

**MOTIVACIÓN DE LOGRO EN EDUCACIÓN FÍSICA
Y CAPACIDADES MOTRICES EN ALUMNOS DE
UNA INSTITUCION EDUCATIVA PÚBLICA DEL
DISTRITO DE BELLAVISTA**

**Tesis para optar el grado académico de Maestro en Educación
en la Mención de Evaluación y Acreditación de la Calidad de la
Educación**

MANUEL JESUS ARISTA HUACO

**Lima – Perú
2010**

ASESOR

HERBERT ROBLES MORI

ÍNDICE DE CONTENIDO

Resumen.....	VI
Abstract.....	VI
INTRODUCCIÓN.....	1
Marco teórico.....	2
Bases teóricas	
La motivación.....	2
La motivación de logro	2
La motivación de logro en la Educación Física.....	4
Orientación hacia los objetivos.....	5
Motivación individual.....	6
Compromiso.....	9
Competencia.....	10
Ansiedad.....	11
Capacidades Motrices.....	12
Fuerza.....	
Fuerza resistencia.....	14
Fuerza máxima.....	14
Fuerza explosiva.....	14
Velocidad	
Velocidad de traslación.....	15
Velocidad de reacción.....	15
Velocidad de reacción simple.....	15
Velocidad de reacción compleja.....	15
Resistencia a la velocidad.....	15
Factores que influyen en el desarrollo de la velocidad.....	15
Particularidades metodológicas para el desarrollo de la velocidad...	16
Resistencia.....	16

Resistencia aeróbica.....	17
Resistencia I.....	18
Resistencia de corta duración.....	18
Resistencia de media duración.....	18
Resistencia de larga duración.....	18
Resistencia II.....	18
Resistencia de corta duración.....	18
Resistencia de media duración.....	18
Resistencia de larga duración.....	18
Flexibilidad.....	18
Factores que afectan la flexibilidad.....	20
La flexibilidad es específica de las articulaciones.....	20
Tipos de estiramiento: Elástico y Plástico.....	21
Antecedentes.....	22
Problema de la investigación.....	25
Objetivos y/o hipótesis.....	27-28
MÉTODO.....	29
Tipo y diseño de investigación.....	29
Variables.....	30
Operacionalización de variables.....	31
Participantes.....	32
Instrumentos de Investigación.....	33
Procedimientos.....	35
Test de motivación de logro para el aprendizaje en educación física.....	36
Ficha de observación desarrollado de Capacidades Motrices.....	37
Muestra Piloto.....	38

Resultados.....	39
Tablas y Figuras.....	39-50
Tablas de correlación.....	51
Discusión,.....	53
Conclusión y Sugerencias.....	56-57
Referencias bibliográficas.....	58
Anexos.....	62-69

RESUMEN

La presente investigación trata sobre la motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física y las capacidades motrices en alumnos de quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Bellavista Callao.

Su diseño es descriptivo–correlacional, al grupo de 140 estudiantes entre 15 y 18 años se le aplicó el test de motivación de logro para el aprendizaje en educación física de 37 ítems, asimismo una ficha de observación sobre capacidades motrices de 7 ítems donde los resultados revelaron: La motivación en Educación Física, tiene una tendencia positiva en un 85%, al igual que las capacidades motrices en un 65%, existiendo una correlación positiva ($r=76.2\%$) entre las capacidades motrices y la motivación, estos resultados se discuten en relación a la transmisión de la información por parte del profesor para mejorar la habilidad del alumno, la motivación intrínseca y el rendimiento.

ABSTRACT

This investigation is about achievement motivation for learning in Physical Education and motor skills in high school students from fifth a State Educational Institution Bellavista - Callao District.

Its design is descriptive and correlation study, the group of 140 students between 15 and 18 years was given the motivation test of 37 items, Achievement Motivation in Physical Education Test also an observation form on motor abilities of 7 items where the results revealed: Motivation in Physical Education has a positive trend by 85%, as motor skills by 65% and there was a positive correlation ($r = 76.2\%$) between the physical abilities and motivation, these results are discussed in relation to the transmission of information by the teacher to improve student's ability, intrinsic motivation and performance.

INTRODUCCIÓN

El estudio de la motivación en los escolares para aprender ha sido objeto de numerosas investigaciones, de ahí que resulte un asunto de gran importancia ante la escasez de instrumentos que permitan al profesional conocer el perfil de motivación para el aprendizaje de su alumnado.

La motivación de logro supervisa la dirección para el aprendizaje y otros factores influyentes, donde las personas manifiestan una motivación genérica hacia el logro que se expresan en el aprendizaje en educación física, abarcando tanto su disposición emocional y la conciencia del valor de lo que van a aprender, como la autoevaluación de sus propias competencias y el efecto de sus experiencias pasadas.

De ahí que factores como la diligencia al aprender, la valoración del aprendizaje, la competencia motriz percibida o el miedo a cometer errores sean elementos que influyen en el estado motivacional de los estudiantes, lo cual se plasma en su estructura de la motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física.

En la primera parte de la investigación se presenta los aspectos referidos al marco teórico y a los antecedentes, el problema de investigación, las variables y sus respectivos indicadores. Asimismo se expresan los objetivos, la hipótesis y la justificación.

El método expresa el tipo y diseño de la investigación, la población y la muestra en estudio, las variables, conceptualización y operacionalización, los instrumentos, la técnica de recolección de datos, el tratamiento estadístico.

Finalmente, se incluye en los anexos los instrumentos usados, el tratamiento de validez y confiabilidad de los instrumentos, así como la matriz de consistencia.

Marco teórico

A continuación se presentan las bases teóricas que sustentan el presente estudio iniciando la revisión bibliográfica con el tema relacionado a la motivación del logro en educación física y seguida por el desarrollo de las capacidades motrices.

La motivación

La motivación se deriva del latín “motivus” que significa causa del movimiento, esto sugiere propiedades de activación motora para la generación de conductas. En la actualidad se comprende que la motivación implica a los estados internos que dirigen al organismo hacia metas o fines determinados y le confieren intensidad a la conducta. (Escobar y Aguilar, 2002).

La motivación es una característica de la psicología humana que contribuye al grado de compromiso personal, así mismo es un proceso que dinamiza, orienta y mantiene el comportamiento de los individuos hacia una organización de objetivos esperados (Palmero, Fernández, Martínez y Chóliz, 2002).

La motivación de logro

El fundamento conceptual de la motivación de logro se basa en una necesidad planteada por Mc. Clelland (1953), según Gonzáles (1977, p. 194) en su teoría de las necesidades sociales, la necesidad de logro. En su contenido esta orientación motivacional expresa cómo las personas realizan las actividades por el deseo obtener éxito en las acciones y persistir hasta lograrlo, experimentando con ello una sensación de orgullo. La motivación de logro representa la orientación motivacional que asumen las personas hacia la consecución del éxito o la evitación del fracaso en lo que realizan, la misma está determinada por el comportamiento de estas dos tendencias y resulta decisiva en la elección de la ruta psicológica que se sigue para lograr los objetivos propuestos.

Para Mc. Clelland (1953) según Gonzáles (1977, p. 194), la motivación de logro es la tendencia a alcanzar el éxito en situaciones que implican la evaluación del desempeño de una persona, comparándola con estándares de excelencia.

La definición de Mc. Clelland. D (1953) según Gonzáles (1977, p. 194) se limita a situaciones donde la evaluación del desempeño pasa a ser un elemento importante, aunque en ámbitos como la Educación Física se aprecian muchos educandos que

buscan la realización de acciones exitosas sin importarles nada más que el placer de enfrentar ese reto.

Las tendencias de la motivación de logro son características en toda personalidad, las personas suelen manifestarse de acuerdo al predominio en sí de una u otra tendencia. En este sentido las adquisiciones que se logren en el transcurso de la vida, van a caracterizar la forma en que el individuo pone en práctica la satisfacción de sus necesidades.

Según Rodríguez (2006, p. 123), “el motivo de logro, es parte de toda persona, ya que cada individuo establece sus propias metas en diferentes áreas ya sea: familiar, social, laboral, permitiendo su desarrollo basado en las experiencias que día con día van siendo significativas para la persona; provocando modificaciones con el tiempo desde la infancia hasta la edad adulta”.

Los desafíos que implica la búsqueda del éxito, hacen posible en quienes se orientan a esta tendencia la aparición de una disposición dirigida a superar todo aquello que pueda perturbar la obtención de una meta. En esta orientación motivacional el individuo manifiesta la disposición de superarse a sí mismo o a los demás, lo que al lograrlo generalmente ocasiona un sentimiento de satisfacción personal y al mismo tiempo le da carácter competitivo a la actividad que se lleva a cabo.

Las personas motivadas hacia el logro o éxito poseen una serie de características que le permiten obtener buenos resultados en las tareas que emprenden, les gustan las situaciones en las que puedan tomar personalmente la responsabilidad de encontrar solución a los problemas, tienden a fijarse metas moderadas y desean una retroalimentación acerca de lo bien que se estén desempeñando.

En las personas orientadas hacia la obtención de logros son comunes las siguientes características:

- Tendencia a luchar por alcanzar logros personales más que por las recompensas del éxito en sí.
- Lo que hacen tratan de hacerlo mejor o más eficientemente de lo que se ha hecho con anterioridad.
- Presentan una fuerza que los impulsa a sobresalir en lo que hacen.

- Buscar situaciones en las que pueden tener la responsabilidad personal de dar solución a los problemas, en las que puedan tener retroalimentación sobre su desempeño para saber si están mejorando o no y al mismo tiempo fijarse metas moderadas.
- Evitan las tareas demasiado fáciles o difíciles.
- Les disgusta tener éxito por casualidad.
- Deseo de vencer los obstáculos pero también saber que su éxito se ha logrado gracias a sus propias acciones.

Rodríguez (2006, p. 145), plantea que las personas con alta motivación de logro buscan actividades con un nivel medio de dificultad que impliquen un riesgo moderado, fundamentando al respecto que los sentimientos de logro serán mínimos en casos de pequeño riesgo y el logro de la meta probablemente no ocurra en casos donde la probabilidad de fracaso es muy alta.

La motivación de logro en la Educación Física

La Educación Física requiere por parte de los alumnos el deseo de ejecutar acciones motrices para lograr cumplir los objetivos, lo que genera diferentes disposiciones en éstos de acuerdo a la manera en que es asumida la asignatura.

En las clases de Educación Física se observan alumnos que buscan constantemente realizar las acciones de manera exitosa, sentir satisfacción cuando lo logran y trazarse metas de superación personal, tratando de ser cada vez mejores en lo que hacen. A este tipo de educandos por lo general no les interesa en gran medida lo que otros puedan pensar respecto a su desempeño, para ellos lo más importante es quedar bien consigo mismo.

De igual manera participan en la Educación Física educandos en los que predominan acciones encaminadas a evitar fracasar, estos alumnos generalmente actúan buscando crear una falsa imagen con su desempeño, para lo cual se disponen a elegir ejercicios con niveles de dificultad muy bajos o muy altos a fin de tener una buena excusa para justificar el fracaso, lo que más les importa en su accionar no es el esfuerzo por dar lo mejor de si en la búsqueda del éxito, sino alejarse de la posibilidad de cometer errores, razón por la cual no suelen ser perseverantes y dentro de sus principales preocupaciones se encuentra la opinión que sobre su desempeño pueda ser generada por los demás.

Tales manifestaciones pueden aparecer relacionadas con las características de las diferentes etapas psicoevolutivas y los requerimientos de la Educación Física en cada grado. Su aparición además de estar ocasionada por la interacción que los alumnos hayan tenido con la actividad en su medio social en el de cursar de sus vidas, puede también ser consecuencia de vivencias que han tenido lugar en esta asignatura y el tratamiento al respecto brindado por el profesor o demás compañeros.

Según López y Villalobos (2004), para encaminar el trabajo motivacional de manera efectiva en la Educación Física, el profesor necesita identificar las características de la motivación de éxito y fracaso que puedan estar presentes en sus alumnos, lo que facilitará una orientación psicopedagógica correcta y finalmente el desempeño exitoso de los educandos en la clase.

Conocer las características de la motivación de logro que hacen a los alumnos buscar el éxito o evitar el fracaso en la Educación Física, así como la manera en que éstas se manifiesten en las ejecuciones por lograr los objetivos propuestos, es un reto a asumir por los profesores esta asignatura y en consecuencia deben tener impulso sus acciones que den solución a las deficiencias de los educandos en esta orientación motivacional.

El desarrollo de la motivación de logro en la Educación Física pudiera constituir una acción importante en el proceso de formación integral de los alumnos para la vida, sobre todo si se tienen en cuenta las exigencias crecientes que demanda un mundo cada vez más competitivo (López y Villalobos, 2004, p.75).

Orientación hacia los objetivos

Todo docente conoce que una de las funciones didácticas más importantes de la clase está concebida en la denominada: "orientación hacia los objetivos" porque ella lleva implícita en si la llamada: motivación de la clase que se debe mantener durante los 45 minutos en que se desarrolla la actividad docente, entonces cabría preguntarse: ¿para qué se motiva en una clase de Educación Física?

De esta forma se puede lograr la parte genuina y natural que lleva implícito el ejercicio físico mediante la explicación detallada de lo que se hace en la clase estimulando y desarrollando la iniciativa natural, propiciando a través de la afectividad dirigir al estudiante hacia una madurez equilibrada y personal (Greco y Gorostarzu, 2002, p.28).

Está demostrado en las experiencias de clases que los alumnos y alumnas llevan aparejada una actitud de acercamiento a la asignatura, siendo un hecho definido que el aprendizaje se torna más eficiente y permanente cuando se basa en el interés, la apelación a la confianza y autoestima individual se manifiesta como una técnica de intervención didáctica fundamental en las clases de Educación Física (Greco y Gorostarzu, 2002, p. 31).

El profesor de educación física debe ser indiscutiblemente un animador, que diariamente en el transcurso de su labor docente, pone en juego estímulos constantes para que sus alumnos y alumnas mantengan y vayan aumentando progresivamente una actitud favorable hacia la educación física como asignatura y por ende ante el ejercicio físico.

Es de vital importancia, por tanto, conocer previamente las características de los alumnos y alumnas que conforman los grupos de clase con que se trabaja, para de esta manera poder propiciar una estimulación requerida en cada clase y a cada grupo en particular a través de la motivación prevista en cada una de las clases que se desarrolla, ya que en ocasiones la que se emplea en un grupo clase, por sus características específicas, no es la misma que pueda emplear para otros grupos (Greco y Gorostarzu, 2002, p. 35).

Sistemáticamente se escuchan opiniones en los estudiantes no desacertadas, acerca de cómo este profesor de educación física es mejor que el otro ya que no prepara previamente a los alumnos, en la parte inicial para la actividad docente educativa que desarrollarán durante los 45 minutos de la clase. Podría afirmarse entonces que:

“El fracaso de muchos educadores radica en que no motivan convenientemente sus clases” (Greco y Gorostarzu, 2002, p. 36).

Mantener activa la clase es una tarea pedagógica sistemática que requiere de la motivación permanente durante 45 minutos, tiempo de duración de la actividad y para eso, conociendo las características de cada uno de los que participan le llevarán a la realización de acciones pedagógicas.

Motivación individual

Esta motivación es especial pues se basa en un enfoque integro motivacional que debe ser aplicada a los alumnos y alumnas más rezagados, a los que tienen poca

confianza en si mismos, en la realización de las tareas de la clase con frases tales como: ¡arriba que estás llegando, ya hiciste lo más difícil!, ¡tú puedes vencer también, te falta poco para llegar!, ¡sigue, ahora vas bien! (Manassero y Vázquez, 2005, p. 2).

A través de la corrección directa y la estimulación activa a los menos aventajados, tomándoles de la mano, dándoles una palmadita en el hombro a la vez que volvemos a demostrarles cómo hacerlo correctamente.

Para los más aventajados, estimulando y demostrando la utilidad de la tarea que realiza y los beneficios de la misma; por ejemplo: ¡atiende, con este ejercicio lograrás mejorar los lanzamientos que realizan!, ¡Ahora de esta manera llegarás más rápido y fácil a la meta!, observen acá todos, vean como este ejercicio que ha realizado... le ha servido para mejorar, etc.

Al finalizar las actividades principales de la clase hacer que los alumnos y alumnas sean capaces de realizar una autoevaluación y evaluar a sus compañeros también Ejemplo: ¿cómo podemos decir que cumplieron con las actividades de la clase hoy?, ¿cómo consideran que realizaron tal ejercicio? ¿Qué le faltó a Pedro para que el ejercicio fuera correcto?, etc.

Estimulación para obtener mayores exigencias en la actividad que realizan, estimulando hacia la competición ejemplos: Debemos hacer un salto hasta aquí, veamos !quién sobrepasa la marca! , deben hacer 5 tiros al aro sin fallar, a ver quiénes lo logran. etc.

