



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



**PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA AGROPECUARIA DE
“YAJCHATA” AZÁNGARO 2021.**

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. GROBER FAVIAN SACACA VILLALVA

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

PUNO – PERÚ

2021



DEDICATORIA

A mis sacrificados padres Santiago Sacaca y Matilda Villalva a quienes estaré eternamente agradecido a ellos les debo todo, con su amor, paciencia y esfuerzo me han permitido llegar a cumplir hoy un sueño más, gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y valentía, de no temer las adversidades porque Dios está conmigo siempre.

Grober Sacaca



AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi gratitud a Dios, quien con su bendición llena siempre mi vida y a toda mi familia por estar siempre presente.

Mi profundo agradecimiento a todos los docentes de la institución educativa secundaria agropecuaria de “Yajchata”, por abrirme las puertas y permitirme realizar todo el proceso investigativo dentro de su establecimiento educativo.

De igual manera mis agradecimientos a la Universidad Nacional del Altiplano Puno escuela profesional de educación física, a mis docentes quienes con las enseñanzas de sus valiosos conocimientos hicieron que pueda trazar mi camino como profesional, gracias a cada uno de ustedes por su paciencia, dedicación, apoyo incondicional y amistad.

Finalmente quiero expresar mi más grande y sincero agradecimiento al Dr. Yony Pino Vanegas principal colaborador durante todo este proceso, quien con su dirección, conocimiento, enseñanza y colaboración permitió el desarrollo de este trabajo.

Grober

Sacaca



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE FIGURAS

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

RESUMEN 10

ABSTRACT 11

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 13

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA 14

 1.2.1. Problema general: 14

 1.2.2. Problemas específicos: 15

1.3. HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN 15

 1.3.1. Hipótesis general: 15

1.4. JUSTIFICACIÓN DE ESTUDIO 15

1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN 17

 1.5.1 Objetivo general: 17

 1.5.2. Objetivos específicos: 17

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES 19



2.2. MARCO TEÓRICO	23
2.2.1 Definición de la Actividad físico-deportivas.....	23
2.2.2 Preferencia deportiva.....	24
2.2.3 Deporte.....	26
2.2.4 Preferencias deportivas por género.....	26
2.2.5 Frecuencia de práctica deportiva.....	30
2.2.6 Por edades.....	32
2.2.7 Lugar de práctica deportiva.....	33
2.2.7.1 Zona rural.....	33
2.2.8 Beneficios del deporte.....	34
2.2.9. Tipos de deportes.....	35
2.3. MARCO CONCEPTUAL	39
2.3.1. Condición Física:.....	39
CAPÍTULO III	
MATERIALES Y MÉTODOS	
3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DE ESTUDIO	42
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO	42
3.2.1. Población.....	42
3.2.2. Muestra.....	42
3.3. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	43
3.3.1. Tipo de investigación:	43
3.1.2. Diseño de la investigación.....	44
3.4. PROCEDIMIENTO	44
3.5. VARIABLES	45
3.6. TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	46



3.6.1 Técnica	46
3.6.2 Instrumentos	46
3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.	47
CAPÍTULO IV	
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
4.1 RESULTADOS	50
4.2. DISCUSIÓN	70
V. CONCLUSIONES	73
VI. RECOMENDACIONES	75
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	76
ANEXOS	81

ÁREA : Educación física.

TEMA: Preferencias deportivas de los estudiantes de la Institución Educativa
Secundaria Agropecuaria de “Yajchata” Azángaro 2021.

FECHA DE SUSTENTACIÓN: 17/01/2022



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Relación entre la preferencia de la práctica del deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	51
Figura 2	Relación entre el deporte más preferido o demandado en su zona según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	54
Figura 3	Relación entre el sentimiento físico y emocional después de la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.....	56
Figura 4	Edad que iniciaron la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	58
Figura 5	Con quién iniciaste o quien te motivo a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	59
Figura 6	Relación entre el número de veces a la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	61
Figura 7	Relación entre el día o días de la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.....	62
Figura 8	Relación entre el tiempo en un día que dedica a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	64
Figura 9	Relación entre las preferencias deportivas por edades en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	66
Figura 10	Relación entre la calidad de la infraestructura donde practican su deporte de preferencia según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro.	67
Figura 11	Consideración por realizar cambios a los espacios para la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro.	69



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Relación entre la preferencia de la práctica del deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.....	50
Tabla 2	Relación entre el deporte más preferido o demandado en su zona según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.....	54
Tabla 3	Relación entre el sentimiento físico y emocional después de la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	55
Tabla 4	Edad que iniciaron la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	57
Tabla 5	Con quién iniciaste o quien te motivo a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.....	59
Tabla 6	Relación entre el número de veces a la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.....	60
Tabla 7	Relación entre el día o días de la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.....	62
Tabla 8	Relación entre el tiempo en un día que dedica a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.....	63
Tabla 9	Relación entre las preferencias deportivas por edades en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	65
Tabla 10	Relación entre la calidad de la infraestructura donde practican su deporte de preferencia según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.....	67
Tabla 11	Consideración por realizar cambios o adaptaciones a los espacios para la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.	68



ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

MINEDU	Ministerio de Educación
OMS	Organización Mundial de la Salud
UGEL	Unidad de Gestión Educativa Local
IPD	Instituto Peruano del Deporte
Web	World Wide Web (WWW)



RESUMEN

El trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, provincia de Azángaro de la región de Puno, el tipo de investigación al que corresponde es la descriptiva transeccional, aplicando el método científico a través de una encuesta, para determinar las preferencia deportivas, mientras que el diseño de investigación es el de corte transversal, donde se cuenta con una población de 148 estudiantes de primero a quinto de secundaria de la cual hallamos una muestra de 74 estudiantes elegidos aleatoriamente de la población, luego de los análisis de los datos llegamos a la siguiente conclusión, desde que $\chi^2_{calculada} = 52.897$ el mismo que es mayor que $\chi^2_{tablas} = 9.488$, que pertenece a la región de rechazo, de donde rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna y podemos afirmar que, las preferencias por la práctica de deportes se relacionan significativamente con el sexo, a un nivel de significancia del 0.05 o 5%, lo que indica que los varones prefieren el futbol y las mujeres el voleibol. Considerando el lugar el 51.4% indican el futbol, y 41.9% voleibol como deportes más practicados en su zona. En cuanto a la frecuencia, el 50.0% indican de 2 a 3 veces por semana, el 21.6% una vez por semana, seguido de un 18.9% que representan a 7 estudiantes que indican de 4 a 5 veces por semana. En las preferencias por edades observamos que, el 39.2% de los estudiantes practican el futbol de los cuales el 9.5% son estudiantes de 14 años, luego el 8.1% de estudiantes tienen 15 años, seguido del 6.8% que tienen la edad de 17 años, observamos también que el 54.1% de estudiantes practican voleibol de los cuales el 14.9% tienen 16 años, seguido de 10.8% que gustan practicar voleibol que tienen 15 años y otro porcentaje igual tienen 14 años. Sobre las infraestructuras observamos que, el 58.1% indican muy buena, luego el 27% buena y un 12.2% regular y solo el 2.7% opinan que es malo.

Palabras Claves: Preferencias, Deportes, Estudiantes, Institución Educativa.



ABSTRACT

The objective of the research work was to determine the sports preferences of the students of the Agricultural Secondary Educational Institution of Yajchata, Azángaro province of the Puno region, the type of research to which it corresponds is the descriptive transectional, applying the scientific method through of a survey, to determine sports preferences, while the research design is the cross-sectional one, where there is a population of 148 students from first to fifth grade of secondary school, from which we found a sample of 74 students randomly chosen from the population, after analyzing the data we reach the following conclusion, since χ^2 calculated = 52.897 the same that is greater than χ^2 tables = 9.488, which belongs to the rejection region, from where we reject the null hypothesis and accept the alternative hypothesis and we can affirm that preferences for the practice of sports are significantly related to sex, at a significance level of 0.05 or 5%, which indicates that men prefer soccer and women volleyball. Considering the place, 51.4% indicate soccer, and 41.9% volleyball as the most practiced sports in their area. Regarding frequency, 50.0% indicate 2 to 3 times a week, 21.6% once a week, followed by 18.9% that represent 7 students who indicate 4 to 5 times a week. ages, we observe that 39.2% of the students practice soccer, of which 9.5% are 14-year-old students, then 8.1% of the students are 15 years old, followed by 6.8% who are 17 years old, we also observe that 54.1% of students practice volleyball, of which 14.9% are 16 years old, followed by 10.8% who like to practice volleyball who are 15 years old and another equal percentage are 14 years old. Regarding the infrastructures, we observe that 58.1% indicate very good, then 27% good and 12.2% regular and only 2.7% think that it is bad.

Key Words: Preferences, Sports, Students, Educational Institution.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Es muy importante conocer las preferencias deportivas de cada estudiante, para darle mayor importancia y apoyo al deporte preferido, para mejorar sus habilidades físico deportivas y desarrollo emocional. encaminar su desarrollo deportivo dentro y fuera de la institución hasta donde el Estudiante lo permita.

La práctica físico-deportiva se ha consolidado como un hábito entre las ocupaciones del tiempo libre de un número elevado de personas, como así lo atestiguan los sucesivo sondeos y estudios que han venido realizándose desde el año 1975 en España. (Martínez, 1986).

También García (2001), afirma que desde el año 90 una estabilización de la cifra de practicantes españoles, compensada cualitativamente por el aumento de la frecuencia con la que la población practica un deporte de forma regular, dos veces o más por semana según el análisis que realiza de la práctica-deportiva según la estructura de la población pone de manifiesto la movilidad social de la misma, como característica que la define, es decir, se incrementa la práctica deportiva entre los adultos, las personas mayores, las mujeres y otros colectivos como los discapacitados, en tanto, que se produce un estancamiento de la práctica entre los más jóvenes. Lo cual sucede en nuestra realidad y en otras poblaciones del medio, el origen de este cambio se produce gracias a una variada oferta de actividades físico deportivas unido a un nivel de cultura deportiva más elevado, lo que capacita a los sujetos para elegir el tipo de actividad que se adecue a sus intereses y motivaciones, en las comunidades rurales existe poca variedad en las opciones deportivas y es muy limitado su práctica. Para lo que nos formulamos las siguientes interrogantes: problema general ¿Cuáles son las preferencias deportivas de los estudiantes



de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021? Y como problemas específicos ¿Cuáles son las preferencias deportivas por sexo en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021? ¿Cuál es la frecuencia de la práctica del deporte que presentan los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021? ¿Cómo son las preferencias deportivas por edades en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021? ¿Cuáles son las condiciones de los lugares donde practican su deporte preferido los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021?

Mientras que los objetivos planteados son, objetivo general, determinar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, y los objetivos específicos: Identificar la preferencia deportiva por sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, Identificar la frecuencia de práctica deportiva por sexo en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, Conocer las preferencias deportivas por edades de los Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, Conocer el lugar de la práctica deportiva de los Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La pandemia de COVID-19 ha propiciado que gran parte de la población permanezca en sus hogares, estudie y/o trabaje, y, por ende, se mantenga largos periodos de tiempo sentado. Las actividades rutinarias, entre ellas la práctica de actividad física, han disminuido o incluso cesado. La situación es aún más compleja para aquellas



personas que antes de la pandemia no solían realizar actividades de esta índole (OMS, 2020).

La actividad física corresponde a cualquier actividad que requiera generar un gasto energético superior a 1,5 METS. En relación con la práctica regular de la misma, se ha comprobado que es capaz de entregar múltiples beneficios a los sujetos, entre ellos, aporta a la mejora de la autoestima y el auto concepto (Moreno,2008).

Por otro lado, Lobelo (2006), señalan las complicaciones que puede generar la falta de práctica de actividad física, puesto que su ausencia es considerada un factor de riesgo, asociada a las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), como la hipertensión arterial, diabetes mellitus y enfermedades coronarias, entre otras. Evidencia de esto, se encuentra en investigaciones llevadas a cabo en América Latina, que indican que un número considerable de las muertes anunciadas por ECNT, son asociadas a la inactividad física.

Ahora bien, considerando los acontecimientos sanitarios actuales, es posible visualizar un aumento en la cantidad de sujetos inactivos físicamente, y es por esto, que el presente estudio tiene por objetivo, conocer los niveles de actividad física que presentan los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Agropecuaria de Yajchata de sexo masculino y femenino, durante la pandemia asociada al Covid-19.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general:

- ¿Cuáles son las preferencias deportivas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021?



1.2.2. Problemas específicos:

- ¿Cuáles son las preferencias deportivas por sexo en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021?
- ¿Cuál es la frecuencia de la práctica del deporte que presentan los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021?
- ¿Cómo son las preferencias deportivas por edades en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021?
- ¿Cuáles son las condiciones de los lugares donde practican su deporte preferido los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata, Azángaro 2021?

1.3. HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN

1.3.1. Hipótesis general:

Los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, prefieren más deportes populares en equipo, colectivos, en varones el futbol y damas el voleibol.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE ESTUDIO

Es muy importante conocer las preferencias deportivas de cada estudiante, para darle mayor importancia y apoyo al deporte preferido, para mejorar sus habilidades físico deportivas y desarrollo emocional. encaminar su desarrollo deportivo dentro y fuera de la institución hasta donde el Estudiante lo permita.

La práctica físico-deportiva se ha consolidado como un hábito entre las ocupaciones del tiempo libre de un número elevado de personas, como así lo atestiguan los sucesivos sondeos y estudios que han venido realizándose desde el año 1975 en España. (Martínez, 1986). También García (2001), afirma que desde el año 90 una



estabilización de la cifra de practicantes españoles, compensada cualitativamente por el aumento de la frecuencia con la que la población practica un deporte de forma regular, dos veces o más por semana.

Según el análisis que realiza de la práctica-deportiva según la estructura de la población pone de manifiesto la movilidad social de la misma, como característica que la define, es decir, se incrementa la práctica deportiva entre los adultos, las personas mayores, las mujeres y otros colectivos como los discapacitados, en tanto, que se produce un estancamiento de la práctica entre los más jóvenes. Lo cual sucede en nuestra realidad y en otras poblaciones del medio, El origen de este cambio se produce gracias a una variada oferta de actividades físico deportivas unido a un nivel de cultura deportiva más elevado, lo que capacita a los sujetos para elegir el tipo de actividad que se adecue a sus intereses y motivaciones, en las comunidades rurales existe poca variedad en las opciones deportivas y es muy limitado su práctica.

Este fenómeno social viene producido por una serie de nuevos procesos económico-sociales acaecidos desde el comienzo de la transición política en 1975 tales como: el aumento del tiempo libre, la consolidación de la sociedad de consumo, las nuevas expectativas en los estilos de vida coincidentes con los valores buscados en las nuevas prácticas (hedonismo, creatividad, búsqueda del equilibrio, etc.), el aumento de la capacidad adquisitiva de la población que le permite acceder a prácticas físicas anteriormente reservadas a las clases altas, el incremento de las clases medias y la diversificación de las ofertas de práctica física llevadas a cabo por las nuevas instituciones democráticas.(Olivera y Olivera, 1995) como también reafirma (Celma, 2001) por otro lado también encontramos en (García Ferrando, 2001).



Estos cambios sociales políticos y económicos se concretan en el campo de la actividad físico-deportiva en intereses y motivaciones diversas según la edad y el género. Existe una preocupación por la salud, aunque entendida de forma diversa según las distintas capas sociales. Los más jóvenes se sienten atraídos por la forma física idealizándola en una imagen marcadamente atlética. Esta preocupación por la estética corporal es mayor en la mujer que en el varón. Según avanza la edad, sin dejar de ser importante la imagen corporal, la motivación hacia la práctica. (Celma,2001).

