



UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO

ESCUELA DE POSTGRADO

TESIS

CALIDAD DEL CALENTAMIENTO FÍSICO DEPORTIVO Y SU RELACIÓN EN LA SATISFACCIÓN DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LOS ESTUDIANTES DEL SEXTO GRADO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE YANACANCHA. PASCO 2008

**PARA OBTENER EL GRADO DE:
MAGISTER EN EDUCACIÓN**

CON MENCIÓN EN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA

AUTOR

Br. RAÚL VARGAS VELITA

ASESOR

Mg. SEMINARIO LEÓN HUAMAN QUISPE

LIMA – PERU

2009

DEDICATORIA

Cuando puedes medir aquello de lo que hablas, y expresarlo con números, sabes algo acerca de ello; pero cuando no lo puedes medir, cuando no lo puedes expresar con números, tu conocimiento es pobre e insatisfactorio: puede ser el principio del conocimiento, pero apenas has avanzado en tus pensamientos a la etapa de la ciencia.

Kelvin

A mi hijo Alan Cristhiam, porque su llegada se produjo en el momento más oportuno para enseñarme que lo más importante de la vida no es conformarse con lo ya tienes sino avanzar, superarse trabajando y estudiando.

AGRADECIMIENTO

El largo camino recorrido para culminar este trabajo de investigación, ha concluido gracias a la colaboración de personas e instituciones que, de forma desinteresada, se han involucrado en todo lo solicitado para llegar a su fin.

A mis queridas ex-alumnas Mayra Alexandra, Mayra Fernanda Guerrero Torres, compañeras de fatigas en el laborioso proceso de introducción de datos, por ofrecerme su tiempo en las interminables horas delante del ordenador en tiempos de frío y fiestas de Yanacancha.

A la Comunidad Escolar de Yanacancha del curso académico 2007 y 2008 (estudiantes de 6º de Primaria, padres y profesores), por su colaboración en el cumplimiento de los instrumentos de toma de datos de la investigación.

A los Directores de los centros educativos y Profesores de Educación Física, por su predisposición tanto en el acceso a la comunidad escolar como en la coordinación del trabajo de campo.

A mis compañeras del alma Lilia Ramírez y Victoria Gardí por estar a mi lado y al de mí familia.

A mi familia, por soportar nuestra lejanía, por comprender y confiar en nuestras prioridades profesionales, respondiendo siempre con su respaldo en todo lo que hemos necesitado.

Y en especial a mi esposa Nelía Luz, porque como esposa me ha soportado, como madre me ha reemplazado y como compañera me ha ayudado en todo el proceso del trabajo, sacrificando sus intereses personales y profesionales por los míos.

A todos, para siempre

INDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
INDICE	iv
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	12
1.1. Planteamiento del Problema	13
1.2. Formulación del Problema	14
1.2.1. Problema General	14
1.2.2. Problema Específico	14
1.3. Justificación	14
1.4. Limitaciones	15
1.5. Antecedentes	16
1.6. Objetivos	18
1.6.1. Objetivo General	18
1.6.2. Objetivos Específicos	18
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	19
2.1. Estudio del Contexto de Yanacancha Pasco	20
2.1.1. El contexto social de Yanacancha	20
2.1.2. El contexto educativo de Yanacancha	21
2.1.3. La Educación Física en el sistema educativo de Yanacancha	23
2.2. Estudio Teórico de la Calidad del Calentamiento Físico	29
2.2.1 Definición conceptual	29
2.2.2. Fundamentación del calentamiento físico	31
2.2.3. Sistemas Naturales del Calentamiento	31
2.2.4. Sistemas Rítmicos del Calentamiento	31
2.2.5. El Calentamiento de acuerdo al “tipo de actividad”.	32
2.2.6. Fases del Calentamiento	32
2.2.7. Calidad del Calentamiento en la clase de Educación Física.	35
2.2.8. Evaluación de la calidad de las clases de Educación Física.	36

2.2.9. Fases de la Clase de Educación Física	37
2.2.10. Desarrollo de los valores de educación física	37
2.2.11. Importancia de los valores en clase de educación física.	39
2.2.12. La Educación Física, los Objetivos y la Formación de Valores	40
2.2.13. Los Objetivos de la Educación Física.	40
2.3. Estudio Teórico de la Satisfacción de las	
Clases de Educación Física	43
2.3.1. Definición Conceptual.	43
2.3.2. Fundamentación del estudio de la satisfacción.	43
2.3.3. La Motivación como satisfacción.	44
2.3.4. Bases psicológicas de la satisfacción por la actividad.	46
2.3.5. Orientaciones Metodológicos de Educación Física en Primaria.	47
2.3.6. Caracterización del estudiante del Sexto Grado.	48
2.4. Definición de términos básicos	50
CAPÍTULO III. MARCO METODOLÓGICO	52
3.1. Hipótesis	53
3.1.1. Hipótesis General	53
3.1.2. Hipótesis Específico	53
3.2. Variables	53
3.2.1. Definición Conceptual	53
3.2.2. Definición operacional	54
3.3. Metodología	57
3.3.1. Tipo de Investigación	56
3.3.2. Diseño de Investigación	56
3.4. Población y Muestra	57
3.5. Método de investigación	58
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	58
3.6.1. Validez y Confiabilidad	58
3.7. Método de análisis de datos	63
CAPÍTULO IV. RESULTADOS	64
4.1. Descripción de los resultados	65
4.1.1. Resultado de la variable Calidad de Calentamiento Físico	65