Según Cantón (2005), al hablar del cumplimiento del enfoque integral físico, motivacional y educativo de la clase de educación física deben tenerse siempre presente estos aspectos:

1. “El alumno es siempre un sujeto activo” en la clase. En el desarrollo de la actividad docente es un objeto de influencias educativas pero sobre todo, un sujeto de su propio aprendizaje y para lograrlo es necesario partir de una activa motivación en la clase.
2. Es la acción pedagógica del profesor a través de motivación, la encargada de lograr la orientación en el proceso constructivo del aprendizaje y el desarrollo de hábitos, habilidades, capacidades, valores en los estudiantes, que le posibiliten un mayor desempeño futuro.

3. La relación profesor–alumno es de vital importancia en este proceso y se concreta en una relación sujeto - sujeto en un marco de comunicación a través del diálogo.
4. La diversidad del alumnado y la atención diferenciada a los mismos, constituyen un aspecto destacado y sobre todo si se carecen de motivación para cumplir la tarea docente, no puede haber un correcto control por parte del profesor de lo que hacen bien o mal los estudiantes en la clase, no pudiendo prestar atención a las diferencias individuales, a través de la corrección de errores.
5. La clase se concibe como un todo, donde los componentes personales y no personales se encuentran articulados y se van sucediendo en el desarrollo de la actividad, sin cambios significativos aparentes (Cantón, 2005):
 - Los objetivos de la clase se concretan a partir de la orientación previa en la parte inicial de la clase, demostrando el valor instructivo-educativo- formativo, intrínseco de la actividad, debiendo existir una total correspondencia entre los objetivos, los contenidos, la metodología y la evaluación. De la correcta orientación que de él hagamos, dependerá el poder mantener motivada la clase durante su desarrollo a través del resto de los componentes no personales, que conforman una unidad dialéctica durante el transcurso de la actividad docente prevista a desarrollar en los 45 minutos.
 - El contenido debe tener un predominio de tareas significativas y de juegos que motiven la actividad y que a la vez favorezcan el proceso de toma de decisión por el alumno, saliendo de las formas tradicionales donde las decisiones las toma el docente.
 - Los medios de enseñanza empleados deben satisfacerla necesidad de ejercitación y práctica de los alumnos, a la vez que propicien mantener una alta motivación en la actividad que desarrollan los estudiantes, en el transcurso de la clase Algunos medios pueden ser creados por los profesores y alumnos si no existieran.
 - La evaluación tiene un carácter formativo integral, debe emplearse correctamente.
 - Los resultados de la clase obtenidos a través de la motivación permanente mantenida en el tiempo de duración de la actividad docente, si se ha logrado lo que aspirábamos una vez concluida, se concretarán en la contribución a la formación integral en los alumnos de: hábitos cognitivos motrices, habilidades, capacidades y de actitudes correctas.
 - Debe verificarse, al culminar la clase, si los estudiantes, tanto de manera individual como colectiva, se sintieron motivados con las actividades que les

programó el profesor y si ello los hizo sentirse satisfechos durante los 45 minutos de la clase de educación física recibida en el día.

Entonces cabe recordar que la motivación individual no puede perder de vista que es en la clase y en dependencia de la motivación que haga el docente en la misma, donde se logrará que el estudiante tome conciencia plena de los beneficios adicionales que le brinda la práctica sistemática del ejercicio físico no sólo para el logro de una salud placentera si no que además le aleja de la actitud sedentaria que tanto daño ocasiona al sujeto.

Es función del docente la búsqueda constante de acciones motivacionales durante el desarrollo de la clase que propicien un ambiente pleno de satisfacción en los estudiantes ante la actividad física que realizan en los 45 minutos, logrando por tanto erradicar en ellos, de manera eficaz y pertinente elementos negativos tales como: la monotonía, el formalismo y sobre todo la aversión a las clases de educación física (Cantón, 2005, p.15).

Compromiso

El compromiso con una relación implica un deseo de desarrollar una relación estable y la voluntad de hacer sacrificios a corto plazo para mantener la relación y la confianza en la estabilidad de la relación (Anderson y Weitz, 1992).

Piéron (1988a, 1988b citado por Sierra, 2003) ha acuñado el termino compromiso en el contexto de la enseñanza de la educación física al definir la expresión compromiso motor como variable del éxito pedagógico y que sería el “tiempo efectivo durante el cual el alumno está realizando una actividad motriz durante la sesión de educación física” (p.25), Por su parte, Generelo y Plana (1997) definen el término compromiso en los siguientes términos: Aunque reconocemos que en todo momento el sujeto participa con toda su personalidad, lo cierto es que determinadas esferas de su comportamiento se implican más o menos. A ese grado o nivel de implicación, de entrega, orientado a un área u otra de la conducta es lo que hemos llamado compromiso” (p. 219).

El compromiso actitudinal es el más ampliamente estudiado llegando a identificarse en algunos trabajos no centrados exclusivamente en el tema con el concepto de compromiso organizacional. Mowday, Steers y Porter (1979) lo definen de la siguiente manera: “es la fuerza de la identificación de un individuo con una organización en particular y de su participación en la misma. Conceptualmente puede

ser caracterizado por al menos tres factores: a) una fuerte convicción y aceptación de los objetivos y valores de la organización; b) la disposición a ejercer un esfuerzo considerable en beneficio de la organización; c) el fuerte deseo de permanecer como miembro de la organización.

Así, Williams y Gil (1995) hallaron que el grado de esfuerzo y compromiso durante las clases de Educación Física esta mediado por los niveles de competencia percibida que poseen los alumnos. Si este nivel de esfuerzo también lo será. Deberá por tanto abordarse en estudios posteriores la relación existente entre nivel de competencia percibida, orientación de meta y grado de esfuerzo y compromiso mostrado en clases de Educación Física.

El compromiso de maestros ha sido identificado como uno de los factores más críticos para el éxito futuro de la educación y las escuelas (Huberman, 1993). Compromiso docente está estrechamente relacionada con 'Rendimiento en el trabajo docente y su capacidad para innovar e integrar nuevas ideas en sus propias la práctica, el ausentismo, la rotación de personal, así como tener una importante influencia en los estudiantes logro en, y las actitudes hacia la escuela (Firestone, 1996; Graham, 1996; Louis, 1998; Nias,1981, Tsui y Cheng, 1999). La visión tradicional de compromiso de los docentes considera que para referirse a referentes externos. Sin embargo, existe un creciente cuerpo de literatura que establece una fuerte conexión entre el compromiso de los maestros y el elemento muy íntimo de la pasión por el trabajo de la enseñanza (Day, 2004; Elliott y Crosswell, 2001; Fried, 1995).

Competencia

En griego "agon y agonistes ", significa quien competía y luchaba para ganar en las pruebas olímpicas; esa era una agonía. En el teatro griego el protagonista es el personaje principal sobre quien giraba toda la acción y en forma análoga podemos pensar que la educación centrada en la construcción y reconstrucción de competencias debe buscar formar protagonistas dentro de una comunidad.

Para el profesor Montenegro (2003, p. 19): el concepto de competencia es muy amplio, ser competente es saber hacer y saber actuar entendiéndose lo que se hace, comprendiendo cómo se actúa, asumiendo de manera responsable las implicaciones y las consecuencias de las acciones realizadas y transformando los contextos a favor del desarrollo humano.

Para Carlos Vasco (Citado en Ruiz, A. & Chaux E., 2005, p. 36), una competencia puede (...) describirse más precisamente como un conjunto de conocimientos, habilidades, aptitudes comprensiones y disposiciones cognitivas, metacognitivas, socioafectivas y psicomotoras apropiadamente relacionadas entre sí para facilitar el desempeño flexible eficaz y con sentido de una actividad o de cierto tipo de tareas en contextos relativamente nuevos y retadores.

La competencia implica, como lo dijera Torrado María (2000): "por ahora el concepto de competencia puede ser entendido como el conocimiento que alguien posee y el uso que ese alguien hace de dicho conocimiento al resolver una tarea con contenido y estructura propia o una situación específica y de acuerdo con un contexto, unas necesidades y unas exigencias concretas"

Ruiz Pérez (1995) dice que el término "competencia motriz hace referencia al conjunto de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que intervienen en las múltiples interacciones que realiza en su medio y con los demás, y que permiten que los escolares superen exitosamente los diferentes problemas motrices planteados, tanto en las sesiones de educación física como en su vida cotidiana".

Ansiedad

Una de las primeras definiciones medicas se debe a Landré-Beauvais, que en 1813 utilizo el termino angoisse "para referirse a cierto malestar general e inquietud que acompañaban a cualquier enfermedad aguda o crónica" (Berrios, 1996).

La ansiedad se define como "estado de trastorno y de agitación con sensación de tortura (...). Inquietud, ansiedad y angustia son tres grados del mismo estado" (Ritti, 1924; Berrios, 1997).

La ansiedad es un estado psicológico que se retroalimenta y cuyos efectos interfieren en la realización de tareas que exijan focalización y mantenimiento prolongado de la concentración, y se hace presente en individuos de cualquier clase, raza, sexo y religión (Sandín y Chorot, 1995).

"Calma y serenidad (Spielberger 1989)- indican la ausencia de estados de ansiedad: la tensión, aprensión, nerviosismo y preocupación acompañan los niveles moderados; sentimientos intensos de miedo y pensamientos catastróficos y conductas de pánico desorganizadas están asociadas con muy altos niveles de ansiedad".

La ansiedad es un sentimiento que existe en la naturaleza de las personas. Ocurre bajo condiciones de irritación. Un exceso en la ansiedad puede resultar en un funcionamiento anormal del cuerpo. Cada persona tiene una sensación de ansiedad diferente, y las propiedades psicológicas juegan importantes roles en esta situación (Spilberger, 1996).

Aunque se han reportado niveles bajos de ansiedad en jóvenes que participaban en programas de ejercicios (Craft & Landers, 1998; Mutrie and Biddle, 1995), se sabe poco acerca de los efectos del ejercicio sobre la ansiedad en jóvenes. La ansiedad puede ser eliminada principalmente por medio de la realización de ejercicios físicos. Los efectos del ejercicio sobre la ansiedad en jóvenes es todavía poco entendida. Por lo tanto, el presente estudio investigó si el ejercicio físico reducía los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios.

En conjunto, el estudio actual es una prolongación del de Gutiérrez Calvo, Szabo y Capafons (1996). En éste último se comprobó que el ejercicio físico regular reduce la reactividad en los estados de ansiedad subjetiva, conductual (motriz) y fisiológica (recuperación del ritmo cardíaco) en una situación de estrés. Ahora se pretende comprobar si los efectos transitorios observados en condiciones de estrés tienen una correspondencia en características de ansiedad (rasgo) relativamente permanentes de personalidad.

Capacidades motrices

Las capacidades son las propiedades fisiológicas del hombre de las cuáles depende la dinámica de la adquisición de los conocimientos, habilidades, hábitos y éxitos de una determinada actividad.

P. A. Rudik (1990) al respecto expresa que "en la mayoría de los tipos de actividad cada persona puede dominar un mínimo de conocimientos, habilidades y hábitos que sirvan para realizarla. Sin embargo bajo las mismas condiciones externas las distintas personas adquirirán a ritmos diferentes estos conocimientos, habilidades y hábitos: por ejemplo, uno todo "lo coge al vuelo" y otro invierte mucho tiempo y esfuerzo; un tercer sujeto alcanza el nivel máximo de la maestría y el otro a pesar de todos sus esfuerzos, solo logra un determinado nivel medio de desarrollo".

Las capacidades se desarrollan no en los conocimientos sino en la dinámica de su adquisición es decir a la rapidez, la profundidad, la facilidad y la solidez en el proceso adquisición del dominio de los conocimientos y habilidades son una suma importante para una actividad determinada. Precisamente aquí se revelan aquellas diferencias que nos posibilitan hablar sobre las capacidades.

Las capacidades son particularidades individuales de la personalidad que, al mismo tiempo, son condiciones para realizar con éxito una actividad dada y revelan las diferencias en el dominio de los conocimientos, habilidades y hábitos necesarios para ella.

Fuerza

El objetivo del entrenamiento de fuerza es poner al deportista en disposición de conseguir la óptima manifestación de esta variable en las actividades específicas de cada deporte.

Sobre este aspecto algunos autores como Goldspink (1992) definen la fuerza como la capacidad de producir tensión que tiene un grupo de músculos a una velocidad específica, desde cero a la máxima. En relación con el tiempo, la fuerza es la capacidad de producir tensión que tiene el músculo en un tiempo determinado, Mosston (1996) la considera como la habilidad para realizar un trabajo, soportando o en contra de una resistencia.

El concepto moderno del entrenamiento de la fuerza nos indica que es un concepto colectivo multilateral estrechamente ligado al resto de las capacidades condicionales (la velocidad y la resistencia) y a las capacidades coordinativas.

Es relevante comprender la importancia de conocer la fuerza de una persona, tras la realización de un determinado test, tiene su principal justificación en conocer la fuerza útil, como capacidad de aplicar esta en el cuerpo, y que permita el triunfo de la persona, logrando mejores y más rápidos cambios de dirección, de velocidad, golpeados, empujes, etc.

El momento óptimo para comenzar el entrenamiento de fuerza ocurre probablemente al alcanzarse el nivel suficiente de testosterona circulante. En realidad, antes de los 10 años, el aumento de la fuerza tras un entrenamiento específico es escaso debido a la ínfima capacidad de aumento del diámetro de las fibras

musculares, aunque si mejorará notablemente la coordinación neuromuscular. Este aspecto influirá de forma decisiva para crear una base óptima necesaria para el entrenamiento de fuerza en la pubertad (Gutiérrez, 1988).

Dentro de las múltiples clasificaciones realizadas sobre la fuerza, se va a elegir la más desarrollada en las diferentes referencias bibliográficas. Grosser y Müller (1989) definen los términos de esta clasificación como sigue:

Fuerza resistencia: "Es la capacidad de resistencia frente al cansancio en cargas prolongadas y repetidas". En este sentido, su aumento está supeditado a un incremento de los procesos metabólicos aeróbico y anaeróbico.

Fuerza máxima: "Es la máxima fuerza muscular posible que se puede realizar voluntariamente mediante un trabajo isométrico, o concéntrico, en contra de una resistencia". Intervienen, sobre todo, para su desarrollo, los mecanismos musculares de hipertrofia y coordinación intramuscular, a través esta última, del aumento, en la implicación durante el esfuerzo, de un mayor número de unidades motoras.

Fuerza explosiva: "Es la fuerza que actúa en el menor tiempo posible, es decir, que se opone al máximo impulso de fuerza posible a resistencias en un tiempo determinado". Es de mayor complejidad en cuanto a la intervención o participación de más mecanismos musculares que favorezcan su desarrollo, tales como la hipertrofia, la coordinación intramuscular, el abastecimiento energético, la velocidad de contracción y la capacidad reactiva del tono muscular.

Velocidad

La velocidad es la capacidad del hombre de realizar acciones motrices en el menor tiempo posible, El concepto de velocidad aborda la propia velocidad del movimiento, su frecuencia y la velocidad de la reacción motora.

Para Villalobos (1998), es la capacidad de desplazarse, en el menor tiempo posible, por un espacio corto. Debe de tener mucho cuidado al desarrollarla, pues es la cualidad más delicada a mejorar porque origina estancamientos muy rápidamente. Dentro de esta capacidad se distinguen tres tipos, las cuales son:

A) Velocidad de traslación: Es la capacidad que tiene el individuo de desplazarse de un lugar a otro utilizando el menor tiempo posible, por ejemplo: una persona es capaz de recorrer una distancia de 30 mts. en 4,6 segundos a su máxima potencialidad.

B) Velocidad de reacción: Según Helver Villalobos Gutiérrez en su libro Manual para Educación Secundaria en la p. 38, La velocidad de reacción es la que se produce en milésimas de segundos con poco desplazamiento. Es la capacidad que tiene un individuo de reaccionar en el menor tiempo posible ante un estímulo, ya sea conocido ese estímulo de antemano por el sujeto o no y es por ello que existen dos tipos de reacciones, las cuales son:

La Velocidad de Reacción simple: la cual es cuando el individuo que realiza la acción conoce de antemano el estímulo, por ejemplo: cuando el sujeto realiza un trote y siente el sonido del silbato durante la actividad, este le indica que debe realizar un salto vertical, lo cual ha sido predeterminado por el profesor antes de comenzar la actividad.

La Velocidad de Reacción Compleja: se produce cuando el individuo no conoce el estímulo que producirá durante la actividad física, esto se produce fundamentalmente en situaciones donde las actividades son muy cambiantes, como en los juegos y actividades donde se opone un contrario, por ejemplo: cuando en un partido de Baloncesto, un jugador va conduciendo el balón hacia la cancha del equipo contrario y se le interponen 2 jugadores en su propósito y tiene que resolver esta oposición inesperada realizando otras acciones de inmediato.

C) Resistencia de la velocidad: Esta es la capacidad que tiene el individuo de realizar acciones motrices durante un tiempo relativamente prolongado con déficit de consumo de oxígeno aplicando alta velocidad dentro de un tiempo entre 10 a 60 segundos, por ejemplo: cuando un alumno recorre una distancia sin determinar durante 40 segundos con una alta velocidad, entre el 75 y el 100% de su resultado máximo.

Factores que influyen en el desarrollo de la velocidad

- Movilidad de los centros nerviosos, la incidencia de este factor en el desarrollo de la Velocidad ha sido confirmada por prestigiosos investigadores del mundo, en este campo.
- Existencia de la Fuerza rápida, donde en los cambios positivos de la Velocidad de los movimientos esta presente el potencial de la fuerza muscular.