De entre la variedad de actividades que se ofertan en el ámbito extraescolar, cabe destacar que las actividades deportivas son las que representan los niveles más altos de preferencia entre la población escolar de Educación secundaria. La práctica deportiva se convierte en un instrumento educativo cuando desarrolla actividades a la medida de cada participante, integrando y respetando la diversidad y, ayuda a consolidar hábitos deportivos y de salud. (Bouchard,2004).

1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1 Objetivo general:

Determinar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

1.5.2. Objetivos específicos:

- Identificar la preferencia deportiva por sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.
- Identificar la frecuencia de práctica deportiva de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.
- Conocer las preferencias deportivas por edades de los Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.



- Conocer el lugar de la práctica deportiva de los Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES

En el desarrollo deportivo existe una estrecha relación entre el proceso evolutivo madurativo y la capacidad de adquisición del movimiento, con el aprendizaje de los diferentes elementos técnico-tácticos individuales y colectivos (habilidades específicas de cada deporte) y con las destrezas o competencias motoras que inciden de manera evidente en el aprendizaje, desarrollo y perfeccionamiento deportivo de una o varias especialidades deportivas. (Blázquez,1995).

En la declaración de Niza sobre el Deporte (2000), en la mención a las características del deporte y a su función social en Europa, destaca que “la actividad deportiva debe ponerse al alcance de todas las personas, respetando las aspiraciones y capacidades de cada uno y con toda la diversidad de prácticas competitivas o de ocio, organizadas o individuales”. Es muy interesante el párrafo que afirma que el deporte es una actividad humana basada en unos valores sociales educativos y culturales esenciales, siendo factor de inserción, de participación en la vida social, de tolerancia, de aceptación de las diferencias y de respeto de las normas.

Por su parte en el Informe de Helsinki (1999), se plantean las vías que harían posible conciliar la dimensión económica del deporte con su dimensión popular, educativa, social y cultural.



En tanto Vaquero (2005), en su investigación denominada “Motivación, incentivos y rendimiento. estudio de un caso en hockey sobre césped, hace mención de cuán importante

es para el deportista recibir incentivos como parte de una motivación extrínseca el cual se complementa con la motivación intrínseca que muchas veces es la parte más desarrollada en los atletas (autoconfianza, preparación Psicológica, determinación) pero que ambos guardan una estrecha relación y deben ser atendidos de una manera óptima a fin de garantizar el cumplimiento de los objetivos planteados.

Casimiro y Pieron (2001), en un estudio realizado con escolares almerienses de Primaria y Secundaria sobre práctica de actividad física extraescolar, señalan que un 73,3% de los niños de Primaria realizan algún tipo de actividad deportiva, frente al 43,6% de las niñas.

En esta línea, Montil, Aznar y Barriopedro (2004), en un estudio realizado con alumnos de la Comunidad de Madrid de 10 a 13 años, señalan que únicamente el 30% de los niños y 16% de las niñas cumplen con los requisitos establecidos para ser activos (60 minutos al día, los 7 días de la semana). Por su parte, con el requisito para jóvenes menos activos (más de 20 minutos, dos o 3 ves por semana) cumplen el 50,8% de los niños y el 45% de las niñas. Por tanto, tan sólo el 47% de la muestra cumple con las recomendaciones de actividad física para poblaciones sedentarias.

En la misma línea, Vílchez (2007), establece que el 65,2% de los niños de tercer ciclo de Primaria eligen el fútbol como la opción deportiva más practicada, seguido a una gran distancia por otros deportes como el ciclismo (9,2%) y el baloncesto (7,8%). En las



niñas se produce un porcentaje más repartido, siendo el aeróbic o el baile con un 21,6% el deporte más practicado, seguido de cerca por el fútbol con un 20,8%.

En Colombia Gutiérrez (2013), llevo a cabo un estudio sobre preferencias deportivas de la comunidad estudiantil: el caso de la Universidad de Antioquia de sus conclusiones referenciamos tres que son de pertinentes para el presente estudio: Primero, que los deportes con mayor demanda son el fútbol (24,4%), el fútbol sala (12%), los servicios de gimnasio y multifuncional (22,6%) y la natación (10,2%), segundo, la principal razón por la cual no les gustan los deportes ofertados por la universidad, es porque no están los que ellos quieren practicar y tercero, el 63% de los estudiantes (67,8% mujeres y 16 y 57,5% hombres) no realizaron actividad deportiva antes de ingresar a la Universidad.

Por su parte Perula de Torres (1998), señalan los juegos de pelota como el fútbol, baloncesto y balonmano (79,4%) en los niños y las gimnasia y carreras (33,4%) y los bailes (31,8%) en las niñas como actividades deportivas preferidas por los escolares de 6° de Primaria y 2° de la E.S.O. Las prácticas deportivas que realizan los escolares en su tiempo libre no suele diferir mucho.

De esta manera, se señala que el fútbol (14,1%) y la bicicleta (13,8%) son los deportes más practicados por los granadinos de más de 10 años. (García,1996).

Un hecho trágico de la historia republicana del Perú, como fue la guerra con Chile, fue según el escritor José Gálvez uno de los acontecimientos que detuvieron el progreso del deporte en nuestro país; circunstancia que determinó que a pesar de ser este una de



las actividades de esparcimiento más populares en diversas partes del mundo, no sucede lo mismo en nuestro país. (Gálvez,1996).

Según una encuesta hecha por el Grupo de Opinión Pública de la Universidad de Lima, son tres los deportes más populares en el Perú: el fútbol, el vóley y el atletismo (el ajedrez disputa el tercer lugar, pero existe la discusión acerca de su naturaleza deportiva). El primero destaca entre todos, aunque esto depende del país; por ejemplo, en Australia los deportes más practicados son el surf y la pesca, mientras que en Estados Unidos lo son el fútbol americano, el béisbol y el básquetbol. (Sánchez,2006).

El Instituto Peruano del Deporte (IPD), como ente rector de esta disciplina en el país, ha elaborado el Plan de Acción para el Desarrollo Deportivo en el Perú 2006-2025 que en lo que se refiere al factor demográfico señala que: En el Perú somos una población de 28 millones de habitantes que crece a una tasa anual de 1.7%; de los cuales cerca de 18 millones se encuentran entre los 5 y 49 años de edad. Para la práctica deportiva recreativa no existen discriminaciones; pero son indicadores necesarios de tomar en cuenta la cantidad de población total y la que se encuentra en edades de la preferente población objetivo. Del total de la población peruana, 12 millones se encuentran entre 10 y 34 años de edad; y la mayoría se encuentra principalmente en los grandes centros urbanos como la ciudad de Lima y las capitales de departamento, determinando condiciones sociales y físicas, específicas para la prestación de los servicios deportivos. Pero las cifras nos dicen que el Perú es uno de los países con inversión deportiva más baja en la región. (Instituto Peruano del Deporte,2006).

Quispe (2015), En Juliaca-Perú, con el objetivo de determinar la práctica de actividades físico-deportivas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria



Policía Nacional del Perú Programa Colibrí de la ciudad de Juliaca; estudió a una muestra estudiantes (69 varones y 63 mujeres); concluyendo en que la práctica de actividades físico-deportivas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Policía Nacional del Perú Programa Colibrí de la ciudad de Juliaca, tiene una tendencia regularmente favorable por la frecuencia y tiempo que la dedican.

Para Pérez (2008). El deporte, es toda aquella actividad física que involucra una serie de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o área determinada (campo de juego, cancha, pista, etc). el deporte se refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física pulmonar del competidor es la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder); sin embargo, también se reconocen como deportes actividades competitivas que combinen tanto físico como intelecto, y no sólo una de ellas. También hay colectivos practicantes de determinadas actividades, donde sólo se usa el físico, o bien sólo el intelecto, que reclaman su actividad como deporte, incluso, de carácter olímpico.

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1 Definición de la Actividad físico-deportivas.

Según Santiago (1993). la discusión sobre las diferencias entre actividad física, ejercicio físico, juego o deporte, pues esta distinción no interfiere en gran medida nuestro planteamiento. El hecho que nos inquieta es la práctica de actividad físico–deportiva, de una manera u otra, La actividad físico–deportiva es un elemento constante en nuestra vida: la realicemos o no, la vemos, la escuchamos e interaccionamos diariamente con ella. Por ello, ha pasado a ser una conducta cotidiana, comparable a otras como el acto de comer, ver la televisión, utilizar el teléfono, la electricidad o los medios de transporte, actividades que se relacionan con el uso de servicios o la adquisición de productos de



carácter casi diario. Visto de esta forma, el estudio y la investigación de la actividad físico-deportiva como conducta humana de consumo de productos y uso de servicios, adquiere una trascendencia importante. Es desde esta perspectiva como nos planteamos el análisis de la conducta de los estudiantes de la institución secundaria con respecto al consumo de la práctica de actividad físico-deportiva. Existen diferentes términos para expresar que estamos físicamente activos.

Para Devís y Peiró (1993) El movimiento físico alude a toda la vitalidad utilizada para el movimiento; es, por lo tanto, un componente adicional que las necesidades del cuerpo para mantener capacidades cruciales, por ejemplo, tales como la respiración, la digestión, la circulación sanguínea, etc. (Márquez y Garatachea, 2013, p. 4)

Gonzales (2003) sostiene que aquellos que actúan alegando acción física cualquier desarrollo voluntario de figura de una construcción voluminosa, con una vitalidad más estupenda que en reposo.

De la Barra (2013) El movimiento físico será en vista de que el desarrollo físico con la mejora analítica esencial y de lo físico, lleno de sentimiento. Lo que es más capacidades cognitivas del individuo, esto podría transmitirse en el calibre de reclamar tanta inversión en el separar zonas de entorno diversos, familiar, socialmente, productivamente, que no es un requisito previo, sin embargo, todo el orden social requerido. (OMS, Web).

2.2.2 Preferencia deportiva.

Es un concepto usado en ciencias sociales, particularmente en economía. Asume una elección real o imaginaria entre ciertas alternativas y la posibilidad de ordenarlas.



Más generalmente, puede verse como una fuente de la motivación. En ciencias cognitivas, las preferencias individuales determinan la elección de los objetivos. Por ejemplo, se suele preferir la felicidad al sufrimiento o a la tristeza. Además, usualmente se asume que se suele (aunque no siempre) preferir un mayor consumo de un bien normal a un consumo menor. (Valencia, 2009).

Para cols (1998). Las personas más tímidas se sienten más cómodas en actividades deportivas en las que no participe un gran número de personas. Muchos niños y adolescentes se desenvuelven y rinden mejor cuando no dependen de los demás. Los deportes individuales ofrecen más oportunidades para fomentar la autonomía y la creatividad, lo que aumenta la confianza en uno mismo. A los jóvenes más impulsivos y transgresores con las normas, discriminados en el contexto de un equipo, les favorece depender sólo de ellos mismos, aunque reciban atención individualizada por parte del entrenador. Si el deporte por el que se inclina el menor es individual, es importante que parte de la actividad se desarrolle en grupo, de esta manera se promoverá una mínima socialización a partir de juegos colectivos.

A pesar del paso de los años, las preferencias deportivas de los escolares no han variado mucho, los juegos de pelota son los deportes más practicados en los niños (79,4%) frente a la gimnasia y el baile en las niñas (33,4% y 31,8% respectivamente). (Perula de Torres,1998).



2.2.3 Deporte.

Para Cagigal (1979). el deporte es juego, ejercicio físico y competición y puede tener una doble orientación hacia el deporte-praxis y hacia el deporte-espectáculo. Orientado hacia el espectáculo el deporte es contacto social, política, profesión, trabajo, rendimiento y ocio pasivo. Cuando se orienta hacia la praxis es ocio activo, higiene-salud, desarrollo biológico, esparcimiento, educación, pausa en el tecnicismo (tregua), relación social y superación personal o ajena.

El deporte le da al hombre una dimensión corporal dado que en su práctica es del todo necesaria la intervención y participación del cuerpo con tal tanto en su dimensión física como intelectual, asimismo lo sitúa en una realidad lúdica y recreativa en la que el juego es factor clave para su realización, pero además, también le posibilita en poner en juego su gestualidad y expresividad en muy diversas formas, le coloca ante un reto que debe afrontar dado que el deporte es competición y como consecuencia de todo ello lo hace un ser cultural, pues el deporte es uno de los elementos de la cultura de la sociedad actual. (Santiago,1993).

2.2.4 Preferencias deportivas por género.

Primero es necesario definir género como el conjunto de roles, expectativas, imaginarios, actos, o actitudes asignadas a lo masculino y lo femenino por una sociedad determinada. El género se transmite mediante la socialización; no es innato. El género es opuesto al sexo, es decir, a la diferenciación biológica. A lo largo de la historia de la humanidad se separó la experiencia deportiva de hombres y de mujeres. Esto ocurrió desde edades tempranas de la civilización occidental. A partir de las construcciones que cada sociedad ha hecho sobre lo masculino y lo femenino, la práctica deportiva ha ido



modificándose. Eso quiere decir, que el deporte está íntimamente ligado a estereotipos de lo que una mujer y un hombre pueden o no realizar con su cuerpo. En general, lo femenino ha sido representado por cualidades como la sensibilidad, la pasividad, la sumisión, la comprensión, la dependencia, la falta de agresividad, etc. Lo masculino ha sido relacionado con la fuerza, agresividad, trabajo, éxito, iniciativa, etc. (Ordóñez, 2011).

El conjunto de acciones realizadas por el género masculino y femenino también menciona el deporte que a lo largo del tiempo se ha ido modificando, es decir que el deporte tanto el hombre y la mujer pueden realizar cualquier deporte, es así que la mujer lo relacionan con algunas cualidades como la pasividad, la comprensión, la falta de agresividad etc. Y al hombre lo relaciona con la fuerza, la agresividad, trabajo etc. Los estereotipos de género son generalizaciones preconcebidas sobre los atributos asignados a hombres o mujeres en los contextos de su cotidianidad. Por tanto, se plantean diferentes expectativas en cuanto al rol asumido por varones y mujeres: se espera de los varones actividades, más violentas que impliquen la fuerza, energía, agresividad o sean exigentes físicamente y de las mujeres, actividades rítmicas, más pasivas, con menos contacto, se espera de las chicas la gracia, la ternura y la obediencia. Estas diferencias construidas social e históricamente han establecido prácticas deportivas masculinas y femeninas. Así, los deportes competitivos, violentos, con contacto físico son percibidos como formas de convertir al niño en hombre, aumentando su virilidad, y los deportes femeninos, caracterizados por una mayor suavidad, expresión de los sentidos y creatividad, enfatizan el rol pasivo de la mujer. Las prácticas de actividad física y deportiva de los jóvenes están determinadas en gran medida por los estilos de vida que les son permitidos o censurados en función al rol de varón o mujer que cumplen en la sociedad (Martínez, 2019).

2.2.4.1 Masculino.



En términos generales, todos los estudios están de acuerdo en que los hombres realizan más práctica física que las mujeres. Así, Chillón (2002), apunta que el porcentaje de hombres que realizan actividad física es mayor que el de mujeres. En esta misma línea está el estudio sobre la práctica de actividad física en la Universidad de Almería, en la que las mujeres presentan, en general, menor interés que los hombres por la práctica deportiva.

El sexo masculino presenta actitudes hacia la práctica deportiva colectiva y competitiva; las mujeres tienden más a actividades de tipo individual y estéticas. Esto lo apoya diciendo que estas actitudes son atribuidas al hecho de que el sexo femenino se caracteriza por auto-percibirse menos competente y habilidoso y por sentir menos diversión y disfrute. Unido todo ello a la carencia de modelos deportivos competitivos femeninos con los que asemejarse. También a la existencia de unos estereotipos de mujer femenina que, fundamentalmente, refuerzan los padres. (Chillón, 2002).