4.1.2. Resultado de la variable Nivel de satisfacción de las clases de E.F	69
4.1.3. Prueba de hipótesis	77
4.2. Discusión de los resultados	82
CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS	85
5.1. Conclusiones	86
5.2. Sugerencias	87
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	88
ANEXOS	92
Anexo N° I: Cuestionario Calidad de Educación Calentamiento Físico	93
Anexo N° II: Cuestionario de Satisfacción de Educación Física	94
Anexo N° III: Matriz de Consistencia	95

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1: Operacionalización de la Variable Calidad de Calentamiento	54
Cuadro N° 2: Nivel de Satisfacción	54
Cuadro N° 3: Muestra de trabajo	57
Cuadro N° 4: Validación de expertos	58
Cuadro N° 5: Consolidado de informes de información de opinión de expertos	60
Cuadro N° 6: Consolidado de expertos	61
Cuadro N° 7: Fiabilidad interna del instrumento	61
Cuadro 8: Estadísticos de fiabilidad de Satisfacción	61
Cuadro N° 9 Consolidado de la base de datos variable Calidad de Calentamiento Físico	65
Cuadro N° 10 Consolidado de la base de datos variable Interacción del entrenamiento	69

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N°1: Estadística descriptiva	66
Tabla N° 2: Distribución de frecuencias de la variable Calidad de Calentamiento Físico	66
Tabla N° 3: Distribución de frecuencias de la Dimensión Ejercicios Físicos	67
Tabla N° 4: Distribución de frecuencias de la Dimensión Capacidad de Satisfacción	68
Tabla N° 5: Estadística descriptiva	72
Tabla N° 6: Resultados Dimensión Interacción del entrenamiento	73
Tabla N° 7: Nivel de percepción de las clases de educación física	74
Tabla N° 8A: Nivel de relaciones interpersonales	76
Tabla N° 8 Prueba de Kolmogorov-Smirnov para la distribución de datos	78
Tabla N° 9: Correlaciones de la Calidad de Calentamiento físico y Interacción del entrenamiento	78
Tabla N° 10: Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra	79
Tabla N° 11: Correlaciones del Nivel de Percepción de los estudiantes y la calidad del calentamiento físico	80
Tabla N° 12: Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra	81

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1: Distribución de frecuencias de la variable Calidad de Calentamiento Físico	66
Gráfico N° 2: Distribución de frecuencias de la Dimensión Ejercicios Físicos	67
Gráfico N° 3: Distribución de frecuencias de la Dimensión Capacidad de Satisfacción	68
Gráfico N° 4: Nivel de satisfacción de las clases de educación física	72
Gráfico N° 5: Resultados Dimensión Interacción del entrenamiento	73
Gráfico N° 6: Nivel de percepción de las clases de educación física	74
Gráfico N° 7: Nivel de relaciones interpersonales	76

RESUMEN

El objetivo de la investigación fue, determinar la relación de la calidad del calentamiento físico deportivo y la satisfacción de las clases de educación física de los estudiantes del 6º grado de Educación Primaria de las Instituciones Educativas del Distrito de Yanacancha, se fundamentó en el análisis de las variables desde la teoría humanista a razón de buscar estrategias de pertinencia en la práctica deportiva.

El tipo de investigación no experimental, descriptiva explicativa asumió el método cuantitativo con un diseño ex post facto transversal en una muestra de 232 estudiantes de ambos sexos, con edad promedio entre 12 y 13 años y 11 docentes pertenecientes a 6 Instituciones Educativas de la Localidad de Yanacancha de la Región de Cerro de Pasco, los cuales representan el 23,3 % del total de la población. La técnica empleado fue el de la encuesta cuyo instrumento fue el cuestionario.

En las conclusiones se indica, que los estudiantes del 6to grado tienen como modelo de un atleta destacado al que reúna los siguientes valores: amistoso, combativo, cumplidor, disciplinados, educado, honesto, humano, inteligente, justo, patriota, respetuoso, responsable y solidario.

Palabras Clave: Calidad del calentamiento físico deportivo - Satisfacción de las clases de educación física

ABSTRAC

The aim of the research was to determine the influence the quality of physical warming sports meeting the education classes physics students in Grade 6 Education Educational Institutions Elementary District Yanacancha is based on the analysis of variables from theory humanist reason to seek strategies relevance in the sport.

The type of non-experimental research, descriptive Explanatory assumed quantitative design method ex post facto cross in a sample of 232 students of both sexes, average age between 12 and 13 and 11 6 teachers from Educational Institutions the Town of Yanacancha Region Hill Pasco, representing 23.3% of the total population. The technique used was the survey which instrument was the questionnaire. The conclusions indicated that students 6th grade are modeled by an outstanding athlete that meets the following values: Friendly, combative, dutiful, disciplined, polite, honest, human, intelligent, just, patriotic, respectful, responsible and solidarity.

Keywords: Quality of physical warming sports - Meeting education classes physics