



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Física y Deportes

Deporte y autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II

Tesis

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

Autores

Ronald Alex Acuña Rafael

Cesar Gerardo Ingunza De La Rosa

Asesor

Dr. Randolph Nuñez Torreblanca

Huacho – Perú

2024



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

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Ronald Alex Acuña Rafael	74573621	02 de julio de 2024
Cesar Gerardo Ingunza De La Rosa	75538822	02 de julio de 2024
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Dr. Randolph Nuñez Torreblanca	41577711	0000-0001-8611-6300
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Norvina Marlina Marcelo Angulo	15766260	0000-0002-9998-8260
Lic. Maria Magdalena La Rosa Guevara	07682298	0000-0001-6434-9584
Dr. Carlos Alberto Gutierrez Bravo	15616035	0000-0003-4568-930X

DEPORTE Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL 1ER CICLO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL JOSE FAUSTINO SANCHEZ CARRION, HUACHO, 2023 - II

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%

INDICE DE SIMILITUD

16%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

9%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

alicia.concytec.gob.pe

Fuente de Internet

3%

2

1library.co

Fuente de Internet

2%

3

Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion

Trabajo del estudiante

2%

4

repositorio.upla.edu.pe

Fuente de Internet

1%

5

admision.up.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

www.caracteristicas.co

Fuente de Internet

1%

7

repository.ucc.edu.co

Fuente de Internet

1%

bibliotecadigital.iue.edu.co

Dedicatoria

Mi tesis, la dedico en primer lugar a Dios porque solo él sabe todos los momentos que pasé durante el tiempo que estuve en la universidad, momentos en las que había situaciones en las que era difícil de salir, pero por alguna razón siempre salía todo bien.

De igual manera a mis padres y a mi hermano, que con sus palabras de aliento siempre me motivaron a seguir adelante, que confiaron en mí desde el día uno y me hace muy feliz que ellos confíen en mí siempre.

Asimismo, quiero hacer una mención especial a mi tío Liberato que siempre confió en mí a pesar de los momentos difíciles, que siempre me vio como ejemplo para sus hijos y agradecerle infinitamente el apoyo que siempre me brindo.

A mis abuelos, tíos, tías, primos, primas, que siempre creyeron en mí y más por ser el sobrino o nieto mayor, que siempre se preocuparon y preguntaron por mí siempre y la confianza que me brindaron siempre

Gracias a todos.

Ronald Alex Acuña Rafael

Mi tesis está dedicada a Dios, quién en su gloria permitió que pudiera salir adelante y sobresalir ante las adversidades, ser mi guía en muchos momentos complicados y a mi familia, por ser la benefactora, apoyo emocional y moral en mi día a día.

A mis compañeros y maestros de la universidad, quienes me aconsejaron y apoyaron en muchos ámbitos académicos y por las líneas experiencias vividas que jamás olvidaré.

Cesar Gerardo Ingunza De La Rosa

Agradecimiento

Agradecer a los profesores que estuvieron en mi etapa formativa como estudiante, por las enseñanzas y la experiencia recibida, asimismo agradecer a Liberato Espinoza Fernández que fue una de las pocas personas que me ayudo y confió en mí.

Ronald Alex Acuña Rafael

Cesar Gerardo Ingunza De La Rosa

Índice

Dedicatoria	2
Agradecimiento	7
Índice de tablas	11
Índice de figuras	12
Resumen	13
Abstract	14
INTRODUCCIÓN	15
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	17
1.1 Descripción de la realidad problemática	17
1.4. Justificación de la investigación	20
1.5 Delimitaciones del estudio	20
1.6 Viabilidad del estudio	20
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	22
2. 1. Antecedentes de la investigación	22
2.1.1. Investigaciones internacionales	22
2.1.2. Investigaciones nacionales	24
2.2. Bases teóricas	26
2.3. Definiciones conceptuales	36
2.4. Formulación de la hipótesis	39
2.4.1. Hipótesis general	39

2.4.2. Hipótesis específicas	39
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	41
3.1 Diseño metodológico	41
3.1.1 Tipo de Investigación	41
3.1.2 Nivel de Investigación	41
3.1.3 Diseño	41
3.1.4 Enfoque	41
3.2. Población y muestra	41
3.2.1 Población	41
3.2.2 Muestra	41
3.3 Operacionalización de variables	42
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	42
3.4.1. Técnicas a emplear	42
3.4.2. Descripción de los instrumentos	42
3.5. Técnicas para el procesamiento de la información	42
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	43
4.1. Análisis de resultados	43
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	63
5. 1. DISCUSIÓN	63
5. 2. CONCLUSIONES	64
5. 3. RECOMENDACIONES	65
CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN	66

6. 1. Fuentes Bibliográficas	66
ANEXOS	68
ENCUESTA	71

Índice de tablas

Tabla 1¿Usted practica el deporte porque le gusta ser competitivo?	43
Tabla 2¿Usted practica el deporte porque así muestra su institucionalidad?	44
Tabla 3¿Usted practica el deporte como práctica codificada?	45
Tabla 4¿Usted practica el deporte como cultura corporal?	46
Tabla 5¿Usted practica el deporte porque considera que su cuerpo es importante?	47
Tabla 6¿Usted practica el deporte desarrollando su eficiencia motriz?	48
Tabla 7¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su belleza?	49
Tabla 8¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su placer?	50
Tabla 9¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su atracción?	51
Tabla 10¿Usted practica el deporte porque simplemente lo disfruta?	52
Tabla 11¿Usted juega porque necesita sentirse aceptado por el grupo?	53
Tabla 12¿Usted juega porque considera que aumenta su personalidad?	54
Tabla 13¿Usted juega para sentirse atractivo en todo momento?	55
Tabla 14¿Usted juega porque considera que así se defiende mejor adoptando buena silueta?	56
Tabla 15¿Considera usted que cuando juega se vuelve más inteligente?	57
Tabla 16¿Considera usted que cuando juega es constante?	58
Tabla 17¿Considera usted que cuando juega se vuelve creativo?	59
Tabla 18¿Cree usted que el deporte permite su autorrealización personal?	60
Tabla 19¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan los valores?	61
Tabla 20¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan y respetan las normas?	62

Índice de figuras

Figura 1¿Usted practica el deporte porque le gusta ser competitivo?	43
Figura 2¿Usted practica el deporte porque así muestra su institucionalidad?	44
Figura 3¿Usted practica el deporte como práctica codificada?	45
Figura 4¿Usted practica el deporte como cultura corporal?	46
Figura 5¿Usted practica el deporte porque considera que su cuerpo es importante?	47
Figura 6¿Usted practica el deporte desarrollando su eficiencia motriz?	48
Figura 7¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su belleza?	49
Figura 8¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su placer?	50
Figura 9¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su atracción?	51
Figura 10¿Usted practica el deporte porque simplemente lo disfruta?	52
Figura 11¿Usted juega porque necesita sentirse aceptado por el grupo?	53
Figura 12¿Usted juega porque considera que aumenta su personalidad?	54
Figura 13¿Usted juega para sentirse atractivo en todo momento?	55
Figura 14¿Usted juega porque considera que así se defiende mejor adoptando buena silueta?	56
Figura 15¿Considera usted que cuando juega se vuelve más inteligente?	57
Figura 16¿Considera usted que cuando juega es constante?	58
Figura 17¿Considera usted que cuando juega se vuelve creativo?	59
Figura 18¿Cree usted que el deporte permite su autorrealización personal?	60
Figura 19¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan los valores?	61
Figura 20¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan y respetan las normas?	62

Resumen

Muchos adolescentes no participan en actividades deportivas porque creen que sus capacidades físicas son inferiores, y para no ser objeto de burla o rechazo optan por no participar en las diversas actividades deportivas que realizan sus pares en la mayoría de los casos; su capacidad física. El autoconcepto negativo persiste hasta la edad adulta, por lo que tienden a ser inactivos. Determinar el tipo de autoestima de un adolescente y luego modificarlo puede tener un impacto positivo en el nivel de actividad física que realiza. La actividad física adecuada requiere una intención, ya sea educativa, recreativa, terapéutica o utilitaria; la autoevaluación de las capacidades físicas de una persona tiene implicaciones para la frecuencia, duración, tipo e intensidad de la actividad física que deben evitarse. **Objetivo:** Establecer la relación del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II. **Material y método:** nivel correlacional, tipo cuantitativo y no experimental La población y muestra conformada por 33 alumnos del 1er ciclo. El instrumento para medir el deporte y la autoestima es la encuesta. **Resultados y conclusiones:** El deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

Palabras claves: deporte, autoestima, autoconcepto.

Abstract

Many adolescents do not participate in sports activities because they believe that their physical abilities are inferior, and in order not to be the object of ridicule or rejection, they choose not to participate in the various sports activities that their peers do in most cases; his physical capacity. The negative self-concept persists into adulthood, so they tend to be inactive. Determining a teenager's type of self-esteem and then changing it can have a positive impact on the level of physical activity they engage in. Appropriate physical activity requires an intention, whether educational, recreational, therapeutic, or utilitarian; Self-assessment of a person's physical abilities has implications for the frequency, duration, type, and intensity of physical activity that should be avoided. Objective: Establish the relationship between sport and self-esteem in students of the 1st cycle of physical education and sports at the José Faustino Sánchez Carrión National University, Huacho, 2023 – II. Material and method: correlational level, quantitative and non-experimental type The population and sample made up of 33 students of the 1st cycle. The instrument to measure sport and self-esteem is the survey. Results and conclusions: Sport is related to self-esteem in students of the 1st cycle of physical education and sports at the José Faustino Sánchez Carrión National University, Huacho, 2023 – II.

Keywords: sport, self-esteem, self-concept.

INTRODUCCIÓN

Muchos adolescentes no participan en actividades deportivas porque creen que sus capacidades físicas son inferiores, y para no ser objeto de burla o rechazo optan por no participar en las diversas actividades deportivas que realizan sus pares en la mayoría de los casos; su capacidad física. El autoconcepto negativo persiste hasta la edad adulta, por lo que tienden a ser inactivos. Determinar el tipo de autoestima de un adolescente y luego modificarlo puede tener un impacto positivo en el nivel de actividad física que realiza. La actividad física adecuada requiere una intención, ya sea educativa, recreativa, terapéutica o utilitaria; la autoevaluación de las capacidades físicas de una persona tiene implicaciones para la frecuencia, duración, tipo e intensidad de la actividad física que deben evitarse. Papel decisivo sí; cree que le falta talento para un determinado deporte, lo más probable es que no participe en dichas actividades porque intentará evitar avergonzarse con una participación errática o incluso embarazosa, si cree que tiene buen talento para una determinada habilidad deportiva, sucederá lo contrario, porque tu participación podrá ser elogiada por los demás y tu autoestima quedará satisfecha.

Capítulo I: de la introducción, está la justificación de la investigación, los alcances del estudio y el objetivo general y específicos.

Capítulo II: de Marco teórico están las teorías y conceptos del deporte y la autoestima, que sustentan la investigación, variables, características, teorías para realizar la investigación de manera científica.

Capítulo III: de Metodología, se encuentra el tipo, diseño, nivel y enfoque de la investigación, la población y muestra utilizada en la investigación, además de las técnicas e instrumentos empleados en la adquisición de datos del deporte y la autoestima.

Capítulo IV: de los resultados, se presenta las tablas, las figuras con la interpretación y toma de decisiones.

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

Capítulo VI: de las conclusiones y recomendaciones, se da a conocer todas las conclusiones a las que se llegó y se realiza algunas recomendaciones acerca del deporte y la autoestima.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

La inactividad física afecta al 60% de los adolescentes, más de la mitad de los cuales tienen sobrepeso y obesidad en los países desarrollados, mientras que la cifra es ligeramente menor en los países en desarrollo. El 75% de los adolescentes inactivos se convertirán en adultos obesos o con sobrepeso, sedentarios y con alto riesgo de hipertensión, enfermedades cardiovasculares, hiperlipidemia y otras condiciones adversas de salud.

Muchos adolescentes no participan en actividades deportivas porque creen que sus capacidades físicas son inferiores, y para no ser objeto de burla o rechazo optan por no participar en las diversas actividades deportivas que realizan sus pares en la mayoría de los casos; su capacidad física. El autoconcepto negativo persiste hasta la edad adulta, por lo que tienden a ser inactivos. Determinar el tipo de autoconcepto corporal atlético de un adolescente y luego modificarlo puede tener un impacto positivo en el nivel de actividad física que realiza.

La actividad física adecuada requiere una intención, ya sea educativa, recreativa, terapéutica o utilitaria; la autoevaluación de las capacidades físicas de una persona tiene implicaciones para la frecuencia, duración, tipo e intensidad de la actividad física que deben evitarse. Papel decisivo sí; cree que le falta talento para un determinado deporte, lo más probable es que no participe en dichas actividades porque intentará evitar avergonzarse con una participación errática o incluso embarazosa, si cree que tiene buen talento para una determinada habilidad deportiva, sucederá lo contrario, porque tu participación podrá ser elogiada por los demás y tu autoestima quedará satisfecha.

A nivel nacional y en el ámbito regional no se han encontrado investigaciones que establecen la correlación entre el deporte y la autoestima, no obstante, en nuestra zona es usual observar que los jóvenes utilizan retroalimentación perceptiva acerca del desempeño físico, de manera que la falta de éxito en cualquier actividad física tiene efectos sobre la autoestima y hace que el adolescente pretenda no participar en esa clase de actividades en el futuro.

El género, la frecuencia y la magnitud de la actividad física realizada durante la juventud está cercanamente asociada a la manifestación de dificultades en los músculos esqueléticos tanto durante la juventud como en la adultez y su estudio se relaciona con la terapia física preventiva, además la orden de hacer ejercicio y la manera en que influencia su psique son dos formas de atender la patología de la fisionomía.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿De qué manera se relaciona el deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II?

1.2.2 Problemas específicos

¿De qué manera se relaciona la dimensión ética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II?

¿De qué manera se relaciona la dimensión cinética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II?

