



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Física y Deportes

Autoestima y practica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club

Señor del Mar, Huacho, 2025

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Física y Deportes

Autores

Martin Abrahan Palacios Ruiz

Danny Joel Peña Flores

Asesora

M(a). Maria Aranzazu Ugarte Medina



Huacho – Perú

2026



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Física y Deportes

INFORMACIÓN DE METADATOS


DATOS DEL AUTOR (ES):		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Peña Flores Danny Joel	73011634	31 DE DICIEMBRE DEL 2025
Palacios Ruiz Martin Abrahan	71094617	31 DE DICIEMBRE DEL 2025
DATOS DEL ASESOR:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Ugarte Medina Maria Aranzazu	15604936	https://orcid.org/0000-0002-1306-8501
DATOS DE LOS MIEMROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Villareal Rodriguez Humberto Guillermo	15606903	https://orcid.org/0000-0002-5438-7875
Marcelo Angulo Norvina Marlana	15766260	https://orcid.org/0000-0002-9998-8260
Matos Pineda Luis Alberto	15612877	https://orcid.org/0000-0002-4480-3310

Martin Abrahan Palacios Ruiz-2025-090736 Danny J...

AUTOESTIMA Y PRACTICA DEL VOLEIBOL EN NIÑAS DE CATEGORÍA INFANTIL DEL CLUB SEÑOR DEL MAR, HUACHO, ...

 Quick Submit

 Quick Submit

 Facultad de Educación

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1:3399564536

Fecha de entrega

5 nov 2025, 11:18 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

5 nov 2025, 2:14 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

TESIS_PALACIOS_RUIZ_-_UI.pdf

Tamaño del archivo

748.6 KB

71 páginas

11.649 palabras

63.900 caracteres



Página 2 de 75 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega: trn:oid::1:3399564536


17% Similitud general


El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...


Filtrado desde el informe

▸ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

16%  Fuentes de Internet

2%  Publicaciones

7%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Martin Abrahan Palacios Ruiz

Esta tesis fruto va dedicado a mi madre, ella sembró en mi los valores que me hizo una
persona de bien . Danny

Joel Peña Flores

Joel Peña Flores

Agradezco a mis padres por estar siempre a mi lado apoyando a seguir adelante en todo y nunca rendirme en la metas que siempre me propuse un gran educador .

Martin Abrahan Palacios Ruiz

INDICE

Dedicatoria.....	2
Agradecimiento.....	3
Índice de tablas.....	7
Índice de figuras.....	9
Resumen.....	10
Abstract.....	11
INTRODUCCIÓN.....	12
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
1.1 Descripción de la realidad problemática.....	13
1.4. Justificación de la investigación.....	15
1.5 Delimitaciones del estudio.....	15
1.6 Viabilidad del estudio.....	16
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	17
2.1. Antecedentes de la investigación.....	17
2.1.1. Investigaciones internacionales.....	17
2.1.2. Investigaciones nacionales.....	20
2.2. Bases teóricas.....	21
2.3. Definiciones conceptuales.....	32
2.4. Formulación de la hipótesis.....	35
2.4.1. Hipótesis general.....	35
2.4.2. Hipótesis específicas.....	35
2.5. Operacionalización de variables.....	36

3.1 Diseño metodológico	37
3.1.2. Nivel de investigación	37
3.1.3. Diseño	37
3.1.4. Enfoque	37
3.2. Población y muestra	37
3.2.1 Población	37
3.2.2 Muestra	37
3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	37
3.3.1. Técnicas a emplear	37
3.3.2. Descripción de los instrumentos	38
3.4. Técnicas para el procesamiento de la información	38
Instrumentos	38
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	39
4.1. Análisis de resultados	39
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	62
5. 1. DISCUSIÓN	62
5. 2. CONCLUSIONES	63
5. 3. RECOMENDACIONES	64
CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN	65
6. 1. Fuentes Bibliográficas	65
6.2. Fuentes Electrónicas	66
ANEXOS	67

Índice de tablas

Tabla 1	La niña tiene pensamientos propios positivos cuando practica del voleibol.....	39
Tabla 2	La niña tiene una autoimagen positiva cuando practica del voleibol.....	40
Tabla 3	La niña tiene procesos mentales positivos cuando practica del voleibol.....	41
Tabla 4	La niña tiene la autoestima alta cuando practica el voleibol.....	42
Tabla 5	La niña tiene la autoestima baja cuando practica el voleibol.....	43
Tabla 6	La niña actúa de manera positiva durante el voleibol.....	44
Tabla 7	La niña toma decisiones rápidas positivas durante el voleibol.....	45
Tabla 8	La niña tiene acciones deportivas buenas durante el voleibol.....	46
Tabla 9	La niña se acepta independientemente de la opinión de sus compañeras.....	47
Tabla 10	La niña es aceptada en el grupo teniendo el sentimiento de pertenencia.....	48
Tabla 11	La niña tiene un saque bajo correcto y potente.....	49
Tabla 12	La niña tiene un saque alto correcto y potente.....	50
Tabla 13	La niña tiene un saque flotante correcto y potente.....	51
Tabla 14	La niña recibe y controla el balón con el antebrazo.....	52
Tabla 15	La niña recibe y controla el balón con los dedos.....	53
Tabla 16	La niña levanta el balón con el antebrazo y logra colocar con punto a favor.....	54
Tabla 17	La niña levanta el balón con los dedos y logra colocar con punto a favor.....	55
Tabla 18	La niña bloquea al equipo contrario y logra punto a favor.....	56
Tabla 19	La niña golpea el balón con fuerza consiguiendo un buen remate.....	57
Tabla 20	La niña golpea el balón con precisión consiguiendo un buen remate.....	58
Tabla 21	La niña tiene buena defensa con los brazos y no deja caer el balón.....	59
Tabla 22	La niña tiene buena defensa con los dedos y no deja caer el balón.....	60

Tabla 23 La niña tiene buena defensa con cualquier parte del cuerpo y no deja caer el balón

.....61

Índice de figuras

Figura 1	La niña tiene pensamientos propios positivos cuando practica del voleibol.....	39
Figura 2	La niña tiene una autoimagen positiva cuando practica del voleibol.....	40
Figura 3	La niña tiene procesos mentales positivos cuando practica del voleibol.....	41
Figura 4	La niña tiene la autoestima alta cuando practica el voleibol.....	42
Figura 5	La niña tiene la autoestima baja cuando practica el voleibol.....	43
Figura 6	La niña actúa de manera positiva durante el voleibol.....	44
Figura 7	La niña toma decisiones rápidas positivas durante el voleibol.....	45
Figura 8	La niña tiene acciones deportivas buenas durante el voleibol.....	46
Figura 9	La niña se acepta independientemente de la opinión de sus compañeras.....	47
Figura 10	La niña es aceptada en el grupo teniendo el sentimiento de pertenencia.....	48
Figura 11	La niña tiene un saque bajo correcto y potente.....	49
Figura 12	La niña tiene un saque alto correcto y potente.....	50
Figura 13	La niña tiene un saque flotante correcto y potente.....	51
Figura 14	La niña recepciona y controla el balón con el antebrazo.....	52
Figura 15	La niña recepciona y controla el balón con los dedos.....	53
Figura 16	La niña levanta el balón con el antebrazo y logra colocar con punto a favor.....	54
Figura 17	La niña levanta el balón con los dedos y logra colocar con punto a favor.....	55
Figura 18	La niña bloquea al equipo contrario y logra punto a favor.....	56
Figura 19	La niña golpea el balón con fuerza consiguiendo un buen remate.....	57
Figura 20	La niña golpea el balón con precisión consiguiendo un buen remate.....	58
Figura 21	La niña tiene buena defensa con los brazos y no deja caer el balón.....	59
Figura 22	La niña tiene buena defensa con los dedos y no deja caer el balón.....	60
Figura 23	La niña tiene buena defensa con cualquier parte del cuerpo y no deja caer el balón	61

RESUMEN

La dificultad con respecto a la autoestima y el vóley en Perú, en general, se evidencia en la influencia que tiene el desempeño de deportes sobre la percepción de cada uno y de todos, además en los problemas que tienen las jugadoras para conservar una buena dosis de seguridad y estímulo. El triunfo del grupo nacional de voleibol femenino, si bien genera gran admiración, también es posible que genere una mayor presión y expectativas, y esto puede afectar la estima de las deportistas si no se gerencia de manera correcta. **Objetivo:** Establecer como se relaciona la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025. **Material y método:** Realizado en el Club Señor del Mar en Huacho. La población estuvo conformada por 12 niñas pertenecientes al club. Nivel correlacional, diseño no experimental, tipo básico y enfoque cuantitativo. El instrumento para medir la autoestima y practica del voleibol es la lista de cotejo. **Resultados y conclusiones:** La autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Palabras claves: autoestima, practica del voleibol, fundamentos del voleibol.

ABSTRACT

The difficulty regarding self-esteem and volleyball in Peru, in general, is evident in the influence that sports performance has on the perception of each individual and everyone, as well as in the difficulties players have in maintaining a healthy dose of confidence and motivation. The triumph of the national women's volleyball team, while generating great admiration, can also generate greater pressure and expectations, and this can affect the athletes' self-esteem if not managed correctly. **Objective:** To establish how self-esteem and volleyball practice are related to girls in the youth category of the Señor del Mar Club, Huacho, 2025. **Materials and methods:** The study was conducted at the Señor del Mar Club in Huacho. The sample consisted of 12 girls belonging to the club. The design was correlational, non-experimental, basic, and quantitative. The instrument used to measure self-esteem and volleyball practice was a checklist. **Results and conclusions:** Self-esteem is significantly related to volleyball practice among girls in the junior category of the Señor del Mar Club, Huacho, 2025.

Keywords: self-esteem, volleyball practice, volleyball fundamentals.

INTRODUCCION

Personas de todo el mundo coinciden en que la autoestima y el voleibol tienen una relación compleja. Si bien el voleibol puede mejorar la autoestima, desafíos como la presión, las expectativas y las lesiones también pueden afectarla negativamente. Por lo tanto, es crucial abordar estos temas desde una perspectiva holística, considerando el impacto físico, emocional y social del deporte. A nivel de América Latina, la carencia de acceso a establecimientos deportivos y profesores entrenados, además de las distinciones económicas, puede restringir la participación y el desarrollo de habilidades, y afectar la autoestima de los menores.

Capítulo I: justificación de la investigación, alcances, objetivo general y específicos.

Capítulo II: Marco teórico están las teorías de autoestima y practica del voleibol, que sirve para realizar la investigación de forma científica.

Capítulo III: Metodología, el tipo, diseño, nivel y enfoque de la investigación, población y muestra, técnicas e instrumentos empleados para la adquisición de datos de autoestima y practica del voleibol.

Capítulo IV: resultados, están tablas, figuras con su interpretación y toma de decisiones.

Capítulo V: discusión, se discute los resultados obtenidos con otros autores.

Capítulo VI: conclusiones y recomendaciones, las conclusiones a las que se llegó y se realiza recomendaciones de autoestima y practica del voleibol.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

Personas de todo el mundo coinciden en que la autoestima y el voleibol tienen una relación compleja. Si bien el voleibol puede mejorar la autoestima, desafíos como la presión, las expectativas y las lesiones también pueden afectarla negativamente. Por lo tanto, es crucial abordar estos temas desde una perspectiva holística, considerando el impacto físico, emocional y social del deporte.

A nivel de América Latina, la carencia de acceso a establecimientos deportivos y profesores entrenados, además de las distinciones económicas, puede restringir la participación y el desarrollo de habilidades, y afectar la autoestima de los menores.

La dificultad con respecto a la autoestima y el vóley en Perú, en general, se evidencia en la influencia que tiene el desempeño de deportes sobre la percepción de cada uno y de todos, además en los problemas que tienen las jugadoras para conservar una buena dosis de seguridad y estímulo. El triunfo del grupo nacional de voleibol femenino, si bien genera gran admiración, también es posible que genere una mayor presión y expectativas, y esto puede afectar la estima de las deportistas si no se gerencia de manera correcta.

El problema de la seguridad en uno mismo en el contexto del vóley dentro del club señor del mar dentro de Huacho, se evidencia en la carencia de seguridad y confianza de los deportistas, particularmente en condiciones de mucha presión o competencia. Esta circunstancia es posible que la ocasionen diversas causas, como el peso de la sociedad, las expectativas de la familia, la carencia de asistencia o la comparación con distintos

colegas. La baja autoestima es posible que tenga consecuencias adversas sobre el desempeño del deporte, la motivación y la posibilidad de divertirse brincando.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cómo se relaciona la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cómo se relaciona la dimensión cognitiva de la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025?

¿Cómo se relaciona la dimensión afectiva de la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025?

¿Cómo se relaciona la dimensión comportamental de la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025?

¿Cómo se relaciona la dimensión social de la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Establecer como se relaciona la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

1.3.2 Objetivos específicos

Establecer como se relaciona la dimensión cognitiva de la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Establecer como se relaciona la dimensión afectiva de la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Establecer como se relaciona la dimensión comportamental de la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Establecer como se relaciona la dimensión social de la autoestima y la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

1.4. Justificación de la investigación

El estudio de la relación entre el valor propio y el voleibol se encuentra justificado debido a la posibilidad de que la actividad deportiva mencionada anteriormente tenga un efecto positivo en la evolución de la persona y en su seguridad en sí misma, en particular, en menores de edad. El voleibol, por ser un pasatiempo de grupo, incentiva la colaboración, la conversación y el trabajo en conjunto, además de estimular la actividad física y la buena salud mental.

1.5 Delimitaciones del estudio

En cuanto a los alcances son los

siguientes: Alcance espacial: Huacho.

Alcance temporal: Año 2018.

Alcance temático: La autoestima y la práctica del voleibol

Alcance institucional: niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar.

1.6 Viabilidad del estudio

La investigación se ejecutó debido a las facilidades que dió el entrenador del Club Señor del Mar, Huacho.

Técnica

La investigación tiene todos los requisitos que solicita la Universidad.

Ambiental

Investigación academica, por el cual no perjudica el medio ambiente.

Financiera

El costo que ocasionó el desarrollo de la tesis estuvo financiado por los investigadores.

