



**ESCUELA DE POSTGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Actividades recreativas y bienestar de los estudiantes de  
1ero y 2do de secundaria de la Institución Educativa  
N° 164 - El Amauta - del distrito de San  
Juan de Lurigancho - Lima 2014**

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:  
MAGISTER EN GESTIÓN PÚBLICA

**AUTOR:**

Lic. Marsha Cristhy Anglas Quintanilla

**ASESOR:**

Dr. Santiago Valderrama Mendoza

**SECCION:**

CIENCIAS EMPRESARIALES

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

ADMINISTRACION DE TALENTO HUMANO

**PERÚ - 2015**

## **Dedicatoria**

**A Dios, a mi madre Martha y padre José  
aunque físicamente hace unos meses no  
me acompañes, estoy segura que  
siempre me guiaras .**

**La autora.**

## **Agradecimientos**

**A las personas que contribuyeron con sus valiosas sugerencias, críticas constructivas e intelectual para cristalizar la presente tesis.**

**A las personas que contribuyeron con sus valiosas sugerencias, críticas constructivas e intelectual para cristalizar la presente tesis.**

**Al asesor de tesis Dr. Santiago Rufo Valderrama Mendoza por su experiencia científica en la concreción de la Tesis.**

**A todos ellos, infinitas gracias.**

**La autora.**

## **Declaración Jurada**

Yo, **Marsha Cristhy Anglas Quintanilla**, estudiantes del Programa de Maestría en Gestión Pública de la Escuela de Posgrado de la Universidad Cesar Vallejo, con la tesis titulada "Actividades Recreativas y Bienestar de los estudiantes de 1ero y 2do grado de secundaria de la Institución Educativa N° 164 El Amauta del distrito de San Juan de Lurigancho - Lima 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 lo tanto, la tesis no ha sido plagiada, total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido autoplagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para optar algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados; por lo tanto, los resultados que se presentan en la tesis constituirán como aportes a la realidad investigada.

De identificarse la presencia de; fraude (datos falsos), plagio (información sin citar 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), asumimos las consecuencias y sanciones que de nuestra acción se deriven, sometiéndome a la normalidad vigente de la Universidad Cesar Vallejo.

Lima, 23 de mayo de 2015



## **Presentación**

Señores miembros del jurado calificador:

Dando cumplimiento a las normas del Reglamento de Grados y Títulos para la elaboración y la sustentación de la Tesis de la Escuela de Postgrado de la Universidad "Cesar Vallejo", para optar el grado de Magister en Gestión Pública, presento la tesis titulada: "Actividades Recreativas y Bienestar de los estudiantes de 1ero y 2do grado de secundaria de la Institución Educativa N° 164 El Amauta del distrito de San Juan de Lurigancho - Lima 2014". La investigación tiene la finalidad de determinar la relación de las actividades recreativas y bienestar de los estudiantes de 1ero y 2do grado de secundaria de la Institución Educativa N° 164 El Amauta del distrito de San Juan de Lurigancho.

El documento consta de siete capítulos: el primer capítulo denominado introducción, en la cual se describen los antecedentes, el marco teórico de las variables, la justificación, la realidad problemática, la formulación de problemas, la determinación de los objetivos y las hipótesis. El segundo capítulo denominado marco metodológico, el cual comprende la operacionalización de las variables, la metodología, tipos de estudio, diseño de investigación, la población, muestra y muestreo, las técnicas e instrumentos de recolección de datos y los métodos de análisis de datos. En el tercer capítulo se encuentran los resultados, el cuarto capítulo la discusión, en el quinto capítulo las conclusiones, en el sexto capítulo las recomendaciones, en el séptimo capítulo las referencias bibliográficas y por último los anexos.

Espero señores miembros del jurado que esta investigación se ajuste a las exigencias establecidas por la Universidad y merezca su aprobación.

La autora.