- Elasticidad o distinción muscular, que es la capacidad de relajación de los músculos.
- Dominio de la técnica del movimiento.
- Grado de los esfuerzos volitivos.

Particularidades metodológicas para el desarrollo de la velocidad

- a. Debe comenzarse a desarrollar en las edades tempranas, (9-12 Años), por ser en estas edades en que mejor condiciones se encuentra el organismo, desde el punto de vista de la movilización del Sistema Nervioso.
- b. El entrenamiento debe ser frecuente y sistemático, ya que esta capacidad disminuye rápidamente.
- c. Antes de desarrollar la Resistencia de la Velocidad, se debe desarrollar la Resistencia en condiciones Aerobia.

Resistencia

La Resistencia es la capacidad que tiene el hombre de realizar un trabajo motriz sin que disminuya su efectividad para luchar contra la aparición de la fatiga, es por ello que se identifica la Resistencia con un trabajo prolongado en el tiempo. Al elevar el nivel de Resistencia da la medida cuando se prolonga la aparición de la fatiga y es por ello que permite prolongar el esfuerzo físico sin que disminuya la efectividad del ejercicio.

Según Helver Villalobos Gutiérrez (1999), en su libro Manual para Educación Secundaria en la página 36, es cualidad indispensable para casi todo deportista. Es la capacidad del hombre para efectuar un trabajo prolongado con poca o mediana intensidad. Su desarrollo brinda fortalezas cardiovasculares (aeróbico) en especial y, en particular, fortaleza en los tendones y músculos. Para desarrollarla, hay que saber que tipo de resistencia se necesita para el deporte o prueba practicada.

La resistencia puede ser a la velocidad, a la fuerza o resistencia especiales a determinado deporte. La carga de esfuerzo y dosificación depende de la etapa, (si es general o específica) y el periodo.

Para desarrollarla se emplea generalmente todo tipo de carrera, como la carrera continua (10 KM - 30 MIN) las carreras de cambio de ritmo "el fartlek", es una carrera con cambios de velocidad y superación de obstáculos, también los ejercicios

localizados prolongados (20 min. de abdominales y dorsales). Si nos preguntamos: ¿Resistir qué?, se podría llegar a las siguientes respuestas:

- Hacer fuerza
- Realizar ejercicios con alta frecuencia en sus movimientos.
- Ejecutar la técnica y táctica de ejercicios complejos.

Haciendo un análisis de lo planteado anteriormente se puede plantear, que no se enmarca en el ámbito de la capacidad como tal, sino que esta estrechamente relacionada con las demás capacidades y es por ello que cuando se habla de de la Resistencia de la Fuerza y la Resistencia de la Velocidad con los propios factores de trabajo, para su desarrollo.

Generalmente cuando se menciona ejercicios para desarrollar la Resistencia inmediatamente se piensa en las carreras de gran distancia, o cuando se planifica la resistencia se acude a la cantidad de metros a recorrer y esto sería un gran error, pues para ello se debe tener presente los Sistemas Energéticos.

Resistencia aeróbica

Esta es llamada también, como Resistencia General, la cual se desarrolla con un gran consumo de oxígeno, el mismo es el que suministra el oxígeno a las diferentes tejidos musculares para realizar el esfuerzo físico en un trabajo prolongado para realizar el esfuerzo físico de un trabajo prolongado, este oxígeno va cargado de los nutrientes que el organismo necesita, los cuales se suministran, para lograr el esfuerzo de un trabajo prolongado. Este oxígeno va cargado de nutrientes que el organismo necesita para una actividad prolongada. El tiempo de duración de la ejecución continua del ejercicio debe ser superior a los 2 minutos, donde se debe aplicar una intensidad entre el 50 al 75 % del resultado máximo del individuo, con repeticiones que oscilen entre 1 a 10 repeticiones por cada serie, el número de series que se pueden realizar es de 1 a 4 por cada ejercicio, el descanso a emplear debe ser entre 1 a 3 minutos entre repeticiones y de 5 a 8 minutos entre series.

Resistencia I

Esta es la que plantea el Subsistema Nacional de Educación Física de Cuba, referente al trabajo que se desarrolla en las clases de Educación Física de los diferentes ciclos y grados y que acogen los deportes acíclicos y de corta duración.

Resistencia de corta duración: Esta se desarrolla con un tiempo de trabajo continuo desde los 45 segundos, hasta los 2 minutos de duración.

Resistencia de media duración: Se desarrolla realizando ejercicios de forma continua que tengan una duración entre los 2 y 8 minutos.

Resistencia de larga duración: Este tipo de resistencia se desarrolla con actividades físicas de forma continua que tengan una duración mayor a los 8 minutos.

Resistencia II

Esta es la que se propone para los deportes que necesiten en sus acciones competitivas una gran capacidad aerobia, sobre todo para aquellos eventos cíclicos y de larga duración, por ejemplo: los eventos de medio fondo y fondo del Atletismo, la Natación, el Remo, el Ciclismo de ruta, etc.

Resistencia de corta duración: Esta se desarrolla con un tiempo de trabajo continuo desde los 3 minutos hasta los 10 minutos de duración.

Resistencia de media duración: Se desarrolla realizando ejercicios de forma continua que tengan una duración entre 10 y 30 minutos.

Resistencia de larga duración: Este tipo de resistencia se desarrolla con actividades físicas de forma continua que tengan una duración mayor a los 30 minutos.

Es recomendable aclarar que cada uno de los tipos de resistencia a desarrollar dependerá de las necesidades de los atletas, del deporte que practican y del nivel de preparación que posea.

Flexibilidad

La flexibilidad es la capacidad física de amplitud de movimientos de una sola articulación o de una serie de articulaciones. Si queremos medir la flexibilidad

tendremos que valorar esta amplitud de movimientos. Para ello existen una serie de métodos y pruebas que no terminan de satisfacer plenamente.

La flexibilidad puede ser estática o dinámica. Sobre esta última no se ha podido establecer una definición ni unas mediciones rigurosas, si bien ha sido asociada con la oposición o resistencia al movimiento de las articulaciones. (Hubley-Kozey Ch. L., 1995).

Según Helver Villalobos Gutiérrez en su libro Manual para Educación Secundaria en la página 39, Es la facilidad para realizar movimientos con todas las partes articuladas del cuerpo (codo, rodilla, columna) en todas direcciones posibles. Se desarrolla esta cualidad con ejercicios de flexiones y extensiones (dinámicas y estáticas), con estiramientos de segmentos óseos, torsiones del cuerpo y elongaciones. Se practica de una a dos veces al día.

La flexibilidad y elasticidad es conseguida con ejercicios de estretching, gimnasia de estiramiento y elongaciones.

Todas las cualidades físicas se relacionan para su desarrollo. Por ejemplo entre las descritas, que son las principales, la resistencia es la base de la preparación para la fuerza, la fuerza es la base para la velocidad, la flexibilidad facilita el desarrollo de la velocidad y la resistencia en la interrelación de todas las cualidades, basan el rendimiento máximo de un atleta.

Un serio problema que tiene la flexibilidad a la hora de ser estudiada es la cantidad de factores, a veces muy complejos, por los que se ve afectada. Así concurren en ella en primer lugar la capacidad de las unidades músculo-tendinosas para estirarse y las restricciones físicas de cada articulación. (Hubley-Kozey Ch. L., 1995) Hay más factores que inciden y se estudian como son el sexo, la edad, el nivel de crecimiento, la práctica deportiva y el entrenamiento. Muchos autores dan por supuesto que cada articulación es independiente en su medida, mientras otros buscan pruebas que traten de medir la flexibilidad global del cuerpo.

Respecto a los tipos de estudio vemos que abundan los que tratan sobre las capacidades físicas, entre ellas la flexibilidad, en practicantes de diversos deportes, en distintas edades, tratando de ver su mayor o menor incidencia en la práctica y en el

rendimiento deportivo. También los hay sobre la validez de las pruebas y test de medición y sobre la influencia en las lesiones deportivas.

Es el objetivo de este artículo examinar el estado actual de las investigaciones sobre flexibilidad en las edades escolares viendo cómo y para qué se ha utilizado la medición de esta capacidad física y qué conclusiones se han sacado.

a. Factores que afectan la flexibilidad

La flexibilidad es influenciada por diversos factores, entre los cuales se incluyen los siguientes:

El sexo desempeña un papel importante en la flexibilidad. Característicamente, las mujeres son más flexibles que los hombres (Anderson, 1991).

Se ha observado que las niñas que se encuentran en la edad de colegio primario son superiores a los niños respecto de la flexibilidad, y es probable que esta diferencia se mantenga durante la vida adulta. Los investigadores han hallado que los niños de colegios primarios se vuelven menos flexibles a medida que crecen, alcanzando un punto bajo entre los 10 y los 12 años. La flexibilidad normalmente mejora a partir de este punto, pero nunca se vuelve a obtener el nivel alcanzado en la niñez (Hedrick, 1992).

La flexibilidad se incrementa con el calor y se reduce con temperaturas bajas. Diversos estudios han mostrado que los individuos físicamente activos son con frecuencia más flexibles que los individuos inactivos. Esto se debe a que el tejido conectivo tiende a volverse menos flexible cuando es expuesto a un ROM limitado, lo cual podría ser observado en aquellas poblaciones con estilo de vida sedentario. La reducción en el nivel de actividad resultará en un incremento en el porcentaje de grasa corporal y en una reducción en la flexibilidad del tejido conectivo. Además, el incremento de los depósitos de grasa alrededor de las articulaciones provoca la obstrucción del ROM. (Hedrick, 1992).

b. La flexibilidad es específica de las articulaciones

Se debe señalar que la flexibilidad es por lo general altamente específica de la articulación que está siendo evaluada. Es posible tener un alto nivel de flexibilidad en una articulación y un limitado ROM en otra. Debido a esto, la realización de una única

evaluación de la flexibilidad como medida de la flexibilidad general es un procedimiento de escasa validez (Anderson, 1991).

c. Tipos de estiramiento: Elástico y plástico

Existen dos tipos de estiramiento: el estiramiento elástico y el estiramiento plástico. Un estiramiento elástico es una acción como de resorte en la cual el tejido conectivo, luego de sufrir un alargamiento durante el estiramiento, recupera su longitud normal al eliminarse la carga. Como resultado, el estiramiento elástico es una condición temporal. En contraste, la elongación que ocurre durante un estiramiento plástico se mantiene, incluso luego de eliminar la carga.

El músculo solo tiene propiedades elásticas. Sin embargo, los ligamentos y los tendones tienen propiedades tanto elásticas como plásticas. Cuando el tejido conectivo es estirado, parte de la elongación ocurre en los elementos elásticos y parte en los elementos plásticos del tejido. Cuando se elimina el estiramiento, la deformación elástica se deshace, pero la deformación plástica se mantiene.

Obviamente, las técnicas de estiramiento deberían ser diseñadas principalmente para producir una deformación plástica ya que el objetivo es un incremento permanente del ROM. Cuando se realizan estiramientos, la proporción de deformación elástica y plástica puede variar dependiendo de cómo se realice el entrenamiento de la flexibilidad y bajo que condiciones se realice el mismo. Realizar estiramientos hasta el punto en que se siente un ligero discomfort, manteniendo la posición durante cierto tiempo y estirando solo cuando se han realizado actividades para elevar la temperatura central ayudarán a que se produzca el estiramiento plástico (Hedrick, 1992).

Antecedentes de la investigación

Ruiz, Et. Al. (1991) , Presenta un trabajo realizado en 1988 por Tamotsu Nishida, en el que éste comparaba los resultados obtenidos en el Test de Motivación de Logro para el Aprendizaje en Educación Física (AMPET) por escolares japoneses (n= 3.346), estadounidenses (n= 478), canadienses (n= 382) e ingleses (n= 356). En este estudio, los resultados se han relacionado con los obtenidos con una muestra de 370 escolares españoles de entre 9 y 12 años, matriculados en centros públicos de las comunidades de Madrid y Valencia. El análisis comparativo de los resultados de las distintas subescalas que componen el test AMPET en su formato original de 68 ítems ha mostrado que existen diferencias entre los distintos países. Además, la diversidad de perfiles «motivacionales» que los dos géneros manifiestan hacia la Educación Física no presenta grandes variaciones en función de la cultura. Se analizan también las posibles consecuencias de dichas diferencias y el papel de la cultura en las mismas, y se hace hincapié en el actual desarrollo de esta materia escolar en el contexto español.

Ruiz, Graupera y Gutiérrez (1997 -1999) El objetivo del estudio es analizar la estructura factorial y la consistencia interna de la versión española del test AMPET realizado por Nishida. El cuestionario fue aplicado a 432 escolares de ambos sexos en edades de 9 a 12 años. De instituciones educativas de la ciudad de Madrid y Valencia revelando la existencia de 3 factores. La base interna (Alpha de Cronbach) de los tres factores fueron de, compromiso 86, competencia 82 y ansiedad 87 para cada uno de ellos. Los análisis diferenciales mostraron la relación entre el sexo y la edad. Se aplicó el Test AMPET a los escolares participantes en dicho estudio. La aplicación del instrumento se realizó en el aula, fue presentado por uno de los colaboradores de dicha investigación, no detectándose problemas de interpretación o comprensión destacables. El instrumento muestra, además, una buena calidad psicométrica (alta fiabilidad y adecuada validez de constructo) con un reducido número de ítems, que lo hacen fácilmente aplicable en el contexto escolar.

Este estudio confirma que los profesores son capaces de detectar a los sujetos con dificultades si se les ofrece un instrumento de fácil empleo, lo cual favorecerá la posibilidad de una intervención más temprana. Los profesores son capaces de detectar a los escolares con PECM en todos los tramos de edad.

Poth (2004), *La Motivación*; esta investigación, servirá para aclarar definiciones básicas que emplearemos en el desarrollo de nuestra investigación, tales como Motivo o lo que impulsa a una persona a actuar en determinada forma o, cuando menos, a desarrollar una propensión para un estímulo externo, o bien puede generarse internamente en los procesos fisiológicos y de pensamiento del individuo. La organización considera que la motivación es un factor importante para la realización de sus labores cotidianas.

Uribe (2005), *Teorías de la motivación*; según Uribe, para contrarrestar las características de los seres humanos será necesario motivarlos a trabajar mediante incentivos que recompensen a quienes cumplan mejor con las metas encomendadas y castiguen a quienes no cumplan, mediante una serie de sanciones.

El objetivo principal de este trabajo ha sido aportar un marco teórico genérico de referencia de la motivación en el trabajo de las organizaciones actuales. La motivación laboral debe ser un compromiso entre dos partes: El trabajador y la organización es más interesaría que sea un compromiso a largo plazo.

Quevedo-Blasco (2009), Presenta un estudio de análisis de la motivación en la práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes. Desde las áreas aplicadas del control y el aprendizaje motor (dentro del área específica del “Comportamiento Motor”), surge la importancia de conocer y comprender las diferentes estrategias de selección de contenidos en el ámbito escolar con el objetivo de despertar el interés de los adolescentes por las actividades físico-deportivas dentro y fuera del aula. En el presente trabajo se analizan tres factores relacionados con la variable “motivación” en una muestra de 293 adolescentes. El objetivo principal es analizar la motivación del alumnado mediante el estudio de los contenidos curriculares más relevantes para trabajar en los centros educativos, la predisposición de los alumnos hacia la práctica físico-deportiva (dentro y fuera del ámbito escolar) y la autopercepción de las competencias motrices que éstos poseen. Teniendo en cuenta este análisis, el profesional docente se asegura que sus alumnos adquieran un adecuado aprendizaje motor y vean incrementada la probabilidad de realizar práctica físico-deportiva en su tiempo libre. Atendiendo a los resultados encontrados, el 34% no realiza ningún tipo de actividad físico-deportiva en su tiempo libre, principalmente porque no disponen de ese tiempo (22%), porque tienen poco interés (15%) o porque no les gusta realizarla (7%).

Instituto Costarricense de Electricidad (2005), El poder de la motivación; en esta investigación, se explican las etapas de ciclo motivacional bajo el enfoque de la satisfacción necesidades, así la primera etapa es la homeostasis, es decir, el momento en que el organismo humano está en estado de equilibrio, luego viene el estímulo, es cuando aparece un estímulo y genera una necesidad, esta necesidad insatisfecha aún, provoca un estado de tensión, y el estado de tensión produce un impulso que da lugar a un comportamiento o acción que, se dirige a satisfacer dicha necesidad y alcanzar el objetivo satisfactoriamente.

Jiménez (2004), Motivación, trato de igualdad, comportamientos de disciplina y estilos de vida saludables en estudiantes de educación física en secundaria, En su tesis doctoral presentada en la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Extremadura, se realiza un análisis de las relaciones existentes entre diferentes elementos motivacionales, el trato de igualdad en función del género que transmite el docente, los comportamientos de disciplina y los estilos de vida saludables de estudiantes de Educación Física, con el fin de comprender los mecanismos motivacionales y los procesos de enseñanza-aprendizaje que suceden en el aula, así como la percepción de estas variables por los docentes en secundaria.