Social

Se formó un equipo para la investigación que participó de manera eficiente.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Investigaciones internacionales

Valencia & Moreno (2024) en su artículo titulado “Afectación de la autoestima en el desarrollo de la práctica deportiva en un grupo de adolescentes”, su resumen es que la autopercepción tiene influencia en la actividad deportiva que realizan un conjunto de jóvenes de entre 14 y 17 años, pertenecientes al Club Deportivo Sueños de Fútbol, en la ciudad de Medellín. La valoración de uno mismo es importante en la existencia de los jóvenes, debido a que atraviesan dificultades psicológicas y sociales que modifican su concepto de sí mismos y su conducta. Se cree que una alta autoestima está ligada a una mayor motivación, compromiso, resistencia y diversión en el deporte, en tanto que una baja autoestima puede ocasionar intranquilidad, ansiedad y temor a fallarle, allanar su éxito. En el análisis se usó el inventory de Autoestima de Coopersmith previo a la intervención y luego de ella, para aumentar la autoestima de los jóvenes adolescentes a través de discusiones en grupo y reflexiones individuales, focalizando en el ámbito de los deportes. Las conclusiones indican que los jóvenes con alta autoestima suelen sortear dificultades, establecer metas y gozarse de la actividad física, en tanto que los de baja autoestima suelen desistir fácilmente y tener dificultades en las relaciones con sus semejantes dentro del grupo. Además, se evidenció que el

contexto de los deportes, en particular la asistencia de los profesores y los compañeros, tiene una influencia significativamente en el incremento de la autoestimación. Los descubrimientos insinúan que estimular un entorno con buenas y adecuadas condiciones no sólo aumenta la capacidad deportiva de los jóvenes, sino que además apoya su bienestar psicológico y social. El estudio termina que es fundamental poner en marcha iniciativas que promuevan el desarrollo de la físicoquímica y las emociones de los menores en el ámbito del deporte, brindando herramientas que apoyen la confianza en uno mismo y, por lo tanto, el progreso integral.

Díaz (2024) en su tesis titulada *“Voleibol Comunitario: Jóvenes Transformando su Comunidad y mejorando el desarrollo humano”*, su resumen es que se preocupa por el diseño y la ejecución de un actividad deportiva fundamentada en el desarrollo de la humanidad y en la práctica del cuerpo. El voleibol fue usado como un instrumento con el objetivo de instruir a los asistentes acerca de la alimentación, la salud física, el manejo del estrés, el liderazgo y el trabajo en conjunto. Se brindaron oportunidades de crecimiento personal y profesional a través del deporte, posibilitando a las personas la posibilidad de desarrollar sus habilidades y tomar roles de predominancia. La costumbre corporal a través del deporte promovió principios esenciales como la constancia, la persistencia, el amor y la limpieza del juego. Los individuos aprendieron a llevar a cabo un programa de ejercitación, acatar las normas del juego y mostrar consideración hacia los colegas, rivales y el cuerpo arbitral. Los proyectos se dirigieron a individuos de varias edades, clases sociales y procedencias culturales, incentivando la participación equitativa. Se le dio una especial atención a los niños y jóvenes

en peligro de desarrollar comportamientos antisociales o delinquir, además a las personas que tienen menos posibilidades de tener acceso a las oportunidades de recreación y estudio. El voleibol promovió la unidad y la cohesión en la comunidad. A través del esfuerzo conjunto y la conversación eficaz, los asistentes crearon la habilidad de colaborar, solucionar dificultades y apoyar a los colegas, esto potenció el vínculo social. También, la actividad física promovió la igualdad y la diversidad, esto fue de ayuda para derribar muros de la sociedad y del lenguaje.

Moral & Lopez (2020) en su artículo titulado “Autoestima y practica deportiva en adolescentes”, tiene como resumen que el análisis consideró como metas estudiar la seguridad en uno mismo y su vínculo con el deporte, la edad y el género de los estudiantes. La muestra fue de 715 jóvenes, entre los doceavo y dieciseis años (casi el 54.12% eran mujeres), que se clasificaban en sedentarios, que practicaban deportes individuales y que practicaban deportes colectivos. Para los individuos que están en movimiento se creó un programa de acción de dieciséis semanas de extensión. Se aplicaron la escala de Rosenberg para la Self Esteem y el cuestionario internacional MVPA. La mayor autoestimación se relaciona con la autoestimación positiva, manifestando distinciones en favor de los individuos del sexo masculino y de los jóvenes que están en actividad física, específicamente en el caso de los adolescentes. Los jóvenes que hacen deportes en grupo tienen mayor valor propio que aquellos que hacen deportes solo. Concluyendo que la magnitud y el tipo de actividad deportiva realizada influencia la seguridad en uno mismo. La edad no es importante y el género sí tiene influencia en la seguridad

personal. Se corroboran los parámetros bifactoriales de la Rosenberg Self-Esteem Scale.

2.1.2. Investigaciones nacionales

Neglia & Vargas (2025) en su tesis titulada “*Condición física y práctica de vóley en estudiantes*”, su objetivo es determinar la relación entre la aptitud física y la práctica del voleibol en estudiantes de primaria, concluye que los estudiantes alcanzaron un nivel de 63% en cuanto a la condición física y 54% en cuanto a la práctica de voleibol, con una correlación (r) de 0,732, un valor p de ($p = 0,000$) y una significancia de $\alpha = 0,05$, lo que indica que existe una alta correlación positiva entre la condición física de los estudiantes de primaria y el voleibol (p. 52).

Mamani & Jove (2023) en su tesis titulada “*La actividad física y sus relación con los fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes*”, su objetivo es determinar la relación entre la actividad física de los estudiantes y los fundamentos del voleibol, concluye que existe una correlación positiva muy fuerte entre la actividad física y los fundamentos técnicos del voleibol; el valor r de Pearson es de 0,70. La prueba de hipótesis de correlación (T) determinó que $T_c = 4,30 > T_t = 2,09$, por lo que se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula (p. 84).

Silva (2020) en su tesis titulada “*Aporte del vóley en la mejora de la autoestima de los niños de educación primaria*”, su objetivo es el empoderamiento docente y mejora de la autoestima del alumnado de primaria a través de estrategias metodológicas relacionadas con el voleibol, concluye que cada acción está orientada a la solución de problemas, en primer lugar

dirigidos a los docentes, fortaleciendo sus estrategias metodológicas para mejorar su competencia en educación física, especialmente en voleibol, y también realizando acciones con el PPF para visibilizar el trabajo educativo entre la escuela y la familia (p. 26).

Delgado (2021) en tesis titulada “*Practica del voleibol y rendimiento deportivo escolar en la institución educativa primaria 50163*”, su objetivo es determinar en qué medida la práctica del voleibol estudiantil está relacionada con el rendimiento deportivo escolar, concluye que la correlación entre la práctica de voleibol y el rendimiento atlético académico fue débil, con una correlación muy baja de solo 10,5% entre los estudiantes de la I.E.P. 50163 de Quebrada City. Esto sugiere que la práctica limitada de voleibol no refleja un rendimiento atlético académico adecuado (p. 90).

2.2. Bases teóricas

2.2.1 Autoestima

Gómez (2024) define que la autoestima es un conjunto de cogniciones, evaluaciones y valoraciones de uno mismo. Representa una actitud que incluye la aceptación, el respeto y la valoración de las características físicas y psicológicas personales, y afecta la forma en que una persona piensa, siente y se comporta.

La autoestima se forma a lo largo de la vida de una persona en función de diversos factores, especialmente en relación con el entorno familiar y social. Es un componente dinámico e importante de la personalidad que puede crecer o disminuir con el tiempo.

La autoestima es la estimación, percepción o juicio acerca de uno mismo que se hace en función de la consideración que se tiene de los mismos, los sentimientos que se tienen y las vivencias que se han tenido. La manera en la que se estima a una persona es influenciada por varias ocasiones por personas ajenas o por la circunstancia en la que se encuentra (Costa, 2022).

En esta línea, es posible que la autoestima se eleve o se desplome en base a las situaciones de emoción, familia, trabajo, social y por la crítica que se haga de nosotros mismos o no. Además, nos proporciona la oportunidad de construir la individualidad como individuos y es fundamental para vivir en armonía con la comunidad. El nivel de creencias verdaderas o falsas que tenemos de nosotros mismos influirá en la manera en que nos expresamos y tomamos decisiones.

Castro (2024) indica que la autoestima es cómo nos percibimos a nosotros mismos, una evaluación subjetiva de nuestro propio valor. Por lo tanto, la entendemos como un concepto de nuestro propio valor basado en nuestros sentimientos, pensamientos, sensaciones y experiencias.

La autoestima se relaciona con la autoimagen y la auto aceptación de una persona, que es la percepción de sus propias fortalezas y debilidades. La forma en que una persona se evalúa a sí misma suele estar influenciada por factores externos o el entorno en el que vive y, por lo tanto, puede cambiar con el tiempo.

Para White (1998), la autoestima se refiere al valor de uno mismo, es decir, al valor de una persona a ojos de los demás. El autor la define como un proceso dinámico y multidimensional que ocurre a lo largo de la vida de una

persona e involucra los entornos sociales, fisiológicos, emocionales y cognitivos.

Componentes de la autoestima:

Castro (2024) indica que los componentes de la autoestima son los siguientes:

- *Componente cognitivo:* Cómo nos percibimos a nosotros mismos. Incluye nuestras opiniones, pensamientos y creencias sobre nuestro carácter, comportamiento y sobre nosotros mismos.
- *Componente afectivo:* Juicios sobre nuestros sentimientos, cualidades personales y reacciones emocionales ante la percepción que tenemos de nosotros mismos.
- *Componente conductual:* Nuestras acciones, decisiones e intenciones.

Tipos de autoestima:

Gómez (2024) indica que existen 2 tipos de autoestima y son:

- *Autoestima alta:* El amor propio elevado es un sentimiento positivo acerca de uno mismo. Las personas que tienen este tipo de autopercepción exhiben una conducta cortante hacia ellas mismas y los otros. acostumbran exhibir las siguientes particularidades:

Automotivación. Se identifican y aviejan sus habilidades y características. Se sienten capaces de lidiar con dificultades y tomar decisiones.

Flexibilidad. Es posible que las ideas que tienen puedan ser alteradas si la evidencia muestra que estaban equivocadas.

Auto aceptación. Conozcan sus puntos fuertes y sus puntos débiles, y se identifican a sí mismas conforme a su realidad.

No se preocupan por la exactitud, sino por la comprensión de que cometer equivocaciones es una parte del procedimiento.

Tendencia positiva. Tienen una percepción positiva de la existencia, inclusive en las ocasiones en que tienen dificultades; además se deleitan con diversas vivencias.

Autonomía. Se fían de su propio criterio, no requieren la autorización o validación de alguno, y son capaces de tomar decisiones por su cuenta.

Resiliencia. Logran sanar de las dificultades, preservando la calma emocional.

Personalidad. Practican comportamientos que favorecen la salud en ambos aspectos físicos y psicológicos.

- Autoestima baja: La autoestima disminuida indica una percepción de uno mismo que es negativa. Una parte de las particularidades que acostumbran a exhibir los individuos con este grado de autopercepción es:

Excesiva crítica. Constantemente se encuentran insatisfechos con su estado, focalizando en las fallas o errores que tienen, y minimizando las victorias que tienen.

Hipersensibilidad a la crítica. Se toleran poco los reparos y son adversarios de quienes las examinan.

El anhelo de complacer. Constantemente intentan la aprobación de los otros, esto las conduce a admitir situaciones o relaciones que las dañan.

Actitud de defensa. Siente una sensación de ansiedad constante, viendo la existencia de un posible peligro en la vida.

Dependencia. Suelen requerir el sustento de otros para poder completarse o ser valoradas.

Desmotivación. Es posible que no cuiden su comodidad física o mental a causa de la noción de que no son merecedores de comodidad. Además, suelen evitar riesgos y dificultades debido a que tienen dudas de su habilidad.

Aspectos fundamentales de la autoestima:

Pérez (2021) indica que los aspectos fundamentales de la autoestima son:

- *Auto concepto:* Se trata del concepto de entendimiento que se tiene de uno mismo, que incluye características como habilidades, limitaciones, creencias, y valor. Este sentido de autoestima es el sustento de la autoestima, actuando como un cuadro representativo de la forma en que nos vemos y valoramos.
- *Auto aceptación:* Se trata de una aceptación y un reconocimiento de las propias características y las fallas que tiene. Esta aceptación es importante para el sustento de una autoestima buena, porque ayuda a tener una conducta comprensiva con respecto a uno mismo.
- *Autoconfianza:* Se trata de la seguridad en las habilidades propias y en la capacidad de solucionar dificultades, tomar decisiones y

conseguir metas. Una seguridad en uno mismo firme es muestra de una autoestima positiva.

- *Auto respeto:* Se trata de sostener una conducta de amor propio, aceptando los requerimientos, anhelos y límites que tenemos. El autor respeto lanzamiento promueve la habilidad de delimitar los límites del sano en las relaciones y las circunstancias de la existencia.

Dimensiones de la autoestima:

Montagud (2021) indica que las dimensiones de la autoestima son las siguientes:

1. **Dimensión cognitiva:** Esta dimensión se relaciona con las ideas que el individuo tiene acerca de él mismo. Incluye la representación de nosotros mismos y los desarrollos psicológicos que tienen influencia en la manera en que nos sentimos.
2. **Dimensión afectiva:** Aquí es donde se encuentra el pesebre de la emoción que tiene nuestra auto aceptación. Esencialmente, es lo que sentimos de nosotros mismos. Una autoestima positiva o negativa influencia en nuestros sentimientos.
3. **Dimensión comportamental:** Esta dimensión se relaciona con la manera en la que actuamos en función de la imagen que tenemos de nosotros mismos. Las conclusiones y acciones que tenemos están influenciadas por la manera en que nos percibimos a nosotros mismos.
4. **Dimensión social:** La autoestima se encuentra además con una magnitud en la sociedad. Se relaciona con la sensación de aprobación y duración a una comunidad.

2.2.2 Practica de voleibol

Greenland (2022) define que el voleibol es más que un pasatiempo; es una ayuda potente para el desarrollo completo de los menores. Los provechos mentales, emocionales, físicos y sociales que tiene son incuestionables. Además, los infantes que participan en actividades como el voleibol tienen una mayor probabilidad de tener un buen desempeño en los estudios, ya que aprenden a administrar su tiempo y a establecer metas.

El voleibol, que se llama así porque se practica en 5 sentidos, es un deporte en el que dos grupos de seis personas cada uno se pelean sobre un espacio de juego separado por una tela central, y se juega con una pelota (Ugarte, 2021).

El objetivo del juego es pasar el balón por encima de la red y que caiga en la cancha del oponente, mientras el otro equipo intenta evitar que caiga y obligar al otro equipo a cometer errores. La fase ofensiva es cuando un equipo intenta que el balón caiga en la cancha del oponente, mientras que la fase defensiva es cuando el otro equipo intenta evitar que caiga.

