



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y
DEPORTE

Informe final del trabajo de Integración Curricular previo a la
obtención del título de Licenciado en Pedagogía de la Actividad
Física y Deporte

TEMA:

LOS DEPORTES COLECTIVOS EN EL DESARROLLO DE
LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LA CLASE DE
EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN
MEDÍA

AUTOR: Moya Córdova Alexander Bladimir

TUTOR: PhD. Edison Andrés Castro Pantoja

Ambato - Ecuador

Marzo, 2022

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **PhD. Edison Andrés Castro Pantoja**, con cédula de ciudadanía: **0401093331** en calidad de tutor del trabajo de titulación, sobre el tema: **“LOS DEPORTES COLECTIVOS EN EL DESARROLLO DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDÍA”** desarrollado por el estudiante **Moya Cordova Alexander Bladimir**, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

PhD. Edison Andrés Castro Pantoja
C.C. 0401093331

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, con el tema: **“LOS DEPORTES COLECTIVOS EN EL DESARROLLO DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDÍA”**, quien basada en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.



Moya Córdova Alexander Bladimir

C.C. 1850282326

AUTOR

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **“LOS DEPORTES COLECTIVOS EN EL DESARROLLO DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDÍA “**, presentado por el señor **Moya Córdova Alexander Bladimir**, estudiante de la Carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte. Una vez revisada la investigación se APRUEBA, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

COMISIÓN CALIFICADORA

Lic. Segundo Victor Medina Paredes, Mg.
C.C. 1801892884
Miembro de comisión calificadora

Lic. Christian Mauricio Sánchez Cañizares, Mg.
C.C. 1803378072
Miembro de comisión calificadora

DEDICATORIA

El presente trabajo investigativo de titulación, para obtener el título de licenciado en “Pedagogía de la Actividad Física y Deporte” se lo dedico a Dios y a mi familia ya que fueron una base fundamental para mi formación profesional día tras día. Con sus consejos y ayudas pudieron equilibrar mi vida y guiarme hacia el éxito.

De igual forma este trabajo de titulación se lo dedico a las personas que me apoyaron en los momentos más difíciles de mi vida, la cuales de una u otra forma me apoyaron con un granito de arena para poder cumplir mis metas a corto y a largo plazo, este logro también es para ustedes Blanca Córdova y Jacinto Caiza.

Finalmente, lo dedico también a los decentes que estuvieron presentes en mi formación profesional los cuales con sus enseñanzas y consejos forjaron a una persona con valores, responsable y preparada educativamente para asumir cargos que están dentro de esta rama profesional.

Moya Córdova Alexander Bladimir

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a Dios y a mi familia por estar siempre presentes en mi vida, gracias a sus apoyos y consejos pude alcanzar mis objetivos. Agradezco a esas personas que estuvieron a mi lado en los momentos más difíciles y supieron apoyarme de una u otra forma, de igual forma a mi ser mas querido que tengo en el cielo que desde ahí se que siempre me cuida y protege, aún recuerdo sus palabras que sembraron en mi alma un espíritu de fortaleza y de rectitud para afrontar toda debilidad en la sociedad.

De igual forma agradezco a los docentes que me guiaron en mi formación profesional, gracias a sus enseñanzas y consejos hicieron de mí una persona competitiva con valores y amante a su profesión. Agradezco a cada una de las instituciones educativas donde realice mis pasantías, ya que estas fueron de gran ayuda para desarrollar y forjar mi especialidad como es la Educación Física.

Finalmente quiero agradecer al PhD. Esteban Loaiza Dávila y al PhD. Edison Andrés Castro Pantoja, por ser parte de mi formación profesional ya que gracias a ellos pude cumplir uno de mis grandes sueños.

Moya Córdova Alexander Bladimir

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO.....	vi
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
RESUMEN EJECUTIVO	x
ABSTRACT	xii
CAPÍTULO I.....	14
MARCO TEÓRICO.....	14
1.1 Antecedentes investigativos	14
1.2 Marco teórico de la investigación	16
1.2.1 Variable independiente.....	16
1.2.2 Variable dependiente.....	33
1.3 Objetivos:	45
1.3.1 Objetivo general.....	45
1.3.2 Objetivos específicos	45
CAPÍTULO II	46
METODOLOGÍA	46
2.1 Materiales.....	46
2.2 Métodos.....	46
2.3 Diseño de investigación	48
2.4 Población y muestra de estudio.....	50

2.5 Técnicas e instrumentos de investigación	50
2.6 Plan de recolección de la información	50
2.7 Tratamiento estadístico de los datos de investigación	51
CAPÍTULO III	52
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	52
3.1 Análisis y discusión de los resultados.....	52
3.1.1 Caracterización de la muestra de estudio	52
3.1.2 Resultados por objetivo.....	53
3.2 Discusión de los resultados de la investigación	64
3.3 Verificación de hipótesis.....	66
CAPITULO IV	67
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	67
4.1 Conclusiones	67
4.2 Recomendaciones.....	68
MATERIALES DE REFERENCIA	69
ANEXOS.....	78

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Caracterización de la muestra de estudio -----	52
Tabla 2. Resultados de la evaluación del nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en el periodo PRE intervención en la muestra de estudio -----	54
Tabla 3. Niveles de relaciones interpersonales por criterio y de manera general en el periodo PRE intervención en la muestra de estudio -----	56
Tabla 4. Resultados de la evaluación del nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en el periodo POST intervención en la muestra de estudio -----	58
Tabla 5. Niveles de relaciones interpersonales por criterio y de manera general en el periodo POST intervención en la muestra de estudio-----	59
Tabla 6. Diferencia entre los resultados por periodo en la muestra de estudio----	61
Tabla 7. Relación entre los niveles PRE Y POST intervención en la muestra de estudio.-----	63
Tabla 8. Verificación de hipótesis de estudio-----	66

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
MODALIDAD PRESENCIAL

TEMA: “LOS DEPORTES COLECTIVOS EN EL DESARROLLO DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDÍA”

Autor: Moya Córdova Alexander Bladimir

Tutor: PhD. Edison Andrés Castro Pantoja

RESUMEN EJECUTIVO

Esta investigación abordó el tema los deportes colectivos en el desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física en estudiantes de educación media, debido a que los educandos presentan ciertas falencias en las habilidades de relaciones interpersonales en las clases de educación físicas, las cuales perjudican su desarrollo en ciertas habilidades interpersonales. El objetivo principal de la investigación fue determinar la incidencia de los deportes colectivos en el desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física en estudiantes de educación media de la unidad educativa “Vicente Anda Aguirre” del cantón Mocha en el periodo octubre 2021- febrero 2022. Se planteó una metodología con enfoque cuantitativo, con finalidad aplicada, con un diseño cuasi-experimental ya que se aplicó una pre y post encuesta para medir el nivel de relaciones interpersonales en el grupo de estudio, la encuesta aplicada fue el cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales “CERI”, y por la fuente de obtención de datos se caracteriza por ser una investigación de campo con corte longitudinal. De igual forma se utilizó el método analítico, hipotético deductivo y el método comparativo para el desarrollo de la investigación. De acuerdo con el análisis realizado, los resultados determinan que los deportes colectivos si inciden el desarrollo de las relaciones interpersonales en los estudiantes en las clases de

educación físicas ya que si existieron cambios significativos de forma general y en cada una de las habilidades interpersonales. Se concluye que los deportes colectivos son una excelente estrategia para desarrollar las relaciones interpersonales entre los estudiantes.

Palabras Clave: Deportes colectivos, relaciones interpersonales, CERI.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
MODALIDAD PRESENCIAL

THEME: "COLLECTIVE SPORTS IN THE DEVELOPMENT OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS IN THE PHYSICAL EDUCATION CLASS IN MIDDLE SCHOOL STUDENTS"

Author: Moya Córdova Alexander Bladimir

Tutor: PhD. Edison Andrés Castro Pantoja

ABSTRACT

This research addressed the issue of collective sports in the development of interpersonal relationships in the physical education class in middle school students, because the students have certain deficiencies in the skills of interpersonal relationships in physical education classes, which impair their development in certain interpersonal skills. The main objective of the research was to determine the incidence of collective sports in the development of interpersonal relationships in the physical education class in middle school students of the educational unit "Vicente Anda Aguirre" of the Mocha canton in the period October 2021-February 2022. A methodology with a quantitative approach was proposed, with an applied purpose, with a quasi-experimental design since a pre and post survey was applied to measure the level of interpersonal relationships in the study group, the survey applied was the questionnaire of evaluation of interpersonal relationships "CERI", and the source of data collection is characterized by being a field research with longitudinal cut. Likewise, the analytical, hypothetical-deductive and comparative methods were used for the development of the research. According to the analysis carried out, the results determine that collective sports do have an impact on the development of interpersonal relationships in students in physical education classes, since there were significant changes in general and in each of the

interpersonal skills. It is concluded that collective sports are an excellent strategy to develop interpersonal relationships among students.

Keywords: Collective sports, interpersonal relationships, CERI.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes investigativos

En este apartado se enfatizaron investigaciones relacionadas con la temática de estudio en las cuales expresan sus conclusiones sobre el procedimiento, aplicación y obtención de resultados de su investigación, estas son importantes ya que son utilizadas como soporte para el nuevo estudio, es por ello que en primer lugar se hace énfasis al estudio realizado por Calais & Contreras, sobre “El Deporte Como Elemento Socializador En Adolescentes Que Participan En Proyectos Sociales En Ongs” los cuales afirman que:

El deporte en los proyectos sociales favorece la expresión de sentimientos y emociones, aliviando por medio de las prácticas deportivas las tensiones de lo cotidiano de los adolescentes. También se evidenció que el deporte incentiva las relaciones interpersonales de amistad y de respeto entre los participantes, como elementos socializadores. (2018, p. 243-255)

De igual forma, la practica deportiva en el proyecto social es identificada como experiencia de convivencia, de fortalecimiento de la identidad social, que ayuda a la socialización de los participantes, fortaleciendo sus sentimientos de autoestima y perspectivas del futuro. Permiten obtener valores colectivos que van mas allá del juego y del proyecto social. Permiten responder a sucesos emocionales que demandan aprender a lidiar con las frustraciones, superar la timidez y expresar características culturales y ampliar la capacidad de concentración y responsabilidad (Calais & Contreras, 2018).

Mientras que Marcías García et al, en su investigación sobre “ El fútbol como estrategia para el desarrollo de la inteligencia emocional del alumnado de educación primaria: una experiencia didáctica” comenta:

El fútbol es un deporte que se practica con gran relevancia en el mundo, en todas las edades, pero se a visto distorcionada su práctica de valores y de convivencia social por influencias de empresas económicas y periodísticas las

cuales producen ambientes no educativos, es por ello que dentro de lo educativo el fútbol debe ser aplicado como deporte que transmita valores mediante su ejecución, el desarrollo de valores humanos y sociales debe realizarse mediante una planificación que tenga presente las características y situaciones de los estudiantes, las del entorno, y las de los agentes intervinientes en el mismo, de manera que se generen unas directrices fijas que fomenten ese alto potencial. (2018, p. 34)

Los docentes de educación física deben transmitir a sus alumnos que todo deporte colectivo como el fútbol proporciona valores como el respeto, la tolerancia, la solidaridad, la asertividad y la diversidad educativa. Es un deporte donde se desarrolla la inteligencia emocional la cual es fundamental para la convivencia y mejora de las relaciones interpersonales en las clases de educación física. Es un deporte colectivo que enseña a resolver problemas por medio de la comunicación y transmisión de ideas las cuales son esenciales para un trabajo cooperativo y grupal que ayuda a conseguir un objetivo en común (Marcías García et al., 2018).

Siguiendo con las afirmaciones positivas sobre los deportes colectivos ponemos como ejemplo el estudio realizado por Johnson et al, con la temática “Atribución emocional en el taller de baloncesto escolar de una escuela pública en Chile: Análisis de contenido” donde concluye que:

Los establecimientos educacionales que incorporan en su programación un taller deportivo extraprogramático generan un espacio de experiencia y aprendizaje emocional, el cual, si se orienta desde una perspectiva educativa, permitirá al alumnado aprender a regularse ante los resultados de las competencias deportivas, pudiendo llegar a comprender su estado emocional, por medio de la reflexión sobre sus atribuciones.(2018, p. 41)

Generar acciones durante el taller orientadas a desarrollar relaciones interpersonales respetuosas, permitir el desarrollo de la amistad en los juegos socio motrices, lograr un progreso en el aprendizaje motriz y estimular la cohesión del grupo, podría propiciar la percepción de emociones positivas.(2018, p. 41)

Finalmente de hace énfasis a la investigación realizada por Ojeda Melo, Alonso Enrique et al, como se citó en Rimachi Mojonero & Quispe Huamán, con la temática “La preparación física en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes de segundo y tercero de secundaria de la institución educativa Fortunato Luciano Herrera del Cusco 2019” donde concluye que: “El voleibol es un deporte colectivo, utilizado en forma didáctica que permite dar unas estrategias y herramientas, las cuales ayudan a establecer una relación grupal, ya que el alumno tendrá la necesidad de interactuar en el momento de participar en una didáctica de deporte colectivo” (2020, p. 38).

1.2 Marco teórico de la investigación

1.2.1 Variable independiente

Actividad física

Definición

La actividad física está presente en la vida de las personas con el simple hecho de realizar movimiento y producir fatiga, tiene un aspecto general la cual se la puede descomponer en diferentes subtemas para poder entenderla a totalidad, es por ello que la actividad física se define como "cualquier movimiento corporal realizado por los músculos esqueléticos y que resulta en gasto energético"(González & Rivas, 2018, p. 126).

Para Sanz-martín, la actividad física (AF) es: “Cualquier movimiento corporal producido por la contracción del músculo esquelético que aumenta el gasto energético por encima de un nivel basal” (2020, p. 20).

Según la OMS como se citó en Mariño et al, identifican a la actividad física (AF) como: El movimiento corporal que hace trabajar a los músculos, y necesita más energía para cambiar el estado de reposo; la AF involucra acciones como: correr, caminar, nadar, bailar, practicar un deporte y realizar algunos trabajos hogareños, entre otros; además, la AF resulta de la interacción entre el entorno y el movimiento corporal” (2019, p. 144).

Para Navarro, Martínez y colaboradores como se citó en Mariño et al, menciona que la AF ha de facilitarse en el hogar, en la escuela y en los tiempos de ocio:

Con la ayuda de los padres, los profesores y la comunidad, la AF puede constituirse en un hábito saludable tanto en los preadolescentes como en los jóvenes; su práctica frecuente tendrá un efecto favorable en el bienestar personal y social de quienes la practiquen. Es conveniente que los preadolescentes dediquen parte de su tiempo libre a participar en juegos, deportes y otras actividades, en las cuales puedan mover su cuerpo, a fin de desarrollar una forma física adecuada. La realización de AF produce beneficios en la composición corporal, en referencia a lograr una mayor fuerza en los músculos, una menor cantidad de grasa en el cuerpo, un funcionamiento adecuado del corazón y pulmones, un mejor equilibrio y postura; además, la AF contribuye con una autoimagen más real, que permite elevar la autoestima e incrementar los aspectos sociales. (2019, p. 144)

Características

La actividad física se caracteriza en tres categorías específicas en la forma en como el ser humano aplica su rutina de actividad, se caracteriza por la intensidad en la que se la práctica, ya sea esta leve, moderada o vigorosa, de igual forma se la caracteriza por la frecuencia a practicarse ya sea esta por días, semanas, o meses y por último se la caracteriza por la duración de la actividad ya sea por el tiempo en minutos, horas o días (Formaci & Avanzado, 2019).

Para Sanz-martín, otro de los factores que parece tener cierta influencia en los niveles de actividad física de los niños es: “El apoyo social, entendido este como la ayuda y asistencia intercambiadas a través de las relaciones sociales y transacciones interpersonales. Existen ocho tipos de apoyo social que se agrupan en tres categorías: emocional, informativo y tangible” (2020, p. 20).

Es difícil conocer los niveles de práctica de actividad física de una población, aunque existen diversos métodos que lo permiten, como: “El de encuesta., en relación con este tipo, son numerosos los cuestionarios diseñados, siendo unos de los más utiliza- dos el

Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) y el Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A)” (Sanz-martín, 2020, p. 20).

En otro aspecto, las clases de educación física cumplen una función importante para motivar a los estudiantes a la práctica de actividades físico-deportivas, dado que la participación y motivación a dichas prácticas está relacionada al desarrollo a nivel físico, como psicológico y social. Entendiendo, que: “El objetivo de la asignatura se refiere a la promoción de hábitos de vida saludable durante la niñez y la adolescencia, en función de favorecer una mayor adherencia a estos hábitos en la edad adulta. De esta forma, se hace más complejo cuando las experiencias de los estudiantes forjan una mala opinión acerca de la educación física” (Fuentes Vilugrón & Lagos Hernández, 2019, p. 3).

Clasificación

La actividad física se la puede clasificar de muchas formas, pero la más regular para que sea reconocida a simple vista es como se la clasifica por su intensidad de práctica, según, Ciencias como se citó en Moral-García et al. (2018) se puede clasificar en 3 categorías:

- **Baja:** es aquí donde la persona no registra actividad física o la registra, pero no llega a las categorías de media y alta.
- **Media:** es aquí donde la persona realiza actividad física 3 o más días de forma vigorosa por lo menos 20 minutos por día, 5 o más días de forma intensa moderada o caminar por lo menos 30 minutos; 5 o más días de cualquier combinación de actividad física leve, moderada o vigorosa que alcance un registro de 600 METs-min-semana.
- **Alta:** es la intensidad más alta de practicar actividad física, tiene los siguientes aspectos, 3 o más días con una intensidad vigorosa o que acumulen 1.500 METs-min-semana, 7 o más días con cualquier combinación ya sea leve, moderada o vigorosa que llegue a un registro de 3.000 METs-min-semana.

Para, Valdes & Yanci como se citó en Fraile-García et al. (2019) la práctica de actividad física de forma regular ayuda a que el ser humano obtenga números beneficios tanto en el aspecto físico, psicológico y social., pero esto dependerá según

tipo de actividad física que practique es por ello que este lo clasifica de la siguiente forma:

- Actividades físicas organizadas de ámbito competitivo.
- Actividades físicas organizadas de ámbito no competitivo.
- Actividades físicas que no superan el nivel adecuado de intensidad y práctica, las cuales se las consideran como sedentarias.

Beneficios

La práctica de la actividad física brinda a las personas estilos de vida saludables y activos, de igual forma crea y fomenta hábitos de apego hacia la práctica de actividad física para que los alumnos continúen activos, de esta forma adquiriendo hábitos saludables, combatiendo enfermedades y desarrollando la inteligencia holística de niños y adolescentes. Es por ello que, Rodríguez et ál. (2020) menciona que la actividad física beneficia en diferentes aspectos a la persona, como:

- Mantenimiento del equilibrio de energía y prevención del sobrepeso y la obesidad.
- Mejora de la salud mental y del bienestar psicológico.
- Mejora de las interacciones sociales.

Para Sanz-martín, existe evidencia científica para afirmar que: “La práctica de actividad física recomendada aporta beneficios a nivel fisiológico, psicológico y social a la persona que la realiza. En el caso de los niños y adolescentes, parece existir consenso internacional para que practiquen 60 minutos/día de actividad física de intensidad moderada a vigorosa” (2020, p. 20).

Existe una fuerte evidencia científica que la práctica habitual de actividad física supone numerosos beneficios sobre la salud y la calidad de vida: “La práctica de actividad física además de asociarse con una disminución del riesgo de padecer obesidad, enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, demencia o Alzheimer, parece relacionarse con un estado psicológico más saludable. Lamentablemente, en la actualidad un elevado porcentaje de la población no cumple con las recomendaciones diarias de actividad física” (Cristóbal & Luján como se citó en Fernández Álvarez et al., 2020, p. 61).

La práctica físico-deportiva es: “Un elemento importante para mantener un estilo de vida saludable sobre todo en la adolescencia considerándose una etapa crítica de transición entre la niñez y la adultez que está sometida a constantes cambios físicos y emocionales con altos factores de riesgo” (Fuentes Vilugrón & Lagos Hernández, 2019, p. 2).

Para Rodríguez y colaboradores como se citó en Fuentes Vilugrón & Lagos Hernández, sobre la práctica de actividades físicas y deportivas tanto en hombre como en mujeres afirman que:

En una investigación realizada en Madrid, se encontró que la diversión y la ocupación del tiempo libre, el mantenimiento de la línea y de la forma física, la salud y el gusto por el deporte son, en ese orden, los principales motivos para realizar actividad física en el tiempo libre. En relación con el género, los varones practican actividad física principalmente por diversión y ocupación del tiempo libre, en cuanto a las mujeres, tienen una orientación más dirigida a los aspectos estéticos. (2019, p. 3).

Por otro lado, en una investigación realizada por Vallejo & Zuleta, mencionan que: “Al comprobar la relación entre la actividad física durante el tiempo libre y la salud mental, un estudio realizado en España demostró que aquellos sujetos que realizaban actividad física en su tiempo libre con una intensidad de moderada a vigorosa, manifestaban un incremento en su bienestar psicológico y salud percibida” (2019, p. 146).