2.2.4.2 Femenino.

La mujer ha demostrado que puede desarrollarse en cualquier ambiente, ya sea laboral, social o deportivo. Recientemente sus actuaciones han sido destacadas en acontecimientos deportivos de talla mundial. Al principio, su incursión en esta área era criticada por el hombre, pues consideraba que no tenía la capacidad suficiente para sobresalir en este tipo de eventos, pero finalmente las evidencias, han empezado a señalar las cuestiones de la diversidad a las que nos enfrentamos.

Según García (1990), las mujeres que practican deportes tradicionalmente más masculinos, como por ejemplo el baloncesto o el balonmano, tienden a tratar de confirmar



su feminidad con mayor frecuencia que aquellas que practican deportes más femeninos, como la natación o el tenis.

En esta misma línea, Knijnik (2015), en su investigación con mujeres futbolistas, identificó una hiper-feminización de estas con objeto de ser aceptadas en un ámbito masculino, en el que no deseaban dejar lugar a dudas sobre su sexualidad. Sin embargo, según estos autores, las mujeres también han logrado crear un espacio propio en estos deportes alejándose de los estereotipos hegemónicos –incluso con una apariencia física más masculina en el campo y fuera de él-, sin necesidad de cuestionarse si están interiorizando roles masculinos. En estos casos, el deporte se ha convertido en un elemento de gran trascendencia en sus vidas, con sus retos, éxitos, fracasos, amistades, discusiones, viajes, concentraciones, etc., y les ha permitido construir su identidad y autonomía. Obstáculos psicosociales para las mujeres como entrenadoras y árbitras individual adaptando el deporte a su propio proceso de socialización.

Por su parte Coghén (2002), realiza un análisis de la evolución de la mujer en cuanto se refiere a la práctica deportiva y su participación en las estructuras y organización deportiva. Desde 1970 la mujer ha ido incorporándose en todos los terrenos laborales a la par que se desarrollaba una gran conciencia de los beneficios y la contribución del deporte en el bienestar de la mujer.

Para Anguiano (2013). Las mujeres todavía están poco representadas en países cuya tradición cultural limita su avance. En América, Asia y África siguen existiendo tabúes religiosos, físicos e incluso sociales, como la pérdida de la feminidad, la belleza, la capacidad reproductora. No obstante, en los países desarrollados se avanza de prisa, el Comité Olímpico Internacional (COI), los Comités Olímpicos Nacionales (CON), las



Federaciones Internacionales y Nacionales y la más amplia variedad de organizaciones deportivas han trabajado para desarrollar programas que permitan a las mujeres practicar el deporte que deseen y por otro lado gestionar, entrenar o dirigir esos deportes.

2.2.5 Frecuencia de práctica deportiva.

En el deporte escolar se debe incentivar y/o concientizar al estudiante a una cultura deportiva, a la práctica de la actividad física deportiva. Ya que en estos tiempos la mayoría de niños, adolescentes y jóvenes hacen de lado la práctica deportiva por la atracción de los nuevos artefactos tecnológicos o juegos de una computadora, celulares, Tablet u otros artefactos. Varillas (2004), en su marco refiere “eliminar inmediatamente la programación de las actividades físicas o deportes como cursos de solo una por frecuencia semanal. Esto es semejante al llamado deporte de fin de semana que tanto se practica en su país y trae como consecuencia una serie de lesiones a los practicantes, es más, siempre se dice que no cuanto tiempo vivirá un deportista de fin de semana, pero si se sabe exactamente cuándo morirá, porque morirá un fin de semana.

Varillas (2004), indica que es necesario fundamentar la necesidad de realizar actividad física y deporte en la medida que se reconozca que el ejercicio físico es benéfico, también tendremos conocimiento de quien puede practicarlo intensamente.

2.2.5.1 Días por semana.

La OMS (2010), señala que los niños y adolescentes de entre 5 y 17 años que se encuentran en la etapa escolar deberían acumular un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física, principalmente aeróbica, de intensidad moderada o vigorosa, de la misma forma, sería conveniente un mínimo de tres veces semanales de práctica de AF que



fortalezcan el aparato locomotor; sin embargo las connotaciones emocionales como: agradable, divertido, bueno, etc., que tiene el estudiante sobre su propia práctica física son un factor más determinante que las connotaciones utilitarias como por ejemplo: sano, útil, etc. Por esta razón, el hecho de que una persona reconozca como adecuada la práctica de AF para la salud no establece un factor decisivo para que realice la misma

Para Casimiro, (2001). Las actividades cotidianas físicas activas, es un requisito básico para toda una vida de salud. El estar activo debe intentar realizar un total de 15 a 30 minutos, todos los días. La actividad puede ser planificado como no. Se trata practicar la actividad física intencionalmente tales como: caminar al aire libre, andar en bicicleta, subir y bajar las escaleras, cortar el césped, rastrillar las hojas, o divertirse al mismo tiempo y esto ayuda al cuerpo a crecer y desarrollarse. Además, ayuda alcanzar máximo potencial, intelectual, emocional y físicamente.

El American College of Sports Medicine (1999), recomienda, para conseguir niveles de actividad física optima, mantener un gasto calórico semanal cercano a las 2000 kilocalorías (kcal.) siempre en la salud y la forma física lo permitan. Sin embargo, sugiere para la reducción de grasa corporal un umbral semanal de 800 a 900 kcal. Es decir, un umbral mínimo a 300 kcal. Por sesión de ejercicio realizado tres días a la semana, 200 kcal. Por sesión realizada durante 4 días por semana. La frecuencia se clasifica de lo siguiente: Muy alto-7 veces, alto-5 a 6V, moderado-3 a 4V, bajo-1 a 2V, muy bajo1V, sedentario-nunca realiza actividad.



2.2.6 Por edades.

Hoyo, (2007). En una tesis doctoral sobre “motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla”, llegó a las siguientes conclusiones: de forma general y, ya que más de la mitad de la muestra declara que nunca realiza actividad física o que lo hace “menos de 1- 2 días” a la semana podemos calificar a un gran porcentaje de la población objeto de estudio como “población sedentaria” siendo estos en niveles de algo superiores a los encontrados en estudios realizados en otros países europeos similares al de España. El porcentaje de chicas que realizan actividad física respecto al de chicos, es significativamente superior. Estas diferencias probablemente se deban a razones de índole sociocultural, de tal forma que aun puedan quedar ideas arraigadas del papel activo del niño ofertándole actividades deportivas, y la relativa actividad de la niña con actividades más pausadas.

Teniendo en cuenta que el motivo principal de la práctica de actividad física en estas edades es la diversión, tanto en chicas como en chicos, padres y educandos deben promover estrategias atractivas que reviertan posiblemente el ocio de los niños facilitando así los tan codiciados “hábitos saludables”. En otro sentido y considerando que aquellos niños que no practican actividad física argumenta que esto se debe a la “falta de tiempo” podemos incidir en este aspecto si realmente estamos llenando la agenda de los niños con innumerables actividades extraescolares que no le deja tiempo para la práctica de actividades físicas o deportivas. (Sañudo,2007).

Por su parte Montil (2005), en su estudio con niños/as de 10 a 13 años del oeste metropolitano de la Comunidad Autónoma de Madrid, obtuvo que el 80% de los chicos



encuestados realizaban al menos 60 minutos de actividad física más de 4 días a la semana, mientras que en el caso de las chicas las cifras se veían reducidas hasta el 58,33%,

En una encuesta andaluza respecto a una población entre 6 y 15 años, un 49,2% de los chicos y un 56% de las chicas no realiza ejercicio físico, siendo este porcentaje de un 18,7% si nos ceñimos a la franja de edad entre 10 y 15 años. Este porcentaje desciende al 4% en niños y del 1,5% en niñas cuando nos referimos a actividad física realizada varias veces a la semana, encontrándonos que este porcentaje asciende ligeramente al 7,1% entre los 10 y 15 años. Podemos observar como el nivel de práctica de actividad física de los chicos se presenta mayor que el de las chicas, lo que contrasta con estudios realizados con anterioridad (Ruiz, 2006).

2.2.7 Lugar de práctica deportiva.

2.2.7.1 Zona rural.

El tipo de alumnado que participa en las clases de Educación Física en la Escuela Rural se identifica con los términos diversidad, heterogeneidad, coparticipación e integración, mostrando especial interés hacia el aprendizaje desde las prácticas lúdicas y cooperativas en el entorno. A pesar de la carencia en muchas ocasiones de recursos para la práctica de la Educación Física (instalaciones y material específicos), ésta se ve compensada con las posibilidades que nos ofrece el entorno donde está enclavada la Escuela Rural, compartiendo en muchos casos los recursos entre las diferentes escuelas y



los servicios municipales. Asimismo, merece la pena destacar la poca formación inicial y permanente que poseen los maestros especialistas en Educación Física para trabajar en la Escuela Rural, lo cual condiciona su actividad laboral (en ocasiones también son tutores y sin plaza fija). Por último, señalar que el desarrollo de las programaciones de Educación Física y por ende las sesiones de práctica, deben responder a las necesidades del alumnado en dicho contexto y requieren de una elaboración más laboriosa en función de las variables antes mencionadas, por lo que necesita de una coordinación y colaboración óptima entre todo el profesorado implicado. (Ruiz,2008).

2.2.8 Beneficios del deporte.

La práctica deportiva realizada con regularidad tiene muchos beneficios para el proceso de maduración personal de los adolescentes. Además de obtenerse beneficios físicos en el sistema circulatorio y el aparato locomotor, se obtienen beneficios sobre aspectos psicológicos y psicosociales como el control de la ansiedad, la depresión y el control del peso (Galán, 2017).

Realizar deporte con frecuencia tiene sus beneficios para nuestro desarrollo personal, así como también se obtiene beneficios para nuestro cuerpo y entre otros aspectos como psicológicos y psicosociales. Sin duda alguna, se puede considerar que el deporte es una herramienta excepcional para el desarrollo de los valores morales y éticos que a todos nos gustaría ver reflejados en la sociedad actual. En ese sentido, el deporte favorece la creación vínculos afectivos, la cohesión social y rompe las barreras visibles o invisibles que las clases sociales, las religiones, las nacionalidades, las fronteras o cualquier otro invento que la humanidad haya podido crear. De hecho, no es fácil encontrar un contexto distinto del deporte, en el que personas de diferente cultura, raza, religión o ideología política, puedan llegar a disfrutar de la compañía mutua y ser



conscientes de que es mucho más lo que les une, que lo que les separa. Hasta el contexto del deporte olímpico ha evolucionado mucho, con la sociedad, y en general, para bien (Martínez, 2019).

2.2.9. Tipos de deportes.

2.2.9.1. Deporte recreativo: Según Blázquez (1999:22), el deporte recreativo “es aquél que es practicado por placer y diversión, sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, únicamente por disfrute o goce”. Pretende que el individuo se entretenga y se divierta corporalmente de manera que logre su equilibrio personal. Se trata de una práctica abierta, donde nada está prefijado con anterioridad y donde lo que menos importa es el resultado.

2.2.9.2. Deporte competitivo: Hace referencia a aquellas prácticas deportivas en la que el objetivo consiste en superar, vencer a un contrario o a sí mismo. En esta concepción del deporte lo importante es conseguir grandes e importantes resultados, muchas veces sin importar el medio, lo cual conlleva un gran sacrificio por parte de los participantes y un entrenamiento sistemático para lograr los fines deseados. (Blázquez, 1999).

Según Sánchez Bañuelos (2000), esta orientación se rige por el principio de selectividad, de forma que la elite deportiva constituye un colectivo minoritario por definición, y comporta un gran sacrificio.

2.2.9.3. Deporte educativo: Siguiendo a Blázquez (1999), en este tipo de deporte lo que importa es la persona que realiza la actividad deportiva, es decir, el deportista. De esta manera, el deporte educativo ha de fomentar el desarrollo y la mejora de las



distintas capacidades cognitivas, afectivas, sociales, motrices y psicomotrices de la persona que lo realiza. En este sentido y conforme con Giménez (2002), pensamos que el deporte que se proponga a niños/as y a jóvenes debe basarse en un planteamiento estrictamente educativo.

2.2.9.4. De pelota: En estos, la pelota es el elemento de mayor importancia y actúa como un punto referencial que polariza a los bandos. La pelota cobra tal importancia que los integrantes se concentran más en esta que en los jugadores del equipo contrario y es en base a esta que las jugadas se clasifican en defensivas u ofensivas. Algunos de los deportes que pueden mencionarse dentro de esta categoría son tenis, fútbol, básquet, vóley y hándbol, entre otros. (Martínez,2021).

2.2.9.5. De combate: En estos deportes, que son de contacto, los oponentes se enfrentan entre sí para alcanzarse o derribarse mutuamente. Para esto, utilizan técnicas como el golpe, el agarre y las armas. En esta categoría se ubican la esgrima, el boxeo y las artes marciales mixtas, entre otros. (Martínez,2021).

2.2.9.6. Atlético: En estos deportes, el punto de referencia no pasa ni por la pelota ni por el oponente, como en los dos casos anteriores, sino por el esfuerzo propio. El participante busca rendir lo mejor posible para obtener buenos resultados. Algunos ejemplos de esta clase de deportes son: la natación, el atletismo en todas sus variantes y la gimnasia. (Perez,2008).

2.2.9.7. De contacto con la naturaleza: En esta clase de deportes, el jugador intenta vencer distintos obstáculos que son generados por la propia naturaleza, ya sea la nieve,



el agua, la fauna, u otros. En esta categoría se encuentran deportes como el esquí, surf, caza y alpinismo. (Perez,2008).

2.2.9.8. Mecánico: En estos deportes, las máquinas se presentan como objetos y sujetos, como una extensión del cuerpo del jugador, de la que este intenta obtener su máximo rendimiento.

Dentro de estos deportes se ubican el motociclismo, automovilismo, ciclismo, etcétera. (Perez,2008).

El fútbol. - Es un deporte jugado en un campo rectangular con dos porterías entre dos equipos de once jugadores cada uno con una pelota esférica, la cual debe ser pateada. Es el más practicado y más popular entre los espectadores, con un seguimiento de unos 4 mil millones de aficionados. El objetivo del juego es introducir el balón el mayor número posible de veces en la portería del contrario, esto se llama marcación de un gol, el equipo vencedor es el que consiga introducir más goles. (Martínez,2021).

El voleibol. - El vóley o también llamado voleibol es un deporte que consta de dos equipos, compuestos de seis jugadores cada uno, que se enfrentan entre sí, dentro de una cancha dividida por una red en partes iguales. El objetivo principal de este juego es pasar el balón por encima de la red y que el mismo golpee el suelo del terreno adversario. El juego comienza con un saque del balón de un equipo hacia el campo contrario. La duración de la jugada puede variar, dependiendo de si se cometió alguna falta durante el juego o si el equipo adversario no pudo interceptar el balón y devolverlo al campo adversario. Cada equipo dispone de tres golpes al balón, que



deben ser limpios. El equipo ganador del primer juego se le asignará un punto y tendrá a disposición un nuevo saque. (Raffino ,2020).

El baloncesto. - Es un deporte en el cual compiten dos equipos de cinco jugadores cada uno. El objetivo es introducir la pelota (balón) en el aro (cesta o canasta) del equipo contrario, que se encuentra ubicado a 3,05 metros de altura. Por eso, el baloncesto suele ser jugado por personas de gran estatura. (Pérez,2021)

Natación. Para Villalobos, (2004). La natación es el arte de sostenerse y avanzar, usando los brazos y las piernas, sobre o bajo el agua. Puede realizarse como actividad lúdica o como deporte de competición. “La habilidad que permite al ser humano desplazarse en el agua, gracias a la acción propulsora realizada por los movimientos rítmicos, repetitivos y coordinados de los miembros superiores, inferiores y el cuerpo, y que le permitirá mantenerse en la superficie y vencer la resistencia que ofrece el agua para desplazarse en ella”.

