



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO  
PROGRAMA ACADÉMICO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA  
EDUCATIVA**

**Actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel  
secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022**

TESÍS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestro en Psicología Educativa

**AUTOR:**

Yauris Zúñiga, Ivan Fredy (Orcid.org/0000-0002-1123-5871)

**ASESORA:**

Dra. Denegri Velarde, Maria Isabel (Orcid.org/0000-0002-4235-9009)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y aprendizaje

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

**LIMA — PERÚ**

**2022**

### **Dedicatoria**

Esta investigación va dedicado a Dios, nuestro creador por darme vida y salud. A Qurishaska, Ivan Luciano y Rhey Mi Ho, que son mi inspiración y motivo para seguir adelante; a mis padres, mi hermano y hermanas por encaminarme con su apoyo a lograr este objetivo.

### **Agradecimiento**

Agradecer de manera especial a la maestra Dra. Maria Isabel Denegri, por su paciencia y apoyo para culminar con esta investigación, a la Universidad Cesar Vallejo y a todos los maestros y maestras.

## Índice de Contenidos

	Pág.
Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstrac	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	19
3.1 Tipo y diseño de investigación	19
3.2 Variables y operacionalización	20
3.3 Población, muestra y muestreo	22
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	23
3.5 Procedimientos	25
3.6 Método de análisis de datos	25
3.7 Aspectos éticos	26
IV. RESULTADOS	27
V. DISCUSIÓN	32
VI. CONCLUSIONES	35
VII. RECOMENDACIONES	36
REFERENCIAS	37
ANEXOS	

## Índice de tablas

	Pág.
Tabla N° 1 Validación de juicio de expertos.	24
Tabla N° 2 Estadística de fiabilidad de la variable actividad física.	25
Tabla N° 3 Distribución de frecuencias de la variable actividad física.	27
Tabla N° 4 Distribución de frecuencias de la variable logros de aprendizaje	27
Tabla N° 5 Correlaciones entre actividad física y logros de aprendizaje	28
Tabla N° 6 Correlaciones entre la dimensión de movimientos corporales y el logro de aprendizaje	29
Tabla N° 7 Correlaciones entre la dimensión experiencia personal y logros de aprendizaje	30
Tabla N° 8 Correlaciones entre la dimensión práctica sociocultural y logros de aprendizaje	31

## Resumen

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo establecer la relación entre la actividad física y logros de aprendizaje en los estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022. La investigación es de tipo básica, de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, método descriptivo correlacional. Se realizó con una muestra de 115 estudiantes del nivel secundario, el muestreo fue no probabilístico. Para medir la variable actividad física se utilizó como instrumento el cuestionario de actividad física de Alcívar. La técnica fue la encuesta, con respecto a la variable logros de aprendizaje se tomó en cuenta los registros de calificaciones de los estudiantes de educación secundaria. En los resultados se determinó que el valor de sig. 0.000 es decir que es menor  $p \leq 0.05$  por tal existe correlación entre las variables señaladas. Siendo significativa, valorando el coeficiente de correlación de Rho Spearman de = 884, lo que indica, una correlación positiva alta. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y como resultado se acepta la hipótesis alterna donde indica que existe relación entre las variables. Concluyendo que existe relación entre actividad física y logros de aprendizaje, es decir que a mayor sea la actividad física, mayores serán los logros de aprendizaje.

**Palabras clave:** Actividad física, logros de aprendizaje, movimiento corporal, rendimiento académico.

## **Abstract**

The objective of this research work is to establish the relationship between physical activity and learning achievements in secondary school students of an educational institution in Apurímac, 2022. The research is of a basic type, with a quantitative approach, non-experimental design, method correlational descriptive. It was carried out with a sample of 115 secondary school students, the sampling was non-probabilistic. To measure the physical activity variable, the Alcívar physical activity questionnaire was used as an instrument. The technique was the survey, with respect to the learning achievement variable, the grade records of secondary school students were taken into account. In the results it was determined that the value of sig. 0.000, that is, it is less than  $p \leq 0.05$ , so there is a correlation between the indicated variables. Being significant, evaluating the Rho Spearman correlation coefficient of = 884, which indicates a high positive correlation. Therefore, the null hypothesis is rejected and as a result the alternative hypothesis is accepted, where it indicates that there is a relationship between the variables. Concluding that there is a relationship between physical activity and learning achievement, that is, the greater the physical activity, the greater the learning achievement.

**Keywords:** Physical activity, learning achievement, body movement, academic performance.

## **I. INTRODUCCIÓN**

En la actualidad, a nivel mundial, mucho se está tomando en cuenta el contexto de la pandemia, donde de alguna otra manera se hace muy prioritario hablar de la actividad física en el ser humano, ya que está relacionado con la salud y que es de vital importancia en el desarrollo de los estudiantes, por tanto, se considera que la práctica de la actividad física mejora la salud de las personas.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) manifestó que la actividad física se da desde un movimiento simple o básico en el cuerpo por medio del sistema muscular y esquelético, así mismo determina que al realizar una variada actividad física a intensidades de moderada a más intensa es muy favorable para contribuir en la mejora de los aspectos fisiológicos del cuerpo, (corazón y pulmones), también fortalece la salud ósea, los procesos cognoscitivos, rendimiento académico, además fortalece la mente reduciendo los indicios de depresión, regulación de la autoestima y el control sobre la acumulación del tejido adiposo, por consiguiente se plantea realizar actividades físicas durante la semana de manera inter diaria y por un tiempo de una hora aproximadamente a una intensidad de moderado a más. En definitiva, la actividad física tiene unos beneficios extraordinarios tanto como para la mente y el bienestar de un cuerpo sano.

A nivel mundial, la OMS (2020) afirmó que limitar a los niños y adolescentes a realizar actividades que promuevan el sedentarismo en el tiempo libre, es decir, realizar otras actividades inadecuadas a la actividad física como estar frente a una pantalla o un equipo móvil, el incremento del sedentarismo trae como resultado, diversas consecuencias negativas en la salud de una persona, en efecto a nivel del sistema terrestre, el 81% de los infantes y jóvenes no alcanzaron un nivel suficiente de una actividad física adecuada o provechosa todo esto en más porcentaje las adolescentes que los adolescentes. Así pues, la OMS da algunas recomendaciones a los países y comunidades de qué manera se puede incrementar la actividad física en su población y patrocinar más propuestas favorables con el fin de acrecentar la actividad física, todo esto necesita un trabajo articulado en los diferentes sectores y organizaciones con el único fin de favorecer la calidad de vida fomentando la actividad física.



Como mencionó el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2019) realizar actividades motrices o físicas de forma frecuente es vital para el fortalecimiento del aspecto físico, psicológico y cognitivo en los adolescentes, todo esto se obtiene como conductas en los primeros años de vida y por consiguiente se obtiene muchos beneficios en la salud física y mental; igualmente da a conocer que cuando los adolescentes pasan todo el tiempo frente a una pantalla no todo es en contra del incentivo de la práctica de la actividad física, porque existen juegos que son guiados para realizar actividades motrices y que pueden ser una buena propuesta para ir incentivando a la práctica de los movimientos corporales.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2019) realizó a nivel latinoamericano una propuesta de acción mundial con respecto a la actividad física 2018 – 2030, con el propósito de mejorar la salud reduciendo el sedentarismo en las personas creando una sociedad que dé valor a las políticas en favor de la actividad física mediante cuatro objetivos y todo esto con el apoyo de la OMS, en el cual se reconocen las preferencias y particularidades con relación a los diversos tipos de actividad física y en distintos ambientes y por diferentes grupos poblacionales todo aquello se diferencia según la cultura, su contexto y sus patrimonios. No existe un procedimiento único, este plan de acción suministra una orientación de apoyado en sistemas generalmente aplicables a todos los países, todo esto para el bienestar de la sociedad latinoamericana en sus diferentes aspectos cognoscitivos, sociales y expresivos. Asimismo, Delgado y Montes (2015) mencionaron que la actividad física es esencial en el desarrollo del infante, incentivando el progreso en sus desempeños, habilidades motrices, como también en sus experiencias cognitivas, afectivas y sociales.

En el Perú, según el Ministerio de Salud (MINSAL, 2021) la población peruana en su gran mayoría descuida su salud, por no realizar actividades físicas en su vida diaria y por consiguiente son expuestos a enfermedades no transmisibles mencionadas por la OMS, enfermedades cardíacas, hipertensión, estrés, entre otras. Las cuales son a causa de la inactividad física que está afectando a la población en su gran mayoría, en especial a niños y adolescentes.

En nuestro país, el Ministerio de Educación (MINEDU, 2020) refirió que desde el momento del confinamiento implemento una plataforma para poder realizar las clases de manera remota en las instituciones educativas a nivel nacional, el cual se

difundió por diferentes medios de comunicación y dentro de ellos el área de educación física para seguir promoviendo la actividad física mediante juegos integrando las demás áreas y socializando solamente con la familia en los hogares. Los adolescentes al no poder salir de casa sentían la necesidad de moverse, recrearse en espacios al aire libre con sus amigos o con la familia, todo ello provocó mucho estrés, tensión en su día a día, el cual generó en sus aprendizajes un menor estímulo cerebral y, sin embargo no había una continuación de las actividades físicas que normalmente se realizaba y así mismo que favorezca en sus aprendizajes. Por consiguiente, en el área de educación física mediante la plataforma aprendo en casa no era suficiente para realizar las diversas actividades físicas, en muchos casos en sus espacios reducidos, adaptando los diferentes materiales que tenían en casa.

En el Perú de acuerdo con Tarqui et al. (2017) mencionaron que, especialmente en la faja urbana de la capital de Lima, costa y selva se asociaron que la tercera parte de la población peruana posee una inactividad física, por consiguiente es de vital importancia las propuestas y promoción de políticas públicas de la actividad física por parte de las autoridades como son los juegos, desplazamientos a pie en bicicleta, caminatas, juegos recreativos y en conclusión se recomienda diversos proyectos o programas de actividades físicas en los centros de labores, comunidades y en las instituciones educativas todo ello complementando con espacios publicitarios sobre mensajes saludables sobre los beneficios de las actividades físicas por los diferentes medios de comunicación.

Es por ello que se encaminó este estudio en la institución educativa de nivel secundario de Apurímac, ya que se visualizó a los estudiantes en el retorno a la educación presencial, la falta de actividad física y como también mediante la evaluación diagnóstica que se realizó al inicio de las labores académicas, este problema que se acaba de mencionar se presentó en los estudiantes por causa de que estuvieron encerrados en la pandemia y que dedicaron más tiempo a estar sentados recibiendo las clases de manera remota. Asimismo, esta problemática que se está identificado promete adquirir diversas consecuencias si no se realiza las previsiones del caso como son: problemas de sobrepeso, enfermedades no transmisibles, estrés, bajo rendimiento académico, baja autoestima y muchos más.

Por consiguiente, este estudio da respuesta a la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022?; los problemas específicos: (a) ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión de movimiento corporal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022?; (b) ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión experiencia personal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022?; (c) ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión práctica sociocultural y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022?

La justificación teórica del estudio se basó; porque existen autores que sustentan este trabajo con sus aportes, definiciones y conceptos a lo largo de la historia y que sea ha podido obtener como apoyo durante el desarrollo de esta investigación. Y por eso que este estudio se ha realizado para aportar al conocimiento que existe desde nuestra investigación.

La justificación metodológica del estudio; porque los instrumentos que se ha tomado en cuenta serán utilizados como fuente de información para otras investigaciones similares a nuestro trabajo de estudio, como en los alcances metodológicos, también servirá como complemento de información a los docentes, directivos, coordinadores de área, coordinadores de red, psicólogos y toda la comunidad educativa.

La justificación práctica del estudio; la investigación que se ha realizado aportará significativamente a la población estudiada con la información, para realizar planes y proyectos de intervención hacia la problemática presentada en el lugar que se ha realizado el estudio, y posteriormente tomar acciones implementando planes de mejora, pero también naturalmente se podría realizar en otros lugares similares a nuestro estudio.

El objetivo general de este estudio es; establecer la relación entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022; los objetivos específicos: (a) establecer la relación que existe entre la dimensión de movimiento corporal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022;

(b) establecer la relación que existe entre la dimensión experiencia personal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022; (c) establecer la relación que existe entre la dimensión práctica sociocultural y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022.

La hipótesis general de la investigación: Existe relación significativa entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022; las hipótesis específicas: (a) Existe relación significativa entre la dimensión de movimiento corporal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022; (b) Existe relación significativa entre la dimensión experiencia personal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022; (c) Existe relación significativa entre la dimensión práctica sociocultural y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022.

## II. MARCO TEÓRICO

En este apartado del trabajo se presenta los siguientes antecedentes internacionales para fortalecer el estudio, a los que se consideran artículos, revistas, tesis relacionadas a la línea de investigación:

Lizarazo et al. (2020), en su tesis sobre relación entre actividad física y autoestima de escolares adolescentes. Tuvieron como objetivo indagar las correspondencias que hay entre la actividad física y cuatro dimensiones en la autonomía. En este estudio se trabajó una metodología cuantitativa con un diseño transversal de tipo descriptiva correlacional. Se utilizaron como instrumento Physical Activity Questionnaire, para adolescentes (PAQ-A) los datos fueron procesados por medio de un software libre. Se contó con 90 participantes adolescentes en edad escolar. Concluyendo con las deducciones que si se consta una reciprocidad de forma significativa, verdadera y ponderada entre sus variables estudiadas. De igual manera, se demuestra que la actividad física de dichos escolares mostró valores bajos, por lo que se necesita fomentar desde la escuela y los hogares.