Deporte

Definición

El deporte en si es una actividad física que produce fatiga y se sostiene a un reglamento estructurado por federaciones e instituciones deportivas, según Fierro Suero et al, como se citó en Marqués-Molíás et al, define al deporte como:

Actividad física donde la persona elabora y manifiesta un conjunto de movimientos o un control voluntario de los movimientos, aprovechando sus características individuales y/o en cooperación con otro/s, de manera que pueda

competir consigo mismo, con el medio o contra otro/s tratando de superar sus propios límites, asumiendo que existen unas normas que deben respetarse en todo momento y que también, en determinadas circunstancias, puede valerse de algún tipo de material para practicarlo.(2019, p. 43)

Por su parte Flores, define al deporte como: “Actividad física, organizada y reglamentada, que tiene por finalidad preservar y mejorar la salud física y mental, el desarrollo social, ético e intelectual, con el logro de resultados en competiciones” (2019, p. 196).

Para Altuve Mejía como se citó en Coentrao, en conclusión, desde una perspectiva crítico - analítica totalizadora concibe al deporte como:

Un fenómeno histórico-social que, nace, crece, desaparece y resurge con otros contenidos. Ha existido en momentos y sociedades diferentes: del 884 al 393 A. de C. en el esclavismo y desde 1896 hasta hoy en el capitalismo. En ambos casos es una competencia cuyo objetivo es designar un campeón o ganador, pero, en el capitalismo, alcanzar o implantar una marca o récord es tanto o más importante que la designación del campeón, más que ganar lo que interesa es con cuanto se gana; también es muy diferente la significación social y la institucionalidad. La sociedad funciono sin deporte hasta la irrupción del deporte antiguo, que tuvo una duración máxima de 1227 años; luego, tuvo 1503 años sin deporte y hoy tenemos 120 años de deporte moderno. (2021, p. 31)

El deporte es una herramienta de índole informal, altamente atrayente entre el poblado joven, con una alta capacidad de instruir valores y lograr ponerlos en uso de forma divertida y participativa. En el deporte no solo se instruyen los valores cuando únicamente se lo esté practicando, por lo contrario, estos valores se los puede llevar a nuestra vida de forma global, estos valores son la cooperación, honestidad, respeto, etc., importantes para formar una adherencia social que permanezca en el tiempo (Lirola, 2020).

Características

Según, Cansino Aguilera como se citó en Alonso et al. (2020) los valores que se forman durante la práctica deportiva son importantes para el desarrollo y la paz, como son el juego limpio y justo, la cooperación, el respeto entre los individuos y el valor de compartir. El deporte enseña habilidades que ayudan a la integración personal y eleva el bienestar psicosocial, esto beneficia de igual forma al incremento de la elasticidad, la conexión entre las personas y la autoestima. Todas estas características del deporte son beneficiosas para los individuos de todas las edades, pero más importantes son en las etapas escolares y para los jóvenes.

Las principales características del deportes son: su estructura, la forma de competición, la afiliación, el festival, su registro de datos y el evento final; todas estas características hacen del deporte un potente socializador, las cuales enriquecen el contexto social y deportivo y elimina todas los aspectos negativos de la sociedad y del que lo ejecute (Gutiérrez et al., 2019).

Una de las características principales que tiene cualquier actividad deportiva es la motivación de sus integrantes; esta puede decidir su apego y evitación de la renuncia deportiva. Es por esto que la motivación dentro de la práctica deportiva es uno de los componentes psicológicos más investigados en deportistas. La motivación se caracteriza por ser de tres tipos fundamentales, por un lado, se tiene la intrínseca, extrínseca y la amotivación, las cuales son controladas por la persona de forma interna o externa. La motivación intrínseca se refiere a los motivos propios del individuo en la ejecución de la actividad deduciendo el compromiso, disfrute y diversión existiendo un fin en sí misma. Por otro lado, la motivación extrínseca se refiere a los motivos de la práctica deportiva por elementos ajenos los cuales aminan e inspiran al deportista. Y por último la amotivación es lo contrario, aquí el sujeto tiene problemas en las actividades deportivas, desinterés, tristeza o aburrimiento (Usán & Salavera como se citó en Schmidt et al., 2019).

Varias investigaciones en el campo del deporte y especialmente los que se enfocan por estudiar los motivos de su práctica, afirman que tanto los niños como los jóvenes practican actividades deportivas por lo siguientes motivos: los primeros se encuentran relacionados con la salud, ya que el ser humano busca las formas de sentirse mejor,

cuidando todas sus sistemas de salud humanos, otros de los motivos es la necesidad de relacionarse e interactuar con los demás individuos de su sociedad, otro motivo también es la necesidad de sentirse ovacionado al participar en actividades competitivas, de esta forma mejorando tanto sus destrezas como habilidades, otro motivo sería también por sentirse feliz y divertirse (P. Rodríguez & Guillén como se citó en Angosto et al., 2020).

Clasificación

Existen muchas formas de clasificar el deporte, a continuación, se utilizará la propuesta de Sancho Tejo. (2021) en la cual nos menciona cuatro manifestaciones deportivas:

- **El deporte individual**, a continuación se lo define como: “los deportes individuales son aquellos en los que el participante se encuentra solo en el espacio y afronta una situación motriz, superándose a sí mismo, a una marca, a una distancia o una puntuación”(Valero Valenzuela et al, como se citó en Iván, 2018, p. 15).
- **El deporte recreativo**, se le entiende como una actividad física la cual es practicada por placer, en esta no se aplican reglas o pautas como normas escritas y también es aquí donde no se crea sentimientos o emociones de competitividad y lo que sobresale en la actividad es la socialización.
- **El deporte por competición**, aquí se fomenta la competitividad, ya que en este se siguen al pie de la letra las reglas y normas ya que el objetivo de este es conseguir la victoria. Para el desarrollo de este deporte es primordial el orden, la constancia el trabajo cooperativo, puntualidad y exigencia. Aquí el papel del entrenador es primordial ya que este se encarga de guiar, entrenar tanto física como psicológica a su equipo.
- **El deporte educativo**, este se lo practica en el ámbito escolar, con el objetivo de orientar a los escolares a una especialidad deportiva de iniciación, teniendo en cuenta que la formación no sea en un principio competitiva ya que se busca como primer punto el desarrollo integral del niño.
- **El deporte adaptado**, para Vázquez como se citó en Lirola, El deporte orientado a personas con diversidad funcional se denomina deporte adaptado: “Este tipo de deporte presenta una serie de rasgos específicos como son por ejemplo el contexto, las funciones, la manera de intervenir, las cuales son

diferentes en relación a otras modalidades. El deporte adaptado presenta ciertas características, entre las que se pueden destacar: usuarios que presentan diferente motricidad, reglas adaptadas, adecuación a determinadas edades evolutivas, etc” (2020, p. 406).

Beneficio

El deporte y la actividad física proporciona al ser humano múltiples beneficios ya sea a nivel extrínseco en lo físico y social, a nivel intrínseco en lo psicológico; todos estos siendo importantes a nivel terapéutico como preventivo. Desde la parte física, el deporte ayuda al funcionamiento del sistema endocrino, digestivo, respiratorio y cardiovascular, fortalece el sistema osteomuscular, mejora la flexibilidad, disminuye los niveles de colesterol y triglicéridos, intolerancia a la glucosa, ayuda a bajar de peso y la adiposidad. Dentro de lo psicológico, ayuda a la tolerancia hacia el estrés, adquirir hábitos buenos de salud, desarrolla el autoconcepto y la autoestima, menora el riesgo a enfermarse, promueve efectos tranquilizantes y antidepresivos, ayudando a los reflejos y la coordinación, eleva la sensación de bienestar, previene el insomnio, regula los ciclos del sueño y ayuda en los procesos de la socialización (Barbosa Granados & Urrea Cuéllar, 2018).

Los efectos beneficiosos de la Actividad Físico- Deportiva tanto desde el punto de vista físico como psicológico, es un hecho cada vez más evidente: “Diversos estudios han puesto de manifiesto que la práctica regular de AFD produce entre quienes la realizan un aumento de la autoconfianza, un incremento en la sensación de bienestar, una mejora del funcionamiento intelectual, incluso en el rendimiento escolar” (Calleja-Reina et al., 2021, p. 180).

Para Chaddock y colaboradores como se citó en Calleja-Reina et al, las practica continua de actividades físico-deportivas benefician al ser humano en los aspectos intelectuales, como lo afirma a continuación:

Incluso a partir de estudios con técnicas de neuroimagen se han encontrado evidencias de que la AFD practicada de forma regular favorece la maduración cerebral y el desarrollo de las redes neuronales, provocando la mejora de

algunas funciones cognitivas como la atención selectiva, el control de la interferencia o la velocidad de procesamiento de los estímulos. (2021, p. 181)

El deporte es un recurso muy conveniente para destruir barreras en distintos campos de participación y así obtener una inclusión óptima. El deporte social a formado una reciente definición de las actividades físicas, deportivas y recreativas en las cuales se integran a todo el pueblo sin discriminar a nadie ya sea por edad, por sexo, cultura, raza, etnia o por diversidad funcional. Esto desarrolla ambientes y espacios para la educación de valores y costumbres que podemos integrar en la educación de todas las personas., orientado en una planificación general de inclusión social (Lirola, 2020).

Tipos de deportes

Se puede entender que el deporte ha estado en la vida de las personas desde tiempos antiguos, ya que se le puede considerar una actividad que unifica características inherentes al ser humano. Según Corbí como se citó en Flores Allende et al, afirma que:

El deporte es algo que existe, intrínseco a la naturaleza humana, que se manifiesta, que se ha manifestado siempre donde el hombre ha existido. El deporte es una propiedad metafísica del hombre. Es decir, que dondequiera que se da el hombre se da el deporte; y sólo en el hombre se puede éste concebir. (2020, p. 769)

Por las numerosas definiciones que existen del deporte, se podría decir que existen muchas tipologías relacionadas con el deporte, ya que cada uno de los autores tienen un punto de vista diferente sobre esta temática; es por ello que se incluirán solamente los tipos de deportes que se relacionen con la temática tratada.

Para que sean más ordenadas las diferentes tipologías de deportes Corbí como se citó en Flores Allende et al. (2020) propone que los deportes se pueden dividir en dos grandes grupos, el primero que fijan las condiciones externas del deporte y el siguiente que se lo tomara en cuenta son los tipos de deportes que se fijan en la estructura funcional del deporte. A continuación, los tipos de deportes según criterios internos:

- **Deportes básicos:** abarca a todos aquellos donde predomina el uso de habilidades básicas y gestos automatizados como ocurre en la carrera o el ciclismo.
- **Deportes complejos:** hace referencia a los deportes que se realizan en ambientes cambiantes donde la toma de decisiones es de gran importancia y donde es necesaria la utilización de una amplia gama de recursos motrices. Baloncesto o balonmano son algunos ejemplos.
- **Deportes individuales:** son aquellos en los que el participante se reta a sí mismo o al entorno donde se produce la actividad. Son ejemplo de ellos los deportes de aventura.
- **Deportes colectivos:** abarca los deportes en los que los participantes tienen que cooperar para conseguir un objetivo común, como por ejemplo en la escalada en grupo.
- **Deportes de adversario:** hace referencia a los deportes donde los participantes se enfrentan a otros participantes durante la actividad, como ocurre, por ejemplo, en el baloncesto, balonmano, etc.
- **Deportes de cooperación:** incluye los deportes en los que los participantes no se enfrentan a un adversario y trabajan por un mismo fin. El patinaje o el remo por equipos son ejemplos de este apartado.
- **Deportes de colaboración-oposición:** aglutina los deportes en los que un grupo de participantes se coordina para enfrentarse a otro grupo de características similares.

Deportes colectivos

Definición

Debido a la interacción repetitiva entre compañeros y adversarios, todos estos con intención de cumplir con el objetivo de la actividad, J. F. Rodríguez & Anguera, definen a los deportes colectivos como: “Como un conjunto de elementos (subsistemas o partes) que interactúan entre sí para alcanzar un objetivo. Los distintos elementos del sistema presentan una relación de interdependencia entre sí, donde cualquier modificación en uno de ellos afectara al estado de los otros y al comportamiento final del mismo”(2018, p. 111).

Los deportes colectivos son aquellos en los que se participa o compete en equipo, entendiendo como equipo la unión de varios jugadores para alcanzar un mismo objetivo, haciendo una serie de acciones reglamentadas en colaboración, participación y cooperación de todos, intentando vencer la oposición de los adversarios o contrarios que igualmente se organizan en equipo con el mismo fin (Alejandro et al., 2019).

Según Chacón Cuberos et al, como se citó en Zurita-Ortega et al, definió los deportes colectivos como: “Aquellos en los que se produce un enfrentamiento entre dos equipos, compuestos por un mismo número de sujetos, con el fin de colaborar para superar al equipo contrario” (2018, p. 218).

Características

Según Burke-marsan et al, en su investigación sobre cuaderno de ejercicios para potenciar el pensamiento táctico-ofensivo en las atletas de baloncesto categoría juvenil de la provincia Guantánamo nos dice que:

Los deportes colectivos, se caracterizan por la manifestación de múltiples habilidades motrices específicas, según cada situación de juego y cada modalidad deportiva. La puesta en acción de un modelo de ejecución concreto es consecuencia, en la mayoría de los casos, de la activación de procesos cognitivos, que permiten percibir las situaciones que plantea el juego, y decidir la acción más adecuada para conseguir el objetivo, o los objetivos propuestos. (2018, p. 64)

Los deportes colectivos hacen que los escolares experimenten características como la interacción social, el disfrute, la diversión, desarrollen capacidades físicas, sociales, psicológicas y motoras, todo esto es primordial para su formación personal. Estos deportes colectivos son actividades de libre practica los cuales se los puede realizar en espacios cerrados y libres en la naturaleza fuera y dentro de la escuela, esto hace que lo estudiantes desarrollen sus relaciones sociales, familiares, humanas e interpersonales, ya que como sea planteada la actividad si es competitiva o no competitiva tiene un mismo objetivo trabajar en equipo de forma cooperada para alcanzar un objetivo común, esto ayuda que los escolares se relacionen con sus compañeros y evita problemas de interacción social (Coulter et al., 2020).

Los deportes colectivos tienden a ser los causantes de algunos problemas sobre la desigualdad de género y la marginación hacia a las personas menos físicas activamente, ya que dentro de estas actividades deportivas como el fútbol, el baloncesto y el voleibol existe la competitividad deportiva y esta es la principal causa de la inequidad personal, ya que existen dos tipos de deportistas por una parte están los físicamente activos y los no activamente físicos, los que son activamente físicos tienden a tomarse muy en serio la competencia ya hacen lo posible por ganar y nos les importa la participación u opinión de las personas que son menos activamente físicas, es aquí donde la desigualdad toma protagonismo dentro de estas actividades deportivas. Es por ello que el papel de entrenador o del profesor de educación física debe ser importante ya que este es el encargado de formar a sus alumnos o deportistas con una mentalidad de integración y al principio no tomar a la competencia muy en serio, se los debe de guiar a un trabajo en grupo donde cada uno de los integrantes del equipo sin importar la religión, raza, género y sin tomar mucha importancia a su capacidad física, deben participar todos de forma protagonista donde cada uno tenga un papel que le haga sentir bien a él personalmente y a su equipo. El objetivo de los deportes colectivos en la escuela o federación deportiva o club deportivo es formar una familia y no un ambiente de desigualdad y marginación (Røset et al., 2020).

Según Fradejas Medrano et al, como se citó en Mamani Ramos et al, nos dice que dentro de los deportes colectivos pueden existir niveles bajos de autoconfianza esto se debe por:

En los deportes de equipo los fallos y actuaciones pobres de los jóvenes deportistas afectan a sus compañeros de equipo y a los resultados de la competición. Esto conlleva a que se juzgue continuamente y se evalúe cada una de las acciones por parte del equipo, generándose en ocasiones una excesiva presión en el joven deportista para intentar evitar errores que perjudiquen al equipo. Esta situación se traduce en una mayor ansiedad y pérdida de niveles de autoconfianza. (2019, p. 145)

Es por esto que al comienzo de practicar deportes colectivos, individuales o cualquier especialidad deportiva, lo principal al formar al deportista o al alumno en el caso de la educación física, es enseñarles a trabajar en equipo de forma cooperada para que cada uno de ellos tengan presente primero que antes de la competitividad es el disfrute y la diversión de la actividad deportiva, lo primordial es formarse como personas sociables

e integradoras que se quieran y respeten a los demás dentro de estas actividades. Después de esto como segundo punto sería sembrar en ellos el espíritu competidor, pero teniendo en cuenta que la participación ya sea individual o colectiva siempre sobresale por la opinión o participación de un colectivo.

Beneficio

Uno de los aspectos en los que el deporte colectivo beneficia al alumnado es en el desarrollo socio constructivista que va a la par con el de desarrollo de la relaciones interpersonales, ya que dentro de estas especialidades deportivas el ser humano puede evolucionar en contextos sociales, psicológicos, físico y de salud mental; un ejemplo claro puede ser el intercambio de ideas o también llamado debate de ideas o el más conocido dentro de las técnicas de aprendizaje cooperativo, piensa comparte y actúa, esta ayuda a que el alumnado dentro de las actividades deportivas colectivas puedan dar sus puntos de vista ante un problema planteado para que de esta forma puedan dictaminarlo en grupo y resolver la problemática que les impide llegar a un objetivo planteado dentro de ese deporte. Esto hace al estudiante más sociable y que tenga libertad de opinión (Darnis & Lafont como se citó en Azorín Abellán, 2018).

Los deportes colectivos cuando son trabajados en las clases de educación física, estos deben que ser apuntados a la creación de condiciones que permitan a los escolares, mediante los procesos competitivos, vivir diferentes situaciones sociales. También, por medio de este movimiento, con la ayuda de un docente, la educación física por medio de los deportes colectivos debe manifestar, construir y desarrollar valores como la solidaridad y la cooperación, elementos importantes para trabajar en grupo y alcanzar buenos resultados en las actividades realizadas (Viotto Filho como se citó en Menezes et al., 2020).

Los deportes colectivos deben ser seleccionados por su carácter colectivo los cuales le permiten expresarse tanto pedagógica como lúdica sin excluir las reglas básicas y el carácter competitivo innatos de ellos. Esto brinda a los estudiantes oportunidades de desarrollo, tanto individual como social. De esta forma cuando se guía adecuada y críticamente, los deportes colectivos se encuentran en instrumentos para el desarrollo de la subjetividad crítica de los escolares. Esto se relaciona con el desarrollo de los

valores como la cooperación y la solidaridad, los cuales son importantes para trabajar en grupo, dentro o fuera de la institución educativa (Viotto Filho como se citó en Menezes et al., 2020).

Clasificación

A continuación, se expondrán la incidencia que tienen los deportes colectivos como el fútbol, el baloncesto y el voleibol en el desarrollo de las relaciones interpersonales en los escolares, se describirá las técnicas, metodologías, estrategias, etc., que estos deportes utilizan para hacer de la clase de educación físicas más cooperativa, sociable, de libre opinión y de trabajo en equipo, desarrollando de esta forma las relaciones interpersonales entre el alumnado.

Como primer punto está el fútbol uno de los deportes colectivos más practicados en el mundo es por ello que Thomas E. Larkin como se citó en Antúñez et al, menciona que:

El fútbol es el deporte más practicado por niños/as en su tiempo libre, pero esto no puede ser una excusa para evitar su tratamiento didáctico, sino un buen argumento para incluir su enseñanza en nuestras clases. Debemos recordar que uno de nuestros objetivos es facilitar la posterior integración deportiva del alumnado en la vida adulta, y el fútbol es una práctica colectiva que todos nos encontramos diariamente, sea como observadores y/o participantes. Este deporte es altamente motivador y se acerca a los intereses del alumnado por la ya mencionada popularidad. Nos brinda el descubrimiento de numerosas posibilidades educativas y lúdicas.(2020, p. 257)

La práctica de este deporte ayuda a la comunicación, ya que a la hora de realizar la actividad el alumnado utiliza un lenguaje referente al deporte el cual tiene como objetivo que se ejecute correctamente la actividad. De igual forma ayuda a adquirir competencias sociales y cívicas, las cuales buscan desarrollar en el alumnado actitudes de comprensión y respeto las cuales les ayudan a una correcta integración en la sociedad. También ayuda a que el alumnado tenga iniciativa y adquiera un espíritu emprendedor, el cual pretende que los escolares participen de forma activa, que a partir de la actividad produzcan comportamientos de liderazgo, habilidades de emprendimiento dentro de un ambiente libre y democrático. Este deporte colectivo ayuda de igual forma al desarrollo cognitivo del estudiante, ya que estos deben primero aprender y después enseñara a sus compañeros, obteniendo así la habilidad de corregir.

Y por último beneficia también al desarrollo de la conciencia y expresiones culturales, ya que esto ayuda a que el alumnado sepa desenvolverse en diferentes contextos de la sociedad referente a esta actividad o en diferentes actividades deportivas colectivas (Thomas E. Larkin como se citó en Antúnez et al., 2020).

El fútbol es considerado como el deporte rey, siendo este el más practicado y predominante del planeta, también es una actividad social que más prestigio ha ido adquiriendo en los últimos 10 años, debido a que esta actividad se relaciona positivamente con mejoras en la salud mental, corporal o física, dando resultado a una positiva calidad de vida. No hay que desconocer que el fútbol es un deporte colectivo de trabajo en equipo, de cooperación, donde las relaciones interpersonales entre el profesor - estudiante y estudiante – estudiante en el caso de la educación física son la raíz del correcto funcionamiento del equipo y su rendimiento (Ródenas et al, como se citó en Castro-Sánchez et al., 2019).