Tenis de mesa: El tenis de mesa, ping-pong, es un deporte de raqueta, que se disputa entre dos jugadores o dos parejas (dobles). El ping pong, es uno de los juegos o deportes, más recreativos que existen. La gracia está, es que es un juego de tenis, pero que practica en una mesa pequeña. La cual se puede plegar, transportar y guardar en cualquier parte. Muchas personas sin ser profesionales, cuentan con una mesa de ping pong en su casa (Villalobos,2004).

Tenis: El tenis es un deporte de raqueta que se practica sobre una pista rectangular delimitada por líneas y dividida por una red. Se disputa entre dos jugadores (individuales) o entre dos parejas (dobles). El objeto del juego es lanzar una pelota



golpeándola con la raqueta de modo que bote dentro del campo del rival procurando que éste no pueda devolverla. (Villalobos,2004).

Frontón: Es un tipo de cancha para la práctica de la pelota vasca (en cualquiera de las especialidades que allí se juegan), de una modalidad de pelota valenciana y de los desafíos o encuentros entre pelotaris vascos y valencianos. Se trata de un espacio rectangular de 10 a 11 m de ancho y un largo de 30, 36 o 54 metros; uno de los lados largos queda siempre sin cerrar; los otros tres lados se cierran con paredes de 10 m de altura, aunque no faltan los frontones en que sólo uno de los lados cortos tiene pared. (Villalobos,2004).

El atletismo. - Es un conjunto de pruebas deportivas que se dividen en carreras, saltos y lanzamientos. La primera referencia histórica del atletismo se remonta al año 776 A.C. en Grecia, con una lista de los atletas ganadores de una competencia. (Merino,2021).

2.3. MARCO CONCEPTUAL

2.3.1. Condición Física:

Con vigor y diligencia, sin ninguna fatiga anormal y con una reserva de energía suficiente para poder disfrutar de las distracciones en el tiempo libre o de ocio y para ser capaz, la condición física es la capacidad para realizar las tareas diarias de responder adecuadamente a cualquier emergencia imprevista. (Dougherty, 2005).



2.3.2. Resistencia:

Según Devís y Peiró (1993) definió como la “Capacidad de soportar física y psíquicamente una carga durante largo tiempo, produciendo finalmente un cansancio insuperable debido a la intensidad y la duración de la misma y/o de recuperarse rápidamente después de esfuerzos físicos y psíquicos” (Caballero, 2016, p.43).

2.3.3. Actividades físicas:

Según el Minsa (2010) la práctica regular de actividades físicas: Extiende la vida y optimiza el tiempo de vida (la comprensión, la memoria, la concentración, la aversión del avance de reclamar enfermedades, por ejemplo, la diabetes mellitus, la hipertensión, obesidad, enfermedad cardio-vascular cerebral, osteoporosis, cáncer de colon lo que es más cáncer de mama, disminuyendo Anteriormente, el colesterol valores (malo) Lo que es más triglicéridos, aumenta el colesterol HDL (colesterol bueno), mejora los valores de pulso.

2.3.4. Promoción de un estilo de vida saludable:

Según señalo Dawson (1994) promover un estilo de vida saludable considera: Debemos probar más allá de los indicadores de bienestar de la utilización de los tipos Salud-Enfermedad, además de utilizar indicadores dentro de una idea de bienestar analítico esencial Bio-Psicosocial. Los estados de bienestar seguro necesitan ayuda relacionada con un estilo de vida adecuado, un nivel para el estrés, un sentimiento de reclamar bienestar, una capacidad para deleitarse con el término. Además, una tolerancia a las pruebas que se suceden por otra parte, los estados negativos de admiración al bienestar están relacionados con la construcción de niveles desplazados. Además, está desconectado de los aspectos físico, mental y social. Lo que, es más, de una ocurrencia



prematura laboral en la charla sobre adultos, sobre propiedad física, necesitan ayuda con problemas de bienestar.

2.3.5. Actividad física y salud:

Algo parecido señalan Paffenbarger, Hyde, Wing y Hsieh (1986) en su análisis longitudinal dirigido a 16.936 ex estudiantes empezando por la universidad de Harvard a mediados de los 35 y 74 de edad. Los creadores encontraron, por parte de la persona, sujetos para una labor semanal de movimiento físico por debajo de los 2.000 Kcal. Tienen un 38% más de peligro de fallecer después de un período de tiempo considerable que necesitan una acción física más alta y, por el otro, que el peligro de reclamar patear el cubo podría haber sido proporcionalmente proporcional al nivel de movimiento físico en un grado de 500 a 3.500 Kcal una semana.



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DE ESTUDIO

La Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de “Yajchata” que pertenece a la UGEL Azángaro, Provincia de Azángaro, Departamento de Puno.

La provincia de Azángaro es una de las trece que conforman el departamento de Puno en el Sur del Perú. Limita por el Norte con la provincia de Carabaya; por al Este con la provincia de San Antonio de Putina y la provincia de Huancané; por el Sur con la provincia de San Román y la provincia de Lampa; y por el Oeste con la provincia de Melgar.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO

3.2.1. Población.

El proceso recopilación de datos de la investigación se realizó a los estudiantes de 1° a 5° grado de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de “Yajchata” que cuenta con un total de 148 estudiantes.

3.2.2. Muestra.

Para hallar el tamaño de muestra óptimo usamos la siguiente fórmula:

$$n_0 = \frac{NZ^2PQ}{(N-1)e^2 + Z^2PQ}$$

donde:

$Z_{(1-\alpha/2)}$ = valor de la distribución Normal según el nivel de confianza deseado.

P = Proporción favorable

Q = P-1 = Proporción no favorable



$$e = \text{Margen de error muestral} = 1\% = 0.01$$

$$N = 148 \text{ estudiantes.}$$

Cuando la fracción n_0/N es más del 10% utilizamos la corrección en caso contrario el tamaño de muestra óptimo será n_0 .

La corrección usada es.

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}} \quad \text{corrección usada cuando } n_0/N > 10\%$$

Reemplazando los datos en la fórmula tenemos:

$$n_0 = \frac{(148)(1.96)^2(0.50)(0.50)}{(148-1)(0.01)^2 + (1.96)^2(0.50)(0.50)}$$

$$n_0 = 145.76$$

Para lo cual utilizamos el corrector si es necesario:

Entonces: $n_0/N = 145.76/148 = 0.9849 = 98.49\%$ como es mayor del 10% usamos el corrector

$$n = \frac{145.76}{1 + \frac{145.76}{148}} = 73.54$$

$$n = 74 \text{ Estudiantes (muestra óptima)}$$

3.3. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

3.3.1. Tipo de investigación:

En la investigación la metodología que se aplico es de carácter descriptivo - transeccional (Hernández, 2014); método científico que consiste en implicar, observar y describir el comportamiento de los estudiantes hacia su actitud para la actividad físico-deportiva, aplicado a través de una encuesta sobre las preferencias deportivas la misma

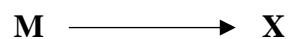


que fue validado por juicio de expertos de la escuela profesional de Educación Física de la Universidad Nacional del Altiplano Puno para lo cual se hizo la validez de contenido, es decir, se estableció la coherencia entre ítems e indicadores, Se aplicó un ensayo piloto a 12 estudiantes (07 varones y 05 mujeres del segundo grado). Al finalizar el ensayo piloto, los estudiantes mencionaron que no tuvieron ningún inconveniente al desarrollar el cuestionario, por lo que ese fue el instrumento que se aplicó a la totalidad de la muestra de los Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de “Yajchata” que pertenece a la UGEL Azángaro, Puno, Perú. El tipo de estudio responde al enfoque cuantitativo, no experimental, es de diseño descriptivo, transeccional o transversal, en función de los objetivos propuestos.

3.1.2. Diseño de la investigación.

El estudio fue de corte transversal debido a que la información se obtuvo en un solo momento, para posteriormente ser interpretado con su respectivo análisis.

El diseño se encuentra diagramado o esquematizado de la siguiente forma:



Donde:

M: Corresponde el número de estudiantes de la IES Agropecuario Yajchata.

X: Corresponde a la información sobre las preferencias deportivas

3.4. PROCEDIMIENTO

Para recolectar la información en el presente estudio se procedió de la siguiente manera.

a) Coordinación:



- Se realizaron los trámites correspondientes en la dirección de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, para obtener la autorización respectiva.
- Se realizaron coordinaciones con los docentes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro para poner en conocimiento los objetivos de la investigación.
- El acceso a la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro fue factible, puesto que el investigador realizó sus prácticas pre profesionales en dicha institución.

b) De la aplicación de los instrumentos

Cuestionario

El cuestionario formulado fue entregado en forma individual a cada estudiante, a los cuales se les solicitó revisar el instrumento y conceder su consentimiento, para posteriormente proceder a responder a las interrogantes formuladas sobre las prácticas deportivas y características personales.

3.5. VARIABLES

Variable	Dimensiones	Indicadores	Instrumentos
Preferencias deportivas.	a) Genero.	❖ Masculino ❖ Femenino	Ficha de encuesta.
	b) Frecuencia de práctica deportiva.	❖ Días por semana.	
	d)Edades.	❖ 12-17 años	



	e) Lugar de práctica deportiva.	❖ Zona rural	
--	---------------------------------	--------------	--

3.6. TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.6.1 Técnica

Se utilizó la técnica de la encuesta teniendo como instrumento el cuestionario, el cual permitió el registro sistemático y objetivo de las preferencias para la práctica deportiva en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

3.6.2 Instrumentos

Cuestionario:

El cuestionario fue el instrumento de recolección de datos elaborado por el investigador del presente estudio el cuál se consideró del marco teórico considerando una estructura que permita recabar información sobre las preferencias deportivas en los estudiantes y características personales de los estudiantes sujeto a investigación, por lo cual estuvo constituido por dos secciones: la primera sección contenía instrucciones sobre el llenado del cuestionario mientras que la segunda parte considera 12 interrogantes formuladas sobre las preferencias deportivas, el tiempo de duración estimada para el llenado de todos los ítems fue de aproximadamente 30 minutos.



3.7. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.

Plan de tabulación. Al término de la ejecución y obtención de datos se realizaron las siguientes actividades:

- Se codificó la guía de encuesta y observación
- La guía de observación fue sometida a calificación, para luego ser tabulada y sistematizada a una hoja Excel
- A partir de los datos sistematizados se elaboraron cuadros de información para los resultados obtenidos de ambas variables de estudio y de la relación que se establezca entre ellas.
- Se realizó el análisis e interpretaron los datos respectivamente.

Tratamiento estadístico:

- Los resultados permitieron elaborar tablas y gráficos de acuerdo a los objetivos planteados en la investigación.
- Los datos fueron ingresados al Software SPSS-26 para su procesamiento.
- Luego para determinar la relación entre las variables la información fue sometida al análisis estadística descriptiva y la comprobación de la hipótesis con el estadístico Chi Cuadrado aplicando las siguientes formulas:

Estadística descriptiva: Frecuencias y porcentajes.

$$P = \frac{X \times 100}{N}$$

Porcentaje:

Donde:

X: Número de casos

N: Tamaño de la muestra.



Estadístico Chi Cuadrado:

Fórmula:

$$x_c^2 = \sum_{i=1}^c \sum_{j=1}^f \frac{(O_{ij}) - (E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Donde:

O_{ij} = N° de casos observados.

E_{ij} = N° de casos esperados.

c = N° de filas.

f = N° de columnas

3.7.1. Hipótesis de investigación

Hipótesis nula; Ho: Las preferencias por la práctica de deportes no se relacionan con el sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, 2021

Hipótesis Alterna; Ha: Las preferencias por la práctica de deportes se relacionan significativamente con el sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, 2021.

Nivel de significancia = 0.05

Regla de decisión:

$$\text{Si } X^2 c > X^2 t$$

Decisión:

Acorde a los resultados obtenidos, si el valor de **X² c** obtenido en la prueba es mayor a 0.05, entonces se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.



Acorde a los resultados obtenidos, si el valor de X^2_t obtenido en la prueba es menor a 0.05, entonces se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 RESULTADOS

4.1.1. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO GENERAL: Determinar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

Tabla 1

Relación entre la preferencia de la práctica del deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

			Sexo		Total
			Masculino	Femenino	
¿Cuál de los siguientes deportes es de tu preferencia y lo practicas?	Futbol	Recuento	27	2	29
		% del total	36.5%	2.7%	39.2%
	Voleibol	Recuento	3	37	40
		% del total	4.1%	50.0%	54.1%
	Básquetbol	Recuento	0	2	2
		% del total	0.0%	2.7%	2.7%
	Balonmano	Recuento	1	1	2
		% del total	1.4%	1.4%	2.7%
	Gimnasia	Recuento	0	1	1
		% del total	0.0%	1.4%	1.4%
	Total	Recuento	31	43	74
		% del total	41.9%	58.1%	100.0%

Nota: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata

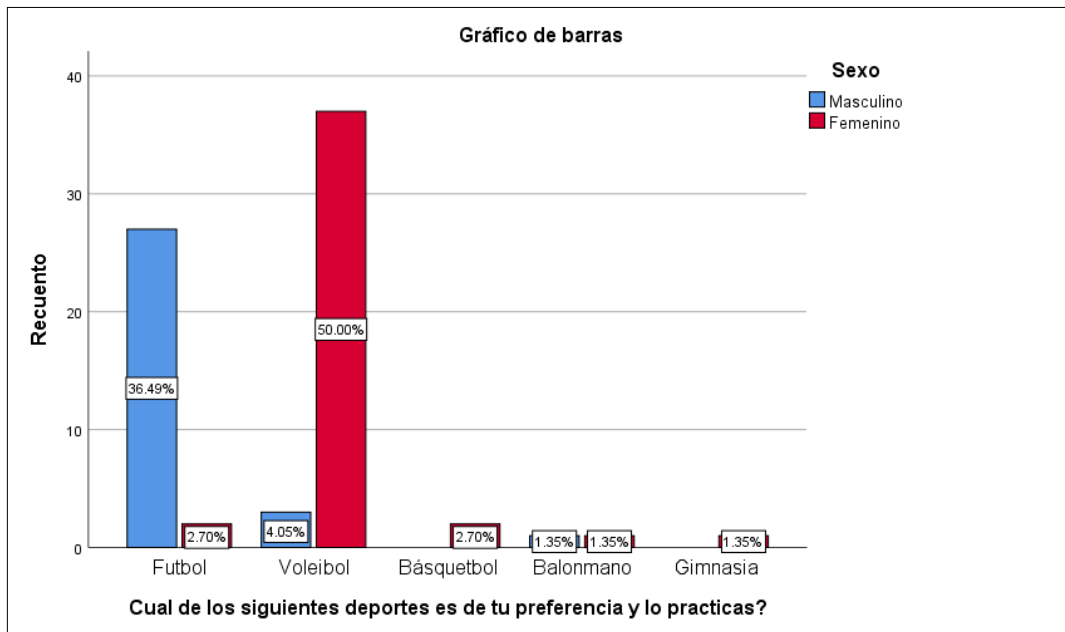


Figura 1. Relación entre la preferencia de la práctica del deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 1, nos muestra la relación entre la preferencia de la práctica del deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde los porcentajes mayores son, el 36.5% que representa 27 entrevistados tienen preferencia por la práctica del fútbol y son del sexo masculino, mientras que el 50% que representa 37 estudiantes del sexo femenino prefieren la práctica del voleibol.