¿De qué manera se relaciona la dimensión estética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Establecer la relación del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

1.3.2 Objetivos específicos

Establecer la relación de la dimensión ética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

Establecer la relación de la dimensión cinética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

Establecer la relación de la dimensión estética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

1.4. Justificación de la investigación

Los resultados del análisis nos dejaron con la posibilidad de concebir un programa que mejorara el autoestima del deporte en los menores de edad de las universidades de nivel secundario con el fin de que estos jóvenes se activaran más y evitaran la aparición de diversas alteraciones en la estructura de músculos esqueléticos, durante la adolescencia y luego en la adultez.

1.5 Delimitaciones del estudio

En cuanto a los alcances son los siguientes:

Alcance espacial: Huacho.

Alcance temporal: Año 2023.

Alcance temático: El deporte y la autoestima.

Alcance institucional: alumnos de 1er ciclo de educación física de la UNJFSC.

1.6 Viabilidad del estudio

La investigación se ejecutó debido a las facilidades que dió el decano de la facultad y el director de escuela de educacion fisica y deportes.

Técnica

La investigación tiene todos los requisitos que solicita la Universidad.

Ambiental

Investigación académica, 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

Salinas (2021) en su tesis titulada *“Actividad física en la autoestima de los estudiantes universitarios de la carrera de pedagogía de la actividad física y deporte”*, su objetivo es averiguar el vínculo entre actividad física y valor de sí mismo de los estudiantes que cursan la carrera de pedagogía de la actividad física y el deporte, concluye que: De manera rotunda es posible determinar la vínculo existente entre actividad física y valor de autoestima de los estudiantes que cursan la carrera de pedagogía de la actividad física y el deporte a través de la validación de la hipótesis alternativa, principalmente a través del valor que se obtuvo del análisis estadístico no paramétrico de Rho de Spearman (0,002) (p. 46).

Avendaño (2019) en su tesis titulada *“La actividad física y su incidencia en la autoestima, la depresión y la ansiedad en deportistas de la Institución Educativa Liceo Nacional de Ibagué”*, su objetivo es evaluar la influencia que tiene la actividad física, particularmente en lo que se refiere a la autoestima, la depresión y la ansiedad, en las estudiantes de la escuela privada Liceo Nacional de Ibagué, concluye que: A partir de los resultados del estudio de grupos, es posible arribar a la conclusión de que el nivel de autopercepción de las estudiantes del Liceo Nacional de Ibagué es bajo, únicamente un grupo de estudiantes que no representa más del veinte por ciento de la población del estudio, manifiesta que están convencidas de las buenas características que tienen y consideran que son

capaces de hacer las cosas igual de bien que las personas que las rodean, es decir, tienen un alto nivel de autopercepción (p. 69).

Acevedo, Ríos y Fredy (2019) en su tesis titulada *“Relación entre la motivación deportiva, autoestima y autoeficacia con el estilo parental en una muestra de adolescentes, deportistas profesionales pertenecientes al INDER de Envigado”*, su objetivo es describir la impelencia deportiva y su vínculo con la autofelicidad, confianza en uno mismo, el estilo de crianza y ciertas variables demográficas, dentro de una muestra de jóvenes deportistas de élite, pertenecientes al INDER de Envigado, concluye que: Respecto a la motivación deportiva como variable principal, se concluyó que la población evaluada no mostró motivación hacia las actividades deportivas que realizaba porque no se sentían desmotivados para alcanzar los logros planteados en la práctica deportiva. Es claro que los deportistas del INDER de Envigado utilizan la motivación como principal fuente de motivación para realizar ejercicios físicos, al encontrar en ellos un tiempo de actividad que agrega valor al logro de las metas diarias, y los movimientos practicados se vuelven más interesantes. Actividades importantes que conducen al logro en sus vidas (p. 76).

Miralles (2019) en su tesis titulada *“La actividad física como potenciador de autoestima, estrés percibido y bienestar psicológico”*, su objetivo es analizar la relación entre la realización de actividad física (factor o variable independiente) y el nivel de autoestima (variable dependiente), concluye que: Aunque no se ha obtenido mucha evidencia empírica sobre los efectos beneficiosos de la actividad física, la literatura actual parece respaldar la idea de que existe una relación clara. Es cierto que este estudio no analizó específicamente las características de la actividad física que pueden ser más importantes, por lo que las investigaciones

futuras podrían centrarse no sólo en la duración del ejercicio y el número de ejercicios por semana, sino también en la intensidad del ejercicio y la forma en que se realiza. se practica para obtener información más detallada para mejorar la autoestima, la salud mental o reducir el estrés percibido (p. 21).

2.1.2. Investigaciones nacionales

Zavala, Soto y Laguna (2022) en su tesis titulada “*Actividad física y autoestima en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la I.E. CRL. José Joaquín Inclán, Chorrillos, 2022*”, su objetivo es averiguar la vínculo entre el hacer deportes y la autoestimación en niños del sexto grado de educación primaria de la escuela Crl. José Joaquín Inclán, residente de la ciudad de Chorrillos, tuvo lugar en el año 2022, concluye que: Hay una correlación directa y alta entre el hacer ejercicio y la autoestimación en alumnos del sexto grado de escuela primaria de la IECr. José Joaquín Inclán, residente de la ciudad de Chorrillos, tuvo lugar en el año 2022 (p. 51).

Martínez (2022) en su tesis titulada “*Actividad física y autoestima en estudiantes de educación secundaria del Colegio San Antonio de Huamanga, 2021*”, su objetivo es determinar si el ejercicio se relaciona con la autoconfianza de los alumnos del cuarto grado de educación secundaria del Instituto San Antonio de Huamanga, 2021, concluye que: La actividad física está significativamente asociada a la alta estima que tienen los estudiantes del cuarto grado de educación secundaria del colegio San Antonio de Huamanga, 2021; con una magnitud de importanciabilidad de $p = 0,000$ en el $Tau_b_Kendall$ 0,704 (p. 39).

Quijano (2022) en su tesis titulada “*Actividad física y la autoestima de los adeolescentes en tiempos de pandemia en la I.E. Cristo Salvador - Surco –*

2021”, su objetivo es averiguar la vínculo que se encuentra entre la actividad física y la autoestimación de los jóvenes en el contexto de una pandemia en la escuela Cristo Salvador- Surco – 2021, concluye que: Las conclusiones estadísticas indican que existe una relación positiva muy importante entre la actividad física y la autopercepción ($r = 0,951$). Las conclusiones estadísticas indican que existe una relación positiva muy importante entre la actividad física escogida y la autopercepción ($r = 0,942$). Los resultados estadísticos indican que hay una fuerte correlación positiva entre la actividad física excesiva-entrenamiento y la autopercepción ($r = 0,763$) (p. 58).

Ruiz (2020) en su tesis titulada “*El deporte como medio para mejorar la Autoestima en estudiantes de educación primaria*”, su objetivo es descubre el deporte como instrumento para desarrollar El amor propio en menores de primaria, concluye que: El amor propio es la manera común de pensar, desear, sentir y comportarse con uno mismo en una situación positiva o negativa, es decir que es el sentimiento que tiene cada persona de ella misma en las diferentes áreas de la cognición, el afecto y la conducta, los estudiantes suelen tener un nivel bajo de amor propio, esto es importante para atravesar los problemas personales, facilitar el aprendizaje, aceptar la responsabilidad, tener una relación más positiva con el entorno y, por lo tanto, desarrollar en una circunstancia los factores que favorecen el amor propio de manera positiva (p. 34).

Huaroc y Quispe “*Autoconcepto físico y practica físico-deportiva en alumnos del Centro Educativo Mariscal Castilla, Huancayo, 2018*”, su objetivo es averiguar la vínculo entre el concepto de físico y la actividad física en estudiantes del colegio “Castilla”, en Huancayo, durante el 2018, concluye que: El autopercepciente fisionómico en menores, se puede definir en general como el

42,4 por ciento tiene una buena autopercepción fisionómica; y en particular, el 35,3 por ciento de los menores posee una buena autopercepción de habilidad fisionómica; el 37,6 por ciento de los menores posee una buena autopercepción de condición fisionómica; el 42,4 por ciento de los menores posee una buena autopercepción del atractivo fisionómico y el 44,7 por ciento de los menores posee una buena autopercepción de fuerza fisionómica (p. 108).

2.2. Bases teóricas

2.2.1 Deporte

Definición:

Etecé (2023) indica que se llama deporte a una clase de actividades recreacionales sancionadas, en las que se estimulan los recursos físicos, mentales y sociales de quienes las practican. Se identifican por separado del juego, debido a que requieren adiestramiento, concentración y una determinada extensión de destrezas, además de que se considera que es una actividad que traspasa el simple recreo.

Existe un concepto tradicional que, en pocas palabras, define el deporte como “actividad física de ocio competitiva reglada e institucionalizada”, y autores como Cajigal, Parlebas o Hernández Moreno básicamente coinciden con esta definición, como veremos, la Carta Europea del Deporte (1992) afirma que “se entiende por deporte cualquier forma de actividad física, mediante la participación organizada o no organizada, encaminada a la expresión o mejora de la condición, el desarrollo y el desarrollo físico y mental, relaciones sociales o la consecución de resultados en todos los niveles de competición”

El deporte cuenta con muchos provechos. Nos apoya en la consolidación de la piel y los músculos, y en general nos apoya en la condición corporal y la apariencia de nosotros mismos. Además, realizar actividad física nos divierte y nos relaja, de esta manera, tendremos buen humor en el día y nos concentraremos más en el curso y dormiremos de mejor humor por las noches. Los deportes nos educan para pelear por lo que queremos y para intentar sobreponerse a las adversidades. Además, se nos enseña a relacionarnos con los otros, a venerar al adversario y que, pese a que no todas las veces seamos ganadores, lo importante es pasarla bien (Rodríguez, 2020).

Tipos de deportes:

Etecé (2023) nos señala que los tipos de deporte son:

- **Deportes acuáticos:** Los que se llevan a cabo en cuerpos de agua, normalmente son piscinas de características controladas. Por ejemplo: el waterpolo, la natación sincronizada, la apnea.
- **Juegos de grupo:** Los que requieren de la organización de un grupo de varias personas, con puestos designados y papeles que tienen una mayor o menor importancia, con el fin de jugar. Por ejemplo: el danzado coreográfico, el canotaje.
- **Aventura:** Los que requieren de un vehículo propulsor, en el agua, la tierra o el aire. Por ejemplo: el motocross, el automovilismo, el karting.
- **Juegos de mesa:** Aquellos que se tienen que jugar sobre un mesas o pisos firmes. Por ejemplo: el billar, el ping-pong, el pool.
- **Extremos deportes:** Aquellos en los que el integrante del deporte se involucra en situaciones de peligro con respecto a su físico y corre riesgo. Del mismo modo que el alpinismo, el saltamontes, el surf y el bungee.

- **Juegos de pelota:** Los que utilizan diferentes tipos de objetos, como, por ejemplo, pelotas, balones o incluso árboles, para jugar. Por ejemplo: el tenis, el fútbol, el básquetbol, el rugby, el béisbol.
- **Deporte mental:** Aquellos en los que el intelecto hace el esfuerzo y el cuerpo no. Por ejemplo: el ajedrez, las damas y el puente.

Importancia:

Martín (2021) indica que el hacer deportes es una excelente manera de pasarlo bien y de conseguir metas, como la creación de músculos, la pérdida de peso o la reducción de grasa, todas ellas asociadas a una existencia saludable. También, la actividad física tiene un efecto positivo sobre la administración de la hormona y el refuerzo del sistema de defensa del cuerpo, además de ayudar a tener un buen sueño y a reducir la fatiga. Los provechos positivos del deporte no se encuentran únicamente en la parte física, además impactan en la salud mental, ya que previene la manifestación de la depresión y apoya a disminuir el estrés, además que incrementa la autoestima y, además, las relaciones con personas de igual género. En conclusión, ¡te hace sentir mejor!

- Practica el trabajo en equipo y la relación entre los compañeros: Generalmente la actividad deportiva forja la necesidad de desarrollar el trabajo en conjunto, de colaborar con otros y de aprender que la fuerza se encuentra en la agrupación de muchos.
- Reduce el estrés: De acuerdo con los especialistas, la actividad física y deportiva además de bajar el estrés, las disfunciones del sueño, depresión, ansiedad y otras alteraciones, también disminuyen las posibilidades de tener algún problema de salud, tanto psicológicos como físicos, como es el caso de la tensión y ansiedad.

- Genera el sentimiento de tener raíces, pertenecerse a un grupo de deportes o realizar un deporte individual dentro de una escuela genera la sensación de que se pertenece a un equipo y por lo tanto se tiene identidad y fuerza entre los jóvenes que están siendo educados.
- Incrementa la alerta, por esta razón la posición académica puede ser favorecida: Varias investigaciones científicas han determinado los provechos que tiene la actividad deportiva y física sobre la capacidad académica.
- Practica la disciplina, el respeto y la responsabilidad: La disciplina es importante para conseguir cualquier propósito y se empieza a aprender en el momento en que se hace deportes, además de que se tiene que respetar a los compañeros y a uno mismo. Todo esto educa al deportista en una sensación de ser noble y de acatar diversidad.

Dimensiones:

Scarnatto (2022) detalla las dimensiones según:

1. **Ética:** Recibe el nombre de deporte la actividad deportiva, está formalizada y se rige por normas estrictas de competencia. Establecer de manera clara lo que está permitido y lo que está prohibido durante su ejecución, y hacerlo de manera específica a través de un decreto escrito, es una ocasión fundamental de la actividad humana. Los desarrollos socioeconómicos y culturales que apoyaron el fin de la monarquía absoluta, educaron en la mentalidad de las clases altas de Europa la importancia de los comportamientos ordenados y racionales en la relación con los otros y con ellas mismas⁶. Estos métodos de control de uno mismo, que se originaron a partir de la internalización de los parámetros (primero en el ámbito de las actividades lúdicas y luego en el de las

competencias) serán la base de la creación y transformación de los deportes modernos. Se cree en Inglaterra que es el origen de esta costumbre, ya que en ese lugar se implementaron la mayor parte de los estatutos oficiales y las reglas de comportamiento digno, actualmente resumidas en el Código de Ética del deporte.