Algunas investigaciones han comunicado que la participación de los estudiantes provoca aspectos positivos, como el desarrollo de habilidades físicas, cognitivas, sociales, interpersonales o el afecto de pertenecer al grupo entre muchas. Los aspectos que encaminan a los niños a jugar fútbol son los aspectos de la amistad en grupo igualitariamente y la diversión social desarrollando entre ellos las relaciones interpersonales. Ya que no solo hacen énfasis a elementos como la técnica, táctica o la condición física, sino que hay otros factores muy importantes como los nombrados anteriormente que son necesarios para el desarrollo social, humano, personal e interpersonal del niño (Ródenas et al, como se citó en Castro-Sánchez et al., 2019).

Por otro lado, siguiendo con los deportes colectivos que ayudan al desarrollo de las relaciones interpersonales tenemos al baloncesto donde Bretón & Castro como se citó en Obrero & Garcia, afirma que:

El baloncesto es un deporte muy completo que desarrolla habilidades como equilibrio, concentración, autocontrol, personalidad, confianza y rapidez de ejecución, agilidad muscular y reflejos precisos que benefician la salud. Además, mejora la agilidad, la capacidad lógica y la mejora de los estados de alerta mediante el trabajo de los diferentes aspectos tácticos y favorece la

motivación intrínseca y autodeterminada que ayuda a la adherencia de la propia práctica deportiva. (2021, p. 673)

Otro estado que desarrolla la práctica del baloncesto en la edad escolar es la aportación de valores personales y sociales. Los jugadores de baloncesto adquieren una obligación con ellos mismos y con sus compañeros, que, en situaciones, les hará recaer a sus deseos personales y resignarse por el grupo. De igual forma adquirirá valores como el trabajo en equipo, el respeto a los demás, la cooperación los cuales son fundamentales para relacionarse con el grupo y alcanzar un objetivo dentro del baloncesto ya que es un deporte colectivo de cooperación y oposición (Bretón & Castro como se citó en Obrero & Garcia, 2021).

De igual forma, otro deporte colectivo que ayuda al desarrollo de las relaciones interpersonales en los escolares es el voleibol, donde Yousif et al, afirma que:

El Voleibol por sus características posee potencialidades para el desarrollo de valores sociales y personales. En la práctica de este deporte se establecen relaciones interpersonales socialmente condicionadas, con el colectivo deportivo. A través de la actividad deportiva, se desarrollan nuestras necesidades, intereses y motivos, en ellas se crean sentimientos y se fortalecen las convicciones, por la que el valor educativo de la actividad deportiva no se circunscribe a la formación de cualidades objetivamente vinculadas a alcanzar los éxitos de los reclamos deportivos en las competencias.(2018, p. 124)

Como deporte colectivo el voleibol, necesita una atención primordial, ya que no está solamente enfocado a factores de convivencia grupal, también está inmerso en el clima psicosocial ya que puede surgir problemas individuales de comportamiento los cuales pueden intervenir en estilo de vida de los escolares. Es por ello que el clima socio psicológico es un factor psicosocial en la práctica de los equipos de voleibol, sin este es imposible alcanzar los objetivos de forma grupal ya que cada uno de los miembros del equipo aporta en la actividad y obtiene su influencia. Es por ello que mientras más bueno sea el clima deportivo existirá más disciplina, cohesión y abnegación y más fuertes serán las relaciones interpersonales de los alumnos, lo cual posibilitara mayor cooperación, ayuda mutua, solidaridad, respeto y compañerismo entre los educandos y el profesor en la clases de educación física (Aldana, 2020).

1.2.2 Variable dependiente

Relaciones humanas

Definición

Las relaciones humanas son la interacción que surgen en ambientes organizacionales o personales, son también formales o informales, cortas o extensas, opositoras o cooperativas, de igual forma pueden ser colectivas o individuales (Mendoza Tejada, 2018).

Las relaciones humanas se dan en ambientes organizacionales los cuales pueden ser de diferentes tipos. Si dialogamos sobre los formales o informales se hace referencia a las actividades realizadas por las personas en una organización, de igual forma estas relaciones pueden aparecer de forma corta o extensa, también son individuales y colectivas; todas estas cualidades ayudan al ser humano a relacionarse indirecta o directamente. Es por ello que las relaciones humanas son un conjunto de ideas que dirigen las relaciones entre los individuos (Mendoza Tejada, 2018).

Según Huanca-Arohuanca et al, define a las relaciones humanas como: “El conjunto de interacciones que se da en los individuos que pertenecen a una sociedad, las cuales tienen grados de mandatos diferenciados y ciertos espacios en el cual encuentran el momento adecuado para el diálogo de saberes” (2021, p. 218).

Para Charles-Leija et al, en las relaciones humanas son: “Conjunto de interacciones que se da en los individuos que pertenecen a una sociedad, la cual tiene grados de órdenes jerárquicos por lo que las relaciones humanas se basan principalmente en los vínculos existentes entre los miembros de la comunidad” (2019, p. 200).

Las relaciones humanas son la interacción que existe entre las personas y que la comunicación es la vinculación entre comportamientos y conductas. También son las capacidades que tienen los individuos de desenvolverse y darse a conocer con sus semejantes en la sociedad, estas deben evolucionar de forma que faciliten la convivencia con las personas que forman el ambiente familiar (Charles-Leija et al., 2019).

Características

Según Verastegui como se citó en Palomino-esteban. (2020) la teoría de las relaciones humanas fue implantada por Elton Mayo et al, en USA en el año de 1930, los cuales afirman que las relaciones humanas nacen de la necesidad por alcanzar un objetivo, interactuando con los otros individuos dentro de cualquier ambiente social, ya sean estos individuales o colectivos de forma organizada, y es por ello que caracterizan a las relaciones humanas de la siguiente forma:

- Estudia la organización como grupo de personas.
- Hace énfasis en las personas.
- Se inspira en sistemas de psicología.
- Delegación plena de autoridad.
- Autonomía del trabajador.
- Confianza y apertura.
- Énfasis en las relaciones humanas entre los empleados.
- Confianza en las personas.
- Dinámica grupal e interpersonal.

Clasificación

Las relaciones humanas se las puede clasificar en primarias y secundarias según Chiroque Arrunátegui, afirma que: “Las relaciones humanas primarias son muy importantes, ya que estas surgen cuando los humanos se relacionan entre sí, por ellos mismo. Por otro lado, las relaciones humanas secundarias son las que nacen de la necesidad de obtener un servicio o función que puede facilitar una persona a otra” (2020, p. 28-29).

Las relaciones humanas primarias, son relaciones que se encuentran dentro de un círculo social más cercano e íntimo de la persona el cual se caracteriza por el apego y la importancia del vínculo. Las relaciones de amistad, familiares y amorosas son un claro ejemplo de relaciones primarias.

Las relaciones humanas secundarias, son vínculos caracterizados por la necesidad o beneficio de la relación, un ejemplo claro de estas puede ser la relación que se crea a nivel profesional en una empresa, donde se vincula la organización con su empleador,

otra puede ser a nivel comercial entre cliente y proveedor y también surgen en el ámbito de la salud entre médico y paciente.

Beneficio

Las relaciones humanas ayudan en la construcción de un entorno armónico, el cual es primordial para el alcance correcto de los objetivos, de las metas y fines de cualquier institución. Es por ello que en ambientes donde no se desarrollen buenas relaciones humanas, surgen problemas de discordia, enemistades y desorganización las cuales perjudican al medio educativo o empresarial. Las relaciones humanas ayudan a cumplir con los planes propuestos de una organización y esto hace que el ser humano se desarrolle como ser integrador, participativo y comunicativo, lo cual ayuda a que la actividad planteada se desarrolle ordenadamente (Justo, 2019).

Las relaciones humanas ayudan en la creación de sociedades u organizaciones: “Se considera que son básicas para el desarrollo individual e intelectual de cada ser humano, gracias a estos vínculos se constituyen las sociedades, tanto las más pequeñas (por ejemplo, aldeas) como las más grandes ciudades, implicando, necesariamente, al menos a dos individuos” (Silva, 2019, p. 189-190).

Según, Marilaf Caro et al, como se citó en Lachmann et al. (2018) las relaciones humanas benefician al ser humano en la salud y previene enfermedades, ya que estas impiden que los individuos pasen por entornos de aislamiento social, evita que padezcan de problemas de ánimo y conducta los cual trae consigo síntomas de depresión, ansiedad, baja autoestima y sobrepeso por la inactividad física. es por ello que las relaciones humanas son imprescindibles en la vida de las personas ya que estas se encargan de mantener al ser humano en constante interacción y actividad con sus semejantes en cualquier ambiente social.

Relaciones sociales

Definición

Las relaciones sociales es el medio por el cual las personas interactúan con sus semejantes, y por medio de estas interacciones desarrollan las formas de pensar, actuar y sentir que son importantes para su intervención eficaz en la sociedad. Es la manera de como los individuos aprenden y profundizan en el lapso de sus vidas, los componentes socioculturales del medio ambiente, los unen a la configuración de su personalidad, bajo la intervención de costumbres y de agentes sociales significativos, y se acostumbran así al ambiente social donde van a vivir. Tener buenas relaciones sociales es sentirse ser parte de una sociedad (Cabrera et al, como se citó en Castillo, 2019).

Según Ventura et al, nos dice que las relaciones sociales son: “El conjunto de capacidades para emitir conductas eficaces en situaciones interpersonales con la finalidad de obtener respuestas gratificantes de los demás. Este término engloba destrezas específicas aplicables a diferentes situaciones de intercambio social” (2018, p. 276).

Las relaciones sociales son una manera de construcción de la realidad social por medio de vínculos fuertes y largos entre las personas ya sea de forma individual o colectiva, por medio de estos pueden intercambiar diferentes tipos de recursos materiales o inmateriales que les ayuda a resolver sus obligaciones (Espinola-Sánchez et al., 2019).

Características

Las relaciones sociales se caracterizan dentro de los componentes cognitivos, comportamentales y afectivos a continuación se explicará cada una de estas características según como nos da a entender Feriz et al, en su investigación:

Sus características son la equidad, la subyugación y pérdida de la conciencia de la libertad. A continuación, se realiza una descripción de estas características: desde las relaciones sociales, la equidad se define como relaciones humanas que requieren de su proceso de negociación, construyéndolas desde las personalidades de los actores involucrados; la

justicia como elemento característico que define las relaciones sociales como el respeto en el entorno, que da garantía y protección a los derechos fundamentales de las personas; el poder como tercera característica refiere que las relaciones sociales son un proceso de confrontación de poderes, es decir, dadas por un versus entre los servicios sociales (colectivo) y el propio interés (individual); como última característica se refiere la subyugación, se manifiesta que las relaciones sociales son un constante proceso de servir a otro, a lo que se le atribuye la anulación de la personalidad. (2020, p. 16).

Las relaciones sociales tienen una serie de características que dan paso a la descripción de las mismas. Se comprende por relación social al grupo de interacciones que sostiene una persona con otras. La interacción de las personas se puede implementar también entre conjuntos y comunidades y se presenta como el sostén principal del coexistir y la dinámica social. Ya que en la vida diaria se intercambian miradas rápidas con individuos que a veces ni se les conoce, pero de todos modos deben ser relacionadas de acuerdo con el marco o ambiente en el que se estén conociendo, para que los humanos se puedan comunicar diariamente utilizan el lenguaje y la comunicación no verbal que se presenta por medio de la expresión facial. (Feriz et al., 2020).

Clasificación

Las relaciones sociales se pueden clasificar de diferentes formas, ya que se depende al área en la cual se así énfasis esta clasificación, ya sea en la rama de la psicología, sociología o de otra naturaleza. A continuación, se la clasificara según el aspecto más congruente en esta temática que es en lo social y educativo:

- **Relaciones Afectivas:** Dentro de la educación física el desarrollo afectivo es primordial ya que este ayuda a eliminar los temores en ambientes de participación social como son deportivas, teatro o dramatización. De igual forma las relaciones afectivas entre las personas aumenta los niveles de confianza y autoestima, esto ayuda a que los estudiantes mejoren aspectos cognitivos y puedan sobresalir poco a poco en el ámbito educativo dentro y fuera de la institución (Ventura et al., 2018).

- **Relaciones laborales:** Estas surgen la interacción entre los trabajadores o trabajadores y directivos de una empresa u organización o en el caso de una institución educativa entre los docentes y directores. Estas relaciones están bajo normas las cuales se las debe cumplir para el ambiente de trabajo sea excelente.
- **Relaciones familiares:** Estas relaciones están presentes desde el nacimiento de la persona ya que son las que como primer lugar forman al humano como ser conviviente y social, son de vital importancia ya que es aquí donde se forman algunas características de interacción que serán vitales para las relaciones interpersonales en los distintos ambientes de la sociedad.
- **Relaciones circunstanciales:** Estas relaciones son las que se tendrán con personas que serán de paso en la vida del ser humano son superficiales, fugaces. Se caracterizan por ser poco emocionales y por ser olvidadas muy rápido.

Beneficio

Cuando se establecen buenas relaciones entre las personas puede beneficiar de muchas formas al individuo ya sea satisfaciendo sus necesidades en cualquiera de los aspectos de su vida. Estas relaciones ayudan, durante su vida a fomentar valores beneficiando así la calidad de vida de las personas. Es primordial desarrollar estas relaciones ya que los propios humanos son los encargados de construir los lazos de afectividad entre ellos, los cuales forman en el entorno social de estos. Estos entornos sociales se crean mediante la interacción y la socialización ya sea en aspectos individuales y colectivos. Todo lo antes nombrado beneficia y contribuye a la formación del conocimiento, el cual se da a notar en el desarrollo personal, intelectual y profesional de cada persona, como integrantes de una sociedad que evoluciona para desarrollarse con el pasar del tiempo (Febres-Cordero Colmenárez & Anzola, 2018).

Según la Asociación Intercultural para el Desarrollo de la Filosofía Social (s.f.) como se citó en Feriz et al, afirman que:

Las relaciones sociales constituyen la base fundamental de la convivencia y la dinámica social; desde sus inicios, el hombre ha necesitado un orden social el cual ha sido producido en la interacción entre individuos, con el fin de dar continuidad en el tiempo a los seres humanos, de aquí la aparición de las redes

sociales humanas. El ser humano tiene como característica principal el hecho de encontrarse ligado a la humanidad, pues no se puede vivir en aislamiento, necesitamos vincularnos en colectivos, grupos o redes para cimentarnos y complementarnos; en situaciones de crisis humanitarias las redes sociales humanas nos han ayudado en procesos de reconstrucción, estas a su vez determinan nuestros comportamientos. Entre los colectivos o redes sociales encontramos: la familia, amigos, compañeros de trabajo, estudio y ocio. (2020, p. 15)

Relaciones personales

Definición

Las relaciones personales se definen como el trato o la comunicación que se realizan entre dos o más individuos; estas son importantes en las instituciones educativas, ya que durante la actividad académica surge un proceso mutuo mediante el cual los humanos que se ponen en interacción valoran las conductas de los otros y se originan opiniones acerca de ellos, esto hace que se creen sentimientos que intervienen en el tipo de relaciones personales que se establecen (Wallace et al., 2018).

Se dice que: “Existen relaciones personales cuando una o más personas interactúan o mantienen conversaciones con intereses en común pero que están reguladas por leyes para que exista la armonía y no se presenten inconvenientes” (Wallace et al., 2018, p. 26).

Dentro del ámbito laboral especialmente en el educativo se conocen a las relaciones personales como una forma en que los profesores realizan su trabajo educativo, eligiendo sus amistades, compañeros o conocidos a la vez que plantean sus formas de planear la intensidad afectiva y emocional con cada uno de los individuos. Y estas relaciones están formadas por las relaciones interpersonales, intrapersonales y laborales (Lizano Díaz, 2018).

Características

Las relaciones personales se caracterizan dependiendo el vínculo que tenga una persona con otro, de igual forma estas dependen de las destrezas sociales que tenga

cada persona, estas se van forjando desde las edades tempranas, juveniles y maduras. de igual forma estas puede ser incididas por perturbaciones o experiencias críticas. Por lo general son claros síntomas de la vida interna y externa en lo emocional de la persona. Las relaciones personales pueden ser:

- Profundas o superficiales.
- Agradables o conflictivas.
- Individuales o grupales.

Clasificación

Las relaciones personales son la forma en como las personas se comportan o piensan, estas les ayudan a solucionar sus problemáticas dentro de una sociedad de forma placentera y aceptable para el mismo sujeto y para los individuos o contexto que le rodean. Según, Lizano Díaz (2018) esta relaciones se clasifican en tres dimensiones las relaciones intrapersonales, interpersonales y las laborales; a continuación se explicara cada una de estas.

- **Relaciones interpersonales:** Las relaciones interpersonales, son las que se establecen y mantienen con otros individuos con la intención de satisfacer las necesidades; compartir sentimientos, conocimientos y experiencias entre las personas en una situación particular; tenido como principales elementos la motivación a la interacción, la comunicación emotiva, y como primer punto el respeto mutuo como base fundamental de toda relación humana.
- **Relaciones intrapersonales:** Las relaciones intrapersonales son aquellas que se originan en el interior de una personas las cuales tiene como función principal fortalecer el yo interno del ser humano. Gracias a estas interacciones internas el individuo se automotiva, surgen habilidades de intuición, analiza y toma decisiones más favorables para su ser, ayudan a combatir el estrés y ayuda a la autoconciencia emocional.
- **Relaciones laborales:** Las relaciones laborales es la interacción que existe entre empleadores y empleados dentro de una empresa, organización o en el caso educativo dentro de un distrito o institución educativa los cuales se rigen bajo un reglamento.

Beneficio

Tener buenas relaciones personales ya sea dentro del ámbito familiar, social, educativo y laboral; favorece al bienestar emocional de las personas, de esta forma previene situaciones de ansiedad o depresión, y la restricción de estos síntomas traerá consigo un alto grado de autoestima y de empatía en los individuos ya que estas relaciones que vengan acompañadas con estos aspectos serán más fiables y con un alto nivel de cooperación y compañerismo (Wallace et al., 2018).

Dentro de ámbito de la salud las relaciones personales benefician el sistema inmunológico, cardiovascular, etc., de los individuos, reduciendo de esta forma distintas enfermedades que pueden suscitarse por la escasez de estas relaciones, al instante en que las personas interactúan con sus semejantes en actividades físicas de cualquier tipo como pueden ser colectivas o individuales con el simple hecho de competir o recrearse están ejercitándose lo cual desarrolla en el ser humano una condición de vida activa favorable.

Relaciones interpersonales

Definición

Las relaciones interpersonales son la base fundamental en el desarrollo social de las personas, su evolución es fundamental en la etapa escolar donde los estudiantes van formando su personalidad y sus formas de interacción con un colectivo. Es por ello que Cardenas Cahuana como se citó en Freddy, afirma que las relaciones interpersonales son “Como se relacionan e interactúan los individuos, vínculos y formas de participación en los diferentes grupos, donde se generan intercambios afectivos y valorativos como parte del proceso de socialización sobre las formas de ver la vida, el compartir intereses, afectos, valores, entre otros” (2019, p. 47).

Para Marín como se citó en A. S. B. Alonso, las relaciones interpersonales son: “Aquella necesidad que tiene el sujeto, no solo fisiológicamente (comer, dormir, respirar, etc.), sino socialmente de tener interacción con los demás, ya sea en la familia al nacer, en la escuela al estudiar, o en la comunidad donde vive. Al hablar de necesidades de relación, podemos entender que son aquellas que de alguna u otra manera potencian la dimensión social afectiva del sujeto” (2019, p. 1-227).

Las relaciones interpersonales son vínculos o lazos entre los humanos integrantes de una sociedad o comunidad, estas son importantes para el desarrollo integral de las personas, y para mejorar las habilidades sociales. Por medio de estas, combinamos formas de sentir la vida, afectos, perspectivas y necesidades donde intervienen la interacción con el contexto (Trujillo, 2018).

Las relaciones interpersonales se encuentran orientadas por leyes u organizaciones de la interacción social, ya que cuando exista la interacción mutua entre dos o más individuos, surgen las relaciones sociales y en si también las relaciones interpersonales.

Características

Comprendemos por relaciones interpersonales a una de las manifestaciones más importantes en la vida de cualquier persona: la socialización con sus semejantes en distintos estados, características y circunstancias. Las relaciones interpersonales se caracterizan por que surgen de la interacción entre dos o más individuos, se caracterizan por la existencia de comunicación entre dos o más personas la cual tiene como tarea primordial combinar convivencias de vida entre las dos o más personas que están interactuando, se caracterizan también porque son opuestas a las relaciones intrapersonales las cuales tiene la función de desarrollar el yo interno de cada persona, las relaciones interpersonales también se caracterizan por que mejoran muchos aspectos tanto internos como externos de las personas, tanto el estado físico, salud, psicológico e intelectual (Trujillo, 2018).

