

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POST GRADO

TESIS

**MOTIVACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS
DE LA RED 15 – UGEL 04 - 2012.**

**PARA OPTAR EL GRADO DE:
MAGISTER EN EDUCACION**

CON MENCIÓN EN: DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA

AUTORA:

Br. NORA OLINDA FALCÓN GÓMEZ

ASESOR:

MG. WALTER CAPA LUQUE

LIMA –PERU

2013

DEDICATORIA

A mis hijos, fuente permanente de inspiración y sustento.

A mis amigos quienes con infinita confianza y cariño incentivaron la culminación de este proyecto.

AGRADECIMIENTOS

A los docentes de la Maestría de la Universidad César Vallejo, quienes compartieron sus experiencias y enseñanzas con nosotros los profesores maestristas.

A los alumnos y colegas de las instituciones educativas de la investigación, por su colaboración en la ejecución de la investigación.

A todas las personas que me apoyaron y animaron en la culminación de este trabajo.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado

Señores miembros del jurado examinador, en cumplimiento con los dispositivos legales vigentes que establece el proceso de graduación en la Universidad César Vallejo, a fin de optar el Grado de MAGISTER en Educación con Mención en Docencia y Gestión Educativa, presento a vuestra consideración la Tesis “Motivación y la actividad física en los estudiantes de educación secundaria de las instituciones educativas de la RED 15 – UGEL 04 – 2012”

En base a investigaciones y la aplicación problema, presento este informe, esperando que sirva de soporte para investigaciones futuras y el lanzamiento de nuevas propuestas para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje en las instituciones educativas de la RED 15 – UGEL 04 espacio de la investigación así mejorar la calidad educativa.

El informe está compuesto por cuatro capítulos que son: Capítulo I, Problema de investigación; Capítulo II, Marco Teórico; Capítulo III, Marco Metodológico y Capítulo IV, Resultados. Asimismo se presentan las conclusiones y sugerencias así como las referencias bibliográficas y anexos.

Señores miembros del jurado, esperamos que el presente informe se encuentre dentro los estándares y lineamientos.

La Autora

ÍNDICE

	Página
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de tablas	viii
Resumen	ix
Abstract	x
Introducción	xi
CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	13
2.1. Planteamiento del problema	14
1.2. Formulación del problema	17
1.2.1. Problema general	17
1.2.2. Problemas específicos	17
1.3. Justificación	
1.3.1. En el aspecto teórico	18
1.3.2. En el aspecto práctico	18
1.3.3. En el aspecto legal	18
1.4. Limitaciones	19
1.5. Antecedentes	
1.5.1. Antecedentes Nacionales	19
1.5.2. Antecedentes Internacionales	22
1.6. Objetivos	27
1.6.1. Objetivo General	27
1.6.2. Objetivos Específicos	27
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	29
2.1. Bases teóricas de la Motivación	30
2.1.1. Definición conceptual	30

2.1.2. Fundamentos teóricos de la motivación	31
2.1.3. Dimensiones de la Motivación	36
2.1.4. Investigaciones de Motivación de la práctica deportiva	40
2.2. Bases teóricas de la Actividad Física	45
2.2.1. Definición conceptual	45
2.2.2. Motivación de jóvenes hacia la práctica de ejercicio físico	46
2.2.3. Características y dificultades de la actividad física	48
2.2.4. Dimensiones de la Actividad física	51
2.3. Definición de términos básicos	62
CAPÍTULO II. MARCO METODOLÓGICO	63
3.1. Hipótesis	64
3.1.1. Hipótesis general	64
3.1.2. Hipótesis específico	64
3.2. Variables	65
3.2.1. Definición Conceptual	65
3.2.2. Definición Operacional	66
3.3. Metodología	67
3.3.1. Tipo de Estudio	67
3.3.2. Diseño de Estudio	67
3.4. Población y Muestra	68
3.5. Método de Investigación	70
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	71
3.7. Método de Análisis de datos	75
CAPÍTULO IV. RESULTADOS	77
4.1. Descripción	78
4.2. Discusión	85
Conclusiones y sugerencias	90