2. **Cinética:** Los distintos deportes se erigieron como prácticas sociales distintas en las que los individuos interactúan con la sociedad, produciéndose y reproduciéndose un conjunto de conocimientos del cuerpo específico, que constituyen una porción de la herencia corporal de cada comunidad. El Arte surge en el entramado de las sociedades de clases y, durante un tiempo, será únicamente de la herencia de su patrimonio físico. Una cultura financiera que se diferencia por su interés en alejarse de los métodos de cuerpo tradicionales y populares (baile, juego, etc.). Se erigió como una especie de razonamientos lógicos, supervisados y, por encima de todas las cosas, más civilizados. Pero la popularidad y propagación en la Tierra de las maneras codificadas de moverse ha hecho que se volvieran a naturalizar. Estas habilidades, por ser un conjunto de movimientos planificados en función del manual de reglas y bajo los principios de la propulsión eficaz, se toman como formas oficiales y legítimas para la práctica del deporte. Cada estilo tiene sus particularidades identificables.
3. **Estética:** Estructuran los ejes de la dimensión estética tópicos como la belleza, el placer, el disfrute, la atracción y la seducción. Ciertas dudas pueden ser usadas como ejes para orientar el entendimiento de la cultura del deporte desde el ámbito de lo estético. ¿Qué elementos son valorados como lo bello por cada actividad o deporte, por el practicante o el espectador? ¿De qué forma es dispuesto el cuerpo bello y cautivador dentro del ámbito del deporte? ¿Existe

una distinción en el Look específico de las diferentes maneras, qué indumentaria las identifica y en qué lugar se encuentran estos trajes en el ámbito de la moda? ¿Qué transformaciones se convierten en anhelos de los amantes de la actividad física? A pesar de las dificultades espaciales que presentan los parámetros de la publicación del capítulo, expondremos únicamente ciertas ideas en torno a estos problemas. No podemos obviar que en la actualidad existe una evidente proliferación en la utilización de la ropa deportiva con el objetivo de conseguir el aspecto personal. propulsado por grandes empresas del deporte y por la propagación de los medios de comunicación, este procedimiento de agregación de artículos de vestir a las prendas de vestir comunes se evidencia en varias escenas de la sociedad contemporánea (en especial en las urbanizaciones de sistema económico capitalista, como mínimo en Occidente).

2.2.2 Autoestima

Definición:

Según el psiquiatra Enrique Rojas, la autoestima se experimenta como una crítica positiva de uno mismo, debido a que se ha conseguido una red de relaciones personales consistentes, apoyada en los cuatro componentes elementales del ser humano: psicológicos, físicos, sociales y culturales. En estas circunstancias se incrementa la propia satisfacción, al tiempo que se incrementa la seguridad en uno mismo y en los otros.

Esto implica que la autoestima se forma, se desarrolla y se transforma a lo largo de la existencia, no es estática. Sin embargo, es importante tener en cuenta que el incremento de la autoestima durante la juventud es importante para llegar a una buena base de la misma durante el resto de la existencia del individuo. Debido a eso, es necesario pensar que la estima en los menores es el producto de varios componentes, en particular de la relación que tienen con su familia y los ambientes sociales cercanos.

Etecé (2024) indica que se entiende por autoestima a un concepto que está entre las áreas de la psicología y la educación, y que por lo general es definido según el punto de vista psicológico que se acata. Para ilustrar, el psicólogo Abraham Maslow, quien creó la famosa pirámide de la jerarquía de las necesidades del ser humano, incorporó en su concepto una escalinata entera de la pirámide para las “Consecuencias de la autopercepción”, como por ejemplo la confianza, el éxito o el respeto.

En las creencias que concuerdan la mayor parte de las teorías psicológicas, no obstante, es en la estimación que es un valor fundamental para la relación con los otros, ya que todos admiten la magnitud del amor o, en cambio, las maneras en que son maltratadas, que creen que se lo reserve. La seguridad en uno mismo, por otro lado, se habría generado a partir de la relación con nuestros padres, debido a que la autorización que le den a uno o a la vez es fundamental para desarrollar una psique saludable en el futuro.

Tipos de autoestima:

Etecé (2024) clasifica los tipos de autoestima según se detalla:

- **Autoestima Alta:** Se presume una alta autoestima (o también se le llama “correcta” o “alta”) cuando el individuo exhibe las siguientes particularidades de psique:

Capacidad para hablar o conversar con confianza con otros extraños o frente a una gran audiencia.

Tener una actitud más positiva ante la vida, especialmente ante la adversidad.

Toma tus propias decisiones sin esperar la aprobación de los demás.

Acéptate a ti mismo y no te dejes llevar por las opiniones de otras personas.

No te dejes manipular fácilmente.

Sea más compasivo consigo mismo cuando se enfrente a errores o fracasos.

Sea más empático con los demás comprendiendo cómo se sienten y piensan.

Trabaja duro para lograr tus objetivos.

Ten el poder de expresar tus emociones y sentimientos sin vergüenza.

Establece límites o di no cuando sientas o creas que es necesario.

- **Autoestima Baja:** En términos sencillos, decimos que las personas tienen una autoestima "baja" (en otras palabras: "incorrecta") cuando exhiben cualquiera de los siguientes comportamientos:

Demasiado tímido para hablar con los demás, especialmente frente a un grupo grande de personas.

Tener una actitud pesimista ante la vida.

Ajusta tus decisiones a lo que los demás piensan o esperan.

Es difícil aceptarse a uno mismo.

La manipulación de los demás es más influyente o penetrante.

Tiene una personalidad seria y no acepta fácilmente las bromas, pudiendo incluso sentirse ofendido por ellas.

Ten menos empatía por los demás porque estás tan envuelto en tus emociones de miedo, inseguridad y desconfianza.

Es fácil desanimarse cuando se topa con el primer obstáculo.

Sentirse avergonzado y temeroso de expresar sus emociones y sentimientos.

Es difícil poner límites o decir no cuando sientes o crees que es necesario.

Elementos de la autoestima:

- **Autoconocimiento:** Se llama autoconocimiento al conocimiento que se tiene de las partes que conforman el “yo” de una persona. Es decir, se trata de entender qué componentes son el cuerpo y la psique propios, teniendo en cuenta sus límites y posibilidades, sus debilidades y fortunas.
- **Aptitudes:** Las aptitudes son las habilidades o capacidades que tiene o desarrolla una persona con el fin de realizar una actividad de manera correcta, como la capacidad de comunicarse, de razonamiento verbal, de expresión, de lógica, y de tener emociones.
- **Esquema corporal:** El Esquema corporal se refiere a la manera en la que imaginamos el cuerpo que tenemos. Aunque es una impresión que el individuo tiene de si mismo, normalmente está influenciado por elementos externos, como la cultura, la presión social, la edad, la confianza, las habilidades, los modelos físicos más importantes, etc.
- **Valor:** Es el complemento de la valoración que los otros hacen de nosotros. Es la manera en que los otros individuos reaccionan a nosotros y, de manera importante, sobre el concepto que tenemos nosotros mismos.

- **Autoevaluación:** La capacidad de desarrollar un juicio propio y analizar la parte positiva o negativa de una conducta, actitud o circunstancia, es decir, es la capacidad de desarrollar un criterio propio y analizar las normas y los valores de una sociedad.

Importancia:

Rodríguez R. (2022) indica que la importancia de tener una autoestima optima radica en que:

- Nos apoya en la comprensión de nosotros mismos, ya que implica que poseemos una capacidad buena para examinar las victorias y las derrotas que tenemos.
- Además, nos apoya en la aceptación de manera ilimitada. Lo anterior implica que admitiremos las características positivas y las negativas que tenemos.
- Seremos positivos con respecto a nosotros mismos.
- Tendremos una mejor relación con los otros. Tendremos propensión a tener un comportamiento comunicacional asertivo con el resto, las relaciones del grupo sean bastante más gratificantes.
- Nos asistirá en hallar la dicha y conseguir nuestros objetivos.
- atenderemos más favorablemente a las necesidades que tenemos y de esta forma las podemos atender de manera correcta. Todo ello en lo que se refiere a la física y la psicología.

Dimensiones:

Safe (2019) detalla las dimensiones a continuación:

1. **Psicosocial:** Se trata del juicio que la persona hace de si misma y que normalmente mantiene en relación a su capacidad, su producción, su importancia y su dignidad, todos estos conceptos están relacionados con las interacciones que tiene con los demás, y se expresa en términos de actitud hacia sí mismo. Es la habilidad de sentir, comunicar sus sentimientos, experimentar sus emociones y crear vínculos afectivos valorados como interesantes con los compañeros, familiares y amigos. Lo que apoya el enfrentamiento a dificultades.
2. **Físico:** Es la apreciación que el menor hace del conjunto de cosas que tienen que ver con su físico. Además, en las menores, el creer que son fuertes y capaces de protegerse; y, en las mujeres, el creer que son armónicas y coordinadas.
3. **Académico:** Se trata del juicio que el individuo hace de si mismo y que normalmente mantiene en relación a su desempeño dentro del ámbito de la escuela, valorando su capacidad, su producción, su importancia y su dignidad, y mezclando una actitud hacia si mismo que se expresa en comportamiento hacia los demás.
4. **Ético:** Se relaciona con la impresión de ser una persona buena y de confianza o, en cambio, una persona malos o poco confiable. Además, cuenta con características como la sensación de ser responsable o no, trabajador o flojo. La magnitud ética se encuentra ligada a la manera en la que el menor interioriza los principios y las normas, y a la manera en la que ha sido tratado o sancionado frente a los mayores.

2.3. Definiciones conceptuales

Académico:

Se trata del juicio que el individuo hace de sí mismo y que normalmente mantiene en relación a su desempeño dentro del ámbito de la escuela, valorando su capacidad, su producción, su importancia y su dignidad, y mezclando una actitud hacia sí mismo que se expresa en comportamiento hacia los demás.

Autoestima:

Según el psiquiatra Enrique Rojas, la autoestima se experimenta como una crítica positiva de uno mismo, debido a que se ha conseguido una red de relaciones personales consistentes, apoyada en los cuatro componentes elementales del ser humano: psicológicos, físicos, sociales y culturales. En estas circunstancias se incrementa la propia satisfacción, al tiempo que se incrementa la seguridad en uno mismo y en los otros.

Cinética:

Los distintos deportes se erigieron como prácticas sociales distintas en las que los individuos interactúan con la sociedad, produciéndose y reproduciéndose un conjunto de conocimientos del cuerpo específico, que constituyen una porción de la herencia corporal de cada comunidad.

Deporte:

Etecé (2023) indica que se llama deporte a una clase de actividades recreacionales sancionadas, en las que se estimulan los recursos físicos, mentales y sociales de quienes las practican. Se identifican por separado del juego, debido a que requieren adiestramiento, concentración y una determinada extensión de destrezas, además de que se considera que es una actividad que traspasa el simple recreo.

Ética:

Recibe el nombre de deporte la actividad deportiva, está formalizada y se rige por normas estrictas de competencia. Establecer de manera clara lo que está permitido y lo que está prohibido durante su ejecución, y hacerlo de manera específica a través de un decreto escrito, es una ocasión fundamental de la actividad humana.

Estética:

Estructuran los ejes de la dimensión estética tópicos como la belleza, el placer, el disfrute, la atracción y la seducción. Ciertas dudas pueden ser usadas como ejes para orientar el entendimiento de la cultura del deporte desde el ámbito de lo estético.

Ético:

Se relaciona con la impresión de ser una persona buena y de confianza o, en cambio, una persona malos o poco confiable.

Físico:

Es la apreciación que el menor hace del conjunto de cosas que tienen que ver con su físico. Además, en las menores, el creer que son fuertes y capaces de protegerse; y, en las mujeres, el creer que son armónicas y coordinadas.

Psicosocial:

Se trata del juicio que la persona hace de sí misma y que normalmente mantiene en relación a su capacidad, su producción, su importancia y su dignidad, todos estos

conceptos están relacionados con las interacciones que tiene con los demás, y se expresa en términos de actitud hacia sí mismo.

2.4. Formulación de la hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

El deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

2.4.2. Hipótesis específicas

La dimensión ética del deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

La dimensión cinética del deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

La dimensión estética del deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

3.1.1 Tipo de Investigación

La tesis en investigación es de tipo básico.

3.1.2 Nivel de Investigación

La tesis en investigación es de nivel correlacional.

3.1.3 Diseño

La tesis en investigación es de diseño no experimental.

3.1.4 Enfoque

La tesis en investigación es de enfoque cuantitativo y cualitativo.

3.2. Población y muestra

3.2.1 Población

La población está conformada por 33 alumnos de 1er ciclo de la escuela de educación física y deportes de la UNJFSC,

3.2.2 Muestra

La muestra está conformada por el total de la población siendo estos 33 alumnos.

3.3 Operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V1: Deporte	Ética	Practica competitiva	1, 2, 3	Likert
		Practica institucionalizada		
		Practica codificada		
	Cinética	Cultura corporal	4, 5, 6	Likert
		Saberes corporales		
		Eficiencia motriz		
Estética	Belleza	7, 8, 9, 10	Likert	
	Placer			
	Atracción			
		Disfrutar		

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITE,MS	ESCALA
V2: Autoestima	Psicosocial	Aceptación de grupo	11, 12	Likert
		personalidad		
	Físico	Se siente Atractivo	13, 14	Likert
		Se defiende		
	Académico	Inteligente	15, 16, 17	Likert
		Constante		
		Creativo		
	Ético	Autorrealización	18, 19, 20	Likert
personal				
Valores				
		Normas		

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnicas a emplear

La técnica empleada para la recolección de datos es el cuestionario donde se tiene un listado de preguntas en base a los indicadores.