Villalva et al. (2020), en su estudio sobre la influencia de la actividad física y práctica deportiva en el rendimiento académico de los estudiantes de educación secundaria, tuvieron como objetivo de conocer y acercarse a la relación que existe en las prácticas de labores físicas y deportivas en la edad escolar con el logro de aprendizajes en los estudiantes adolescentes. En este estudio se trabajó con una metodología cuantitativa con una representación inferencial, ya que a partir de la obtención de datos se van a inferir a una serie de conclusiones, como también un muestreo probabilístico. Se utilizaron como instrumento un cuestionario socio demográfico, como también otro cuestionario sobre actividad física GPA (OMS – 2004). Se contó con 91 participantes en edad escolar entre los 12 y 16 años aproximadamente. Se concluyó que hay una significativa correlación de las variables. De igual manera, se demuestra que los estudiantes que realizan mayores niveles de actividad física o deportiva tienen un mejor resultado académico que de los estudiantes que no realizan dichas actividades. A su vez, estos resultados son más significativos cuando un estudiante realiza más horas de actividades físicas y deportivas que un estudiante inactivo.

Adarve (2019), en su estudio sobre influencia de la práctica de actividad física en el autoconcepto adolescente, el objetivo de la investigación fue analizar y conocer las prácticas regulares de actividades físicas. Un autoconcepto basado en la actividad física en adolescentes hispanos. Se realizó un estudio descriptivo y transversal en un total de 2388 adolescentes mixtos con edades entre 11 a 17 años, y se concluyó que la mayoría de los participantes del estudio eran personas físicamente normales, participantes activos. El principal hallazgo es que la actividad física regular impulso los niveles de autoconcepto. Concluyendo que la actividad física mejora regularmente los niveles de autoconciencia.

Estrada (2017), en su estudio sobre relación entre los niveles de actividad física, comportamientos sedentarios y rendimiento académico en los adolescentes, tuvo como objetivo profundizar en la posible relación entre ambas variables de estudio para ello se usaron datos objetivos sobre la actividad física y las calificaciones escolares de los estudiantes, en este estudio se trabajó distintas perspectivas metodológicas, analizar de manera transversal las dos variables, se utilizaron como instrumento análisis de datos aplicando un modelo lineal cuadrática, se contó con 301 escolares de secundaria entre 13 y 15 años aproximadamente, concluyendo con los resultados mostrados que la actividad física guarda cierta relación en forma de "U" inversa con el rendimiento académico, los adolescentes que alcanzaron a practicar actividad física moderada a vigorosa por un tiempo de una hora diaria a más tendían a obtener sobresalientes calificaciones.

Martínez y Gonzales (2017), en su estudio, autoconcepto, práctica de actividad física y respuesta social en adolescentes. Tuvieron como objetivo determinar la correlación con el nivel de aprendizaje y la actividad física en donde experimentaron para demostrar si existe o no relación entre las dos variables estudiadas. En este estudio se trabajó con una metodología de carácter transversal con un diseño descriptivo relacional y su muestra fue trabajada con 115 jóvenes del nivel secundario y utilizaron como instrumento cuestionarios de la parte socioemocional utilizando diversas escalas para su calificación. Para concluir se obtuvieron resultados que si existe relación entre ambas variables, confirmando que las prácticas de actividades físicas mejoran la parte socioemocional, provocando que los jóvenes tengan mayor percepción social para que mejoren sus aprendizajes.

En este apartado del estudio se presenta los siguientes antecedentes a nivel nacional:

Alcívar (2021), en su estudio de la actividad física y su influencia en el rendimiento académico de educación física en una Institución Educativa, tuvo como objetivo determinar la influencia de la actividad física en el logro de aprendizaje de los alumnos. En este estudio, se trabajó una metodología no experimental con diseño correlacional causal de tipo básica, como también un muestreo por conveniencia. Se utilizaron como instrumento el cuestionario con 20 ítems para ambas variables de forma virtual. Se contó con 45 participantes. Concluyendo que la actividad física influye significativamente en el rendimiento académico de los estudiantes. De tal manera que se comprobó la existencia de relación entre las variables.

Aguar (2021), en su estudio sobre la influencia de la actividad física en el rendimiento académico en los estudiantes, para determinar el efecto de la actividad física en el rendimiento estudiantil en tiempos de pandemia. En este estudio, se utilizó una metodología con un diseño no experimental correlacional con un enfoque cuantitativo, así como una muestra global. Se utilizó como herramienta un test de escala de Likert ordinal para la variable actividad física y un cuestionario con 19 ítems con respecto al variable rendimiento académico. Se contó con 35 participantes. Así mismo, se ha demostrado que la actividad física afecta el rendimiento académico en la escuela, y que cuanto más actividad física realizan los estudiantes, mayor es su rendimiento académico en la escuela.

Ortiz (2021), en su estudio sobre motricidad y corporeidad en el logro de aprendizajes de estudiantes de una institución educativa de Apurímac 2021, tuvo como objetivo establecer la relación entre la motricidad y corporeidad con el logro de aprendizajes en los estudiantes. En este estudio, se trabajó una metodología hipotético-deductiva de enfoque cuantitativa, tipo básica, nivel correlacional y diseño no experimental, como también un muestreo no probabilístico. Se utilizaron como instrumento, la encuesta para la motricidad y corporeidad y una ficha de observación documentaria con respecto a la variable logros de aprendizaje. Se contó con 110 estudiantes de ambos sexos. Se concluye que existe una débil relación positiva entre las dos variables de investigación. Por lo tanto, se tuvo que aceptar la hipótesis nula.

Ramos (2018), en su estudio sobre actividad física en el rendimiento académico en los estudiantes de la I.E Parroquial Santa Matilde Lima, para encontrar una correlación entre las dos variables de estudio se utilizó el método de inferencia hipotética, y se aplicó a esta investigación la estimación de la correlación descriptiva, y la respuesta estuvo en el marco del enfoque cuantitativo. En este estudio se utilizó como herramienta un único test de actividad física propuesto por (Campos y Ramón, 2001). Se contó con una población de 32 estudiantes, concluyendo que la incidencia de la actividad física interviene en el beneficio de lo cognitivo en los estudiantes y todos estos aspectos en los estudiantes depende en un 49,6% de la actividad física. De igual manera, a más actividad física hay una mejora en el rendimiento académico.

Campojo (2018), en su estudio sobre la actividad física y rendimiento académico en estudiantes del tercer grado de secundaria, tuvo el objetivo de determinar la relación que existe entre las dos variables de actividad física y rendimiento académico. La investigación es de tipo básica, diseño no experimental de corte transversal, enfoque cuantitativo, método hipotético deductivo, como también un muestreo no probabilístico. Se utilizaron como instrumento un cuestionario de tipo escala de Likert para medir la variable actividad física y con respecto al variable rendimiento académico se utilizó la técnica de revisión documental. Se contó con 94 participantes adolescentes. Concluyendo que existe una moderada relación entre las variables estudiadas, con una  $p=0.00$  ( $p$  menor 0.05) por el cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta que existe una relación significativa entre las dos variables de estudio.

Respecto a la indagación teórica de la variable actividad física, el autor Devís (2000) define como cualquier movimiento corporal realizado con los músculos esqueléticos que lleva asociado un gasto de energía y como también es una de las muchas experiencias que vive una persona gracias a la capacidad de movimiento que le proporciona su naturaleza corporal, vivir y apreciar sensaciones muy diversas, todo ello permite relacionarse con los seres y el contexto que nos engloba. Así mismo (Kent, 2003, como se citó en, Barría y Manríquez, 2011) define la actividad física como cualquier forma de movimiento corporal que tiene una gran demanda metabólica. Por lo tanto, las actividades demandan preparación física



para participar y competir en deportes, trabajar en ocupaciones pesadas, tareas domésticas y aficiones no deportivas que sobrelleva un esfuerzo físico.

Prieto (2011), define a las actividades físicas como todas aquellas acciones que realizamos en el transcurso del día en las cuales se consume energía a través del movimiento corporal desde el más básico, como son: Caminar, bailar, limpiar, jugar. Así mismo, la actividad física comprende desde cualquier movimiento corporal realizado por los músculos y el esqueleto provocando un desgaste de energía, todo esto se presenta en el actuar de la persona durante todo el día con excepción de dormir y reposar y todo esto se puede diferenciar en las circunstancias de las actividades ejecutadas como la de diversión, de relación con los demás, para mejorar la forma física o la salud y hasta actividades de competencia (Vidarte, 2011). Así mismo, Franco et al. (2017), sostiene que la actividad física se orienta a los diferentes estilos de vida de las personas y garantiza el equilibrio de la salud general, por lo que es un complemento fundamental en la educación y formación de niños y adolescentes. Estimular las capacidades no solo intelectuales, sino también físicas, mentales y morales de manera positiva es una prioridad.

Ding et al. (2020), define a la actividad física como pautas actuales que han evolucionado a partir de décadas de generación, las pautas iniciales de actividad física se centraron en el ejercicio aeróbico vigoroso y sostenido, principalmente para mejorar el rendimiento o la rehabilitación cardíaca. Con la creciente evidencia de los beneficios para la salud de la actividad física de intensidad moderada, como caminar, se han desarrollado pautas para ser más saludables para el público y cambiar el enfoque del ejercicio, planificado y organizado, a la actividad física, que puede ser parte de la rutina diaria.

Devís y Cols (2000), propusieron un enfoque teórico tridimensional sobre la actividad física relacionado con la salud que aglutina tres dimensiones:

Dimensión de movimiento corporal, según Guerrero (2017), da a conocer que el ser humano mediante el movimiento corporal o lenguaje no verbal transmite información, por medio de los sistemas corporales como son sus emociones, actitudes o formas de sentir, todo esto se lo denomina como expresión corporal.

Dimensión experiencia personal, según Iturriaga y Gasteiz (2016), se entiende como una actividad física vigorosa que se produce mediante una acción motriz

corpórea y que se obtiene diversos beneficios en los aspectos físicos, psicológicos e intelectuales y que sus prácticas son entendidas principalmente mediante sus indicadores de intervención: prevención, tratamiento y encaminada al bienestar.

La dimensión práctica sociocultural, según Fuentes et al. (2018) refieren que es todo aquello con el que interactúe la persona, que son seres con movimientos en el instante que se identifican socioculturalmente, por lo tanto, todo esto se manifiesta más que nada por el contexto mediante sus funciones corporales en la práctica de alguna actividad motriz o deportiva.

Con respecto a la actividad física se formulan y aplican teorías y modelos que tratan de demostrar la conducta de las distintas personas que lo realizan y de las que no lo realizan a través de los componentes y determinantes vinculados a la misma persona (Montil, 2004).

Es por ello que a continuación se expone algunos modelos que explica el comportamiento de la práctica de actividad física, realizando la diferencia que vienen de otros campos de estudio como la sociología y la psicología. Entre ellos existe un modelo teórico referido a las creencias de la salud, que explica el comportamiento dirigido a la protección de la salud, a la anticipación de una consecuencia negativa relacionado con la salud y el deseo de evitar y reducir su impacto y todo aquello refuerza una motivación hacia su protección (Abarca, 2011). Así mismo, la teoría de la acción razonada es una aportación importante al comportamiento humano que trata la relación entre las creencias, comportamiento, actitudes e intenciones, todo aquello relacionado con la toma de decisiones a nivel conductual que tiene en cuenta factores individuales como grupales (Abarca, 2011).

Devís & Peiró (1993), manifestaron que el paradigma orientado a la actividad física está más próximo a una visión recreativa y participativa en actividades que está centrado en la condición física, debemos pensar que cuando una persona realiza actividad física se ve involucrado en un proceso, mientras que la mejora de la condición física pretende alcanzar un resultado o un producto asociado a un nivel de forma física, por lo tanto, los beneficios saludables se encuentran en el proceso de realización de las actividades físicas y no en la búsqueda de resultados.

Dimas (2006), la interacción propuesta entre los dos elementos, mente y cuerpo, se ha podido examinar estableciendo un puente entre ambos, siendo este elemento común el cerebro. Desde una perspectiva psicofisiológica, los científicos

han podido establecer teorías acerca del desarrollo y funcionamiento del ser humano. Piaget (1936), fue uno de los pioneros en proponer que el desarrollo intelectual del niño va parejo con el desarrollo motor. Otros teóricos del desarrollo motor, como Kephart (1960) sugieren que un niño con problemas de aprendizaje puede estar sufriendo en realidad de problemas perceptuales y motrices.