Moreno (2008), Un estudio experimental de las diferencias por género en la percepción de competencia a partir de la cesión de responsabilidad en las clases de educación física; este estudio experimental presentado en la Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia, España. En este estudio se trata de explicar cómo afecta el dominio de competencia, tanto a chicos como a chicas, es importante señalar el bagaje cultural y social representado por cada uno de ellos. Identificar el grado de responsabilidad del alumno en la evaluación, centrada en el educador y la autonomía del alumno. as chicas del grupo experimental en la toma post en la relación entre el papel que las alumnas percibían en la cesión de responsabilidad de la evaluación y la percepción de competencia deportiva, mientras que antes de aplicar el programa de intervención no se encontró ninguna correlación.

Martínez (2009), Los test de aptitud física como núcleo de la evaluación de la condición física. Análisis comparativo de la opinión de alumno y profesorado en educación secundaria. Este trabajo de investigación presentado en la Universidad de Jaén, Andalucía, España. Tiene como objetivo comprobar la correlación existente entre la opinión del profesorado y el alumno con respecto la evaluación de la actitud física. Se da a notar que el profesor y alumno coinciden en que la aplicación de

pruebas de actitud física es un método de evaluación de las capacidades físicas que ayuda al estudiante a superarse a si mismo. Mediante estas pruebas el alumno incrementa notablemente el conocimiento de su estado de forma física.

Problema de investigación

¿Cómo la motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física se relaciona con las capacidades motrices en estudiantes de la Institución Educativa Pública General Prado del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009?

Causa del problema: a) desconociendo al deporte como un medio para forjar el carácter, la disciplina, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas lo cual beneficia el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana por que solo se acepta como un enfoque estético. b) Dejar de lado el componente motivador aplicado por el docente en las Instituciones educativas y su consecuente influencia sobre el desarrollo de capacidades motrices en los alumnos de las Instituciones Educativas Estatales, posiblemente - es materia de esta investigación - tenga su correlación en la actitud hacia la vida que adoptan los alumnos, el modo en que realizan las actividades así como en el nivel de esfuerzo que aplican para cumplir con las tareas de la misma. c) Finalmente, el alejamiento de la práctica deportiva, el bajo nivel de motivación aplicado y la falta de capacidades motrices desarrolladas es probablemente una de las causas de graves problemas sociales que son de gran impacto como el incremento de la delincuencia, consumo de drogas, violencia, inicio temprano de la vida sexual, entre otros .

Vivimos en una época que ha evolucionado tanto, como el creciente comercio internacional, La globalización para integrar países y afrontar en conjunto los problemas, existen sistemas de comunicación cada día más perfeccionados, Conflictos bélicos, Conflictos étnicos, desigualdad en los ingresos y en el crecimiento del nivel de vida de la población, una sociedad que cada día acrecienta el estrés en la población al tratar de competir y sobresalir dentro de esta sociedad,, pero nos preguntamos ¿como nuestros estudiantes adolescentes aun afrontan esta situación actual? Si para nosotros como profesores nos es difícil y estresante cumplir con nuestro hogar, y sobre todo con nuestro rol como docentes capacitarnos,

actualizarnos, trabajar en más de dos instituciones, preparar programaciones anuales, sesiones de clases para desenvolvernos mejor en esta sociedad competitiva

Hoy en día el área de educación física presenta juegos lúdicos que fomentan la competición y estimulan la conducta deportiva, se usan a menudo como medio para posibilitar a los estudiantes la comprensión y la práctica de las habilidades físicas de modo que eleven su nivel de salud y bienestar. De acuerdo con esto las personas manifiestan una motivación hacia el logro que se expresará en el aprendizaje, abarcando tanto su disposición emocional y la conciencia del valor de lo que van a aprender, como: la autoevaluación de sus propias competencias y el efecto de sus experiencias pasadas. De ahí que factores como la diligencia al aprender, la valoración del aprendizaje, la competencia motriz percibida o el miedo a cometer errores sean elementos que influyen en el estado motivacional de los estudiantes, lo cual, se plasma en su estructura de la motivación de logro para el aprendizaje en educación física; sin embargo, ¿Estaremos usando una buena metodología motivadora en nuestros estudiantes en el área de Educación Física? para que alcancen el éxito y eviten el fracaso, porque se observa dentro de la jurisdicción de Bellavista estudiantes con baja autoestima, no muestran interés por aprender, ni sentido y valoración del aprendizaje, tampoco curiosidad intelectual, autoevaluación de su competencia y de experiencias pasadas de éxitos y fracasos, violentos, ansiosos, sin proyecciones en el futuro.

Objetivos y/o Hipótesis

Objetivos

Objetivo general

1. Determinar la relación de la motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física y capacidades motrices en estudiantes de quinto grado de educación secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009.

Objetivos Específicos

1. Determinar la relación del compromiso y entrega en el aprendizaje y capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009.

2. Determinar la relación de la competencia motriz percibida y capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009.

3. Determinar la relación de la ansiedad ante el error y las situaciones de estrés y capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009.

Hipótesis

Hipótesis general

Existe relación entre la motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física y capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009.

Hipótesis específicas

Existe relación entre el compromiso y entrega en el aprendizaje y capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009.

Existe relación entre la competencia motriz percibida y capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009.

Existe relación entre la ansiedad ante el error y las situaciones de estrés y capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una Institución Educativa Pública del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009.

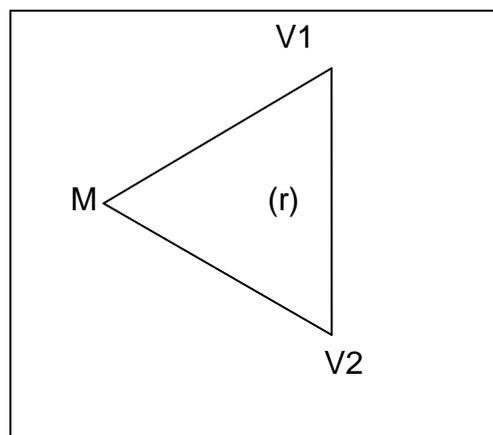
MÉTODO

Tipo y diseño de investigación

La presente investigación es de tipo descriptivo - correlacional. Es descriptivo por cuanto se va a medir y analizar cada una de las variables de estudio, ya que “Los estudios descriptivos pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a los que se refieren” (Hernández, R. 2003:119). Es correlacional porque pretende hallar la relación que existe entre las dos variables del problema; es decir, “miden el grado de relación entre esas dos o más variables (cuantifican relaciones” (Hernández R., 2003, p. 120).

El diseño de la investigación es no-experimental, correlacional. Ya que describir características de un conjunto de unidades de estudio y no manipula las condiciones de la investigación.

El enfoque del diseño supone relación de las variable1 sobre la variable2, según el siguiente diagrama:



Donde:

M= Muestra.

V1, V2= Observación de las variables.

- Motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física
- Desarrollo de capacidades motrices

R = relaciones entre variables.

Variables

Identificación de variables

Las variables sustantivas en la investigación son las siguientes:

- Motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física
- Desarrollo de capacidades motrices.

Definición de variables

Variable 1: Motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física.

Variable 2: Desarrollo de capacidades motrices.

- Indicadores

Variable X = Motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física.

Indicador	Código
Motivación con orientación hacia los objetivos	MOO
El compromiso y entrega en el aprendizaje	MEA
La competencia motriz percibida	CMP
La ansiedad ante el error	AAE

Variable Y = Desarrollo de capacidades motrices

Indicador	Código
Fuerza	F
Resistencia	R
Velocidad	V
Flexibilidad	Flex

Operacionalización de Variables

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	N° ITEMS
<p>Variable 1</p> <p>Motivación aplicada en Educación Física</p> <p>Es la acción de los estudiantes con el deseo de ejecutar acciones motrices de manera exitosa, sentir satisfacción cuando lo logran y trazarse metas de superación personal, tratando de ser cada vez mejores</p>	Compromiso	Compromiso y entrega en el aprendizaje	1,4,7,9,11,14,17,19,22,24,26,28,30,32,34	37
	Competencia	Competencia motriz percibida	2,6,12,16,20,19,36	
	Ansiedad	Ansiedad ante el error y las situaciones de estrés	3,5,8,10,13,15,18,21,23,25,27 31,33,35,37	
<p>Variable 2</p> <p>Desarrollo de capacidades motrices</p> <p>Las capacidades Motrices son particularidades individuales de cada persona que, al mismo tiempo, son condiciones para realizar con éxito una actividad y revelan las diferencias en el dominio de los conocimientos, habilidades y hábitos necesarios para ella.</p>	Velocidad	Carrera 20 metros	Correr 20 Metros en su Máxima velocidad	7
	Fuerza	Planchas	Cantidad máxima en un minuto de trabajo	
		Abdominales	Cantidad máxima en un minuto de trabajo	
		Fuerza lumbar	Cantidad máxima en un minuto de trabajo	
	Flexibilidad	Salto sin impulso	La mayor distancia sin impulso	
Test Sit reach		Sentado buscar la mayor flexo elasticidad del cuerpo		
Resistencia	Test de Cooper	Correr 12 minutos la mayor distancia		
Total de Ítems				44

Participantes

Población.- Se encuentra constituida por los estudiantes de 5to. Año de Educación Básica Regular de la Institución Educativa Pública General Prado del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009.

Total de estudiantes que conforman las Unidades de Análisis: 375 estudiantes

Muestra.- Se aplicará el muestreo irrestricto aleatorio para proporciones para seleccionar de forma probabilística la muestra representativa.

$$\text{Fórmula: } n = \frac{\frac{Z^2 PQ}{E^2}}{1 + \frac{1}{N} \left(\frac{Z^2 PQ}{E^2} - 1 \right)}$$

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0 - 1}{N}} \quad n_0 = \frac{Z^2 PQ}{E^2}$$

Donde:

N: Población muestreada del estudio (N=375)

P: Proporción de éxito

q: 1 - P = complemento de P

Z: Coeficiente de confiabilidad al 90% igual a 1.64

E: Máximo error permisible en la investigación e = 0.095 (9.5%)

Aplicando la fórmula tenemos los siguientes resultados:

$$n = \frac{220}{1 + \frac{220 - 1}{375}} = 139.08$$

$$n = 140$$

Finalmente se seleccionó una muestra de 140 estudiantes para el presente estudio.

Instrumentos de investigación

Los instrumentos de medición, recolección y tratamiento de información que emplearemos son los siguientes:

- a. Prueba de Actitud sobre motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física.- Este instrumento se empleó para determinar la actitud de los estudiantes respecto a las diferentes formas de motivación a las que pueden estar sometidos, tomando en cuenta los tipos analizados; sus resultados podrán ser cuantificados; este instrumento será diseñado, aplicado y calificado siguiendo un mismo procedimiento (Escala de Likert).
- b. Prueba de desarrollo de capacidades motrices.- Este instrumento permitirá evaluar el nivel de desarrollo de Capacidades motrices en los estudiantes que conforman las unidades de análisis; este instrumento será aplicado y calificado con un mismo procedimiento (Escala de Likert). Esta prueba se construirá en base a las recomendaciones y fundamentos planteados por Ricardo Quintasi Villarroel (2006).

Validez del instrumento

La validación de los instrumentos de la presente investigación se realizó en base al marco teórico de la categoría de “validez de contenido”, utilizando el procedimiento de juicio de expertos calificados que determinaron la adecuación de los ítems de los respectivos instrumentos, obteniéndose una calificación de: 82.9%

Validación de instrumentos por “Juicio de expertos”

Expertos	Motivación de logro	Desarrollo de capacidades motrices
1. Mg. María Rodríguez	75%	75%
2. Mg. Piero Zaldívar Cuya	77.5%	77.5%
3. Mg. Josefa Silva Calderón	80%	80%
4. Mg. Gladys Sánchez Huapaya	87%	87%
5. Mg. Juan Barrera Laos	95%	95%
Puntaje Promedio	82.9%	82.9%

Al presente cuestionario se le otorgó validez mediante la evaluación de 5 jueces o expertos en el tema, los 37 ítems fueron calificados a los que se les asignó el valor de 1 si el juez está de acuerdo y 0 si no lo está. Finalmente alcanzaron valores superiores a 0.8 los 37 ítems tal como consta en la siguiente tabla: Tabla 1 Anexos

Confiabilidad del instrumento

Para determinar el grado de confiabilidad del instrumento sobre la motivación de logro y el desarrollo de capacidades motrices se utilizó el coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach teniendo en cuenta su estructura, obteniéndose el coeficiente Alfa de Cronbach de la variable determinándose que la medición ha dado como resultado un nivel de confiabilidad aceptable para realizar una medición objetiva en la presente investigación.

Tabla N 2
Estadísticos de fiabilidad global

Alfa de Cronbach
.851

Tabla N 3
Estadísticos de fiabilidad específicos

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Capa. Motrices	15.89	4.505	.889	.768
Motivación	15.71	4.536	.701	.809
Compromiso	15.79	4.885	.645	.825
Competencia	16.19	4.833	.510	.865
Ansiedad	16.13	4.674	.624	.831

Procedimientos

Técnicas de recolección de datos

a. Técnica de revisión documental.- Esta técnica permitirá a través de la revisión de documentos obtener información referente a algunos indicadores de las variables.

b. Técnica de aplicación de pruebas.- Permitted aplicar correctamente la prueba de actitud en escala de Likert y la prueba de desarrollo de capacidades motrices a ser aplicadas en escala de Likert .

c. Se pidió la colaboración de los docentes del Área de Educación Física para la aplicación de las pruebas, concientizando uno a uno a los colegas sobre la seriedad de los resultados de la investigación, su colaboración fue responsable y eficaz.

Tratamiento Estadístico

Medidas Descriptivas

a. De tendencia central

Se utilizarán la Media, la Mediana y la Moda.

b. De dispersión

Se emplearán, la Desviación Estándar y la Varianza.

Medidas de asociación o correlación

Se aplicaran medidas de correlación, y a fin de validar o descartar las hipótesis específicas se ejecutará una prueba de significación estadística.

- a. Coeficiente r de Spearman.- Su valor nos dirá si existe asociación o disociación, es decir si la variable 1 se relaciona con la variable 2

EL TEST AMPET - MOTIVACIÓN DEL LOGRO PARA EL APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FÍSICA

I. FICHA TÉCNICA:

- Nombre de la prueba : El Test AMPET. Motivación de logro Para el Aprendizaje en Educación Física.
- Autores : Tamotsu Nishida.
- Procedencia : Versión original Japonesa (1991).
- Estandarización : Versión Española (Ruiz, Graupera, Contreras, Nishida)
- Administración : Colectiva.
- Duración : Variable (promedio 30 minutos).
- Aplicación : Escolares entre los 9 y 12 años.
- Significación : Evalúa tres dimensiones.
-Compromiso entrega en el aprendizaje.
-Competencia motriz percibida.
-Ansiedad ante el error y las situaciones de estrés.
- Adaptación : Versión Peruana.
(Arista, Ruiz, Grupera, Conteras, Nishida).
- Aplicación del Maestría : Escolares entre lo 15 y 18 años.
- Calificación : Según los Ítems para cada dimensión se suman los puntajes alcanzados en la escala de likert.
- Confiabilidad : Método de consistencia interna (alpha de Cronbach) Para la motivación, 0.80 y las tres dimensiones fueron: 0.82, 0.86.0.83 para cada una de ellas.
 - Validez : Los resultados de los puntajes del test AMPET con la Ficha de capacidades motrices de correlación R de SPERMAN arroja los resultados de correlación.

Motivación	Capacidades Motrices	R= 0.762
Compromiso		R= 0.703
Competencia		R= 0.591
Ansiedad		R= 0.680

FICHA DE OBSERVACIÓN – DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES MOTRICES

I. FICHA TÉCNICA

- Nombre de la prueba : Test Desarrollo de las Capacidades Motrices
- Autores : Ricardo Quintasi Villarroel.
- Procedencia : Instituto Superior de Cuzco Perú
- Año : 2006
- Estandarización : Edic. Revisada, Ricardo Quintasi Villarroel, Lima.
- Administración : Individual/colectiva.
- Duración : 3 horas
- Aplicación : Adolescentes (5^{to} Secundaria) 15 – 18 años.
- Significación : Evalúa
-Fuerza
-Velocidad
-Resistencia
-Flexibilidad
- Aplicación del Maestría : Escolares entre los 15 y 18 años
- Calificación : Según los Ítems para cada dimensión se suman los puntajes alcanzados en la Escala de Likert.
- Confiabilidad : Método de consistencia interna (Alpha de Cronbach)
Para las Capacidades Motrices, 0.77
 - Validez : Los resultados de los puntajes del test Capacidades Motrices con el test de AMPET de correlación R de SPERMAN arroja los resultados de correlación.