3.4.2. Descripción de los instrumentos

El instrumento utilizado es la encuesta que consta de 10 preguntas para la variable 1 y 10 preguntas para la variable 2

3.5. Técnicas para el procesamiento de la información

Para el procesamiento de datos se utilizó el Spss v. 27.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1. Análisis de resultados

Tabla 1

¿Usted practica el deporte porque le gusta ser competitivo?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	4	12%
A veces	6	18%
Siempre	23	70%
TOTAL	33	100%

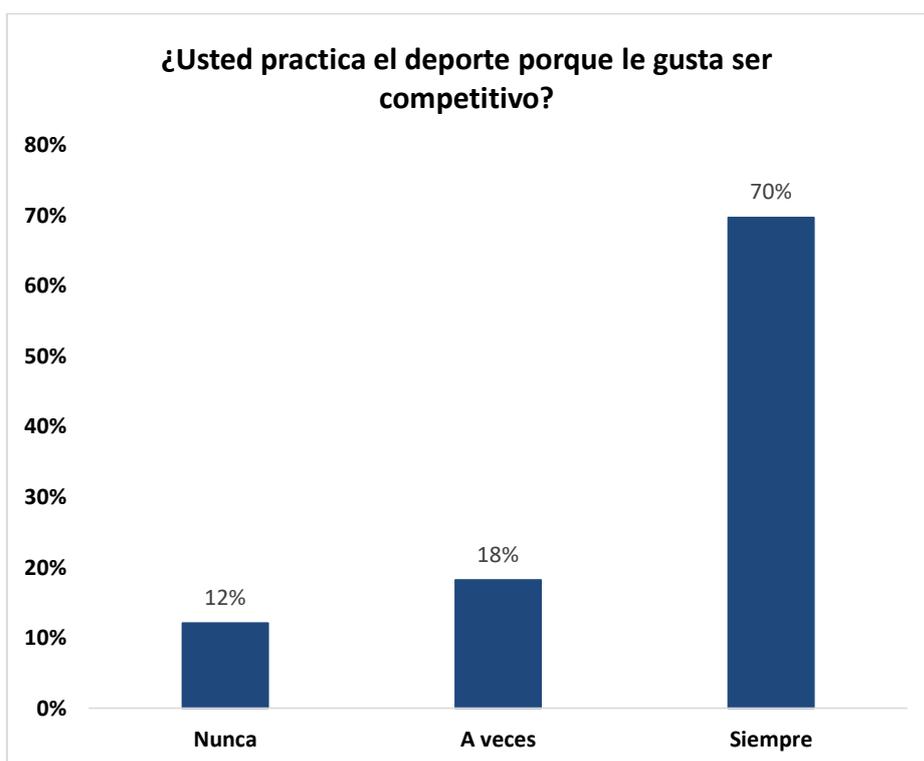


Figura 1 ¿Usted practica el deporte porque le gusta ser competitivo?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 12% nunca practica el deporte porque le gusta ser competitivo, el 18% a veces practica el deporte porque le gusta ser competitivo y el 70% siempre practica el deporte porque le gusta ser competitivo.

Tabla 2

¿Usted practica el deporte porque así muestra su institucionalidad?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	18	56%
A veces	9	28%
Siempre	5	16%
TOTAL	32	100%

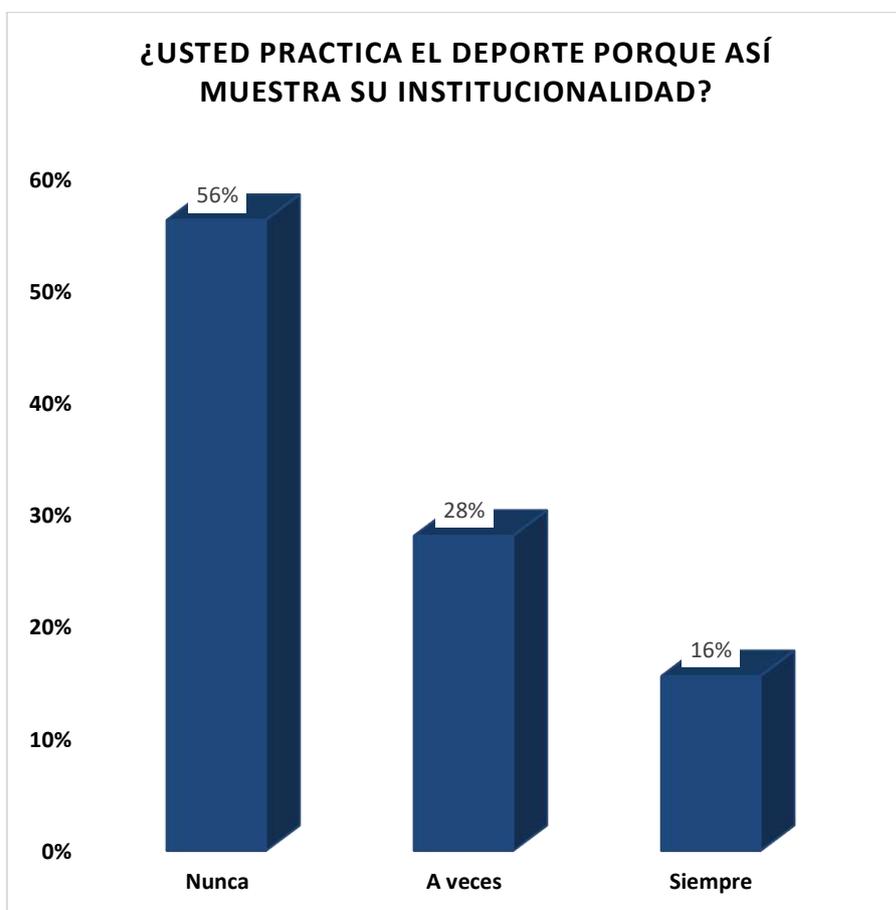


Figura 2 ¿Usted practica el deporte porque así muestra su institucionalidad?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 56% nunca practica el deporte porque así muestra su institucionalidad, el 28% a veces practica el deporte porque así muestra su institucionalidad y el 16% siempre practica el deporte porque así muestra su institucionalidad.

Tabla 3
 ¿Usted practica el deporte como práctica codificada?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	15	45%
A veces	10	30%
Siempre	8	24%
TOTAL	33	100%

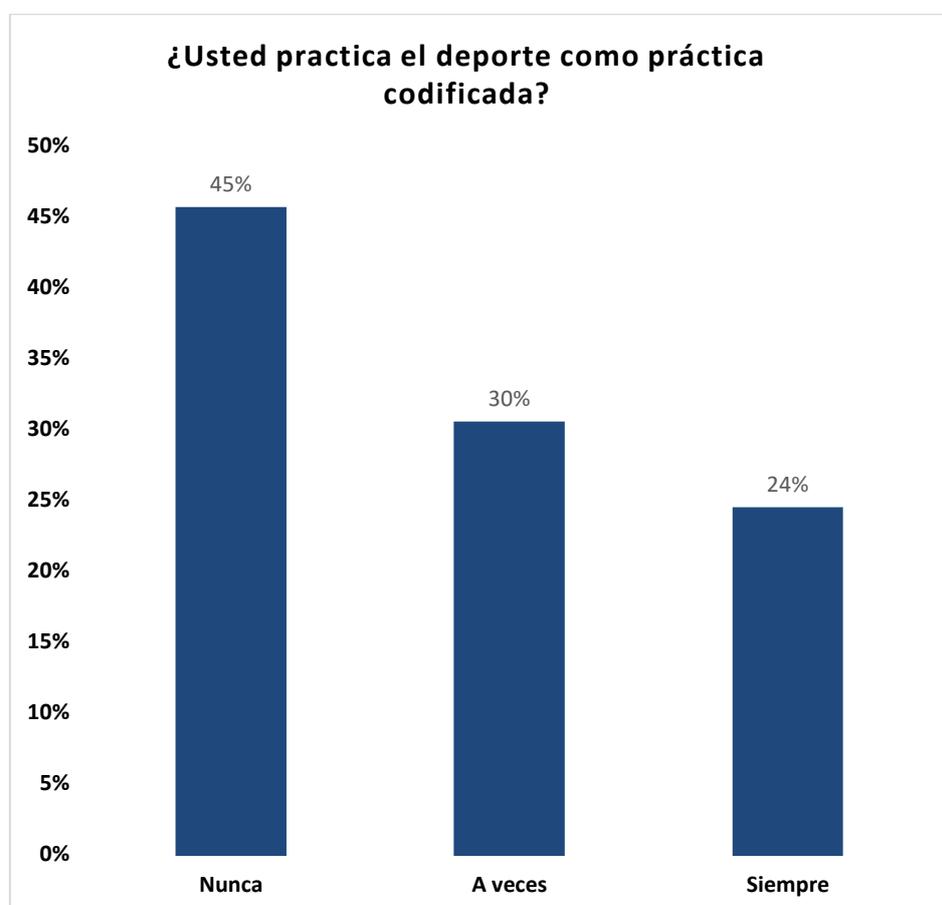


Figura 3 ¿Usted practica el deporte como práctica codificada?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 45% nunca practica el deporte como práctica codificada, el 30% a veces practica el deporte como práctica codificada y el 24% siempre practica el deporte como práctica codificada.

Tabla 4
 ¿Usted practica el deporte como cultura corporal?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	14	42%
A veces	12	36%
Siempre	7	21%
TOTAL	33	100%

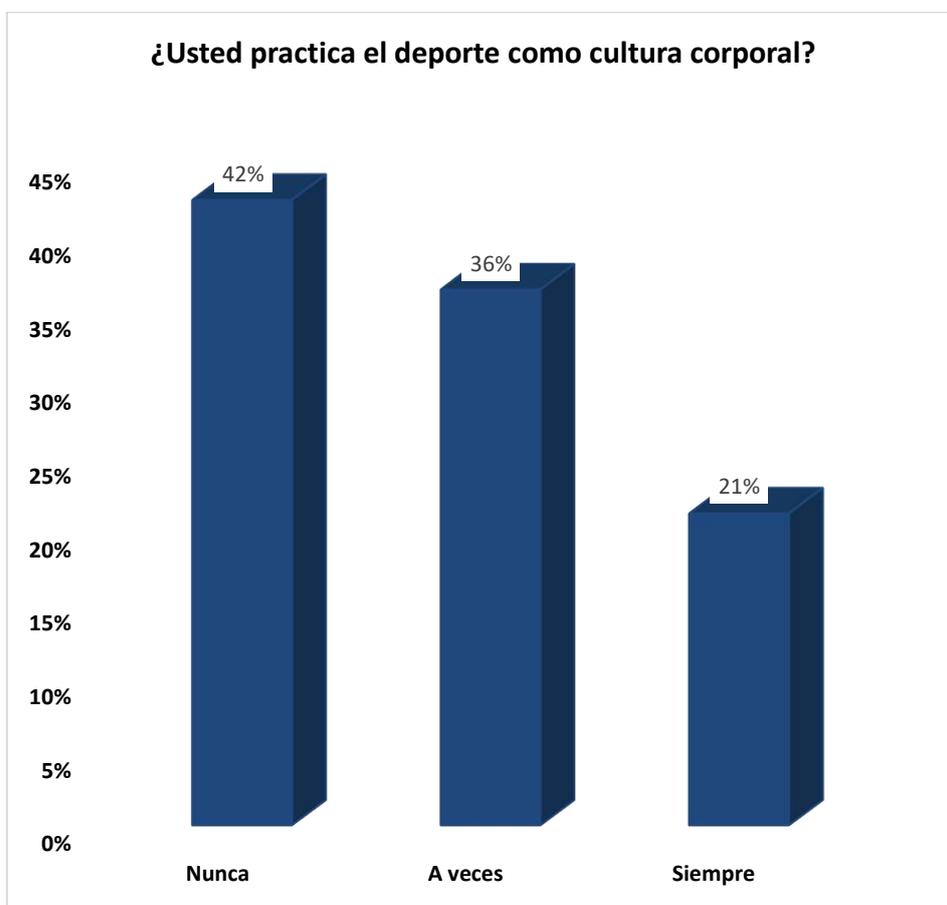


Figura 4 ¿Usted practica el deporte como cultura corporal?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 42% nunca practica el deporte como cultura corporal, el 36% a veces practica el deporte como cultura corporal y el 21% siempre practica el deporte como cultura corporal.

Tabla 5

¿Usted practica el deporte porque considera que su cuerpo es importante?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	13	39%
A veces	14	42%
Siempre	6	18%
TOTAL	33	100%

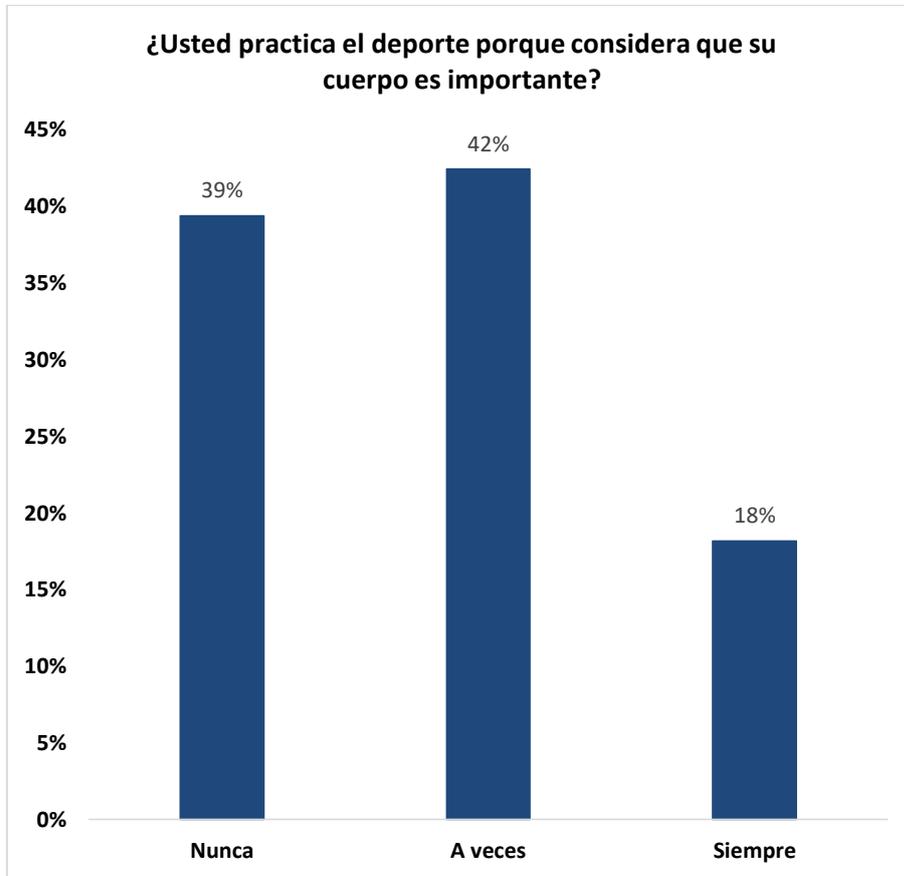


Figura 5 ¿Usted practica el deporte porque considera que su cuerpo es importante?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 39% nunca practica el deporte porque considera que su cuerpo es importante, el 42% a veces practica el deporte porque considera que su cuerpo es importante y el 18% siempre practica el deporte porque considera que su cuerpo es importante.