Con respecto a los términos de actividad física, condición física y ejercicio físico que son muy utilizados en nuestra investigación y por convertirse en sinónimos o adquieren un significado demasiado general, se realiza la aclaración tomando en cuenta a Vicente-Rodríguez et al. (2016), donde define a la actividad física como todo movimiento corporal producido por los músculos y el esqueleto y que genera un gasto de energía mayor al periodo de reposo. La condición física es la capacidad que tiene una persona para realizar actividad física o ejercicio físico y que constituye una medida integrada de todas sus funciones en la vitalidad de ejecutar dichas actividades o ejercicios. El ejercicio físico es la actividad física planificada, repetitiva, organizada con la intención de mejorar uno o más de los componentes de la aptitud física de la persona. En ese sentido, estos términos son diferentes, aunque están intrínsecamente relacionados, y por el cual, la actividad física mejora la condición física principalmente mediante el ejercicio físico. Y con respecto al sedentarismo también está muy asociado con la actividad física, el término sedentarismo proviene del vocablo en latín sedere, que significa estar sentado y por todo ello es la falta de actividad física, y en muchas investigaciones se habla de participantes sedentarios cuando no consiguen un determinado nivel de actividad física.

Kennon (2000), manifestó en su artículo de estudio que la actividad física regular se ha considerado durante mucho tiempo una parte importante de un estilo de vida saludable, por tanto, la actividad física regular puede desempeñar un papel importante tanto en la prevención y tratamiento de enfermedades cardiovasculares, hipertensión arterial, diabetes mellitus no insulino dependiente, los problemas cerebro vasculares, algunos tipos de cáncer, osteoporosis y depresión, como en la mejora del perfil lipídico de una persona.

Bouchard & Shepard (1993), ostentaron con respecto a la práctica de la actividad física suficiente y regular no solo ayuda a prevenir enfermedades importantes, sino que también promueve el aprendizaje, reduce el estrés, la

ansiedad y la depresión y mejora el bienestar general de los estudiantes. No importa si el niño sobresale en cualquier otra materia en la escuela y crece para convertirse en un exitoso profesional: médico, abogado, ingeniero, etc. Con mala salud cualquier logro profesional se vuelve secundario.

Hall et al. (2018), en el ámbito escolar, se implementaron programas en los que se utilizó como estrategia la formación física y el recreo, como un espacio ideal para promover la actividad física moderada e intensa, dirigido por el maestro, cuyos efectos han incrementado el gasto energético y mejorado los hábitos saludables y la actividad física. Por tanto, la intensidad de la actividad física se define como la tasa o cantidad de esfuerzo realizado necesario para el consumo de energía en el sistema musculo esquelético. Se entiende como actividad física moderada porque requiere un esfuerzo moderado de 3 a 6 MET (Equivalentes Metabólicos) y actividad física vigorosa se refiere al esfuerzo de 6 MET, provocando una respiración acelerada y un aumento significativo de la frecuencia cardíaca, como por ejemplo, practicar deportes y juegos competitivos, correr, nadar, escalar pendientes.

Escalante (2011), la condición física relacionada con la salud se definió en el Modelo de Toronto de condición física, actividad física y salud 20, como un estado energético que permite a las personas desempeñarse en la vida diaria, aprovechar el ocio activo y hacer frente a situaciones inesperadas, emergencias sin estrés. Mientras, ayuda a evitar enfermedades hipocinéticas y maximiza la capacidad intelectual para el desarrollo profesional al experimentar el pleno placer de la vida. Sin embargo, algunos trabajos respaldan la importancia de tener niveles óptimos de condición física en relación con la salud frente a la actividad física regular de forma aislada.

La variable de logros de aprendizaje se basa en los siguientes supuestos: Palomino et al. (2021), define que las competencias cognitivas, procedimentales y actitudinales se miden por niveles de conocimiento, lo que permite a los docentes evaluar la efectividad de las estrategias y ajustar la planificación de lecciones. Además del beneficio o fruto del trabajo docente, las evaluaciones continuas y acumulativas recibidas por los estudiantes miden el aprendizaje.

Mendoza (2021), cuando nos referimos a logros, nos referimos a logros que son valorados, apreciados y necesarios, estos son fundamentales para la formación

del estudiante integrado, estos son los productos esperados del proceso de aprendizaje, que se convierten en un indicador en el camino de aprendizaje así mismo incluye conocimientos, habilidades, comportamientos, actitudes y otras habilidades que debe ser logrado por el estudiante en un nivel o grado en una determinada área. Así mismo, la meta de aprendizaje representan los resultados que se espera que logren los estudiantes, estudiar un campo en particular, es decir, el producto del aprendizaje que se espera de los estudiantes desde el punto de vista de la percepción, representar conocimientos, adquirir conocimientos que deben asimilar; sus pensamientos, todo lo que necesitan saber; saber hacer o comportarse, como trabajo práctico, ser o sentir, como un impulso emocional.

Martínez (2007), los logros de aprendizaje puede conceptualizarse como el nivel de conocimientos, habilidades y competencias que adquieren los estudiantes en el proceso de enseñanza y aprendizaje; esta apreciación se lleva a cabo mediante la valoración que hacen los docentes del aprendizaje de los estudiantes matriculados en un curso, año, ciclo o nivel de grado, en relación con los objetivos y contenidos del programa en el desempeño de los estudiantes a lo largo del mencionado proceso. Ahora bien, si hablamos de bajo rendimiento académico, se relaciona con las bajas calificaciones, a partir de las cuales se considera que los alumnos suspenden, y estos son indicadores del bajo rendimiento académico de estos alumnos.

Además, Díaz et al. (2021), manifestaron que el logro de aprendizaje se describe a la apreciación del estilo de ilustración de un educando a través de la orientación de un docente mediante el uso de técnicas y elementos físicos y tecnológicos sobre sus resultados de enseñanza y aprendizaje. Así mismo, Villegas et al. (2021) en su investigación denominada rendimientos educacionales que la correlación que existe entre ambas variables como el logro del rendimiento intelectual y el nivel de comprensión del aprendizaje, que son estrechamente directas. Como la enseñanza efectiva se mide por el rendimiento académico, por lo que es claro que si el rendimiento académico es deficiente es por dificultades de ilustración o por enseñanza incoherente (Pérez, 2019).

Este planteamiento que adquiere la disertación de la variable de rendimiento académico es por lo que es comprensible que la docencia y la gestión pedagógica de los docentes contribuyan a optimizar el interés intelectual de los educandos, no

solo validando el nivel de conocimiento que tienen, sino enfocándose en la satisfacción de sus necesidades y convertirlos en fuerza.

El término logros de aprendizajes es una definición muy amplia que engloba diferentes etapas de un mismo proceso complejo. Todas las formas y saberes que existen abordan el resultado de la ilustración desde una perspectiva diferente.

En efecto, según el método del MINEDU del Perú realizado por Rodríguez (2007), este estudio se define como los procesos de vincular el conocimiento externo con el conocimiento interno de la persona para establecer un nuevo esquema de conocimiento. El resultado del aprendizaje es la adquisición y retención de conocimientos de forma significativa, la adquisición de contenidos significativos que son el efecto de la participación y la experiencia personal.

Por ello, se piensa que estas teorías y modelos aparentemente contradictorios son menos contradictorios e incluso complementarios cuando se considera el proceso de logro del aprendizaje en su conjunto.

Los enfoques teóricos para apoyar el logro del aprendizaje son los que mencionamos a continuación: en primer lugar el término rendimiento académico es una expresión que comprende diferentes etapas de un propio proceso complicado, en este caso concerniente con el rendimiento escolar, se enfoca al rendimiento académico desde una perspectiva diferente, y al considerar el proceso de rendimiento académico en su conjunto, se percibe que Estas aparentes contradicciones Las teorías y los modelos no son tan contradictorios, e incluso se complementan entre sí. Esto se describe como: El logro del aprendizaje es un procedimiento permanente en el que la experiencia se relaciona con los procedimientos mentales de los objetos de conocimientos, ya sean concretos o abstractos. El logro del aprendizaje es la adquisición de las características o estructura de un objeto a través del contacto sensorial (Mendoza & Mamani, 2012).

Con respecto, el MINEDU (2016), definió como una forma viable de concebir las diferentes suposiciones en este cuadro analítico, el resultado de la enseñanza importa ser una meta lograda en un proceso, es útil y tiene su concepto real y por qué es así. Así, se muestra que el logro de los aprendizajes es cuando el alumno se vuelve parte de esta simbiosis, si no, en cambio, interactúa con la materia para identificar y conferir categorías, y así conferir sus propios conceptos a la necesidad de comprenderla. Por lo tanto, Bruner (1986) expresó que las vivencias de las

escuelas, en muchos casos los estudiantes se comprometen con el descubrimiento, porque dejan material específico, por lo que tiene su utilidad. Por lo cual, en las características se deben observar las condiciones del tipo de logro propuesto por el estudiante para que la interacción lleve a la concreción del proceso mental.

Con base en la investigación realizada, no es posible especificar qué es un estilo de logro de aprendizajes porque la definición de estilo de los logros de aprendizajes tiene múltiples definiciones y es difícil encontrar una definición única que explique apropiadamente lo que todos los estudiantes tienen en común con el logro de aprendizaje.

El inconveniente es que es un concepto formulado desde una perspectiva muy diferente. Globalmente, la mayoría de los autores estiman que la definición de logro de aprendizaje es referida generalmente a características o formas que dan las particularidades y formas en que los estudiantes aprenden.

Los elementos del producto de los aprendizajes

- El logro del aprendizaje es un asunto específico, provechoso y de autoconstrucción.
- Facilitado con la mediación que involucra a otros.
- El logro del aprendizaje es el proceso de planificación de la reorganización interna.
- El rendimiento académico crea un conflicto entre lo que los estudiantes ya saben y lo que deberían saber (Rodríguez, 2017).

Períodos de aprendizaje del transcurso de resultado:

La información sobre la realidad se obtiene por medio de los sentidos, lo que sucede cuando observamos el entorno externamente. Procesar y organizar indagación y utilizar ciertas tecnologías para lograr resultados de aprendizaje. Aplicar indagación para resolver dificultades efectivas con el fin de convertir un contexto dudoso en otra (Rodríguez, 2017)

Según Arancibia et al. (2007), mencionó diversos aspectos: (a) El enfoque es uno de los factores psicológicos que permite la atención a la pregunta de investigación. Los estudiantes que acceden voluntariamente a aprender han mejorado el enfoque y la concentración; (b) Memoria: El logro del aprendizaje requiere el uso de la memoria, lo que se refleja principalmente en tres aspectos: Memoria perceptiva: Implica juntar sensaciones del medio exterior. La memoria a

corto plazo: Es una reverberación mayoritaria de corta duración. Memoria a largo plazo: Se almacena de forma permanente y se utiliza con fines prácticos.

Ocurre cuando el conocimiento se almacena de manera estable, también conocida como memoria funcional; (c) Entre los factores socioemocionales, intervienen la actitud y la disposición al trabajo; (d) La actitud positiva es un determinante del rendimiento académico porque el aprendizaje implica no solo el registro Las ideas en la memoria también requieren interés y esfuerzo. En el logro de los aprendizajes intervienen los sentidos, la inteligencia, la voluntad, la memoria, el sentimiento y la emoción; (e) La voluntad es otro factor que posibilita que los estudiantes aprendan logros y metas específicas, los estudiantes con voluntad de aprender están más dispuestos para elegir uno de ellos.

Arancibia (2007), argumentó entre los factores ambientales que: (a) el rendimiento académico también depende del espacio en el que estudiamos, (b) tener una habitación o espacio fijo para estudiar, (c) tener un lugar cómodo para estudiar; (d) el ambiente de aprendizaje debe tener iluminación adecuada; (e) ventilación adecuada; (f) descanso diario adecuado.

El rendimiento académico es el resultado de un proceso educativo que refleja cambios en los estudiantes en términos de metas del programa. Estos cambios incluyen no solo los aspectos cognitivos, sino también el conjunto de hábitos, habilidades, capacidades, actitudes, aspiraciones, ideales, intereses, intereses, logros, etc. que deben recibir los estudiantes. Es decir, los resultados del aprendizaje se refieren no solo a la cantidad y calidad de conocimientos adquiridos por el estudiante en una institución educativa, sino también a todos los aspectos de su vida. (Navarro, 2014).

Asimismo, la afirmación de los resultados de aprendizaje encapsula el impacto de todos los factores tales como estudiantes, docentes, metas, contenido, sistemas de evaluaciones, infraestructuras, mobiliarios, materiales educativos, etc., que desde diversos puntos de vista tienen influencia para alcanzar las metas planeadas. El factor más importante, sin embargo, es el binomio humano: alumno-profesor.

El papel del docente es motivar, planificar, guiar y evaluar a los estudiantes para que puedan alcanzar los objetivos propuestos, es decir, capacitarlos o



educarlos. No hay que olvidar que, todas las victorias de la humanidad descansan en gran medida sobre los hombros de los maestros (Navarro, 2014).

Entonces, se debe recordar que el rendimiento académico siempre representa el esfuerzo individual del alumno, dirigido por el docente e influenciado por otras variables como las condiciones personales, las condiciones de enseñanza, las condiciones ambientales, etc.

Según Navarro (2014), el logro del aprendizaje es visto como una estructura en la que no solo se considera el resultado final, sino que también se interioriza el proceso y se busca explicar cómo funciona el proceso de hegemonía del aprendizaje y practicar el conocimiento para que su mensaje o argumento alcance un nivel sostenible.

### **III.METODOLOGÍA**

#### **3.1 Tipo y diseño de investigación**

Tal como lo expresó Delgado (2021), esta investigación fue de tipo básica, cuya función principal es comprender mejor un tema o fenómeno o las leyes fundamentales de la naturaleza, enfocándose principalmente en el avance del conocimiento más que en el desarrollo de contenidos definidos; también busca ampliar la frontera del conocimiento y desplegar el alcance de todos los campos de estudio, en el caso de la educación se usa para desarrollar teorías pedagógicas.

