidad. Juegos, recetas, música y manualidades.
5. Cambios. Adaptabilidad y autoprotección. Son actividades sobre salud y seguridad que proveen a los niños de instrumentos para cuidarse a sí mismos.
6. Para los padres y madres. Comunicación familia-escuela. Son actividades que pueden hacer con sus hijos en casa.

La autoestima abarca todos los sentimientos y creencias que tenemos sobre nosotros mismos y afecta todo lo que hacemos en la vida. Un aspecto de la autoestima es la autoaceptación. Se trata de conocerte a ti mismo, tener una idea realista de quién eres y ser feliz con ello. Cuidarse, sentirse amado y amable es otro aspecto de la autoestima. Las experiencias exitosas influyen en la eficacia y la creencia de una persona de que puede hacer frente a la vida. Otro factor es la autoestima. Porque solo cuando te respetas a ti mismo puedes acercarte a los demás con respeto y aceptación. La confianza nos prepara para cosas nuevas (Feldman , 2005).

Es importante no confundir la autoestima sana con el egocentrismo. Tener sentimientos positivos sobre nosotros mismos nos ayuda a desarrollar nuestro potencial, establecer metas, enfrentar problemas, relacionarnos con los demás, asumir riesgos, contribuir a la sociedad y convertirnos en adultos felices e independientes. (Feldman , 2005).

Los niños no nacen con autoestima, pero ésta se manifiesta y desarrolla constantemente a lo largo de su vida. La autoestima se desarrolla a través de las experiencias de un niño y las reacciones de los demás. La autoestima aumenta cuando tienes una experiencia exitosa y recuerdas acciones

positivas. Disminuye cuando experimenta fracaso o reacciones negativas. La autoestima no es el resultado del éxito, la retroalimentación o el aprendizaje. Es una combinación de innumerables experiencias, interacciones e información externa. No todas las experiencias de la vida son positivas o negativas, pero sabemos que los niños necesitan más encuentros positivos que negativos para desarrollar una imagen positiva de sí mismos. La importancia de desarrollar la autoestima a una edad temprana se destaca en investigaciones que muestran cuán completamente determinada está a la edad de ocho años (Feldman, 2005).

Conocer al niño: una regla de oro

Una regla de oro que le permite acompañar de manera idónea el proceso de crecimiento es: conozca a su hijo o alumno. Este conocimiento debe hacerse en forma permanente, pues el desarrollo es un proceso activo y cambiante, por lo que es importante conocer el comportamiento y las habilidades encuadradas en cada etapa. Esto es primordial para entender que lo que puede ser adaptativo en una fase del desarrollo, puede ser desadaptativo en otra (López, 2006).

Cuando los padres y los educadores se acostumbran a observar al niño, le enseñan a conocerse así mismo. El conocimiento de los orientadores y el autoconocimiento de cada pequeño permite fijar metas y objetivos que tienen bases reales para su consecución. Hay que tener en cuenta que en el desarrollo de los niños se presentan etapas de inestabilidad, mientras se alcanza la maduración y el crecimiento tanto físico como psicológico. Tener esto presente permite ser más tolerante en la exigencia de nuevas habilidades y en el establecimiento de retos diferentes (López, 2006).

Para que se pueda conseguir algo, se requiere aprender antes la habilidad de posponer la gratificación. En la universidad de Stanford se desarrolló la primera investigación sobre control de impulso en los niños, y sus resultados se conocen como el estudio de Marshmallow. En este se

encontró que los niños que practican la habilidad de posponer la gratificación de sus impulsos tienen mayor tendencia a convertirse en adolescentes exitosos social y académicamente. Cuando adquieren esta habilidad, son capaces de planear a largo plazo y tener constancia en la consecución de lo propuesto (López, 2006).

Retos que refuerzan la autoestima

Muchas personas creen que la autoestima se estimula desde el exterior, es decir, con alabanzas, premios, éxitos y posesiones; sin embargo, a pesar de recibir todo esto, algunos individuos tienen una baja autoestima. Numerosos niños, adolescentes e incluso adultos, se dan cuenta de que a pesar de ser amados por sus padres y amigos no lo gran quererse a sí mismos; que no obstante tener éxito en el campo académico y social, mantienen un sentimiento de inecuación con respecto a ellos mismos (López, 2006).

La autoestima es la apreciación que una persona hace de ella misma y la conciencia que tiene del propio valor; el medio puede reforzar esta imagen, pero no es la única fuente. Cuando el niño que cuenta con un buen soporte afectivo logra tomar las decisiones adecuadas y estas se reflejan en acciones, fortalece su autoestima (López, 2006).

En el caso de los retos es importante que estos sean fijados por el propio niño, de tal manera que el sienta que lucha por algo significativo para sí mismo, y no de acuerdo con los valores y las creencias de los demás. Algunos adultos que son catalogados como exitosos por el medio pueden tener una baja autoestima; esta incongruencia genera una lucha interna. Dichas vivencias se presentan, en la mayoría de los casos, por asumir los retos de los demás o por no tener el suficiente autoconocimiento para detectar lo que es significativo para uno mismo y actuar en consecuencia (López, 2006).

Importancia del arte en la autoestima

La autoestima es un factor importante en el desarrollo infantil, ya que sienta las bases para la futura autoestima adulta. Uno de los elementos más importantes de este proceso es la relación padre-hijo. Esto se debe a que los niños perciben e internalizan las actitudes de sus padres de tal manera que se perciben a sí mismos como evaluados por sus padres (Vargas, 2011).

La música cumple una función muy importante en el desarrollo integral del niño/a enseña a diferenciar errores y la capacidad para una mayor y mejor participación en el aula, en la relación con los compañeros y con el docente al compartir o interactuar con los niños y niñas a través del juego y actividades musicales dirigidas fundamentalmente a ejercitar destrezas (Guerrero, 2011).

Esparza (2016) señala que los cuentos para niños juegan un papel importante en el desarrollo de la inteligencia emocional y son de gran valor intelectual, cognitivo y emocional. Asimismo, ayudan a fortalecer el vínculo afectivo entre alumnos y docentes. Además, pudo comprobar que la aplicación de una antología de cuentos de hadas tuvo un efecto positivo en la inteligencia emocional de la población de estudio. Específicamente, fueron un 64 % mejores para compartir, un 30 % mejores para pedir ayuda en momentos de peligro, un 13 % mejores para ser compasivos y un 36 % mejores para reconocer sentimientos de tristeza. Esta contribución final aborda los beneficios de aplicar talleres de apoyo a las artes para la salud mental y la calidad de vida de los niños.

Los factores estudiados por Esparza se asociaron fuertemente con la capacidad de expresar emociones y sentirse lo suficientemente seguro como para pedir ayuda. Estos factores están relacionados con la autoestima. Porque la autoestima determina, en parte, la facilidad con que un individuo percibe su mundo interior y actúa en consecuencia.

Autoestima y socialización en el aula

Asimismo, los niños no tienen autoconceptos y autoestima definidos por la escuela, ni tienen autoestima. Esto aumenta su capacidad y necesidad de entablar relaciones con sus compañeros y otros adultos. -20- Como se explicó anteriormente, la autoestima afecta su capacidad para establecer relaciones sociales sanas y equilibradas. Además, las amistades en la escuela duran toda la vida. Académicamente, de manera similar, sentirse abrumado por una mala experiencia con un compañero de clase puede conducir a un círculo vicioso. Esto puede conducir a la exclusión social del grupo de clase, lo que afecta negativamente la autoestima y los niños responden evitando más contactos sociales. Promueve la autoestima y aumenta la autoestima. Estos conceptos, a su vez, promueven habilidades sociales como participar en conversaciones con extraños, evaluar a los compañeros de la misma manera que se juzgan a sí mismos, afrontar conflictos y resolver problemas. Por todo esto, los docentes pueden ayudar a los niños a desarrollar estas habilidades precisamente creando el ambiente adecuado en el aula, basado en los valores de respeto mutuo, apoyo y cooperación (Miranda, 2014).