Para los resultados totales podemos observar que el 58.1% que representan a 43 entrevistados son del sexo femenino y el 41.9% que representan 31 estudiantes son del sexo masculino, mientras que el deporte más practicado por los alumnos es el voleibol, seguido de la práctica del fútbol que representa el 39.2%, finalmente solo el 2.7% practican como deporte preferido el básquetbol y otro 2.7% el balonmano.



PRUEBA DE HIPÓTESIS ESTADÍSTICA PARA EL OBJETIVO GENERAL.

Hipótesis General: Los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, prefieren más deportes populares en equipo, colectivos, en varones el futbol y damas el voleibol.

Utilizamos la Prueba Estadística Chi Cuadrada, el que nos determina la relación entre las preferencias por la práctica de deportes y el sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro; considerando los siguientes pasos:

Planteamiento de las Hipótesis:

Hipótesis nula; Ho: Las preferencias por la práctica de deportes no se relacionan con el sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, 2021

Hipótesis Alterna; Ha: Las preferencias por la práctica de deportes se relacionan significativamente con el sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, 2021.

Prueba de hipótesis a usar: desde que los datos son cualitativos, usamos la distribución chi - cuadrado, que tiene la siguiente formula:

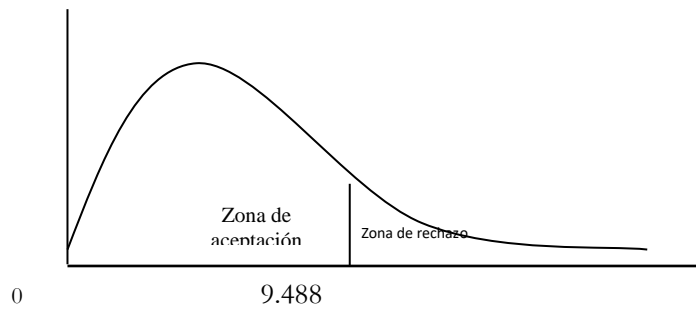
$$\chi_c^2 = \sum_{i=1}^c \sum_{j=1}^f \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Región aceptación y rechazo:

Hallamos el valor de la $\chi^2_{tablas} = \chi^2_{(h-1)(K-1)} = \chi^2_{2,0.95} = 9.488$

Región de Aceptación: si $\chi^2_{calculada} \leq 9.488$

Región de Aceptación: si $\chi^2_{calculada} > 9.488$



Calculo de la prueba estadística: Para realizar los cálculos necesarios hacemos uso de los resultados totales presentados en los cuadros anteriores, de donde hallamos, cuyos resultados los reemplazamos en la fórmula de la Chi – cuadrada.

Usando la formula calculamos los resultados para obtener la Chi cuadrada calculada: Los resultados se han obtenido haciendo uso del paquete Estadístico SPSS (Versión 26.0).

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	52.897 ^a	4	.000
Razón de verosimilitud	61.992	4	.000
Asociación lineal por lineal	13.941	1	.000
N de casos válidos	74		

a. 6 casillas (60.0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es .42.

$$\chi^2_{\text{calculada}} = 52.897$$

Conclusión: Desde que χ^2 calculada = 52.897 el mismo que es mayor que χ^2 tablas = 9.488, que pertenece a la región de rechazo, de donde rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna y podemos afirmar que, las preferencias por la práctica de deportes se relacionan significativamente con el sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, 2021, a un nivel de significancia del 0.05 o 5%.

4.1.2. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 1: Identificar la preferencia deportiva por sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

Tabla 2

Relación entre el deporte más preferido o demandado en su zona según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

		Sexo			
		Masculino	Femenino	Total	
¿Cuál de los siguientes deportes es más demandado o prefieren más en tu zona?	Futbol	Recuento	29	9	38
		% del total	39.2%	12.2%	51.4%
	Voleibol	Recuento	2	29	31
		% del total	2.7%	39.2%	41.9%
	Básquetbol	Recuento	0	3	3
		% del total	0.0%	4.1%	4.1%
	Atletismo	Recuento	0	2	2
		% del total	0.0%	2.7%	2.7%
	Total	Recuento	31	43	74
		% del total	41.9%	58.1%	100.0%

Nota: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata

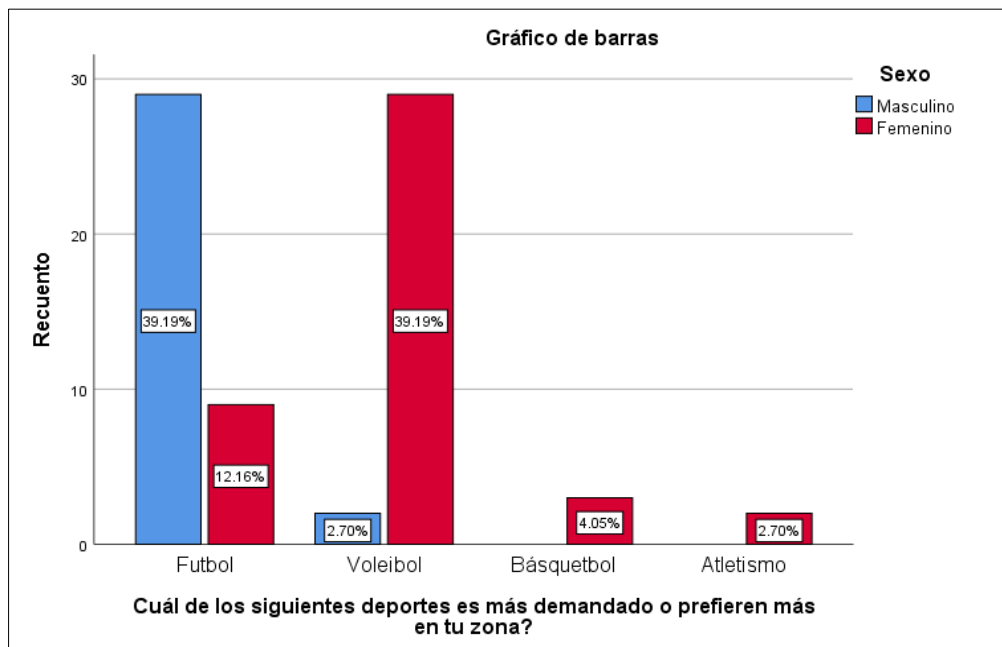


Figura 2. Relación entre el deporte más preferido o demandado en su zona según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.



INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 2, nos muestra la relación entre la preferencia o demanda de los deportes de mayor práctica en la zona donde viven según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que el 39.2% que representa 29 estudiantes de sexo masculino que indican que se tiene preferencia por la práctica del futbol y otro 39.2% de alumnas indican que se tiene preferencia por la práctica del voleibol en la zona donde viven, luego tenemos un 12.2% de alumnas que indican que el futbol es la que más se practica en su zona, finalmente podemos indicar que el 51.4% de los alumnos indican que el futbol es el deporte más practicado en su zona, luego el 41.9% manifiestan que es el voleibol el deporte que más se practica en su zona, finalmente el 4.1% indican que es el basquetbol el deporte más practicado en su zona y un 2.7% en atletismo.

Tabla 3

Relación entre el sentimiento físico y emocional después de la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

		Sexo		Total	
		Masculino	Femenino		
¿Cómo te sientes física y emocionalmente después de la práctica del deporte de tu preferencia?	Excelente	Recuento	14	20	34
		% del total	18.9%	27.0%	45.9%
	Muy bien	Recuento	9	16	25
		% del total	12.2%	21.6%	33.8%
	Regular	Recuento	7	6	13
		% del total	9.5%	8.1%	17.6%
	Mal	Recuento	1	1	2
		% del total	1.4%	1.4%	2.7%
	Total	Recuento	31	43	74
		% del total	41.9%	58.1%	100.0%

Nota: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata

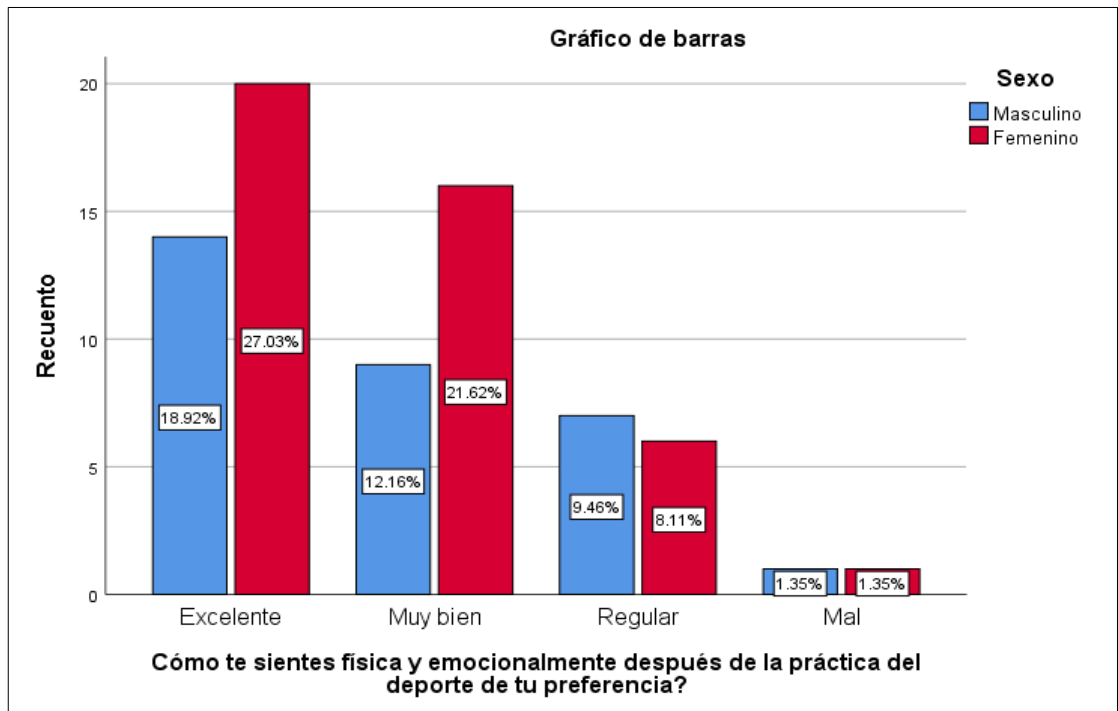


Figura 3. Relación entre el sentimiento físico y emocional después de la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 3, nos muestra la relación entre el sentimiento físico y emocional después de la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que el 27.0% que representa 20 estudiantes de sexo femenino indican que se sienten en forma excelente luego de practicar un deporte, seguido por un 21.6% de estudiantes mujeres que indican sentirse muy bien tras la práctica deportiva, luego el 18.9% de estudiantes varones que indican que se sienten en forma excelente luego de practicar un deporte, seguido de un 12.2% de estudiantes varones que se tienen muy bien tras practicar algún deporte, finalmente podemos indicar que el 45.9% de los alumnos indican que se sienten en forma excelente tras la práctica de algún deporte mientras que el 33.8% indican sentirse muy



bien tras la práctica deportiva y un 17.6% indican sentirse en forma regular tras la práctica de algún deporte.

Tabla 4

Edad que iniciaron la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

			Sexo		Total
			Masculino	Femenino	
¿A qué edad iniciaste el deporte de tu preferencia?	Menos de 5 años	Recuento	8	6	14
		% del total	10.8%	8.1%	18.9%
	A los 6 años	Recuento	6	10	16
		% del total	8.1%	13.5%	21.6%
	A los 7 años	Recuento	9	13	22
		% del total	12.2%	17.6%	29.7%
	A los 8 años	Recuento	3	2	5
		% del total	4.1%	2.7%	6.8%
	A los 9 años	Recuento	2	3	5
		% del total	2.7%	4.1%	6.8%
	A los 10 años	Recuento	3	9	12
		% del total	4.1%	12.2%	16.2%
	Total	Recuento	31	43	74
		% del total	41.9%	58.1%	100.0%

Nota: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata

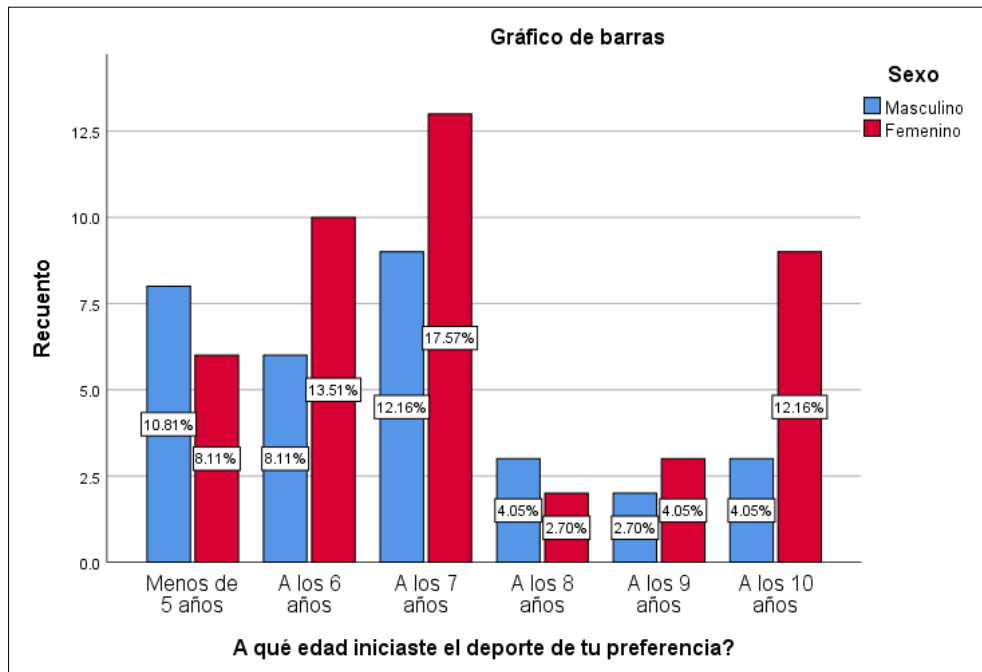


Figura 4. Edad que iniciaron la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 4, nos muestra la relación entre la edad que iniciaron la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que el 17.6% que representa 13 estudiantes de sexo femenino indican que se iniciaron en la práctica deportiva a los siete años luego, seguido por un 13.5% de estudiantes mujeres que indican que se iniciaron en la práctica deportiva a los 6 años, luego en los varones observamos que el 12.2% indican que se iniciaron en la práctica deportiva a los 7 años, seguido de un 10.8% de estudiantes que indican que iniciaron la práctica deportiva a los 5 años, en general podemos determinar que el 29.7% de los estudiantes se iniciaron en la práctica deportiva a los 7 años, luego el 21.6% de los estudiantes indican que iniciaron su práctica deportiva a partir de los 6 años luego el 18.9% manifiestan que se iniciaron practicando deportes a los 5 años, finalmente el 16.2% de estudiantes indican que iniciaron en practicar un deporte a los 10 años.

Tabla 5

Con quién iniciaste o quien te motivo a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

			Sexo		Total
			Masculino	Femenino	
¿Con quién iniciaste o quien te motivo a la práctica de tu deporte preferido?	Padres	Recuento	4	11	15
		% del total	5.4%	14.9%	20.3%
	Hermanos	Recuento	14	10	24
		% del total	18.9%	13.5%	32.4%
	Amigos	Recuento	9	9	18
		% del total	12.2%	12.2%	24.3%
	Docente de la escuela	Recuento	4	13	17
		% del total	5.4%	17.6%	23.0%
Total		Recuento	31	43	74
		% del total	41.9%	58.1%	100.0%

Nota: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata.