Dentro del ámbito educativo las relaciones interpersonales se caracterizan por ser las principales promotoras de la interacción grupal entre el alumnado, lo cual tiene como resultado el trabajo en equipo, la cooperación y la comunicación como principales estrategias para llegar al disfrute total y alcanzar el objetivo propuesto por el docente dentro de la actividad. La práctica diaria de estas actividades en el alumnado mejora sus habilidades sociales, aumentado en gran medida las relaciones interpersonales con los individuos que lo rodean, ya sea dentro o fuera de la institución educativa. Estas relaciones minimizan el mal desarrollo en el pensamiento intrapersonal y ayuda a que los estudiantes sean personas que sepan tomar decisiones y brindar propuestas que beneficien tanto a su ser como al de los que lo rodean. De igual forma estas relaciones

se caracterizan por ser las principales promotoras de desarrollar niveles altos de autoestima en los estudiantes, esto ayuda que los estudiantes no se formen como seres antisociales lo cual le puede traer muchas problemáticas en su vida. Una de las principales características de la relaciones interpersonales es que son desarrolladoras del aspecto intelectual y adaptativo en el ser humano, cuando la persona se siente en confianza con los demás individuos en un ambiente ya sea educativo, laboral o deportivo, surgen magnificas respuestas a una problemática o buenos desenvolvimientos en las actividades que realice y esto hace que su trabajo se excelente, surgen de la persona todas sus potencialidades y cualidades que por la timidez, baja autoestima o nervios impiden que surjan (Martínez-Deliz et al., 2017).

Clasificación

Se halla una diversidad de clasificaciones, ofrecidas por investigadores del tema, quienes de manera general la clasifican en:

Relaciones íntimas o superficiales, indicando que son íntimas porque corresponde a la satisfacción de las necesidades afectivas. Las superficiales atiende, pero no se preocupa o ingresa a la intimidad. **Relaciones personales/sociales**. Desde el punto de vista de la psicología social, Tajfel habla de tres tipos de identidad en las personas: – Personal. – Identidad social. – Identidad humana. La identidad personal se refiere a la individual. La identidad social, a la que le da el pertenecer a un grupo. Se ha comprobado que, en situaciones diferentes, toma prioridad una identidad sobre la otra. En las relaciones sociales toma prioridad la identidad social. Aunque estemos solo con otro, hay una despersonalización y una aplicación de estereotipos sociales. No lo conocemos y le suponemos las características del grupo al que pertenece. En la relación personal toma prioridad la identidad personal. Tomo a la otra persona como única e irrepitible, con sus características personales. Hay una atracción personal. Hay una atracción hacia el otro por lo que es, no por lo que representa ni por el grupo al que pertenece. (Trujillo, 2018, p.38)

Según Sternberg como se cito en Trujillo, habla de la relación amorosa y plantea que está compuesto por tres elementos: – Pasión – Compromiso – Intimidad. En base a

esos componentes y a la combinación de los mismos, plantea distintos tipos de relación:

Amistad: relación en la que predomina la intimidad. **Relación pasional:** relación en la que predomina la pasión. **Relación formal:** relación en la que predomina los aspectos formales de la relación. **Relación romántica:** relación en la que predomina la pasión y la intimidad. **Apego:** relación en la que predomina la intimidad y el compromiso. **Relación fatua:** relación en la que predominan la pasión y el compromiso. **Amor pleno:** relación en las que se conjuntan de forma equilibrada el compromiso, la intimidad y la pasión. (2018, p. 38-39)

Beneficio

Las relaciones interpersonales benefician en muchos aspectos a la persona, unos de estos pueden ser en el ámbito educativo, estas relaciones son fundamentales para que la paz y la convivencia en armonía predomine y los ofrecimientos de trabajo se clarifiquen, haciendo de esta forma que los alumnos se sientan en un ambiente acogedor y amigable para estudiar y compartir con sus semejantes (Trujillo, 2018).

La vida de los humanos se desarrolla y alcanza su plenitud cuando estos interactúa en la sociedad, y la sociedad es la que forma parte de las relaciones interpersonales. Y es por ello que beneficia al ser humano, ya que esta ayuda a satisfacer sus necesidades, brinda apoyo para que las personas alcancen sus objetivos desarrollando de esta forma sus potencialidades. Las relaciones interpersonales son un aspecto vital y de principal importancia para la vida. Es aquí donde se enfatiza que los individuos se necesitan unos de otros para ser humanos (Trujillo, 2018).

Las relaciones interpersonales hoy en día son indispensables en los distintos ambientes sociales, ya sean educativos, empresariales, deportivos, etc., como menciona Trujillo, en el ámbito laboral:

En la actualidad, las relaciones interpersonales son un factor muy importante en determinados ámbitos laborales en los cuales el trabajo en equipo o el desarrollo de una cartera propia de clientes son necesarios. Es por esto que aquellas personas con facilidad para relacionarse y socializar suelen ser

mejores vistas para algunos puestos que aquellas que prefieren trabajar individualmente. (2018, p. 35)

Además, las relaciones interpersonales junto con la amistad que surgen la interacción personal entre los estudiantes juegan un papel importante en el desarrollo sentimental, intelectual y social durante la niñez y la adolescencia. La inadecuada evolución de estas relaciones proporciona en el ser humano problemas como el rechazo entre sus semejantes lo cual da como resultado falencias psicosociales, problemas de depresión, autoestima bajo, estrés y ansiedad (Rodríguez Medina et al., 2018).

1.3 Objetivos:

1.3.1 Objetivo general

Determinar la incidencia de los deportes colectivos en el desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física en estudiantes de educación media de la unidad educativa Vicente Anda Aguirre del cantón Mocha en el periodo octubre 2021- febrero 2022.

1.3.2 Objetivos específicos

- Evaluar el nivel inicial de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física en los estudiantes de educación media de la unidad educativa Vicente Anda Aguirre del cantón Mocha en el periodo octubre 2021- febrero 2022.
- Valorar el nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física posterior a la aplicación de deportes colectivos en los estudiantes de educación media de la unidad educativa Vicente Anda Aguirre del cantón Mocha en el periodo octubre 2021- febrero 2022.
- Analizar la diferencia entre el nivel inicial de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física y posterior a la aplicación de deportes colectivos en los estudiantes de educación media de la unidad educativa Vicente Anda Aguirre del cantón Mocha en el periodo octubre 2021- febrero 2022.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 Materiales

Para la ejecución de la investigación se utilizaron los siguientes materiales:

Implementos para la aplicación de deportes colectivos:

- Bolón de: fútbol, básquet, voleibol
- Silbato
- Cronómetro
- Conos

Materiales para la medición del nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales:

Se utilizará el cuestionario de evaluación de las relaciones interpersonales (CERI), el cual fue aplicado en la tesis para optar el grado académico de: maestro en ciencias de la educación con mención en docencia e investigación, por parte de Laura Yrene Guillermo Tántarico y Elena Rita Montoya Rupay, estudiantes de la “Universidad Nacional del Santa, Escuela de Posgrado”, Nuevo Chimbote – Perú en el año 2015.

2.2 Métodos

Los métodos de investigación ejecutados para la elaboración de la tesis se determinaron según los distintos procesos utilizados, para la búsqueda de la información de carácter científico que sustento la teoría de la investigación se aplicó el método analítico, a través del cual se estudiaron los diferentes deportes colectivos para entender en conjunto como estos inciden en las relaciones interpersonales en este grupo de estudio. Para el desarrollo metodológico de la investigación es decir la construcción del conocimiento que este estudio produjo, se aplicó el método hipotético – deductivo, a través del cual se llegó a la aceptación de una hipótesis determinada. Para el desarrollo de las conclusiones de la investigación se aplicó el método

comparativo que permitió comparar los hallazgos en los diferentes niveles de la investigación y de esta manera establecer la incidencia entre las variables de estudio.

Método analítico

El método analítico es un camino para llegar a un resultado mediante la descomposición de un fenómeno en sus elementos constitutivos: “Aunque la forma clásica de entender el método analítico ha sido la de un procedimiento que descompone un todo en sus elementos básicos y, por tanto, que va de lo general (lo compuesto) a lo específico (lo simple), es posible concebirlo también como un camino que parte de los fenómenos para llegar a las leyes, es decir, de los efectos a las causas” (Lopera Echavarría et al, como se citó en Padilla Martínez et al., 2018, p. 308).

Método hipotético-deductivo

El método hipotético-deductivo son los pasos o medio que sigue el indagador para hacer de su tarea una habilidad científica, este se guía en un ciclo de inducción, deducción, inducción para decretar hipótesis las cuales serán confirmadas o rechazadas. Para Farji-Brener, el uso del método hipotético-deductivo implica los siguientes pasos: “1) definir un fenómeno que deseamos conocer, 2) proponer varias hipótesis diferentes para explicarlo, 3) deducir los resultados esperados de cada hipótesis suponiendo que son ciertas (i.e., formular predicciones), 4) contrastar estas predicciones con nuestras observaciones, y 5) descartar aquellas hipótesis cuyas predicciones no son avaladas por los datos” (2019, p. 716).

Método comparativo

Para Nohlen como se citó en Patiño-Salceda, el método comparativo en una investigación científica es: “El procedimiento de comparación sistemática de objetos de estudio que, por lo general, es aplicado para llegar a generalizaciones empíricas y a la comprobación de hipótesis” (2019, p. 25-41).

2.3 Diseño de investigación

El presente estudio de investigación se basó en un enfoque cuantitativo, ya que se analizó datos con comprobaciones estadísticas para obtener los resultados previstos, por su finalidad es una investigación aplicada ya que se obtuvo información en la aplicación del método e instrumento del estudio y por su diseño es una investigación cuasi-experimental ya que se trabajó con un solo grupo en el proceso de intervención y se le aplicó una pre y post encuesta para medir el nivel de relaciones interpersonales en el grupo de estudio. Por la fuente de obtención de datos se caracteriza por ser una investigación de campo con un corte longitudinal, ya que se midió la variable dependiente en un periodo pre y post intervención.

Enfoque cuantitativo

El enfoque cuantitativo de investigación es el más estructurado y ordenado en las ciencias de la investigación es por ello que cada uno de los pasos o componentes que lo conforman no deben ser olvidados o suprimidos ya que eso provocaría cambios en el estudio los cuales traerían errores, es por ello que R. Hernández Sampieri, C. Fernández & M. P. Baptista, como se citó en Torres Fernández, afirman que:

En el enfoque cuantitativo se parte de identificar y formular un problema científico, y a seguidas una revisión de la literatura afín al tema, con la que se construye un marco teórico referencial; posteriormente y sobre la base de esos dos aspectos se formulan hipótesis de investigación; en estas últimas se precisan las variables fundamentales de la investigación, las que son definidas conceptual y operacionalmente. De ese último proceso resultan un conjunto de indicadores con los que se construyen los reactivos que dan lugar a los instrumentos de investigación, siempre de carácter estructurado. Con ellos se obtienen datos, los que son procesados con recursos estadísticos potentes con la intención de confirmar o refutar las hipótesis inicialmente establecidas. Es decir, y siguiendo con los mismos autores: “En el proceso se busca el máximo control”. (2016, p. 2)

Investigación aplicada

Según Peralta, la investigación aplicada: “Plantea resolver problemas o intervenir en la historia natural de la enfermedad. Las técnicas estadísticas evalúan el éxito de la intervención en cuanto a proceso, resultados e impacto. Ej. Tratamiento de la enfermedad periodontal” (2019, p. 120).

Investigación con diseño cuasiexperimental

Este es un sub-diseño de la investigación experimental se cuenta con dos sub-niveles de la variable independiente: intervención realizada en un grupo experimental y un grupo control sin intervención. Para Ramos-Galarza, en diseño cuasiexperimental:

La característica de este tipo de investigación es la asignación no aleatoria en los grupos de intervención. Por ejemplo, en investigaciones en las cuales se trabaje con dos grupos establecidos, como pueden ser dos cursos en el contexto educativo, no se puede asignar mediante el azar a los grupos y se trabajan con los grupos ya conformados. La variable dependiente debe ser valorada de forma igualitaria en ambos grupos, es decir, en un pre test, se debe aplicar los mismos instrumentos a ambos grupos. Una vez terminada la intervención, se aplica un post test en ambos grupos y se compara el rendimiento en la variable dependiente entre el grupo experimental y de control y se procede a analizar la diferencia o igualdad encontrada. (2021, p. 5)

Investigación de campo con corte longitudinal

Una investigación de campo es la que se desarrolla en el contexto o campo en el cual se va a indagar y estudiar la problemática de una investigación, Según Peralta, en base a su dimensión temporal, es una investigación de corte longitudinal: “Se caracteriza por realizar un seguimiento a los mismos sujetos de estudio por un largo periodo de tiempo, esto permite ver la evolución de características y variables observadas” (2019, p. 120).

2.4 Población y muestra de estudio

La presente investigación se trabajó con una población finita de 280 estudiantes de EGB media pertenecientes a la unidad educativa “Vicente Anda Aguirre” del cantón Mocha provincia de Tungurahua, el muestreo aplicado es no probabilístico por conveniencia, obteniendo de esta forma una muestra de 31 estudiantes específicamente de 7 año de EGB media paralelo “C” ya que estos son los que con mayor frecuencia tienen clases de educación física a la semana y el horario de la clase es factible para la intervención del investigador.

2.5 Técnicas e instrumentos de investigación

En referencia a la metodología que fue aplicada en la investigación y planteada para el desarrollo del estudio, se emplearon diferentes técnicas e instrumentos de investigación en relación con las variables de estudio.

Para la evaluación de la variable dependiente que es el “desarrollo de las relaciones interpersonales” se utilizó la encuesta como técnica de recolección de información y como instrumento se utilizó el cuestionario (CERI) “Cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales” (Anexo1) el cual consta de 46 ítems, y para su valoración se aplicó la escala de Likert con las alternativas de respuesta: nunca, casi nunca, bastantes veces, casi siempre y siempre. La validación del instrumento fue desarrollada por un juicio de expertos, seleccionando para ello docentes especializados en la temática, los cuales realizaron la evaluación y aportaron en el diseño final del instrumento de investigación.

2.6 Plan de recolección de la información

Para la recolección de la información se realizaron los siguientes pasos:

1. Búsqueda y análisis bibliográfico en artículos científicos indexados en revistas científicas como Scielo, Redalyc, Dialnet, Latindex, Google Académico y Scopus; referente a las dos variables de estudio como independiente (deportes colectivos) y la dependiente (relaciones interpersonales).
2. Selección de la muestra de estudio.

3. Aplicación del cuestionario de evaluación de las relaciones interpersonales (CERI) en el periodo pre-intervención.
4. Aplicación de una guía de actividades referente a los deportes colectivos como el fútbol, voleibol y baloncesto, con el objetivo de desarrollar las relaciones interpersonales en la muestra de estudio.
5. Aplicación del cuestionario de evaluación de las relaciones interpersonales (CERI) en el periodo post-intervención.
6. Transcripción de los datos a una matriz de Excel para su procesamiento y posterior análisis estadístico de los resultados.

2.7 Tratamiento estadístico de los datos de investigación

El análisis estadístico de los resultado del estudio se utilizó el paquete estadístico SPSS en su versión 25, realizando la caracterización de la muestra de estudio a través de la aplicación de un análisis de frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas y un análisis descriptivo de valores medios y desviaciones estándares para las variables cuantitativas, así como una prueba de normalidad de Shapiro-Wilk que permitió determinar la aplicación de la prueba no paramétrica U de Mann Withney, en ambos casos para muestras independientes con el objetivo de determinar la existencia de diferencias significativas en las variables de caracterización entre los grupos por sexo. Para determinar diferencias significativas entre los niveles de la variable de estudio presentados en los diferentes periodos de la intervención y al mismo tiempo la verificación de las hipótesis de estudio, se aplicó la prueba no paramétrica de Chi-cuadrado de Pearson para variables cualitativas para verificar las diferencias entre niveles y la prueba de Wilcoxon para verificar las diferencias significativas entre los resultados de las evaluaciones por periodo.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de los resultados

A continuación, se puede observar los resultado y datos obtenidos del cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales “CERI” el cual fue aplicado tanto en un periodo pre y post intervención, en los estudiantes de EGB media de 7 año paralelo “C” de la unidad educativa “Vicente Anda Aguirre” del cantón Mocha, el análisis y discusión de los resultados obtenidos en la investigación son de mucha importancia para su mismo desarrollo investigativo.

3.1.1 Caracterización de la muestra de estudio

Para la construcción de la investigación, se realizó como primer punto el proceso de caracterización de la muestra de estudio, con el objetivo de determinar las principales peculiaridades de los sujetos, las cuales nos ayudaron a conocer mucho mejor la muestra de estudio que intervino en la investigación.

Tabla 1. *Caracterización de la muestra de estudio*

Sexo	f	%	Edad (años)			
			Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Masculino	14	45.20	11	12	11.14	0.36
Femenino	17	54.80	10	11	10.88	0.33
P			0.051*			
Total	31	100	10	12	11	0.37

Nota. Análisis de frecuencias (f), porcentajes (%) y significación en un nivel de $P \geq 0.05$ (*) entre grupos por sexo

La caracterización de la muestra de estudio dentro de la variable del SEXO muestra una frecuencia de 14 para el género masculino la cual representa el 45.20%, para el género femenino muestra una frecuencia de 17 la cual representa el 54.80%, de esta forma dando un total de 31 en la frecuencia y el 100% en el porcentaje de la variable del sexo en la muestra de estudio. Dentro de la variable de EDAD muestra un valor mínimo de 11 y un valor máximo de 12 dando de esta forma un promedio de 11.14

con una desviación estándar del 0.36 para el género masculino, para el género femenino muestra un valor mínimo de 10 y un valor máximo de 11 dando de esta forma un promedio de 10.88 con una desviación estándar del 0.33, de esta forma dando un valor total de 10 en el valor mínimo y 12 en el valor máximo con un promedio de 11 y una desviación estándar del 0.37.

Se interpretó que dentro de la muestra de estudio que son 31 estudiantes entre hombres y mujeres existió más mujeres que hombres, 9.6% más que el género masculino, 17 mujeres que represento el 54.80% de la muestra de estudio y 14 hombres que represento el 45.20% de la muestra de estudio, sumando estos resultados nos dio un total de 31 estudiantes que represento el 100% de la muestra de estudio. Dentro de la variable de la edad se pudo interpretar que el género masculino estaba en un rango de 11 años como valor mínimo y 12 años como valor máximo, de esta forma se pudo decir que promediando la edad en el género masculino estaban en los 11 años de edad; para el género femenino estaban en un rango 10 años como valor mínimo y 11 años como valor máximo, de esta forma se pudo decir que promediando la edad en el género femenino estaban en los 10 años de edad; como conclusión se pudo decir que de forma general la muestra de estudio entre hombres y mujeres estaba en un rango de 10 años como valor mínimo y 12 años como valor máximo y promediando estas edades se concluyó que la muestra de estudio se encontraba dentro de una media de 11 años de edad. Entones de forma general se pudo interpretar que tanto en las variables de edad como del sexo no existieron diferencias significativas ya que su nivel de significación se encontró un nivel $P \geq 0.05$.

3.1.2 Resultados por objetivo

Mediante los objetivos que se plantearon se realizó el análisis de cada uno de ellos por medio de los datos obtenidos en la investigación. En el siguiente apartado se desarrolló el análisis y discusión de cada uno de los objetivos tanto en el periodo pre y post intervención que se caracterizó en cada uno de estos.

Resultados de la evaluación del nivel inicial de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física en los estudiantes de educación media.

Mediante la aplicación del cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales “CERI” en el periodo pre-intervención, se pudo evaluar el nivel inicial de las habilidades de relaciones interpersonales en la muestra de estudio. Se evaluó cada uno de los criterios de relaciones interpersonales, como son: habilidades básicas de interacción social, habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales, habilidades para cooperar y compartir, habilidades relacionadas con las emociones y habilidades de autoafirmación; cada una de estas habilidades fueron valoradas mediante la adaptación de la escala de likert que eran de 5 escalas de evaluación a 3 escalas de evaluación las cuales fueron: inadecuado, regular y adecuado, todo esto para que los rangos de evaluación sean más concretos.

Tabla 2. *Resultados de la evaluación del nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en el periodo PRE intervención en la muestra de estudio*

Criterios de relaciones interpersonales Periodo PRE intervención	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Habilidades básicas de interacción social	31	20	50	40.26	7.75
Habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales		12	30	26.61	4.74
Habilidades para cooperar y compartir		26	50	43.06	7.67
Habilidades relacionadas con las emociones		23	50	42.58	7.71
Habilidades de autoafirmación		10	50	42.19	10.41
Coefficiente de habilidades interpersonales		112	230	194.71	33.61

Los resultados de la evaluación del nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en el periodo PRE-INTERVENCIÓN en la muestra de estudio, muestran en cada uno de los criterios de relaciones interpersonales los siguientes resultados: dentro de las habilidades básicas de interacción social, da como resultado un valor mínimo de 20 y un valor máximo de 50 dando un promedio de 40.26 con una desviación estándar de 7.75; en las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales, da

como resultado un valor mínimo de 12 y un valor máximo 30 dando un promedio de 26.61 con una desviación estándar de 4.74; en las habilidades para cooperar y compartir, da como resultado un valor mínimo de 26 y un valor máximo de 50 dando un promedio de 43.06 con una desviación estándar de 7.67; en las habilidades relacionadas con las emociones, da como resultado un valor mínimo de 23 y valor máximo de 50 dando un promedio de 42.58 con una desviación estándar de 7.71; en las habilidades de autoafirmación, da como resultado un valor mínimo de 10 y valor máximo de 50 dando un promedio de 42.19 con una desviación estándar de 10.41; de esta forma dando como resultado general un valor mínimo de 112 y valor máximo de 230 con un promedio de 194.71 y una desviación estándar de 33.61 en el coeficiente habilidades interpersonales.