Niveles de autoestima

Se considera tres niveles de autoestima

a) Autoestima Positiva o Alta

Este tipo de autoestima se basa en dos sentimientos acerca de uno mismo: competencia y valor. Las personas con autoestima positiva están equipadas con una variedad de técnicas internas e interpersonales para enfrentar los desafíos que enfrentan de manera positiva. Tienden a tener respeto no solo por sí mismos, sino también por los demás. Por otro lado, las personas con autoestima alta son menos capaces de autocrítica que las personas con otro tipo de autoestima.

Las personas con alta autoestima mantienen una cierta imagen de sus capacidades y habilidades, toman un papel activo en los grupos sociales y

expresan sus opiniones con frecuencia y amor. Tienen alta autoestima y tienden a cometer errores, pero aprenden de ellos.

Sheeman (2000), una persona con una autoestima óptima tiene las siguientes cualidades:

1. Posee una visión de sí mismo y de sus capacidades, es realista y positiva.
2. Muestra sus sentimientos y emociones con libertad.
3. Mayor aceptación de ti mismo y de los demás.
4. Menos tensiones y mejor posición para dominar el estrés.
5. Una visión más positiva y optimista respecto a la vida.
6. Mayor independencia
7. Equilibrio emocional

b) Autoestima Media o Relativa

Un individuo con autoestima promedio tiene un nivel aceptable de confianza en sí mismo. Sin embargo, como producto de las opiniones de los demás, puede disminuir por momentos. Es decir, las personas de esta clase parecen seguras frente a los demás, aunque no estén dentro. Como resultado, sus actitudes fluctuaron entre períodos de alta autoestima (con apoyo externo) y baja autoestima (después de críticas específicas).

c) Autoestima Baja

El término se usa para referirse a alguien que tiene un sentimiento de inseguridad o inferioridad sobre sí mismo. Les faltan dos elementos básicos. Uno es la competencia, el otro es el valor y la calidad (Chota y Shahuano, 2015)

Sheeman (2000) sostiene que las personas con baja autoestima son generalmente personas inseguras que dudan de sus propias capacidades y son

reacias a tomar decisiones por miedo a cometer errores. También necesitan la aprobación de los demás debido a su fuerte sentimiento de culpa. Suele tener una imagen distorsionada de sí mismo, tanto en cuanto a sus características físicas como a los valores personales o la personalidad que produce.

Le cuesta mucho hacer nuevos amigos y sabe lo que dicen y piensan de él. La dependencia emocional que tienes es el resultado de que no te amas lo suficiente como para apreciarte positivamente y, por lo tanto, necesitas reconocimiento. Otro problema que provoca la baja autoestima es el miedo a no ser recompensados, lo que nos inhibe a la hora de expresar nuestras emociones. Cuando algo sale mal en una relación o amistad, las personas con baja autoestima se culpan a sí mismas. falta de comunicación Se deprime ante la desilusión y se deprime cuando fallan sus esfuerzos, y por esta razón evita hacer planes o abandonarlos ante grandes dificultades o fracasos.

Áreas del Autoestima

Espejo (2000) cita a Coopersmith para permitir que las personas desarrollen sus propios conceptos en áreas específicas y definan diferentes niveles de juicio. Entre ellos, los siguientes son muy significativos para la edad escolar:

a. Área Ego-General:

Se refiere al aprecio que cada uno de nosotros tiene por sí mismo. Los niños reciben apoyo al comprender y valorar las cualidades y cualidades que los hacen especiales y diferentes, y al recibir el reconocimiento de esas cualidades por parte de los demás. Además, se refiere a la autoconciencia de los rasgos de personalidad como las emociones: amable u hostil, estable o inseguro, valiente o temeroso, tímido o asertivo, tranquilo y calmado o inquieto, generoso y tacaño, equilibrado o desequilibrado. base para conocer y reconocer los aspectos positivos y negativos de las características humanas.

b. Área Social-Compañeros:

Los resultados de desarrollar relaciones sociales significativas con los niños y su satisfacción al ser reconocidos por los demás son importantes. Incluye un sentido de ser aceptado o rechazado por los compañeros y un sentido de pertenencia o pertenencia a un grupo. También se relaciona con el hecho de que sienten que pueden manejar bien diferentes situaciones sociales. Por ejemplo, eres asertivo, puedes relacionarte con personas del sexo opuesto y puedes resolver fácilmente conflictos interpersonales. Contener un espíritu de solidaridad.

c. Área Colegio-Académico:

Incluye sentirse capaz de hacer frente a las situaciones de la vida escolar y, más específicamente, la capacidad de hacer frente y adaptarse a los requisitos escolares. También incluye la autoevaluación de habilidades intelectuales como la inteligencia, la creatividad y la coherencia intelectual. Numerosos estudios han podido demostrar una fuerte relación entre la autoestima y el rendimiento escolar.

Actitudes o posturas en los niños que habitualmente indican una baja autoestima.

Pisco (2007) se refiere a conductas y posturas comúnmente exhibidas por los niños que indican baja autoestima, tales como:

- a. Actitud crítica Dejar a una persona indebidamente insatisfecha consigo misma. Buscar la atención y la empatía de los demás a través de la crítica.
- b. Indecisión crónica, Por miedo excesivo a cometer errores. Es un niño que no es bueno para expresarse porque le falta confianza en sí mismo.
- c. Deseo de complacer, Pero no se atreven a decir NO por miedo a desanimarse y perder la simpatía de los demás. Expresan su necesidad de aprobación (son niños y niñas que quieren ser aprobados por la gente). confían en la aprobación externa para la evaluación personal.

d. Actitud perfeccionista, Insisten en hacer todo para que sea “perfecto”, causando frustración cuando las cosas no salen según lo planeado. Rara vez estoy satisfecho con lo que hago. A menudo no se enorgullecen de sus estudios y se oponen fuertemente a sus enseñanzas. tienen miedo de cometer errores.

e. Actitud desafiante y agresiva. Son ostensiblemente hipersensibles, siempre con ganas de explotar por la más mínima cosa, propio de las personas súper importantes, sintiéndose mal por todo, odiando todo, desilusionándose con todo, insatisfechos con nada. La mayoría de los niños esconden su frustración y tristeza en forma de sentimientos de enojo. Compensan su miedo a no ser aprobados convirtiendo la ansiedad en un comportamiento agresivo.

f. Animo triste. Expresan tristeza, renuencia a reír y sentimientos de desmotivación hacia las actividades ofrecidas.

g. Actitud inhibida y poco sociable. Cuanto más te subestimes, más temes exponerte. Tienen problemas para hacer amigos. Los compañeros tienden a ignorarlos y buscan niños que sean más activos y entusiastas para participar en el juego. Estos tres criterios deben ser considerados para promover la autoestima en los niños:

Las relaciones interpersonales cálidas brindan atención y aceptación incondicionales y promueven la autoestima del niño. Los componentes del apego son el afecto, la comunicación, el interés por lo que sucede, la actividad compartida y el autocuidado.

Obtención de logros y su reconocimiento. Cada etapa del desarrollo ofrece diferentes objetivos que requieren esfuerzo y recompensa por parte del niño. Cada logro requiere reconocimiento, alegría y orgullo compartido por padres y maestros, lo que mejora la base de la seguridad infantil.

El reconocimiento y la aceptación de las características personales del niño.

Factores que dañan la autoestima en los niños

Según Ávalos (2005), los profesores y las familias suelen tener actitudes negativas hacia los jóvenes. Estos comportamientos contribuyen a la baja autoestima en los estudiantes. Por lo tanto, debe evitar:

1. Transmitirle la idea que es incompetente.
2. Transmitirle que sus pensamientos y sentimientos no tienen valor o importancia.
3. Educarlo sin asertividad y empatía.
4. Utilizar el miedo como recurso disciplinario.