#### **Paradigma**

Este estudio se basó en el modelo empírico, ya que establece que la verdad es absoluta y medible, y la relación entre el fenómeno estudiado y el investigador debe ser controlada, ya que no debe afectar el desempeño de la investigación. La base de este modelo son los métodos estadísticos descriptivos e inferenciales (Ramos, 2015).

#### **Enfoque**

En este estudio se tomó en cuenta el enfoque cuantitativo en donde se va a valorar las dimensiones u ocurrencias de los fenómenos y probar suposiciones, para comprobar si son verdaderos o no, en donde se va a representar, exponer y presagiar los fenómenos indagados (Hernandez-Sampieri & Mendoza, 2018). Así mismo, la investigación está bajo un enfoque cuantitativo, porque está conformado por grupos de actividades, técnicas y supuestos que se usan para el estudio de procedimientos educativos, psicológicos y sociales, poniendo a los investigadores a realizar estudios estadísticos. Este enfoque se basa en evaluar variables usando un sistema numérico, analizando estas medidas y usando cualquiera de los modelos estadísticos para reportar relaciones y asociaciones entre las variables estudiadas. En tal sentido, el objetivo de recopilar estos datos cuantitativos es comprender, describir y predecir la naturaleza de un fenómeno, particularmente a través del desarrollo de modelos y teorías (Cadena-Iñiguez et al. 2017).

#### **Método**

El método utilizado de la presente investigación es hipotético-deductivo porque parte de unas afirmaciones en posesión de hipótesis y busca contradecir o falsear tales hipótesis, derivando de ellas conclusiones generales que deben confrontarse con los hechos antes de constituirse en teorías (Bernal, 2016).

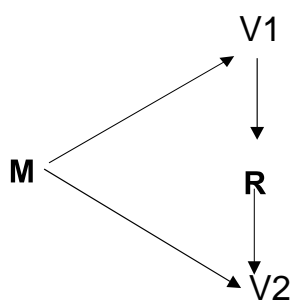
### Tipo de investigación

La presente investigación fue de tipo básica porque se fundamenta en descubrir e incrementar nuevos conocimientos de las variables estudiadas y descriptivas, porque su objetivo principal es recolectar datos e informaciones para probar las hipótesis planteadas (Ñaupas et al. 2018).

### Diseño

El diseño de la presente investigación fue no experimental por que se realizó sin la manipulación deliberada de las variables de estudio, en donde no se genera ninguna situación, solo se observan las situaciones ya existentes, no se tiene control y tampoco se puede influir en las variables y con respecto a su dimensión temporal es transversal porque se va realizar la recolección de datos en un solo momento (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Así mismo, como afirma Ramos (2020), el diseño de este estudio es no experimental en el sentido de que se describen las relaciones preexistentes entre los grupos, ya que la pertenencia a los grupos no se asigna aleatoriamente y las variables independientes no se derivan del estudio. Esta investigación es de alcance correlacional en donde surge la necesidad de plantear una hipótesis en la cual se proponga la correlación de las dos variables estudiadas.

Para esta investigación se consideró el siguiente diagrama.



Donde:

**M** = Muestra

**V1** = Actividad física

**V2** = Logros de aprendizaje

**R** = Relación entre las dos variables.

### 3.2 Variables y operacionalización

Hernández et al. (2014) las mediciones de las variables demandan una realización sobre la operacionalización, proceso que consiste en descomponer variables que

se encuentran en un mundo real y en una perspectiva empírica; en este sentido, se identifican las siguientes variables de investigación.

## **V1 Actividad Física**

### **Definición conceptual**

De acuerdo con el planteamiento teórico de Devís y Cols (2000), la actividad física se refiere al tipo de movimientos corporales causados por contracciones del músculo esquelético que elevan las fases de energías por encima de los niveles de reposo, mejorando las condiciones físicas.

### **Definición operacional**

Las actividades físicas son acciones dinámicas del cuerpo de un individuo que reúne 3 dimensiones: Movimiento corporal (físico), experiencia personal (psicológica) y práctica sociocultural (social). Se puede evaluar en el nivel de desempeño de acuerdo con la escala siguiente:

- Muy Alto: 4
- Alto: 3
- Medio: 2
- Bajo: 1

### **Indicadores**

- Mejorar sistemas del cuerpo.
- Prevención y tratamientos de males.
- Regula las funciones.

### **Escala de medición**

- Siempre 5
- Casi siempre 4
- A veces 3
- Casi nunca 2
- Nunca 1

## **V2: Logros de aprendizaje**

### **Definición conceptual**

Se define Según Mourshed et al. (2012) es el progreso y alcance de las competencias, capacidades y desempeños. Por esto, el Ministerio de Educación, en el Curricular Nacional, relaciona significativamente los logros de aprendizaje con los estándares de cada ciclo y que el estudiante debe de alcanzar para conocer

qué tan cerca o lejos está en sus aprendizajes. Proporciona información relevante con el fin de reestructurar la planificación y evaluación para el docente (DCN, 2016).

### **Definición operacional**

Será medido a través de la revisión y análisis documental de información de registro de calificaciones.

### **Indicadores**

- Se comunica oralmente en su lengua materna
- Lee diversos tipos de textos escritos
- Escribe diversos tipos de textos en su lengua materna.
- Resuelve problemas de cantidad
- Resuelve problemas de regularidad, equivalencia y cambios
- Resuelve problemas de forma, movimiento y localización
- Resuelve problemas de gestión e incertidumbre.

### **Escala de medición**

Ordinal

- 18 – 20 = AD
- 14 – 17 = A
- 11 – 13 = B
- – 10 = C

## **3.3 Población, muestra y muestreo**

### **Población**

Según Ñaupas (2018) definió la población como el vínculo de unidades de estudio, individuos, aglomerados, hechos o fenómenos, que muestran las características pretendidas para el estudio, acotado como referencia de encuesta, teniendo en cuenta las características y relaciones directas de los temas identificados en el estudio. Esta población estudiada corresponde a estudiantes de una institución educativa de Apurímac, de primero a quinto grado. La población consta de 135 estudiantes masculinos y femeninos asignados en función de la inscripción de matrícula de año lectivo 2022.

**Criterios de inclusión:** Los estudiantes de tres grados de primero a cuarto de educación secundaria.

**Criterios de exclusión:**

- Estudiantes de quinto grado de secundaria
- Estudiantes que no asistan el día de la evaluación
- Profesores de la institución educativa
- Padres de familia

**Muestra:**

Hernández-Sampieri y Mendoza, (2018) mencionaron la muestra como un subgrupo de una población que brinda información adecuada para sistematizar resultados a la población y sobre el cual se recolectaran los datos que deben ser representativos. La muestra en este estudio estuvo conformada por 115 estudiantes, varones y mujeres de una institución educativa de Apurímac.

**Muestreo:**

Según Bernal (2016) es una habilidad manejada para deducir el ejemplo de muestra de la que se obtienen los datos. Por lo tanto, en este estudio se escogió el muestreo por conveniencia, definido como el procedimiento de identificación de casos en función de su disponibilidad, se eligió teniendo en cuenta el tamaño de la población y las necesidades del estudio.

**Unidad de análisis:**

Conformados por cada uno de los estudiantes desde el primer grado sección única al quinto grado sección B del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022.

**3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos****Técnicas**

Según Bernal (2010) manifiesta que una encuesta es una técnica de recaudación de datos, basada en fichas con preguntas, con el propósito de recolectar información durante el proceso de investigación. Por esta razón, la herramienta utilizada en la primera variable de actividad física en este estudio fue un cuestionario, utilizando técnicas de encuesta.

**Instrumentos**

El instrumento que se empleó es el cuestionario, es un material construido por interrogantes que consiste en medir las variables de estudio (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Se tomará en cuenta el cuestionario de actividad física de Alcívar (2021) instrumento validado, con 20 ítems y será administrado por el evaluador de manera virtual y presencial.

**Ficha técnica de instrumento 1:**

Nombre: Escala para medir el nivel de actividad física

Autor: Br Mario Rene Ramos Torres

Dimensiones: Movimiento corporal (físico), experiencia personal (psicológico), práctica sociocultural (social).

Baremos: Siempre (5), casi siempre (4), a veces (3), casi nunca (2), nunca (1)

**Ficha técnica de instrumento 2:**

Nombre: Rúbrica de evaluación de logros de aprendizaje

Autor: Docente del Área

Dimensiones: Competencias del área de comunicación, competencias del Área de matemática.

Baremos: 18-20 (AD), 14-17 (A), 11-13 (B), 00-10 (C)

**Validez y confiabilidad**

La validez es el valor en que un instrumento evalúa objetivamente la variable que procura evaluar y la confiabilidad se describe al valor en que un estudio reiterado al mismo objeto u individuo origina deducciones similares (Hernández-Sampieri, et al. 2014)

Para los instrumentos de las variables se recurrió a jueces expertos conocedores y que fueron validados por tres jueces expertos:

Lista de validación:

**Tabla N° 01**

*Validez del instrumento de actividad física y logros de aprendizaje*

Experto	Dominio	Decisión
Mg. Rene Arévalo Quijano	Temático	Si existe suficiencia
Mg. Ángel Ccorisapra Atao	Estadístico	Si existe suficiencia
Mg. Sulma Karla Huamán Boluarte	Metodóloga	Si existe suficiencia

*Nota.* Esta tabla muestra a los jueces que dieron su validez de los instrumentos de investigación. Elaboración propia

Con respecto a la confiabilidad como manifestaron Hernández et al. (2014) para que un instrumento sea confiable se tiene que aplicar varias veces y sus resultados

deben ser los mismos sin mucha diferencia, es por el cual, que diversos autores recomiendan el alfa de Cronbach debido a que su aplicación está compuesta por resultados más precisos.

Referente a la recolección de la variable logros de aprendizaje se recurrirá a la revisión documentaria SIAGIE de los registros de calificaciones de cada uno de los alumnos seleccionados en la muestra.

### **Tabla N° 02**

#### *Estadística de fiabilidad de la variable actividad física y logros de aprendizaje*

Alfa de Cronbach	N° de elementos
,806	20

*Nota.* Elaboración propia

Para obtener el grado de confiabilidad, se ha aplicado el cuestionario a un grupo de 20 estudiantes que no estaban considerados en la muestra y que de forma voluntaria realizaron el desarrollo del cuestionario y el análisis se realizó mediante la técnica de alfa de Cronbach, obteniendo el resultado de **0,806** por consiguiente se afirma que el instrumento posee un excelente grado de confiabilidad y que puede ser aplicado a la muestra de estudio.

### **3.5 Procedimientos**

Respecto a la recolección de los datos de las variables, en primer lugar se escogió un instrumento adecuado para la variable actividad física y posteriormente fue sometido a los jueces expertos para su visto bueno realizando la validación, por otro lado, se solicitó la carta de presentación sobre la investigación a la universidad Cesar Vallejo de Lima Norte para que solicite la autorización en la ejecución de las encuestas a la muestra de estudiantes de la institución educativa, seguidamente se procedió con la aplicación de la encuesta con el apoyo de los docentes de cada grado y sección en la primera hora de forma presencial en un solo día, una vez realizado la encuesta y recolectado los datos se realizó el vaciado en el software estadístico SPSS.

### **3.6 Método de análisis de datos**

La información obtenida de los datos se utiliza para el análisis estadístico, procesamiento de datos mediante el programa Excel, y los datos obtenidos de los instrumentos utilizados en el estudio mediante el programa SPSS, se procedió a hallar la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov, seguido ello se empleó la



prueba no paramétrica empleando el coeficiente de correlación de Rho Spearman que facilitó la elaboración de tablas que indicó la relación entre ambas variables. Por otro lado, los datos procesados permiten obtener tablas que se utilizan para análisis, asimismo las hipótesis comparativas y su posterior interpretación.

### **3.7 Aspectos éticos**

Con respecto a los aspectos éticos en la recolección de información, se realizó con la confirmación de la confidencialidad y el anonimato, se ha tenido en cuenta a los padres y estudiantes de las autoridades institucionales durante todo el proceso de recolección de datos, para lo cual se solicita al director de la institución educativa en escritura. De modo que a los estudiantes fueron considerados parte de la investigación, lo cual aceptaron voluntariamente.

Así mismo se respetó el principio ético, los derechos de autor y por consiguiente criterios de investigación propuestos por la Universidad de Lima Norte Cesar Vallejo, con referencia a sus estándares de investigación, de acuerdo con los lineamientos de elaboración de trabajos de investigación y la estructura brindada por la Casa de Investigación, también en la construcción de un marco teórico para el respeto y reconocimiento de los derechos de autor, las citas refuerzan cada aporte teórico de este estudio, teniendo en cuenta el sistema estándar APA 7<sup>a</sup> edición, y finalmente diciendo que el trabajo será revisado por las autoridades por una tarifa.

## IV RESULTADOS

### Resultados descriptivos

**Tabla N° 3**

*Distribución de frecuencias de la variable actividad física.*

Categoría	f	Actividad física
		%
Bajo	15	13%
Medio	37	32%
Alto	63	55%
Total	115	100%

*Nota.* Análisis porcentual del resultado de la variable actividad física.