## Índice

Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimientos	iv
Declaración Jurada	v
Presentación	vi
Índice	vii
Índice de Figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	x
I. INTRODUCCIÓN	12
II. MARCO METODOLÓGICO	26
2.1. Variables	27
2.1.1. Variable independiente: Actividades Recreativas	26
2.1.2. Variable dependiente: Bienestar	26
2.2. Operacionalización de variables	26
2.3. Metodología	31
2.4. Tipo de estudio	31
2.5. Diseño de Investigación	31
2.6. Población, muestra y muestreo:	32
2.3. Poblacion	32
2.4. Muestra	32
2.4. Muestreo	32
2.7. Técnicas e instrumentos de recolección	34
2.7.1. Técnicas	35
2.7.2. Instrumentos de Recolección de Datos.	35
2.8. Métodos de análisis de datos	37
III. RESULTADOS	38
3.1 Estadística descriptiva	38
3.2. Estadística inferencial	48
3.2.1 Prueba de Hipótesis general	48
3.2.2. Prueba de Hipótesis específicas	69
IV. DISCUSIÓN	54
V. CONCLUSIONES	57
VI. RECOMENDACIONES	59

<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>60</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>62</b>
<b>Anexo 1. Matriz de Consistencia</b>	<b>63</b>
<b>Anexo 2. Certificados de validez</b>	<b>67</b>
<b>Anexo 3: Operacionalización de la variable: Actividades</b>	
<b>Recreativas</b>	<b>72</b>
<b>Anexo 4. Certificados de validez</b>	<b>75</b>
<b>Anexo 5. Actividades Recreativas</b>	<b>81</b>

## Índice de Figuras

Figura 1. Variable Actividades Recreativas	39
Figura 2. Dimensión Juegos Recreativos	39
Figura 3 Dimensión Eventos Deportivos	40
Figura 5 Dimensión Excursiones	42
Figura 6. Variable Bienestar	43
Figura 7. Dimensión Bienestar Emocional	44
Figura 8 Dimensión Relaciones interpersonales	45
Figura 9 Dimensión Bienestar Fisico	46
Figura 10 Dimensión Autodeterminación	47



## **RESUMEN**

La investigación titulada "Actividades recreativas y bienestar de los estudiantes de 1ero y 2do grado de secundaria de la Institución Educativa N° 164 El Amauta del distrito de San Juan de Lurigancho", tuvo como objetivo determinar relación entre las actividades recreativas y bienestar de los estudiantes de 1ero y 2do grado de secundaria de la Institución Educativa N° 164 El Amauta del distrito de San Juan de Lurigancho - Lima 2014. El efecto que tuvo la aplicación de la Elaboración de una encuesta a los estudiantes de 1ero y 2do grado de secundaria de la Institución Educativa N° 164 El Amauta. El estudio se enmarcó dentro del tipo de investigación correlacional. Para la ejecución de la investigación se trabajó con un grupo maestral conformado por 98 estudiantes a los cuales se les aplicó una encuesta validada por el juicio de expertos. Los resultados obtenidos dan a conocer la confirmación de la hipótesis planteada en la existencia de relación significativa entre las actividades recreativas y bienestar de los estudiantes de 1ero y 2do grado de secundaria de la Institución Educativa N° 164 El Amauta del distrito de San Juan de Lurigancho - Lima 2014, con un nivel de significancia de  $0,000 > 0,01$ . Por lo tanto se acepta la hipótesis general de la investigación.

**Palabras clave:** Actividades recreativas y bienestar.

## **ABSTRACT**

The research entitled "recreational activities and welfare of students of 1st and 2nd grade high of School No. 164 Amauta of San Juan de Lurigancho", aimed to determine relationship between recreation and welfare students of 1st and 2nd grade high of School No. 164 Amauta district of San Juan de Lurigancho - Lima 2014. The effect of the application of the Elaboration of a survey of students of 1st and 2nd grade secondary of School No. 164 Amauta. The study was framed within the type of correlational research. For the execution of the research he worked with a masterful group consisting of 98 students to which was applied a survey validated by expert opinion. The results disclosed the confirmation of the hypothesis on the existence of significant relationship between recreation and welfare of students of 1st and 2nd grade high of School No. 164 Amauta of San Juan de Lurigancho - Lima 2014, with a significance level of  $0.000 > 0.01$ . Thus the hypothesis of the research is accepted.

**Keywords:** recreational activities and welfare