Cabe señalar que los docentes de este siglo deben someterse a una formación que se centre en el manejo de los aspectos psicológicos de sí mismos y de sus alumnos. para el autoaprendizaje.

Justificación de la investigación

Justificación teórica: La investigación se justifica de forma teórica, en la medida en que a partir de la teoría de Maslow, impulsor de la psicología humanista, quien considera a la autoestima una teoría sobre la autorrealización, afirmando que cada uno de nosotros posee una naturaleza interna, y mencionando las necesidades humanas (vida, inmunidad, seguridad, pertenencia, afecto, respeto, autoestima y autorrealización), se busca complementar y/o simplemente debatir los resultados de la investigación en términos de autoestima.

Justificación científica : La investigación se justifica de forma científica, en la medida en que los resultados de determinar si existe o no relación entre el rendimiento deportivo y la autoestima, son utilizados para futuras investigaciones a desarrollarse en la Institución Educativa Manuel Pardo y Lavalle, de la ciudad de Cutervo.

Justificación social: Se justifica de forma social, dado que, la investigación favorece demandas sociales relacionadas con la necesidad de trabajar la autoestima desde las edades iniciales, logrando como consecuencia de ello, el sentirnos mucho mejor con nosotros mismos y actuar como más motivación frente a los desafíos que se presenten.

Problema

Dada la enorme importancia de desarrollar la autoestima por el simple hecho de que tener buena autoestima ayuda a las personas a sentirse mucho mejor consigo mismos y actuar con más motivación; es que su atención debe ser considerada de manera generalizada en el ámbito educativo, sin embargo, las estadísticas hacen referencia de la existencia de múltiples problemas relacionados con la autoestima, en el seno de nuestros estudiantes, que a la postre terminan con repercusiones negativas, que, como es conocido, implican una visión negativa personal del estudiante afectando la visión de su apariencia física o capacidades personales en diversos ámbitos de la vida. A ello se suman inseguridades que

pueden ser generalizadas o circunscritas a determinados aspectos o competencias. En el caso específico de los estudiantes de tercero de secundaria, de la Institución Educativa Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, los problemas de autoestima identificados, incitan a docentes a tomar medidas correctivas a partir de investigaciones que clarifiquen y den pautas de actuación.

Para efectos de la presente investigación se plantea el problema:

¿Qué relación existe entre el rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo?

Conceptuación y operacionalización de variables

Definición conceptual

Variable 1: Rendimiento deportivo.

Se define como la capacidad de movimiento físico producido por los denominados músculos esqueléticos que requiere gasto de energía para trasladarse de un lugar a otro, simplemente porque en el caso del ejercicio se refiere a diversas actividades físicas, pero es planificado, repetitivo y realiza diferentes objetivos organizados. como rutinas de compilación. A diferencia de los deportes que estudiamos, la condición física atlética se basa en la competencia en disciplinas como el fútbol y el baloncesto (Perea y López, 2019).

Variable 2: Autoestima.

Valoración generalmente positiva de sí mismo (Contreras, 2019).

Definición operacional

Variable 1: Rendimiento deportivo

Variable de tipo cuantitativa, con dimensiones definidas a partir del uso de los siguientes Tests: Test de flexibilidad, test de abdominales, test de salto horizontal, test de velocidad, test de Course Navetta.

Variable 2: Autoestima

Variable de tipo categórica ordinal, medida por medio de una ficha de observación de 5 dimensiones: Autoestima física, Autoestima general, Autoestima de competencia académico/intelectual, Autoestima emocional y Autoestima de relaciones con los demás; y 15 ítems, bajo la siguiente escala valorativa: Bajo (15 - 25), Medio (26 - 35), Alto (36 - 45).

Hipótesis

El Rendimiento deportivo se relaciona de manera significativa con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre el rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

Objetivos específicos

- Determinar la relación entre la dimensión flexibilidad de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.
- Determinar la relación entre la dimensión abdominales de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

- Determinar la relación entre la dimensión salto horizontal de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.
- Determinar la relación entre la dimensión velocidad de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.
- Determinar la relación entre la dimensión consumo máximo de oxígeno de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

Metodología

Tipo y diseño de investigación

Según su finalidad:

También hablamos de investigación pura y teoría. Este tipo de investigación se caracteriza por el hecho de que consta únicamente de fundamentos teóricos, sin considerar ningún propósito práctico (Escudero y Cortez, 2018).

Según su alcance: Investigación básica; pues busca producir conocimientos y teorías

Diseño

La investigación está enmarcada en una de diseño no experimental, pues en él se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único, y su propósito es describir variables, así como su incidencia de interrelación en un momento dado (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Población y muestra

La población con la que se trabajó fue de 23 estudiantes, del Colegio Manuel Pardo y Lavalle, de la ciudad de Cutervo matriculados este año 2022.

Tabla 1
Muestra, I.E. Manuel Pardo, Cutervo.

Grado	Sexo		Total
	H	M	Cant.
1er	9	1	10
2do	3	2	5
3er	8	0	8
	20	3	23

Fuente: Nómina de matrícula del año 2022.

En la investigación se utilizó un muestreo no probabilístico intencional o de conveniencia, quedando la muestra conformada por 8 estudiantes

Tabla 2
Muestra, I.E. Manuel Pardo, Cutervo.

Sección	Sexo		Total
	H	M	Cant.
15 años	8	0	8

Fuente: Nómina de matrícula del año 2022.

Técnicas e instrumentos

Técnica, Se empleó la Encuesta

Instrumentos

Test

Los test psicológicos, test psicométricos o reactivos psicológicos son instrumentos experimentales con una firme base científica y una amplia validez estadística que tienen como finalidad la medición y/o evaluación de alguna característica psicológica –ya sea específica o general de un determinado sujeto (Lotito, 2015).

Cuestionario

El cuestionario es un procedimiento considerado clásico en las ciencias sociales para la obtención y registro de datos. Su versatilidad permite utilizarlo como instrumento de investigación y como instrumento de evaluación de personas, procesos y programas de formación. Es una técnica de evaluación que puede abarcar aspectos cuantitativos y cualitativos. Su característica singular radica en que, para registrar la información solicitada a los mismos sujetos, ésta tiene lugar de una forma menos profunda e impersonal, que el "cara a cara" de la entrevista. Al mismo tiempo, permite consultar a una población amplia de una manera rápida y económica (García, 2003).

La información fue obtenida directamente a partir de la aplicación de test de rendimiento deportivo; y un cuestionario de autoestima aplicado a cada estudiante respecto a la variable autoestima.

Para caracterizar la relación existente entre las variables Rendimiento deportivo y autoestima, se utilizaron las pruebas de Correlación de Pearson y el Coeficiente Rho de Spearman. La herramienta tecnológica estadística utilizada fue el SPSS v24.

Para la contrastación de las hipótesis estadísticas se utilizaron las pruebas de Correlación de Pearson y el Coeficiente Rho de Spearman. La herramienta tecnológica estadística utilizada fue el SPSS v24.