Según la tabla 2, se aprecia en el nivel alto un porcentaje de 55% que corresponde a 63 estudiantes, en cuanto al nivel medio se encuentra un porcentaje de 32% lo que equivale a 37 estudiantes, así también se refleja que en un nivel bajo es equivalente al 13% es decir 15 estudiantes.

**Tabla N° 4**

*Distribución de frecuencias de la variable logros de aprendizaje.*

Categoría	f	Logros de aprendizaje
		%
Nivel de inicio	16	14%
Nivel Proceso	32	28%
Nivel logrado	21	18%
Nivel destacado	46	40%
Total	115	100%

*Nota.* Análisis porcentual del resultado obtenido de la variable actividad física.

Según la tabla 3, se aprecia un porcentaje en el nivel destacado, del 40% que corresponde a 46 estudiantes, en cuanto al nivel logrado se encuentra un porcentaje de 18% lo que equivale a 21 estudiantes, así también se refleja que en el nivel proceso, el equivalente al 28% es decir 32 estudiantes, por último en un nivel de inicio se encuentran 16 estudiantes equivalente al 14%.

## Resultados inferenciales

**Tabla 5**

*Correlaciones entre actividad física y logros de aprendizaje*

		V1	V2
Rho de Spearman	V1. Actividad física	1,000	,884
	de correlación Sig. (bilateral)	,	,000
		115	115
		N	
Rho de Spearman	V2. Logros de aprendizaje	,884	1,000
	de correlación Sig. (bilateral)	,000	,
		115	115
		N	

*Nota.* La correlación es positiva alta en el valor de Sig. De 0.000 (bilateral)

Según la tabla 4, se visualiza que el valor de sig. 0.000 es decir que es menor  $p \leq 0.05$  por tal existe correlación entre las variables señaladas. Siendo significativa, valorando el coeficiente de correlación de Rho Spearman de = 884, lo que indica, una correlación positiva alta. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y como resultado se acepta la hipótesis alterna donde indica que existe relación entre las variables.

**Tabla 6***Correlaciones entre la dimensión de movimiento corporal y logros de aprendizaje*

			D1	V2
Rho de Spearman	D1. Dimensión Movimiento corporal	Coeficiente de correlación	1,000	,998
		Sig. (bilateral)		,000
		N	115	115
Rho de Spearman	V2. Logros de aprendizaje	Coeficiente de correlación	,998	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,
		N	115	115

*Nota.* La relación es positiva fuerte en el valor de sig. De 0.00 (bilateral)

Según la Tabla 5, se visualiza que el valor de Sig. Es 0.00 es decir que es menor a  $p= 0.05$ . Lo que indica que existe relación, valorando un coeficiente correlacional del Rho de Spearman = 0,998 es decir, una relación positiva fuerte. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y como resultado se acepta la hipótesis alterna.

**Tabla 7***Correlaciones entre la dimensión experiencia personal y logros de aprendizaje*

		D2	V2
Rho de Spearman	D2. Dimensión Experiencia personal	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral) N	1,000 ,878 ,000 , 115 115
	V2. Logros de aprendizaje	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral) N	,878 ,000 , 115 115

*Nota.* La relación es positiva moderada con un valor de Sig. De 0.00 (bilateral)

Según la Tabla 6, se visualiza que el valor de Sig. Es 0.00 es decir que es menor a  $p= 0.05$ . Lo que indica que existe relación, valorando un coeficiente correlacional del Rho de Spearman = 0,878 es decir, una relación positiva moderada. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y como resultado se acepta la hipótesis alterna.

**Tabla 8***Correlaciones entre la dimensión práctica sociocultural y logros de aprendizaje*

			D3	V2
Rho de Spearman		Coeficiente de correlación	1,000	,963
	D3. Dimensión Práctica sociocultural	Sig. (bilateral)		,000
		N	115	115
		Coeficiente de correlación	,963	1,000
	V2. Logros de aprendizaje	Sig. (bilateral)	,000	,
		N	115	115

*Nota.* La relación es positiva fuerte con un valor de Sig. De 0.00 (bilateral).

Según la Tabla 7, se visualiza que el valor de Sig. Es 0.00 es decir que es menor a  $p= 0.05$ . Lo que indica que existe relación, valorando un coeficiente correlacional del Rho de Spearman = 0,963 es decir, una relación positiva fuerte. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y como resultado se acepta la hipótesis alterna.

## V. DISCUSIÓN

En la presente investigación, en cuanto al objetivo general, se determinó una relación positiva alta con una Rho Spearman de 0,884 entre la actividad física y logros de aprendizaje, dichos resultados coinciden con los hallados por el autor Villalba et al.(2020) quienes hallaron una correlación entre las variables de su estudio. Asimismo, el autor Brunner (1986) quien manifestó que las vivencias que experimentaron los estudiantes en el ambiente educacional promueven actividades como físicas, cognitivas que permiten fomentar la concentración en actividades o tareas establecidas. Asimismo, el autor Rodríguez (2007), manifestó que la planificación de actividades dirigidas a estudiantes permite que desarrollen y fortalezca sus capacidades y aptitudes. Por tanto, según los resultados evidenciados, los estudiantes reflejan desarrollar y poner en práctica actividades físicas que le proporcionen concentrarse en tareas, ejercicios físicos, de esta manera adquieren mejor rendimiento académico, y previenen ser propensos a la ansiedad, además al ejecutar actividades planteadas cuentan con la capacidad de prestar atención eficazmente, fortaleciendo el pensamiento, aprendizaje y habilidades, conductas, entre otras, de esta manera buscar soluciones ante determinadas tareas, lo cual significa que está encaminada hacia finalidades positivas. Entonces, ante lo mencionado anteriormente, las estrategias son procedimientos empleados para ayudar a los estudiantes a obtener nuevos conocimientos.

Respecto al primer objetivo específico, se determinó la relación positiva fuerte entre la dimensión de movimientos corporales y el logro de aprendizaje con un coeficiente de Rho Spearman de 0,998, los resultados hallados se asemejan al estudio de Estrada (2017) quien halló una relación entre la actividad física y el rendimiento académico, es por ello que coincidiendo según lo mencionado por Devís (2000) al involucrar movimientos corporales, actividad física, facilita el equilibrio de la salud mental y física, asociada al desenvolvimiento escolar, promoviendo un desarrollo saludable para la realización de sus actividades estudiantiles y cotidianas. Asimismo, el autor Franco et al. (2017) sostuvo que la actividad física se orienta a los diferentes estilos de vida de las personas. Por tanto, los estudiantes denotan contar con herramientas y practicar movimientos corporales dentro del ejercicio físico que permiten el equilibrio de su salud, de tal

manera esto potencia su desarrollo de habilidades, responsabilidad de actividades por parte de la institución educativa, dirigidas a los estudiantes y puesto promueve llevar a cabo dichas estrategias no existe una motivación para el aprendizaje, un trabajo en equipo que involucre, desarrollo de habilidades de los estudiantes, responsabilidad de actividades. Además, los movimientos corporales reducen el nivel de estrés que puede ser percibido por los estudiantes a partir de actividades académicas, por ello son de gran consideración para la organización de los propios recursos, como los pensamientos, habilidades, conductas, entre otras, de esta manera buscar soluciones ante determinadas tareas, lo cual significa que está encaminada hacia finalidades positivas. Entonces, ante lo mencionado anteriormente, el logro de aprendizaje son procedimientos empleados para ayuda a los estudiantes a obtener nuevos conocimientos mediante la actividad física.

En cuanto al segundo objetivo específico, se determinó la relación positiva moderada con un Rho Spearman de 0,878 entre la dimensión de experiencia personal y el logro de aprendizaje, los resultados hallados se asemejan al estudio de Ramos (2018) quien halló la correlación entre la actividad física y desempeño académico, asimismo el autor Devís (2000) que la participación de los estudiantes en eventos deportivos, entrenamientos y diferentes actividades organizadas, permite que desarrollen sus destrezas ejecutando pausas activas que aportan a su conocimiento y resiliencia así como al logro de nuevos aprendizajes. Del mismo modo, el autor Díaz et al. (2021) manifestó que el estudiante adquiere el aprendizaje mediante experiencias. Por ello se denota que los estudiantes ponen en práctica las experiencias personales vividas en el entorno escolar, como actividades, puesto le permiten relacionarse con los demás, adquirir nuevos conocimientos, promoviendo una reciprocidad entre enseñanza y aprendizaje continuo, que contribuye a reforzar y mejorar el rendimiento académico, por tal motivo ambos sujetos se complementan y ejecutan una dinámica en la institución educativa, ya que ejercen estrategias de enseñanza, los estudiantes aprenderán de forma vivencial y sus aprendizajes serán más productivos, de esta manera los estudiantes estarán motivados y dispuestos a generar nuevos conocimientos.

Por último, respecto al tercer objetivo específico se determinó la relación positiva fuerte entre la dimensión de práctica sociocultural y el logro de aprendizaje, con un Rho Spearman de 0,963 los resultados hallados se asemejan al estudio de



Martínez y Gonzales (2017) quienes hallaron una correlación entre el aprendizaje y la actividad física, de esta manera los autores Devís y Cols (2000) mencionaron que es relevante que las participaciones o actividades socioculturales juega un papel fundamental en la formación del carácter y expresiones físicas que se comunican en un lenguaje único. Por lo que se evidencia en los estudiantes la práctica de competencias cognitivas, conductuales y actitudinales que son determinadas mediante la ayuda de la actividad sociocultural, es preciso señalar de forma que despierte el interés de los estudiantes, de esta manera es necesario renovar las estrategias o capacitarse para la utilización de ellas, es por ello, que en dicha investigación se busca la innovación de estrategias de enseñanza actualizadas que motiven la interacción y la recepción de información, promoviendo así el aprendizaje de los estudiantes. Por lo tanto, será de gran ayuda para brindar las clases y engrandecer los conocimientos de los estudiantes, de esta manera el docente demostrará su imaginación para utilizarlos según sea indispensable para el medio que los rodea y facilitarlos a los estudiantes.

## VI. CONCLUSIONES

- Primera** : Se determinó la relación entre actividad física y logros de aprendizaje con un p valor de ,000 y un coeficiente de correlación de ,884 evidenciando un nivel de relación positiva alta, es decir que a mayor sea la actividad física, mayores serán los logros de aprendizaje.
- Segunda** : Se determinó la relación entre la dimensión de movimiento corporal y el logros de aprendizaje con un p valor de ,000 y un coeficiente de correlación de ,998 evidenciando un nivel de relación positiva fuerte, es decir que, a mayor movimiento corporal, mayor será el logro de aprendizaje.
- Tercera** : Se determinó la relación entre la dimensión de experiencia personal y logros de aprendizaje con un p valor de ,000 y un coeficiente de correlación de ,878 evidenciando un nivel de relación positiva moderada, es decir que, a mayor experiencia personal, mayor será el logro de aprendizaje.
- Cuarta** : Se determinó la relación entre la dimensión práctica sociocultural y logros de aprendizaje con un p valor de ,000 y un coeficiente de correlación de ,963 evidenciando un nivel de relación positiva fuerte, es decir que, a mayor práctica sociocultural, mayor será el logro de aprendizaje.

## VII. RECOMENDACIONES

- Primera** : Se recomienda en base a los resultados hallados en cuanto al nivel metodológico extender la muestra, lo que permitirá obtener cifras actualizados en diferentes grupos de estudiantes en los estudios posteriores.
- Segunda** : Desarrollar nuevos estudios vinculados a las temáticas que giran en torno a las variables ya estudiadas, de esta manera genere un aporte y contribución a estudios científicos.
- Tercera** : Se recomienda plantear un estudio descriptivo en el ámbito educativo en distintas instituciones sobre las variables lo que permitirá identificar el porcentaje y niveles en que se encuentran.
- Cuarta** : Se recomienda extender el estudio de las variables a otras poblaciones, en regiones del país, así como también empleando otras unidades de análisis.

## REFERENCIAS

- Adarve, M., Zurita, F., Gómez, V., Padial, R., & Lara, A. (2019). Influencia de la práctica de actividad física en el autoconcepto de adolescentes (Influence of the practice of physical activity on the self-concept of adolescents). *Retos*, 36, 342–347. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/68852>
- Aguiar, J. (2021). Influencia de actividad física en el rendimiento académico en tiempos de pandemia en estudiantes de una Institución Educativa, Bolívar, 2021. [Tesis de maestría, Universidad Cesar vallejo]. Repositorio Institucional – Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/67268>
- Alcívar, V. (2021). Actividad física y su influencia en el rendimiento académico de educación física en una Institución Educativa, Buena Fe – Ecuador, 2021. [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional – Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/77456?show=full>
- Arancibia, V., Herrera, P., y Strasser, K. (2007). *Manual de Psicología educacional*. (6ta ed.). Chile: Editorial Universidad Católica de Chile. <https://bibliotecafrancisco.files.wordpress.com/2016/06/manual-de-psicologc3ada-educacional-arancibia-v-herrera-p-strasser-k.pdf>
- Barría, P., y Manríquez, M. (2011). Relación entre actividad física regular y rendimiento académico en seleccionados universitarios de deportes colectivos en la universidad austral de chile. [Tesis de informe final, Universidad Austral de Chile]. Repositorio institucional Universidad Austral de Chile. <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2011/ffb275r/doc/ffb275r.pdf>
- Bernal, C. (2010). Metodología de la investigación. Administración, economía, humanidades y ciencias sociales. Pearson Educación.