Historia del voleibol:

Venturo (2023) da una breve descripción sobre el voleibol: La primera vez que se jugó el voleibol (antes llamado mintonette) fue el 9 de febrero de 1895 en EE.UU., en Holyoke, Massachusetts. Su creador fue William G. Morgan, un instructor de deportes de la YMCA que era director de educación física. Era un partido de interior por equipos que se parecían al tenis o al balonmano. A pesar de que próximo en el tiempo y el espacio, el básquet se distancia significativamente de éste, ya que los/las jugadoras/s no se tocan.

El voleibol, también llamado balonvolea o simplemente vóley, es un juego en el que dos grupos se pelean sobre un plano de juego rectangulares, Separados por una red central, intentando desplazar el balón por arriba de la red para luego caerse al piso del campo contrario. El balón es posible que sea manipulado o propulsado con técnicas limpias, sin embargo, no es posible que lo parado, lo sujetado. Todos los grupos tienen una cantidad limitada de veces que pueden lanzar el balón de vuelta al terreno de juego de su oponente (un número máximo de tres). El balón normalmente es azotado con las manos y los brazos, además cualquier otra parte del cuerpo. Una de las particularidades más identificables del voleibol es que los integrantes y las integrantes tienen que cambiar de lugar sus puestos en el momento en que consiguen puntos.

Beneficios del voleibol para niños:

Greenland (2022) indica que practicar el voleibol aporta muchos beneficios a los niños y dentro de los principales tenemos a:

- *Para un cuerpo sano:* Al igual que la mayoría de los deportes, este posee una gran cantidad de actividad física y, en esta ocasión, los provechos son los siguientes:

Incrementa la dureza del corazón, la fuerza y la elasticidad de las menores.

Se ejecutan prácticas de ejercitación en los grupos musculares de las piernas, los brazos, el abdomen y la espalda.

Reacción instantánea con el balón es lo que genera la necesidad de moverse rápidamente.

Disminuye el peligro de que los niños se vayan a obesidad, una problemática que crece constantemente en todo el planeta.

- *El valor del compañerismo:* Es una actividad que genera mucho trabajo en equipo y que incentiva la conversación entre personas de distintos ámbitos:

Requiere de un contacto constante, en donde los participantes deben estar en comunicación para desplazarse, atacar y defenderse.

Facilita la empatía y el entendimiento de las acciones de los colegas, ya que cada acción o decisión tiene una influencia sobre el desempeño del grupo en su totalidad.

Los niños interiorizan la habilidad de laborar en conjunto, de fiar en los colegas y de desarrollar las habilidades sociales fundamentales, como la conversación eficaz y la resolución de dificultades.

- *Emoción y conocimiento:* El voleibol posee una influencia positiva en la evolución del pensamiento de los menores al incluir diversas capacidades del cerebro. Lo detallamos en los siguientes aspectos:

La concentración se incrementa, debido a que los integrantes del equipo deben estar al acecho de la pelota de cerca y tener una respuesta veloz a las acciones de su oponente, esto implica una

utilización de zonas como el lóbulo parietal y el sistema de atención sostenida.

La planificación a largo plazo se evidencia al planificar estrategias y tácticas para vencer al contrincante, una labor que implica áreas como la parte frontal del cerebro asociadas a la toma de decisiones y a la planificación a largo plazo.

Estimula la liberación de neurotransmisores como la dopamina, los cuales favorecen la comodidad y la diversión además de que participan, indirectamente, en el sistema de recompensa del cerebro.

Material necesario:

Ruiz (2021) indica que para practicar el voleibol es necesario tener los siguientes materiales:

- *Balón:* El balón es, sin duda, el elemento más importante del equipo. Un buen balón también es fundamental para reducir el dolor causado al golpear la red o a un compañero.
- *Rodilleras:* Las rodilleras de voleibol también son un elemento común para prevenir accidentes y lesiones, aunque el grosor de las rodilleras depende de la edad y la experiencia.
- *Calzado adecuado:* Lo mejor es elegir calzado con suela de goma para un agarre óptimo. Además, este calzado debe estar diseñado para proteger el pie durante los movimientos laterales. Las zapatillas de

voleibol también deben tener punteras gruesas para evitar el dolor en las piernas debido a los saltos constantes.

- **Calcetines:** Idealmente, los calcetines deben llegar hasta la rodilla o la mitad de la pantorrilla, ya que los calcetines tobilleros tienden a resbalarse y no tienen suficiente amortiguación.

Dimensiones del voleibol:

Ugarte (2021) indica que las dimensiones del voleibol son las siguientes:

- 1. Saque:** Cada punto comienza con un saque desde atrás de la línea de fondo. El balón se lanza al aire y se golpea hacia el campo contrario, buscando un punto débil. El saque puede realizarse de pie o saltando. La dirección del saque es importante, ya que el oponente, obligado a recibirlo, tiene una capacidad limitada para participar en el ataque posterior. Al ejecutar el saque, el lateral derecho debe permanecer en el área de saque y esperar el silbato del árbitro. El balón debe ser lanzado al aire.
- 2. Recepción/pase:** La devolución del saque es el primer contacto que realiza un equipo para organizar un ataque tras el saque del oponente. El objetivo principal es neutralizar el saque del oponente y devolver la pelota al colocador en las mejores condiciones para que este pueda organizar un ataque efectivo.
- 3. Colocación/bloqueo:** El colocador es el elemento más importante de la alineación y el juego de un equipo. Debido al mayor número de contactos y posibilidades de ataque, es vital, ya que determina la efectividad del ataque y el resultado del partido. Todos los jugadores

deben dominarlo. Debe estar cerca de la red, ligeramente alejado para evitar tocar el balón al girar, pero no demasiado lejos para evitar tener que acercarse a la red para interceptarlo. Su postura debe ser natural, relajada y alerta para ajustar rápidamente su posición y corregir una recepción incorrecta o mover el balón a una zona inesperada.

4. **Remate:** Tras el despegue, el jugador envía el balón con fuerza a la mitad del campo rival, buscando una zona con defensa débil o encarándolo directamente y enviando el balón fuera de la cancha a una velocidad o dirección que este no puede controlar. Los jugadores también pueden usar fintas, dejando un balón débil que pille desprevenido al rival. Aunque el equipo tiene tres toques de balón, puede atacar (o fintar) al primer toque para pillar desprevenido al rival.
5. **Defensa:** Esta es la acción que realiza un jugador después de que el balón golpea o atraviesa una pantalla, cubriendo el área abierta de la cancha fuera de la sombra de la pantalla. A menudo vemos a jugadores lanzarse, extender los brazos y hacer que el balón rebote en sus manos en lugar de en el suelo, evitando así anotar. Utilizan otras técnicas con un solo brazo e incluso se ponen de pie para atrapar el balón que regresa al área abierta.

2.3. Definiciones conceptuales

Autoestima:

Gómez (2024) define que la autoestima es un conjunto de cogniciones, evaluaciones y valoraciones de uno mismo. Representa una actitud que incluye la aceptación, el respeto

y la valoración de las características físicas y psicológicas personales, y afecta la forma en que una persona piensa, siente y se comporta.

Colocación/bloqueo:

El colocador es el elemento más importante de la alineación y el juego de un equipo. Debido al mayor número de contactos y posibilidades de ataque, es vital, ya que determina la efectividad del ataque y el resultado del partido.

Defensa:

Esta es la acción que realiza un jugador después de que el balón golpea o atraviesa una pantalla, cubriendo el área abierta de la cancha fuera de la sombra de la pantalla.

Dimensión cognitiva:

Esta dimensión se relaciona con las ideas que el individuo tiene acerca de él mismo. Incluye la representación de nosotros mismos y los desarrollos psicológicos que tienen influencia en la manera en que nos sentimos.

Dimensión afectiva:

Aquí es donde se encuentra el peso de la emoción que tiene nuestra auto aceptación. Esencialmente, es lo que sentimos de nosotros mismos. Una autoestima positiva o negativa influencia en nuestros sentimientos.

Dimensión comportamental:

Esta dimensión se relaciona con la manera en la que actuamos en función de la imagen que tenemos de nosotros mismos. Las conclusiones y acciones que tenemos están influenciadas por la manera en que nos percibimos a nosotros mismos.

La autoestima se encuentra además con una magnitud en la sociedad. Se relaciona con la sensación de aprobación y duración a una comunidad.

Practica de voleibol:

Greenland (2022) define que el voleibol es más que un pasatiempo; es una ayuda potente para el desarrollo completo de los menores. Los provechos mentales, emocionales, físicos y sociales que tiene son incuestionables. Además, los infantes que participan en actividades como el voleibol tienen una mayor probabilidad de tener un buen desempeño en los estudios, ya que aprenden a administrar su tiempo y a establecer metas.

Recepción/pase:

La devolución del saque es el primer contacto que realiza un equipo para organizar un ataque tras el saque del oponente. El objetivo principal es neutralizar el saque del oponente y devolver la pelota al colocador en las mejores condiciones para que este pueda organizar un ataque efectivo.

Remate:

Tras el despegue, el jugador envía el balón con fuerza a la mitad del campo rival, buscando una zona con defensa débil o encarándolo directamente y enviando el balón fuera de la cancha a una velocidad o dirección que este no puede controlar.

Cada punto comienza con un saque desde atrás de la línea de fondo. El balón se lanza al aire y se golpea hacia el campo contrario, buscando un punto débil. El saque puede realizarse de pie o saltando.

2.4. Formulación de la hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

La autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

2.4.2. Hipótesis específicas

La dimensión cognitiva de la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

La dimensión afectiva de la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

La dimensión comportamental de la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

La dimensión social de la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

2.5. Operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V1: Autoestima	Dimensión cognitiva	Pensamientos propios	1, 2, 3	Likert
		Autoimagen		
	Dimensión afectiva	Procesos mentales	4, 5	Likert
		Autoestima positiva Autoestima negativa		
	Dimensión comportamental	Forma de actuar	6, 7, 8	Likert
		Toma de decisiones		
Dimensión social	Acciones	9, 10	Likert	
	Sentimiento de aceptación Pertenencia a un grupo			

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V2: Voleibol	Saque	Saque bajo	11, 12, 13	Likert
		Saque alto		
		Saque flotante		
	Recepción/pase	Control del balón con antebrazo	14, 15	Likert
		Control del balón con los dedos		
	Colocación/bloqueo	Levantamiento del balón con el antebrazo	16, 17, 18	Likert
		Levantamiento del balón con los dedos		
	Remate	Bloqueo preciso	19, 20	Likert
Golpe al balón con fuerza				
Defensa	Golpe al balón con precisión	21, 22, 23	Likert	
	Defensa con los brazos			
	Defensa con los dedos Defensa con otra parte del cuerpo			

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

3.1.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación aplicado en la tesis es básico.

3.1.2. Nivel de investigación

El nivel de investigación aplicado en la tesis es correlacional.

3.1.3. Diseño

El diseño de investigación aplicado en la tesis es no experimental.

3.1.4. Enfoque

El enfoque de investigación aplicado en la tesis es cuantitativo.

3.2. Población y muestra

3.2.1 Población

La población está constituida por 12 niñas del Club Señor del Mar de Huacho.

3.2.2 Muestra

La Muestra está constituida las 12 niñas siendo el total de la población.

3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.3.1. Técnicas a emplear

La técnica empleada para la recolección de la información en las niñas es la lista de cotejo.

3.3.2. Descripción de los instrumentos

El instrumento aplicado para la recolección de la información es el cuestionario que tiene 10 preguntas para la variable 1 y 13 preguntas para la variable 2.

3.4. Técnicas para el procesamiento de la información

Instrumentos

Encuesta

Guía de

observación

Cuaderno de campo

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1. Análisis de resultados

Tabla 1

La niña tiene pensamientos propios positivos cuando practica del voleibol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	8%
A veces	3	25%
Siempre	8	67%
TOTAL	12	100%

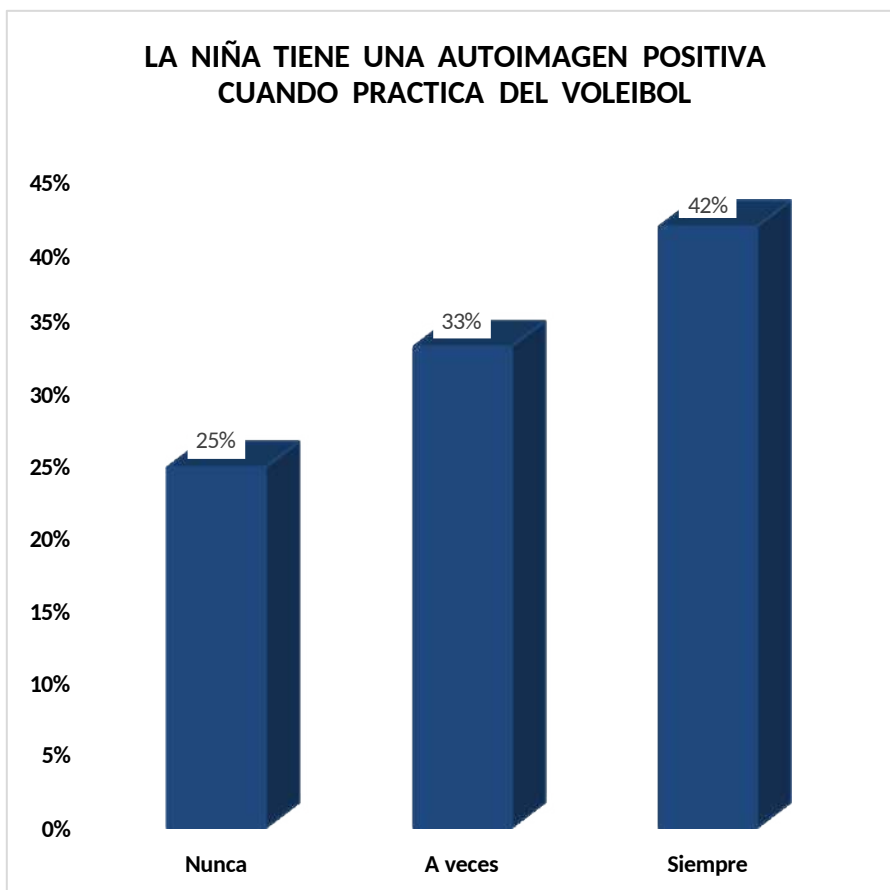


Figura 1 La niña tiene pensamientos propios positivos cuando practica del voleibol

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 8% nunca tiene pensamientos propios positivos cuando practica del voleibol, el 25% a veces tiene pensamientos propios positivos cuando practica del voleibol y el 67% siempre tiene pensamientos propios positivos cuando practica del voleibol.