Se interpretó que las habilidades básicas de interacción social, se encontraron en un nivel adecuado con 40.26 de promedio que represento el 80.52%; las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales, se encontraron en un nivel adecuado con 26.61 de promedio que represento el 88.7%; las habilidades para cooperar y compartir, se encontraron en un nivel adecuado con 43.06 de promedio que represento el 86.12%; las habilidades relacionadas con las emociones, se encontraron en un nivel adecuado con 42.58 de promedio que represento el 85.16%; las habilidades de autoafirmación, se encontraron en un nivel adecuado con 42.19 de promedio que represento el 84.38%. De esta forma se pudo interpretar que las habilidades de relaciones interpersonales en la muestra de estudio en el periodo pre intervención se encontraron en un nivel adecuado con un promedio de 194.71 que representa el 84.65%.

Tabla 3. Niveles de relaciones interpersonales por criterio y de manera general en el periodo PRE intervención en la muestra de estudio

Niveles de criterios de relaciones interpersonales periodo PRE intervención	Inadecuado		Regular		Adecuado	
	f	%	f	%	f	%
Habilidades básicas de interacción social	1	3.2	7	22.6	23	74.2
Habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales	1	3.2	5	16.1	25	80.6
Habilidades para cooperar y compartir	0	0	8	25.8	23	74.2
Habilidades relacionadas con las emociones	1	3.2	5	16.1	25	80.6
Habilidades de autoafirmación	2	6.5	5	16.1	24	77.4
Nivel de habilidades interpersonales	0	0	7	22.6	24	77.4

Nota. Análisis de frecuencias (f), porcentajes (%) por criterios de habilidades de relaciones interpersonales.

Los niveles de relaciones interpersonales por criterio y de manera general en el periodo PRE-INTERVENCIÓN en la muestra de estudio, muestran los siguientes resultados en cada uno de los criterios de relaciones interpersonales, en el primero que son las habilidades básicas de interacción social, muestra una frecuencia de 1 que representa el 3.2% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 7 que representa el 22.6% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 23 que representa el 74.2% para el nivel adecuado; en el segundo que son las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales, muestra una frecuencia de 1 que representa el 3.2% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 5 que representa el 16.1% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 25 que representa el 80.6% para el nivel adecuado; en el tercero que son las habilidades para cooperar y compartir, muestra una frecuencia de 0 que representa el 0% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 8 que representa el 25.8% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 23 que representa el 74.2% para el nivel adecuado; en el cuarto que son las habilidades relacionadas con las emociones, muestra una frecuencia de 1 que representa el 3.2% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 5 que representa el 16.1% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 25 que representa el 80.6% para el nivel adecuado; en el quinto que son las habilidades de autoafirmación, muestra una frecuencia de 2 que representa el 6.5% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 5 que representa el 16.1% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 24 que representa el 77.4% para el nivel adecuado; para finalizar dentro de los niveles de relaciones interpersonales Pre intervención de forma general,

se muestra que dentro del nivel inadecuado se obtuvo una frecuencia de 0 la cual representa el 0%, dentro del nivel regular se obtuvo una frecuencia de 7 que representa el 22.6%, y por último dentro del nivel adecuado se obtuvo una frecuencia de 24 la cual representa el 77.4%.

Se interpretó que de forma general 24 estudiantes que representaron el 77.4% de la muestra de estudio se encontraron dentro de un nivel adecuado de habilidades de relaciones interpersonales y 7 estudiantes que representaron el 22.6% de la muestra de estudio se encontraron dentro de un nivel regular de habilidades de relaciones interpersonales. Entonces se pudo observar que no existieron estudiantes dentro del nivel inadecuado de habilidades de relaciones interpersonales ya que la mayoría estuvo en un nivel adecuado y el resto en un nivel regular. De forma individual se interpretó que dentro de las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales y dentro de las habilidades relacionadas con las emociones se obtuvo el mayor porcentaje de la muestra de estudio en un nivel adecuado con el 80.6%.

Resultados de la valoración del nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física posterior a la aplicación de deportes colectivos en los estudiantes de educación media.

Siguiendo con la metodología que se planteó se procedió nuevamente a aplicar el cuestionario “CERI” en el periodo post intervención, después de la aplicación de una guía de actividades referentes a deportes colectivos con el objetivo de desarrollar las relaciones interpersonales en la muestra de estudio, de igual forma se evaluó cada una de las habilidades de relaciones interpersonales con la misma escala de valoración.

Tabla 4. Resultados de la evaluación del nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en el periodo POST intervención en la muestra de estudio

Criterios de relaciones interpersonales	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Periodo POST intervención					
Habilidades básicas de interacción social	31	31	50	44.58	5.52
Habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales		18	30	27.52	3.61
Habilidades para cooperar y compartir		30	50	45.29	5.72
Habilidades relacionadas con las emociones		30	50	46.16	5.07
Habilidades de autoafirmación		32	50	46.90	4.53
Coefficiente de habilidades interpersonales		150	230	210.45	22.44

Los resultados de la evaluación del nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en el periodo POST-INTERVENCIÓN en la muestra de estudio, muestran en cada uno de los criterios de relaciones interpersonales los siguientes resultados: dentro de las habilidades básicas de interacción social, da como resultado un valor mínimo de 31 y un valor máximo de 50 dando un promedio de 44.58 con una desviación estándar de 5.52; en las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales, da como resultado un valor mínimo de 18 y un valor máximo 30 dando un promedio de 27.52 con una desviación estándar de 3.61; en las habilidades para cooperar y compartir, da como resultado un valor mínimo de 30 y un valor máximo de 50 dando un promedio de 45.29 con una desviación estándar de 5.72; en las habilidades relacionadas con las emociones, da como resultado un valor mínimo de 30 y valor máximo de 50 dando un promedio de 46.16 con una desviación estándar de 5.07; en las habilidades de autoafirmación, da como resultado un valor mínimo de 32 y valor máximo de 50 dando un promedio de 46.90 con una desviación estándar de 4.53; de esta forma dando como resultado general un valor mínimo de 150 y valor máximo de

230 con un promedio de 210.45 y una desviación estándar de 22.44 en el coeficiente habilidades interpersonales.

Se interpretó que las habilidades básicas de interacción social, se encontraron en un nivel adecuado con 44.58 de promedio que represento el 89.16%; las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales, se encontraron en un nivel adecuado con 27.52 de promedio que represento el 91.73%; las habilidades para cooperar y compartir, se encontraron en un nivel adecuado con 45.29 de promedio que represento el 90.50%; las habilidades relacionadas con las emociones, se encontraron en un nivel adecuado con 46.16 de promedio que represento el 92.32%; las habilidades de autoafirmación, se encontraron en un nivel adecuado con 46.90 de promedio que represento el 93.8%. De esta forma se pudo decir que las habilidades de relaciones interpersonales en la muestra de estudio en el periodo post intervención se encontraron en un nivel adecuado con un promedio de 210.45 que representa el 91.5%; entonces se interpretó que existió una diferencia del 7% entre el nivel pre y post intervención, después de la intervención de deportes colectivos en la muestra de estudio.

Tabla 5. Niveles de relaciones interpersonales por criterio y de manera general en el periodo POST intervención en la muestra de estudio

Niveles de criterios de relaciones interpersonales periodo POST intervención	Inadecuado		Regular		Adecuado	
	f	%	f	%	f	%
Habilidades básicas de interacción social	0	0	4	12.9	27	87.1
Habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales	0	0	4	12.9	27	87.1
Habilidades para cooperar y compartir	0	0	4	12.9	27	87.1
Habilidades relacionadas con las emociones	0	0	2	6.5	29	93.5
Habilidades de autoafirmación	0	0	2	6.5	29	93.5
Nivel de habilidades interpersonales	0	0	2	6.5	29	93.5

Nota. Análisis de frecuencias (f), porcentajes (%) por criterios de habilidades de relaciones interpersonales.

Los niveles de relaciones interpersonales por criterio y de manera general en el periodo POST-INTERVENCIÓN en la muestra de estudio, muestran los siguientes resultados en cada uno de los criterios de relaciones interpersonales, en el primero que son las habilidades básicas de interacción social, muestra una frecuencia de 0 que representa el 0% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 4 que representa el 12.9% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 27 que representa

el 87.1% para el nivel adecuado; en el segundo que son las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales, muestra una frecuencia de 0 que representa el 0% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 4 que representa el 12.9% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 27 que representa el 87.1% para el nivel adecuado; en el tercero que son las habilidades para cooperar y compartir, muestra una frecuencia de 0 que representa el 0% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 4 que representa el 12.9% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 27 que representa el 87.1% para el nivel adecuado; en el cuarto que son las habilidades relacionadas con las emociones, muestra una frecuencia de 0 que representa el 0% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 2 que representa el 6.5% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 29 que representa el 93.5% para el nivel adecuado; en el quinto que son las habilidades de autoafirmación, muestra una frecuencia de 0 que representa el 0% para el nivel inadecuado, de igual forma tiene una frecuencia de 2 que representa el 6.5% para el nivel regular, y por ultimo tiene una frecuencia de 29 que representa el 93.5% para el nivel adecuado; para finalizar dentro de los niveles de relaciones interpersonales Post intervención de forma general, se muestra que dentro del nivel inadecuado se obtuvo una frecuencia de 0 la cual representa el 0%, dentro del nivel regular se obtuvo una frecuencia de 2 que representa el 6.5%, y por ultimo dentro del nivel adecuado se obtuvo una frecuencia de 29 la cual representa el 93.5%.

Se pudo interpretar que 29 estudiantes que representaron el 93.5% de la muestra de estudio se encontraron dentro de un nivel adecuado de habilidades de relaciones interpersonales y 2 estudiantes que representaron el 6.5% de la muestra de estudio se encontraron dentro de un nivel regular de habilidades de relaciones interpersonales. Entonces se pudo observar que no existieron estudiantes dentro del nivel inadecuado de habilidades de relaciones interpersonales y que la mayoría estuvo en un nivel adecuado y el resto en un nivel regular. De forma individual se interpretó que dentro de las habilidades relacionadas con las emociones y dentro de las habilidades de autoafirmación se obtuvo el mayor porcentaje de la muestra de estudio en un nivel adecuado con el 93.5%; entonces se interpretó que existió una diferencia del 16.1% dentro del nivel adecuado entre los periodos pre y post intervención, de igual forma a nivel regular existió una diferencia del -16.1% , todo esto después de la después de la intervención de deportes colectivos en la muestra de estudio.

Resultados del análisis de la diferencia entre el nivel inicial de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física y posterior a la aplicación de deportes colectivos en los estudiantes de educación media.

A continuación, se mostraron los resultados de las diferencias entre el periodo pre y post intervención de cada una de las habilidades de relaciones interpersonales en la muestra de estudio, se analizó cada uno de los resultados verificando si existieron cambios significativos. De igual forma se construyó una tabla de doble entrada o cruzada con la intención de analizar la relación entre los niveles PRE y POST intervención en la muestra de estudio.

Tabla 6. *Diferencia entre los resultados por periodo en la muestra de estudio*

Diferencia entre periodos POST y PRE intervención	n	Mín	Máx	M	DS	P
Habilidades básicas de interacción social	31	-13.00	17.00	4.32	6.60	0.001*
Habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales		-9.00	14.00	0.90	4.24	0.249**
Habilidades para cooperar y compartir		-6.00	19.00	2.23	5.21	0.033*
Habilidades relacionadas con las emociones		-5.00	18.00	3.58	5.95	0.005*
Habilidades de autoafirmación		-6.00	40.00	4.71	10.16	0.021*
Coefficiente de habilidades interpersonales		-33.00	85.00	15.74	24.47	0.001*

Nota. Análisis descriptivo de valores mínimos (Mín), máximos (Máx), medios (M), desviaciones estándares (DS) con diferencias significativas en niveles de $P < 0.05$ (*) y $P \geq 0.05$ (**)

La diferencia entre periodos POST y PRE-INTERVENCIÓN en la muestra de estudio, muestran los siguientes resultados: dentro de las habilidades básicas de interacción social, da como resultado un valor mínimo de -13.00 y un valor máximo 17.00 dando un promedio de 4.32 con una desviación estándar de 6.60 y una diferencia significativa de 0.001*; en las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales, da como resultado un valor mínimo de -9.00 y un valor máximo de 14.00 dando un

promedio de 0.90 con una desviación estándar de 4.24 y una diferencia significativa de 0.249**; en las habilidades para cooperar y compartir, da como resultado un valor mínimo de -6.00 y valor máximo de 19.00 dando un promedio de 2.23 con una desviación estándar de 5.21 y una diferencia significativa de 0.033*; en las habilidades relacionadas con las emociones, da como resultado un valor mínimo de -5.00 y un valor máximo de 18.00 dando un promedio de 3.58 con una desviación estándar de 5.95 y una diferencia significativa de 0.005*; en las habilidades de autoafirmación, da como resultado un valor mínimo de -6.00 y un valor máximo de 40.00 dando un promedio de 4.71 con una desviación estándar de 10.16 y una diferencia significativa de 0.021*; de esta forma dando como resultado general en el coeficiente de habilidades interpersonales, un valor mínimo de -33.00 y un valor máximo de 85.00 dando un promedio de 15.74 con una desviación estándar de 24.47 y una diferencia significativa de 0.001*.

Se interpretó que entre en el periodo pre y post intervención si existieron diferencias significativas, y como resultado general del coeficiente de habilidades interpersonales se obtuvo una diferencia significativa del 0.001* eso quiso decir que existieron cambios dentro de las habilidades de relaciones interpersonales en la muestra de estudio, de igual forma se pudo observar que dentro de la habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales hubo una diferencia significativa de 0.249** eso quiso decir que dentro de estas habilidades no existieron cambios significativos dentro de la muestra de estudio, en las demás habilidades de relaciones interpersonales si existieron cambios ya que estuvieron bajo una diferencia significativa de $P < 0.05$ (*).

Tabla 7. *Relación entre los niveles PRE Y POST intervención en la muestra de estudio.*

Criterios de comparación	Nivel PRE	Nivel POST		Total
		Regular	Adecuado	
Habilidades básicas de interacción social	Inadecuado	1	0	1
	Regular	1	6	7
	Adecuado	2	21	23
	Total	4	27	31
Habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales	Inadecuado	1	0	1
	Regular	1	4	5
	Adecuado	2	23	25
	Total	4	27	31
Habilidades para cooperar y compartir	Regular	4	4	8
	Adecuado	0	23	23
	Total	4	27	31
Habilidades relacionadas con las emociones	Inadecuado	0	1	1
	Regular	2	3	5
	Adecuado	0	25	25
	Total	2	29	31
Habilidades de autoafirmación	Inadecuado	0	2	2
	Regular	2	3	5
	Adecuado	0	24	24
	Total	2	29	31
Relaciones interpersonales	Regular	2	5	7
	Adecuado	0	24	24
	Total	2	29	31

La relación entre los niveles PRE y POST intervención en la muestra de estudio, muestran los siguientes resultados: para las habilidades básicas de interacción social, dentro del periodo pre intervención da como resultado una frecuencia de 1 para el nivel inadecuado, 7 para el nivel regular y 23 para el nivel adecuado; dentro del periodo post intervención da como resultado una frecuencia de 4 para el nivel regular y 27 para el nivel adecuado, dando de esta forma en ambos periodos un total de 31. Para las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales, dentro del periodo pre-intervención da como resultado una frecuencia de 1 para el nivel inadecuado, 5 para el nivel regular y 25 para el nivel adecuado; dentro del periodo post intervención da como resultado una frecuencia de 4 para el nivel regular y 27 para el nivel adecuado, dando de esta forma en ambos periodos un total de 31. Para las habilidades para cooperar y compartir, dentro del periodo pre intervención da como resultado una frecuencia de 8 para el nivel regular y 23 para el nivel adecuado; dentro

del periodo post intervención da como resultado una frecuencia de 4 para el nivel regular y 27 para el nivel adecuado, dando de esta forma en ambos periodos un total de 31. Para las habilidades relacionadas con las emociones, dentro del periodo pre intervención da como resultado una frecuencia de 1 para el nivel inadecuado, 5 para el nivel regular y 25 para el nivel adecuado; dentro del periodo post intervención da como resultado una frecuencia de 2 para el nivel regular y 29 para el nivel adecuado, dando de esta forma en ambos periodos un total de 31. Para las habilidades de autoafirmación, dentro del periodo pre intervención da como resultado una frecuencia de 2 para el nivel inadecuado, 5 para el nivel regular y 24 para el nivel adecuado; dentro del periodo post intervención da como resultado una frecuencia de 2 para el nivel regular y 29 para el nivel adecuado, dando de esta forma en ambos periodos un total de 31. Como resultado general en el periodo pre intervención da como resultado una frecuencia de 7 para el nivel regular y 24 para el nivel adecuado; dentro del periodo post intervención da como resultado una frecuencia de 2 para el nivel regular y 29 para el nivel adecuado, dando de esta forma en ambos periodos un total general de 31.

3.2 Discusión de los resultados de la investigación

Durante la aplicación del cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales “CERI” y la guía de actividades referentes a deportes colectivos específicamente en fútbol, baloncesto y voleibol, tanto en el periodo pre y post intervención en la muestra de estudio, se obtuvieron resultados que ayudaron a determinar que los deportes colectivos si inciden en el desarrollo de las relaciones interpersonales en estudiantes de educación media en las clases de educación física, ya que en cada una y de forma general de las habilidades de relaciones interpersonales evaluadas, existieron cambios significativos referentes a $P < 0.05$. Estos resultados coinciden con los hallazgos obtenidos por, Johnson et al. (2018) en su investigación denominada “Atribución emocional en el taller de baloncesto escolar de una escuela pública en Chile: análisis de contenido”, en esta investigación se enfatiza que los deportes colectivos en este caso el baloncesto ayuda a mejorar las relaciones interpersonales en los escolares ya que desarrolla habilidades de interacción social, cooperar y compartir, emocionales y de autoafirmación.

Los deportes colectivos son actividades importantes dentro de la educación física ya que aparte de ejercitar, moldear y guiar al estudiante hacia una especialidad deportiva también son una fuente muy importante del desarrollo social interaccional, cooperación, participación y compartir, de autoafirmación y de iniciación conversacional, todas estas habilidades comprenden en sí las relaciones interpersonales, dentro del estudio si obtuvieron resultados favorables, con la aplicación de deportes colectivos se mejoraron algunas falencias que existía dentro del ambiente educativo, estas falencias impedían que los estudiantes se relacionen entre sí en las clases de educación física llevándolos a una vida llena de problemas sociales, emocionales y físicos. Es así que con la aplicación de estos deportes destruyeron estas falencias. En el estudio realizado por, Lucio (2018) con la temática “La práctica deportiva del fútbol como estrategia para la promoción de la convivencia escolar”, se obtuvieron resultados que se relacionan con la investigación, ya que dentro de su estudio se aplicaron actividades deportivas colectivas en este caso el fútbol que ayudaron mejorar las relaciones interpersonales en los escolares, eliminando problemáticas como mal comportamiento, bajo rendimiento académico, problemas de agresividad, de interacción, conversacionales y convivencia social.

La aplicación de deportes colectivos como el fútbol, baloncesto y voleibol, para desarrollar en los estudiantes sus relaciones interpersonales fue muy buena ya que gracias a estas actividades deportivas colectivas los estudiantes pudieron despojarse de su timidez y anti sociabilidad, ya que para ejecutar de forma correcta estos deportes se necesita de la inteligencia emocional, de la interacción entre compañeros de equipo, del trabajo en equipo, de la comunicación, etc.; para llegar así a cumplir un objetivo común entre todos los integrantes, y por medio de todos estos actos las relaciones interpersonales entre el alumnado mejoraron muy satisfactoriamente. Es así como afirma Ojeda et al, como se citó en Rimachi Mojonero & Quispe Huamán. (2020) en su investigación denominada “La preparación física en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes de segundo y tercero de secundaria de la institución educativa Fortunato Luciano Herrera del Cusco 2019”, donde aplico una estrategia didáctica por medio de juegos cooperativos referentes del voleibol para desarrollar las relaciones interpersonales en la muestra de estudio, nos da a conocer que la aplicación de este deporte colectivo mejoró de forma significativa las relaciones interpersonales en la muestra de estudio. En un principio las relaciones interpersonales

en la muestra de estudio fueron muy bajas, pero después del periodo de intervención existieron cambios significativos.

3.3 Verificación de hipótesis

En el siguiente apartado se realizó la verificación de la hipótesis de la investigación, se aplicó la prueba no paramétrica de Chi-cuadrado de Pearson para variables cualitativas para verificar las diferencias entre niveles y periodos del estudio.