<https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf>

Bernal, C. (2016). Metodología de la investigación. Administración, economía, humanidades y ciencias sociales. Pearson.

[https://www.academia.edu/44228601/Metodologia\\_De\\_La\\_Investigaci%C3%B3n\\_Bernal\\_4ta\\_edicion](https://www.academia.edu/44228601/Metodologia_De_La_Investigaci%C3%B3n_Bernal_4ta_edicion)

Bouchard, C., & Shepard, R. (1993). Physical activity, fitness and health: the model and key concepts. In: Bouchard C, Shepard R, Stephens T, editors. Physical activity, fitness and health. Champaign: Human Kinetics; 1993. <https://www.scirp.org/%28S%28351jmbntvnsjt1aadkposzje%29%29/reference/referencepapers.aspx?referenceid=1942902>

Cadena-Iñiguez. P., Rendón-Medel, R., Aguilar-Ávila, J., Salinas-Cruz, E., Cruz-Morales, F., & Sangerman-Jarquín, D. (2017). Quantitative methods, qualitative methods or combination of research: an approach in the social sciences. *Revista Mexicana Ciencias Agrícolas*. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S200709342017000701603&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S200709342017000701603&script=sci_abstract&tlng=pt)

Campojó, L. (2018). La actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de secundaria en un colegio de Pueblo Libre. (Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo).

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/14244>

Delgado, J. (2021). La investigación científica: su importancia en la formación de investigadores. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*.

<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/476>

Devis, J., & Peiró, C. (1993). La actividad física y la promoción de la salud en niños/as y jóvenes: La escuela y la educación física. *Revista Psicología del deporte*. <http://www.rpd-online.com/article/download/293/289>

- Díaz, Y., Valentín, T., Álvarez, J., & Juan, O. (2021). Influencia del Internet en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Educación Básica Regular. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*.  
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/465>
- Dimas, J. (2006). Relación entre la actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de la facultad de ciencias químicas de la uanl - universidad autónoma de nuevo león facultad de organización deportiva división de estudios de posgrado. [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma de Nuevo León]. Repositorio de la universidad autónoma de nuevo león.  
<http://eprints.uanl.mx/6911/1/1080146424.PDF>
- Ding, D., Mutrie, N., Bauman, A., Pratt, M., Hallal, P., & Powell, K. (2020). Physical activity guidelines 2020: comprehensive and inclusive recommendations to activate populations. *The Lancet*, 396(10265), 1780-1782.  
[https://www.thelancet.com/article/S0140-6736\(20\)32229-7/abstract](https://www.thelancet.com/article/S0140-6736(20)32229-7/abstract)
- Estrada, (2017). Relación entre niveles de actividad física, comportamientos sedentarios y rendimiento académico en adolescentes. [Tesis doctoral, Universidad de Zaragoza]. Servicio de Publicaciones.  
<https://zaguan.unizar.es/record/61845/files/TESIS-2017-073.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2019) la actividad física en niños, niñas y adolescentes. Prácticas necesarias para la vida.  
<https://www.unicef.org/chile/media/3086/file/La%20actividad%20F%C3%ADsica.pdf>
- Franco, E., Coterón, J., & Gómez V. (2017). Promoción de la actividad física en adolescentes: rol de la motivación y autoestima. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9, doi: 10.5872/psiencia/9.2.24.  
<https://www.redalyc.org/pdf/3331/333152922004.pdf>

- Fuentes, M., Romero, V., Gutiérrez, L., Gonzales, D., & Maytorena, M. (2018). El imaginario social de la práctica de la actividad física en estudiantes universitarias. Documentos de trabajo social.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7200600.pdf>
- Guerrero, H. (2017). "La expresión corporal, como medio de comunicación educacional". INNOVA Research Journal.  
<https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/3765/7/%E2%80%9CLa%20expresi%C3%B3n%20corporal%2C%20como%20medio%20de%20comunicaci%C3%B3n%20educacional%E2%80%9D.pdf>
- Hall, J., Ochoa-Martínez, P., Macías, R., Zúñiga, R., & Sáenz-López, P. (2018). Actividad física moderada a vigorosa en educación física y recreo en estudiantes de primaria y secundaria de la frontera México-USA. Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity, 4(3), 426-442. <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/23189>
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, P. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. mcgraw-hill interamericana editores.  
[http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf)
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Batista, M. (2014). Metodología de la investigación. Mcgraw-hill / interamericana editores.  
[https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_\\_roberto\\_hernandez\\_sampieri.pdf](https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion__roberto_hernandez_sampieri.pdf)
- Iturriaga, G., & Gasteiz, V. (2016). Actividad física saludable, bienestar psicológico y la situación actual. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea.  
[https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/kirol\\_eskola\\_prestakuntza\\_jard/eu\\_def/adjuntos/Charla%20beneficios%20psicol%C3%B3gicos.pdf](https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/kirol_eskola_prestakuntza_jard/eu_def/adjuntos/Charla%20beneficios%20psicol%C3%B3gicos.pdf)

- Jiménez, M., & López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S012005342009000100006&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S012005342009000100006&script=sci_abstract&tlng=es)
- Kennon, F. (2000) Status of the Year 2000 Health Goals for Physical Activity and Fitness. *Physical therapy*. Volumen 79, número 4, 1 de abril de 1999, páginas 405–414. <https://academic.oup.com/ptj/article/79/4/405/2857764>
- Lizarazo, L., Burbano, V., M. Ángel, & Valdivieso, M. (2020). Correlación entre actividad física y autoestima de escolares adolescentes: un análisis de tipo transversal. *Revista Virtual Universidad Católica Del Norte*, (60), 95–115. <https://www.redalyc.org/journal/1942/194263234006/>
- Martínez, F., & González, J. (2017). Autoconcepto, práctica de actividad física y respuesta social en adolescentes. *Revista Iberoamericana de Educación* Vol. 73 Núm. 1 Pág. 5-0. <https://rieoei.org/RIE/article/view/127>
- Martínez, L. (2007). Causas del bajo rendimiento escolar en los Alumnos del primer grado del turno vespertino de la secundaria técnica N° 48 “Japón”. [Tesis de maestría, Universidad ETAC].  
<http://adrianamartinez1236.blogspot.com/2007/12/causas-del-bajo-rendimiento-escolar-en.html>
- Mendoza, F. (2021) Estrategias de Aprendizaje y Logros de Aprendizaje en Comunicación de los Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa N° 101 Shuji Kitamura, UGEL 06, Santa Anita, 2018. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle] Repositorio institucional Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/5692/Flor%20Carmen%20MENDOZA%20PALMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



- Mendoza, Y., & Mamani, J. (2012). Estrategias de enseñanza - aprendizaje de los docentes de la facultad de ciencias sociales de la universidad nacional del altiplano – puno 2012. teaching strategies - learning of teachers of the faculty of social sciences at the national university of the altiplano - puno 2012. <https://www.redalyc.org/pdf/4498/449845035006.pdf>
- Ministerio de Educación. (2016). Currículo de la educación básica. Aprobada por R.VM. N° N° 281- 2016-MINEDU. Lima. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/169249-281-2016-minedu>
- Ministerio de Educación. (2020). Norma que regula la Evaluación de las Competencias de los Estudiantes de la Educación Básica" aprobada por R.VM. N° 094-2020- MINEDU. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/541161-094-2020-minedu>
- Ministerio de Educación. (2020). Orientaciones pedagógicas para el servicio educativo de Educación Básica durante el año 2020 en el marco de la emergencia sanitaria por el Coronavirus COVID-19, aprobada por R.VM. N° 093-2020-MINEDU. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/535987-093-2020-minedu>
- Ministerio de Salud. (2021). Plataforma digital única del estado Peruano. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5165.pdf>
- Montil, M. (2004). Determinantes de la conducta de actividad física en población infantil. Tesis doctoral. Universidad politécnica de Madrid. <https://oa.upm.es/287/1/02200445.pdf>
- Mourshed, M., Chijote Ch., Barber, M. (2012). Cómo continúan mejorando los sistemas educativos de mayor progreso del mundo. Serie documentos de preal. <http://200.6.99.248/~bru487cl/files/McK61.pdf>

Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2014). Metodología de la investigación Cuantitativa - Cualitativa y Redacción de la Tesis. Ediciones de la U. <https://universoabierto.org/2021/03/30/metodologia-de-la-investigacion-cuantitativa-cualitativa-y-redaccion-de-la-tesis/>

Organización Mundial de la Salud. (2019). Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de los adolescentes del mundo no realizan suficiente actividad física, y que eso pone en peligro su salud actual y futura. <https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>

Organización Mundial de la Salud. (2020). Actividad física. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Organización panamericana de la Salud (OPS). (2019). Plan de acción mundial sobre la actividad física 2018-2030. Más personas activas para un mundo más sano. [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50904/9789275320600\\_spa.pdf](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50904/9789275320600_spa.pdf)

Ortiz, F. (2021). Motricidad y corporeidad en el logro de aprendizajes de estudiantes de una institución educativa de Andahuaylas – Apurímac 2021.

Palomino, J., Zevallos, G., & Orizano, L. (2021). Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Delectus. <https://revista.inicc-peru.edu.pe/index.php/delectus/article/view/103>

Pérez, M. (2019). Dificultades del aprendizaje y trastornos del desarrollo. Apuntes. <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/94167/1/Dificultades-de-Aprendizaje-y-Trastornos-del-Desarrollo-Apuntes-2019.pdf>

- Pérez, M., Raya, A., Fernández, D., López, S., & García, D. (2021). Actividad física y salud. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/34226/1/10.%20EST.%20OCALERO%20PROA%C3%91O%20IVAN%20ALEXANDER%20TESIS%20%281%29.pdf>
- Powell, K., & Paffenbarger, R. (1985). Workshop on epidemiologic and public health aspects of physical activity and exercise: a summary. *Public Health Reports*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1424735/>
- Quílez, M. (2020). Relación entre la actividad física y el rendimiento académico. *Revista Digital Docente*. <https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/relacion-entre-la-actividad-fisica-y-el-rendimiento-academico/>
- Ramos, C. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Avances En Psicología*, 23 (1), 9–17. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/167>
- Ramos, M. (2018). Actividad física en el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Parroquial Santa Matilde Lima, 2018. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/22021>
- Ramos, C. (2020). Los alcances de una investigación. The scope of an investigation. O escopo de uma investigação. *CienciAmérica*. [https://www.researchgate.net/publication/346351134\\_Los\\_Alcances\\_de\\_una\\_investigacion](https://www.researchgate.net/publication/346351134_Los_Alcances_de_una_investigacion)
- Raymondi, R. (2012). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes del cuarto de secundaria de una institución educativa de ventanilla.....TESIS DE QUE <https://repositorio.usil.edu.pe/items/446bf847-7a5e-459c-909e-b92e2174642d>

- Rodríguez, M. (2017). El desempeño docente y el logro de aprendizaje en el área de comunicación en las instituciones educativas de Chaclacayo en el 2015. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, Unidad de Posgrado]. Repositorio Institucional, Universidad Nacional Mayor de San Marcos.  
[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7287/Rodriguez\\_hm.pdf?sequence=3](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7287/Rodriguez_hm.pdf?sequence=3).
- Roncancio, P., & Sichacá, E. (2009). La Actividad Física Como Juego en la Educación Inicial de los Niños Preescolares. (Universidad de Antioquia Facultad Nacional De Salud Pública Héctor Abad Gómez Sede Bogotá).  
[https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/429/1/RoncancioClaudiaSichacaElba\\_2009\\_ActividadFísicaJuego.pdf](https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/429/1/RoncancioClaudiaSichacaElba_2009_ActividadFísicaJuego.pdf)
- Shepard, R. (1984). Physical activity and “wellness” of the child. En Boileau, A. *Advances in Pediatric Sport Sciences* 1(1): pp. (1-22). Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers, Inc.  
[https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_28/JUAN\\_DE\\_DIOS\\_BENITEZ\\_SILLERO\\_02.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_28/JUAN_DE_DIOS_BENITEZ_SILLERO_02.pdf)
- Tapia, V. (2020). La actividad física y el desarrollo cognitivo en los estudiantes de segundo y tercer año EGB de la escuela "La Moya". UTC. Latacunga.  
<http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/7364>
- Tarqui, C, Alvares, D., & Espinoza, D. (2017). Prevalencia y factores asociados a la baja actividad física de la población peruana.  
<https://revista.nutricion.org/PDF/TARQUIMA.pdf>
- Vicente-Rodríguez, G.; Benito, P.; Casajús, J.; Ara, I.; Aznar, S.; Castillo, M.; Dorado, C.; González-Agüero, A.; González-Gallego, J.; González-Gross, M.; Gracia-Marco, L.; Gutiérrez, Á.; Gusi, N.; Jiménez-Pavón, D.; Lucía, A.; Márquez, S.; Moreno, L.; Ortega, F.; de Paz, J.; Ruiz, Jonatan R.; Serrano, J.; Tur, J.; Valtueña, J. (2016). Actividad física, ejercicio y deporte en la lucha

contra la obesidad infantil y juvenil *Nutrición Hospitalaria*, vol. 33, núm. 9, 2016, pp. 1-21 Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral Madrid, España. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112016001500001](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112016001500001)

Vidarte, J., Vélez, C., Sandoval, C., y Alfonso, M. (2011). Actividad física: estrategia de promoción de la salud. *Hacia la Promoción de la Salud*. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-75772011000100015&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772011000100015&lng=en&tlng=es).