La niña tiene una autoimagen positiva cuando practica del voleibol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	3	25%
A veces	4	33%
Siempre	5	42%
TOTAL	12	100%

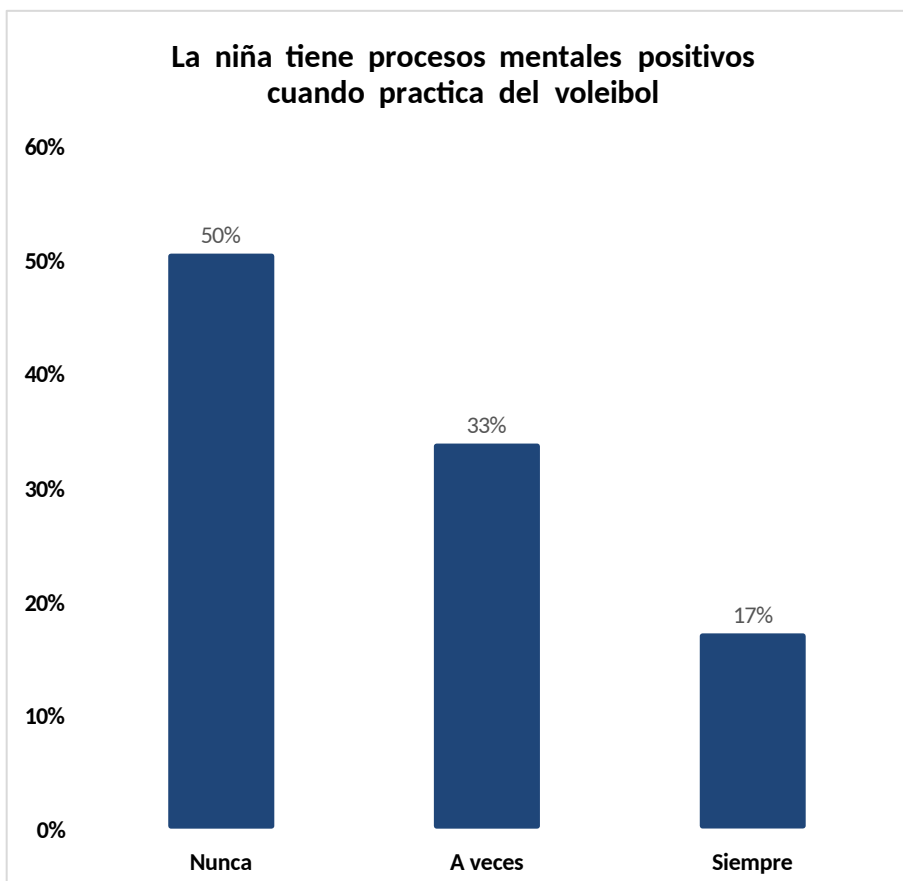


*Figura 2*La niña tiene una autoimagen positiva cuando practica del voleibol

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 25% nunca tiene una autoimagen positiva cuando practica del voleibol, el 33% a veces tiene una autoimagen positiva cuando practica del voleibol y el 42% siempre tiene una autoimagen positiva cuando practica del voleibol .

La niña tiene procesos mentales positivos cuando practica del voleibol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	6	50%
A veces	4	33%
Siempre	2	17%
TOTAL	12	100%

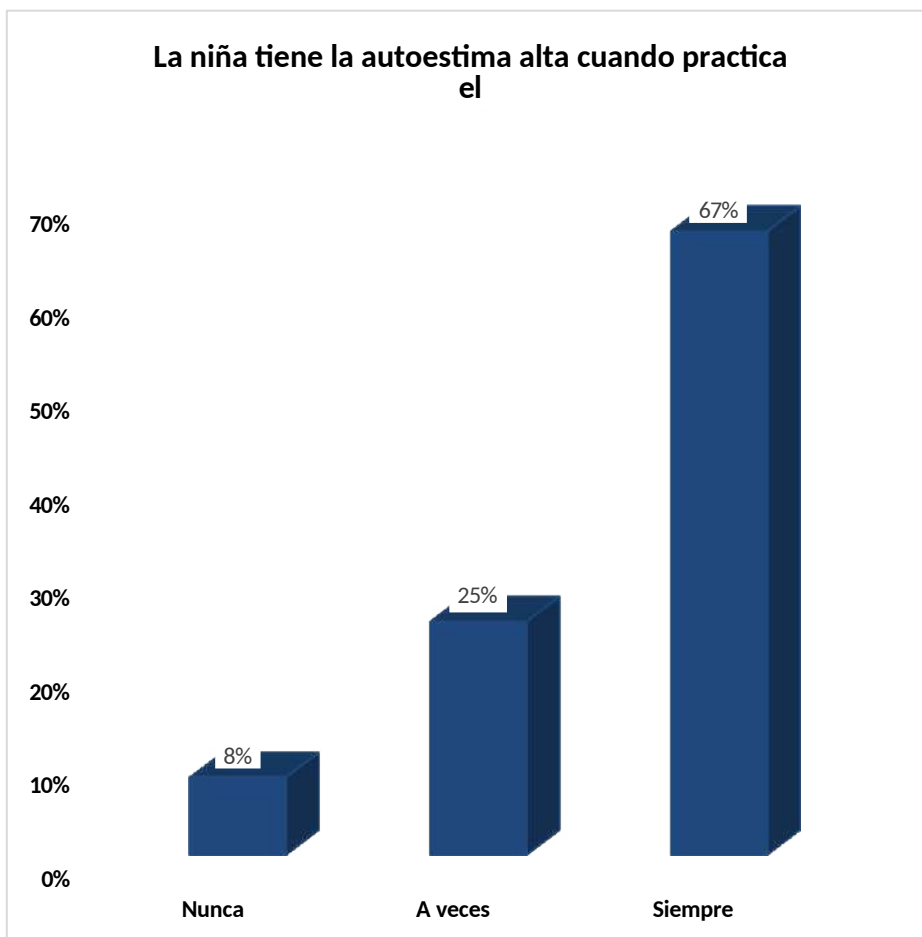


*Figura 3*La niña tiene procesos mentales positivos cuando practica del voleibol

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 50% nunca tiene procesos mentales positivos cuando practica del voleibol, el 33% a veces tiene procesos mentales positivos cuando practica del voleibol y el 17% siempre tiene procesos mentales positivos cuando practica del voleibol.

La niña tiene la autoestima alta cuando practica el voleibol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	8%
A veces	3	25%
Siempre	8	67%
TOTAL	12	100%

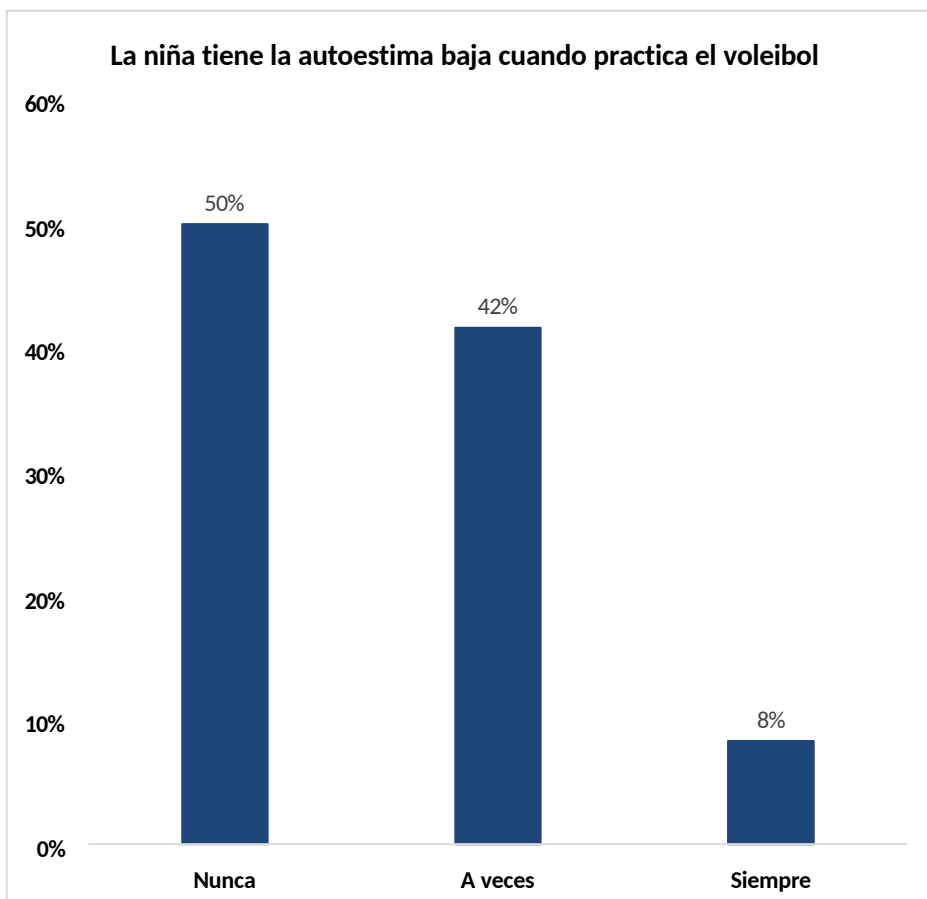


*Figura 4*La niña tiene la autoestima alta cuando practica el voleibol

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 8% nunca tiene la autoestima alta cuando practica el voleibol, el 25% a veces tiene la autoestima alta cuando practica el voleibol y el 67% siempre tiene la autoestima alta cuando practica el voleibol.

La niña tiene la autoestima baja cuando practica el voleibol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	6	50%
A veces	5	42%
Siempre	1	8%
TOTAL	12	100%

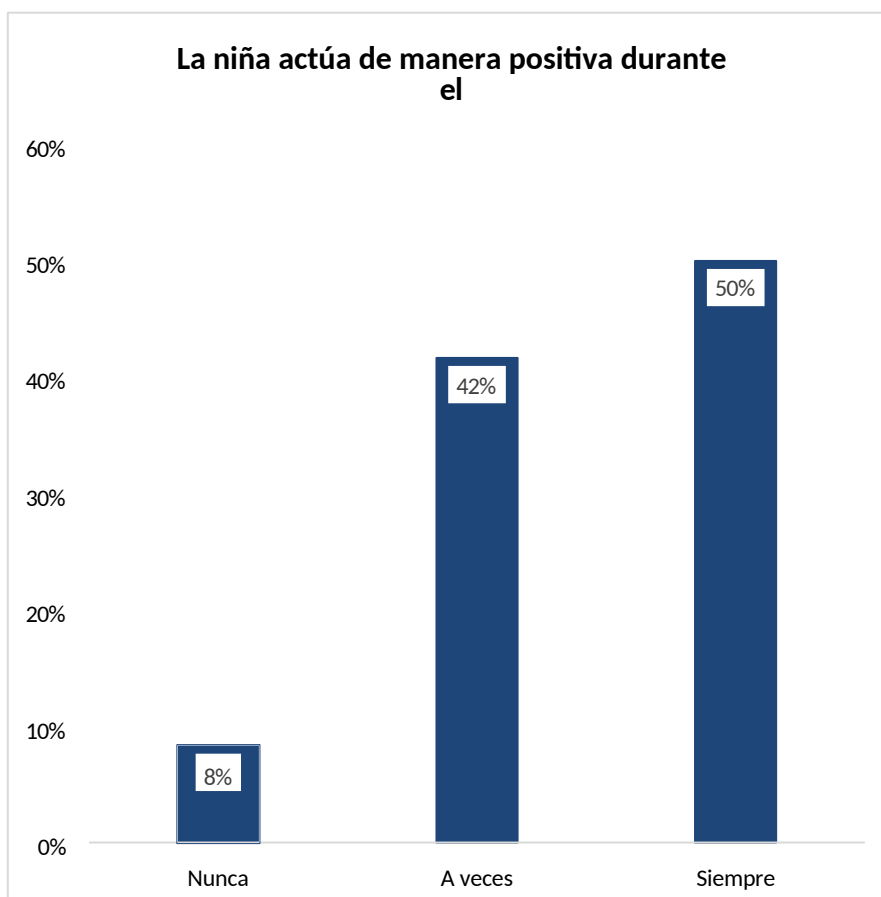


*Figura 5*La niña tiene la autoestima baja cuando practica el voleibol

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 50% nunca tiene la autoestima baja cuando practica el voleibol, el 42% a veces tiene la autoestima baja cuando practica el voleibol y el 8% siempre tiene la autoestima baja cuando practica el voleibol.

La niña actúa de manera positiva durante el voleibol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	8%
A veces	5	42%
Siempre	6	50%
TOTAL	12	100%

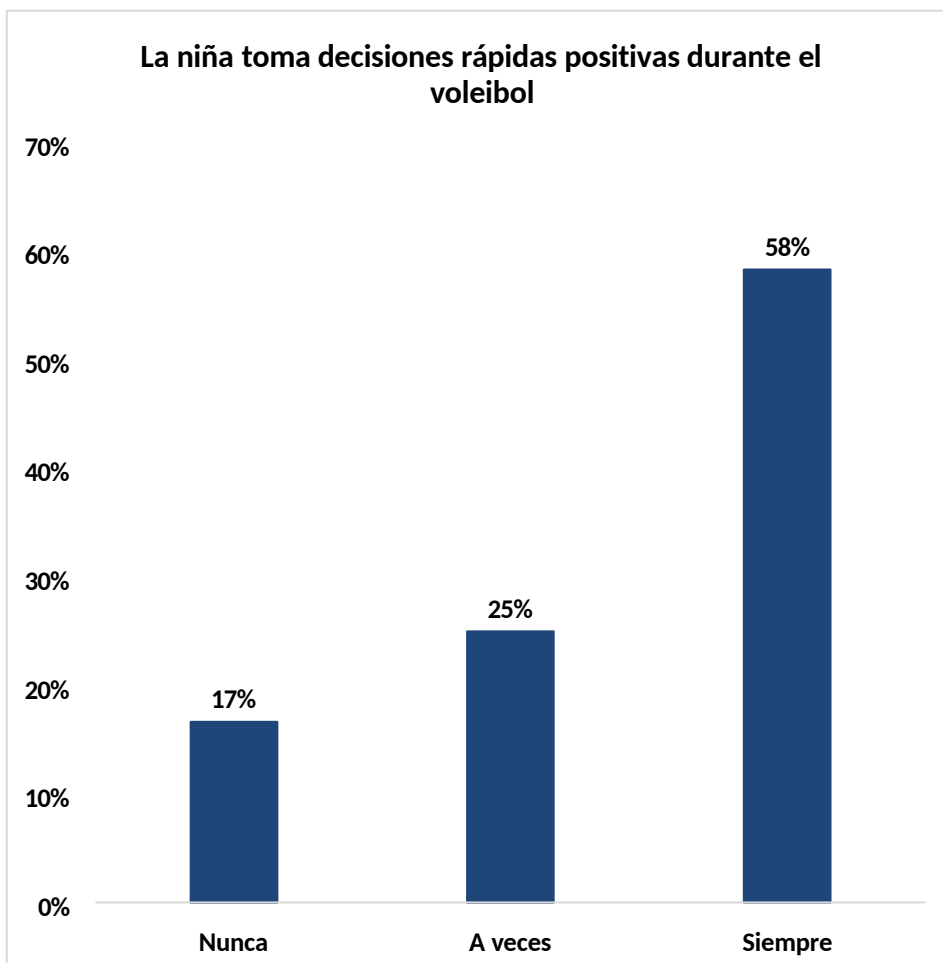


*Figura 6*La niña actúa de manera positiva durante el voleibol

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 8% nunca actúa de manera positiva durante el voleibol, el 42% a veces actúa de manera positiva durante el voleibol y el 50% siempre actúa de manera positiva durante el voleibol.