Capacidades Motrices	Motivación	R = 0.762
	Compromiso	R = 0,703
	Competencia	R = 0,591
	Ansiedad	R = 0,680

MUESTRA PILOTO

- Aplicación : Adolescentes (5^{to} Secundaria) 15 – 18 años.
- Lugar : Institución Educativa Publica General Prado
. Bellavista Callao
- Tamaño de muestra : 37 alumnas
- Aplicación del Maestría : Escolares entre los 15 y 18 años
- Calificación : Según los Ítems para cada dimensión se suman los puntajes alcanzados en la Escala de Likert.
- Confiabilidad : Método de consistencia interna (Alpha de Cronbach)
Para las Capacidades Motrices, 0.556.
Para la Motivación, 0.564.
 - Validez : Los resultados de los puntajes del test Capacidades Motrices con el test de AMPET de correlación R de SPERMAN arroja los resultados de correlación.

Capacidades Motrices	Motivación	R = 0.936
	Compromiso	R = 0,737
	Competencia	R = 0,637
	Ansiedad	R = 0,541

RESULTADO

Presentación de Tablas

Tablas descriptivas

a. Información demográfica

Tabla 1.
Características demográficas de los participantes (N=140)

Edad del alumno	f	%
15	4	2.86
16	87	62.14
17	43	30.71
18	6	4.29

Se observa que el 62.14% de las estudiantes tienen 16 años de edad, el 30.71% 17 años, el 4.19% 18 años y solo el 2.86% tiene 15 años.

b. Datos de frecuencia

Tabla 1.
Resultado del desarrollo de capacidades motrices: Velocidad en 20 mts.

Velocidad en 20m	F	%
Deficiente	10	7.14
Insuficiente	12	8.57
Suficiente	23	16.43
Bien	59	42.14
Notable	36	25.71

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 42.14% de las estudiantes presentan un buen nivel de velocidad en 20m y el 7.14% presenta un nivel deficiente.

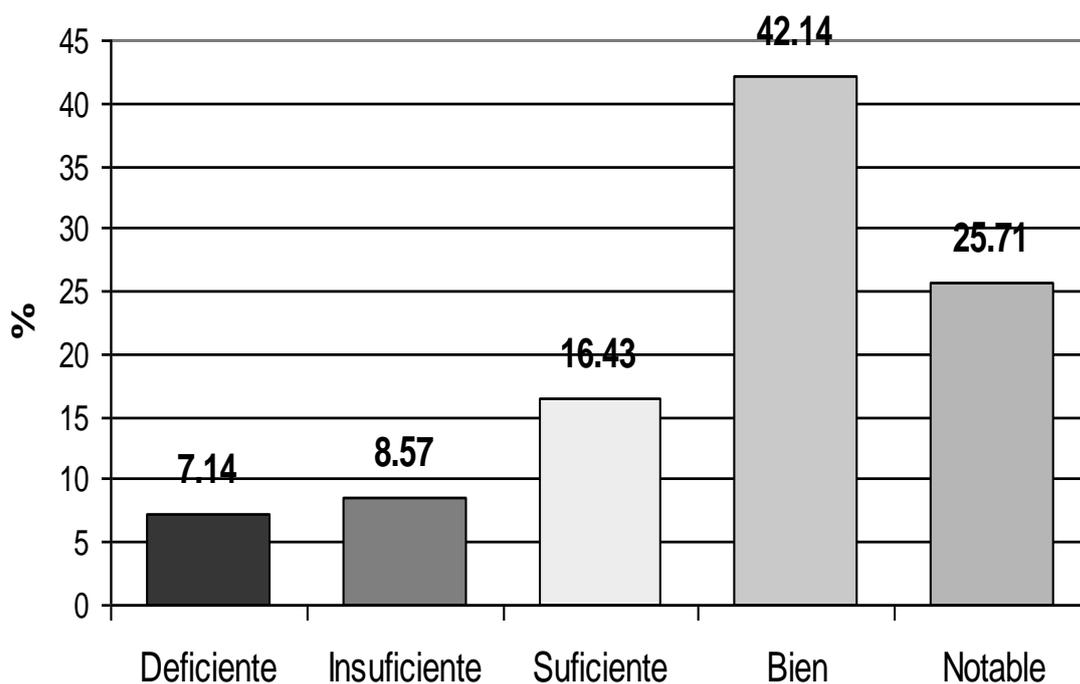


Figura 1. Velocidad en 20m

En la figura se destaca que el 42.14% de las estudiantes presentan un buen nivel de velocidad en 20m y el 7.14% presenta un nivel deficiente.

Tabla 2.

Resultado del desarrollo de capacidades motrices: Plancha máxima.

Plancha máxima	f	%
Deficiente	3	2.14
Insuficiente	1	0.71
Suficiente	17	12.14
Bien	43	30.71
Notable	76	54.29

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 54.29% de las estudiantes presentan un notable nivel en planchas y el 2.14% presenta un nivel deficiente.

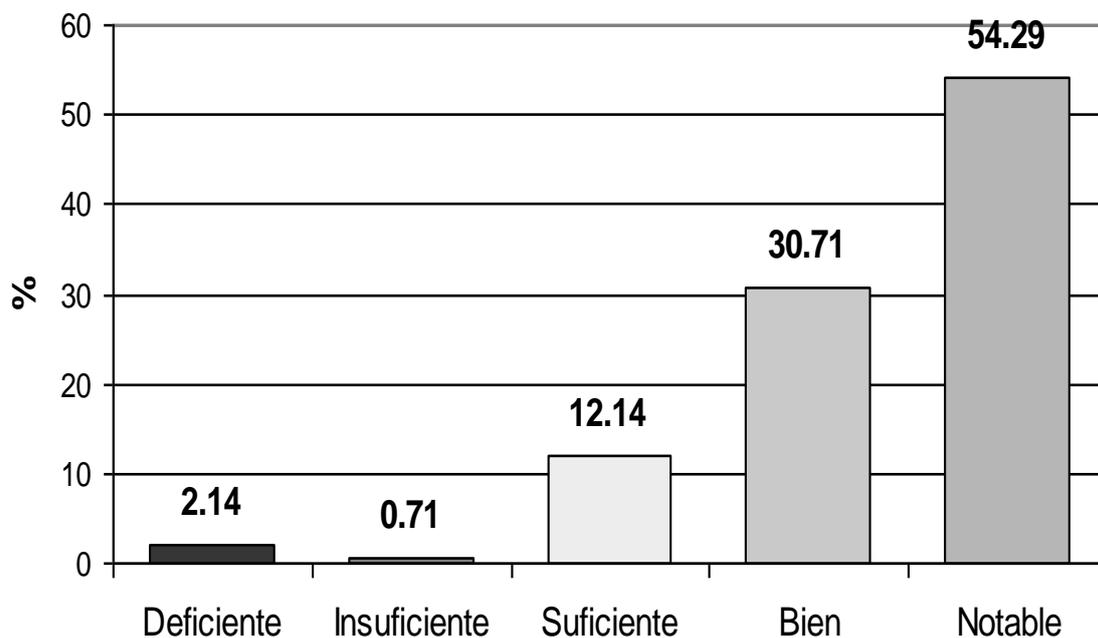


Figura 2. Plancha máxima

En la figura se destaca que el 54.29% de las estudiantes presentan un notable nivel en planchas y el 2.14% presenta un nivel deficiente.

Tabla 3.

Resultado del desarrollo de capacidades motrices: Abdominal máximo.

Abdominal máximo	f	%
Deficiente	1	0.71
Insuficiente	9	6.43
Suficiente	32	22.86
Bien	30	21.43
Notable	68	48.57

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 48.57% de las estudiantes presentan un notable nivel en abdominal máximo y el 0.71% presenta un nivel deficiente.

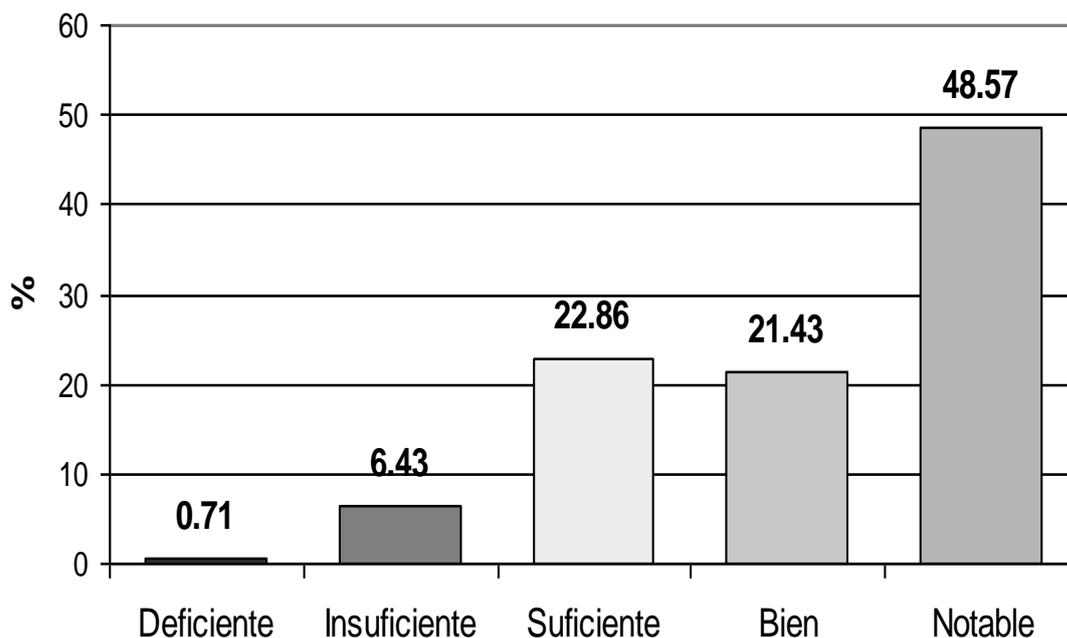


Figura 3. Abdominal máximo

En la figura se destaca que el 48.57% de las estudiantes presentan un notable nivel en abdominal máximo y el 0.71% presenta un nivel deficiente.

Tabla 4.

Resultado del desarrollo de capacidades motrices: F. Lumbar máximo.

F. Lumbar máximo	f	%
Deficiente	3	2.14
Insuficiente	1	0.71
Suficiente	21	15.00
Bien	34	24.29
Notable	81	57.86

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 57.86% de las estudiantes presentan un notable nivel en flexión lumbar máximo y el 2.14% presenta un nivel deficiente.

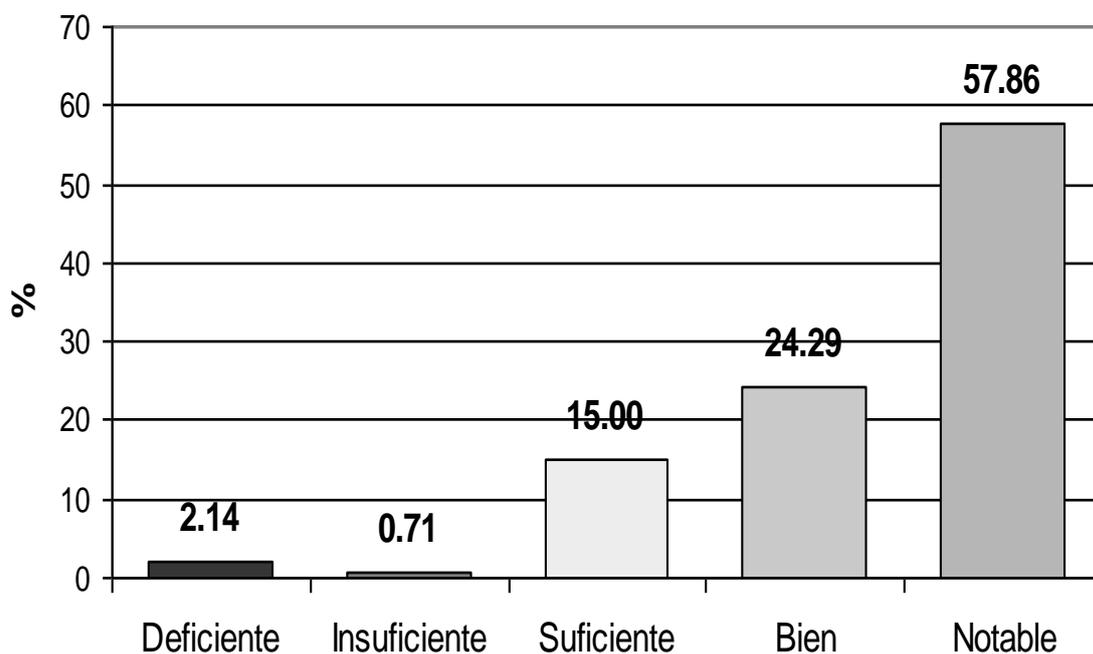


Figura 4. F. Lumbar máximo

En la figura se destaca que el 57.86% de las estudiantes presentan un notable nivel en flexión lumbar máximo y el 2.14% presenta un nivel deficiente.

Tabla 5.

Resultado del desarrollo de capacidades motrices: Salto máximo.

Salto máximo	F	%
Deficiente	1	0.71
Insuficiente	5	3.57
Suficiente	36	25.71
Bien	34	24.29
Notable	64	45.71

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 57.86% de las estudiantes presentan un notable nivel en el salto máximo y el 0.71% presenta un nivel deficiente.

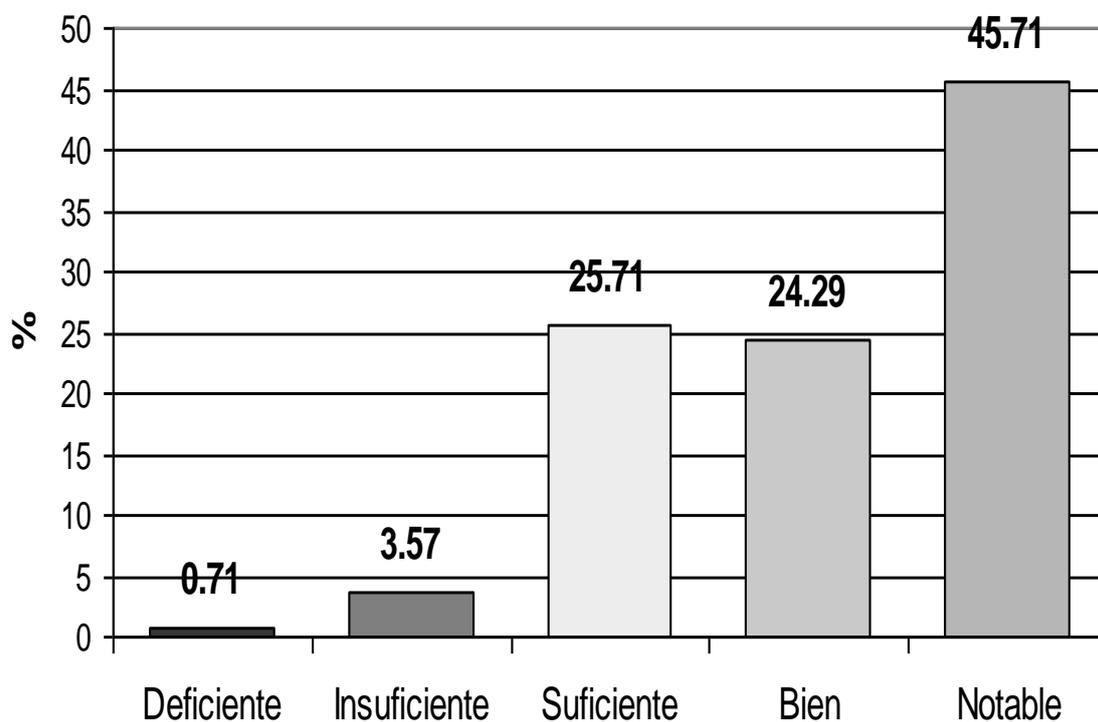


Figura 5. Salto máximo

En la figura se destaca que el 45.71% de las estudiantes presentan un notable nivel en el salto máximo y el 0.71% presenta un nivel deficiente.

Tabla 6

Resultado del desarrollo de capacidades motrices: Flexibilidad.

Flexibilidad	f	%
Deficiente	3	2.14
Insuficiente	9	6.43
Suficiente	38	27.14
Bien	51	36.43
Notable	39	27.86

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 36.43% de las estudiantes presentan un buen nivel de flexibilidad y el 2.14% presenta un nivel deficiente.