Tabla 6

¿Usted practica el deporte desarrollando su eficiencia motriz?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	18	55%
A veces	9	27%
Siempre	6	18%
TOTAL	33	100%

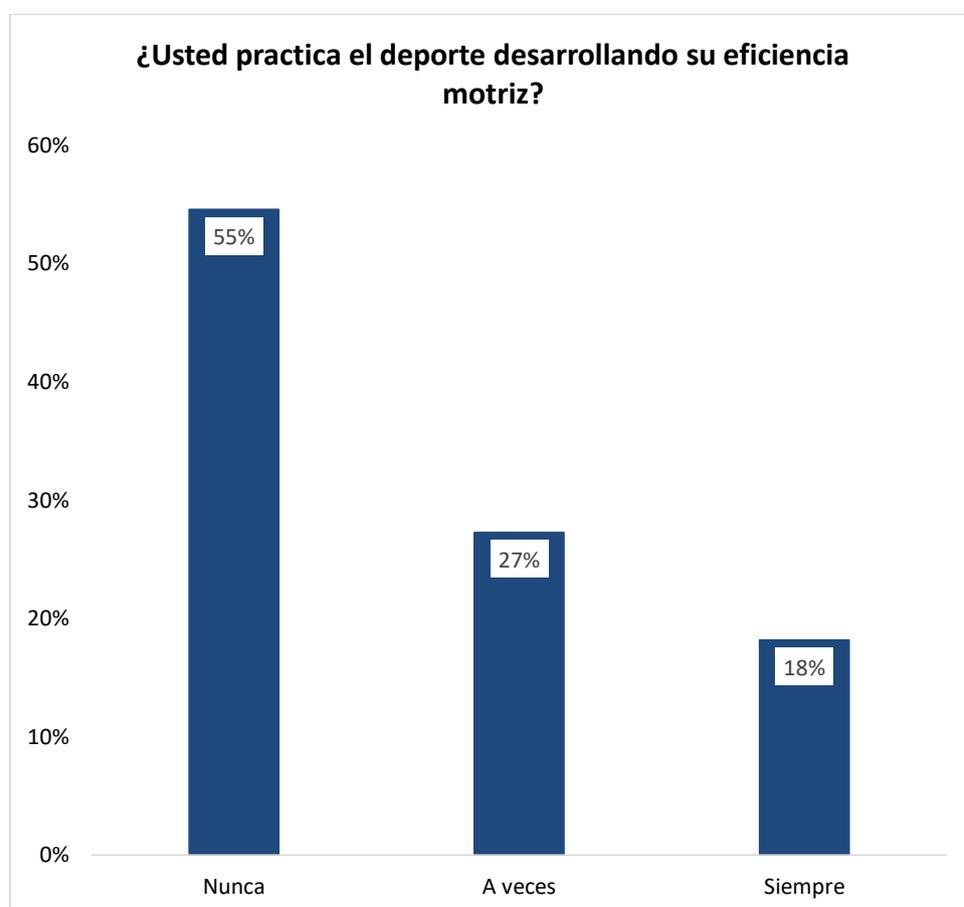


Figura 6 ¿Usted practica el deporte desarrollando su eficiencia motriz?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 55% nunca practica el deporte desarrollando su eficiencia motriz, el 27% a veces practica el deporte desarrollando su eficiencia motriz y el 18% siempre practica el deporte desarrollando su eficiencia motriz.

Tabla 7

¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su belleza?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	14	42%
A veces	10	30%
Siempre	9	27%
TOTAL	33	100%

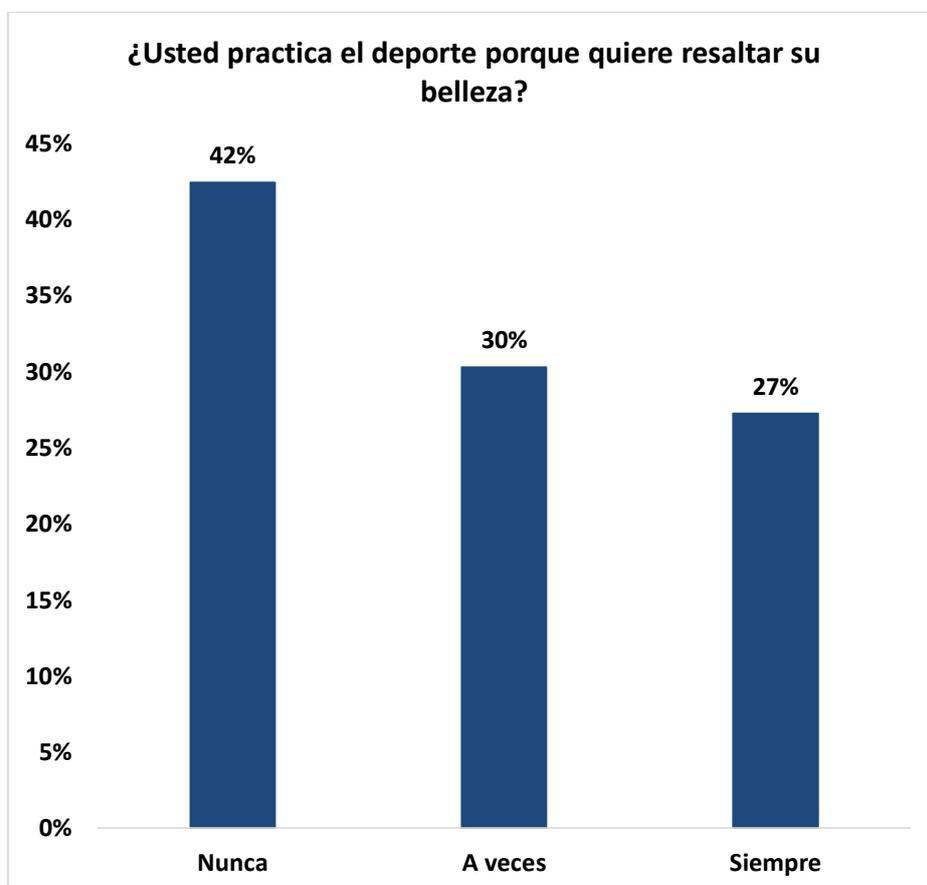


Figura 7 ¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su belleza?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 42% nunca practica el deporte porque quiere resaltar su belleza, el 30% a veces practica el deporte porque quiere resaltar su belleza y el 27% siempre practica el deporte porque quiere resaltar su belleza.

Tabla 8

¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su placer?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	15	45%
A veces	13	39%
Siempre	5	15%
TOTAL	33	100%

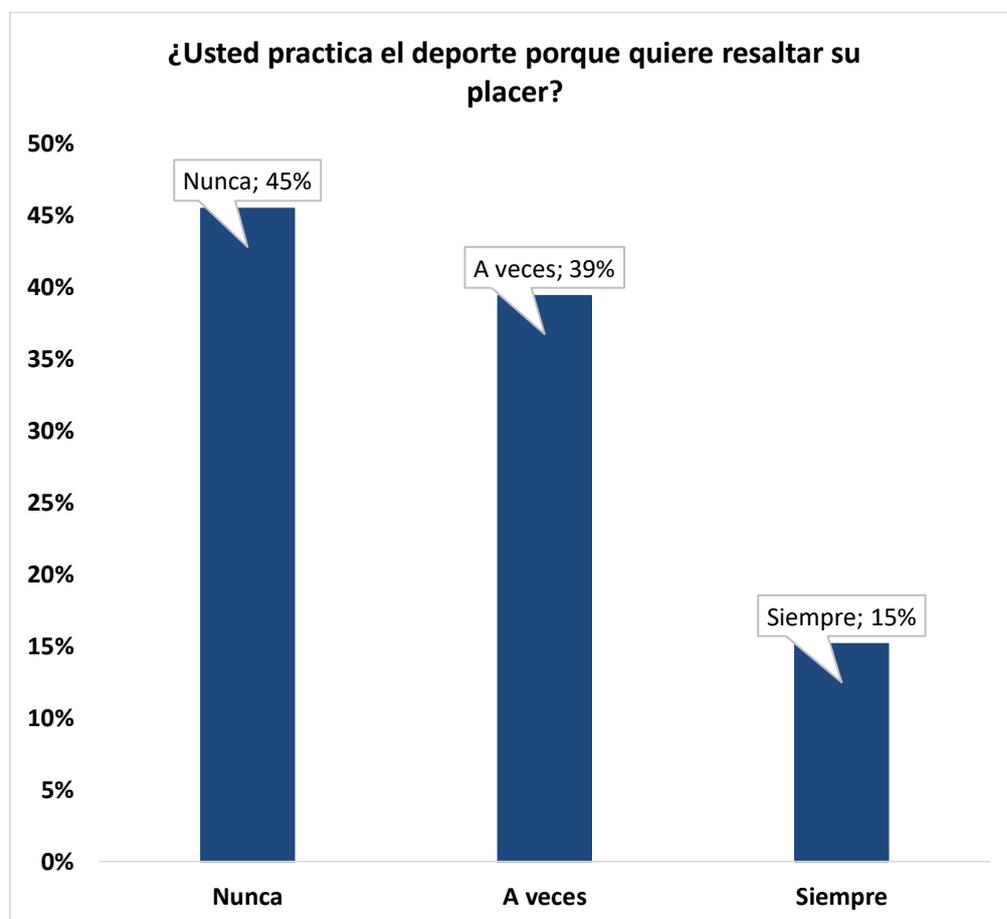


Figura 8 ¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su placer?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 45% nunca practica el deporte porque quiere resaltar su placer, el 39% a veces practica el deporte porque quiere resaltar su placer y el 15% siempre practica el deporte porque quiere resaltar su placer.

Tabla 9

¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su atracción?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	14	42%
A veces	15	45%
Siempre	4	12%
TOTAL	33	100%

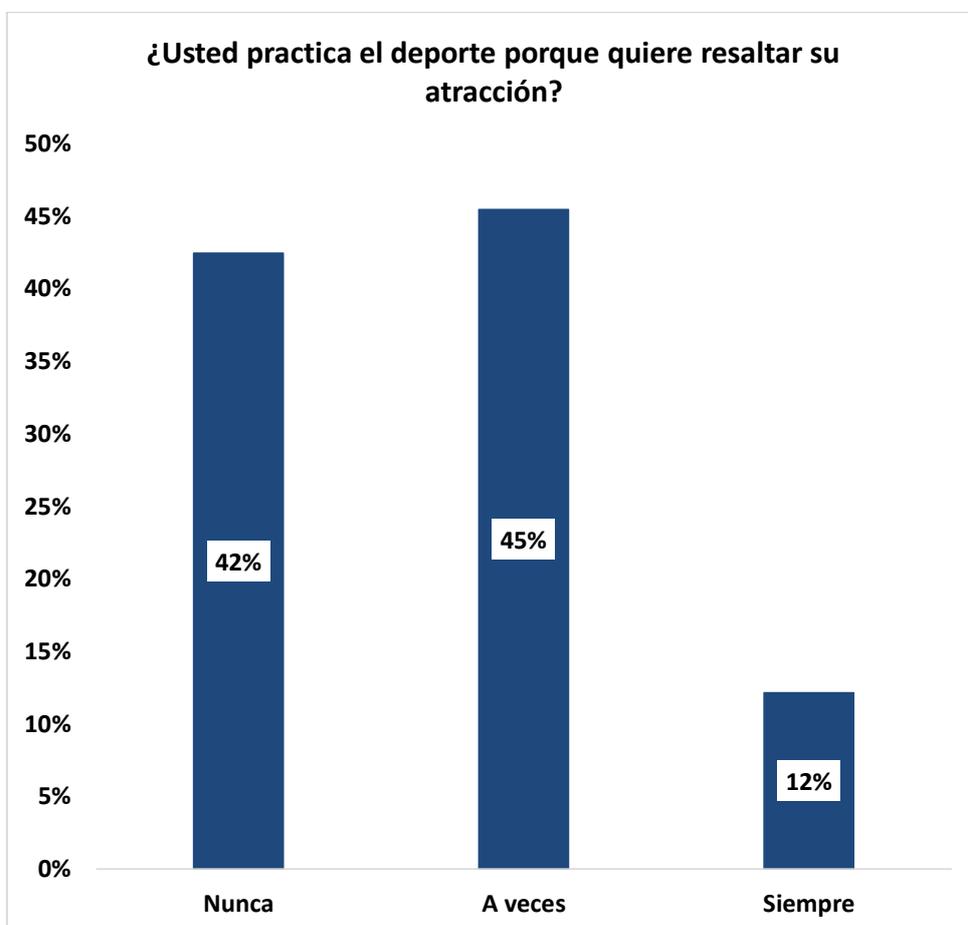


Figura 9 ¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su atracción?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 42% nunca practica el deporte porque quiere resaltar su atracción, el 45% a veces practica el deporte porque quiere resaltar su atracción y el 12% siempre practica el deporte porque quiere resaltar su atracción.