Resultados

Rendimiento deportivo – autoestima.

a. Planteamiento de hipótesis

H0: Hipótesis nula

El rendimiento deportivo, no se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H1: Hipótesis alterna

El rendimiento deportivo, se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H01: Hipótesis nula

La flexibilidad, no se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H11: Hipótesis alterna

La flexibilidad, se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H02: Hipótesis nula

La dimensión abdominales, no se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H12: Hipótesis alterna

La dimensión abdominal, se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H03: Hipótesis nula

La dimensión salto horizontal, no se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H13: Hipótesis alterna

La dimensión salto horizontal, se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H04: Hipótesis nula

La dimensión velocidad, no se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H14: Hipótesis alterna

La dimensión velocidad, se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H05: Hipótesis nula

La dimensión consumo máximo de oxígeno, no se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

H15: Hipótesis alterna

La dimensión consumo máximo de oxígeno, se correlaciona con la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

b. Nivel de significancia

Nivel de significancia, convencional: 0.05

c. Prueba estadística

Tabla 3
Prueba de normalidad

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Flexibilidad	,797	8	,026
Abdominales	,894	8	,255
Salto horizontal	,960	8	,808
Velocidad	.	8	.
Consumo máximo de oxígeno	,811	8	,038
Rendimiento deportivo	,914	8	,383
Autoestima	,956	8	,767

De acuerdo con la prueba Shapiro-Wilk, y los respectivos valores de p, existe normalidad para la variable autoestima, la variable rendimiento deportivo y las dimensiones salto horizontal, abdominales; no habiendo normalidad para flexibilidad y consumo máximo de oxígeno, por lo que se eligieron las pruebas Coeficiente de correlación de Pearson y Rho de Spearman, respectivamente.

d. Cálculo del p valor y toma de decisión

Tabla 4
Correlaciones - Pearson

		Autoestima
Abdominales	Correlación de Pearson	,609
	Sig. (bilateral)	,109
	N	8
Salto horizontal	Correlación de Pearson	-,366

	Sig. (bilateral)	,372
	N	8
Rendimiento deportivo	Correlación de Pearson	,174
	Sig. (bilateral)	,679
	N	8

La correlación de Pearson indicada en la Tabla 5, muestra para una verosimilitud del 95%, que la variable rendimiento deportivo conjuntamente con sus dimensiones: Abdominales y Salto horizontal, no se relacionan con la autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

Tabla 5
Correlaciones – Rho de Spearman

		Autoestima	
Rho de Spearman	Test de flexibilidad	Coeficiente de correlación	,256
		Sig. (bilateral)	,540
		N	8
	Consumo máximo de oxígeno	Coeficiente de correlación	,267
		Sig. (bilateral)	,522
		N	8

La correlación Rho de Spearman indicada en la Tabla 6, muestra que con una verosimilitud del 95% las dimensiones Flexibilidad y Consumo máximo de oxígeno, no se relacionan con la autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

Análisis y discusión

El análisis de los resultados de la investigación: Rendimiento deportivo y autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, están referidos a establecer la existencia o no de correlación entre la variable rendimiento deportivo y sus respectivas dimensiones, con la variable autoestima. Para tal efecto, con la realización previa de la prueba de normalidad, se logró establecer la necesidad de uso de pruebas estadísticas paramétricas como no paramétricas; decidiéndose por la prueba de correlación de Pearson y del coeficiente de correlación Rho de Spearman respectivamente. En tal sentido, considerando en todas ellas una verosimilitud del 95%, la variable rendimiento deportivo conjuntamente con sus dimensiones: Abdominales y Salto horizontal, no se relacionan con la autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, Así mismo, la correlación Rho de Spearman, muestra también que con una verosimilitud del 95% las dimensiones Flexibilidad y Consumo máximo de oxígeno, tampoco se relacionan con la autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

En referencia a las variables rendimiento deportivo y autoestima, encontramos diversos trabajos de investigación del ámbito nacional e internacional. Para efectos del desarrollo de la presente investigación: Rendimiento deportivo y autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, se seleccionaron algunos de ellos, bajo el criterio de pertinencia y posibilidad de aportes. Así, mencionamos a Villalobos y Rueda (2021), quienes, resultado de sus indagaciones, lograron efectuar la búsqueda sistemática de la literatura relevante sobre la relación entre actividad física y autoestima, a través de la selección de diferentes repositorios web, así como bases de datos interdisciplinarios no solo del ámbito nacional sino también del internacional. Destacaron que, la mayor parte del estado del arte sobre la actividad física y su relación con la autoestima en publicaciones recientes, en parte de la síntesis cualitativa presentaron como tipo de investigación el enfoque cuantitativo aplicado, dado que usaron instrumentos de recolección de información que hacen que la investigación tome este rumbo. Realizaron un análisis de las

publicaciones, las cuales en total fueron cinco documentos relacionados con el tema de investigación, en donde se reconocieron aspectos como la prevención y el tratamiento de problemas psicológicos en niños y jóvenes, los cuales representan un tema que recientemente ha recibido una atención significativa, encontrando que existen muchos factores individuales, sociales y ambientales que influyen en la salud mental, incluido el aspecto de la autoestima y que pueden ser trabajados desde la práctica de la actividad física guiada y profesional.

Este trabajo, en principio, dio pautas para contemplar en nuestros instrumentos de investigación aspectos relacionados con factores individuales, sociales e incluso ambientales. En el caso de Robles (2020), se concretó un trabajo que ponía en acción el uso o aplicación de un modelo de siglas ABC (A. Acontecimiento activador, B. Sistema de creencias, C. Consecuencias) que corresponde a una terapia racional, emotiva, conductual, y que, entre otras cosas se indentificaron en los estudiantes características como: personalidad indecisa, dificultades para tomar decisiones personales y de grupo, miedo exagerado al momento de equivocarse, etc.; aspectos que sirvieron de base que nos permitieron orientar la redacción de los ítems del cuestionario.

A su vez, Acevedo y Ríos (2019), nos ilustraron que, con relación a la actividad deportiva que practican, los estudiantes en general no presentan desmotivación. Es claro entonces decir que, los estudiantes tienen la motivación como principal fuente para llevar a cabo su práctica deportiva al encontrar en ella un tiempo de actividad que le agrega valor a la realización de metas diarias y el deporte practicado se convierte en una actividad indispensable para el cumplimiento de logros en sus vidas.

De acuerdo con ello, la orientación de los tests utilizados para evaluar el rendimiento deportivo, se tuvo cuidado en no mezclarse con aspectos motivacionales que puedan influir en los resultados de la investigación. Por su parte, Cornejo (2022), en su trabajo en el que tuvo una participación importante el aspecto pandémico de la Covid 19, logró identificar correlaciones positivas muy fuertes entre las variables

actividad física, autoestima y depresión; lo cual pone las bases para desarrollar otros tipos de investigaciones de tipo causa efecto.

Conclusiones

La investigación permitió abordar a las siguientes conclusiones:

El rendimiento deportivo no se relaciona con la autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, ($p=0,679$) de la prueba Correlación de Pearson.

La dimensión “flexibilidad” de la variable “rendimiento deportivo” no se relaciona con la autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, ($p=0,540$), del Coeficiente de Correlación Rho de Spearman.

La dimensión “abdominales” de la variable “rendimiento deportivo” no se relaciona con la autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, ($p=0,109$) de la prueba Correlación de Pearson.

La dimensión “salto horizontal” de la variable “rendimiento deportivo” no se relaciona con la autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, ($p=0,372$) de la prueba Correlación de Pearson.

La dimensión “consumo máximo de oxígeno” de la variable “rendimiento deportivo” no se relaciona con la autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo, ($p=0,522$), del Coeficiente de Correlación Rho de Spearman.

Recomendaciones

En base a las conclusiones obtenidas se recomienda:

Indagar sobre posibles variables ocultas e influyentes sobre la no existencia de relación entre la rendimiento deportivo y autoestima, tanto a nivel global, así como a nivel de dimensiones, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.

Considerar investigaciones con presencia de unidades de estudio pertenecientes también a niveles bajos de autoestima.

Desarrollar estudios similares, que consideren el aspecto contextual, y emocional de los estudiantes participantes, manteniendo las mismas variables: rendimiento deportivo y autoestima.

Desarrollar estudios similares con uso de instrumentos estandarizados que permiten efectuar la comparación de resultados respectivos.