La niña toma decisiones rápidas positivas durante el voleibol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	17%
A veces	3	25%
Siempre	7	58%
TOTAL	12	100%

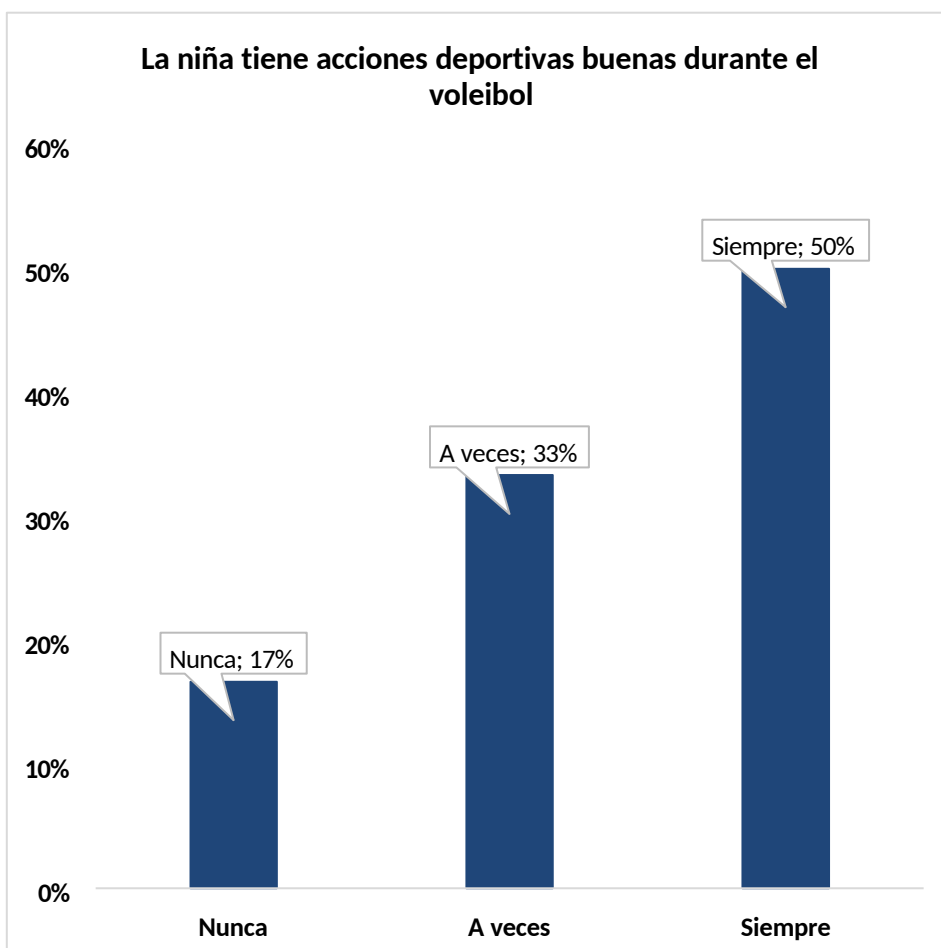


*Figura 7*La niña toma decisiones rápidas positivas durante el voleibol

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 17% nunca toma decisiones rápidas positivas durante el voleibol, el 25% a veces toma decisiones rápidas positivas durante el voleibol y el 58% siempre toma decisiones rápidas positivas durante el voleibol.

La niña tiene acciones deportivas buenas durante el voleibol

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	17%
A veces	4	33%
Siempre	6	50%
TOTAL	12	100%



*Figura 8*La niña tiene acciones deportivas buenas durante el voleibol

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 17% nunca tiene acciones deportivas buenas durante el voleibol, el 33% a veces tiene acciones deportivas buenas durante el voleibol y el 50% siempre tiene acciones deportivas buenas durante el voleibol.

La niña se acepta independientemente de la opinión de sus compañeras

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	17%
A veces	3	25%
Siempre	7	58%
TOTAL	12	100%

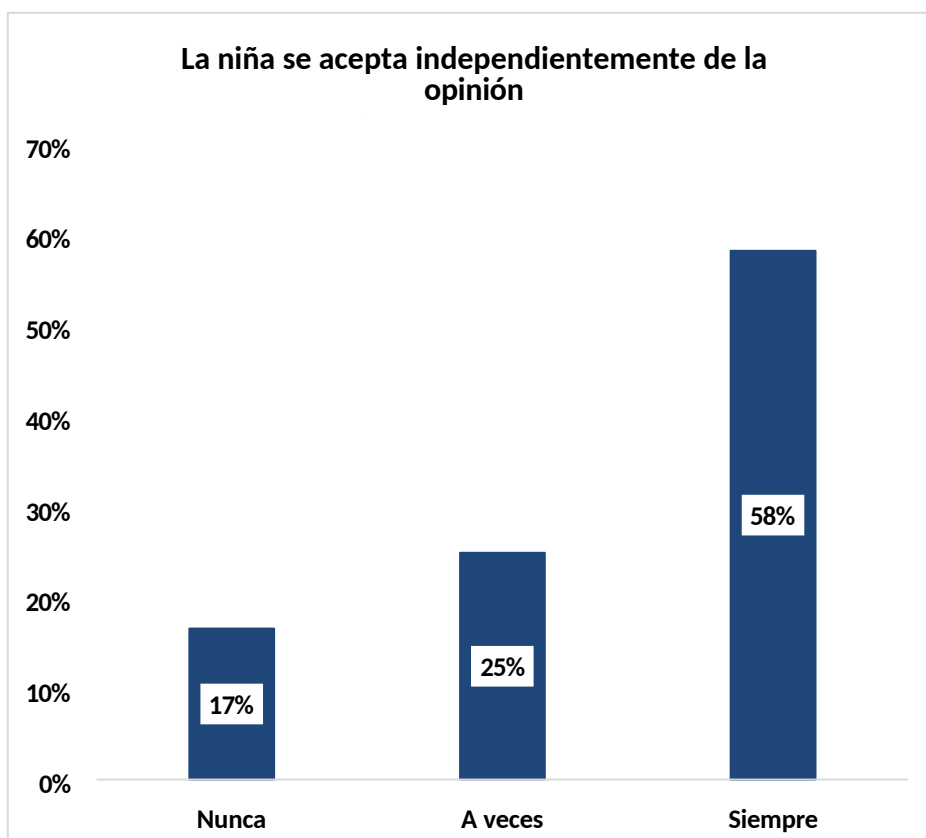
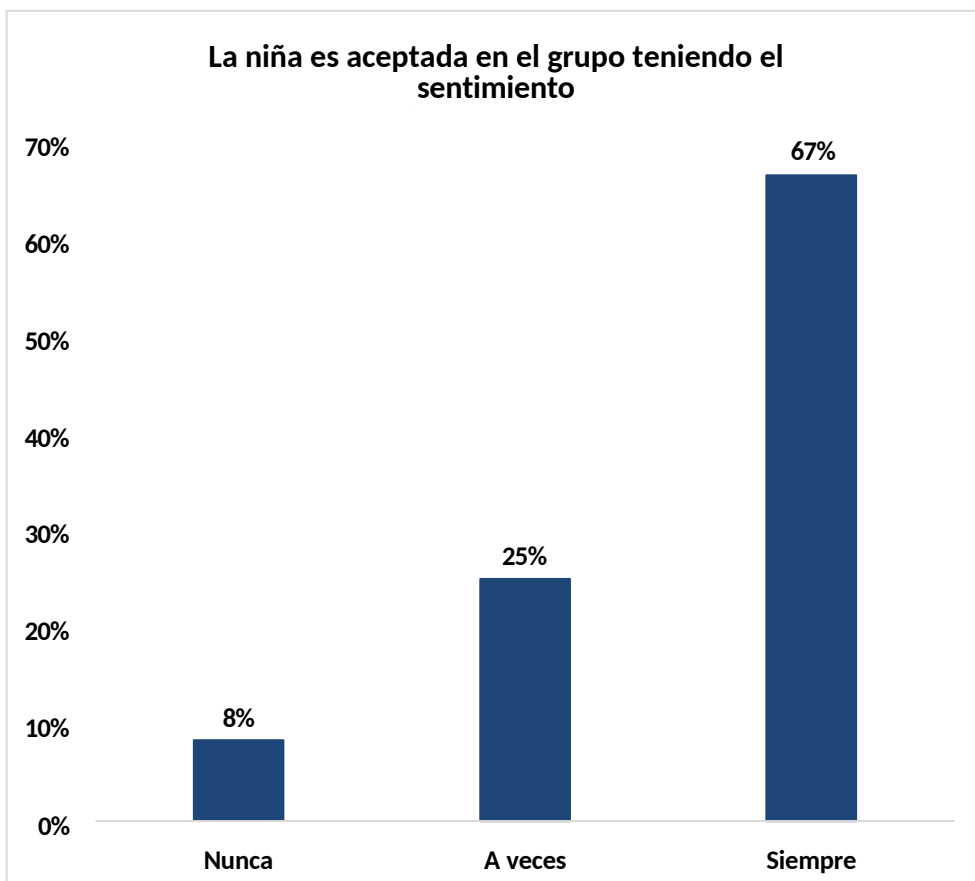


Figura 9 La niña se acepta independientemente de la opinión de sus compañeras

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 17% nunca se acepta independientemente de la opinión de sus compañeras, el 25% a veces se acepta independientemente de la opinión de sus compañeras y el 58% siempre se acepta independientemente de la opinión de sus compañeras.

La niña es aceptada en el grupo teniendo el sentimiento de pertenencia

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	8%
A veces	3	25%
Siempre	8	67%
TOTAL	12	100%

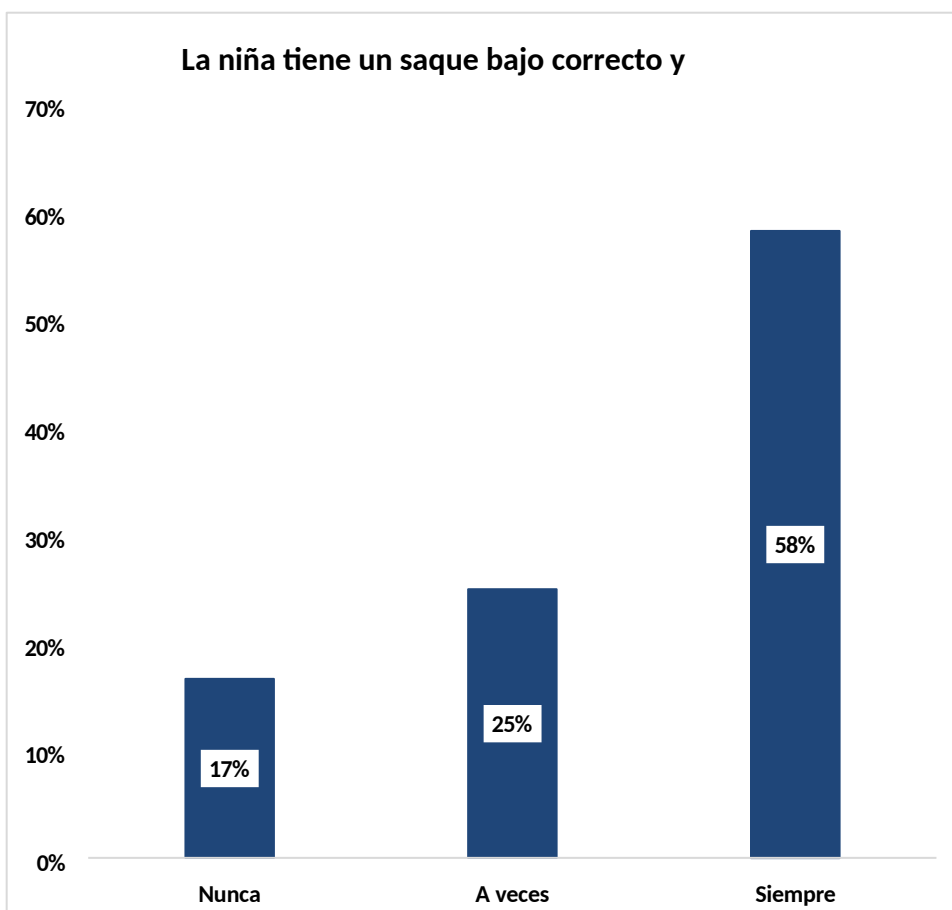


*Figura 10*La niña es aceptada en el grupo teniendo el sentimiento de pertenencia

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 8% nunca es aceptada en el grupo teniendo el sentimiento de pertenencia, el 25% a veces es aceptada en el grupo teniendo el sentimiento de pertenencia y el 67% siempre es aceptada en el grupo teniendo el sentimiento de pertenencia.

La niña tiene un saque bajo correcto y potente

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	17%
A veces	3	25%
Siempre	7	58%
TOTAL	12	100%



*Figura 11*La niña tiene un saque bajo correcto y potente

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 17% nunca tiene un saque bajo correcto y potente, el 25% a veces tiene un saque bajo correcto y potente y el 58% siempre tiene un saque bajo correcto y potente.