Tabla 10

¿Usted practica el deporte porque simplemente lo disfruta?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	4	12%
A veces	5	15%
Siempre	24	73%
TOTAL	33	100%

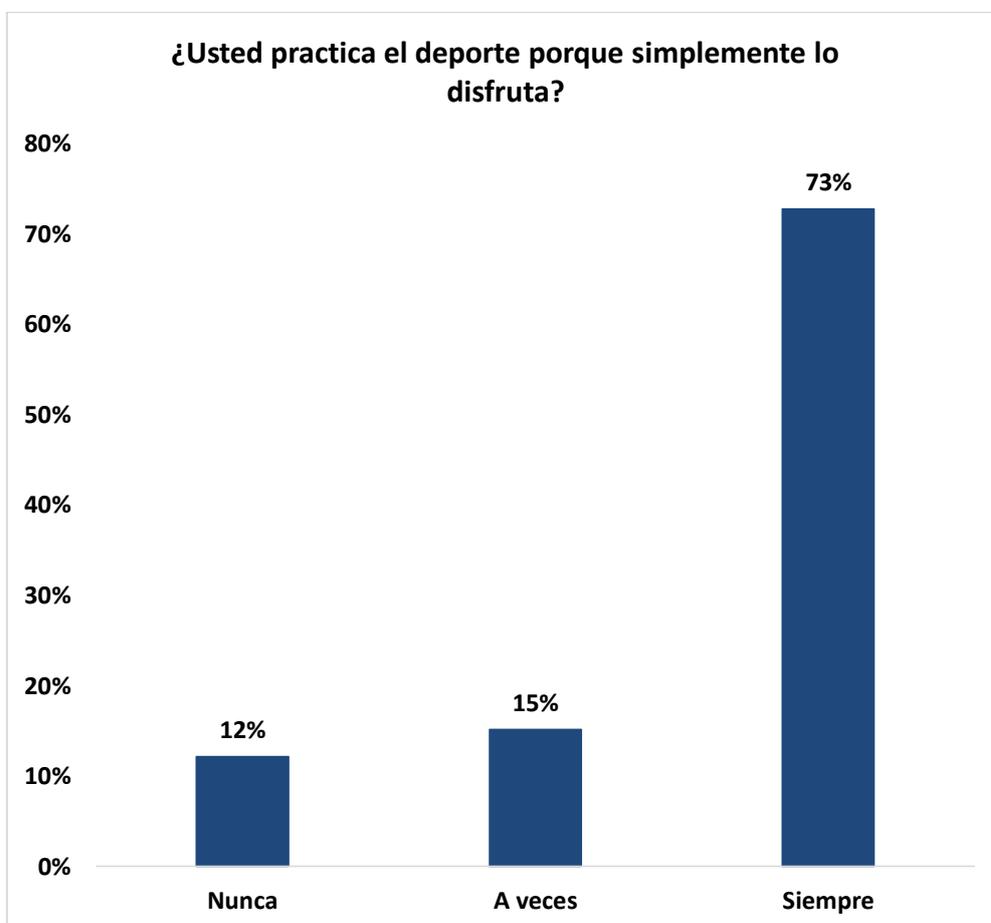


Figura 10 ¿Usted practica el deporte porque simplemente lo disfruta?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 12% nunca practica el deporte porque simplemente lo disfruta, el 15% a veces practica el deporte porque simplemente lo disfruta y el 73% siempre practica el deporte porque simplemente lo disfruta.

Tabla 11

¿Usted juega porque necesita sentirse aceptado por el grupo?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	6%
A veces	5	15%
Siempre	26	79%
TOTAL	33	100%

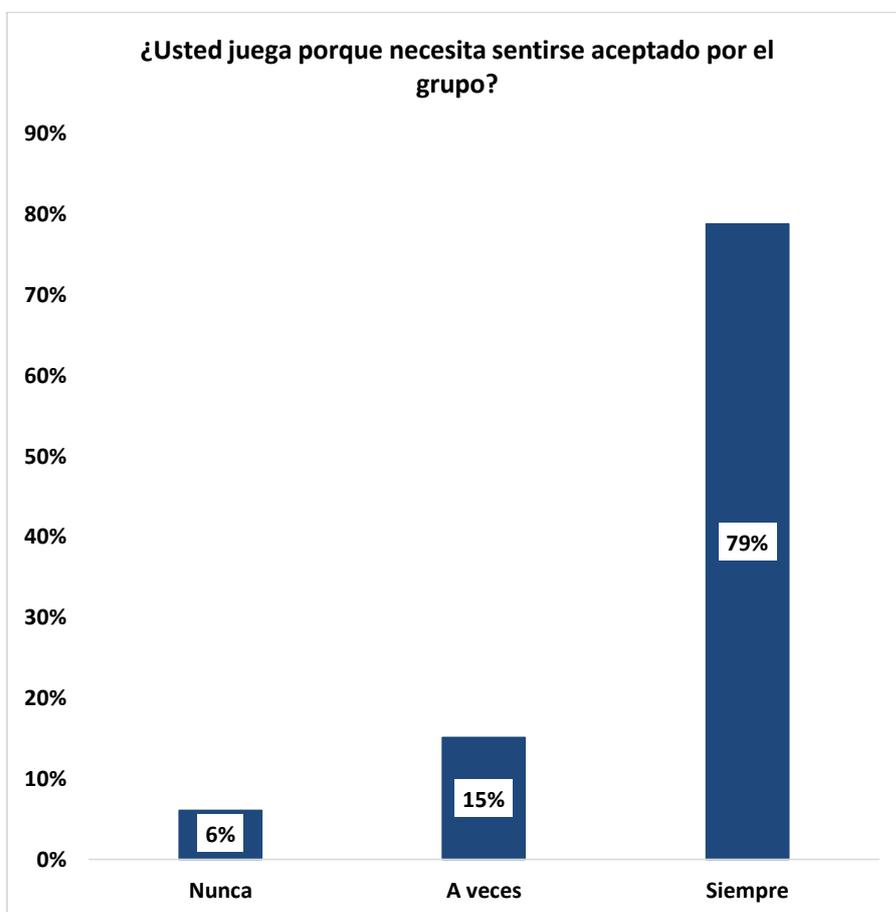


Figura 11 ¿Usted juega porque necesita sentirse aceptado por el grupo?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 6% nunca juega porque necesita sentirse aceptado por el grupo, el 15% a veces juega porque necesita sentirse aceptado por el grupo y el 79% siempre juega porque necesita sentirse aceptado por el grupo.

Tabla 12

¿Usted juega porque considera que aumenta su personalidad?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	4	12%
A veces	6	18%
Siempre	23	70%
TOTAL	33	100%

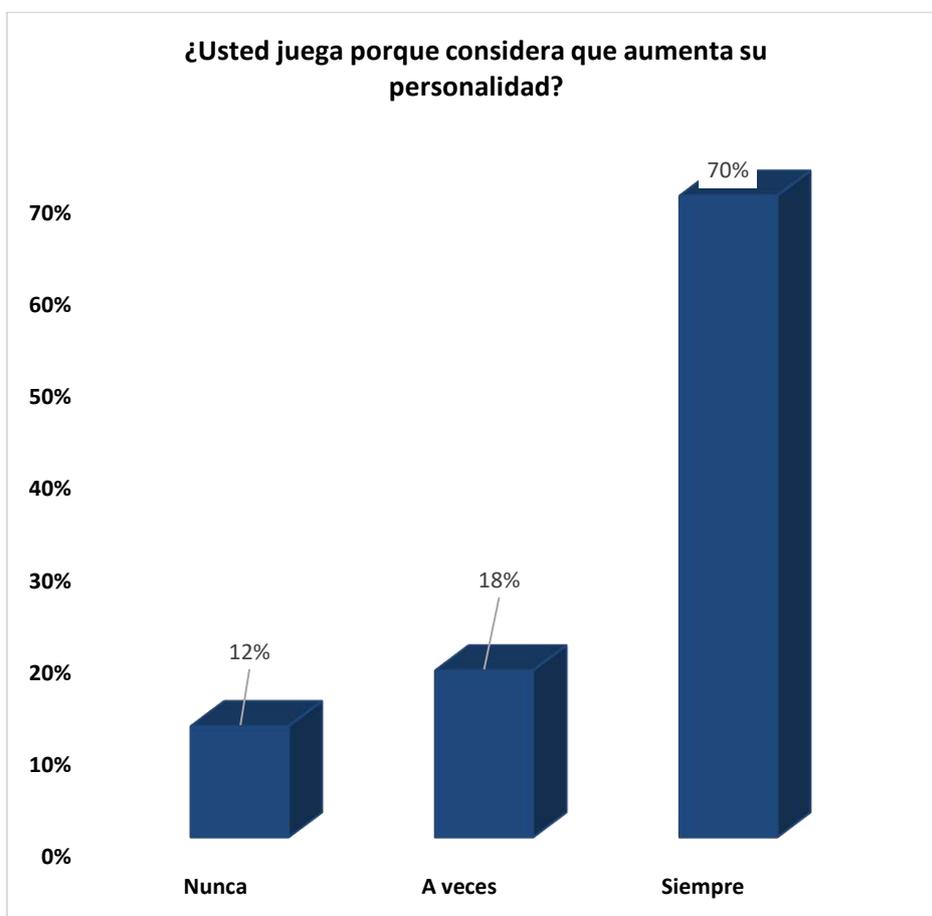


Figura 12 ¿Usted juega porque considera que aumenta su personalidad?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 12% nunca juega porque considera que aumenta su personalidad, el 18% a veces juega porque considera que aumenta su personalidad y el 70% siempre juega porque considera que aumenta su personalidad.

Tabla 13

¿Usted juega para sentirse atractivo en todo momento?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	5	15%
A veces	7	21%
Siempre	21	64%
TOTAL	33	100%

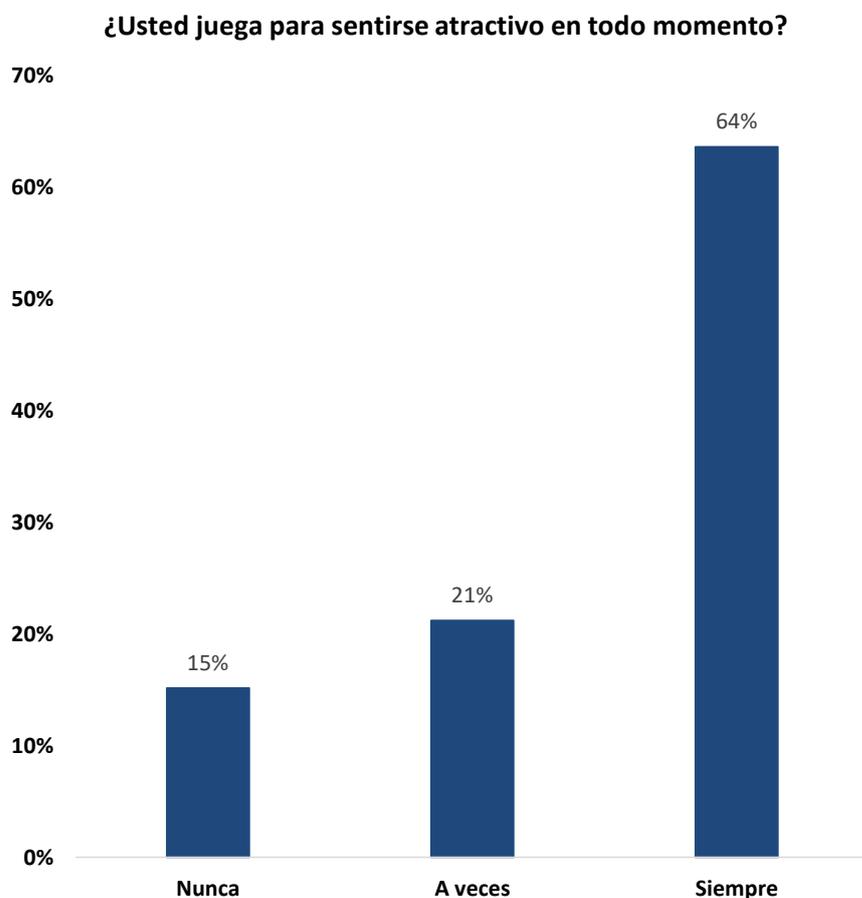


Figura 13 ¿Usted juega para sentirse atractivo en todo momento?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 15% nunca juega para sentirse atractivo en todo momento, el 21% a veces juega para sentirse atractivo en todo momento y el 64% siempre juega para sentirse atractivo en todo momento.

Tabla 14

¿Usted juega porque considera que así se defiende mejor adoptando buena silueta?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	10	30%
A veces	12	36%
Siempre	11	33%
TOTAL	33	100%

¿USTED JUEGA PORQUE CONSIDERA QUE ASÍ SE DEFIENDE MEJOR ADOPTANDO BUENA SILUETA?

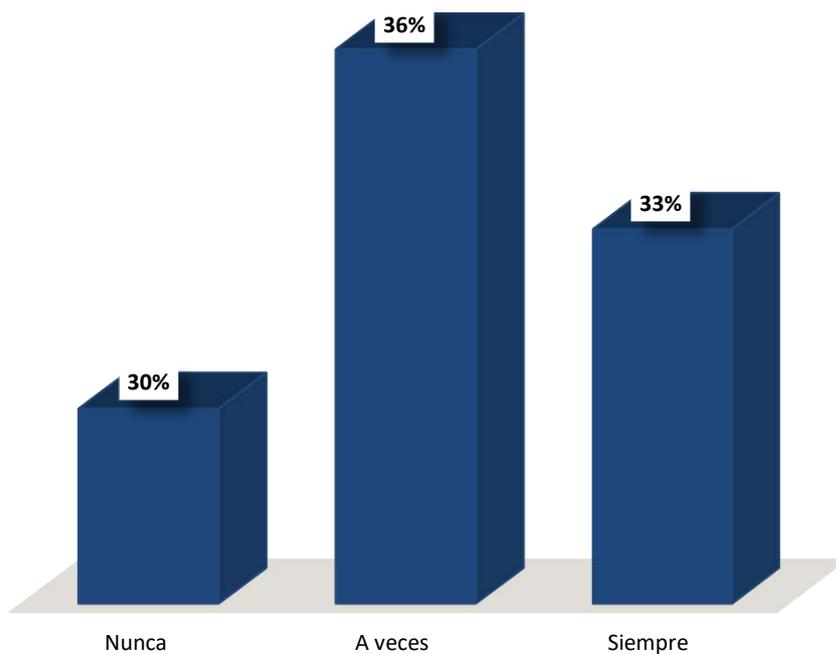


Figura 14 ¿Usted juega porque considera que así se defiende mejor adoptando buena silueta?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 30% nunca juega porque considera que así se defiende mejor adoptando buena silueta, el 36% a veces juega porque considera que así se defiende mejor adoptando buena silueta y el 33% siempre juega porque considera que así se defiende mejor adoptando buena silueta.