Referencias bibliográficas

- Aadahl, L., Toft, P., & Jorgensen, T. (2011). Does a population-based multifactorial lifestyle intervention increase social inequality in physical activity? *The Inter study*, 45(3):209–15.
- Acevedo, J., & Ríos, J. (2019). *Relación entre la motivación deportiva, autoestima y autoeficacia con el estilo parental en una muestra de adolescentes*. Colombia: Institución Universitaria de Envigado.
- Avalos, A. (2005). *Autoestima del niño*. Lima: Palomino.
- Beauregard, A., Bouffard, R., & Duclos, G. (2005). *Autoestima para quererse mas y relacionarse mejor*. Madrid: NARCEA.
- Brown, R. (2011). Exercising choice. *The economic determinants of physical activity*, 73(3):383–90.
- Chota, L., & Shahuano, K. (2015). *Autoestima Y Aprendizaje Escolar De Los Niños Y Niñas De Cinco Años*. Pucallpa: Universidad Nacional Intercultural de La Amazonia.
- Contreras, M. (2019). *Autoestima Y Rendimiento Escolar En Estudiantes De 1° De Secundaria*. Callao, Perú: Universidad Nacional Del Callao.
- Cornejo, Y. (2022). *Relación entre actividad física, autoestima y depresión del adolescente*. Lima, Perú: Universidad César Vallejo .
- Esparza, G. (2016). *Los cuentos infantiles en el desarrollo de la inteligencia emocional de los niños y niñas de 4 años*. Loja: Universida de Loja, Ecuador.
- Espejo, L. (2000). *Como mejorar la autoestima en los niños de educación inicial*. Lima: San Marcos. .
- Feldman , J. (2005). *Autoestima ¿como desarrollarla?* Marid: Narcea.
- González, I. (2004). Realización de un análisis discriminante explicativo del rendimiento. *Revista de investigación educativa*, 22 (1), 43-59.

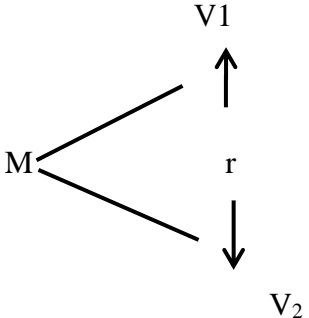
- Guardia, J. (2004). La actividad Deportiva como instrumento y agente de formación académica en la educación superior. *Revista de Educación*, 335, 95-103.
- Guerrero, S. (2011). *La música infantil como estrategia didáctica y su incidencia en el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños/as de primer año de Educación General Básica paralelo B de la Escuela Unidad Nacional de la Ciudad de Ambato provincia de Tungurahua*. Ecuador: Universidad técnica de Ambato.
- Kent, J. (2003). *Educación Física*. Obtenido de Velocidad: <http://educacfisica.blogspot.com/2008/09/blog-post.html>.
- Lopez, B., Serra, A., & Ribeiro, P. (2015). *Puede el ejercicio físico mejorar el rendimiento académico*. Obtenido de <https://escuelaconcerebro.wordpress.com/2015/03/15/puedeel-ejerciciofisicomejorar-el-rendimiento-academico/>.
- López, M. (2006). *Autoestima e inteligencia emocional*. Colombia: Gamma.
- Miranda, A. (2014). *Propuesta didáctica para la mejora de la Autoestima en Educación Primaria*. Valladolid: Universidad de Valladolid.
- OMS. (2013). *Investigaciones para una cobertura sanitaria*. Recuperado de <http://www.who.int/whr/es/>.
- Pavón, A. (2004). *Motivaciones e intereses de los universitarios murcianos hacia la práctica físico-deportiva*. España: Universidad de Murcia.
- Perea, A., & López, G. (2019). Importancia de la actividad física. *Revista médica científica de la secretaría de salud Jalisco*, 121 - 125.
- Pérez, H. (2012). *Alternativas en psicología*. Obtenido de Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal: <https://www.alternativas.me/numeros/30-numero-41-febrero-julio-2019/190-autoestima-teorias-y-su-relacion-con-el-exito->

Anexo 1. Matriz de operacionalización de variables

Variable 1	Dimensiones	Indicadores	
Rendimiento deportivo	Flexibilidad	- Expresado en cm (3 intentos, anotar el mejor de los tres)	
	Abdominales	- 1 min (1 intento, n° de repeticiones)	
	Salto horizontal	- Expresado en cm (2 intentos, anotar el mejor de los dos)	
	Velocidad	- 20 m (1 intento)	
	Consumo máximo de oxígeno	- Test de Course Navetta 20 m (1 intento)	
Variable 2	Dimensiones	Indicadores	Ítem
Autoestima	Autoestima física	<ul style="list-style-type: none"> - Satisfacción - Deseo de cambio - Creencia 	<ul style="list-style-type: none"> - En conjunto me siento satisfecho conmigo mismo - Me gustaría cambiar algunas partes de mi cuerpo - Creo que tengo una buena apariencia
	Autoestima general	<ul style="list-style-type: none"> - Inseguridad - Percepción sobre terceros - Percepción sobre sí mismo 	<ul style="list-style-type: none"> - Hago muchas cosas mal - Muchos de mis compañeros dicen que soy tonto para los estudios - Me siento inclinado/a a pensar que soy un fracasado/a en todo
	Autoestima de competencia académico/intelectual	<ul style="list-style-type: none"> - Percepción positiva 	<ul style="list-style-type: none"> - Pienso que soy un/a chico/a inteligente - Creo que tengo muchas cualidades - Soy bueno/a para las matemáticas y los cálculos
	Autoestima emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Respuesta emocional 	<ul style="list-style-type: none"> - Me pongo nervioso cuando tenemos examen - Me pongo nervioso cuando me pregunta el profesor - Me pongo nervioso cuando tengo que participar en público
	Autoestima de relaciones con los demás	<ul style="list-style-type: none"> - Interrelación 	<ul style="list-style-type: none"> - A menudo el profesor me llama la atención sin razón - Mis padres están contentos con mis notas - Me gusta toda la gente que conozco

Anexo 2. Matriz consistencia

PROBLEMA	OBGETIVOS	VARIABLES
<p>¿Qué relación existe entre el rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo?</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación entre el rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Determinar la relación entre la dimensión flexibilidad de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo. -Determinar la relación entre la dimensión abdominales de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo. -Determinar la relación entre la dimensión salto horizontal de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo. -Determinar la relación entre la dimensión velocidad de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo. -Determinar la relación entre la dimensión consumo máximo de oxígeno de la variable rendimiento deportivo y la autoestima, en estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo 	<ul style="list-style-type: none"> ● Rendimiento deportivo. ● Autoestima

TIPO DE INVESTIGACION	DISEÑO DE INVESTIGACION	POBLACION Y MUESTRA	TECNICAS E INSTRUMENTOS	METODOLOGIA
<p><i>Tipo de investigación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Según su finalidad: pura • Según el alcance temporal: Básica 	<p><i>Diseño de investigación.</i></p> <p>Su diseño es descriptivo correlacional</p>	<p>- La población- está constituida por 23 educandos y una muestra de 8 menores de la entidad tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.</p>	<p><i>Técnicas</i></p> <p>Para recolectar los datos de campo se empleará la técnica de la encuesta.</p> <p><i>Instrumentos</i></p> <p>Test cuestionario</p>	

Anexo 3. Instrumentos

Cuestionario – variable: Autoestima

Institución Educativa : IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo

Sección : 5 años

Temática : Autoestima

Responsable :

Fecha :

Código de estudiante:

Edad:

Sexo: M

Nunca = 1, a veces = 2, siempre = 3

N°	Ítem	Escala		
	Autoestima física			
1	En conjunto me siento satisfecho conmigo mismo	1	2	3
2	Me gustaría cambiar algunas partes de mi cuerpo	1	2	3
3	Creo que tengo una buena apariencia	1	2	3
	Autoestima general			
4	Hago muchas cosas mal	1	2	3
5	Muchos de mis compañeros dicen que soy tonto para los estudios	1	2	3
6	Me siento inclinado/a a pensar que soy un fracasado/a en todo	1	2	3
	Autoestima de competencia académico/intelectual			
7	Pienso que soy un/a chico/a inteligente	1	2	3
8	Creo que tengo muchas cualidades	1	2	3
9	Soy bueno/a para las matemáticas y los cálculos	1	2	3
	Respuesta emocional			
10	Me pongo nervioso cuando tenemos examen	1	2	3
11	Me pongo nervioso cuando me pregunta el profesor	1	2	3
12	Me pongo nervioso cuando tengo que participar en público	1	2	3
	Interrelación			
13	A menudo el profesor me llama la atención sin razón			
14	Mis padres están contentos con mis notas			
15	Me gusta toda la gente que conozco			

Escala valorativa	
Bajo	15 – 25
Medio	26 – 35
Alto	36 – 45

Anexo 4. Validación de instrumentos

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE EDUCACION Y HUMANIDADES
VALIDEZ DE INSTRUMENTOS POR JUICIO DE EXPERTOS

I. Información General:

Nombres y apellidos del validador: OCTAVIO MEJIA BENAVIDES

Fecha: 31 de octubre del 2022 Especialidad: Ciencias de la Educación

Nombre del instrumento evaluado: “Rendimiento deportivo y autoestima, estudiantes de tercero de secundaria, I.E. Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo”

Autor del instrumento: Pérez Heredia Milder.

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, requerimos su opinión sobre el instrumento de la investigación titulada:

**“RENDIMIENTO DEPORTIVO Y AUTOESTIMA, ESTUDIANTES DE
TERCERO DE SECUNDARIA, I.E. MANUEL PARDO Y LAVALLE,
CUTERVO”**

El cual debe calificar con una valoración correspondiente a su opinión respecto a cada criterio formulado.

II. II.- Aspectos a evaluar: (Calificación cuantitativa).

Indicadores de evaluación del instrumento	Criterios cualitativos - cuantitativos	Deficiente	Regular	Bueno	Muy Bueno	Excelente
		(1-9)	(10-13)	(14-16)	(17-18)	(19-20)
Claridad	¿Está formulado con lenguaje apropiado?			16		
Objetividad	¿Está expresado con conductas observadas?			16		
Actualidad	¿Adecuado al avance de la ciencia y calidad?				18	
Organización	¿Existe una organización lógica del instrumento?				17	
Suficiencia	¿Valora los aspectos en cantidad y calidad?			16		
Intencionalidad	¿Adecuado para cumplir con los objetivos?				18	
Consistencia	¿Basado en el aspecto teórico científico del tema de estudios?				18	
Coherencia	¿Entre las hipótesis, dimensiones e indicadores?					19
Propósito	¿Las estrategias responden al propósito del estudio?					19
Conveniencia	¿Genera nuevas pautas para la investigación y construcción de teorías?					19
Sumatoria parcial				48	71	57

Sumatoria Total	176 (Siendo el puntaje máximo posible 200)
Valoración cuantitativa (Sumatoria Total x0.005)	0.88 (Siendo la valoración máxima en 1)

Aporte y/o sugerencias para mejorar el instrumento

III.- Calificación global: Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Intervalos	Resultados
0,00 – 0,49	Validez Nula
0,50 – 0,59	Validez muy baja
0,60 – 0,69	Validez baja
0,70 – 0,79	Validez aceptable
0,80- 0,89	Validez buena
0,90-1,00	Validez muy buena

Coeficiente de Validez

$$\boxed{176} = \boxed{0.88}$$

Nota: el instrumento podrá ser considerado a partir de una calificación aceptable.



OCTAVIO MEJIA BENAVIDES
 Lic. en Ciencias de la Educación
 DNI. 28064395

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
 FACULTAD DE EDUCACION Y HUMANIDADES
VALIDEZ DE INSTRUMENTOS POR JUICIO DE EXPERTOS

I. Información General:

Nombres y apellidos del validador: EDUAR MANUEL QUINTANA RUBIO
 Fecha: 27 de octubre del 2022 Especialidad: Ciencias de la Educación
 Nombre del instrumento evaluado: “Rendimiento deportivo y autoestima, estudiantes de tercero de secundaria, I.E. Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo”
 Autor del instrumento: Pérez Heredia Milder.

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, requerimos su opinión sobre el instrumento de la investigación titulada:

“RENDIMIENTO DEPORTIVO Y AUTOESTIMA, ESTUDIANTES DE TERCERO DE SECUNDARIA, I.E. MANUEL PARDO Y LAVALLE, CUTERVO”

El cual debe calificar con una valoración correspondiente a su opinión respecto a cada criterio formulado.

II. Aspectos a evaluar: (Calificación cuantitativa).

Indicadores de evaluación del instrumento	Criterios cualitativos - cuantitativos	Deficiente	Regular	Bueno	Muy Bueno	Excelente
		(1-9)	(10-13)	(14-16)	(17-18)	(19-20)
Claridad	¿Está formulado con lenguaje apropiado?			16		
Objetividad	¿Está expresado con conductas observadas?				17	
Actualidad	¿Adecuado al avance de la ciencia y calidad?			16		
Organización	¿Existe una organización lógica del instrumento?				18	
Suficiencia	¿Valora los aspectos en cantidad y calidad?				18	
Intencionalidad	¿Adecuado para cumplir con los objetivos?			16		
Consistencia	¿Basado en el aspecto teórico científico del tema de estudios?					19
Coherencia	¿Entre las hipótesis, dimensiones e indicadores?					19
Propósito	¿Las estrategias responden al propósito del estudio?					19
Conveniencia	¿Genera nuevas pautas para la investigación y construcción de teorías?				18	

Sumatoria parcial			48	71	57
Sumatoria Total	176 (Siendo el puntaje máximo posible 200)				
Valoración cuantitativa (Sumatoria Total x0.005)	0.88 (Siendo la valoración máxima en 1)				

Aporte y/o sugerencias para mejorar el instrumento


III.- Calificación global: Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Intervalos	Resultados
0,00 – 0,49	Validez Nula
0,50 – 0,59	Validez muy baja
0,60 – 0,69	Validez baja
0,70 – 0,79	Validez aceptable
0,80- 0,89	Validez buena
0,90-1,00	Validez muy buena

Coeficiente de Validez

$$\boxed{176} \div \boxed{200} = \boxed{0.88}$$

Nota: el instrumento podrá ser considerado a partir de una calificación aceptable.


 EDUAR MANUEL QUINTANA RUBIO
 Dr. en Ciencias de la Educación
 DNI. 27418306

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
 FACULTAD DE EDUCACION Y HUMANIDADES
VALIDEZ DE INSTRUMENTOS POR JUICIO DE EXPERTOS

I. Información General:

Nombres y apellidos del validador: JEIDEN REVILLA ARCE

Fecha: 28 de octubre del 2022

Especialidad: Ciencias Sociales

Nombre del instrumento evaluado: “Rendimiento deportivo y autoestima, estudiantes de tercero de secundaria, I.E. Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.”

Autor del instrumento: Pérez Heredia Milder

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, requerimos su opinión sobre el instrumento de la investigación titulada:

**“RENDIMIENTO DEPORTIVO Y AUTOESTIMA, ESTUDIANTES DE
 TERCERO DE SECUNDARIA, I.E. MANUEL PARDO Y LAVALLE,
 CUTERVO”**

El cual debe calificar con una valoración correspondiente a su opinión respecto a cada criterio formulado.