La niña tiene un saque alto correcto y potente

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	8	67%
A veces	3	25%
Siempre	1	8%
TOTAL	12	100%

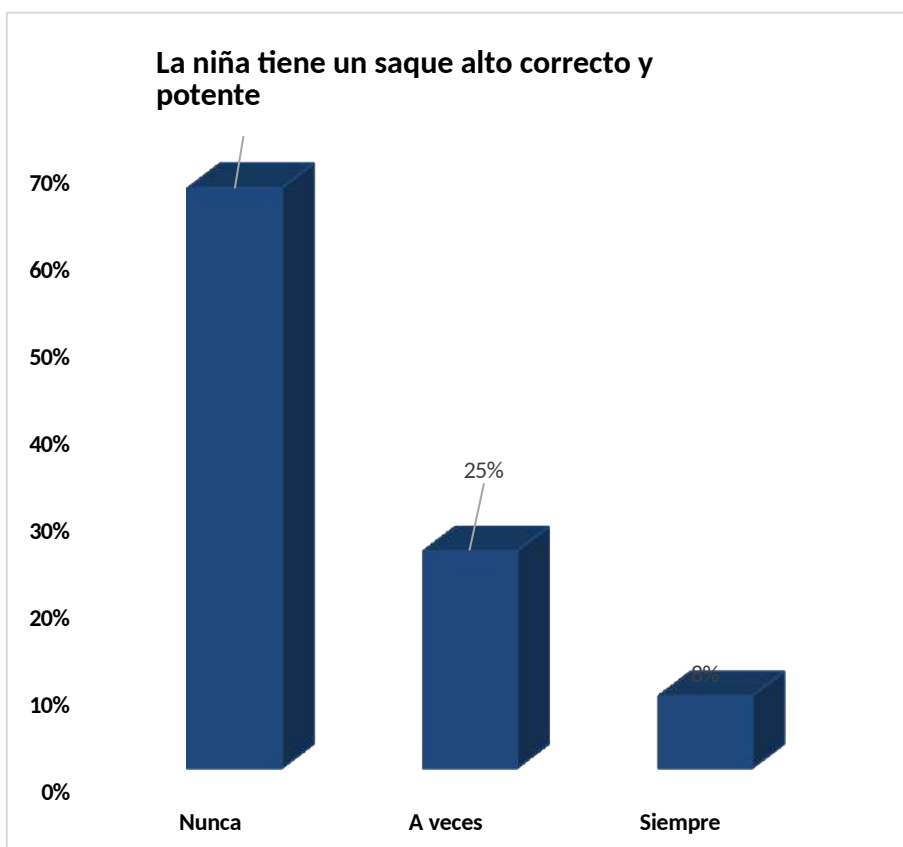
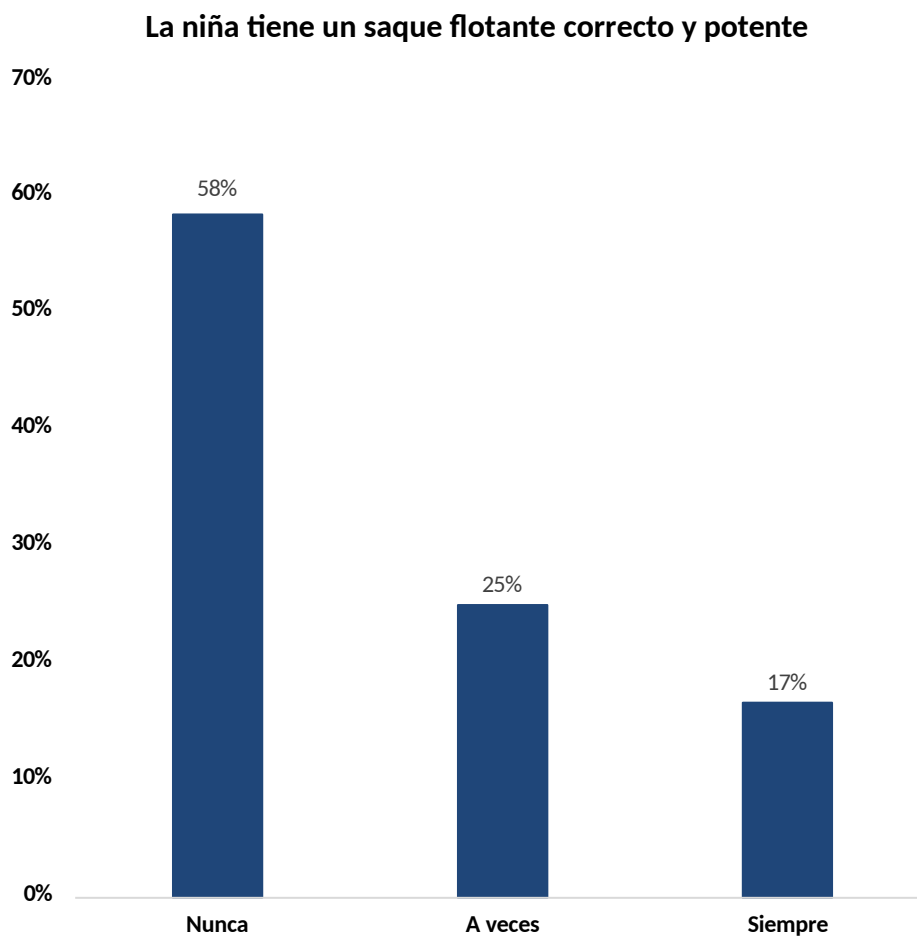


Figura 12 La niña tiene un saque alto correcto y potente

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 67% nunca tiene un saque alto correcto y potente, el 25% a veces tiene un saque alto correcto y potente y el 8% siempre tiene un saque alto correcto y potente.

La niña tiene un saque flotante correcto y potente

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	7	58%
A veces	3	25%
Siempre	2	17%
TOTAL	12	100%



*Figura 13*La niña tiene un saque flotante correcto y potente

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 58% nunca tiene un saque flotante correcto y potente, el 25% a veces tiene un saque flotante correcto y potente y el 17% siempre tiene un saque flotante correcto y potente.

La niña recepciona y controla el balón con el antebrazo

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	8%
A veces	4	33%
Siempre	7	58%
TOTAL	12	100%

LA NIÑA RECEPCIONA Y CONTROLA EL BALÓN CON EL ANTEBRAZO

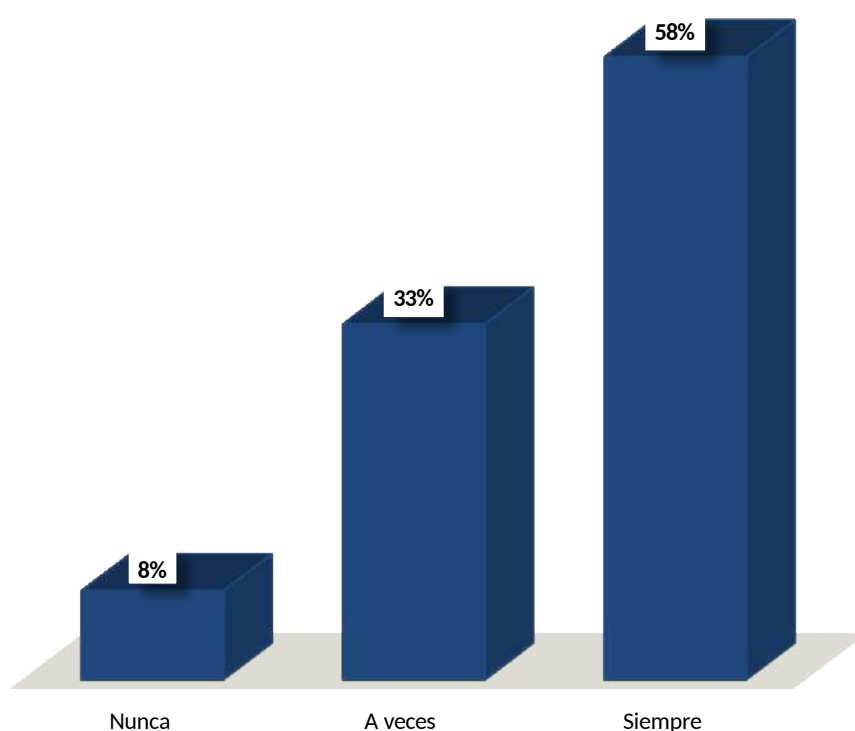
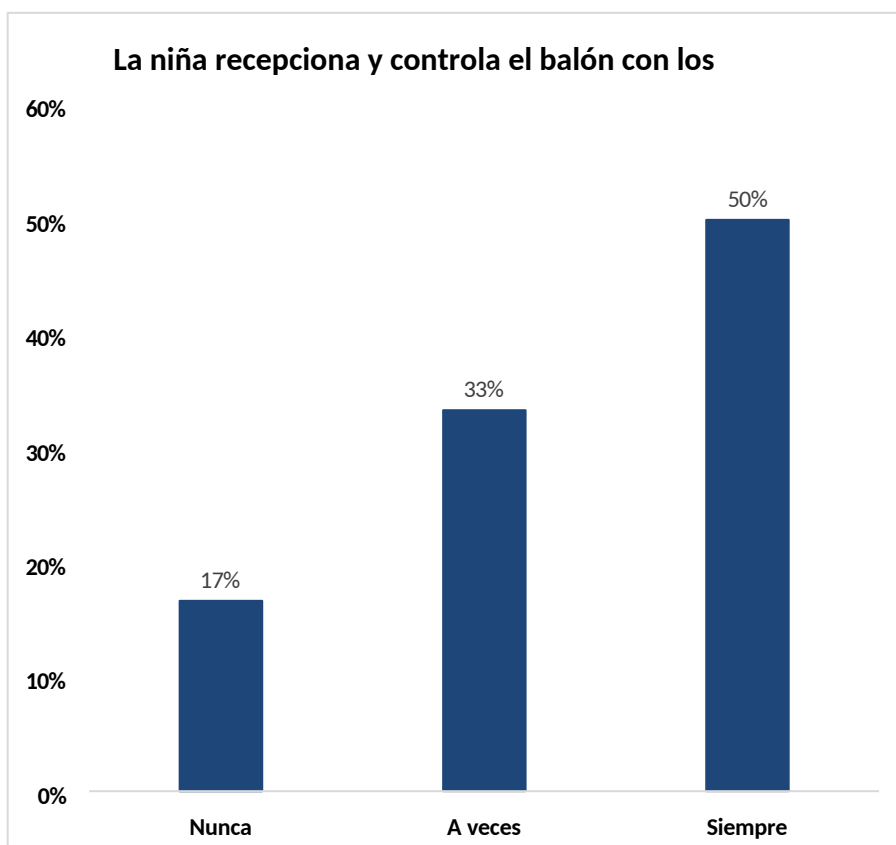


Figura 14 La niña recepciona y controla el balón con el antebrazo

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 8% nunca recepciona y controla el balón con el antebrazo, el 33% a veces recepciona y controla el balón con el antebrazo y el 58% siempre recepciona y controla el balón con el antebrazo.

La niña recepciona y controla el balón con los dedos

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	17%
A veces	4	33%
Siempre	6	50%
TOTAL	12	100%



*Figura 15*La niña recepciona y controla el balón con los dedos

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 17% nunca recepciona y controla el balón con los dedos, el 33% a veces recepciona y controla el balón con los dedos y el 50% siempre recepciona y controla el balón con los dedos.

La niña levanta el balón con el antebrazo y logra colocar con punto a favor

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	4	33%
A veces	5	42%
Siempre	3	25%
TOTAL	12	100%

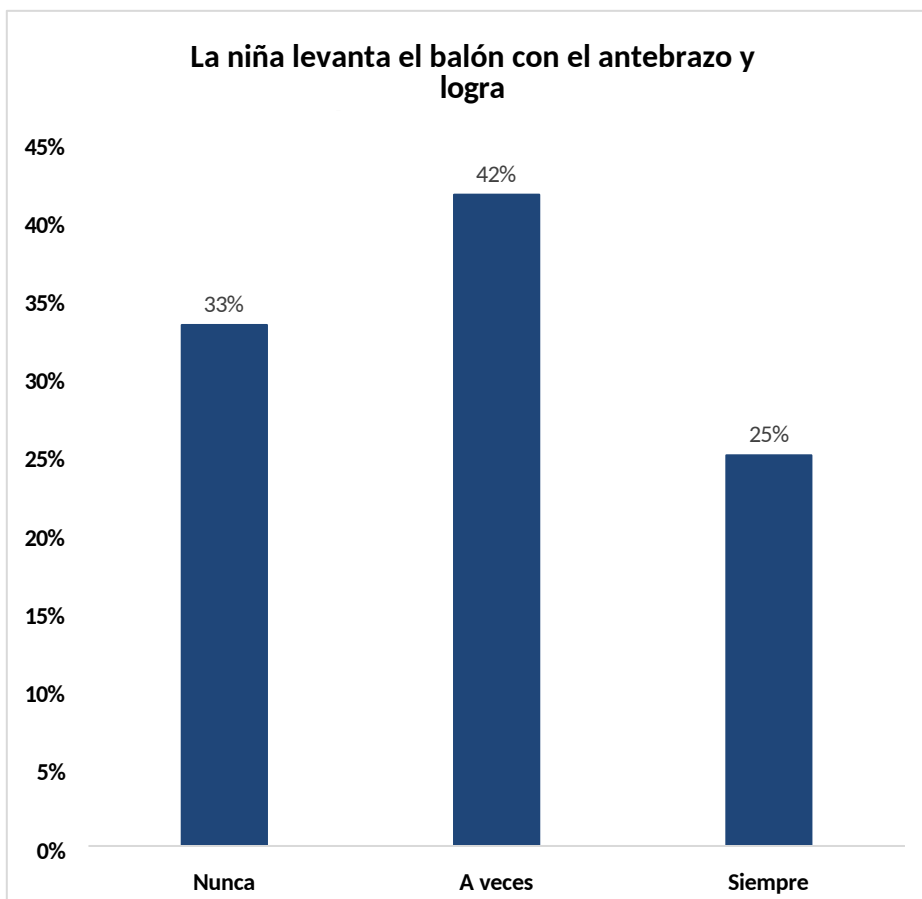


Figura 16 La niña levanta el balón con el antebrazo y logra colocar con punto a favor

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 33% nunca levanta el balón con el antebrazo y logra colocar con punto a favor, el 42% a veces levanta el balón con el antebrazo y logra colocar con punto a favor y el 25% siempre levanta el balón con el antebrazo y logra colocar con punto a favor.