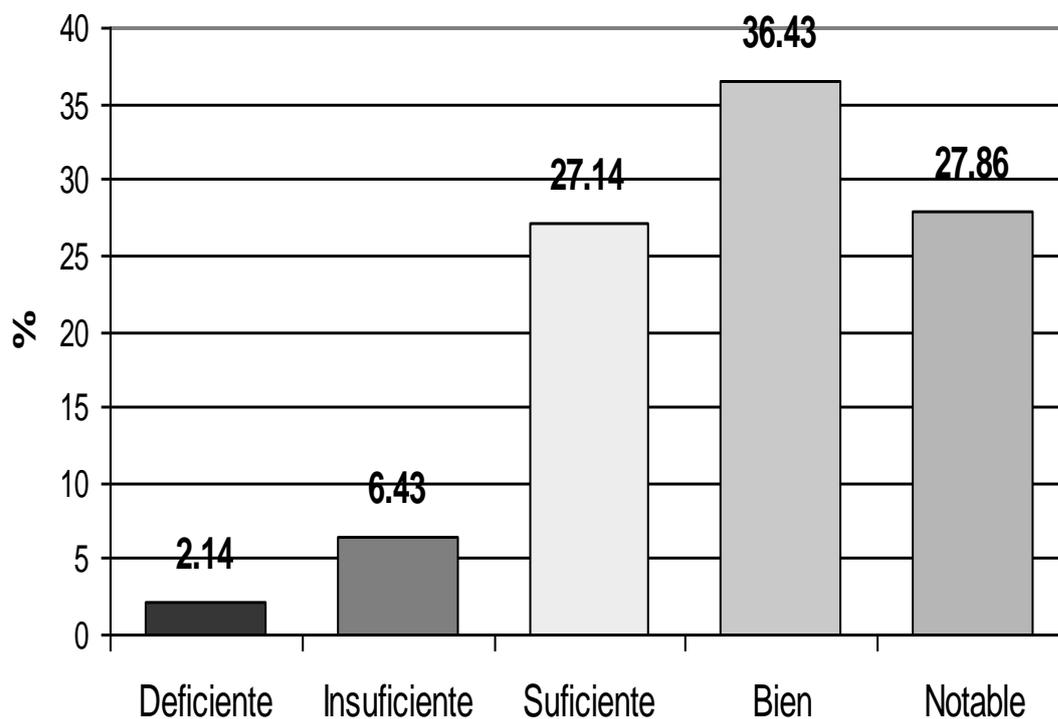


Figura 6. Flexibilidad

En la figura se destaca que el 36.43% de las estudiantes presentan un buen nivel de flexibilidad y el 2.14% presenta un nivel deficiente.

Tabla 7.

Resultado del desarrollo de capacidades motrices: Resistencia aeróbica.

Test de Cooper-resistencia aeróbica	f	%
Deficiente	1	0.71
Insuficiente	7	5.00
Suficiente	43	30.71
Bien	57	40.71
Notable	32	22.86

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 40.71% de las estudiantes presentan un buen nivel de resistencia aeróbica y el 0.71% presenta un nivel deficiente.

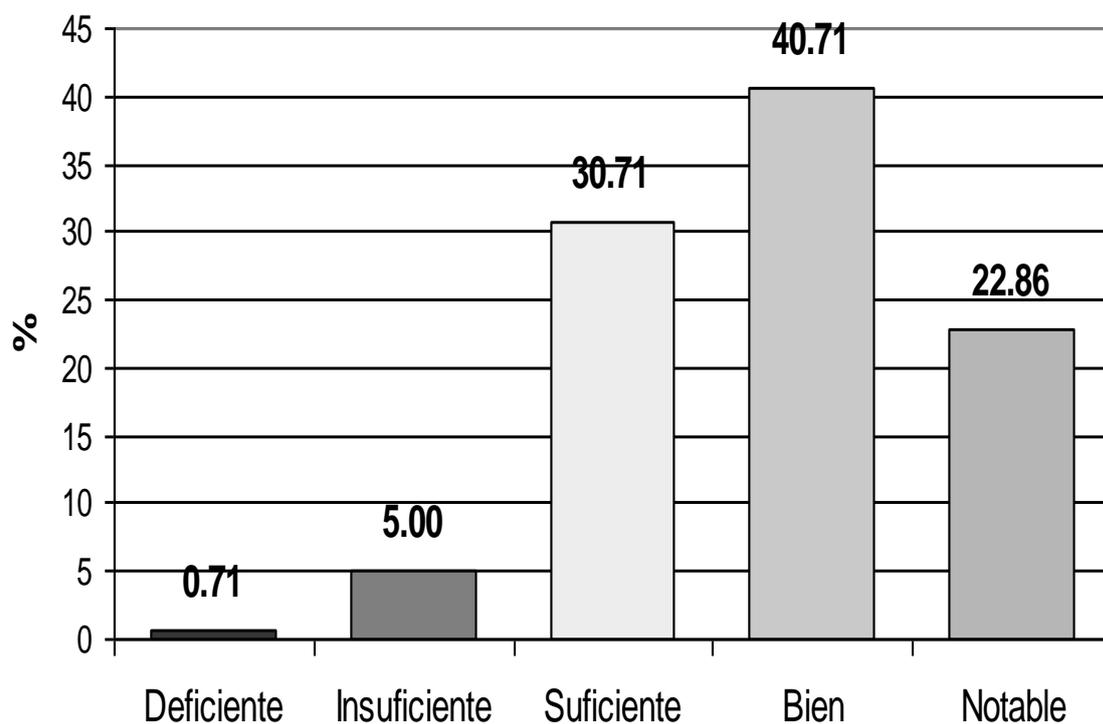


Figura 7. Test de Cooper-resistencia aeróbica

En la figura se destaca que el 40.71% de las estudiantes presentan un buen nivel de resistencia aeróbica y el 0.71% presenta un nivel deficiente.

Tabla 8.

Resultado de la Motivación.

Motivación	F	%
Indeciso	21	15
De acuerdo	68	48.57
Totalmente de acuerdo	51	36.43

Nota: N=140

La tabla se destaca que el 48.57% de las estudiantes se encuentran de acuerdo con su motivación, el 36.43 totalmente de acuerdo y el 15% se encuentran indecisos.

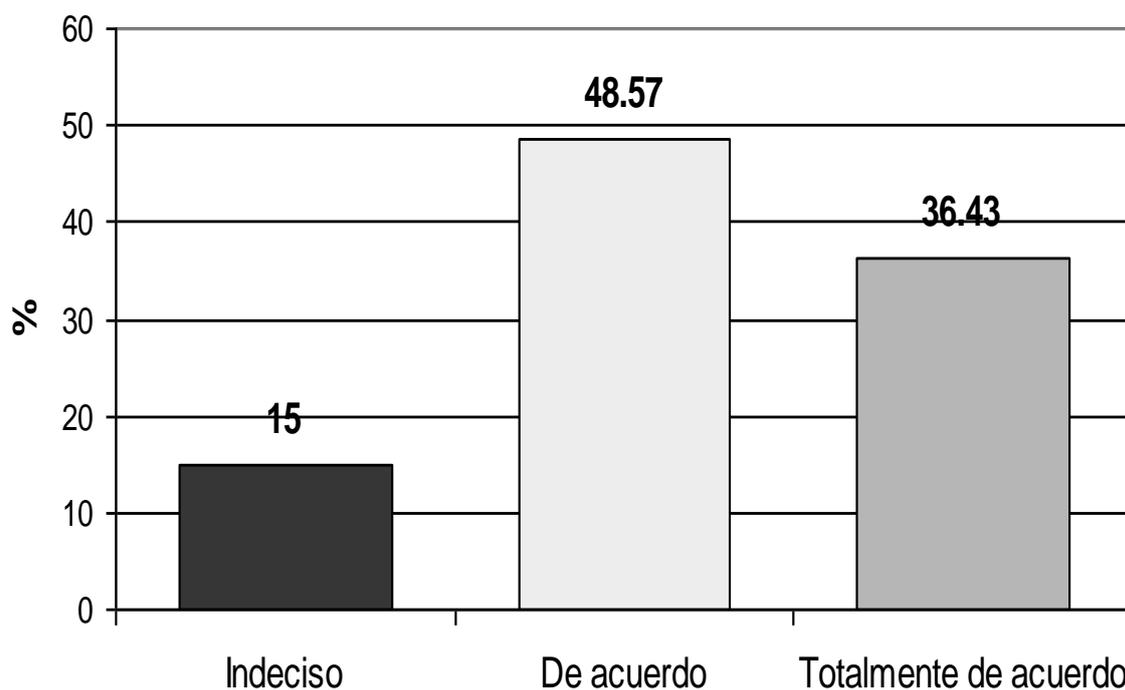


Figura 8. Motivación

En la figura se destaca que el 48.57% de las estudiantes se encuentran de acuerdo con la motivación del estudiante, el 36.43 totalmente de acuerdo y el 15% se encuentran indecisos.

Tabla 9.
Resultado del Compromiso.

Compromiso	F	%
Indeciso	19	13.57
De acuerdo	83	59.29
Totalmente de acuerdo	38	27.14

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 59.29% de las estudiantes se encuentran de acuerdo con su compromiso, el 27.14% totalmente de acuerdo y el 13.57% se encuentra indeciso.

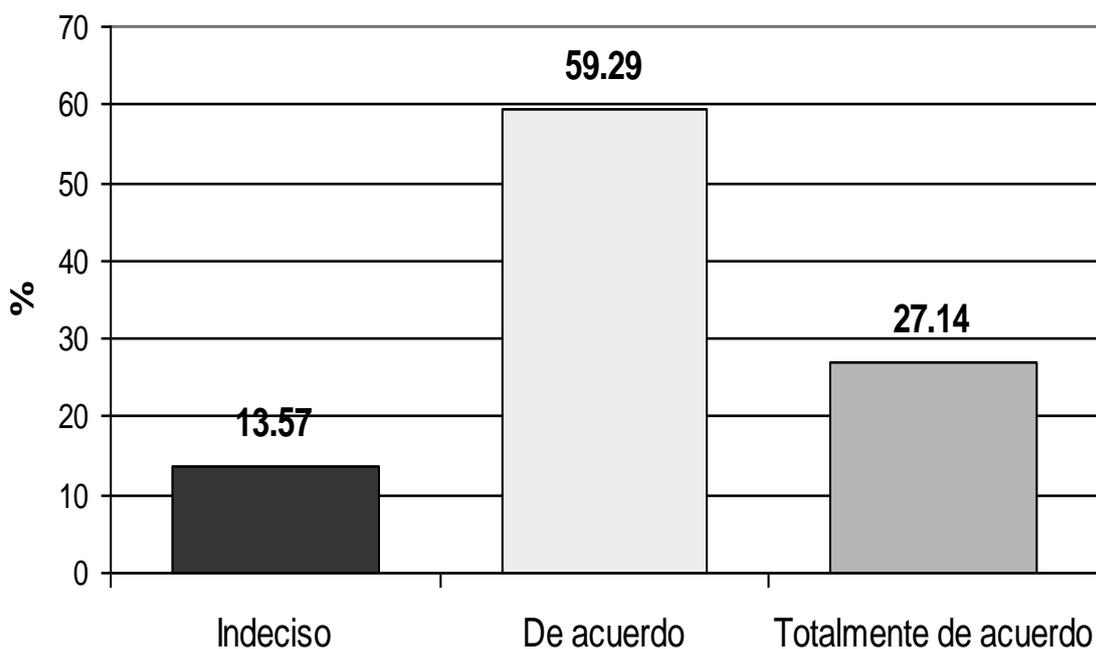


Figura 9. Compromiso

En la figura se destaca que el 59.29% de las estudiantes se encuentran de acuerdo con el compromiso del estudiante, el 27.14% totalmente de acuerdo y el 13.57% se encuentra indeciso.

Tabla 10.

Resultado de la Competencia.

Competencia	F	%
En desacuerdo	6	4.29
Indeciso	44	31.43
De acuerdo	71	50.71
Totalmente de acuerdo	19	13.57

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 50.71% de las estudiantes se encuentran de acuerdo con su competencia, el 13.57 totalmente de acuerdo, el 15% se encuentra indeciso y el 4.29% se encuentra en desacuerdo.

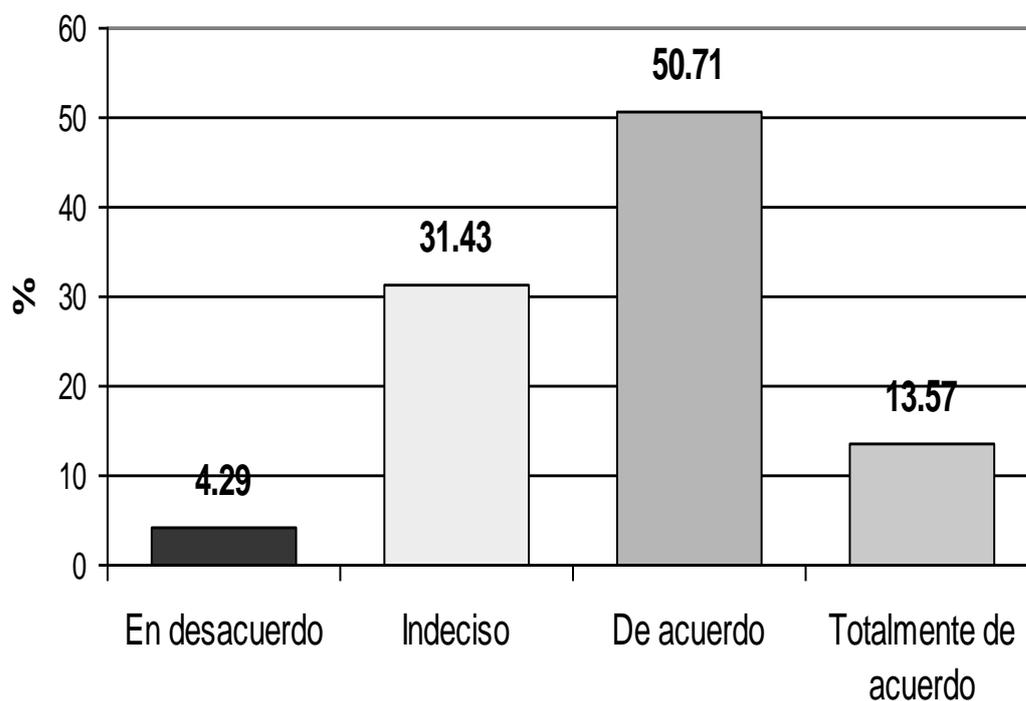


Figura 10. Competencia

En la figura se destaca que el 50.71% de las estudiantes se encuentran de acuerdo con la competencia del estudiante, el 13.57 totalmente de acuerdo, el 15% se encuentra indeciso y el 4.29% se encuentra en desacuerdo.

Tabla 11.
Resultado de la Ansiedad.

Ansiedad	F	%
En desacuerdo	3	2.14
Indeciso	42	30.00
De acuerdo	75	53.57
Totalmente de acuerdo	20	14.29

Nota: N=140

En la tabla se destaca que el 53.57% de las estudiantes se encuentran de acuerdo con la ansiedad que demuestran, el 14.29 totalmente de acuerdo, el 30% se encuentra indeciso y el 2.14% se encuentra en desacuerdo.

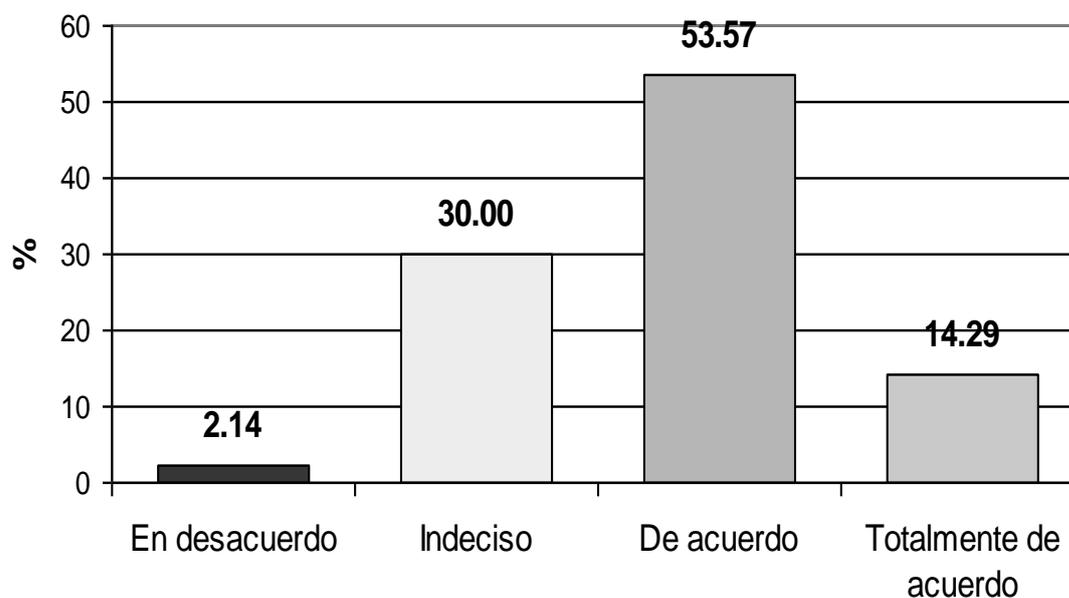


Figura 11. Ansiedad

En la figura se destaca que el 53.57% de las estudiantes se encuentran de acuerdo con la ansiedad que demuestran, el 14.29 totalmente de acuerdo, el 30% se encuentra indeciso y el 2.14% se encuentra en desacuerdo.

c. Tablas de contingencia y porcentajes observados

Tabla 12.

Resultado de las capacidades motrices según la motivación de logro

Capacidades motrices	Motivación de logro		
	Indeciso	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Suficiente	19 (13.6%)	1 (.7%)	1 (.7%)
Bien	2 (1.4%)	67 (47.9%)	23 (16.4%)
Notable	0 (.0%)	0 (.0%)	27 (19.3%)

Nota: N=140

Se observa que el 13.6% de los estudiantes tienen capacidades motrices suficientes y un nivel de motivación indecisa, el 47.9% tiene un buen nivel de capacidades motrices y se encuentra de acuerdo con la motivación del docente y el 19.3% de los alumnos tienen una capacidad motrices notable y se encuentra totalmente de acuerdo.