II. Aspectos a evaluar: (Calificación cuantitativa).

Indicadores de evaluación del instrumento	Criterios cualitativos - cuantitativos	Deficiente	Regular	Bueno	Muy Bueno	Excelente
		(1-9)	(10-13)	(14-16)	(17-18)	(19-20)
Claridad	¿Está formulado con lenguaje apropiado?			16		
Objetividad	¿Está expresado con conductas observadas?			16		
Actualidad	¿Adecuado al avance de la ciencia y calidad?				17	
Organización	¿Existe una organización lógica del instrumento?				18	
Suficiencia	¿Valora los aspectos en cantidad y calidad?			16		
Intencionalidad	¿Adecuado para cumplir con los objetivos?				18	
Consistencia	¿Basado en el aspecto teórico científico del tema de estudios?					19
Coherencia	¿Entre las hipótesis, dimensiones e indicadores?					19
Propósito	¿Las estrategias responden al propósito del estudio?				18	
Conveniencia	¿Genera nuevas pautas para la investigación y construcción de teorías?					19

Sumatoria parcial			48	71	57
Sumatoria Total	176 (Siendo el puntaje máximo posible 200)				
Valoración cuantitativa (Sumatoria Total x0.005)	0.88 (Siendo la valoración máxima en 1)				

Aporte y/o sugerencias para mejorar el instrumento

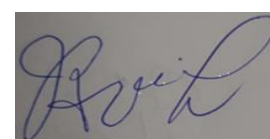
III.- Calificación global: Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Intervalos	Resultados
0,00 – 0,49	Validez Nula
0,50 – 0,59	Validez muy baja
0,60 – 0,69	Validez baja
0,70 – 0,79	Validez aceptable
0,80- 0,89	Validez buena
0,90-1,00	Validez muy buena

Coeficiente de Validez

$$\boxed{176} \div \boxed{200} = \boxed{0.88}$$

Nota: el instrumento podrá ser considerado a partir de una calificación aceptable.



JEIDEN REVILLA ARCE
Mag. en Ciencias de la Educación
DNI. 28064395

Anexo 5. Matriz de datos

Tabla 6

Resultado de evaluación, variable: rendimiento deportivo

	Test de Flexibilidad				Abdominales		Salto horizontal			Velocidad		Test Course Navetta (Consumo máximo de oxígeno)		Total
	1er intento (cm)	2do intento (cm)	3er intento (cm)	Mejor Intento	N° de repeticiones (1 min)	Valor	1er intento (cm)	2do intento (cm)	Mejor Intento	1 intento (m/s)	Valor	1 intento (ml.kg.min)	Valor	
1	25	22	24	25	27	27	184	185	185	3.33	3	39.5	40	280
2	35	39	37	39	29	29	170	162	170	3.30	3	40.1	40	281
3	34	28	32	34	26	26	194	169	194	3.31	3	45.7	46	303
4	37	40	37	40	25	25	186	180	186	3.28	3	47.9	48	302
5	34	37	35	37	30	30	177	171	177	3.26	3	50.5	51	298
6	41	38	40	41	25	25	188	182	188	3.20	3	51	51	308
7	40	41	38	41	27	27	190	189	190	3.19	3	50.3	50	311
8	23	25	25	25	26	26	198	170	198	3.32	3	39.8	40	292
				282		215			1488		24		366	2375

Tabla 7*Resultado de evaluación, variable: autoestima.*

	Autoestima física				Autoestima general				Autoestima de competencia académico/intelectual				Autoestima emocional				Autoestima de relaciones con los demás				Total
	It 1	It 2	It 3	S1	It 4	It 5	It 6	S2	It 7	It 8	It 9	S3	It 10	It 11	It 12	S4	It 13	It 14	It 15	S5	
1	2	3	1	6	3	2	2	7	1	2	1	4	1	2	1	4	1	2	1	4	25
2	3	3	2	8	1	3	3	7	1	1	2	4	2	1	2	5	3	1	2	6	30
3	2	1	3	6	1	1	1	3	3	2	1	6	3	2	1	6	2	1	3	6	27
4	3	2	1	6	2	2	2	6	1	1	2	4	1	2	2	5	3	2	2	7	28
5	1	2	3	6	2	3	1	6	1	3	1	5	1	3	2	6	2	3	3	8	31
6	1	1	1	3	1	2	1	4	3	2	1	6	3	2	1	6	3	2	3	8	27
7	1	2	2	5	2	1	2	5	1	2	3	6	2	2	3	7	2	2	3	7	30
8	3	1	2	6	3	3	1	7	1	2	2	5	3	2	2	7	1	2	1	4	29
	46				45				40				46				50				227

Anexo 6. Documento autorización IE

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Cajamarca, 03 de noviembre del 2022

Sr(a)

Director(a)

De la Institución Educativa Manuel Pardo y Lavalle – Pampa de la Rioja

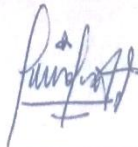
Presente. -

Reciba el saludo cordial de Pérez Heredia Milder, bachiller en Educación Física de la Universidad San Pedro con código 1116101443 e identificado con DNI 43383219; felicitarle por su exitosa gestión y en esta oportunidad solicitarle el apoyo de su representada para facilitar la ejecución de mi investigación titulada “Rendimiento deportivo y autoestima, estudiantes de tercero de secundaria, I.E. Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo”, permitiéndome aplicar los instrumentos de mi investigación, para obtener información de estricto uso académico.

Agradezco anticipadamente el apoyo a la investigación científica, brindándoles a los investigadores las facilidades del caso.

Como usted podrá apreciar el estudio no revela la razón social de su representada, cuidados éticos que tomamos muy en cuenta.

Atentamente,



FIRMA


Pérez Heredia Milder

DNI. 43383219



MANUEL PARDO Y LAVALLE
M. Igor M. Irigoien Cabrera
DIRECTOR

Anexo 7. Repositorio



USP

UNIVERSIDAD SAN PEDRO

REPOSITORIO INSTITUCIONAL DIGITAL

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

1. Información del Autor			
Perez Heredia Milder		43383219	milderperez723@gmail.com
Apellidos y Nombres		DNI	Correo Electrónico
2. Tipo de Documento de Investigación			
<input checked="" type="checkbox"/> Tesis	<input type="checkbox"/> Trabajo de Suficiencia Profesional	<input type="checkbox"/> Trabajo Académico	<input type="checkbox"/> Trabajo de Investigación
3. Grado Académico o Título Profesional ¹			
<input type="checkbox"/> Bachiller	<input checked="" type="checkbox"/> Título Profesional	<input type="checkbox"/> Título Segunda Especialidad	<input type="checkbox"/> Maestría <input type="checkbox"/> Doctorado
4. Título del Documento de Investigación			
Rendimiento deportivo y autoestima en estudiantes de tercero de secundaria, I.E. Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo.			
5. Programa Académico			
Educación Secundaria en la Especialidad de Educación Física			
6. Tipo de Acceso al Documento			
<input checked="" type="checkbox"/> Abierto o Público ² (info:eu-repo/semantics/openAccess)		<input type="checkbox"/> Acceso restringido ⁴ (info:eu-repo/semantics/restrictedAccess) ^(*)	
(*) En caso de restringido sustentar motivo			


A. Originalidad del Archivo Digital

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador y forma parte del proceso que conduce a obtener el grado académico o título profesional.