La niña levanta el balón con los dedos y logra colocar con punto a favor

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	17%
A veces	4	33%
Siempre	6	50%
TOTAL	12	100%

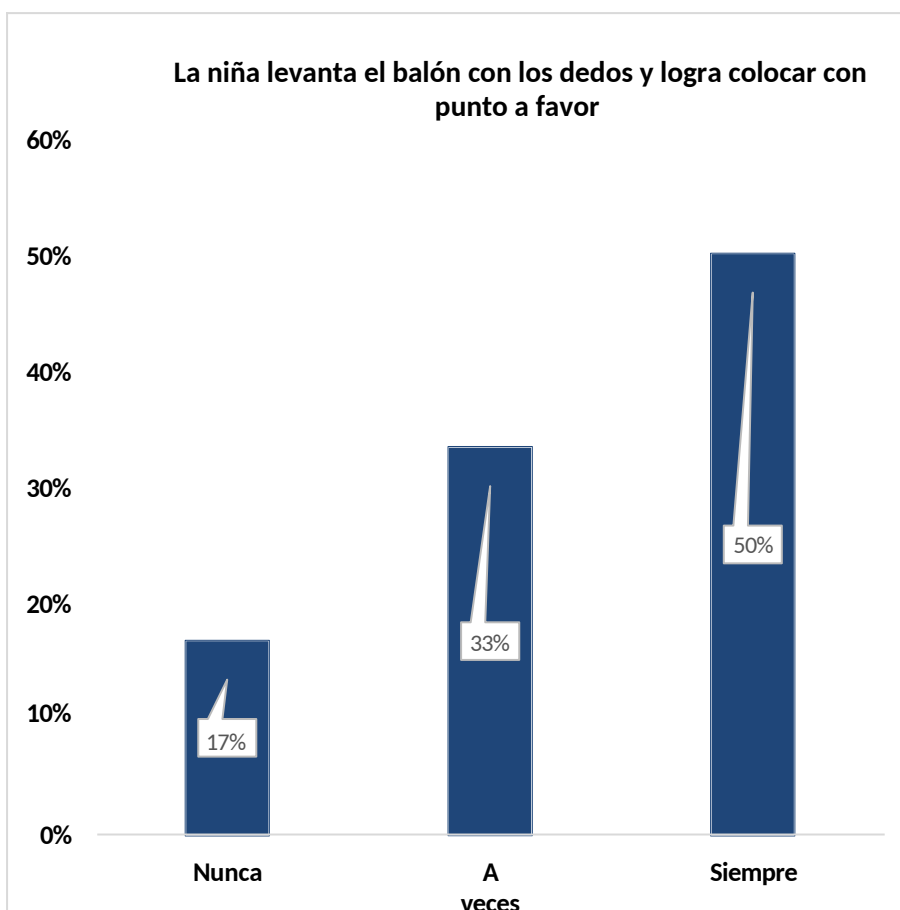
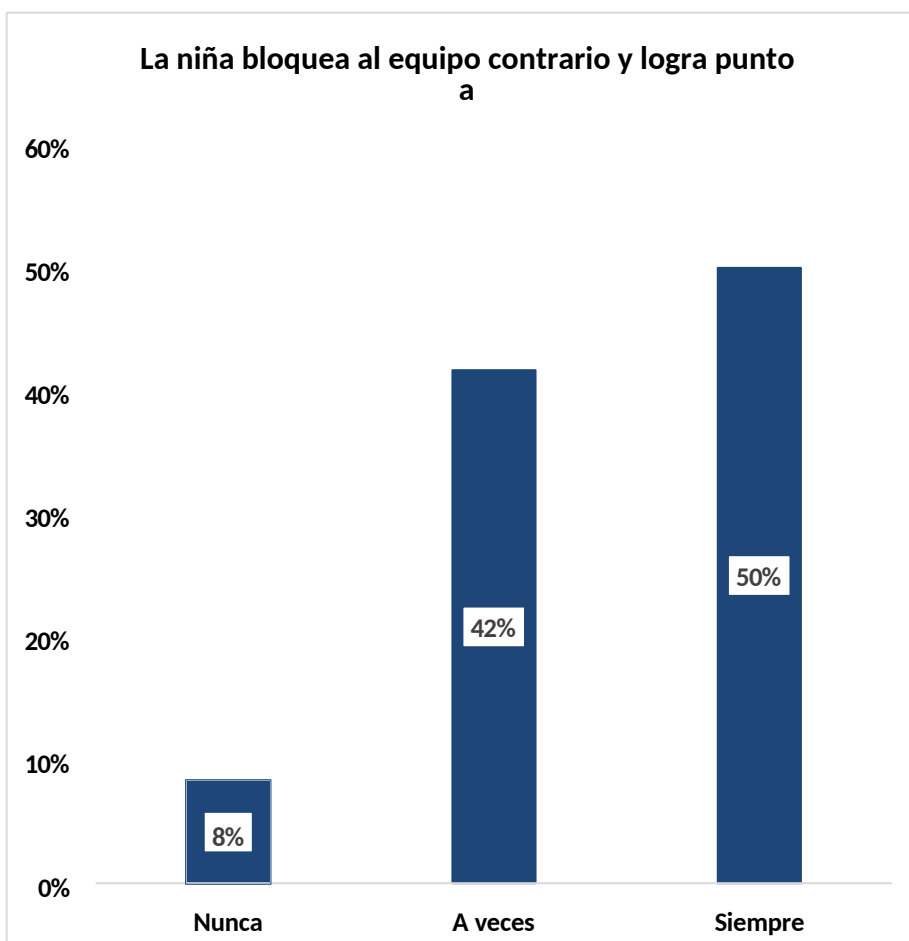


Figura 17 La niña levanta el balón con los dedos y logra colocar con punto a favor

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 17% nunca levanta el balón con los dedos y logra colocar con punto a favor, el 33% a veces levanta el balón con los dedos y logra colocar con punto a favor y el 50% siempre levanta el balón con los dedos y logra colocar con punto a favor.

La niña bloquea al equipo contrario y logra punto a favor

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	8%
A veces	5	42%
Siempre	6	50%
TOTAL	12	100%

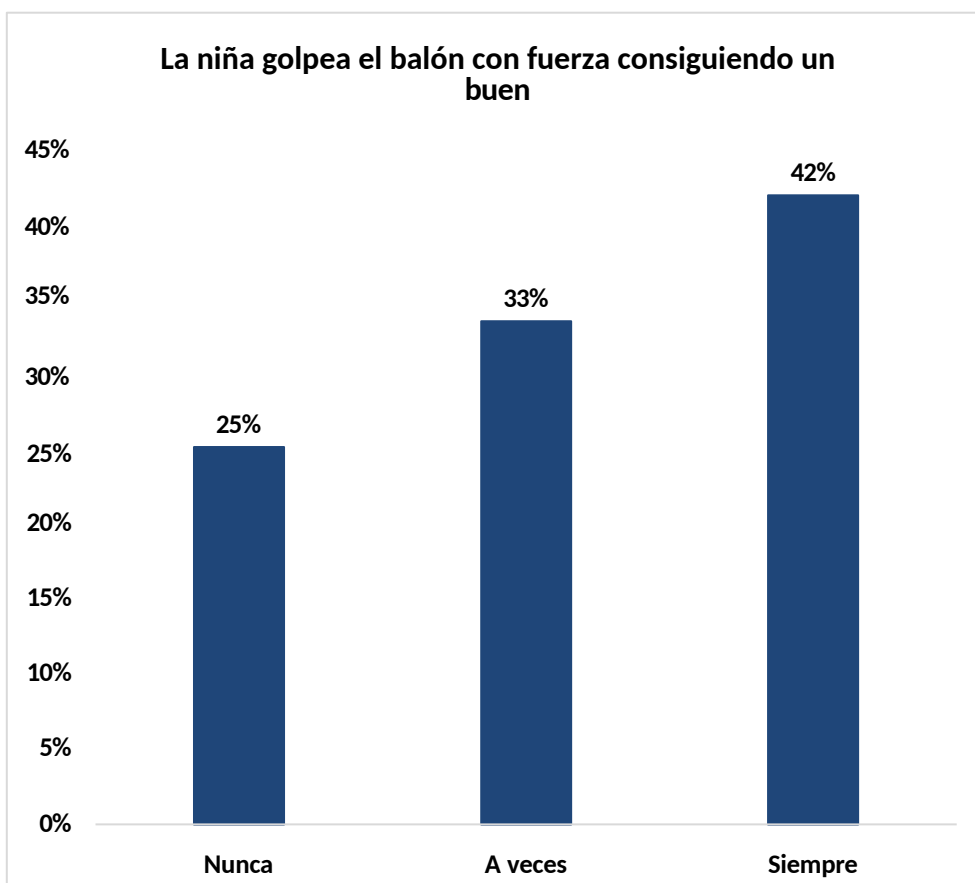


*Figura 18*La niña bloquea al equipo contrario y logra punto a favor

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 8% nunca bloquea al equipo contrario y logra punto a favor, el 42% a veces bloquea al equipo contrario y logra punto a favor y el 50% siempre bloquea al equipo contrario y logra punto a favor.

La niña golpea el balón con fuerza consiguiendo un buen remate

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	3	25%
A veces	4	33%
Siempre	5	42%
TOTAL	12	100%

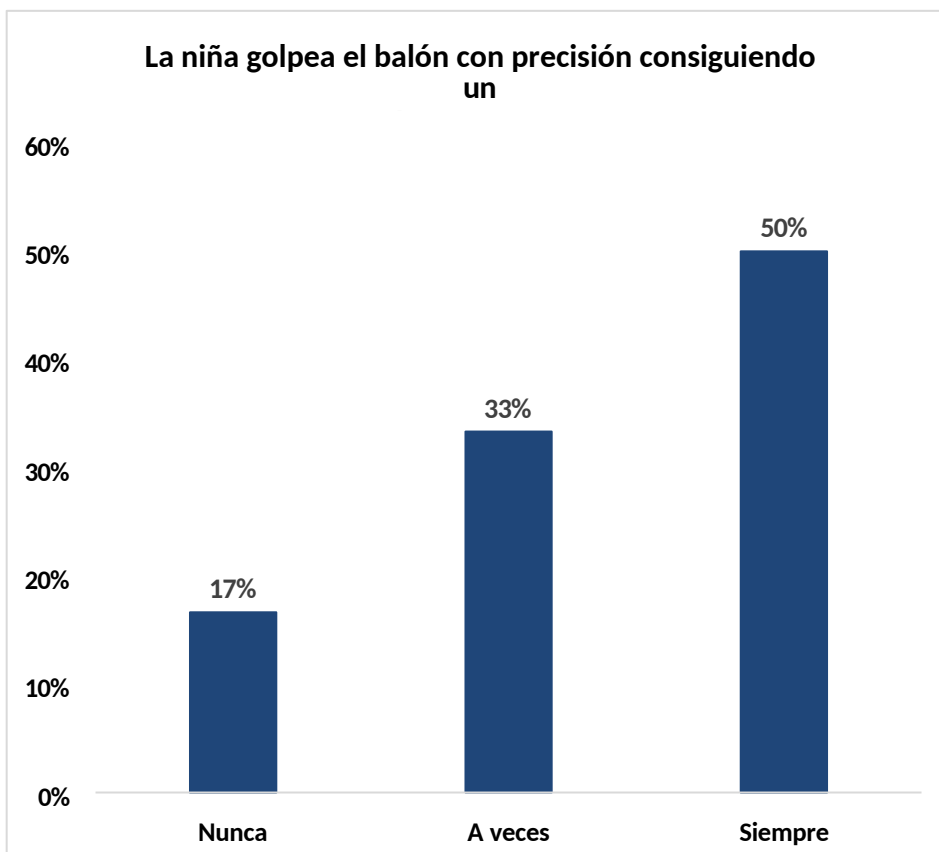


*Figura 19*La niña golpea el balón con fuerza consiguiendo un buen remate

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 25% nunca golpea el balón con fuerza consiguiendo un buen remate, el 33% a veces golpea el balón con fuerza consiguiendo un buen remate y el 42% siempre golpea el balón con fuerza consiguiendo un buen remate.

La niña golpea el balón con precisión consiguiendo un buen remate

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	17%
A veces	4	33%
Siempre	6	50%
TOTAL	12	100%

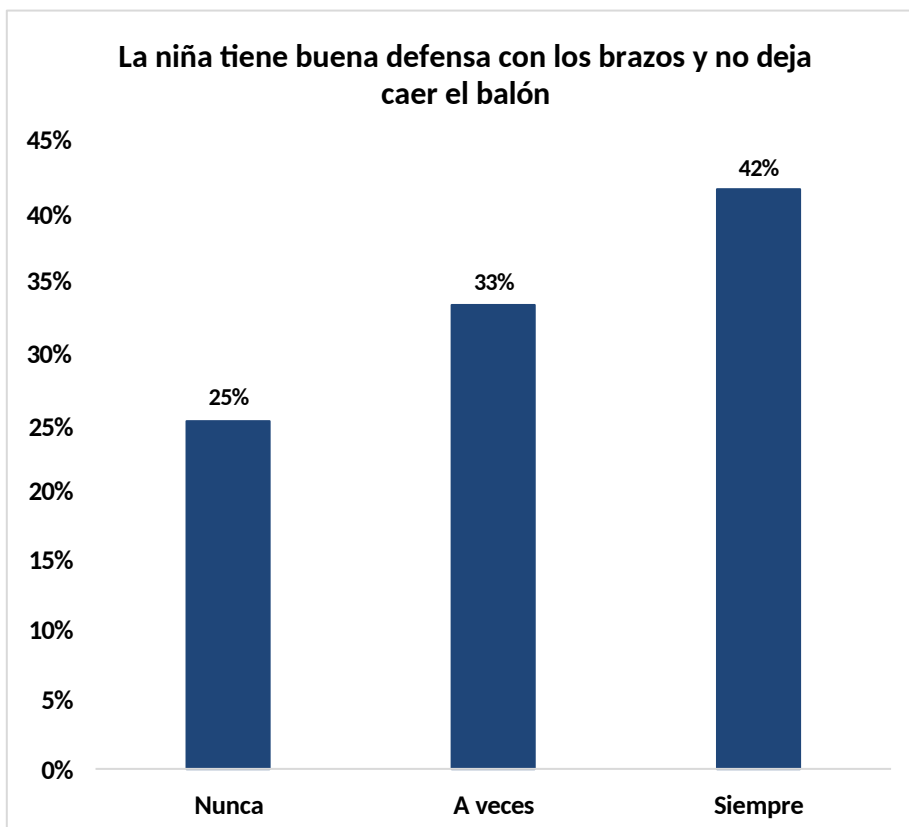


*Figura 20*La niña golpea el balón con precisión consiguiendo un buen remate

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 17% nunca golpea el balón con precisión consiguiendo un buen remate, el 33% a veces golpea el balón con precisión consiguiendo un buen remate y el 50% siempre golpea el balón con precisión consiguiendo un buen remate.