Tabla 15

¿Considera usted que cuando juega se vuelve más inteligente?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	3	9%
A veces	10	30%
Siempre	20	61%
TOTAL	33	100%

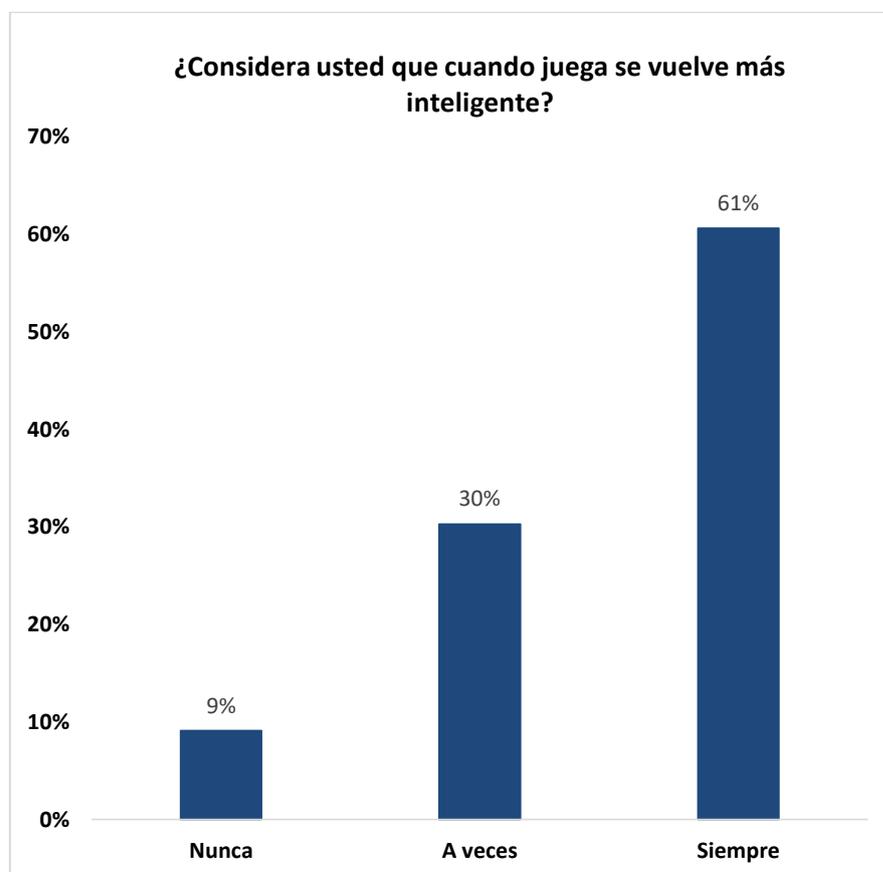


Figura 15 ¿Considera usted que cuando juega se vuelve más inteligente?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 9% nunca cuando juega se vuelve más inteligente, el 30% a veces cuando juega se vuelve más inteligente y el 61% siempre cuando juega se vuelve más inteligente.

Tabla 16
 ¿Considera usted que cuando juega es constante?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	4	12%
A veces	6	18%
Siempre	23	70%
TOTAL	33	100%

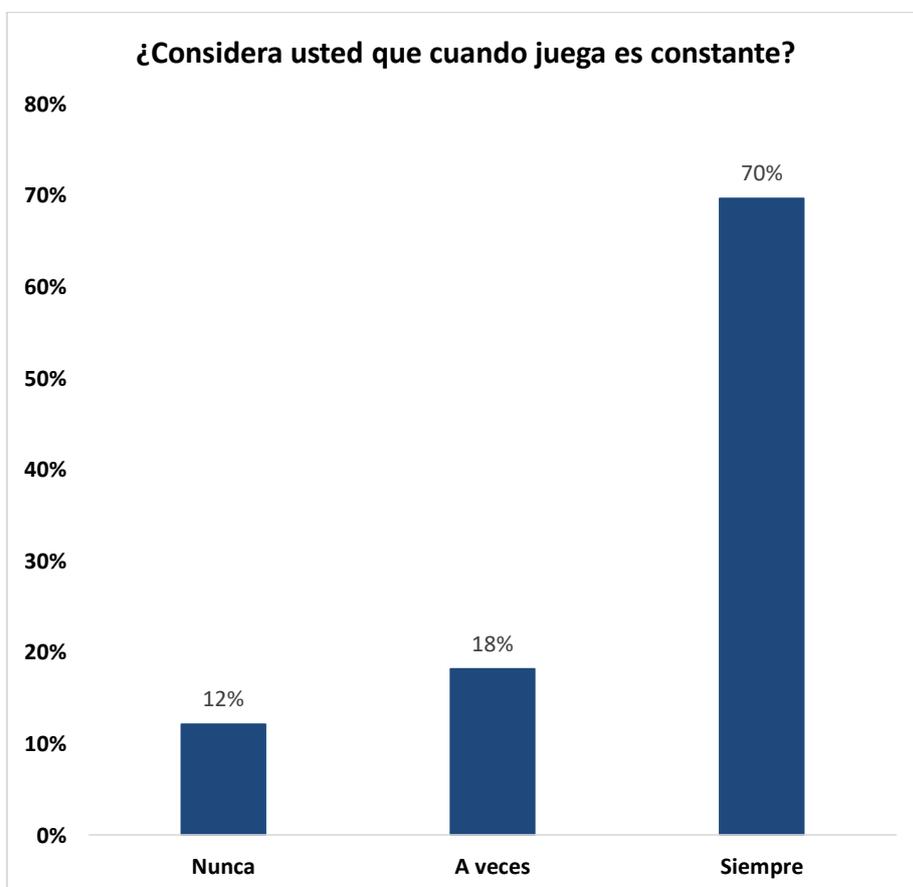


Figura 16 ¿Considera usted que cuando juega es constante?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 12% nunca cuando juega es constante, el 18% a veces cuando juega es constante y el 70% siempre cuando juega es constante.

Tabla 17

¿Considera usted que cuando juega se vuelve creativo?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	10	30%
A veces	8	24%
Siempre	15	45%
TOTAL	33	100%

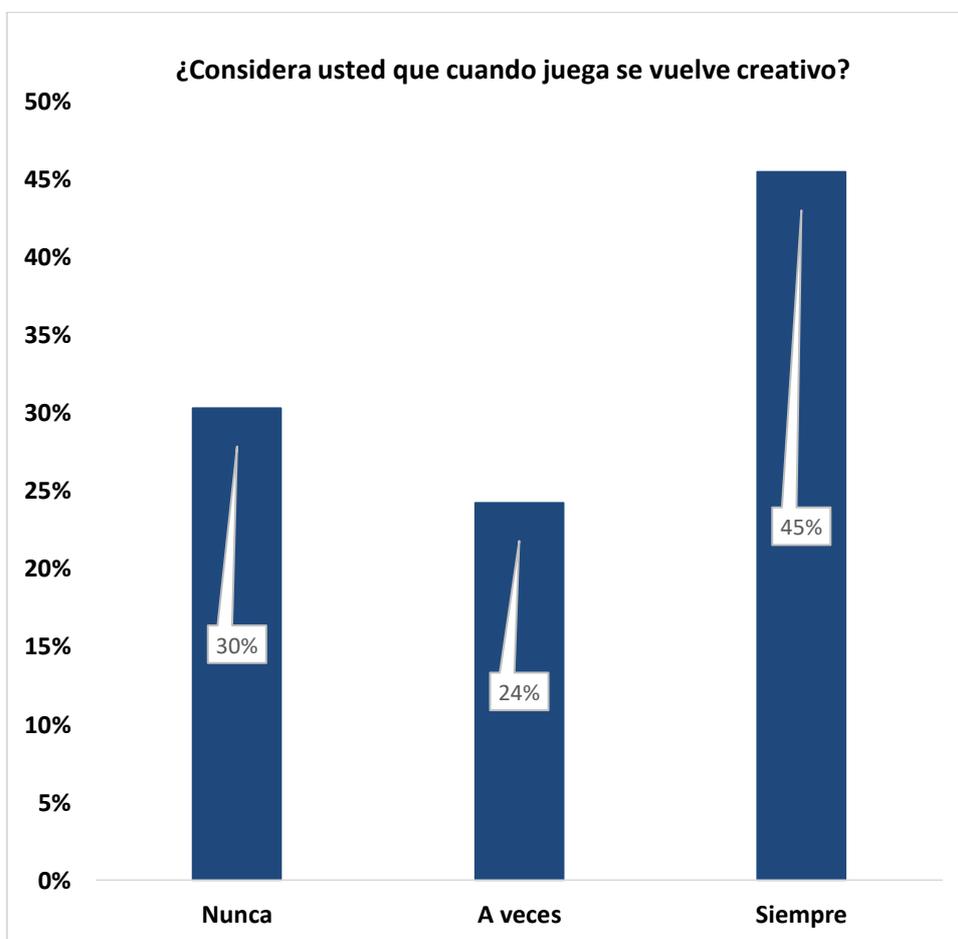


Figura 17 ¿Considera usted que cuando juega se vuelve creativo?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 30% nunca cuando juega se vuelve creativo, el 24% a veces cuando juega se vuelve creativo y el 45% siempre cuando juega se vuelve creativo.

Tabla 18

¿Cree usted que el deporte permite su autorrealización personal?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	8	24%
A veces	9	27%
Siempre	16	48%
TOTAL	33	100%

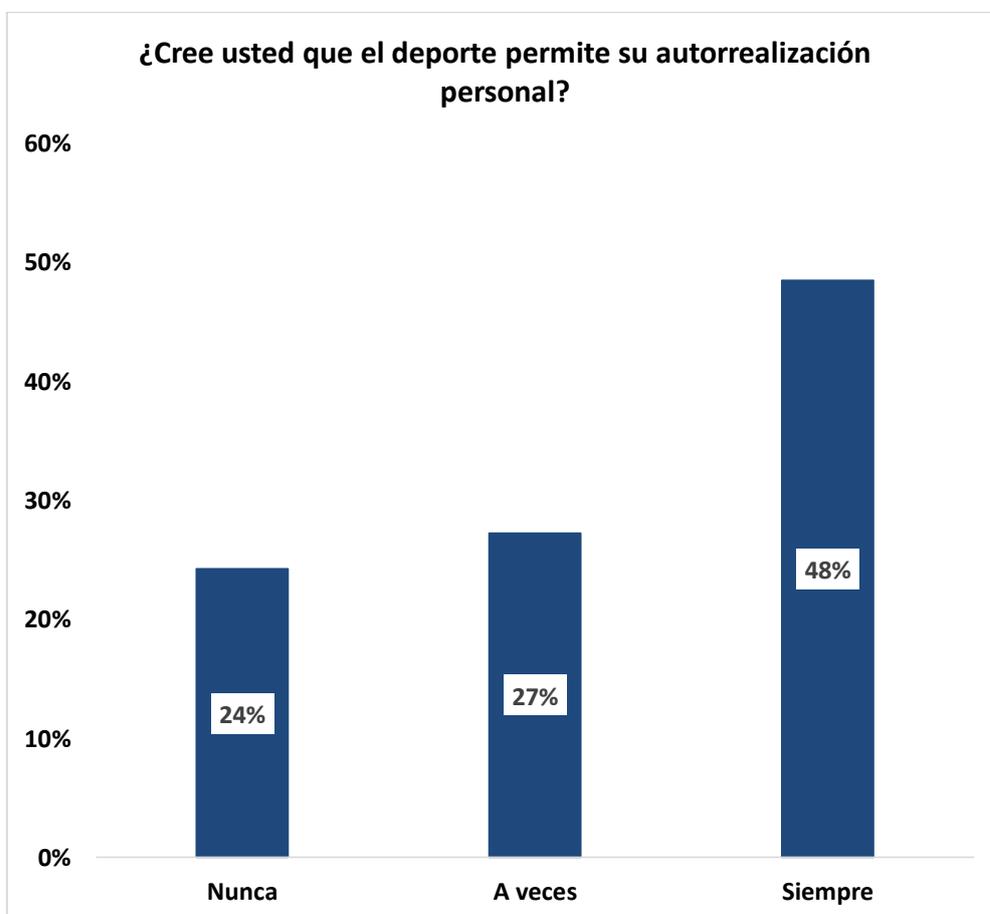


Figura 18 ¿Cree usted que el deporte permite su autorrealización personal?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 24% nunca el deporte permite su autorrealización personal, el 27% a veces el deporte permite su autorrealización personal y el 48% siempre el deporte permite su autorrealización personal.

Tabla 19

¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan los valores?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	6%
A veces	4	12%
Siempre	27	82%
TOTAL	33	100%

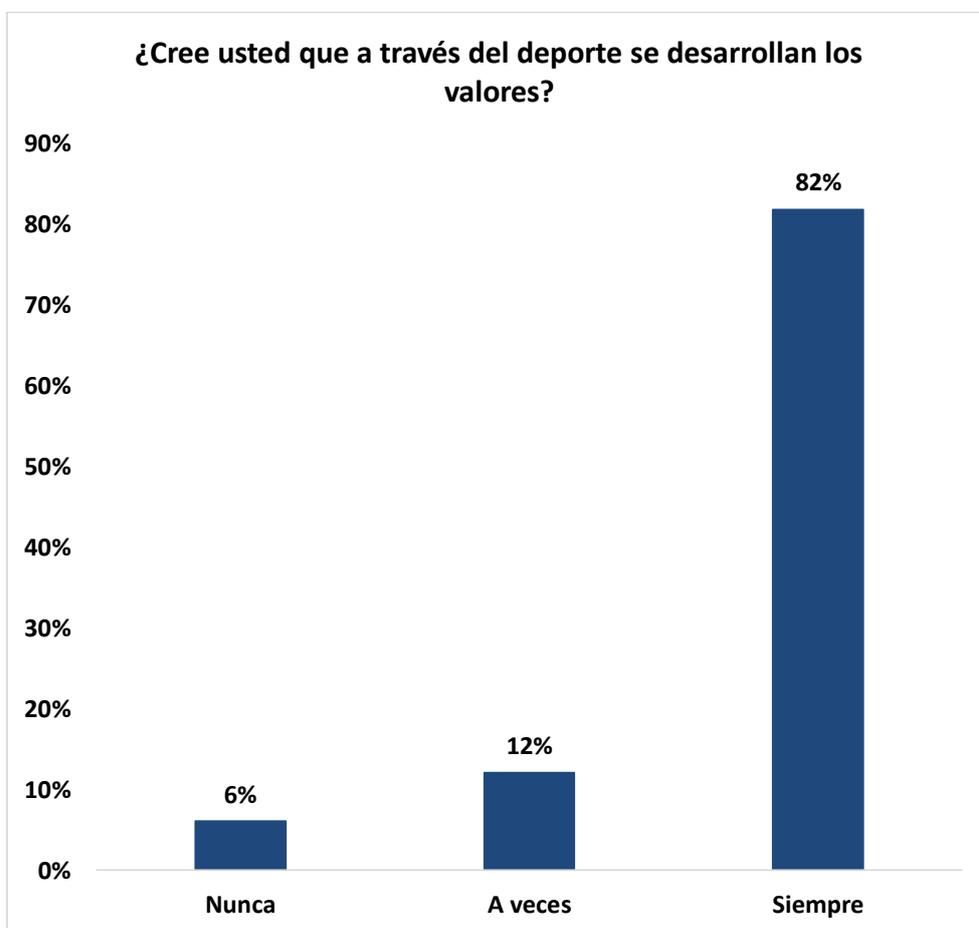


Figura 19 ¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan los valores?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 6% nunca cree que a través del deporte se desarrollan los valores, el 12% a veces cree que a través del deporte se desarrollan los valores y el 82% siempre cree que a través del deporte se desarrollan los valores.