ANEXOS:

1. Instrumento de medición de actividades físicas
2. Instrumento de medición de Motivación
3. Matriz de consistencia
4. Ficha de validación
5. Consolidado de juicio de expertos
6. Base de datos

ÍNDICE DE TABLAS

	Página
Tabla 1. Operacionalización de la Motivación	66
Tabla 2. Operacionalización de la Actividad Física	66
Tabla 3. Distribución de la población según institución educativa y sexo	69
Tabla 4. Distribución de la muestra según institución educativa y sexo	70
Tabla 5. Estadístico por dimensión del instrumento de recolección de Datos	73
Tabla 6. Estadística fiabilidad del instrumento de recolección de datos	76
Tabla 7. Estadístico por dimensión del Instrumento de recolección de Datos	76
Tabla 8. Prueba de normalidad de datos Motivación al deporte de los estudiantes en las instituciones educativas de la red 15 – UGEL 04 –2012	77
Tabla 9. Distribución de encuestados según nivel asignado a la Motivación	79
Tabla10. Distribución de estudiantes según el nivel de actividad física	79
Tabla11. Relación entre Motivación al deporte y Actividad física	80
Tabla12. Relación entre La Motivación intrínseca y Actividad física Intencional	80
Tabla13. Relación entre Motivación intrínseca y la Actividad física social	81
Tabla14. Relación entre Motivación intrínseca y Tiempo libre dedicado a la actividad física en estudiantes	82
Tabla15. Relación entre La Motivación extrínseca y Actividad física intencional	83
Tabla16. Relación entre Motivación extrínseca y Actividad física social	84
Tabla17. Relación entre Motivación extrínseca y Tiempo libre dedicado a la actividad física en estudiantes	85

RESUMEN

La investigación tuvo por objetivo determinar la relación entre la motivación y la actividad física en los estudiantes de educación secundaria de las instituciones educativas de la RED 15 – UGEL 04 – 2012.

Se asumió un diseño no experimental o transversal de tipo correlacional, se aplicó dos instrumentos validados por criterio de expertos con escala likert para recabar datos de la motivación y la actividad física, se tomó una muestra probabilística de 246 estudiantes de ambos sexos.

En la prueba de la hipótesis general a cerca de la relación entre la motivación al deporte y la actividad física se encontró un coeficiente de correlación $r = 0.967$, con una $p = 0.001$ ($p < .05$); también se halló un coeficiente de correlación $r = 0.546$, con una $p = 0.001$ ($p < .05$) con respecto a la motivación intrínseca y la actividad física intencional, asimismo con un coeficiente de correlación $r = 0.799$, con una $p = 0.001$ ($p < .05$) con respecto a la motivación intrínseca y la actividad física social, por último el coeficiente de correlación de $r = 0.777$, con una $p = 0.001$ ($p < .05$) con respecto a la motivación intrínseca y tiempo libre; en conclusión nuestros resultados indican que existe relación directa y significativa entre la motivación al deporte y la actividad física de los estudiantes.

Palabras clave: motivación, actividad física, intencionalidad, tiempo libre.

ABSTRACT

The research aimed to determine the relationship between motivation and physical activity of high school student's the educational institutions RED 15 - UGEL 04-2012.

It took a non experimental or correlational cross, applied two instruments validated by expert judgment Likert scale to collect data on the motivation and physical activity, we took a random sample of 246 students of both sexes.

In testing the general hypothesis about the relationship between motivation to sport and physical activity found a correlation coefficient $r = 0.967$ with $p = 0.001$ ($p < .05$) also found a correlation coefficient $r = 0.546$ with $p = 0.001$ ($p < .05$) relative to intrinsic motivation and intentional physical activity, also with a correlation coefficient $r = 0.799$ with $p = 0.001$ ($p < .05$) relative intrinsic motivation and physical activity social, finally the correlation coefficient of $r = 0.777$ with $p = 0.001$ ($p < .05$) relative to intrinsic motivation and free time in conclusion our results indicate that there is a relationship direct and significant relationship between the motivation to sport and physical activity for students.

Key words: motivation, physical activity, intentionality, free time