La niña tiene buena defensa con los brazos y no deja caer el balón

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	3	25%
A veces	4	33%
Siempre	5	42%
TOTAL	12	100%

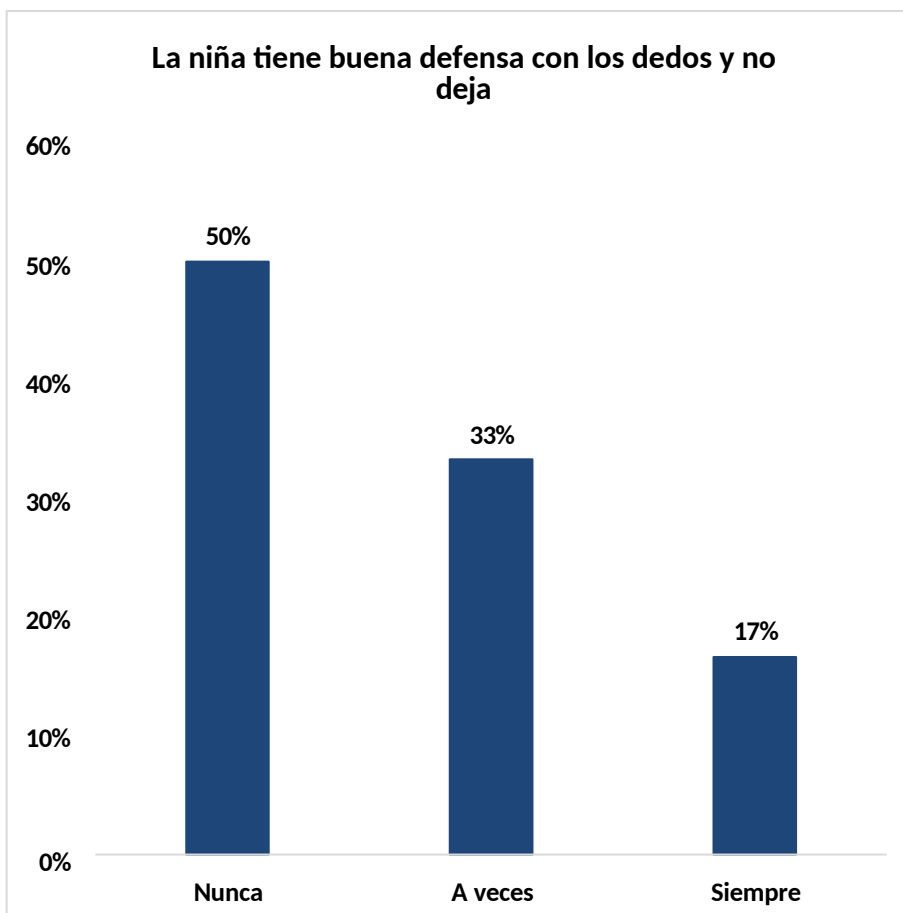


*Figura 21*La niña tiene buena defensa con los brazos y no deja caer el balón

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 25% nunca tiene buena defensa con los brazos y no deja caer el balón, el 33% a veces tiene buena defensa con los brazos y no deja caer el balón y el 42% siempre tiene buena defensa con los brazos y no deja caer el balón.

La niña tiene buena defensa con los dedos y no deja caer el balón

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	6	50%
A veces	4	33%
Siempre	2	17%
TOTAL	12	100%

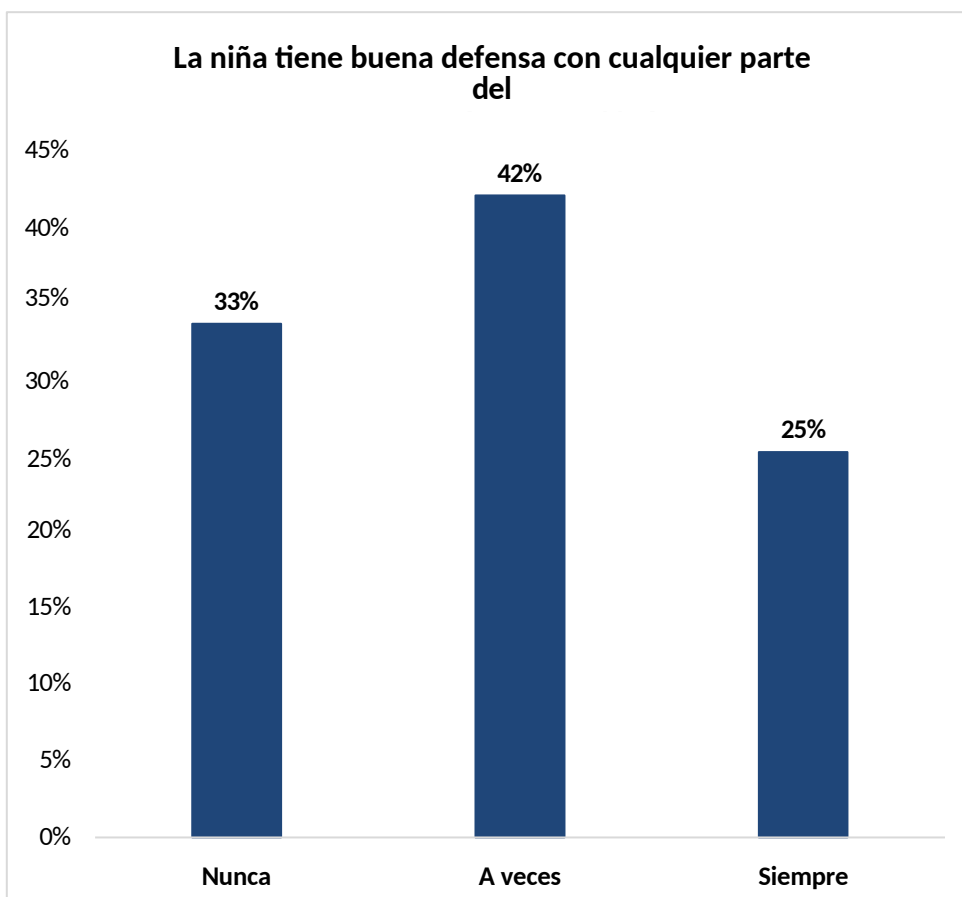


*Figura 22*La niña tiene buena defensa con los dedos y no deja caer el balón

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 50% nunca tiene buena defensa con los dedos y no deja caer el balón, el 33% a veces tiene buena defensa con los dedos y no deja caer el balón y el 17% siempre tiene buena defensa con los dedos y no deja caer el balón.

La niña tiene buena defensa con cualquier parte del cuerpo y no deja caer el balón

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	4	33%
A veces	5	42%
Siempre	3	25%
TOTAL	12	100%



*Figura 23*La niña tiene buena defensa con cualquier parte del cuerpo y no deja caer el balón

INTERPRETACIÓN: Se observó a 12 niñas del Club Señor del Mar y se afirma que; el 33% nunca tiene buena defensa con cualquier parte del cuerpo y no deja caer el balón, el 42% a veces tiene buena defensa con cualquier parte del cuerpo y no deja caer el balón y el 25% siempre tiene buena defensa con cualquier parte del cuerpo y no deja caer el balón.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5. 1. DISCUSIÓN

De los resultados obtenidos se afirma que la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Estos resultados tienen relación con Silva (2020) en su tesis titulada “*aporte del voleibol en la mejora de la autoestima de los niños de educación primaria*”, su objetivo es el empoderamiento docente y mejora de la autoestima del alumnado de primaria a través de estrategias metodológicas relacionadas con el voleibol, concluye que cada acción está orientada a la solución de problemas, en primer lugar dirigidos a los docentes, fortaleciendo sus estrategias metodológicas para mejorar su competencia en educación física, especialmente en voleibol, y también realizando acciones con el PPF para visibilizar el trabajo educativo entre la escuela y la familia (p. 26).

Primera: Se tiene como conclusión que la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Segunda: Se tiene como conclusión que la dimensión cognitiva de la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Tercera: Se tiene como conclusión que la dimensión afectiva de la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Cuarta: Se tiene como conclusión que la dimensión comportamental de la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Quinta: Se tiene como conclusión que la dimensión social de la autoestima se relaciona significativamente con la práctica del voleibol en niñas de categoría infantil del Club Señor del Mar, Huacho, 2025.

Primera: Se aconseja indagar la manera en la que el voleibol, como actividad deportiva de grupo, influencia en la percepción y seguridad de los integrantes, teniendo en cuenta tanto las características de cada uno como del grupo.

Segunda: Se aconseja indagar la manera en la que la administración de las emociones dentro del juego influencia en la estimación de uno mismo y, en consecuencia, en las estrategias para enfrentar la presión y los momentos de estrés.

Tercera: Es aconsejado examinar la manera en la que la conversación, el feedback positivo, la fijación de metas factibles y la creación de un entorno de sustento tienen influencia en la percepción que tienen los jugadores.

Cuarta: Se sugiere Identificar formas de respuesta emocional y conductual, y examinar si métodos como la autocompasión, la reorientación de la mente o la búsqueda de asistencia social están relacionados a una mayor estimación personal.

CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN

6. 1. Fuentes Bibliográficas

Delgado, E. (2021). practica del voleibol y rendimiento deportivo escolar en la institución educativa primaria 50163. *Pregrado*. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Arequipa, Perú.

Diaz, E. (2024). Voleibol Comunitario: Jóvenes Transformando su Comunidad y mejorando el desarrollo humano. *Posgrado*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, España.

Mamani, R., & Jove, A. (2023). la actividad física y sus relación con los fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes. *Pregrado*. Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Azángaro, Puno, Perú.

Moral, J., & Lopez, S. (2020). autoestima y practica deportiva en adolescentes. *Posgrado*. Universidad Pontificia de Salamanca, España.

Neglia, J., & Vargas, E. (2025). Condición física y práctica de vóley en estudiantes. *Pregrado*. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, Perú.

Silva, A. (2020). Aporte del vóleybol en la mejora de la autoestima de los niños de educación primaria. *Pregrado*. Universidad Nacional de Tumbes, Piura, Perú.

Valencia, J., & Moreno, K. (2024). Afectación de la autoestima en el desarrollo de la práctica deportiva en un grupo de adolescentes. *Posgrado*. Instituto Universitario Tecnológico de Antioquia, medellín, Colombia.

6.2. Fuentes Electrónicas

Castro, S. (01 de 04 de 2024). *Autoestima: Qué es y 10 técnicas para mejorarla*. Obtenido de <https://www.iepp.es/que-es-autoestima-tecnicas-para-mejorarla/>

Costa, J. (24 de 05 de 2022). *La autoestima como base de una buena salud mental*. Obtenido de <https://www.som360.org/es/blog/autoestima-como-base-buena-salud-mental>

Gomez, M. (09 de 11 de 2024). *Autoestima*. Obtenido de <https://concepto.de/autoestima/>

Greenlnad, L. (27 de 11 de 2022). *Los beneficios del voleibol para niños*. Obtenido de <https://blog.ecagrupoeeducativo.mx/greenland/los-beneficios-del-voleibol-para-ninos>

Montagud, N. (12 de 08 de 2021). *Los 4 componentes de la autoestima*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/psicologia/componentes-autoestima>

Perez, M. (2021). *Autoestima*. Obtenido de <https://psiquiatria.com/glosario/autoestima>

Ruiz, A. (20 de 05 de 2021). *¿A qué edad es recomendable jugar al voleibol?* Obtenido de <https://www.todopapas.com/ninos/juegos-y-manualidades/a-que-edad-es-recomendable-jugar-al-voleibol-11294>

Ugarte, A. (2021). *Voleibol para niños*. Obtenido de <https://ninos.kiddle.co/Voleibol>

Valencia, J., & Moreno, K. (2024). *Afectación de la autoestima en el desarrollo de la práctica deportiva en un grupo de adolescentes*. *Posgrado*. Instituto Universitario Tecnológico de Antioquia, medellín, Colombia.

Venturo, J. (2023). *Voleibol*.

ANEXOS



LISTA DE COTEJO

A LAS NIÑAS DE CATEGORÍA INFANTIL DEL CLUB SEÑOR DEL MAR,
HUACHO, 2025.

1= Nunca; 2= A veces; 3= Siempre

AUTOESTIMA				
I. Dimensión cognitiva		Calificación		
		1	2	3
1.	La niña tiene pensamientos propios positivos cuando practica del voleibol.			
2.	La niña tiene una autoimagen positiva cuando practica del voleibol.			
3.	La niña tiene procesos mentales positivos cuando practica del voleibol.			
II. Dimensión afectiva		Calificación		
		1	2	3
4.	La niña tiene la autoestima alta cuando practica el voleibol.			
5.	La niña tiene la autoestima baja cuando practica el voleibol.			
III. Dimensión comportamental		Calificación		
		1	2	3
6.	La niña actúa de manera positiva durante el voleibol.			
7.	La niña toma decisiones rápidas positivas durante el voleibol.			
8.	La niña tiene acciones deportivas buenas durante el voleibol.			
IV. Dimensión social		Calificación		
		1	2	3
9.	La niña se acepta independientemente de la opinión de sus compañeras.			
10.	La niña es aceptada en el grupo teniendo el sentimiento de pertenencia.			
VOLEIBOL				

V. Saque		Calificación		
		1	2	3
11.	La niña tiene un saque bajo correcto y potente.			
12.	La niña tiene un saque alto correcto y potente.			
13.	La niña tiene un saque flotante correcto y potente.			
VI. Recepción/pase		Calificación		
		1	2	3
14.	La niña recibe y controla el balón con el antebrazo.			
15.	La niña recibe y controla el balón con los dedos.			
VII. Colocación/bloqueo		Calificación		
		1	2	3
16.	La niña levanta el balón con el antebrazo y logra colocar con punto a favor.			
17.	La niña levanta el balón con los dedos y logra colocar con punto a favor.			
18.	La niña bloquea al equipo contrario y logra punto a favor.			
VIII. Remate		Calificación		
		1	2	3
19.	La niña golpea el balón con fuerza consiguiendo un buen remate.			
20.	La niña golpea el balón con precisión consiguiendo un buen remate.			
IX. Defensa		Calificación		
		1	2	3
21.	La niña tiene buena defensa con los brazos y no deja caer el balón.			
22.	La niña tiene buena defensa con los dedos y no deja caer el balón.			
23.	La niña tiene buena defensa con cualquier parte del cuerpo y no deja caer el balón.			