Tablas para estudios de correlación

Una correlación es una medida de la dirección y magnitud de la relación lineal entre dos variables. Las tablas y figuras son válidas tanto para prueba estadística de correlación de Spearman (no hay distribución de los datos) como para la prueba estadística de correlación r de Pearson (distribución normal de datos).

Tabla N°13

Matriz de correlaciones entre las capacidades motrices y la motivación

Rho de Spearman Motivación	Capacidades motrices Básicas	
Capacidades motrices	--	
Motivación	.762**	--

**P < .01

Interpretación:

En el análisis de correlación se observa que existe una correlación positiva y moderada entre las capacidades motrices y la motivación al 1% de significancia estadística.

Tabla N°14

Matriz de correlaciones entre las capacidades motrices y el compromiso

Rho de Spearman Compromiso	Capacidades motrices	
Capacidades motrices	--	
Compromiso	.703**	--

**P < .01

Interpretación:

En el análisis de correlación se observa que existe una correlación positiva y moderada entre las capacidades motrices y el compromiso al 1% de significancia estadística.

Tabla N°15
Matriz de correlaciones entre las capacidades motrices y la competencia

Rho de Spearman Competencia	Capacidades Motrices	
Capacidades motrices	--	--
Competencia	.591**	

**P < .01

Interpretación:

En el análisis de correlación se observa que existe una correlación positiva y regular entre las capacidades motrices y la competencia al 1% de significancia estadística.

Tabla N°16
Matriz de correlaciones entre las capacidades motrices y la ansiedad

Rho de Spearman Ansiedad	Capacidades motrices Basicas	
Capacidades motrices	--	
Ansiedad	.680**	--

**P < .01

Interpretación:

En el análisis de correlación se observa que existe una correlación positiva y moderada entre las capacidades motrices y la ansiedad al 1% de significancia estadística.

DISCUSIÓN

En la presente tesis se investiga la Motivación de Logro en Educación Física y el Desarrollo de Capacidades Motrices en estudiantes de una Institución Educativa Pública de la jurisdicción de la Región Callao, estudiantes del sexo femenino, a quienes se les realizó el test de AMPET y una Ficha de Observación ya mencionadas en la parte del método. Los resultados obtenidos permiten aseverar que las estudiantes tienen un buen nivel de velocidad, un notable nivel en planchas, un notable nivel en abdominal máximo, un notable nivel en flexión lumbar máximo, un notable nivel en salto máximo, un buen nivel de flexibilidad y un buen nivel de resistencia aeróbica

De acuerdo a los resultados encontrados en esta investigación se puede decir que existe una correlación entre Motivación de Logro en Educación Física y el Desarrollo de Capacidades Motrices, lo que muestra que los estudiantes presentan un adecuado desarrollo de capacidades Motrices y han convertido estas capacidades en su propia meta, el cual se refleja en los logros alcanzados.

La motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física, se caracteriza por encontrar a las estudiantes de acuerdo con su motivación, gran parte de las encuestadas se encontraron totalmente de acuerdo, presentando una tendencia positiva en su apreciación a la motivación de logro. Según López y Villalobos (2004), para encaminar el trabajo motivacional de manera efectiva en la Educación Física, el profesor necesita identificar la motivación adecuada para percibir tanto el éxito y fracaso que puedan estar presentes en sus estudiantes, lo que facilitará una orientación psicopedagógica correcta y finalmente el desempeño exitoso de los educandos en la clase. El estudio realizado por Quevedo – Blasco (2009) Presenta un estudio de análisis de la motivación en adolescentes en la práctica de actividad físico-deportiva dentro y fuera del ámbito escolar y el buen uso de su tiempo libre, un bajo porcentaje de los estudiantes disfrutaban de esta actividad.

En el estudio realizado se va encontrar una tendencia positiva ante la motivación en el desarrollo del curso de Educación Física, esto se condice que el docente tenga conciencia del escenario del aprendizaje motivacional de la diversidad cultural y la integración de los educandos.

Según el trabajo comparativo de Ruiz, Et. Al, (1991) tomado en 5 países argumenta que la Educación Física se percibe en los escolares en forma diferente según el nivel cultural y social. Los resultados se muestran similares entre los estudiantes españoles y los canadienses, con un perfil de motivación muy positiva mientras que el resto de los países muestran perfiles motivacionales menores, según los estudios es por similitud en los programas.

Sin embargo España está entre los más avanzados basados en la igualdad para estudiantes de ambos sexos, de integración étnica, cultural y social. También se debe a la capacidad de los educadores que establecen escenarios de práctica que son valorados y reconocidos por el alumno quien se cree competente en el trabajo que se le pide.

Asimismo, la correlación positiva entre la motivación del logro y capacidades motrices y la Educación Física como práctica pedagógica y educativa, es sobre todo educación del ser humano en su totalidad por medio de la motricidad, de la vivencia del cuerpo, que comprende la expresión motriz intencionada de percepciones, emociones, sentimientos, conocimientos y operaciones cognitivas (Arboleda, R., 1996).

Dentro de sus dimensiones: En el análisis del desarrollo de las capacidades motrices, Cuando la expresión motriz es intencionada y dirigida a un cuerpo que es integral ofrece múltiples opciones de crecer en cuanto a sus posibilidades de desarrollo. La motricidad experimentada desde las expresiones motrices ha facilitado la formación y el desarrollo del ser humano. Convirtiéndose en un proceso para desarrollar habilidades y capacidades motrices.

En el estudio se encuentra un alto porcentaje de estudiantes que logra manejar su ansiedad en la competencia deportiva, siendo pacientes. Los resultados en este aspecto muy diferentes a los encontrados por Cervelló y Santos, 2000; Rico. (2003), donde la Ansiedad ante el fracaso y situaciones de estrés que pueden existir en Educación Física, mostró puntuaciones bajas, lo que indicó que no perciben los contextos de Educación Física especialmente estresantes

En el trabajo de investigación se encontró una correlación positiva y moderada entre las capacidades motrices y el compromiso donde las alumnas muestran un

grado de aceptación comprometida, en la realización de una actividad motriz durante la aplicación de la prueba.

Se encuentran resultados diferentes en los estudios realizados por Ruiz, Et. Ai. (1991) en su estudio comparativo de cinco países, donde los escolares japonés manifiestan en su compromiso una puntuación baja que en el resto de los países. Los escolares Canadienses y Españoles obtienen los puntajes más elevados y Estados Unidos, Inglaterra las puntuaciones intermedias.

Así podemos comparar el test AMPET en la versión española Ruiz, Et. Ai (1999) donde el compromiso presenta puntuaciones altas pero que descienden progresivamente con la edad.

Así mismo la correlación, positiva y regular entre las capacidades motrices y la competencia motriz muestra un porcentaje bajo, se encuentra resultados similares en los estudios realizados por Ruiz. (1991) donde en el sentimiento de eficacia motriz creen poseer las chicas en comparación con los chicos ,ellas siempre presentan una percepción de la competencia física o motriz menor, hecho que empieza a manifestarse a partir de los 6 años como lo manifestó en el estudio de Ruiz,Graupera y Gutiérrez .(1997)

En el estudio realizado en la versión española la competencia motriz para llevar a cabo lo propuesto en las sesiones de Educación Física, cuyas puntuaciones fueron moderadas, con tendencia a una disminución progresiva en las niñas a medida que aumenta la edad Ruiz, Et. Ai. (1999)

Los resultados encontrados en el presente estudio abren nuevas perspectivas de investigación, en este sentido se permite profundizar en la motivación de logro en el área de Educación Física en relación al desarrollo de las capacidades motrices que va a intervenir en la vida escolar determinando un mejor rendimiento académico.

CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

CONCLUSIONES

Existe relación positiva y moderada entre la motivación del logro para el aprendizaje en Educación Física y las capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una I.E. Pública.

Existe relación entre compromiso y entrega en el aprendizaje y capacidades motrices las capacidades motrices de una I.E. Pública.

Existe relación entre competencia motriz percibida positiva y regular entre las capacidades motrices de una I.E. Pública.

Existe relación entre la ansiedad ante el error y las situaciones de estrés y de las capacidades motrices de una I.E. Pública.

SUGERENCIAS

Los docentes deben desarrollar un análisis FODA, diseñando su programas anuales, donde prioricen sus necesidades de acuerdo a realidad de su alumnado e Institución.

Los docentes para el desarrollo de su sesión de clase deben ser capacitados y monitoreados donde se prioricen: la motivación a los alumnos en una forma lúdica para incrementar la práctica deportiva y el interés hacia el curso.

El estado peruano debe incluir en el currículo del nivel de Educación Primaria un presupuesto que solvete el dictado del curso de Educación Física en forma obligatoria y permanente para mejorar su estado psicomotriz en diferentes situaciones lúdicas.

El docente debe recibir capacitaciones o talleres para estar preparado para atender a alumnos que estén rezagados, apoyándolos y motivándolos de manera individual.

Los docentes responsables del curso deben de elaborar un programa de actividades para la supervisión y ejecución del plan curricular. Al organizar una clase, debemos tomar en cuenta el lugar donde se realizará, el clima, los horarios, el total de alumnos que conforman el grupo, sus edades, el material que se utilizará, los ejercicios, actividades y/o juegos; además de las formaciones de los alumnos con el fin de evitar pérdidas de tiempo, logrando así un mejor control de cada sesión y obteniendo un mejor nivel de enseñanza-aprendizaje.

El docente debe encontrarse comprometido con el aprendizaje de todos sus estudiantes, al igual que con su propio aprendizaje

Es importante como docentes considerar que el alumno no es un receptor que se limita a realizar las actividades propuestas, sino que debe también interactuar y ser parte de este proceso, proporcionando ideas y posibilidades para realizar la sesión de una manera más activa.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anderson, B y Burke ER. (1991). Aspectos científicos, médicos y prácticos de estiramiento. En: Prescripción de estiramientos para la musculatura isquiosural Recuperado en Marzo del 2009. En: <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 77.
- Arboleda G., Rubiela. (1996). Problemas Sociales Contemporáneos: Emergencias y Desastres. Tesis de Maestría, Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia.
- Berrios, G.(1996) Historia de las opciones de tratamiento para los trastornos de ansiedad. En: G. E.; Hodges J. R. Trastornos de memoria en la práctica psiquiátrica. Berrios Elsevier España, 2003 - 522 pág. Recuperado en Julio del 2009. En: [http://books.google.com/books?id= PfotByArLmkC&pg= PR3&hl=es&source=gbs_selected_pages&cad=3#v=onepage&q&f=f](http://books.google.com/books?id=PfotByArLmkC&pg=PR3&hl=es&source=gbs_selected_pages&cad=3#v=onepage&q&f=f)
- Cantón, E. (2000). Motivación en La Actividad Física y Deportiva, Universidad de Valencia. Revista Española de Motivación y Emoción, Vol. 2, pp. 31-36., Recuperado en Diciembre del 2008 en: <http://reme.uji.es/articulos/acante9603001103/texto.html>
- Cervelló, E. M. y Santos-Rosa, F. J. (2000) Motivación en las clases de Educación Física: un estudio desde la perspectiva de metas. Revista de Psicología del Deporte, Vol., 9,1-2, 51-70. España.
- Craft, L., Landers, D. M. (1998). El efecto del ejercicio sobre la depresión clínica y la depresión como resultado de una enfermedad mental. Citado en: La relación entre niveles de la actividad física y la experiencia de estrés y de síntomas de malestar físico, por Eduardo Remor, Sociedad Interamericana de Psicología, Recuperado en Julio del 2009. En: http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-96902007000300006&lng=pt&nrm=iso&tlng=es
- Dario, R. (2005). Teorías de La Motivación, s/a. Recuperado el 6 de abril del 2008 En: <http://www.monografias.com>
- Day, 2004; Elliott y Crosswell, 2001; Fried, 1995 Profesores comprometidos, apasionados maestros: la dimensión de la pasión asociada con el compromiso de maestros y el compromiso.
- Escobar, C. y Aguilar R. (2002) Motivación y conducta: sus bases biológicas. México D. F.: Editorial El manual moderno S.A.
- Firestone, 1996; Graham, 1996; Louis, 1998; Nias, 1981, Tsui y Cheng, 1999. Compromiso y participación Del maestro: las dimensiones de La ideología y La práctica asociada con el compromiso de los docentes y el compromiso de una perspectiva Australiana. Recuperado en Octubre del 2010. En: <http://www.aare.edu.au/02pap/cro02522.htm>
- García, J. (2008). Relación entre la ejecución curricular y el desempeño docente según los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional Federico Villareal, Tesis doctoral. Lima, Perú.

- Generelo, E. y Plana, C. (1997) "Análisis del compromiso fisiológico de la Educación Física en la Educación Primaria", en F. J. Castejón (coor): Manual del maestro especialista en Educación Física. Madrid. Pila Teleña.
- Goldpink, G. (1992). Aspectos de la adaptación celular en el músculo esquelético. Citado por: Rodríguez, P, Ejercicio Físico En Salas De Acondicionamiento Muscular (2008) Buenos Aires: Madrid: Médica Panamericana.Citado:03/07/99.
- Gómez (2004) Problemas evolutivos de coordinación motriz y percepción de competencia en el alumnado de primer curso de educación secundaria obligatoria en la clase de Educación Física. Tesis Doctoral de Educación, Madrid, España.
- González, J. (1977). Lecciones de Motivación. La Habana, Cuba: Editorial Impresora Universitaria "André Voisin".
- González, D. (1995). Teoría de la motivación y práctica profesional. La Habana, Cuba: Editorial La Habana, Pueblo y Educación.
- González, F. (1993). Motivación Moral en adolescentes y jóvenes. La Habana, Cuba: Editorial Científico Técnica.
- Gutiérrez, M. (1988). Estructura biomecánica de la motricidad. Granada: Editorial C.D.I.N.E.F.
- Gutiérrez Calvo, M., Szabo, A. y Capafons, J. (1996). La ansiedad y la frecuencia cardíaca bajo estrés psicológico: Los efectos del ejercicio de entrenamiento. *Ansiedad, estrés y afrontamiento*, 9, 321-337. Recuperado en Marzo del 2010. En: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=140>.
- Greco, V. y Gorostarzu, J. (2002). Motivación en el deporte y su influencia en los resultados laborales. Universidad del CEMA, Buenos Aires: Argentina.
- Hackfort, D., & Spielberger, C.D. (Eds.) (1989). *Ansiedad en el deporte: Una perspectiva internacional*. New York: Hemisphere/Harper & Row. Citado por: Sara Marquez Adaptación Española de los Cuestionarios de Antecedentes, Manifestaciones y Consecuencias De La Ansiedad Ante La Competición deportiva. Recuperado: en Abril del 2009. En: <http://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v1n2p25.pdf>
- Hedrick, A. (1992). Respuestas fisiológicas al calentamiento. *Nacional de Fuerza y Diario Asociación acondicionado*. Vol.14 (pp. 25-27). Colorado Springs: Colorado.
- Hernández, et al. (2003). *Metodología de la Investigación*. Mc Graw Hill. México.
- Hubley y Kozey (1984). Los efectos de los ejercicios de estiramiento estático y bicicleta estática en el rango de movimiento en la articulación de la cadera. *Orthop sport phys ther* (p.104)
- Instituto Costarricense de Electricidad (2005). *El Poder de la Motivación de la colección "Desarrollo Personal y Laboral" [Folleto N° 13]*. Costa Rica.