Villalba, S., Villena, M., & Castro, R. (2020). Influencia de la actividad física y práctica deportiva en el rendimiento académico del alumnado de educación secundaria. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 9(2), 95–100. <https://doi.org/10.6018/sportk.454231>

Villegas, M., Villegas, G., Apaza, C., Chinchay, S., & Luján-Vera, P. (2021). Liderazgo del docente universitario y el rendimiento académico. *Universidad Ciencia Y Tecnología*. <https://uctunexpo.autanabooks.com/index.php/uct/article/view/428>.

Zapata, M. (2012). Teorías y modelos sobre el aprendizaje en entornos conectados y ubicuos. [http://eprints.rclis.org/17463/1/bases\\_teoricas.pdf](http://eprints.rclis.org/17463/1/bases_teoricas.pdf).

## **ANEXOS**

## Anexo 1. Matriz de consistencia

Título: Actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022								
Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores					
Problema General:	Objetivo general:	Hipótesis general:	Variable 1/Independiente: Actividad física					
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles o rangos	
¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022?;	Establecer la relación entre la actividad física y logros de aprendizaje en los estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022	Existe una relación significativa entre la actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022	Movimiento corporal (físico)	Mejoramiento de sistemas corporales.	1-6	Escala ordinal: Siempre (5), Casi siempre (4),	Alta: 18 Media: 12 Baja: 06	
			Experiencia personal (psicológico)	Prevención y tratamiento de enfermedades.	7-16	A veces (3), Casi nunca (2)	Alta: 36 Media: 24 Baja: 12	
			Práctica sociocultural (social)	Regulación de funciones corporales	17-20	Nunca (1).	Alta: 72 Media: 48 Baja: 24	

<b>Problemas Específicos</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Hipótesis específicas</b>						
¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión movimiento corporal y logros de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa de Apurímac, 2022?	Establecer la relación que existe entre la dimensión movimiento corporal y logros de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa de Apurímac, 2022.	Existe una relación significativa entre la dimensión de movimiento corporal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022.	<b>Variable 2/Dependiente:</b> Logros de aprendizaje					
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de valores</b>	<b>Niveles o rangos</b>	
¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión experiencia personal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022?	Establecer la relación que existe entre la dimensión experiencia personal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022.	Existe una relación significativa entre la dimensión experiencia personal y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022.	Competencias del área de comunicación.	Se comunica oralmente en su lengua materna Lee diversos tipos de textos escritos Escribe diversos tipos de textos en su lengua materna.		Ordinal	18 –20 ( AD ) 4	14 –17 ( A ) 3
							Ordinal	



<p>¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión práctica sociocultural y logros de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa de Apurímac, 2022?</p>	<p>Establecer la relación que existe entre la dimensión práctica sociocultural y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022.</p>	<p>Existe una relación significativa entre la dimensión práctica sociocultural y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022.</p>	<p>Competencias del área de matemáticas.</p>	<p>Resuelve problemas de cantidad Resuelve problemas de regularidad, equivalencia y cambios. Resuelve problemas de forma, movimiento y localización. Resuelve problemas de gestión e incertidumbre.</p>			<p>11 –13 ( B ) 2</p> <p>00 –10 ( C ) 1</p>	
<p><b>Diseño de investigación:</b></p>		<p><b>Población y Muestra:</b></p>	<p><b>Técnicas e instrumentos:</b></p>		<p><b>Método de análisis de datos:</b></p>			
<p>Enfoque: Cuantitativo. Tipo: Básica. Método: Hipotético-deductivo. Diseño: No experimental.</p>		<p>Población: 135 estudiantes Muestra: 115 estudiantes</p>	<p>Técnicas: Encuesta. Instrumentos: Cuestionario.</p>		<p>Descriptiva: Tablas de frecuencia y porcentajes. Inferencial: Análisis estadístico no paramétrico.</p>			

## Anexo 2. Tabla de operacionalización de variables

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Variable 1  ACTIVIDAD FÍSICA	Según el enfoque teórico de Devís y Cols (2000) la actividad física hace referencia a tipo de movimientos corporal causado por la contracción de los músculos esqueléticos, que aumenta los niveles de energía por encima del nivel de descanso asociados con la energía, mejorando la condición de salud y permitiendo la interacción con los seres y el ambiente. Las dimensiones según Devís y Cols (2000) son: experiencia personal, movimiento corporal y práctica sociocultural.	La actividad física es una acción dinámica del cuerpo humano que aglutina tres dimensiones: movimiento corporal (físico), experiencia personal (psicológico) y práctica sociocultural (social). Se pueda valorar por niveles de rendimiento, en la siguiente escala.  Muy alto: 4 Alto: 3 Medio: 2 Bajo: 1	Dimensión 1: Movimiento corporal (físico)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejoramiento de sistemas corporales.</li> <li>• Prevención y tratamiento de enfermedades.</li> <li>• regulación de funciones corporales</li> </ul>	Escala ordinal:  Siempre (5)  Casi siempre (4)
			Dimensión 2: Experiencia personal (psicológico)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevención y tratamiento de alteraciones psicológicas.</li> <li>• Estado psicológico de bienestar</li> <li>• Sensación de competencia.</li> <li>• Relajación.</li> <li>• Aumentar el autocontrol</li> </ul>	A veces (3)  Casi nunca (2)
			Dimensión 3: Práctica sociocultural (social)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Movilidad social</li> <li>• Construcción del carácter</li> </ul>	Nunca (1)

<b>Variable 2</b>  LOGROS DE APRENDIZAJE	Se define Según Mourshed et al (2012) es el progreso y alcance de las competencias, capacidades y desempeños. Por esto el Ministerio de Educación, en el Curricular Nacional, relaciona significativamente los logros de aprendizaje con los estándares de cada ciclo y que el estudiante debe de alcanzar para conocer qué tan cerca o lejos está en sus aprendizajes. Proporciona información relevante con el fin de reestructurar la planificación y evaluación para el docente (DCN, 2016).	Será medido a través de la revisión y análisis documental de información de registro de calificaciones.	Dimensión 1:  Competencias del área de comunicación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se comunica oralmente en su lengua materna</li> <li>• Lee diversos tipos de textos escritos</li> <li>• Escribe diversos tipos de textos en su lengua materna.</li> </ul>	18 – 20 = AD  14 – 17 = A
			Dimensión 2:  Competencias del área de matemáticas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Resuelve problemas de cantidad</li> <li>• Resuelve problemas de regularidad, equivalencia y cambios.</li> <li>• Resuelve problemas de forma, movimiento y localización.</li> <li>• Resuelve problemas de gestión e incertidumbre.</li> </ul>	11 – 13 = B  00 – 10 = C

### Anexo 3. Instrumento/s de recolección de datos

#### CUESTIONARIO

##### VARIABLE 1: Actividad física

Estimado estudiante, el cuestionario que vas a responder recoge información acerca de la Actividad física Invocamos tu colaboración seria y responsable para dar respuesta a los ítems, puesto que tus respuestas no involucran a ningún estudiante en particular.

**INSTRUCCIÓN:** Para seleccionar tu respuesta adecuada deberás tomar en cuenta los criterios señalados en la tabla de puntaje. Marca con un aspa (X) la respuesta adecuada.

1 = Nunca, 2= Casi nunca, 3 = A veces, 4 = Casi siempre, 5= Siempre

Nº		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
<b>DIMENSIÓN 1 Movimiento corporal (físico)</b>						
1	¿Identificas y analizas la influencia de tus experiencias corporales y lo que genera emocionalmente (miedo, entusiasmo, frustración, interés, etc.) en la construcción de tus posibilidades de participación y elección de diferentes prácticas corporales?					
2	¿Realizas acondicionamiento corporal, antes y después de la participación, en prácticas corporales, identificando la importancia para tu mejor desempeño y evitar lesiones?					
3	¿Comprendes los fines relacionados con la prevención y tratamientos de enfermedades, cuando realizas prácticas corporales?					
4	¿Reflexionas sobre la importancia del cuidado de sí y de las demás personas durante la participación en diferentes prácticas corporales, identificando los posibles riesgos?					
5	¿Reconoces las facilidades y dificultades (motoras y cognitivas) que posees, para construir individual o colectivamente tu manera de mejorar las prácticas corporales?					
6	¿Percibes con facilidad las funciones corporales que necesitas activar, relajar y flexibilizar, para optimizar la ejecución en las prácticas corporales?					
<b>DIMENSIÓN 2 Experiencia personal (psicológico)</b>						
7	¿Reconoces y analizas la relación entre las emociones de cada persona y sus modos de participación en diferentes prácticas, evitando alteraciones psicológicas?					
8	¿Has participado en actividades de prevención y tratamiento de alteraciones psicológicas en la práctica de actividades físicas?					
9	¿Construyes individualmente y con otros, diferentes composiciones expresivo - comunicativas que elevan tu estado psicológico de bienestar?					
10	¿Sientes seguridad emocional en las prácticas de actividades físicas realizadas colectivamente?					
11	¿Participas en diferentes prácticas deportivas con seguridad y optimismos, ante la sensación de competencia?					
12	¿En el desarrollo de actividades físicas (corporales, lúdicas, deportivas), aplicar técnicas que te permiten ajustar tus acciones y decisiones al logro de los objetivos propuestos?					
13	¿Experimentas placer y relajación en la participación de					

	actividades corporales y expresivas?					
14	¿Después de practicar actividades físicas te sientes relajado y a gusto dentro y fuera del contexto escolar?					
15	¿La práctica de actividades físicas (corporales, lúdicas, deportivas) aumenta el autocontrol de tus emociones?					
16	¿Desarrollas mejores habilidades sociales, mediante el aumento del autocontrol obtenido a través de la práctica de actividades físicas?					
<b>DIMENSIÓN 3 Práctica sociocultural (social)</b>						
17	¿Prácticas alguna actividad física, como medio facilitador de la movilidad social?					
18	¿Consideras que el deporte es una herramienta de movilidad social, que se orienta hacia una mejor calidad de vida?					
19	¿A través de la práctica de actividades físicas has logrado construir y fortalecer tu carácter?					
20	¿Practicas alguna actividad física con la necesidad de construir tu carácter, para conseguir las metas propuestas?					

## Anexo 4. Validación de instrumentos

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ACTIVIDAD FÍSICA.

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>DIMENSIÓN 1 Movimiento corporal (físico)</b>								
1	¿Identificas y analizas la influencia de tus experiencias corporales y lo que genera emocionalmente (miedo, entusiasmo, frustración, interés, etc.) en la construcción de tus posibilidades de participación y elección de diferentes prácticas corporales?	X		X		X		
2	¿Realizas acondicionamiento corporal, antes y después de la participación, en prácticas corporales, identificando la importancia para tu mejor desempeño y evitar lesiones?	X		X		X		
3	¿Comprendes los fines relacionados con la prevención y tratamientos de enfermedades, cuando realizas prácticas corporales?	X		X		X		
4	¿Reflexionas sobre la importancia del cuidado de sí y de las demás personas durante la participación en diferentes prácticas corporales, identificando los posibles riesgos?	X		X		X		
5	¿Reconoces las facilidades y dificultades (motoras y cognitivas) que posees, para construir individual o colectivamente tu manera de mejorar las prácticas corporales?	X		X		X		
6	¿Percebes con facilidad las funciones corporales que necesitas activar, relajar y flexibilizar, para optimizar la ejecución en las prácticas corporales?	X		X		X		
<b>DIMENSIÓN 2 Experiencia personal (psicológico)</b>								
7	¿Reconoces y analizas la relación entre las emociones de cada persona y sus modos de participación en diferentes prácticas, evitando alteraciones psicológicas?	X		X		X		
8	¿Has participado en actividades de prevención y tratamiento de alteraciones psicológicas en la práctica de actividades físicas?	X		X		X		
9	¿Construyes individualmente y con otros, diferentes composiciones expresivo - comunicativas que elevan tu estado psicológico de bienestar?	X		X		X		
10	¿Sientes seguridad emocional en las prácticas de actividades físicas realizadas colectivamente?	X		X		X		
11	¿Participas en diferentes prácticas deportivas con seguridad y optimismos, ante la sensación de competencia?	X		X		X		
12	¿En el desarrollo de actividades físicas (corporales, lúdicas, deportivas), aplicar técnicas que te permiten ajustar tus acciones y decisiones al logro de los objetivos propuestos?	X		X		X		
13	¿Experimentas placer y relajación en la participación de actividades corporales y expresivas?	X		X		X		

14	¿Después de practicar actividades físicas te sientes relajado y a gusto dentro y fuera del contexto escolar?	X		X		X		
15	¿La práctica de actividades físicas (corporales, lúdicas, deportivas) aumenta el autocontrol de tus emociones?	X		X		X		
16	¿Desarrollas mejores habilidades sociales, mediante el aumento del autocontrol obtenido a través de la práctica de actividades físicas?	X		X		X		
<b>DIMENSIÓN 3 Práctica sociocultural (social)</b>								
17	¿Practicas alguna actividad física, como medio facilitador de la movilidad social?	X		X		X		
18	¿Consideras que el deporte es una herramienta de movilidad social, que se orienta hacia una mejor calidad de vida?	X		X		X		
19	¿A través de la práctica de actividades físicas has logrado construir y fortalecer tu carácter?	X		X		X		
20	¿Practicas alguna actividad física con la necesidad de construir tu carácter, para conseguir las metas propuestas?	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay Suficiencia.