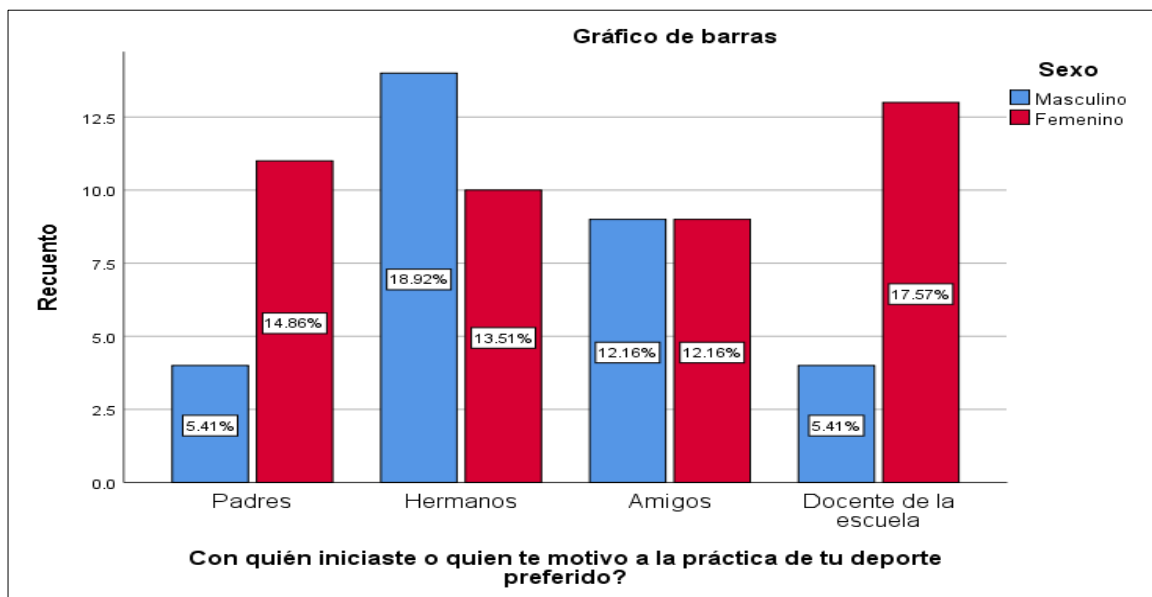


Figura 5. Con quién iniciaste o quien te motivo a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 5, nos muestra los resultados a la pregunta, con quién iniciaste o quien te motivo a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que el 17.6% que

representa 13 estudiantes de sexo femenino indican que se iniciaron en la práctica deportiva bajo indicaciones del docente de la escuela mientras que el 14.9% de alumnas indican que se iniciaron en la práctica deportiva con sus padres, luego el 13.5% de estudiantes mujeres indican que se iniciaron en la práctica deportiva con sus hermanos, luego en los varones observamos que el 18.9% indican que se iniciaron en la práctica deportiva con sus hermanos, seguido de un 12.2% de estudiantes que indican que se iniciaron en la práctica deportiva con sus amigos, en general podemos determinar que el 32.4% de los estudiantes se iniciaron en la práctica deportiva con sus hermanos, luego el 24.3% de los estudiantes indican que iniciaron su práctica deportiva con sus amigos, luego el 23.0% manifiestan que se iniciaron practicando deportes con el apoyo de los docentes, finalmente el 20.3% indican que se iniciaron en la práctica deportiva con sus padres.

4.1.3. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 2: Identificar la frecuencia de práctica deportiva de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

Tabla 6

Relación entre el número de veces a la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

			Sexo		Total
			Masculino	Femenino	
¿Cuántas veces a la semana practicas el deporte de tu preferencia?	una vez por semana	Recuento	10	6	16
		% del total	13.5%	8.1%	21.6%
	de 2 a 3 veces por semana	Recuento	13	24	37
		% del total	17.6%	32.4%	50.0%
	de 4 a 5 veces por semana	Recuento	4	10	14
		% del total	5.4%	13.5%	18.9%
	Más de 5 veces por semana	Recuento	4	3	7
		% del total	5.4%	4.1%	9.5%
	Total	Recuento	31	43	74
		% del total	41.9%	58.1%	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata

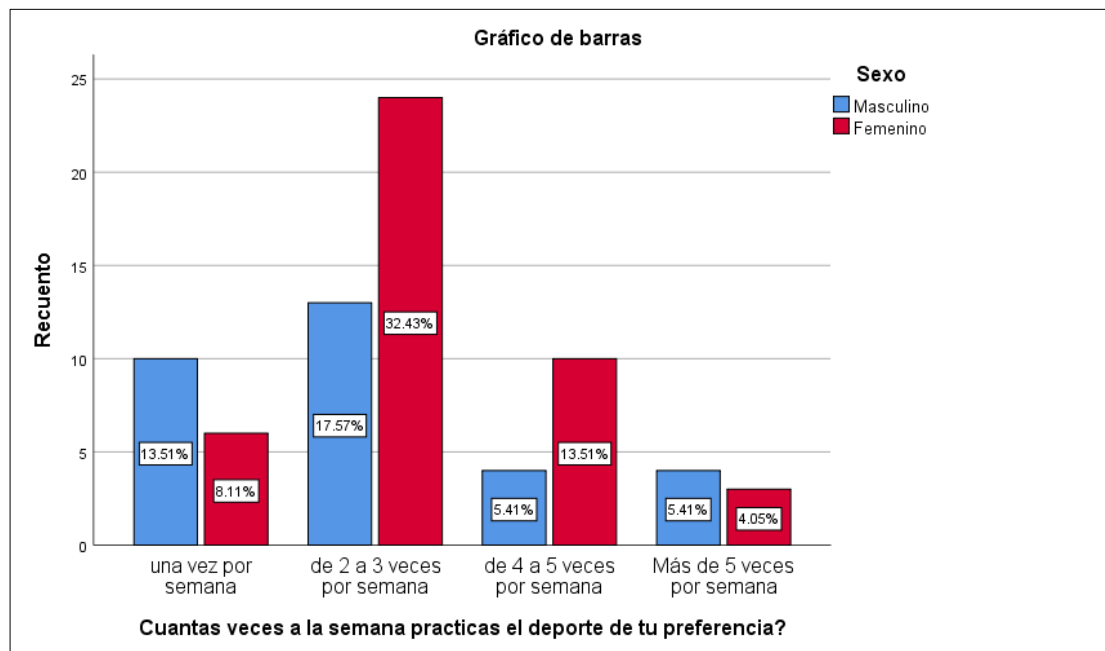


Figura 6. Relación entre el número de veces a la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 6, nos muestra los resultados a la pregunta sobre el número de veces a la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que el 32.4% que representa 24 estudiantes de sexo femenino indican que practican deportes de 2 a 3 veces por semana, mientras que el 13.5% de alumnas indican que de 4 a 5 veces por semana practican deportes, y el 8.1% indican que practican deportes una vez por semana, luego en los varones observamos que el 17.6% indican que practican deportes de 2 a 3 veces por semana, luego el 13.5% de alumnos indican que practican deporte una vez por semana, en general podemos determinar que el 50.0% de los estudiantes practican deporte de 2 a 3 veces por semana, luego el 21.6% de estudiantes indican que practican deporte una vez por semana, seguido de un 18.9% que representan a 7 estudiantes que indican practicar deporte de 4 a 5 veces por semana.

Tabla 7

Relación entre el día o días de la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

		Sexo		Total	
		Masculino	Femenino		
¿Qué día o días de la semana realizas la práctica de tu deporte preferido?	Lunes	Recuento	8	10	18
		% del total	10.8%	13.5%	24.3%
	Martes	Recuento	6	2	8
		% del total	8.1%	2.7%	10.8%
	Miércoles	Recuento	4	11	15
		% del total	5.4%	14.9%	20.3%
	Jueves	Recuento	9	12	21
		% del total	12.2%	16.2%	28.4%
	Sábado	Recuento	2	7	9
		% del total	2.7%	9.5%	12.2%
	Domingo	Recuento	2	1	3
		% del total	2.7%	1.4%	4.1%
Total	Recuento	31	43	74	
	% del total	41.9%	58.1%	100.0%	

Nota: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata.

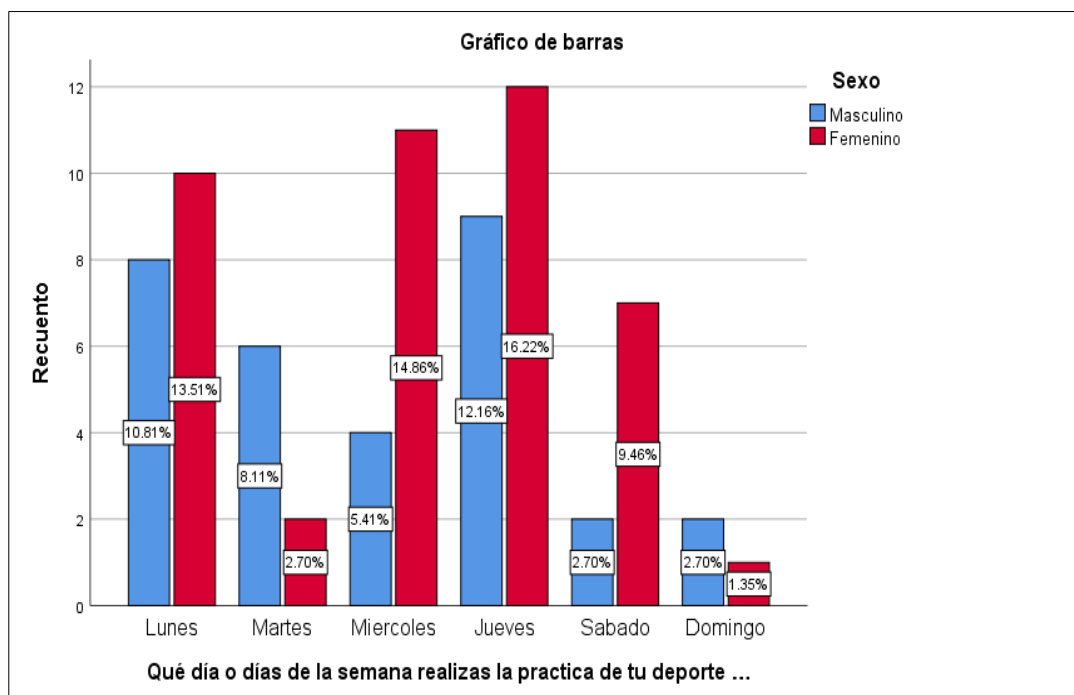


Figura 7. Relación entre el día o días de la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 7, nos muestra los resultados a la pregunta sobre la Relación entre el día o días de la semana que práctica deporte según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que las damas practican más deporte los días jueves lo que representan el 16.2%, mientras que los varones practican más deporte también los días jueves, lo que represente el 12.2% y el 10.8% de estudiantes indican que practican deporte los días lunes, en general podemos establecer que el 28.4% de estudiantes practica deporte los días jueves, tenemos que un 24.3% practican deporte los días lunes, luego practican más deporte los días miércoles lo que representa en 20.3%, seguido de un 12.2% que manifiestan que practican más deporte los días sábados.

Tabla 8

Relación entre el tiempo en un día que dedica a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021

			Sexo		Total
			Masculino	Femenino	
¿Durante cuánto tiempo al día practicas el deporte de tu preferencia?	Hasta 30 minutos	Recuento	18	19	37
		% del total	24.3%	25.7%	50.0%
	de 31 min. a 1 hora	Recuento	6	11	17
		% del total	8.1%	14.9%	23.0%
	de 61 min. a 90 minutos	Recuento	2	4	6
		% del total	2.7%	5.4%	8.1%
	de 91 min. a 2 horas	Recuento	1	3	4
		% del total	1.4%	4.1%	5.4%
	más de 2 horas	Recuento	4	6	10
		% del total	5.4%	8.1%	13.5%
	Total	Recuento	31	43	74
		% del total	41.9%	58.1%	100.0%

Nota: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata.

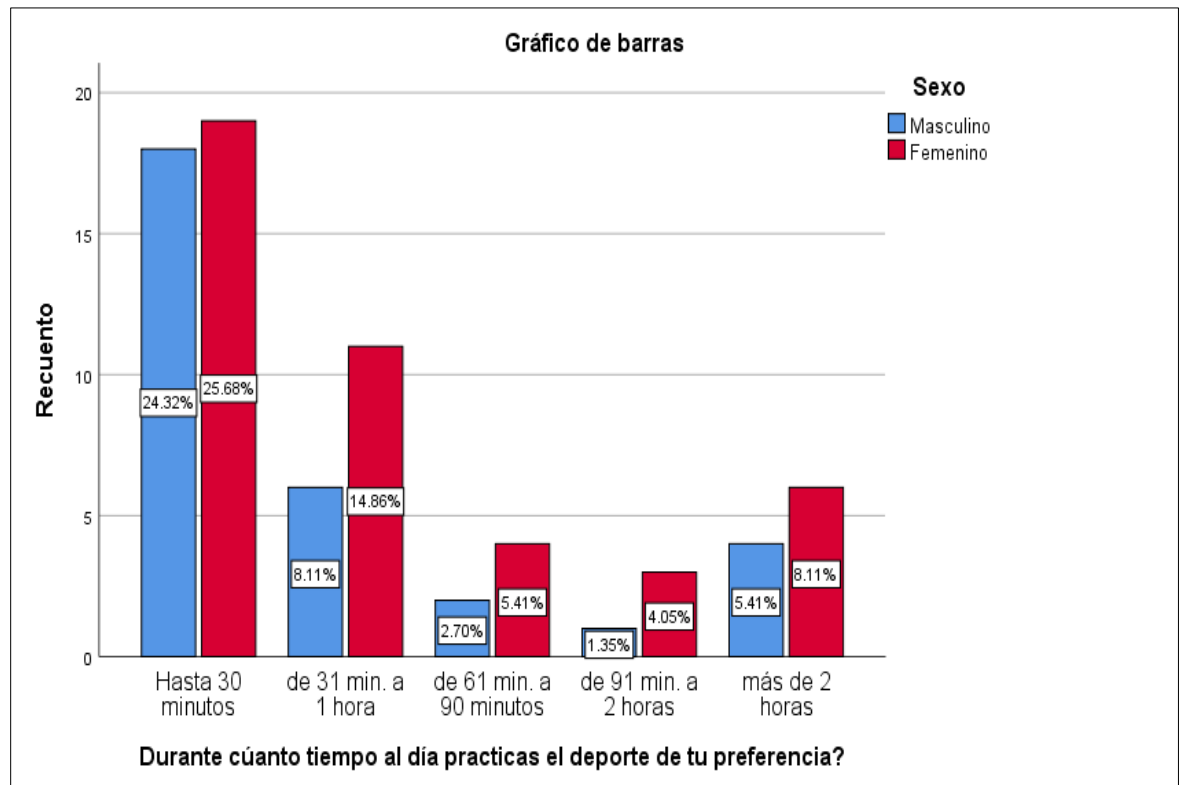


Figura 8. Relación entre el tiempo en un día que dedica a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 8, nos muestra los resultados a la pregunta sobre la Relación entre el tiempo en un día que dedica a la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que las damas en su mayoría practican deporte hasta 30 minutos por día lo que representa el 25.7%, luego el 14.9% de señoritas practican deporte de 31 min. A 1 hora, mientras que los varones practican deporte hasta 30 minutos en un 24.3% luego el 8.1% de los estudiantes varones indican que practican deporte de 31 min., a 1 hora y el 5.4% de estudiantes varones indican que practican deporte más de dos horas al día, en general podemos establecer que el 50% de estudiantes practica deporte menos de 30 minutos al día, seguido de un 23%

que indican practicar deporte de 31 minutos a 1 hora, luego el 13.5% de estudiantes indican que practican deporte más de dos horas al día.

