

FACULTAD DE EDUCACIÓN E IDIOMAS



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

El desarrollo de las capacidades físicas básicas en los
estudiantes del 5° grado de primaria de la Institución
Educativa N° 3066 “Señor de los Milagros”, Comas -2014

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN EDUCACIÓN**

AUTOR:

Edinson Enrique Romero Sandoval

ASESOR:

Mgtr. García Tarazona José Omar

**PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN UNIVERSITARIA
Y TITULACIÓN**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovación pedagógica

PERÚ – 2015

Página del Jurado

Mgtr. Ricardo Milla Toro

Presidente

Mgtr. María Soledad Mañacsa Vásquez

Secretario

Mgtr. Omar García Tarazona

Vocal

Dedicatoria

A Dios, por iluminarme el camino para seguir cumpliendo mis metas.

A mis queridos Padres: Enrique Romero Sánchez, María Marina Sandoval de Romero a quienes amaré toda la vida y les agradezco por los valores inculcados con el cual nos formaron y educaron a mí y a mis Hermanas: Marleny y Mirtha.

A mi hermosa esposa Luz Romo, por Brindarme todo su amor, apoyo y paciencia que me da en todo momento, y a mis hijos que son la razón de mi vida: Luis, Edison, José y Jesús.

Agradecimiento

A la Universidad César Vallejo por la oportunidad de seguir perfeccionando mi labor docente.

Declaratoria de Autenticidad

Yo, Edinson Enrique Romero Sandoval, estudiante del Programa de CAM de la Universidad César Vallejo, en la sede Lima – norte, promoción 2013-II, aula 715, identificada con DNI: 09895028 con la tesis titulada “El desarrollo de las capacidades físicas básicas en los estudiantes del 5° Grado de Primaria de la Institución Educativa N° 3066 “Señor de los Milagros”, Comas -2014”

Declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi autoría.
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido autoplagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Los Olivos, 25 de Octubre de 2014

Edinson Enrique Romero Sandoval

DNI. N° 09895028

Presentación

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, para obtener el título de licenciado en educación, presento la tesis titulada “El desarrollo de las capacidades físicas básicas en los estudiantes del 5° Grado de Primaria de la Institución Educativa N° 3066 “Señor de los Milagros”, Comas - 2014”.

El estudio se realizó con la finalidad de determinar el nivel de desarrollo de las capacidades físicas básicas en los estudiantes del 5° Grado de Primaria de la Institución Educativa N° 3066 “Señor de los Milagros”, Comas -2014, y para esto se analizaron resultados obtenidos a través del cuestionario a 40 niños de la Institución Educativa en mención, a la aplicación de los procesos del análisis y construcción de los datos obtenidos, esperando que sirva de soporte para investigaciones futuras y nuevas propuestas que contribuyan en el mejoramiento de la calidad educativa, para esto se planteó el trabajo en siete capítulos.

El primer capítulo se consideró los antecedentes y fundamentación científica, la justificación, el problema, la hipótesis y los objetivos; el segundo capítulo está referido al marco metodológico; el tercer capítulo consta de los resultados; el cuarto capítulo trata de la discusión; en el quinto capítulo se presentan las conclusiones; en el sexto capítulo consta de las recomendaciones y en el séptimo capítulo se presentan las referencias bibliográficas y finalmente los anexos.

Señores miembros del jurado, espero que esta investigación, sea evaluada y cumpla los parámetros para su aprobación.