- Jiménez, R. (2004). Motivación trato de igualdad, comportamientos de disciplina y estilos de vida saludables en estudiantes de Educación Física en secundaria. Tesis doctoral, Universidad de Extremadura. España.
- López, L., y. Villalobos, C. (2004). Determinación y comparación de los factores motivacionales que inciden en la práctica de la gimnasia artística en atletas que comprenden edades entre los 13 y 18 años de edad, participantes en el Tercer Campeonato Centroamericano de Gimnasia, 2003. Tesis para licenciatura. Escuela Ciencias del Deporte, Universidad Nacional Panamá.
- Mowday, R. T., Steers, R. y M y Porter, L.W. . (1979). La medición del compromiso organizacional. *Diario de la conducta vocacional*, 14 (pp.223 – 247). Citado por: Stephen P. Robbins *Comportamiento organizacional Teoría y Práctica*. Recuperado: en Abril Del 2010. En: <http://www.slideshare.net/alafito/comportamiento-organizacional-1519824>.
- Mutrie, N. y Biddle, S.J.H. (1995). Los efectos del ejercicio sobre la salud mental en las poblaciones no clínicas. En SJH Biddle (Ed.), *las perspectivas europeas sobre el ejercicio y la psicología del deporte* (pp. 50-70). Champaign, IL: Human Kinetics. Recuperado en: Agosto del 2010. En: http://winninglane.com/files/66_Lane_and_Lovejoy_2001.doc.
- Manassero, M., & Vázquez, A.(1998).Validación de una escala de motivación de logro. *Psicothema*, vol. 10, Universidad de las Islas Baleares. Palma Mayorca: España.
- Moreno, J., (2008) Un estudio experimental de las diferencias por género en la percepción de competencia a partir de la cesión de responsabilidad en las clases de Educación Física. Recuperado: <http://www.rieoei.org/expe/2285Moreno.pdf>.
- Piéron (1988a, 1988b citado por Sierra, 2003)” Actividad física y salud. Del Compromiso Fisiológico En Las Clases De Educación física”. Sevilla, Wanceulen.En:<http://webs.uvigo.es/reined/ojs/index.php/reined/article/viewFile/12/2>.
- Poth, M. Motivación (Documento en línea). Disponible: <http://www.monografias.com/trabajos21/motr/emples.shtml> (consulta 18-02-2008)
- Ritti, 1924; Berrios, 1997. Citado por: J. Vallejo Ruiloba, Cristóbal Gastó Ferrer. (2000). En: *Trastornos afectivos: ansiedad y depresión*2º ed. Elsevier España. Recuperado: en octubre del 2009. En: http://books.google.com/books?id=7a1VnA9fst0C&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Rodríguez (2006) "Motivación de logro y satisfacción laboral". (p.123).
- Rudik (1990). Capacidades motrices
- Ruiz, L.. M. (1991) Motivación de logro en Educación Física Escolar: un estudio comparativo entre cinco países. *Revista de Educación*, 2004, nº 333, 345-361

- Ruiz, L. M. (1995). Competencia motriz. Elementos para comprender el proceso de aprendizaje motor en educación física escolar. Madrid, Gymnos. En: <http://www.efdeportes.com/efd11a/lmruiz.htm>
- Sandín, B., y Chorot, P. (1993). Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* v 8(1). (pp.39-54). Recuperado: en Julio del 2010. En: [http://e-spacio.uned.es8080/fedora/get/bibliuned : Psicopat-2003-7B4EAB10-5627-6E72-1C0D-C1BC36CC98B4/PD](http://e-spacio.uned.es8080/fedora/get/bibliuned%20Psicopat-2003-7B4EAB10-5627-6E72-1C0D-C1BC36CC98B4/PD).
- Spielberger, C.D., & Moscoso, M.S. (1996). Reacciones Emocionales del Estrés: Ansiedad y Cólera. *Revista Latinoamericana de Psicología [Columbia]*, 14, 59-81.
- Torrado, M. (2000). Educar para el desarrollo de las competencias: una propuesta para reflexionar. En *Competencias y proyecto pedagógico*. Santafé de Bogotá. Unibiblos.p.32-En: Bogoya Maldonado, Daniel y otros, *Competencias y proyecto pedagógico*, Bogotá: Universidad Nacional de ... http://www.eleducador.com/ecu/documentos/1008_GUIA_3-1.pdf. Citado en Junio del 2009.
- Uribe, A. (2005); Teorías de la motivación; *Revista Universidad Abierta Interamericana*, No. 39, Vol. 2. Argentina.
- Vasco, Carlos. E. “¿Logros, objetivos o indicadores de evaluación?”, en: *Alegría de enseñar, FES*,. MEN No 39. Citado por: Ruiz, A. y Chau, E. (2005). En: *La formación de competencias ciudadanas*. Bogotá: Ascofade. Recuperado: en setiembre del 2009. En: [http://www.redes-cepalcala.org/inspector/documentos %20y%20libros/ competencias/la%20formacion%20de%20competencias%20ciudadanas.pdf](http://www.redes-cepalcala.org/inspector/documentos%20y%20libros/competencias/la%20formacion%20de%20competencias%20ciudadanas.pdf)
- Villalobos, H. (1997) *Manual de Educación Física y Deportes*. Lima, Perú: Editorial ABEDUL.
- Weinberg, R. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona, España: Editorial Ariel S.A.
- Williams, L. y Gill, D.L. (1995). El papel de la Competencia Percibida en la motivación de la Actividad Física, *Revista de Psicología del Deporte y Ejercicio*, 17, 363-378. Citado por Granda, J.; Barbero, J.C.; Montilla, M. (2008). Orientaciones de Meta y Compromiso Físico-Motor en Educación Física. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte* 11(4) (pp.29-41). Recuperado: en Diciembre del 2009. En: <http://www.cafyd.com/revista/01103.pdf>.

ANEXO

Tabla N 1
Análisis de Contenido por Criterio de Jueces de la Motivación del Logro

Item	Jueces					Acuerdos	V
	1	2	3	4	5		
1	1	1	1	1	1	5	100
2	1	1	1	1	1	5	100
3	1	0	1	1	1	4	0.80
4	1	1	1	1	1	5	100
5	1	1	1	1	1	5	100
6	1	1	1	1	1	5	100
7	1	1	1	1	1	5	100
8	1	1	1	1	1	5	100
9	1	1	1	1	1	5	100
10	1	1	1	1	1	5	100
11	1	1	1	1	1	5	100
12	1	1	1	1	1	5	100
13	1	1	1	1	1	5	100
14	1	1	1	1	1	5	100
15	1	1	1	1	1	5	100
16	1	1	1	1	1	5	100
17	1	1	1	1	1	5	100
18	1	1	1	1	1	5	100
19	1	1	1	1	1	5	100
20	1	1	1	1	1	5	100
21	1	0	1	1	1	4	0.80
22	1	1	1	1	1	5	100
23	1	0	1	1	1	4	0.80
24	1	1	1	1	1	5	100
25	1	1	1	1	1	5	100
26	1	1	1	1	1	5	100
27	1	1	1	1	1	5	100
28	1	1	1	1	1	5	100
29	1	1	1	1	1	5	100
30	1	1	1	1	1	5	100
31	1	1	1	1	1	5	100
32	1	1	1	1	1	5	100
33	1	1	1	1	1	5	100
34	1	1	1	1	1	5	100
35	1	1	1	1	1	5	100
36	1	1	1	1	1	5	100
37	1	1	1	1	1	5	100
V Total							0.98

En la Tabla N° 1, presentamos el análisis cuantitativo de la Validez de Contenido por criterio de Jueces, indican que los 37 ítems evaluados alcanzaron coeficientes V de Aiken significativos, entonces como no hay desacuerdos entre los jueces los ítems aplicados a niños de 12 años es también válido para los adolescentes de 18 .

INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

EL TEST AMPET DE MOTIVACIÓN

Este cuestionario busca conocer como piensas, sientes y vives las situaciones que se te presentan en las clases de Educación Física. Contiene 37 frases para que las leas atentamente y las respondas con sinceridad según tu criterio.

Para ello marca el número que más se acerca a tu opinión. La escala va del 1 al 5. Si estas totalmente de acuerdo marca el 5 y si estas en total desacuerdo marca el numero 1. Las opiniones dudosas marcas; el 2,3 ó el 4, según se acerque a tu opinión al acuerdo o al desacuerdo.

No hay respuestas correctas ni incorrectas no se trata de un examen no es necesario que pongas tu nombre pero si el resto de datos. Recuerda que todo lo que exprees en este cuestionario será tratado de forma privada y confidencial.

Gracias por tu colaboración

Datos Personales

Edad:

Sexo:

Curso:

Colegio:

Desde 1 = MUY EN DESACUERDO Hasta 5 = TOTALMENTE DE ACUERDO

INSTRUCCIONES

1 - Me concentro mucho en lo que tengo que practicar en la clase de Educación Física	1 2 3 4 5
2 - Creo que soy mejor que muchos compañeros o compañeras en la clase de educación física	1 2 3 4 5
3 - A menudo me pongo nervioso/a y mi rendimiento baja, cuando tengo que realizar los ejercicios y los deportes delante de mis compañeros y compañeras de la clase.	1 2 3 4 5
4 - Practico una y otra vez para conseguir realizar bien los ejercicios y los deportes	1 2 3 4 5
5 - Antes de practicar en clase de educación física, estoy intranquilo/a por el recuerdo de mis fallas en los días anteriores.	1 2 3 4 5

6 - Con frecuencia he recibido felicitaciones por ser mejor que otros compañeros y compañeras en las clases de educación Física	1 2 3 4 5
7 - Siempre sigo los consejos de quien me enseña.	1 2 3 4 5
8 - Muchas veces, cuando en educación física estoy frente a toda la clase, me pongo nervioso/a y no puedo actuar tan bien como me gustaría	1 2 3 4 5
9 - Puedo llegar a practicar muy intensamente si veo que mi rendimiento en clase mejora	1 2 3 4 5
10 - Mientras practico, estoy más preocupado/a en pensar que no lo voy a realizar bien, que pensando que sí lo conseguiré	1 2 3 4 5
11 - Cuando la clase de Ed. Física practico, sigo al pie de la letra las normas que establecen mis compañeras	1 2 3 4 5
12 - Pienso que poseo mejores capacidades que otros compañeros y compañeras para la educación física	1 2 3 4 5
13 - Aunque participe en mis actividades preferidas, cuando tengo que actuar delante de muchos compañeros y compañeras de la clase hago las cosas peor de lo que acostumbro.	1 2 3 4 5
14 - Cuando practico en la clase Ed. Física trato de mejorar, aunque sea un ejercicio difícil para mi	1 2 3 4 5
15 - Me preocupa a menudo la derrota antes de un juego o un partido	1 2 3 4 5
16 - Hasta el momento, soy bueno en educación física y deportes sin realmente esforzarme en serlo	1 2 3 4 5
17 - Normalmente escucho las cosas que me dice mi profesor (a) de Ed. Física	1 2 3 4 5
18 - Cuando estoy delante de los demás compañeros y compañeras de la clase de educación física, me pongo tan nervioso/a, que hago las cosas peor de lo que soy capaz.	1 2 3 4 5
19 - Trato de trabajar más intensamente que otros compañeros (as) para poder ser bueno en Ed. Física.	1 2 3 4 5
20 - Otros/as me dicen que soy un/a deportista completo/a capaz de realizar bien cualquier ejercicio en la clase de educación física	1 2 3 4 5
21 - A menudo me pongo nervioso/a cuando practico los ejercicios en público	1 2 3 4 5
22 - Me tomo las clases de educación física de forma más seria que otros compañeros y compañeras.	1 2 3 4 5
23 - No quiero hacer ejercicio o participar en las competiciones deportivas porque tengo miedo de cometer errores o de perder.	1 2 3 4 5
24 - Aunque no pueda realizar bien los ejercicios, nunca abandono, sino que continúo con mis esfuerzos hasta conseguirlo	1 2 3 4 5
25 - Cuando practico en la clase de educación física, suelo llegar a ponerme más nervioso/a que otros compañeros o compañeras	1 2 3 4 5
26 - Obedezco los consejos de mi profesor o profesora sin dejarlos de lado o evitarlos.	1 2 3 4 5
27- Aunque sólo cometa un error durante el juego, deseo que venga otro compañero o compañera a substituirme.	1 2 3 4 5
28 - Puedo llegar a cabo cualquier tipo de ejercicios, por intenso que sea, Si esto me puede ayudar a mejorar mi rendimiento en educación física	1 2 3 4 5
29 - En educación física y deporte, siempre tengo la sensación de ser superior, de ser mejor que los demás compañeros y compañeras.	1 2 3 4 5

30 - Cuando practico, sigo al pie de la letra las reglas y reglamentos establecidos	1 2 3 4 5
31 - Cuando hay público, me pongo tenso/a y no puedo actuar como habitualmente lo hago.	1 2 3 4 5
32 - Practico con paciencia para conseguir hacerlo bien.	1 2 3 4 5
33 - Cuando participo en clase en una competición, a veces deseo escapar de allí porque tengo miedo de perder	1 2 3 4 5
34 - Siempre me tomo el calentamiento muy en serio antes de practicar en la clase Educación Física y deporte	1 2 3 4 5
35 - Soy bastante malo/a actuando delante de mis compañeros y compañeras	1 2 3 4 5
36 - Pienso que poseo las cualidades necesarias para ser bueno/a en Educación física y deporte.	1 2 3 4 5
37 - Cuando llega la hora de actuar en clase, a menudo vacilo porque temo cometer errores.	1 2 3 4 5

Tabla N 1
FICHA DE OBSERVACIÓN CAPACIDADES MOTRICES

Esta ficha de observación permitirá medir el grado de motivación, de las capacidades Motrices de los alumnos.

INSTITUCIÓN:.....

APELLIDOS Y NOMBRES:.....

AÑO SECCIÓN SEXO

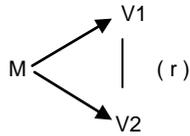
TALLA PESO EDAD

Desde 1 = Deficiente, 2=insuficiente, 3=suficiente, 4=bien ,w 5 = Notable

CAPACIDADES MOTRICES		TEST	CATEGORÍA	REPETICIONES		OBSERVACIONES
VELOCIDAD		20 METROS	NOTABLE	2"6	5	
			BIEN	2"9	4	
			SUFICIENTE	3"3	3	
			INSUFICIENTE	3"6	2	
			DEFICIENTE	3"9	1	
FUERZA		PLANCHAS	NOTABLE	28	5	
			BIEN	22	4	
			SUFICIENTE	18	3	
			INSUFICIENTE	16	2	
			DEFICIENTE	14	1	
		ABDOMINALES	NOTABLE	42	5	
			BIEN	36	4	
			SUFICIENTE	30	3	
			INSUFICIENTE	24	2	
			DEFICIENTE	18	1	

		FUESZA LUMBAR	NOTABLE BIEN SUFICIENTE INSUFICIENTE DEFICIENTE	60 54 48 42 36	5 4 3 2 1	
		SALTO SIN IMPULSO	NOTABLE BIEN SUFICIENTE INSUFICIENTE DEFICIENTE	67.18 – 64.51 61.84 -59.18 56.51 – 53.84 51.17 – 48.50 45.84 – 43.17	5 4 3 2 1	
FLEXIBILIDAD		SEATAND REACH	NOTABLE BIEN SUFICIENTE INSUFICIENTE DEFICIENTE	15 – 20 14 – 10 09 - 05 04 – 00 00 - -04	5 4 3 2 1	
RESISTENCIA		COOPER 12'	NOTABLE BIEN SUFICIENTE INSUFICIENTE DEFICIENTE	MÁS DE 2820 2415 – 2819 2010 - 2414 1610 – 2009 MENOS DE 1610	5 4 3 2 1	

MATRIZ DE CONSISTENCIA
LA MOTIVACIÓN APLICADA EN EDUCACIÓN FÍSICA Y SU RELACIÓN CON LAS CAPACIDADES MOTRICES EN ESTUDIANTES DE LAS
INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS DE LA REGIÓN CALLAO, 2009"
(CASO: INSTITUCIÓN EDUCATIVA GENERAL PRADO - BELLAVISTA)

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DISEÑO	MÉTODOS Y TÉCNICAS	POBLACIÓN Y MUESTRA
¿Cómo la motivación de logro para el aprendizaje en Educación Física se relaciona con las capacidades motrices en estudiantes de la Institución Educativa Pública General Prado del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009?	<u>OBJETIVO GENERAL</u>	<u>HIPÓTESIS GENERAL</u>	Variable 1 Motivación aplicada en Educación Física Variable 2 Desarrollo de capacidades motrices.	No experimental, Descriptivo correlacional  Donde : V1: motivación aplicada en educación física V2: desarrollo de capacidades motrices	<u>Técnicas de Recolección de datos</u> Técnica de aplicación de pruebas <u>Instrumentos</u> Prueba de Actitud sobre motivación aplicada. Prueba de desarrollo de capacidades motrices	Se encuentra constituida por los estudiantes de 5to Año de Educación Básica Regular de la Institución Educativa Pública General Prado del Distrito de Bellavista en la Región Callao, durante el periodo 2009. Total de estudiantes que conforman las Unidades de Análisis: 375 estudiantes Se aplicara el muestreo irrestricto y aleatorio para proporciones. Finalmente se seleccionó una muestra de 140 estudiantes para el presente estudio.
	<u>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</u>	<u>HIPÓTESIS ESPECIFICAS</u>	<u>INDICADORES VARIABLE 1</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Compromiso y entrega en el aprendizaje • Competencia motriz percibida • Ansiedad ante el error y las situaciones de estrés 	<u>Tratamiento Estadístico</u> De tendencia central De dispersión Coeficiente r de Spearman	

	<p>Determinar la relación de la competencia motriz percibida y las capacidades motrices en estudiantes de de quinto de secundaria de una institución Educativa Pública del distrito de Bellavista en la Región Callao durante el periodo 2009</p> <p>Determinar la relación de la ansiedad ante el error y las situaciones de estrés sobre las capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una institución Educativa Pública del distrito de Bellavista en la Región Callao durante el periodo 2009</p>	<p>Existe relación entre la competencia motriz percibida y las capacidades motrices en estudiantes de de quinto de secundaria de una institución Educativa Pública del distrito de Bellavista en la Región Callao durante el periodo 2009</p> <p>Existe relación entre la ansiedad ante el error y las situaciones de estrés y capacidades motrices en estudiantes de quinto de secundaria de una institución Educativa Pública del distrito de Bellavista en la Región Callao durante el periodo 2009</p>	<p><u>INDICADORES VARIABLE 2</u></p> <p>Desarrollo de las capacidades motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fuerza • Resistencia • Velocidad • Flexibilidad 			
--	--	--	--	--	--	--