Tabla 8. Verificación de hipótesis de estudio

Estadísticos	Habilidades básicas de interacción social	Habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales	Habilidades para cooperar y compartir	Habilidades relacionadas con las emociones	Habilidades de autoafirmación	Relaciones interpersonales
Chi-cuadrado de Pearson	Significación asintótica (bilateral)					
	0.028*	0.023*	0.000*	0.004*	0.004*	0.007*

Nota. Significación estadística en un nivel de $P < 0.05$ (*)

Para la comprobación de las hipótesis de estudio se aplicó la prueba Chi-cuadrado de Pearson, la cual permitió determinar diferencias significativas entre los periodos de estudio en un nivel de $P < 0.05$ por criterios de evaluación y el nivel general de relaciones interpersonales, determinando de esta manera la aceptación de la hipótesis alternativa de investigación:

Ha: Los deportes colectivos inciden en el desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física en estudiantes de educación media.

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- Se evaluó el nivel inicial de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física en los estudiantes de educación media. Se dedujo que las habilidades de relaciones interpersonales en la muestra de estudio en el periodo pre-intervención se encontraron en un nivel adecuado. Se pudo observar que no existieron estudiantes dentro del nivel inadecuado de habilidades de relaciones interpersonales ya que la mayoría estuvo en un nivel adecuado y el resto en un nivel regular. De forma individual se interpretó que dentro de las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales y dentro de las habilidades relacionadas con las emociones se obtuvo el mayor porcentaje de un nivel adecuado en los estudiantes.
- Se valoro el nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física posterior a la aplicación de deportes colectivos en los estudiantes de educación media. Las habilidades de relaciones interpersonales en la muestra de estudio en el periodo post intervención se encontraron en un nivel adecuado, entonces se concluye que existió una diferencia significativa entre el nivel pre y post intervención. Se observo que no existieron estudiantes dentro del nivel inadecuado de habilidades de relaciones interpersonales y que la mayoría estuvo en un nivel adecuado y el resto en un nivel regular. De forma individual se concluye que dentro de las habilidades relacionadas con las emociones y dentro de las habilidades de autoafirmación se obtuvo el mayor porcentaje de la muestra de estudio en un nivel adecuado, entonces existió una diferencia significativa dentro del nivel adecuado entre los periodos pre y post intervención, de igual forma a nivel regular existieron cambios, todo esto después de la después de la intervención de deportes colectivos en la muestra de estudio.
- Se analizó la diferencia entre el nivel inicial de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física y posterior a la aplicación de

deportes colectivos en los estudiantes de educación media. Se concluyó que entre en el periodo pre y post intervención si existieron diferencias significativas, y como resultado general del coeficiente de habilidades interpersonales se obtuvo una diferencia significativa del 0.001* eso quiso decir que existieron cambios dentro de las habilidades de relaciones interpersonales en la muestra de estudio, de igual forma se pudo observar que dentro de la habilidades de iniciación de la interacción social y conversacionales hubo una diferencia significativa de 0.249** eso quiso decir que dentro de estas habilidades no existieron cambios significativos dentro de la muestra de estudio, en las demás habilidades de relaciones interpersonales si existieron cambios ya que estuvieron bajo una diferencia significativa de $P < 0.05$ (*).

4.2 Recomendaciones

- Es importante evaluar el nivel inicial de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física en los estudiantes de educación media. Por qué ayudara a conocer el nivel de habilidades de relaciones interpersonales entre los estudiantes, las falencias que se deben solucionar y mejorar en la muestra de estudio, ya que de esa información obtenida se partirá con un plan de intervención.
- Es importante valorar el nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física posterior a la aplicación de deportes colectivos en los estudiantes de educación media. Por qué ayudaran con resultados que nos guíen en que ámbitos se deben mejorar e intervenir un poco mas para solucionar la problemática.
- Es importante analizar la diferencia entre el nivel inicial de desarrollo de las relaciones interpersonales en la clase de educación física y posterior a la aplicación de deportes colectivos en los estudiantes de educación media. Por que nos permite identificar si existieron o no cambios significativos positivos en la muestra de estudio y verificar si sirvió o no las técnicas, instrumentos e intervenciones de la investigación. Esto brindara información para nuevos estudios referentes a la temática de investigación ya que tendrán una guía y mejoraran un poco más sus ideas y procedimientos de investigación.

MATERIALES DE REFERENCIA

Referencias bibliográficas

- Aldana, C. (2020). *ASSERTIVE COMMUNICATION OF MANAGEMENT STAFF FOR STRENGTHENING SPORTS PERFORMANCE IN A VOLLEYBALL TEAM Resumen Introducción. 12.*
- Alejandro, R., Gaete, U., Guía, P., & Chávez, M. (2019). “ *Plan Estratégico Para Clubes De Fútbol Amateur.*
- Alonso, A. S. B. (2019). *Educación Física, potencializadora de interacciones sociales en sus tres componentes: Comunicativo, social y prático* (Issue July).
- Alonso, J. M. R., Bernal, C. B., Martínez, J. M. G., Escolar, P. M., & Romero, M. G. (2020). Importancia De La Práctica Deportiva En Edad Escolar: Validación Cuestionario Cudaem. *Brazilian Journal of Development*, 6(4), 21598–21615. <https://doi.org/10.34117/bjdv6n4-361>
- Angosto, S., Berengüí, R., Vegara-Ferri, J. M., & López-Gullón, J. M. (2020). Motives and commitment to sport in amateurs during confinement: A segmentation study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), 1–20. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207398>
- Antúnez, A., García-Ceberino, J. M., Feu, S., & S.J., I. (2020). Validación De Dos Programas De Intervención Para La Enseñanza Del Fútbol Escolar. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de La Actividad Física y Del Deporte*, 20(78), 257–274. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2020.78.005>
- Azorín Abellán, C. M. (2018). El método de aprendizaje cooperativo y su aplicación en las aulas. *Perfiles Educativos*, 40(161), 181–194.
- Barbosa Granados, S., & Urrea Cuéllar, Á. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales*, 25, 141–160.
- Burke-marsan, L., Castellanos-columbié, A., & Martínez-tabera, T. (2018). *Cuaderno de ejercicios para potenciar el pensamiento táctico-ofensivo en las atletas de baloncesto categoría juvenil de la provincia Guantánamo Notebook*

of exercises for potential the offensive-tactical thought in the athletes of basketball juvenile categ. 8(15), 63–72.

- Calais, D., & Contreras, H. (2018). El Deporte Como Elemento Socializador En Adolescentes Que Participan En Proyectos Sociales En Ongs. *Revista de Educación Social*, 26, 243–255.
- Calleja-Reina, M., Rueda Gómez, J. M., & Barbosa Gonzalez, A. (2021). Relación entre la práctica deportiva en Clubes Deportivos y la mejora del control de la impulsividad en escolares. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 21(1), 179–191. <https://doi.org/10.6018/cpd.437791>
- Castillo, K. S. G. P. y L. F. M. (2019). Estrategias Didácticas en un Aula Incluyente para el Aprendizaje de los estudiantes con Discapacidad Intelectual del Jardín Infantil “Los Pingüinos.” In *Fundación Universitaria Los Libertadores Facultad, Google Académico*.
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., & Chacón-Cuberos, R. (2019). Clima motivacional en deportistas en función de la modalidad deportiva. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 8(1), 31–38. <https://doi.org/10.6018/sportk.362031>
- Charles-Leija, H., Aboites, G., & Llamas, I. (2019). Violence in the Household and Happiness in Mexico. *Australian Economic Review*, 52(2), 200–211. <https://doi.org/10.1111/1467-8462.12298>
- Chiroque Arrunátegui, D. R. (2020). *Programa de estrategias didácticas para desarrollar la inteligencia interpersonal de los estudiantes de segundo grado de educación secundaria de la Institución Educativa “José María Arguedas Altamirano” Villa- Batanes- distrito de Chulucanas, provincia de.*
- Coentrao, L. (2021). Brasil como anfitrión de la copa mundial de fútbol 2014 y los juegos olímpicos 2016 : una mirada desde la lúdica , el espectáculo y la educación. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 1(April), 31–38.
- Coulter, M., Scanlon, D., MacPhail, A., O’Brien, W., Belton, S., & Woods, C. (2020). The (mis)alignment between young people’s collective physical activity

experience and physical education curriculum development in Ireland. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 11(3), 204–221.
<https://doi.org/10.1080/25742981.2020.1808493>

Espinola-Sánchez, M. A., Racchumí-Vela, A., Arango-Ochante, P., & Minaya-Léon, P. (2019). Perfil sociodemográfico de gestantes en el Perú según regiones naturales. *Revista Peruana de Investigación Materno Perinatal*, 8(2), 14–20.
<https://doi.org/10.33421/inmp.2019149>

Farji-Brener, A. G. (2019). Una propuesta de marco conceptual para el desarrollo de proyectos de investigación en Entomología y ciencias afines. *Revista Colombiana de Entomología*, 45(1), e7805.
<https://doi.org/10.25100/socolen.v45i0.7805>

Febres-Cordero Colmenárez, M., & Anzola, M. (2018). Las relaciones sociales derivadas del uso de las tecnologías en los procesos educativos virtuales. *Educere*, 23, 27–37.

Feriz, D. A., Fernandez, A., & Cauca, U. (2020). Memorias iv encuentro de semilleros de investigación fup 2020. *IV Encuentro de Semilleros de Investigación*, April, 14.

Fernández Álvarez, L. ., Carriedo, A., & González, C. (2020). Relaciones entre el autoconcepto físico, la condición física, la coordinación motriz y la actividad física en estudiantes de secundaria. *Journal of Sport and Health Research*, 12(3), 259–270.

Flores Allende, G., García Tascón, M., Velarde Martínez, O., & Cuevas Vázquez, F. E. (2020). Cumplimiento de la normativa española (UNE-EN) para las canastas de baloncesto y porterías de fútbol en las instalaciones deportivas municipales en el Área Metropolitana de Guadalajara, México. *Retos*, 2041(39), 769–779.
<https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.82592>

Flores, Z. (2019). La cultura física y la práctica del deporte The Physical Culture and the Sport Practice in Mexico . A Complex Social Right El estudio del derecho al deporte tiene un importante déficit con respecto a otros derechos sociales , no obstante que ha ya sido re. *Revista Mexicana De Derecho Constitucional*, 40.

- Formaci, P. P., & Avanzado, C. H. (2019). *Patrocinio Programa Formación de Capital Humano Avanzado. CONICYT. Gobierno de Chile. V, 70–84.*
- Fraile-García, J., Tejero-González, C. M., Esteban-Cornejo, I., & Veiga, Ó. L. (2019). Association between enjoyment, motor self-efficacy, physical activity and academic performance in physical education. *Retos, 2041(36)*, 58–63.
- Freddy, S. B. W. (2019). *Relación de la autoestima con las habilidades sociales de los estudiantes de décimo curso de la Unidad Educativa Luis Felipe Borja en el periodo lectivo 2018-2019.*
- Fuentes Vilugrón, G. A., & Lagos Hernández, R. I. (2019). Motivaciones hacia la práctica de actividad física-deportiva en estudiantes de La Araucanía. *Revista Ciencias de La Actividad Física, 20(2)*, 1–13.
<https://doi.org/10.29035/rcaf.20.2.3>
- González, N. F., & Rivas, A. D. (2018). Actividad física y ejercicio en la mujer. *Revista Colombiana de Cardiología, 25*, 125–131.
<https://doi.org/10.1016/j.rccar.2017.12.008>
- Gutiérrez, D., Segovia, Y., García-López, L. M., & Fernández-Bustos, J. G. (2019). Service-learning integrated into the sport education model as a facilitator of the transition to secondary education. *Publicaciones de La Facultad de Educacion y Humanidades Del Campus de Melilla, 49(4)*, 89–110.
<https://doi.org/10.30827/publicaciones.v49i4.11730>
- Huanca-Arohuanca, J. W., Sapana Valdivia, N., Casa Coila, M. D., & Vargas Pacosonco, K. R. (2021). Articulación entre pedagogía y las relaciones humanas: un análisis a los estudiantes quechuas del Instituto Horacio Zevallos Gámez – Cusco. *Horizonte de La Ciencia, 11(21)*, 216–226.
<https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2021.21.907>
- Iván, A. C. J. (2018). Las competencias profesionales del entrenador de deportes individuales. In *Uvirtual. uce.*
- Johnson, F. M., Arduiz, N. O., & López, R. C. (2018). Atribución emocional en el taller de baloncesto escolar de una escuela pública en Chile: Análisis de contenido. *Cuadernos de Psicología Del Deporte, 18(1)*, 31–42.

- Justo, B. H. S. L. (2019). *Relaciones humanas y el clima organizacional en el Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Azángaro - 2017.*
- Lachmann, B., Sindermann, C., Sariyska, R. Y., Luo, R., Melchers, M. C., Becker, B., Cooper, A. J., & Montag, C. (2018). The role of empathy and life satisfaction in internet and smartphone use disorder. *Frontiers in Psychology*, 9(MAR), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00398>
- Lirola, M. J. (2020). Propuesta hacia el deporte inclusivo en educación secundaria obligatoria. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 1(1), 405–412. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n1.v1.1798>
- LIZANO DÍAZ, A. L. (2018). *Universidad nacional del centro del peru escuela de posgrado unidad de posgrado de la facultad de ingeniería química.*
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ ESCUELA DE POSGRADO.
- Lucio, H. J. S. N. L. A. (2018). La práctica deportiva del fútbol como estrategia para la promoción de la convivencia escolar. In *Google Académico.*
- Mamani Ramos, A. A., Huamaní Arredondo, F. J., Cabrejos Ramos, J. C., Lava Gálvez, J. J., Arce Roncal, D. L., Mora Santiago, R. J., Quisocala Mamani, J. A., Torres Cruz, F., Lipa Tudela, L., & Fuentes López, J. D. (2019). Autoconfianza y su relación con el rendimiento, procedencia, logros y edad en jugadoras de voleibol peruanas en categoría de formación. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 6(1), 145–165. <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.1.5543>
- Marcías García, D., González Lopez, I., & Eslava-Suanes, M. D. (2018). El fútbol como estrategia para el desarrollo de la inteligencia emocional del alumnado de educación primaria: una experiencia didáctica. *Educação Formação*, 3(8), 17–36. <https://doi.org/10.25053/redufor.v3i8.268>
- Mariño, M., Karina, S., Pantoja, B., Ángel, V. M., Villamizar, F., & Alberto, J. (2019). La actividad física como alternativa de formación para disminuir la agresividad escolar: un estudio comparativo. *Revista Virtual Universidad*

Católica Del Norte, 56, 141–160.

- Marqués-Molías, L., Palau-Martín, R., Usart, M., & Morilla, F. (2019). The Flipped classroom in the learning of korfbal in fifth and sixth grade. *Aloma*, 37(2), 43–52. <https://doi.org/10.51698/aloma.2019.37.2.43-52>
- Martínez-Deliz, Z., Gómez-Cardoso, Á. L., & Hernández-Carballé, M. de J. (2017). El desarrollo de la educación emocional en escolares con alteraciones en el comportamiento: una perspectiva de trabajo para elevar sus relaciones interpersonales. *Luz*, 16(2), 13–22. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=589166503003>
- Mendoza Tejada, L. (2018). Gestión educativa y las relaciones humanas de los docentes de la red 01 de la Ugel Ventanilla – Callao, 2018. *Universidad César Vallejo*.
- Menezes, R. P., Marques, R. F. R., & Nunomura, M. (2020). Teaching handball to players under-12: The perspective of Brazilian coaches. *Motriz. Revista de Educacao Fisica*, 23(4). <https://doi.org/10.1590/S1980-6574201700040006>
- Moral-García, J. E., García, D. O., García, S. L., Jiménez, M. A., & Dios, R. M. (2018). Influence of physical activity on self-esteem and risk of dependence in active and sedentary elderly people. *Anales de Psicología*, 34(1), 162–166. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.1.294541>
- Obrero, E. G., & Garcia, H. G. (2021). A narrative review: Basketball as a mean of inclusion for people with autistic spectrum disorder. *Retos*, 42(June), 673–683. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V42I0.87479>
- Padilla Martínez, M. P., Fabricio Lascano Pérez, L., Ramiro, W., & Silva, J. (2018). La dinámica empresarial y el emprendimiento, factores determinantes para el desarrollo del ciclo de vida de las pymes. *Revista*, 15, 308–325.
- Palomino-esteban, H. E. (2020). Clima organizacional y desempeño docente en instituciones educativas de la Unidad Gestión Educativa Local, Huánuco - 2017. *Google Académico*, 6(1), 7–16.
- Patiño-Salceda, J. (2019). Análisis comparativo entre el doctorado profesional y de

investigación en México. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, X, 25–41. <https://doi.org/10.22201/iissue.20072872e.2019.28.427>

Peralta, M. L. (2019). Research designs | Diseños de investigación. *Dermatologia Revista Mexicana*, 15(15), 119–122.
<http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-35348921065&partnerID=MN8TOARS>

Ramos-Galarza, C. (2021). Editorial: Diseños de investigación experimental. *CienciAmérica*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.33210/ca.v10i1.356>

Rimachi Mojonero, Y., & Quispe Huamán, A. (2020). LA PREPARACION FISICA EN EL APRENDIZAJE DE LOS FUNDAMENTOS TECNICOS DEL VOLEIBOL EN ESTUDIANTES DE SEGUNDO Y TERCERO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA FORTUNATO LUCIANO HERRERA DEL CUSCO 2019. In *Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco*.
<http://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/UNSAAC/5260>

Rodríguez, Á. F., Rodríguez, J. C., Guerrero, H. I., Arias, E. R., Paredes, A. E., & Chávez, V. A. (2020). Physical activity benefits for children and adolescents in the school. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2), 1–14.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252020000200010

Rodríguez, J. F., & Anguera, M. T. (2018). Game pattern in handball according to the player who occupies the centre back position. *Apunts. Educacion Fisica y Deportes*, 134, 110–123. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.cat.\(2018/4\).134.08](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.cat.(2018/4).134.08)

Rodríguez Medina, J., Jiménez Ruíz, M., & Arias González, V. (2018). Mediación entre iguales, competencia social y relaciones interpersonales de los niños con TEA en la escuela. *Revista Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 93, 93–110.

Røset, L., Green, K., & Thurston, M. (2020). ‘Even if you don’t care...you do care after all’: ‘Othering’ and physical education in Norway. *European Physical*

Education Review, 26(3), 622–641. <https://doi.org/10.1177/1356336X19862303>

- Sancho Tejo, A. I. (2021). *La iniciación deportiva a través de los deportes alternativos, aplicados desde el modelo comprensivo*.
- Sanz-martín, D. (2020). Relación entre actividad física infantil y apoyo percibido: estudio de casos. *Apunts Educación Física y Deportes*, 36(139), 19–26.
- Schmidt, V., Celsi, I., Molina, M. F., Raimundi, M. J., García-Arabehehy, M., Pérez-Gaido, M., Iglesias, D., & Gonzalez, M. A. (2019). Engagement to sports and its relationship with alcohol consumption in adolescents and young adults. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 19(3), 24–36. <https://doi.org/10.6018/cpd.353711>
- Silva, A. M. (2019). Año 2019 n° 2 scientiarum. *Scientiarum*, 415–423.
- Torres Fernández, P. A. (2016). Acerca de los enfoques cuantitativo y cualitativo en la investigación educativa cubana actual. *Atenas*, 2(34), [1-15].
- TRUJILLO, J. J. J. (2018). *Evaluación de las relaciones interpersonales y su asociación con los logros de aprendizaje en los estudiantes de la Institución Educativa Emblemática José Carlos Mariátegui de la Oroya - Región Junín*.
- Vallejo, A., & Zuleta, K. (2019). Depresión, Ansiedad y Actividad Física en Escolares: Estudio Comparado. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 52(3). <https://doi.org/10.21865/ridep52.3.11>
- Ventura, T. C., Laborda, J. L. A., & Álvarez, Á. L. (2018). LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LAS. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2, 269–285.
- Wallace, B. Y. T. C., Velasco, A., Lay, T., Zhang, J., Tromp, J., Tape, C., Liu, Q., Thompson, E. M., Wald, D. J., Thio, H. K., Kanamori, H., ΤΖΕΦΕΡΗΣ, Π., Razafindrakoto, H. N. T., Martin Mai, P., Mai, P. M., Thingbaijam, K. K. S., Jordan, T. H., Juarez, A., Ji, C., ... Lavallée, D. (2018). INFLUENCIA DE LAS DINÁMICAS DE CONVIVENCIA EN LA CALIDAD DE LAS RELACIONES PERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE SÉPTIMO

GRADO DE LA UNIDAD EDUCATIVA “CIUDAD DE SANTO DOMINGO” ZONA 4, DISTRITO 23D02, PROVINCIA SANTODOMINGO DE LOS, TSACHILAS CANTON SANTO DOMING. In *Bulletin of the Seismological Society of America*.