4.1.4. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 3: Conocer las preferencias deportivas por edades de los Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

Tabla 9

Relación entre las preferencias deportivas por edades en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

		¿Cuál de los siguientes deportes es de tu preferencia y lo practicas?					Total	
		Futbol	Voleibol	Básquetbol	Balonmano	Gimnasia		
Edad	12	Recuento	3	2	0	0	0	5
		% del total	4.1%	2.7%	0.0%	0.0%	0.0%	6.8%
	13	Recuento	2	1	0	0	0	3
		% del total	2.7%	1.4%	0.0%	0.0%	0.0%	4.1%
	14	Recuento	7	8	0	1	0	16
		% del total	9.5%	10.8%	0.0%	1.4%	0.0%	21.6%
	15	Recuento	6	8	0	0	1	15
		% del total	8.1%	10.8%	0.0%	0.0%	1.4%	20.3%
	16	Recuento	6	11	1	0	0	18
		% del total	8.1%	14.9%	1.4%	0.0%	0.0%	24.3%
	17	Recuento	5	6	1	1	0	13
		% del total	6.8%	8.1%	1.4%	1.4%	0.0%	17.6%
	18	Recuento	0	4	0	0	0	4
		% del total	0.0%	5.4%	0.0%	0.0%	0.0%	5.4%
	Total	Recuento	29	40	2	2	1	74
		% del total	39.2%	54.1%	2.7%	2.7%	1.4%	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata

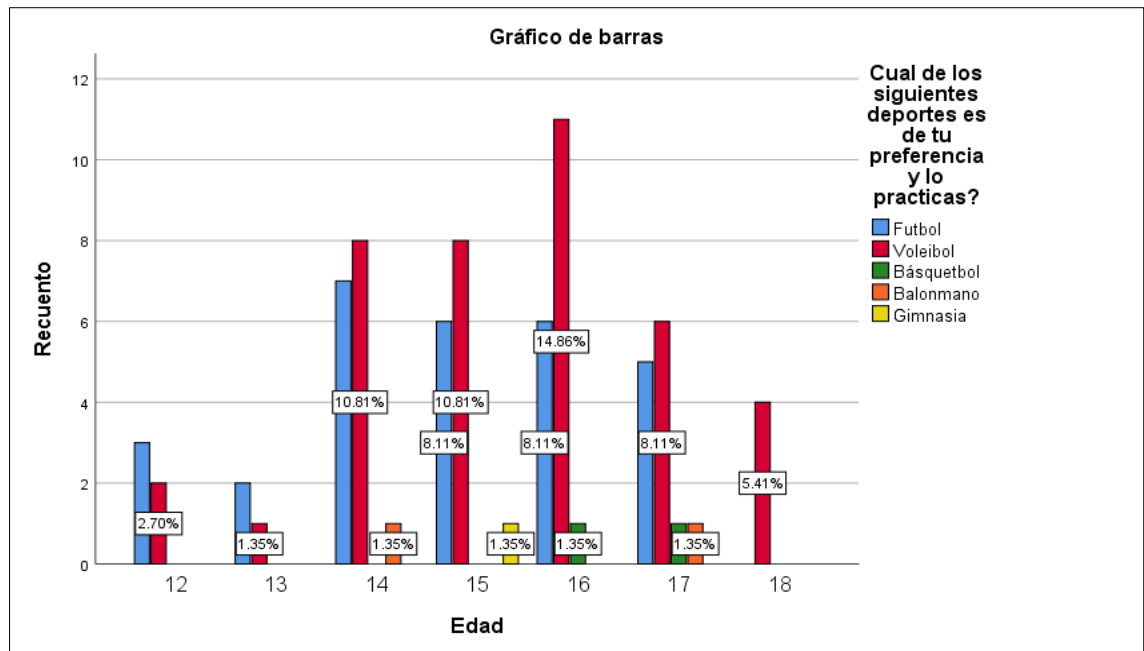


Figura 9. Relación entre las preferencias deportivas por edades en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 9, nos muestra los resultados a la pregunta sobre la Relación entre las preferencias deportivas por edades en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que, el 39.2% de los estudiantes practican el futbol de los cuales el 9.5% son estudiantes de 14 años, luego el 8.1% de estudiantes tienen 15 años, seguido del 6.8% que tienen la edad de 17 años, observamos también que el 54.1% de estudiantes practican voleibol de los cuales el 14.9% tienen 16 años, seguido de 10.8% que gustan practicar voleibol que tienen 15 años y otro porcentaje igual tienen 14 años, finalmente podemos observar que el 2.7% gustan de practicar basquetbol, los mismos que tienen edades entre 16 y 17 años, luego otro 2.7% practican balón mano que tienen edades de 14 y 17 años.

4.1.5. RESULTADOS PARA EL OBJETIVO ESPECÍFICO 4: Conocer el lugar de la práctica deportiva de los Estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

Tabla 10

Relación entre la calidad de la infraestructura donde practican su deporte de preferencia según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

			Sexo		Total
			Masculino	Femenino	
La infraestructura donde practicas el deporte de tu preferencia, lo consideras como:	Muy bueno	Recuento	20	23	43
		% del total	27.0%	31.1%	58.1%
	Bueno	Recuento	6	14	20
		% del total	8.1%	18.9%	27.0%
	Regular	Recuento	4	5	9
		% del total	5.4%	6.8%	12.2%
	Malo	Recuento	1	1	2
		% del total	1.4%	1.4%	2.7%
Total		Recuento	31	43	74
		% del total	41.9%	58.1%	100.0%

Nota: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata.

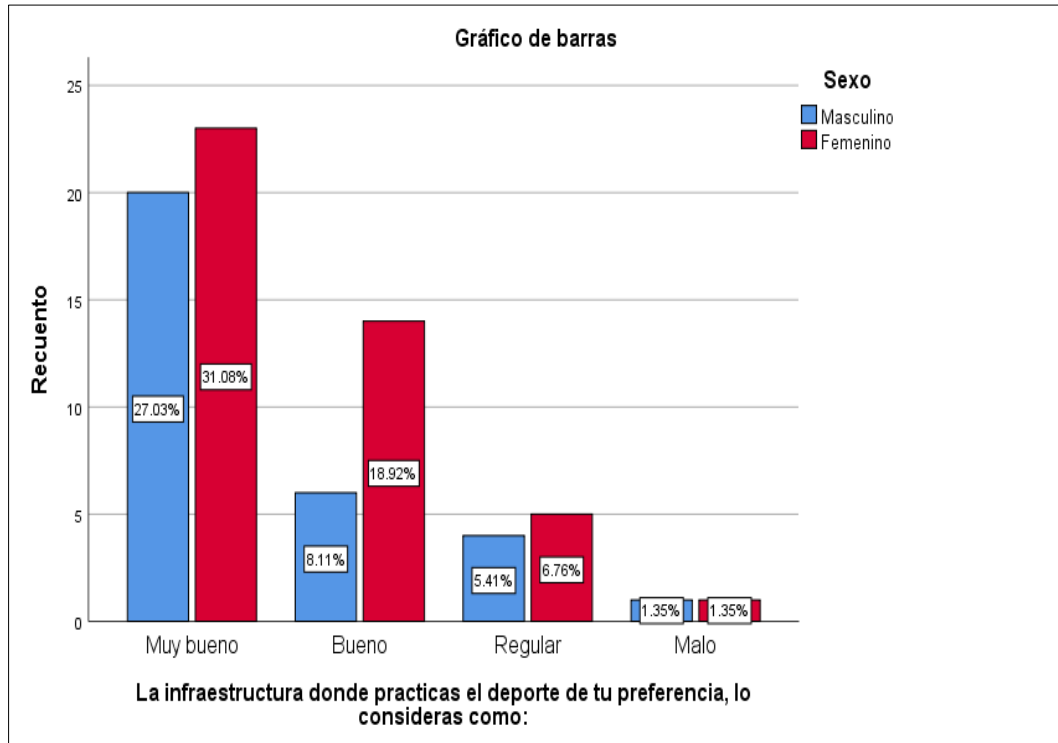


Figura 10. Relación entre la calidad de la infraestructura donde practican su deporte de preferencia según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 10, nos muestra los resultados a la pregunta sobre la Relación entre la calidad de la infraestructura donde practican su deporte de preferencia según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que, el 31.1% de los estudiantes de sexo femenino manifiestan que la infraestructura es muy buena, seguido del 18.9% de estudiantes del sexo femenino que indican que la infraestructura es buena, en los estudiantes varones también observamos que el 27% manifiestan que la infraestructura es muy buena, luego el 8.1% manifiestan que es buena, considerando la opinión de todos los estudiantes podemos ver que el 58.1% de ellos opinan que la infraestructura donde practican su deporte es muy buena, luego el 27% de la totalidad de estudiantes opinan que la infraestructura es buena y un 12.2% opinan que es regular y solo el 2.7% opinan que es malo.

Tabla 11

Consideración por realizar cambios o adaptaciones a los espacios para la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021.

		Sexo		Total	
		Masculino	Femenino		
¿Considera importante realizar cambios o adaptaciones de los espacios para la práctica deportiva?	Mantener la infraestructura como están	Recuento	17	19	36
		% del total	23.0%	25.7%	48.6%
	Mejorar las infraestructuras	Recuento	5	8	13
		% del total	6.8%	10.8%	17.6%
	Construir nuevas infraestructuras	Recuento	6	9	15
		% del total	8.1%	12.2%	20.3%
	Ampliar las infraestructuras	Recuento	3	6	9
		% del total	4.1%	8.1%	12.2%
	Otras	Recuento	0	1	1
		% del total	0.0%	1.4%	1.4%
	Total	Recuento	31	43	74
		% del total	41.9%	58.1%	100.0%

Nota: Encuesta aplicada a estudiantes de la IES Agropecuaria Yajchata.

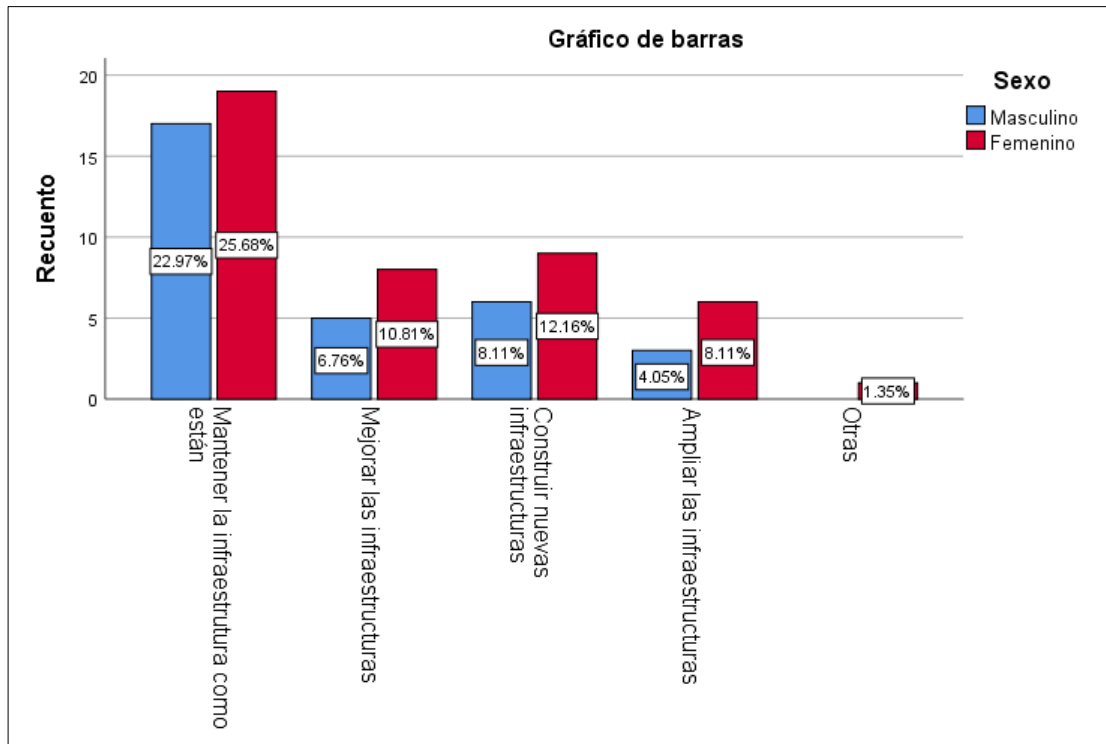


Figura 11. Consideración por realizar cambios a los espacios para la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro.

INTERPRETACIÓN

Los resultados de la tabla y figura 10, nos muestra los resultados a la pregunta sobre la Consideración por realizar cambios o adaptaciones a los espacios para la práctica deportiva según el sexo en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, donde observamos que, el 25.7% de los estudiantes de sexo femenino manifiestan que se debe mantener la infraestructura como esta, mientras que 12.2% de estudiantes del sexo femenino indican que se debe construir nuevas infraestructuras, en los estudiantes varones también observamos que el 23% manifiestan que se debe mantener la infraestructura como esta, luego el 8.1% manifiestan que se debe construir nuevas infraestructuras, considerando la opinión de todos los estudiantes podemos ver que el 48.6% de ellos opinan que se debe mantener la infraestructura como esta, mientras que el 20.3% de la totalidad de estudiantes opinan que se debe construir nuevas infraestructuras, luego el 12.2% opinan que se debe amplia las infraestructuras, mientras que el 17.6% opinan que se debe mejorar las infraestructuras.



4.2. DISCUSIÓN

La pandemia de COVID-19 ha propiciado que gran parte de la población permanezca en sus hogares, estudie y/o trabaje, y, por ende, se mantenga largos periodos de tiempo sentado. Las actividades rutinarias, entre ellas la práctica de actividad física, han disminuido o incluso cesado. La situación es aún más compleja para aquellas personas que antes de la pandemia no solían realizar actividades de esta índole (OMS, 2020).

Los resultados de la tabla 1, nos muestran que las actividades físicas o práctica del deporte tiene relación directa con el sexo de los estudiantes, es decir los varones prefieren la práctica del fútbol y las mujeres la práctica del voleibol, y considerando que la actividad física corresponde a cualquier actividad que requiera generar un gasto energético superior a 1,5 METS. En relación con la práctica regular de la misma, se ha comprobado que es capaz de entregar múltiples beneficios a los sujetos, entre ellos, aporta a la mejora de la autoestima y el auto concepto (Moreno et al., 2008). En este mismo sentido, incide en el cambio del estilo de vida, promoviendo la salud mental y física del individuo (Biondi, 2007).

El sentimiento que poseen los estudiantes del nivel secundario de la IE. Agropecuaria Yajchata, es excelente y muy bueno en más del 75%, es decir la actividad física genera sentimientos de bienestar en las persona que lo practican lo cual es bueno y saludable, lo que concuerda con lo manifestado por, Lobelo et al. (2006), quien señala que las múltiples complicaciones que puede generar la falta de práctica de actividad física, puesto que su ausencia es considerada un factor de riesgo, asociada a las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), como la hipertensión arterial, diabetes mellitus y enfermedades coronarias, entre otras. Evidencia de esto, se encuentra en investigaciones



llevadas a cabo en América Latina, que indican que un número considerable de las muertes anunciadas por ECNT, son asociadas a la inactividad física.

Ahora bien, considerando los acontecimientos sanitarios actuales, es posible visualizar un aumento en la cantidad de sujetos inactivos físicamente, y es por esto, que el presente estudio tiene por objetivo, conocer los niveles de actividad física que presentan los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Agropecuaria de Yajchata de sexo masculino y femenino, durante la pandemia asociada al Covid-19.