Tabla 20

¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan y respetan las normas?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	3	9%
A veces	5	15%
Siempre	25	76%
TOTAL	33	100%

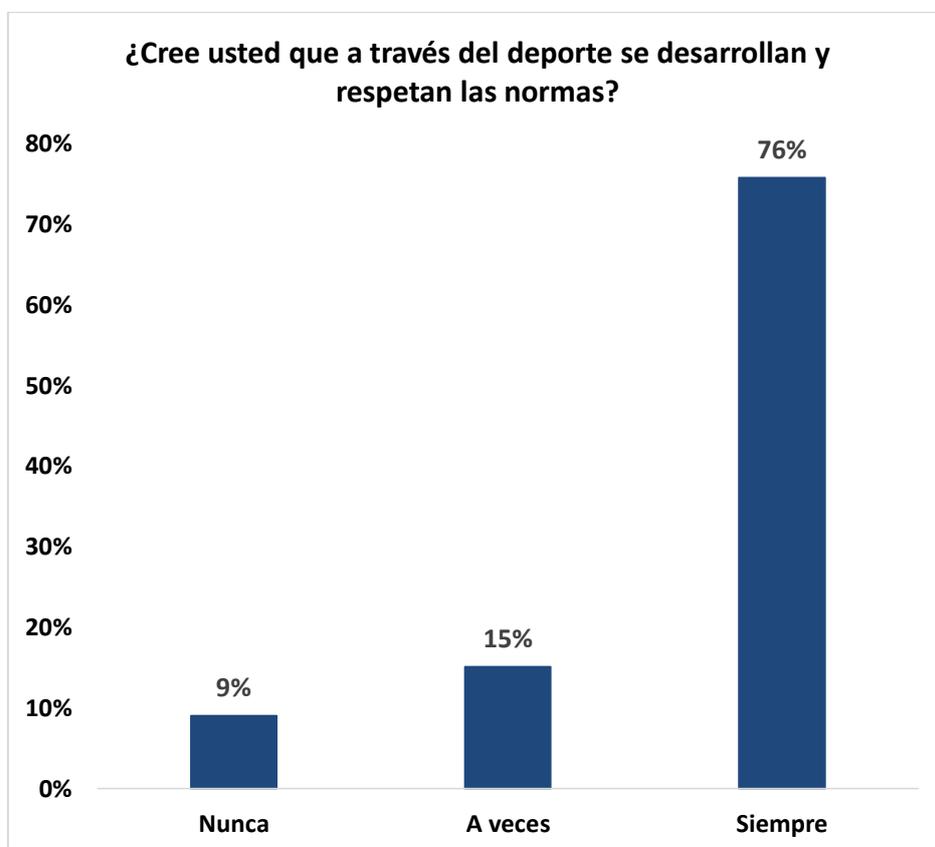


Figura 20 ¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan y respetan las normas?

INTERPRETACIÓN: se encuestó a 33 alumnos quienes indicaron que; el 9% nunca cree que a través del deporte se desarrollan y respetan las normas, el 15% a veces cree que a través del deporte se desarrollan y respetan las normas y el 76% siempre cree que a través del deporte se desarrollan y respetan las normas.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5. 1. DISCUSIÓN

Los resultados afirman la hipótesis el deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.

Estos resultados tienen relación con Zavala, Soto y Laguna (2022) en su tesis titulada “*Actividad física y autoestima en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la I.E. CRL. José Joaquín Inclán, Chorrillos, 2022*”, concluye que: Hay una correlación directa y alta entre el hacer ejercicio y la autoestima en alumnos del sexto grado de escuela primaria de la IE Cr. José Joaquín Inclán, residente de la ciudad de Chorrillos, tuvo lugar en el año 2022 (p. 51).

De la misma manera, Martínez (2022) en su tesis titulada “*Actividad física y autoestima en estudiantes de educación secundaria del Colegio San Antonio de Huamanga, 2021*”, concluye que: La actividad física está significativamente asociada a la alta estima que tienen los estudiantes del cuarto grado de educación secundaria del colegio San Antonio de Huamanga, 2021; con una magnitud de importanciabilidad de $p = 0,000$ en el $Tau_b_Kendall$ 0,704 (p. 39)

5. 2. CONCLUSIONES

Primera: Se concluye que los alumnos en su mayoría no ven al deporte como una práctica competitiva lo que indica que no lo hacen por la fuerza, teniendo como resultado que quienes lo practican lo hacen por interés y voluntad propia.

Segunda: Se concluye que los alumnos practican el deporte con el fin de conocer y respetar su cultura además de su eficiencia motriz desarrollada a través del deporte en base a los movimientos eficientes dentro del juego.

Tercera: Se concluye que los alumnos realizan deporte con el fin de verse bien teniendo como prioridad el estar bien físicamente y verse bien más allá de cualquier llamativo por conveniencia o competencia.

Cuarta: Se concluye que la autoestima de los alumnos es baja puesto que necesitan del deporte para sentirse aceptados y poder sociabilizar bien con sus compañeros de los colegios limitando mucho su desarrollo intelectual y social.

Quinta: Se concluye que los alumnos tienen una personalidad de la cual aún dudan creyendo en todo momento que no son lo suficientemente inteligentes.

5. 3. RECOMENDACIONES

Primera: Se recomienda al docente practicar los juegos enfocados a la competitividad de tal manera que estos alumnos vean el deporte como algo bueno para ellos ya que más allá de perder aprenderán y serán perseverantes logrando fortalecer su autoestima.

Segunda: Se recomienda a los alumnos buscar la forma de practicar deporte en base a la cultura social que se tiene en los distintos lugares del país donde hay deportes conocidos considerados comunes, pero también puede haber deportes nuevos y llamativos sobretodo en lugares alejados.

Tercera: se recomienda fortalecer la autoestima de los estudiantes con charlas en equipo para que estos estén seguros de lo que son y lo que valen sin necesidad de buscar aceptaciones del grupo que solo conllevan a malos entendidos.

Cuarta: Se recomienda a los alumnos buscar siempre una ayuda del docente cuando siente que no puede solo para que esté correctamente orientado y así no se equivoque al tomar las decisiones que resuelvan sus problemas de emociones y autoestima.

CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN

6. 1. Fuentes Bibliográficas

Acevedo, J., Rios, J., & Fredy, J. (2019). Relación entre la motivación deportiva, autoestima y autoeficacia con el estilo parental en una muestra de adolescentes, deportistas profesionales pertenecientes al INDER de Envigado. *Pregrado*. Institución Universitaria de Envigado, Colombia.

Avendaño, A. (2019). la actividad física y su incidencia en la autoestima, la depresión y la ansiedad en deportistas de la Institución Educativa Liceo Nacional de Ibagué. *Posgrado*. Universidad del Tolima, Ibagué, Colombia.

Etecé, E. E. (23 de 01 de 2023). *Deporte*. Obtenido de <https://humanidades.com/deporte/>

Etecé, E. e. (22 de 01 de 2024). *Autoestima*. Obtenido de <https://concepto.de/autoestima/>

Huarocc, D., & Quispe, M. (2019). autoconcepto fisico y practica fisico-deportiva en alumnos del Centro Educativo Mariscal Castilla, Huancayo, 2018. *Pregrado*. Universidad Periana de los Andes, Huancayo, Perú.

Martin, C. (01 de 09 de 2021). *La importancia del deporte para una vida saludable*. Obtenido de <https://www.clinicabaviera.com/blog/bye-bye-gafas/la-importancia-del-deporte-para-una-vida-saludable/>

Martinez, R. (2022). Actividad física y autoestima en estudiantes de educación secundaria del Colegio San Antonio de Huamanga, 2021. *Posgrado*. Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.

Miralles, J. (2019). la actividad física como potenciador de autoestima, estrés percibido y bienestar psicológico. *Pregrado*. Universidad Pontificia Comillas, Madrid, España.

- Quijano, M. (2022). actividad física y la autoestima de los adolescentes en tiempos de pandemia en la I.E. Cristo Salvador - Surco - 2021. *Posgrado*. Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima, Perú.
- Rodriguez, C. (2020). *El deporte*. Obtenido de <https://www.mundoprimeria.com/lecturas-para-ninos-primaria/deporte>
- Rodriguez, R. (02 de 08 de 2022). *La importancia de la autoestima: qué es y cómo influye en tu vida*. Obtenido de <https://www.psicoglobal.com/blog/autoestima-que-es>
- Ruiz, N. (2020). El Deporte como medio para mejorar la Autoestima en estudiantes de educación primaria. *Pregrado*. Universidad Nacional de Tumbes, Jaen, Perú.
- Safe, J. (2 de 12 de 2019). *Dimensiones de la Autoestima*. Obtenido de <https://www.on-school.com/blog/dimensiones-de-la-autoestima/>
- Salinas, A. (2021). actividad física en la autoestima de los estudiantes universitarios de la carrera de pedagogía de la actividad física y deporte. *Pregrado*. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador.
- Scarnatto, M. (2022). *Ética, estética y cinética. El deporte en tres dimensiones*. Obtenido de <http://www.argenmex.fahce.unlp.edu.ar/3.-deporte-y-sociedad/9.-etica-estetica-y-cinetica.-el-deporte-en-tres-dimensiones>
- Zavala, A., Soto, J., & Laguna, N. (2022). actividad física y autoestima en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la I.E. CRL. José Joaquín Inclán, Chorrillos, 2022. *Pregrado*. Universidad Nacional del Callao, Callao, Perú.

ANEXOS

Anexo

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES	METODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL: ¿De qué manera se relaciona el deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II?</p> <p>PROBLEMAS ESPECIFICOS: ¿De qué manera se relaciona la dimensión ética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II?</p> <p>¿De qué manera se relaciona la dimensión cinética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL: Establecer la relación del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.</p> <p>OBJETIVOS ESPECIFICOS: Establecer la relación de la dimensión ética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.</p> <p>Establecer la relación de la dimensión cinética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.</p>	<p>HIPOTESIS GENERAL: El deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.</p> <p>HIPOTESIS ESPECIFICOS: La dimensión ética del deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.</p> <p>La dimensión cinética del deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.</p>	<p>VARIABLE X</p> <p>Deporte</p> <p>VARIABLE Y</p> <p>Autoestima</p>	<p>X1= Ética</p> <p>X2= Cinética</p> <p>X3= Estética</p> <p>Y1= Psicosocial</p> <p>Y2= Físico</p> <p>Y3= Académico</p> <p>Y4= Ético</p>	<p>NIVEL DE INVESTIGACION: correlacional</p> <p>DISEÑO DE LA INVESTIGACION No experimental</p> <p>TIPO DE INVESTIGACION Básica</p> <p>ENFOQUE DE LA INVESTIGACION: Cuantitativo</p> <p>POBLACION: 33 alumnos</p> <p>MUESTRA: 33 alumnos</p> <p>ESTADISTICO DE PRUEBA: Spss</p> <p>TECNICA: Encuesta</p> <p>INSTRUMENTOS: Cuestionario</p> <p>10 preguntas para medir la variable X</p> <p>10 Preguntas para medir la variable Y</p>

<p>¿De qué manera se relaciona la dimensión estética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II?</p>	<p>Establecer la relación de la dimensión estética del deporte y la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.</p>	<p>La dimensión estética del deporte se relaciona con la autoestima en estudiantes del 1er ciclo de educación física y deportes de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho, 2023 – II.</p>			
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--



ENCUESTA

A LOS ESTUDIANTES DEL 1ER CICLO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES DE LA UNJFSC.

INSTRUCCIÓN

La suscrita está realizando una investigación, para el efecto solicito su pleno apoyo respondiendo a las siguientes preguntas.

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

DEPORTE				
I. Ética		Calificación		
		1	2	3
1.	¿Usted practica el deporte porque le gusta ser competitivo?			
2.	¿Usted practica el deporte porque así muestra su institucionalidad?			
3.	¿Usted practica el deporte como práctica codificada?			
II. Cinética		Calificación		
		1	2	3
4.	¿Usted practica el deporte como cultura corporal?			
5.	¿Usted practica el deporte porque considera que su cuerpo es importante?			
6.	¿Usted practica el deporte desarrollando su eficiencia motriz?			
III. Estética		Calificación		

		1	2	3
7.	¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su belleza?			
8.	¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su placer?			
9.	¿Usted practica el deporte porque quiere resaltar su atracción?			
10.	¿Usted practica el deporte porque simplemente lo disfruta?			
AUTOESTIMA				
IV. Psicosocial		Calificación		
		1	2	3
11.	¿Usted juega porque necesita sentirse aceptado por el grupo?			
12.	¿Usted juega porque considera que aumenta su personalidad?			
V. Físico		Calificación		
		1	2	3
13.	¿Usted juega para sentirse atractivo en todo momento?			
14.	¿Usted juega porque considera que así se defiende mejor adoptando buena silueta?			
VI. Académico		Calificación		
		1	2	3
15.	¿Considera usted que cuando juega se vuelve más inteligente?			
16.	¿Considera usted que cuando juega es constante?			
17.	¿Considera usted que cuando juega se vuelve creativo?			
VII. Ético		Calificación		
		1	2	3
18.	¿Cree usted que el deporte permite su autorrealización personal?			
19.	¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan los valores?			

20.	¿Cree usted que a través del deporte se desarrollan y respetan las normas?			
-----	----------------------------------------------------------------------------	--	--	--