<http://www.bssaonline.org/content/95/6/2373%5Cnhttp://www.bssaonline.org/content/95/6/2373.short%0Ahttp://www.bssaonline.org/cgi/doi/10.1785/0120110286%0Ahttp://gji.oxfordjournals.org/cgi/doi/10.1093/gji/ggv142%0Ahttp://link.springer.com/10.1007/s00024-01>

Yousif, N., Cole, J., Rothwell, J. C., Diedrichsen, J., Zelik, K. E., Winstein, C. J., Kay, D. B., Wijesinghe, R., Protti, D. A., Camp, A. J., Quinlan, E., Jacobs, J. V., Henry, S. M., Horak, F. B., Jacobs, J. V., Fraser, L. E., Mansfield, A., Harris, L. R., Merino, D. M., ... Dublin, C. (2018). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Journal of Physical Therapy Science*, 9(1), 1–11.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2015.07.010%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.visres.2014.07.001%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.humov.2018.08.006%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24582474%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.gaitpost.2018.12.007%0Ahttps://>

Zupiria, X. (2018). *1. Relaciones interpersonales. Generalidades*. Universidad Del País Vasco. <http://www.ehu.es/xabier.zupiria/liburuak/relacion/1.pdf>

Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. L., Puertas-Molero, P., González-Valero, G., Castro-Sánchez, M., & Chacón-Cuberos, R. (2018). Niveles de actividad física en alumnado de Educación Primaria de la provincia de Granada (Physical activity levels of Primary Education students in Granada). *Retos*, 2041(34), 218–221. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i34.60098>

ANEXOS

Anexo 1

PRE Y POST TEST: CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE RELACIONES INTERPERSONALES - C.E.R.I

ALUMNO(A)	:	
INSTITUCIÓN EDUCATIVA:		
GRADO Y PARALELO		
EDAD	:	
SEXO	:	

INSTRUCCIONES:

Por favor lee con mucha atención cada una de los enunciados y marca con un (x) el número que mejor describe tu forma de actuar teniendo en cuenta la siguiente escala:
ESCALA:

- 1 = Significa que no hago la conducta **nunca**
- 2 = Significa que no hago la conducta **casi nunca**
- 3 = Significa que hago la conducta **bastantes veces**
- 4 = Significa que hago la conducta **casi siempre**
- 5 = Significa que hago la conducta **siempre**

A- HABILIDADES BÁSICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL

Ítem	Enunciado	VALORACIÓN				
		1	2	3	4	5
1	Sonrío a los demás en situaciones adecuadas					
2	Mantengo una postura adecuada en el dialogo					
3	Empleas un tono de voz amable con los demás.					
4	Empleas una entonación adecuada al hablar.					
5	Prestas atención a lo que dicen los demás.					
6	Muestras interés al escuchar a los demás					
7	Atiendes a los demás de manera autónoma					
8	Tienes un trato amistoso y cordial.					
9	Practicas hábitos de cortesía.					
10	Muestras cordialidad en todo momento					

B- HABILIDADES DE INICIACIÓN DE LA INTERACCIÓN SOCIAL Y CONVERSACIONALES

Ítem	Enunciado	VALORACIÓN				
		1	2	3	4	5
1	Pides la palabra de forma adecuada para expresar tus opiniones					
2	Esperas tu turno para empezar el dialogo.					
3	Mantienes el dialogo de manera adecuada					
4	Expresas lo que siente y ¿piensa durante el dialogo.					
5	Concluyes el dialogo de manera adecuada.					
6	Reacciona adecuadamente cuando otros concluyen el dialogo.					

C- HABILIDADES PARA COOPERAR Y COMPARTIR

Ítem	Enunciado	VALORACIÓN				
		1	2	3	4	5
1	Ayudas en la organización del aula por iniciativa propia					
2	Brindas ayuda inmediata cuando se le solicita					
3	Cumples normas de convivencia del aula.					
4	Cumples con acuerdos tomados.					
5	Respetas reglas dadas en el estudio o juego					
6	Cumples orientaciones dadas					
7	Practicas normas de cortesía.					
8	Eres amable con todos no solo con amigos preferidos					
9	Ayudas a tus compañeros en sus labores escolares					
10	Cooperas con tus compañeros para superar dificultades					

D- HABILIDADES RELACIONADAS CON LAS EMOCIONES:

Ítem	Enunciado	VALORACIÓN				
		1	2	3	4	5
1	Elogias logros de tus compañeros					
2	Muestras afecto a tus compañeros					
3	Expresas tu sentir de forma adecuada cuando algo no te agrada					
4	Expresas adecuadamente a los demás tus emociones y sentimientos desagradables (tristeza, enfado, fracaso, etc)					
5	Formulas quejas con honestidad.					
6	Eres amable con el buen trato que recibe de los demás					
7	Agradeces a los demás por favores recibidos					

8	Actúas en forma adecuada frente a un conflicto					
9	Controlas tus emociones cuando eres agredido.					
10	Cuando tienes un problema con otros te pones en su lugar y buscas la solución adecuada.					

E- HABILIDADES DE AUTOAFIRMACIÓN:

Ítem	Enunciado	VALORACIÓN				
		1	2	3	4	5
1	Defiendes y reclamas tus derechos de forma adecuada					
2	Expresas y defiendes adecuadamente tus opiniones e ideas					
3	Expresa tus desacuerdos de forma adecuada					
4	Respetas los derechos de los demás.					
5	Respetas las opiniones de los demás.					
6	Respetas la propiedad de los demás: útiles escolares, juegos, etc					
7	Elogias y dices cosas positivas de los demás.					
8	Motivas a los demás para mejorar sin burlarse					
9	Te elogias a ti mismo y aceptas que otros lo hagan					
10	Asumes compromisos para superar dificultades					

Anexo 2

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Datos informativos

Título

Guía de actividades referente a los deportes colectivos (fútbol, baloncesto y voleibol) para el desarrollo de relaciones interpersonales en la clase de educación física en estudiantes de educación media.

Institución interventora

Unidad Educativa “Vicente Anda Aguirre”

Ubicación

Provincia: Tungurahua

Cantón: Mocha

Beneficiarios

Directos: 31 estudiantes de 7 EGB media paralelo “C”

Indirectos: U. E “Vicente Anda Aguirre”

Tiempo estimado para la ejecución: 5 semanas

Fecha de inicio: 23/11/2021

Fecha de finalización: 4/01/2022

Tipo de practica: Deportiva

Profesor: Moya Bladimir

Antecedentes de la propuesta

Los deportes colectivos son una estrategia excelente si se quiere formar en los estudiantes valores y ambientes educativos adecuados, ya que por una parte está el desarrollo emocional, psicológico, social y por otro lado se encuentra el desarrollo físico, deportivo y de salud. En todos estos aspectos mencionados anteriormente el deporte colectivo sea cual sea la especialidad deportiva, desarrolla en el estudiante una vida estable socialmente, educativa, libera de tensiones y prepara la estudiante para la vida en sociedad. Siguiendo con las afirmaciones positivas sobre los deportes colectivos ponemos como ejemplo el estudio realizado por Johnson et al, con la temática “Atribución emocional en el taller de baloncesto escolar de una escuela pública en Chile: Análisis de contenido” donde concluye que:

Los establecimientos educacionales que incorporan en su programación un taller deportivo extraprogramático generan un espacio de experiencia y aprendizaje emocional, el cual, si se orienta desde una perspectiva educativa, permitirá al alumnado aprender a regularse ante los resultados de las competencias deportivas, pudiendo llegar a comprender su estado emocional, por medio de la reflexión sobre sus atribuciones.(2018, p. 41)

Generar acciones durante el taller orientadas a desarrollar relaciones interpersonales respetuosas, permitir el desarrollo de la amistad en los juegos

socio motrices, lograr un progreso en el aprendizaje motriz y estimular la cohesión del grupo, podría propiciar la percepción de emociones positivas.(2018, p. 41)

En el momento que el/la docente cumple el rol de árbitro en los partidos de baloncesto, actuar con suficiente atención desde un enfoque educativo hacia los sucesos del partido, permitirá abordar las burlas ante los errores o accidentes que sufren los/as participantes, al igual que las acciones individualistas, por medio de la reflexión con el alumnado para fomentar el compañerismo y el trabajo en equipo.(2018, p. 41)

Siguiendo con los antecedentes de la propuesta se hace énfasis también a la investigación realizada por Lucio, con la temática “La práctica deportiva del fútbol como estrategia para la promoción de la convivencia escolar” donde concluye que: “El deporte permite acercamientos entre los niños y niñas, la solidaridad y el compañerismo, el respeto y la disciplina, permitiendo de una forma directa encaminarse a la integridad del ser humano”(2018, p. 30).

Después de haber realizado este estudio, analizando a los estudiantes, y posterior a realización de campeonatos de futbol, se puede decir que: “El deporte (en este caso el futbol) funciona como intermediario positivo para la mejora de la convivencia escolar de los niños del instituto bolivariano” (Lucio, 2018, p. 56).

Finalmente de hace énfasis a la investigación realizada por Ojeda Melo, Alonso Enrique et al, como se citó en Rimachi Mojonero & Quispe Huamán, con la temática “La preparación física en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes de segundo y tercero de secundaria de la institución educativa Fortunato Luciano Herrera del Cusco 2019” donde concluye que: “El voleibol es un deporte colectivo, utilizado en forma didáctica que permite dar unas estrategias y herramientas, las cuales ayudan a establecer una relación grupal, ya que el alumno tendrá la necesidad de interactuar en el momento de participar en una didáctica de deporte colectivo” (2020, p. 38).

Justificación

La investigación tiene con fin resolver la problemática sobre las relaciones interpersonales en los alumnos, que existe dentro del ambiente educativo de una clase de educación física, la cual impide que la clase se desenvuelva de la mejor manera, no permite que los estudiantes trabajen de forma cooperativa, participativa en conjunto, impide que sea difícil cumplir con el objetivo de la actividad planteada. Es por ello que la implementación de deportes colectivos en la clase de educación física ayudara a resolver estas falencias en los alumnos, desarrollando así las relaciones interpersonales las cuales ayudaran a los educandos a desenvolverse de mejor forma en las actividades planteadas por el docente de educación física. La investigación es de interés porque permitirá aclarar algunos aspectos referentes al desarrollo de las relaciones interpersonales mediante la aplicación de deportes colectivos dentro de la clase de educación física en la institución educativa, desarrollar las relaciones interpersonales por medio de la aplicación de deportes colectivos los cuales están dentro de las practicas curriculares deportivas, esto permite a los estudiantes convivir en sociedad, fomentar valores e incluir a sus semejantes en actividades deportivas, las cuales necesiten la actuación de varias personas para alcanzar un objetivo o un reto motriz planteado. La investigación es importante porque resolverá algunas falencias que exista en el contexto educativo de educación física brindando tanto al docente como a los estudiantes, nuevas experiencias educativas, nos permite conocer la influencia que existe entre los deportes colectivos y el desarrollo de las relaciones interpersonales en los estudiantes de educación media, esto ayuda a que los alumnos desarrollen procesos inclusivos a través de deportes colectivos, permitiendo formar tanto en la institución como en el aula de clase un ambiente de integración, de colaboración, de equidad y de diversidad. La investigación es factible porque se cuenta con el apoyo de las autoridades de la institución educativa, con el apoyo del área de educación física y de sus docentes, de igual forma con la participación y colaboración de los estudiantes, pero lo más importante se cuenta con el respaldo bibliográficos ya que la información proporcionada existe ya sea de fuentes primarias o secundarias, se cuenta con el tiempo y con el recurso económico si en un caso se lo llega a necesitar. La investigación es de impacto porque permitirá adquirir nuevas estrategias de enseñanza- aprendizaje en el ámbito académico de la educación física en la institución educativa, de igual forma proporcionará información para nuevas investigaciones

referentes a temáticas que estén dentro de este contexto educativo. Los docentes podrán guiarse o mejorar sus actividades académicas gracias a la información que se les fue proporcionada.

Fundamentación

Las relaciones interpersonales son importantes para el ser humano. Existe una serie de características que intervienen en las relaciones interpersonales, las más principales son la personalidad, el desarrollo cognitivo, el deseo y el estado emotivo. La personalidad emerge de las relaciones y la única forma de ser cambiadas es en el ambiente donde se crearon las mismas. El ser humano es una especie doméstica, que habita en colectivos y en ambientes normales, está implicado en una gran medida de relaciones interpersonales. Filogenéticamente el convivir en colectivos es una de las tipologías que le han hecho triunfante como especie, posibilitándole existir y continuar evolucionándose. Si el ser humano no viviera en grupos en un colectivo no se desarrollaría la cultura, las sociedades, el conocimiento y la tecnología., ya que los más importantes alcances de la humanidad es la cultura y la inteligencia. Las relaciones interpersonales han evolucionada gracias a que el ser humano desarrollo su capacidad de bipedestación, del habla y de crear sociedades. El ser humano al contario de las otras especies de animales emplea dos modelos de comunicación, la verbal y la no verbal, la comunicación no verbal, la más longeva es parecida a la que emplea la especie animal., los aspectos, aromas desprendidos, despiden señales que comunican a los demás. Se trasmite información sobre la relación. Se comprende rápidamente el mensaje y regularmente no son lúcidos de que lo han realizado. La comunicación verbal es el lenguaje, el habla., mediante el lenguaje interpretamos nuestros pensamientos y emociones a los demás individuos. Son métodos de señales tradicionales, habituales, con un significado de acuerdo con el ambiente donde se están relacionando. Gracias al lenguaje, el ser humano se liberó de su encierro y compartió sus opiniones con los demás individuos. De igual forma gracias al lenguaje y al colectivo, al grupo, los triunfos a la altura del conocimiento se van llenando y comunicando de generación en generación. En el espacio se va llenando un alto porcentaje de conocimientos que se van comunicando de generación en generación y que una persona aislada jamás podría entenderla ni compartirla. Por otro lado, del que

vivir en un colectivo sea un beneficio evolutivo, el ser humano como persona necesita desde el comienzo las relaciones interpersonales. La mayoría de las felicidades y de las tristezas de las personas emerge de sus relaciones interpersonales. Otros individuos expresan que las relaciones interpersonales son solo fuentes de malestar y tristezas, eso no quita la importancia de estas ya que son principales para satisfacer las necesidades básicas del ser humano. Es por ello que vivir en equipo, en colectivo, en grupo y relacionarse con los demás individuos no es solo conveniente, sino que es primordial y necesario (Zupiria, 2018).

Objetivos

Objetivo general

Desarrollar las relaciones interpersonales en los estudiantes de 7 EGB media “C” media por medio de la aplicación de deportes colectivos como el fútbol, baloncesto y voleibol.

Objetivos específicos

- Sociabilizar la guía de actividades referente a los deportes colectivos para el desarrollo de relaciones interpersonales en los estudiantes de 7 EGB media “C”.
- Aplicar la guía de actividades referente a los deportes colectivos para el desarrollo de relaciones interpersonales en los estudiantes de 7 EGB media “C”.
- Evaluar el nivel de desarrollo las relaciones interpersonales en los estudiantes de 7 EGB media “C” después de la aplicación de la guía de actividades referente a los deportes colectivos.

Metodología

Para la aplicación de las actividades referentes a los deportes colectivos en las clases de educación físicas se utilizaron los siguientes materiales:

- **Fútbol:** Pelota de fútbol, conos, silbato, cronometro y cancha de fútbol.
- **Baloncesto:** Pelota de baloncesto, conos, silbato, cronometro y cancha de baloncesto.

- **Voleibol:** Pelota de voleibol, conos, silbato, cronometro, cuerdas.

La guía de actividades de deportes colectivos fue aplicada mediante planificaciones de clase, las cuáles se dividieron en tres partes:

- **Parte inicial:** Movilidad articular, calentamiento dinámico, juego de activación y estiramiento. (10 minutos)
- **Parte principal:** Actividad deportiva colectiva, con su temática, objetivo, organización, desarrollo, reglas y variantes. (25 minutos)
- **Parte final:** Ejercicios de vuelta a la calma y estiramiento general. (5 minutos)

Todas las clases fueron dirigidas con presencia del profesor.

Plan de acción

1- Autorización del director de la institución educativa para la realización de la propuesta de intervención por medio de una solicitud, especificando lo que se va a realizar en la investigación.

2- Socialización y familiarización con la muestra de estudio, informando sobre la investigación a la cual serán aplicados.

3- Primera semana y segunda semana, aplicación de deportes colectivos, como primer punto actividades deportivas referentes al fútbol. Se realizaron cuatro clases de intervención.

4- Tercera y cuarta semana, aplicación de deportes colectivos, como primer punto actividades deportivas referentes al voleibol. Se realizaron tres clases de intervención.

5- Cuarta y quinta semana, aplicación de deportes colectivos, como primer punto actividades deportivas referentes al baloncesto. Se realizaron tres clases de intervención.

6- Aplicación de la evaluación por medio del Cuestionario de evaluación de relaciones interpersonales “CERI” para valorar el nivel de desarrollado de las relaciones interpersonales posterior a la aplicación de deportes colectivos.

GUÍA DE ACTIVIDADES REFERENTE A LOS DEPORTES COLECTIVOS PARA EL DESARROLLO DE RELACIONES INTERPERSONALES

<p>Apertura de la clase (1)</p> <p><u>CALENTAMIENTO 10 MIN</u></p> <p>Movilidad articular Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos.</p> <p>Calentamiento dinámico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skipping bajo 5 segundos y desplazamientos laterales topado el piso tanto a la derecha como a la izquierda 10 repeticiones. • Rodillas al pecho 20 repeticiones. • Talones a los glúteos 20 repeticiones. • Poli chilenos 20 repeticiones. <p>Todo esto desplazándose por la cancha.</p> <p>Juego: “FORMAS COLECTIVAS”</p> <p>Recursos materiales: ninguno.</p> <p>Disposición inicial: En grupos de 6 a 8 componentes.</p> <p>Desarrollo: Cada grupo debe realizar en el menor tiempo posible la forma sugerida (número, letra, polígono...) por el profesor/a utilizando sus cuerpos y acostados en el suelo.</p> <p>Variantes: Utilizar telas, picas u otro material complementario.</p> <p>Observaciones: Todos los componentes del grupo han de participar.</p> <p>Estiramiento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Empezamos estirando desde las extremidades superiores y terminamos en las inferiores. 		
<p>Desarrollo de la clase</p> <p><u>PARTE PRINCIPAL 25 MIN</u></p> <p>Nombre de la actividad: Fútbol a ciegas</p> <p>Objetivo: Lograr llegar a la meta haciendo el recorrido con el balón.</p> <p>Organización: Se divide al grupo en equipos en dependencia de la cantidad de niños.</p> <p>Desarrollo: Cada equipo tendrá a un compañero con los ojos vendados el que conducirá la pelota guiada por el resto de sus compañeros, a través de un espacio delimitado hasta llegar a un punto específico, se quitará la venda y se regresará pasando entre obstáculos en zigzag luego tomará su lugar otro de los participantes y así sucesivamente hasta que pasen todos.</p> <p>Reglas: Gana el equipo que logre terminar primero el recorrido.</p> <p>Variantes: Puede ser en parejas o tríos.</p>		
<p>Final de la clase</p> <p><u>PARTE FINAL 5 MIN</u></p> <p>Ejercicios de Vuelta a la calma Trote suave alrededor de la cancha Inhalación y exhalación</p> <p>Estiramiento general Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.</p>		

Apertura de la clase (2)

CALENTAMIENTO 10 MIN

Movilidad articular

Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos.

Calentamiento dinámico

Trote alrededor de la cancha, con cambios de velocidad, en las bandas largas trote suave y en las bandas cortas velocidad.

Desplazamientos laterales de ida y regreso de un punto (A) a un punto (B) de la Cancha.

Desplazamiento de espaldas de ida y regreso de un punto (A) a un punto (B) de la Cancha.

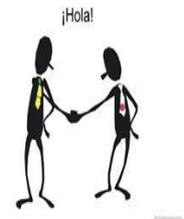
Zancadas largas de ida y regreso de un punto (A) a un punto (B) de la Cancha.

Juego: Los saludos

Disposición inicial: De forma libre sin salirse de un espacio delimitado (área balonmano, triple baloncesto, etc.).

Desarrollo: Los niños se desplazan de distintas formas y con los compañeros que se crucen se van saludando de diferentes maneras según se les vayan indicando:

- Andando: saludo chocando manos derechas, decimos “hola que tal”.
- Andando rápido: chocando las manos izquierdas, decimos “adiós que tengo prisa”.
- Trotando: toco el hombro derecho de mi compañero diciéndole, “qué pasa tío”.
- Marcha atrás: chocamos nuestros traseros y decimos “plom, plom”.
- Desplazamiento lateral: juntamos manos distintas, damos un giro y decimos “hasta luego Lucas”.
- Pata coja pisando con la pierna derecha: saludamos ponemos la misma mano apoyada con el dedo pulgar en la frente y moviendo los dedos y diciendo “kikiriki”. Cambiamos a pata coja con la izquierda y repetimos saludo, pero ahora con la mano izquierda.
- Dando saltos a pies juntos: nos cogemos de la mano y saltamos tres veces juntos diciendo “boing, boing, boing”.



Estiramiento

Empezamos estirando desde las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.

Desarrollo de la clase

PARTE PRINCIPAL 25 MIN

Nombre de la actividad: Emparejados

Objetivo: Fomentar el valor de la cooperación entre los participantes.

Organización: Se forman dos equipos de igual números en parejas.

Desarrollo: Las parejas conducirán la pelota sin soltarse de las manos hasta lograr anotar un gol, las arquearías serán 2 compañeros el cual sostendrán un bastón simulando las arquearías, estos podrán moverse lateralmente para evitar la anotación, se podrán hacer cambio entre las parejas y los que están de arquearías.

Reglas: No deben soltarse de las manos.



Variantes: Pueden ser de tríos agarrados de la mano.

Final de la clase

PARTE FINAL 5 MIN

Ejercicios de Vuelta a la calma

Trote suave alrededor de la cancha

Inhalación y exhalación



Estiramiento general

Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.