Considerando los resultados de la tabla 6, en la que observamos que existe una ligera ventaja para las mujeres que practican un poco más deporte a comparación de los varones lo que les permite una mejor preparación física que está asociado a las condiciones de aspecto físico que cuidan las mujeres, este fenómeno social viene producido por una serie de nuevos procesos económico-sociales acaecidos desde el comienzo de la transición política en 1975 tales como: el aumento del tiempo libre, la consolidación de la sociedad de consumo, las nuevas expectativas en los estilos de vida coincidentes con los valores buscados en las nuevas prácticas (hedonismo, creatividad, búsqueda del equilibrio, etc.), el aumento de la capacidad adquisitiva de la población que le permite acceder a prácticas físicas anteriormente reservadas a las clases altas, el incremento de las clases medias y la diversificación de las ofertas de práctica física llevadas a cabo por las nuevas instituciones democráticas.(Olivera y Olivera, 1995) como también reafirma (Celma, 2001) por otro lado también encontramos en (García Ferrando,2001).

Estos cambios sociales políticos y económicos se concretan en el campo de la actividad físico-deportiva en intereses y motivaciones diversas según la edad y el género. Existe una preocupación por la salud, aunque entendida de forma diversa según las



distintas capas sociales. Los más jóvenes se sienten atraídos por la forma física idealizándola en una imagen marcadamente atlética. Esta preocupación por la estética corporal es mayor en la mujer que en el varón. Según avanza la edad, sin dejar de ser importante la imagen corporal, la motivación hacia la práctica. (Celma,2001).

La práctica de deportes colectivos es mayor en estudiantes del nivel secundario tal como se demuestra en las tablas 10 y 11, donde vemos que los estudiantes consideran buena la infraestructura de la Institución Educativa más que todo para la práctica del fútbol y voleibol, cabe destacar que las actividades deportivas son las que representan los niveles más altos de preferencia entre la población escolar de Educación secundaria. La práctica deportiva se convierte en un instrumento educativo cuando desarrolla actividades a la medida de cada participante, integrando y respetando la diversidad y, ayuda a consolidar hábitos deportivos y de salud. (Bouchard,2004).



V. CONCLUSIONES

PRIMERA: Para determinar las preferencias deportivas de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, se calculó, desde que $\chi^2_{calculada} = 52.897$ el mismo que es mayor que $\chi^2_{tablas} = 9.488$, que pertenece a la región de rechazo, de donde rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna y podemos afirmar que, las preferencias por la práctica de deportes se relacionan significativamente con el sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, 2021, a un nivel de significancia del 0.05 o 5%, lo que indica que los varones prefieren practicar el fútbol y las mujeres el voleibol.

SEGUNDA: Con los resultados sobre preferencia deportiva por sexo de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, podemos concluir que, el 39.2% que representa 29 estudiantes de sexo masculino, indican que tienen preferencia por la práctica del fútbol y otro 39.2% de alumnas indican que tienen preferencia por la práctica del voleibol en la zona donde viven, luego tenemos un 12.2% de alumnas que indican que el fútbol es la que más se practica en su zona, finalmente podemos indicar que el 51.4% de los alumnos indican que el fútbol es el deporte más practicado en su zona, seguido del 41.9% que manifiestan que es el voleibol el deporte que más se practica en su zona.



TERCERA: En relación a la frecuencia de la práctica deportiva por sexo en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, tenemos que el 50.0% de los estudiantes practican deporte de 2 a 3 veces por semana, luego el 21.6% de estudiantes indican que practican deporte una vez por semana, seguido de un 18.9% que representan a 7 estudiantes que indican practicar deporte de 4 a 5 veces por semana.

CUARTA: Considerando las preferencias deportivas por edades en la I.E.S. Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, observamos que, el 39.2% de los estudiantes practican el futbol de los cuales el 9.5% son estudiantes de 14 años, luego el 8.1% de estudiantes tienen 15 años, seguido del 6.8% que tienen la edad de 17 años, observamos también que el 54.1% de estudiantes practican voleibol de los cuales el 14.9% tienen 16 años, seguido de 10.8% que gustan practicar voleibol que tienen 15 años y otro porcentaje igual tienen 14 años.

QUINTA: Al evaluar la calidad de la infraestructura donde practican su deporte de preferencia los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro 2021, observamos que, el 58.1% de los estudiantes opinan que la infraestructura donde practican su deporte es muy buena, luego el 27% de la totalidad de estudiantes opinan que la infraestructura es buena y un 12.2% opinan que es regular y solo el 2.7% opinan que es malo.



VI. RECOMENDACIONES

PRIMERA: Se sugiere a las autoridades de las Instituciones Educativas Secundarias de la región, promover la práctica permanente de la actividad física y deporte de manera continua en los estudiantes, con el fin de crear una cultura deportiva en la mayoría de los niños y adolescentes, y que estos a su vez puedan llevar una vida sana y saludable.

SEGUNDA: A las autoridades de la Municipalidad Provincial de Azángaro, en el departamento de Puno, deben promover la práctica sistemática de actividades físicas y deportivas, fuera de las horas de clases, con el fin de conducir a los estudiantes a la práctica de actividades que generan grandes beneficios para la salud física y mental.

TERCERA: Los docentes de la institución educativa secundaria Agropecuaria de Yajchata Azángaro, de la especialidad de educación física debe capacitarse constantemente y tomar en cuenta nuevas estrategias metodológicas y así promover la práctica de actividades físico-deportivas; haciendo de sus sesiones muy dinámicas, divertidas y actualizadas.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anguiano, C. (2013), “La influencia en los estereotipos de género en los hombres gay”
- American college of sports medicine (2008), Heyward (2001).
- Blázquez, D. (1995). “La iniciación deportiva y el Deporte Escolar”. INDE publicaciones. Barcelona.
- Blázquez, D. (1999). A modo de introducción. En Blázquez (Ed.), La iniciación deportiva y el deporte escolar (pp. 19-46). Barcelona: INDE.
- Bouchard, A. (2004), Análisis de los motivos de práctica y abandono de la actividad físico-deportiva, Universidad de Murcia.
- Cagigal, J. (1979): Cultura intelectual, cultura física. Buenos Aires: Kapelusz.
- Casimiro, J. y Piéron, M. (2001). La incidencia de la práctica físico-deportiva de los padres hacia sus hijos durante la infancia y la adolescencia. Apunts. Educación Física y Deportes, 65, 100-104.
- Casimiro, J. (2001). “Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física-salud entre final de educación primaria (12 años) y final de educación secundaria (16 años)” Tesis doctoral granada: universidad de granada.
- Celma, J. (2001). El proceso de construcción y funcionamiento de una instalación deportiva. Barcelona: Diputación de Barcelona.
- Coghen, M. (2002). El Deporte y su entorno. Santander Universidad internacional Menéndez y Pelayo.
- Chillón, P. (2002). Actividad físico-deportiva en escolares adolescentes. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 1, 5-12pp.
- Declaración de Niza (2000), relativa a las características específicas del deporte y a su función social en Europa, que deben tenerse en cuenta al aplicar las políticas comunes. 79 de diciembre de 2000.



- García, M. (2001). Los españoles y el deporte. Prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX: encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles. Madrid: C.S.D.
- García, F. (1990). Roles y estereotipos: deportes tradicionalmente.
- García, M. (1996), Estudio de hábitos deportivos en la provincia de Granada. *Motricidad*, 2, 55-73.
- Galán, E. (2017). Evaluación de las barreras para la práctica de actividad física y deportiva en los adolescentes españoles. *Salus Pública*.
- Gálvez, J. (1966) Nuestra pequeña historia. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Gutiérrez, J. (2013) Preferencias deportivas de la comunidad estudiantil: el caso de la Universidad de Antioquia.
- Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, P. (2014) Metodología de la Investigación (6ª Edic). México: McGrall Hill.
- Hoyo, M. (2007). Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 7 (26) pp. 87-98 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista26/artmotivos49.htm>.
- Instituto Peruano del Deporte, (2006). Perú, Plan de acción para el desarrollo deportivo en el Perú 2006-2025.
- Informe de Helsinki sobre el Deporte, (1999). Bruselas, 10 de diciembre de 1999. Informe de la comisión al consejo europeo con la perspectiva de la salvaguardia de las estructuras deportivas actuales y del mantenimiento de la función social del deporte en el marco comunitario.
- Knijnik, (2015). las mujeres en el fútbol: una mirada feminista.
- Lobelo, F. (2006). Carga de mortalidad asociada a la inactividad física en Bogotá. *Revista de Salud Pública*, 8, 28-41. <https://www.scielo.org/pdf/rsap/2006.v8suppl2/28-41>.



- Martínez del Castillo, (1986). Condiciones de vida, socialización y actividad física en la vejez. *Revista Internacional de Sociología*.
- Martínez, F. (2019). La redacción de artículos científicos sobre resultados de investigaciones educativas.
- Martínez, V. (2019). El Deporte, centro de interés del ser humano: Salud, cultura, ciencia, educación. *Encuentros multidisciplinares*.
- Martínez, A. (2021). Última edición. Definición de Fútbol.
- Merino, M. (2021). Definición de: Concepto de atletismo [\(https://definicion.de/atletismo/\)](https://definicion.de/atletismo/).
- Montil, M. (2005). “El sedentarismo en la infancia. Los niveles de actividad física en niños/as de la Comunidad Autónoma de Madrid”. *Apuntes*, 2005; 82: 5-11.
- Moreno, J. (2008). Importancia de la práctica físico deportiva y del género en el auto concepto físico de los 9 a los 23 años. *International journal of clinical and health psychology*, 8(1), 171-183. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33780112.pdf>.
- Olivera, J. y Olivera, A. (1995). La crisis de la modernidad y el advenimiento de las posmodernidades: el deporte y las prácticas físicas alternativas en el tiempo de ocio activo. *Educación Física y Deportes* (41), 10-29.
- Ordoñez, A. (2011). Género y deporte en la sociedad actual.
- Organización Mundial de la Salud (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. Ginebra. Suiza.
- Ontil, M. Aznar, S. Y Barriopedro, M. (2004). Cumplimiento de las recomendaciones de actividad física en una muestra de niños de la Comunidad Autónoma de Madrid. En *Comunicaciones del III Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte*. Valencia: Universidad de Valencia.
- Otzen, T. y Manterola C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1):227-232.



- Perula de Torres, L. (1998). Prevalencia de actividad física y su relación con variables sociodemográficas y ciertos estilos de vida en escolares cordobeses. *Revista española de salud pública*, 72 (3), 233-244.
- Pérez, J. (2008). Definición. de/juegos-deportivos/Pérez, J. (2021). Definición de baloncesto (<https://definicion.de/baloncesto/>).
- Quispe, P. (2015). La práctica de las actividades físico – deportivas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Policía Nacional del Perú Programa Colibrí. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional del Altiplano, Puno.
- Raffino, M. (2020). Concepto de voleibol. Última edición: 12 de junio de 2020.
- Romero S. (2008). -Mujeres en Juegos Olímpicos, una retrospectiva. *Revista Tándem*.
- Ruiz, J. (2008). Educación física para la escuela rural. Singularidades, implicaciones y alternativas en la práctica pedagógica. Barcelona: Inde.
- Ruiz, J. (2006). “Plan para la promoción de la Actividad Física y la Alimentación Equilibrada 2004-2008”. *Actas del IV Congreso Nacional de Deporte Escolar. Dos Hermanas (Sevilla), 2006*
- Sánchez, L. (2006). “El deporte: Una manera de razonar.
- Sañudo (2007). Actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*.
- Sánchez, B. (1996) “La actividad física orientada hacia la salud”. Madrid: biblioteca nueva.
- Santiago C. (1993). “Actividad física en nuevas paradigmas”.
- Valencia, G. (2009) Colombia Estudio de hábitos y preferencias deportivas y recreativas Medellín. Tomar decisiones sobre la actividad deportiva.
- Varillas A. (2004), “Actividad física y deporte universitario”. Buenos Aires Argentina.
- Vaquero, P. (2005). Motivación, incentivos y rendimiento estudio de un caso en hockey sobre césped. *Revista de psicología del deporte*, Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1355919>.



Villalobos (2004). “Manual de la educación física para la Educación Secundaria”, edit. Abedul, Lima-Perú.

Vílchez, G. (2007). Adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludables en los escolares de tercer ciclo de Educación Primaria de la Comarca granadina de los Montes Orientales y la influencia de la Educación física sobre ellos.



ANEXOS



ANEXO 1: ENCUESTA

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO

TITULO: PREFERENCIAS DEPORTIVAS DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA AGROPECUARIA DE “YAJCHATA” AZANGARO 2021.

Nombres y Apellidos: _____ Grado:
_____ Edad: _____ Sexo: _____ Fecha:

La presente encuesta es personal, para ello debe marcar con una (X) las alternativas que vea por conveniente con mucha sinceridad, ya que la misma no tiene calificación alguna para el evaluado.

1. ¿Practicas algún deporte?

- a) Si
- b) No

2. ¿Cuál de los siguientes deportes es de tu preferencia y lo practicas?

- a) Futbol
- b) Voleibol
- c) Básquetbol
- d) Atletismo
- e) Natación
- f) Balonmano
- g) Gimnasia
- h) Otros (especifique)_____

3. ¿Cuál de los siguientes deportes es más demandado o prefieren más en tu zona?

- a) Futbol
- b) Voleibol
- c) Básquetbol
- d) Atletismo
- e) Otros (especifique)_____



4. ¿En qué lugar practicas tu deporte de preferencia?
 - a) Instalaciones del colegio
 - b) Club deportivo
 - c) Instalaciones del barrio
 - d) Parque
 - e) Otros (Especifique)_____
5. ¿Cuántas veces a la semana practicas el deporte de tu preferencia?
 - a) 1 vez por semana
 - b) 2 a 3 veces por semana
 - c) 4 a 5 veces por semana
 - d) Más de 5 veces por semana
6. ¿Qué día o días de la semana realizas la práctica de tu deporte preferido?
 - a) Lunes
 - b) Martes
 - c) Miércoles
 - d) Jueves
 - e) Viernes
 - f) Sábado
 - g) Domingo
7. ¿Durante cuánto tiempo al día practicas el deporte de tu preferencia?
 - a) Hasta 30 minutos
 - b) De 31mn a 1 hora
 - c) De 61mn a 90 minutos
 - d) De 91mn a 2 horas
 - e) Más de 2 horas



8. La infraestructura donde practicas el deporte de tu preferencia, lo consideras como:

- a) Muy bueno
- b) Bueno
- c) Regular
- d) Malo
- e) Muy malo

9. ¿Cómo te sientes física y emocionalmente después de la práctica del deporte de tu preferencia?

- a) Excelente
- b) Muy bien
- c) Regular
- d) Mal
- e) Muy mal

10. ¿A qué edad iniciaste el deporte de tu preferencia?

- a) Menos de 5 años
- b) A los 6 años
- c) A los 7 años
- d) A los 8 años
- e) A los 9 años
- f) A los 10 años

g) Coloque exactamente la edad en que inicio la práctica deportiva tu preferencia_____

11. ¿Con quién iniciaste o quien te motivo a la práctica de tu deporte preferido?

- a) Padres
- b) Hermanos
- c) Amigos
- d) Docente de la escuela
- e) Otros (especifique) _____



12. ¿Considera importante realizar cambios o adaptaciones de los espacios para la práctica deportiva?

- a) Mantener la infraestructura deportiva como están (canchas, plataformas, pistas atléticas, otros. (especifique)_____
- b) Mejoras las infraestructuras
- c) Construir nuevas infraestructuras
- d) Ampliar las infraestructuras
- e) Otras sugerencias (especifique)_____