Edinson Enrique Romero Sandoval

Índice

	Pág.
Página del Jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de Autenticidad	v
Presentación	vi
Resumen	xi
Abstract	xii
Capítulo I: Introducción	
1.1 Antecedentes	14
1.2 Fundamentación científica	19
1.2.1 Capacidades físicas básicas	19
1.2.2 Clasificación de las capacidades físicas básicas	22
1.2.3 Dimensiones de las capacidades físicas básicas	25
1.3 Justificación	36
1.4 Problemas	37
1.5 Objetivos	38
Capítulo II: Marco Metodológico	
2.1 Variables	41
2.2 Operacionalización de variables	41
2.3 Metodología	42
2.4 Tipos de estudio	42
2.5 Diseño	43
2.6 Población y muestra	43
2.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	44
2.8 Método de análisis de datos	44
Capítulo III: Resultados	
3.1 Descripción de los resultados	47

Capítulo IV: Discusión

Capítulo V: Conclusiones

Capítulo VI: Recomendaciones

Capítulo VII: Referencias bibliográficas

Anexos

Matriz de consistencia

Certificado de Validación a juicio de expertos

Cuestionario aplicado

Modelo de sesiones de aprendizaje para desarrollar las capacidades físicas básicas.

Fotografías

Lista de Tablas

	Pág.
Tabla 1. Matriz de operacionalización de la variable: Capacidad física Básica	41
Tabla 2. Confiabilidad: Capacidad física Básica	42
Tabla 3. Resultados del nivel de Capacidad física Básica	47
Tabla 4. Resultados de la capacidad física básica en el nivel de velocidad	48
Tabla 5. Resultados de la capacidad física básica en el nivel de fuerza	49
Tabla 6. Resultados de la capacidad física básica en el nivel de resistencia	50
Tabla 7. Resultados de la capacidad física básica en el nivel de flexibilidad	51

Lista de figuras

	Pág.
Figura 1. Nivel de capacidad física básica	48
Figura 2. Nivel de capacidad física básica a nivel de velocidad	49
Figura 3. Nivel de capacidad física básica a nivel de fuerza	50
Figura 4. Nivel capacidad física básica a nivel de resistencia	51
Figura 5. Nivel capacidad física básica a nivel de flexibilidad	52

Resumen

La presente investigación titulada: El desarrollo de las capacidades físicas básicas en los estudiantes del 5° Grado de Primaria de la Institución Educativa N° 3066 “Señor de los Milagros”, Comas -2014; está centrada en determinar cuál es el nivel de desarrollo de las capacidades Físicas Básicas en los estudiantes del 5° grado de primaria de la Institución Educativa N° 3066 “Señor de los Milagros” – Comas- 2014.

En cuanto a la metodología podemos señalar que es de tipo básica en vista que está orientada al conocimiento de un momento dado y cómo se presenta en una situación espacio temporal dado, adquiriendo información y teorización de las variables para ampliar el cuerpo de conocimientos existentes hasta el momento. La muestra ha estado conformada por 40 Estudiantes del 5° Grado de Primaria de la Institución Educativa N° 3066 “Señor de los Milagros”, Comas- 2014 y como instrumento se utilizó la ficha de observación en un número de 06 ítem sobre la variable capacidades físicas básicas.

Entre las conclusiones podemos señalar que las capacidades físicas básicas en el nivel de velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad determinan el desarrollo que presentan los estudiantes del 5° grado de primaria de la Institución Educativa N° 3066 “Señor de los Milagros” – Comas- 2014.

Palabras claves: capacidad, velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad

Abstract

This research entitled: The development of the basic physical skills in students of the 5th grade primary of School No. 3066 "Lord of Miracles" Comas -2014; is focused on determining what is the level of development of Basic Physical Abilities that students present the 5th grade of School No. 3066 "Lord of Miracles" - Comas-2014?

In terms of methodology we note that it is basic type view is oriented to the knowledge of a given time and how it is presented in a temporary space given situation, acquiring information and theorizing of the variables to expand the existing body of knowledge to time. The exhibition has group of 40 5th Grade Students of Primary of School No. 3066 "Lord of Miracles" Comas- 2014 as recorded on an observation instrument was used in an item number 06 on the variable basic physical abilities.

Among the conclusions we note that the Basic Physical Abilities in the speed, strength, endurance and flexibility determine the development of nursing students from the 5th grade of School No. 3066 "Lord of Miracles" - Comas- 2014.

Key words: capacity, speed, strength, endurance and flexibility.