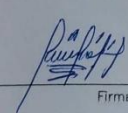
B. Otorgamiento de una licencia CREATIVE COMMONS ⁵

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Institucional Digital, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento. ⁶

Lugar	Día	Mes	Año
Chimbote	18	08	2023



Huella Digital



Firma

Importante

- Según Resolución de Consejo Directivo N° 033-2015-SUNEDU-CD, Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar Grados Académicos y Títulos Profesionales, Art. 3, inciso 8.2
- Ley N° 30635, Ley que regula el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto y D.S. 006-2015-PCM
- Si el autor eligió el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad San Pedro una licencia no exclusiva para que se pueda hacer arreglos de forma en la obra y difundir en el Repositorio Institucional Digital, respetando siempre los Derechos de Autor y Propiedad Intelectual de acuerdo y en el Marco de la Ley 822.
- En caso de que el autor elija la segunda opción, únicamente se publicará los títulos del autor y resumen de la obra, de acuerdo a la directiva N° 004-2019-COVID19-DECD (Numeradas 52 y 53) que norma el funcionamiento del Repositorio Nacional Digital.
- Las licencias Creative Commons (CC) es una organización internacional sin fines de lucro que pone a disposición de los autores un conjunto de licencias flexibles y de herramientas tecnológicas que facilitan la difusión de información, recursos educativos, obras artísticas y científicas, entre otras. Estas licencias también garantizan que el autor otorga el crédito por su obra.
- Según el inciso 0.2. del artículo 17° del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales-RENAI "Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los resultados en sus repositorios institucionales precisando si son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENAI a través del Repositorio ALGIA".

Nota: - En caso de falsedad en los datos, se procederá de acuerdo a ley (Ley 27444, art. 32, núm. 32.3).

UNIVERSIDAD SAN PEDRO | Repositorio Institucional Digital

Anexo 8. Documento conformidad del asesor acerca % de similitud


Rendimiento deportivo y autoestima, estudiantes de tercero de secundaria, IE Manuel Pardo y Lavalle, Cutervo

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	1%
2	bibliotecadigital.iue.edu.co Fuente de Internet	1%
3	repositorio.unjpsc.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.utc.edu.ec Fuente de Internet	1%
7	repositorio.unh.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	1%



9	Submitted to Universidad Catolica de Santo Domingo Trabajo del estudiante	1 %
10	repositorio.ftpcl.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	Submitted to Universidad de Málaga - Tii Trabajo del estudiante	1 %
12	repository.ucc.edu.co Fuente de Internet	1 %
13	Submitted to Carlos Test Account Trabajo del estudiante	1 %
14	Submitted to Universidad Privada San Pedro Trabajo del estudiante	1 %
15	juandavidactividadfisica.blogspot.com Fuente de Internet	1 %
16	repositorio.utn.edu.ec Fuente de Internet	1 %
17	repository.usta.edu.co Fuente de Internet	1 %
18	eprints.ucm.es Fuente de Internet	<1 %
19	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
20	uploads.strikingly.com Fuente de Internet	<1 %



21	autoconceptoyautoestima.blogspot.com Fuente de Internet	<1 %
22	riull.ull.es Fuente de Internet	<1 %
23	www.ilustrados.com Fuente de Internet	<1 %
24	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
25	es.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
26	repository.javeriana.edu.co Fuente de Internet	<1 %
27	Submitted to Universidad de Salamanca Trabajo del estudiante	<1 %
28	vsip.info Fuente de Internet	<1 %
29	Submitted to Universidad Autónoma de Nuevo León Trabajo del estudiante	<1 %
30	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	<1 %
31	Submitted to Universidad Rafael Landívar Trabajo del estudiante	<1 %




32	repositorio.unan.edu.ni Fuente de Internet	<1 %
33	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
34	ruc.udc.es Fuente de Internet	<1 %
35	cybertesis.uach.cl Fuente de Internet	<1 %
36	www.webs.ulpgc.es Fuente de Internet	<1 %
37	slideplayer.es Fuente de Internet	<1 %
38	Submitted to Universidad San Francisco de Quito Trabajo del estudiante	<1 %
39	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1 %
40	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
41	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
42	www.bvssan.incap.org.gt Fuente de Internet	<1 %



43	Submitted to Universidad Americana Trabajo del estudiante	<1 %
44	educalingo.com Fuente de Internet	<1 %
45	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %
46	Submitted to Universidad Catolica San Antonio de Murcia Trabajo del estudiante	<1 %
47	www.cursossanitarios.org Fuente de Internet	<1 %
48	www.semanticscholar.org Fuente de Internet	<1 %
49	Submitted to Universidad Rey Juan Carlos Trabajo del estudiante	<1 %
50	Submitted to CONACYT Trabajo del estudiante	<1 %
51	www.redalyc.org Fuente de Internet	<1 %
52	repositorio.sangregorio.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
53	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
54	repositorio.upla.edu.pe	<1 %




	Fuente de Internet	<1 %
55	mafiadoc.com Fuente de Internet	<1 %
56	Submitted to Tecsup Trabajo del estudiante	<1 %
57	1library.co Fuente de Internet	<1 %
58	Submitted to Escuela Superior Politécnica del Litoral Trabajo del estudiante	<1 %
59	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1 %
60	in3.dem.ist.utl.pt Fuente de Internet	<1 %
61	issuu.com Fuente de Internet	<1 %
62	repositorio.unac.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
63	repositorio.unemi.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
64	academic-accelerator.com Fuente de Internet	<1 %
65	www.fyo.com.ar Fuente de Internet	


		<1 %
66	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
67	zagan.unizar.es Fuente de Internet	<1 %
68	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	<1 %
69	artenara.blogia.com Fuente de Internet	<1 %
70	biblioteca.copmadrid.org Fuente de Internet	<1 %
71	creativecommons.org Fuente de Internet	<1 %
72	docplayer.net Fuente de Internet	<1 %
73	efdeportes.com Fuente de Internet	<1 %
74	qdoc.tips Fuente de Internet	<1 %
75	repositorio.uap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
76	repository.unimilitar.edu.co Fuente de Internet	<1 %

77	theibfr.com Fuente de Internet	<1 %
78	Submitted to Universidad Estatal de Milagro Trabajo del estudiante	<1 %
79	buenosaires.gov.ar Fuente de Internet	<1 %
80	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
81	fundamentalpsychopathology.org Fuente de Internet	<1 %
82	tesis.pucp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
83	www.csi-csif-murcia.com Fuente de Internet	<1 %
84	www.docstoc.com Fuente de Internet	<1 %
85	"Tendencias en la Investigación Universitaria. Una visión desde Latinoamérica", Alianza de Investigadores Internacionales SAS, 2020 Publicación	<1 %
86	Berta C. Orozco, Meredith Jimenez, Raul J. Martelo. "Organizational values as a basis for the strategic planning of the human resource", Contemporary Engineering Sciences, 2018	<1 %



Publicación

87	ciberoamericana.com Fuente de Internet	<1 %
88	documents.mx Fuente de Internet	<1 %
89	dspace.utb.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
90	ender.igape.es Fuente de Internet	<1 %
91	hera.ugr.es Fuente de Internet	<1 %
92	info.orcid.org Fuente de Internet	<1 %
93	inglesmurciayesoneway.com Fuente de Internet	<1 %
94	lareferencia.info Fuente de Internet	<1 %
95	pt.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
96	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
97	repositorio.uceva.edu.co:8080 Fuente de Internet	<1 %
98	repositorio.ucsg.edu.ec	

	Fuente de Internet	<1 %
99	repositorio.ucss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
100	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
101	repositorio.unasam.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
102	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
103	worldwidescience.org Fuente de Internet	<1 %
104	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %
105	www.grafiati.com Fuente de Internet	<1 %
106	www.theibfr.com Fuente de Internet	<1 %
107	ricaxcan.uaz.edu.mx Fuente de Internet	<1 %
108	Allan B. I. Bernardo. " Meritocracy beliefs and intolerance towards wealth inequality among higher subjective social status Filipinos" 	<1 %

International Journal of Social Psychology,
2021

Publicación

109 irianalazaro.blogspot.com <1 %
Fuente de Internet

110 serviciodeempleo.com.co <1 %
Fuente de Internet



Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 6 words

Excluir bibliografía

Activo