Apertura de la clase (3)

CALENTAMIENTO 10 MIN

Movilidad articular

Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos.

Calentamiento Dinámico

Caminar de talones, caminar de espaldas

caminar de puntillas, trotar cruzando los pies

Zancada lateral: Repeticiones: 6, Trotar con rodillas levantadas

Salto con rodillas extendidas: Repeticiones: 7, Carrera en el sitio.

Abdominales 2 series de 10 repeticiones

Juego: Filas locas

Disposición inicial: Por equipos, en filas de 4 a 6 niños.

Desarrollo: El juego consiste en que la fila se desplaza andando y el último va corriendo rápidamente y se coloca el primero y mantiene la marcha, entonces sale el que se ha quedado último y repite la acción. Se termina cuando el niño que inició el juego el primero vuelva a situarse en esta posición.



Variantes: La fila se desplaza trotando. El último pasa a primero corriendo en zigzag entre sus compañeros. Se puede realizar botando un balón y entregarlo al primero.

Observaciones: Si se nos termina el espacio el grupo debe girar y dar media vuelta. No por ir la fila adelantada significa que ese equipo vaya a ganar.

Estiramiento

Empezamos estirando desde las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.

Desarrollo de la clase

PARTE PRINCIPAL 25 MIN

Nombre de la actividad: Tierra, mar y aire

Objetivo: Desarrollar las relaciones interpersonales entre los estudiantes mediante la práctica de deportes colectivos.

Organización: En círculo, con un jugador en el centro que tiene una pelota.

Desarrollo: El del centro les pasa a los exteriores a la vez que dice una de las tres opciones. El que recibe la pelota ha de contestar un animal de ese medio.

Reglas: El que falle o repita ocupará el centro.



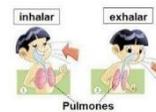
Final de la clase

PARTE FINAL 5 MIN

Ejercicios de Vuelta a la calma

Trote suave alrededor de la cancha

Inhalación y exhalación



Estiramiento general

Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.

Apertura de la clase (4)

CALENTAMIENTO 10 MIN

Movilidad articular

Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos

Calentamiento dinámico

- En parejas frente a frente se desplazan lateralmente y cada dos pasos salto y cochan palmas arriba.
- En parejas frente a frente se desplazan por toda la cancha y van a ir topando las partes del cuerpo de su compañero que el profesor lo dicte, pero el juego aquí es no dejarse tocar esas partes.
- Todos se desplazan por la cancha y van siguiendo las órdenes del maestro, ya sea si les dice en tríos, acostados, saltar en un pie el chiste es seguir las órdenes del maestro.

Juego: Carrera con cruces

Disposición inicial: Se divide la clase en cuatro grupos y se sitúan en los extremos de una cruz marcadas con conos separados a la misma distancia.

Desarrollo: A la señal deberán desplazarse hasta el extremo contrario. De esta manera todos los niños se cruzarán en el centro, tratando de esquivar al resto de sus compañeros. Debemos advertirles para evitar riesgos de accidentes que hay que tratar de no chocarse. Para ello le daremos la consigna de que el que se toque con otra suma un punto. Gana el niño y el equipo que menos puntos obtenga



Variantes: Modificar en cada salida el tipo de desplazamiento: andando rápido, corriendo, en desplazamiento lateral, marcha atrás, girando, a pata coja, saltando, agachados y dando palmadas entre las piernas, caminata del cangrejo.

Observaciones: Evitar conductas agresivas.

Estiramiento

Estiramos tanto las extremidades superiores como las inferiores.	
Desarrollo de la clase	
PARTE PRINCIPAL 25 MIN	
<p>Nombre de la actividad: Béisbol – fútbol</p> <p>Objetivo: Mejorar el trabajo en equipo y las relaciones interpersonales</p> <p>Organización: Dos equipos con el mismo número de participantes</p> <p>Descripción: Juego similar al beisbol, pero el lanzamiento inicial se realiza con el pie. Los que están recogiendo pueden pasar la pelota con las manos o con los pies. Cada uno de los equipos deben realizar la mayor cantidad de carreras para poder ganar.</p> <p>Reglas: Solo tienen tres oportunidades para golpear la pelota</p>	
Final de la clase	
PARTE FINAL 5 MIN	
<p>Ejercicios de Vuelta a la calma</p> <p>Trote suave alrededor de la cancha</p> <p>Inhalación y exhalación</p> <p>Estiramiento general</p> <p>Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.</p>	

Apertura de la clase (5)	
CALENTAMIENTO 10 MIN	
Movilidad articular	
Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos	
Calentamiento dinámico	
Trote suave en el área de la cancha, rodillas al pecho, talones a los glúteos, salto unipodal con la pierna tanto derecha como izquierda, salto bipodal con piernas juntas, polichilenas, carrera de velocidad de extremo a extremo de la cancha.	
Juego: Intervalos en parejas	
<p>Objetivo: Desarrollo del trabajo cooperativo y en equipo, mejorando las relaciones interpersonales.</p> <p>Desarrollo: En parejas competirán en una carrera de carretillas, pero se intercambiarán los lugares cuando se llegue al otro extremo de la cancha para el regreso, de igual forma se realizará con la carrera del caballito, después irán saltando uno sobre otro de ida y de regreso, y por último realizarán la caminata del cangrejo.</p> <p>Condición: los últimos en culminar la actividad deberán realizar una penitencia la cual dispondrá el profesor.</p> <p>Estiramiento</p> <p>Estiramos tanto las extremidades superiores como las inferiores.</p>	
Desarrollo de la clase	
PARTE PRINCIPAL 25 MIN	
Nombre de la actividad: Volea, desplázate y anota	
Objetivo: Mejorar las relaciones interpersonales mediante deportes colectivos en la clase de educación física.	

Organización: Consiste en un deporte de pelota adaptado al voleibol en el cual se enfrentan dos equipos. Cada equipo está formado por 12 jugadores. De cada equipo juegan 7 jugadores incluyendo al portero.

Descripción: El objetivo del juego es lograr marcar un gol con la pelota en la mano en la portería del equipo rival. El equipo que después del partido, que consta de dos partes de 30 minutos que logró anotar más goles resulta ganador, aunque también pueden darse situaciones de empate.



Reglas: No se permite empujones

Final de la clase

PARTE FINAL 5 MIN

Ejercicios de Vuelta a la calma

Trote suave alrededor de la cancha

Inhalación y exhalación



Estiramiento general

Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.

Apertura de la clase (6)

CALENTAMIENTO 10 MIN

Movilidad articular

Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos

Calentamiento dinámico

- Skipping bajo 5 segundos y desplazamientos laterales topado el piso tanto a la derecha como a la izquierda 10 repeticiones.
- Rodillas al pecho 20 repeticiones.
- Talones a los glúteos 20 repeticiones.
- Poli chilenos 20 repeticiones.

Todo esto desplazándose por la cancha.

Juego: Stop

Organización: Los alumnos se colocan por el terreno de juego.



Objetivo: Intentar atrapar a algún compañero.

Desarrollo: El niño que la liga tendrá que dar a alguien para intercambiar su rol con él. Cuando un estudiante vea que va a ser tocado puede decir "stop". En dicho caso se colocará con las piernas abiertas en el sitio en el que haya dicho esa palabra. Para ser salvado otro alumno tendrá que pasar reptando entre sus piernas. Cabe mencionar que éste último no podrá ser pillado mientras está pasando por debajo.

Variantes: Que se la queden más niños.

En lugar de colocarse con las piernas abiertas, que se pongan en cuatro apoyos. De modo que para ser salvados tendrán que ser saltados por un compañero.

Estiramiento

Estiramos tanto las extremidades superiores como las inferiores.

Desarrollo de la clase

PARTE PRINCIPAL 25 MIN

Nombre de actividad: Balón volador

Objetivo: Pasar el balón a campo contrario con 3 toques.

Descripción: Se ubica un terreno de juego donde se pueda amarrar la cuerda para formar una red. Se forman 2 ó más equipos según la cantidad de participantes. Los jóvenes se pasan siempre el balón 2 veces (sin volear) y a la 3ª deben pasarlo al campo contrario por encima de la cuerda. El otro equipo debe evitar que el balón toque el suelo en su territorio y debe repetir la misma operación. Gana el equipo que logra anotar más puntos (cada vez que el balón cae en el suelo del campo contrario o el rival no lo pasa por encima de la cuerda anota un punto).



Materiales: Balón, cuerda o mecatillo.

Final de la clase

PARTE FINAL 5 MIN

Ejercicios de Vuelta a la calma

Trote suave alrededor de la cancha

Inhalación y exhalación



Estiramiento general

Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.

Apertura de la clase (7)

CALENTAMIENTO 10 MIN

Movilidad articular

Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos

Calentamiento dinámico

Trote alrededor de la cancha, con cambios de velocidad, en las bandas largas trote suave y en las bandas cortas velocidad.

Desplazamientos laterales de ida y regreso de un punto (A) a un punto (B) de la Cancha.

Desplazamiento de espaldas de ida y regreso de un punto (A) a un punto (B) de la Cancha.

Zancadas largas de ida y regreso de un punto (A) a un punto (B) de la Cancha.

Juego: Tócame si puedes

Organización: en parejas.

Objetivo: intentar tocar alguna de las extremidades o partes del cuerpo de su compañero.

Desarrollo: Se ubican en parejas, comienzan a desplazarse por la cancha, van a seguir las ordenes del docente el cual dirá la extremidad o parte del cuerpo que deberán intentar tocar a su compañero, por otro lado, el otro estudiante deberá evitar que lo llegue a tocar. Esta actividad lo hacen los dos individuos al mismo tiempo.

Ejemplos:

Tocar el pie derecho.

Tocar la mano izquierda.

Tocar la cabeza.

Tocar el estómago.



Estiramiento

Estiramos tanto las extremidades superiores como las inferiores.

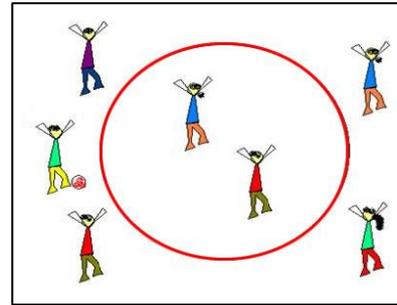
Desarrollo de la clase

PARTE PRINCIPAL 25 MIN

Nombre de la actividad: El Tocaíto

Objetivo: Lanzar el balón por encima del hombro para automatizar movimientos del saque de voleibol.

Descripción: Se dibuja un círculo de unos 6 metros de diámetro, todos los jugadores se colocan fuera del círculo, excepto uno que se coloca en el centro del círculo con el balón en la mano de lanzar. Cuando el docente de la orden los participantes comenzarán a moverse fuera del círculo y el jugador del centro lanzará el balón buscando hacer contacto con cualquier jugador. Los toques deben hacerse por debajo de la cintura, y sólo con la intención de tocar y no maltratar al compañero.



Participante tocado pasará a ocupar el centro del círculo, el cual no abandonará hasta que logre acertarle a un compañero.

Materiales: Balón, cuerda y tiza.

Final de la clase

PARTE FINAL 5 MIN

Ejercicios de Vuelta a la calma

Trote suave alrededor de la cancha

Inhalación y exhalación



Estiramiento general

Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.

Apertura de la clase (8)

CALENTAMIENTO 10 MIN

Movilidad articular

Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos

Calentamiento dinámico

Caminar de talones, caminar de espaldas

caminar de puntillas, trotar cruzando los pies

Zancada lateral: Repeticiones: 6, Trotar con rodillas levantadas

Salto con rodillas extendidas: Repeticiones: 7, Carrera en el sitio.

Abdominales 2 series de 10 repeticiones

Juego: Pájaros y jaulas

Organización: Estarán distribuidos por toda la cancha jaulas que estarán compuesta por dos niños y los pájaros serán los restantes.

Objetivo: Mejorar la velocidad de reacción y orientación visual.



Desarrollo: Existirán jaulas y pájaros, el docente tendrá dos mandos, al instante en que diga pájaros, ellos deben que buscar una jaula para refugiarse, por otro lado, al momento en que él diga jaulas estas a su vez tendrán que buscar un pájaro para resguardarlo.

Estiramiento

Estiramos tanto las extremidades superiores como las inferiores.

Desarrollo de la clase

PARTE PRINCIPAL 25 MIN

Nombre de la actividad: La pelota perseguida

Organización: Tres grupos

Objetivo: Obtener la mayor cantidad de encestes.

Desarrollo: cada componente del grupo tiene un número asignado que se corresponde con otro en los otros dos grupos. El monitor dice un número y a la vez lanza la pelota al aire, los jugadores nombrados deben de ir por la pelota e intentar llevarla a un cesto. El jugador que primero obtiene la pelota es el atacante y los otros dos los defensores.



Final de la clase

PARTE FINAL 5 MIN

Ejercicios de Vuelta a la calma

Trote suave alrededor de la cancha

Inhalación y exhalación

Estiramiento general

Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.



Apertura de la clase (9)

CALENTAMIENTO 10 MIN

Movilidad articular

Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos

Calentamiento dinámico

- En parejas frente a frente se desplazan lateralmente y cada dos pasos salto y cochan palmas arriba.
- En parejas frente a frente se desplazan por toda la cancha y van a ir topando las partes del cuerpo de su compañero que el profesor lo dicte, pero el juego aquí es no dejarse tocar esas partes.
- Todos se desplazan por la cancha y van siguiendo las órdenes del maestro, ya sea si les dice en tríos, acostados, saltar en un pie el chiste es seguir las órdenes del maestro.

Juego: El telegrama

Objetivo: Reconstruir un mensaje.

Material: Papel y lápices.

Desarrollo del juego: El animador invita a los niños-as a sentarse

en círculo y después entrega a uno de ellos un mensaje de varias líneas previamente escrito.

Después, da al niño sentado en la posición diametralmente opuesta al

primero, un papel y un lápiz. Este último será el encargado de reconstruir el mensaje que transitará por todos los niños.

Quien posee el mensaje debe transmitirlo en voz baja a través de palabras, grupos de palabras o sílabas, a su vecino (eligiendo el de la derecha o el de la izquierda), quien continuará con la transmisión en el sentido elegido por su compañero.



Una vez transmitido todo el mensaje, se compara el texto inicial con el texto reconstruido.

Estiramiento

Estiramos tanto las extremidades superiores como las inferiores.

Desarrollo de la clase

PARTE PRINCIPAL 25 MIN

Nombre de la actividad: El juego de fuera de área

Material: Cancha de baloncesto o básquet, balón de baloncesto.

Objetivos del juego: Mejora de la coordinación (también mejora física del tren superior, tren inferior) y trabajo en equipo.



Desarrollo del juego: Cada equipo debe conseguir meter la pelota en la canasta contraria, pero el balón sólo se puede conducir con la mano fuera del área de triple; y con el pie dentro de dicha área, exceptuando la zona de la llave donde debe agarrarse (y lanzar o despejarse) con la mano.

Final de la clase

PARTE FINAL 5 MIN

Ejercicios de Vuelta a la calma

Trote suave alrededor de la cancha

Inhalación y exhalación



Estiramiento general

Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.

Apertura de la clase (10)

CALENTAMIENTO 10 MIN

Movilidad articular

Cabeza, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos

Calentamiento dinámico

Trote suave en el área de la cancha, rodillas al pecho, talones a los glúteos, salto unipodal con la pierna tanto derecha como izquierda, salto bipodal con piernas juntas, polichilenas, carrera de velocidad de extremo a extremo de la cancha.

Juego: Tiburón y cocodrilo

Objetivo: mejorar la capacidad de reacción y concentración hacia a una orden.

Desarrollo del juego: El profesor invita a los niños-as a formar una sola columna, la cual debe estar formada al lado de una línea recta sobre el suelo, en este caso puede ser las líneas de banda de una cancha de baloncesto o de fútbol, el profesor dirá la palabra tiburón y los estudiantes deberán saltar al lado derecho de la línea y si dice cocodrilo los estudiantes deberán saltar al lado izquierdo de la línea, y si nombra a otro animal que no sean los nombrados tendrán que quedarse inmóviles.



Estiramiento

Estiramos tanto las extremidades superiores como las inferiores.

Desarrollo de la clase

PARTE PRINCIPAL 25 MIN

Actividad: “El pañuelito”

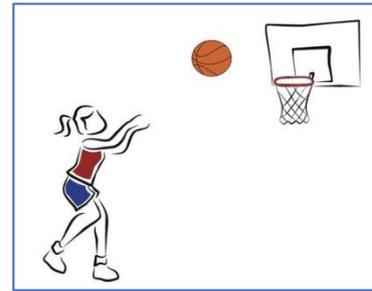
Material: Cancha de baloncesto o básquet, balón de baloncesto.

Objetivos del juego: desarrollar el trabajo en equipo y la cooperación entre los estudiantes.

Desarrollo del juego: Cada jugador del grupo se le adjudicará un número del 1 al total de jugadores que tenga el grupo. El entrenador se coloca en la parte frontal de la línea de 6,25 con 2 balones, uno para cada grupo, que se encontrarán en el suelo. El entrenador dirá en voz alta un número y el jugador de cada grupo al que se le adjudicó previamente ese número correrán rápidamente a coger el balón. Una vez los jugadores consigan coger el balón tendrán que intentar meter canasta. El primero que anote sumará un punto para su equipo.

Reglas: No se eliminará a ningún jugador.

Variante: Cada jugador con un balón tendrá que tocar la mano del entrenador y anotar canasta.



Final de la clase

PARTE FINAL 5 MIN

Ejercicios de Vuelta a la calma

Trote suave alrededor de la cancha

Inhalación y exhalación

Estiramiento general

Empezamos estirando las extremidades superiores y terminamos en las inferiores.



Administración

La intervención se la ejecuto bajo la responsabilidad del investigador, teniendo siempre presente la temática y los objetivos a cumplirse. El investigador participo en cada una de las clases como guía y en algunos casos como un integrante más de las actividades, siempre incentivando la participación, el respeto y el orden en las clases.

Semana 1 y 2: Se inicio con el fútbol como deporte colectivo, como primera estrategia para desarrollar en los estudiantes las relaciones interpersonales. Se intervino con 4 clases con esta especialidad deportiva, en las cuales se realizaron actividades de trabajo en equipo donde la comunicación era esencial, de igual forma se ejecutaron actividades donde la cooperación y el trabajo entre pares fueron necesarios para alcanzar con los objetivos propuestos en la clase. También se realizaron actividades donde la interacción y la conversación entre los estudiantes fue vital para desarrollar la clase.

Semana 3 y 4: En estas semanas se aplicó el voleibol como deporte colectivo, como segunda estrategia para desarrollar en los estudiantes las relaciones interpersonales. Se intervino con 3 clases con esta especialidad deportiva, en estas clases se ejecutaron

actividades donde se utilizaron habilidades de interacción entre los estudiantes y habilidades de conversación, de igual forma se utilizaron habilidades de trabajo en equipo y cooperación, también se ejecutaron actividades donde se mejoraba la inteligencia emocional y los valores.

Semana 4 y 5: En estas semanas se aplicó el baloncesto como deporte colectivo, como tercera estrategia para desarrollar en los estudiantes las relaciones interpersonales. Se intervino con 3 clases con esta especialidad deportiva, en estas clases se ejecutaron actividades donde se utilizaron habilidades para mejorar en los estudiantes su espíritu de competición, de lucha y esfuerzo por alcanzar sus objetivos, de igual forma se realizaron actividades para desarrollar el trabajo en equipo y la cooperación, se mejoraron las habilidades de responsabilidades y respeto, también se realizaron actividades donde los estudiantes mejoren su comportamiento tanto en la escuela como en sus hogares.

Previsión de la evaluación

Para conocer el nivel de desarrollo de las relaciones interpersonales en los estudiantes en las clases de educación física, tanto a nivel inicial como a nivel final después de haber intervenido con la guía de actividades referentes a los deportes colectivos, se realizó como primer punto la evaluación pre para valorar el nivel inicial de las relaciones interpersonales en la muestra de estudio, esto tuvo una duración de 30 minutos la cual fue aplicada el 22/11/2021, después de haber aplicado la pre encuesta se procedió con la aplicación de la guía de actividades referente a los deportes colectivo que eran el fútbol, baloncesto y voleibol, esta intervención tuvo una duración de 5 semanas las cuales estaban distribuidas a dos clases por semana, las clases empezaron el 23/11/2021 y finalizaron el 4/01/2022. Y por último después de haber realizado la pre encuesta y la intervención con las clases, se procedió a realizar la evaluación post para valorar y analizar la diferencia entre el nivel pre y post de las relaciones interpersonales en la muestra de estudio después de intervenir con las actividades referentes a los deportes colectivos, esta tuvo una duración de 30 minutos y fue aplicada el 4/01/2022.

El cuestionario estaba estructurado por 46 preguntas, las primeras 10 evaluaban las habilidades básicas de interacción social, las segundas 6 evaluaban las habilidades de iniciación de la interacción social y conversacional, las terceras 10 evaluaban las habilidades para cooperar y compartir, las cuartas 10 evaluaban las habilidades relacionadas con las emociones y las quintas y diez ultimas evaluaban las habilidades de autoafirmación. Todas estas preguntas fueron valoradas bajo la escala de Likert: 1 nunca, 2 casi nunca, 3 bastantes veces, 4 casi siempre, 5 siempre.

Anexo 3. Aplicación de PRE y POST encuesta “CERI” y deportes colectivos