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]**    **Aplicable después de corregir [ ]**    **No aplicable [ ]**

Apellidos y nombres del juez validador. Mg: Arévalo Quijano, Rene    DNI: 31188768

Especialidad del validador: Temático.

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

08 de mayo del 2022

  
Mag. René Arévalo Quijano  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA  
ANB-A1670358

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LOGROS DE APRENDIZAJE.

Variable	Concepto Operacional	Escala de medición	Niveles	Rangos
Logros de aprendizaje	Es el aprendizaje que tiene relación cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado movilizándolo todas las capacidades de la competencia, o cuando evidencia proximidad al nivel superior en algunos aspectos. En este caso las producciones y actuaciones del estudiante evidencian un logro muy satisfactorio.	Ordinal	Nivel destacado	18-20
	Se da cuando el estudiante evidencia el nivel esperado respecto a la competencia	Ordinal	Nivel esperado	14-17
	Se da cuando el estudiante está próximo o cerca al nivel esperado respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo, ya que evidencia cierta dificultad para articular y/o movilizar alguna capacidad de la competencia. En este caso las producciones o actuaciones evidencian un logro básico.	Ordinal	Nivel proceso	11-13
	Se da cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo al nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención.	Ordinal	Nivel de inicio	00-10

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay Suficiencia

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable**  **Aplicable después de corregir**  **No aplicable**

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. / Mg Arévalo Quijano, Rene DNI: 31188768

Especialidad del validador: Temático.

08 de mayo del 2022

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

  
 Mag. René Arévalo Quijano  
 PSICOLOGÍA EDUCATIVA  
 ANR. A1670358

Firma del Experto Informante.

4/5/22, 18:34



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
AREVALO QUIJANO, RENE DNI 31188768	MAGISTER EN PSICOLOGIA EDUCATIVA Fecha de diploma: 28/05/2014 Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO PERU
AREVALO QUIJANO, RENE DNI 31188768	LICENCIADO EN EDUCACION PRIMARIA Fecha de diploma: 27/02/09 Modalidad de estudios: SEMI PRESENCIAL	UNIVERSIDAD MARCELINO CHAMPAGNAT PERU
AREVALO QUIJANO, RENE DNI 31188768	BACHILLER EN EDUCACION Fecha de diploma: 31/08/04 Modalidad de estudios: SEMI PRESENCIAL  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD MARCELINO CHAMPAGNAT PERU

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ACTIVIDAD FÍSICA.**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>DIMENSIÓN 1 Movimiento corporal (físico)</b>								
1	¿Identificas y analizas la influencia de tus experiencias corporales y lo que genera emocionalmente (miedo, entusiasmo, frustración, interés, etc.) en la construcción de tus posibilidades de participación y elección de diferentes prácticas corporales?	✓		✓		✓		
2	¿Realizas acondicionamiento corporal, antes y después de la participación, en prácticas corporales, identificando la importancia para tu mejor desempeño y evitar lesiones?	✓		✓		✓		
3	¿Comprendes los fines relacionados con la prevención y tratamientos de enfermedades, cuando realizas prácticas corporales?	✓		✓		✓		
4	¿Reflexionas sobre la importancia del cuidado de sí y de las demás personas durante la participación en diferentes prácticas corporales, identificando los posibles riesgos?	✓		✓		✓		
5	¿Reconoces las facilidades y dificultades (motoras y cognitivas) que posees, para construir individual o colectivamente tu manera de mejorar las prácticas corporales?	✓		✓		✓		
6	¿Percibes con facilidad las funciones corporales que necesitas activar, relajar y flexibilizar, para optimizar la ejecución en las prácticas corporales?	✓		✓		✓		
<b>DIMENSIÓN 2 Experiencia personal (psicológico)</b>								
7	¿Reconoces y analizas la relación entre las emociones de cada persona y sus modos de participación en diferentes prácticas, evitando alteraciones psicológicas?	✓		✓		✓		
8	¿Has participado en actividades de prevención y tratamiento de alteraciones psicológicas en la práctica de actividades físicas?	✓		✓		✓		
9	¿Construyes individualmente y con otros, diferentes composiciones expresivo - comunicativas que elevan tu estado psicológico de bienestar?	✓		✓		✓		
10	¿Sientes seguridad emocional en las prácticas de actividades físicas realizadas colectivamente?	✓		✓		✓		
11	¿Participas en diferentes prácticas deportivas con seguridad y optimismos, ante la sensación de competencia?	✓		✓		✓		
12	¿En el desarrollo de actividades físicas (corporales, lúdicas, deportivas), aplicar técnicas que te permiten ajustar tus acciones y decisiones al logro de los objetivos propuestos?	✓		✓		✓		
13	¿Experimentas placer y relajación en la participación de actividades corporales y expresivas?	✓		✓		✓		
<b>DIMENSIÓN 3 Práctica sociocultural (social)</b>								
14	¿Después de practicar actividades físicas te sientes relajado y a gusto dentro y fuera del contexto escolar?	✓		✓		✓		
15	¿La práctica de actividades físicas (corporales, lúdicas, deportivas) aumenta el autocontrol de tus emociones?	✓		✓		✓		
16	¿Desarrollas mejores habilidades sociales, mediante el aumento del autocontrol obtenido a través de la práctica de actividades físicas?	✓		✓		✓		
<b>DIMENSIÓN 3 Práctica sociocultural (social)</b>								
17	¿Prácticas alguna actividad física, como medio facilitador de la movilidad social?	✓		✓		✓		
18	¿Consideras que el deporte es una herramienta de movilidad social, que se orienta hacia una mejor calidad de vida?	✓		✓		✓		
19	¿A través de la práctica de actividades físicas has logrado construir y fortalecer tu carácter?	✓		✓		✓		
20	¿Practicas alguna actividad física con la necesidad de construir tu carácter, para conseguir las metas propuestas?	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:      Aplicable [X]      Aplicable después de corregir [ ]      No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. Mg: Ccorisapra Atao, Ángel      DNI: 46168832

Especialidad del validador: Estadista.

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

08 de mayo del 2022

  
**Mg. Ángel Ccorisapra Atao**  
 PSICOLOGÍA EDUCATIVA  
 ARI-01670370

Firma del Experto Informante.



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LOGROS DE APRENDIZAJE.

Variable	Concepto Operacional	Escala de medición	Niveles	Rangos
Logros de aprendizaje	Es el aprendizaje que tiene relación cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado movilizando todas las capacidades de la competencia, o cuando evidencia proximidad al nivel superior en algunos aspectos. En este caso las producciones y actuaciones del estudiante evidencian un logro muy satisfactorio.	Ordinal	Nivel destacado	18-20
	Se da cuando el estudiante evidencia el nivel esperado respecto a la competencia	Ordinal	Nivel esperado	14-17
	Se da cuando el estudiante esta próximo o cerca al nivel esperado respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo, ya que evidencia cierta dificultad para articular y o movilizar alguna capacidad de la competencia. En este caso las producciones o actuaciones evidencian un logro básico.	Ordinal	Nivel proceso	11-13
	Se da cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo al nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención.	Ordinal	Nivel de inicio	00-10

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable  Aplicable después de corregir  No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. / Mg Ccorisapra Atao, Ángel DNI: 46168832

Especialidad del validador: Estadista.

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

08 de mayo del 2022



Firma del Experto Informante.

8/5/22, 15:50



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
CCORISAPRA ATAQ, ANGEL DNI 46168832	BACHILLER EN EDUCACION Fecha de diploma: 31/05/2012 Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS <i>PERU</i>
CCORISAPRA ATAQ, ANGEL DNI 46168832	MAGISTER EN PSICOLOGIA EDUCATIVA Fecha de diploma: 28/05/2014 Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <i>PERU</i>

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ACTIVIDAD FÍSICA.**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>DIMENSIÓN 1 Movimiento corporal (físico)</b>								
1	¿Identificas y analizas la influencia de tus experiencias corporales y lo que genera emocionalmente (miedo, entusiasmo, frustración, interés, etc.) en la construcción de tus posibilidades de participación y elección de diferentes prácticas corporales?	✓		✓		✓		
2	¿Realizas acondicionamiento corporal, antes y después de la participación, en prácticas corporales, identificando la importancia para tu mejor desempeño y evitar lesiones?	✓		✓		✓		
3	¿Comprendes los fines relacionados con la prevención y tratamientos de enfermedades, cuando realizas prácticas corporales?	✓		✓		✓		
4	¿Reflexionas sobre la importancia del cuidado de sí y de las demás personas durante la participación en diferentes prácticas corporales, identificando los posibles riesgos?	✓		✓		✓		
5	¿Reconoces las facilidades y dificultades (motoras y cognitivas) que posees, para construir individual o colectivamente tu manera de mejorar las prácticas corporales?	✓		✓		✓		
6	¿Percebes con facilidad las funciones corporales que necesitas activar, relajar y flexibilizar, para optimizar la ejecución en las prácticas corporales?	✓		✓		✓		
<b>DIMENSIÓN 2 Experiencia personal (psicológico)</b>								
7	¿Reconoces y analizas la relación entre las emociones de cada persona y sus modos de participación en diferentes prácticas, evitando alteraciones psicológicas?	✓		✓		✓		
8	¿Has participado en actividades de prevención y tratamiento de alteraciones psicológicas en la práctica de actividades físicas?	✓		✓		✓		
9	¿Construyes individualmente y con otros, diferentes composiciones expresivo - comunicativas que elevan tu estado psicológico de bienestar?	✓		✓		✓		
10	¿Sientes seguridad emocional en las prácticas de actividades físicas realizadas colectivamente?	✓		✓		✓		
11	¿Participas en diferentes prácticas deportivas con seguridad y optimismos, ante la sensación de competencia?	✓		✓		✓		
12	¿En el desarrollo de actividades físicas (corporales, lúdicas, deportivas), aplicar técnicas que te permiten ajustar tus acciones y decisiones al logro de los objetivos propuestos?	✓		✓		✓		
13	¿Experimentas placer y relajación en la participación de actividades corporales y expresivas?	✓		✓		✓		
<b>DIMENSIÓN 3 Práctica sociocultural (social)</b>								
14	¿Después de practicar actividades físicas te sientes relajado y a gusto dentro y fuera del contexto escolar?	✓		✓		✓		
15	¿La práctica de actividades físicas (corporales, lúdicas, deportivas) aumenta el autocontrol de tus emociones?	✓		✓		✓		
16	¿Desarrollas mejores habilidades sociales, mediante el aumento del autocontrol obtenido a través de la práctica de actividades físicas?	✓		✓		✓		
17	¿Prácticas alguna actividad física, como medio facilitador de la movilidad social?	✓		✓		✓		
18	¿Consideras que el deporte es una herramienta de movilidad social, que se orienta hacia una mejor calidad de vida?	✓		✓		✓		
19	¿A través de la práctica de actividades físicas has logrado construir y fortalecer tu carácter?	✓		✓		✓		
20	¿Prácticas alguna actividad física con la necesidad de construir tu carácter, para conseguir las metas propuestas?	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:  Aplicable  Aplicable después de corregir  No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. / Mg: Huamán Boluarte, Sulma Karla DNI: 42583887

Especialidad del validador: Metodología de la investigación.

08 de mayo del 2022

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

  
 Mag. Sulma Karla Huamán Boluarte  
 PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Firma del Experto Informante.

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LOGROS DE APRENDIZAJE.**

Variable	Concepto Operacional	Escala de medición	Niveles	Rangos
Logros de aprendizaje	Es el aprendizaje que tiene relación cuando el estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado movilizando todas las capacidades de la competencia, o cuando evidencia proximidad al nivel superior en algunos aspectos. En este caso las producciones y actuaciones del estudiante evidencian un logro muy satisfactorio.	Ordinal	Nivel destacado	18-20
	Se da cuando el estudiante evidencia el nivel esperado respecto a la competencia	Ordinal	Nivel esperado	14-17
	Se da cuando el estudiante esta próximo o cerca al nivel esperado respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo, ya que evidencia cierta dificultad para articular y o movilizar alguna capacidad de la competencia. En este caso las producciones o actuaciones evidencian un logro básico.	Ordinal	Nivel proceso	11-13
	Se da cuando el estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo al nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención.	Ordinal	Nivel de inicio	00-10

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable**  **Aplicable después de corregir**  **No aplicable**

Apellidos y nombres del juez validador: **Dr/ Mg Huamán Boluarte, Sulma Karla** DNI: **42583887**

Especialidad del validador: **Metodología de la investigación.**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo  
<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

08 de mayo del 2022



Mag. Sulma Karla Huamán Boluarte  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Firma del Experto Informante.

9/7/22, 22:35



**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
HUAMAN BOLUARTE, SULMA KARLA DNI 42583887	<b>BACHILLER EN EDUCACION</b> Fecha de diploma: 17/06/2014 Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL <b>PERU</b>
HUAMAN BOLUARTE, SULMA KARLA DNI 42583887	<b>MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA</b> Fecha de diploma: 19/08/19 Modalidad de estudios: PRESENCIAL  Fecha matrícula: 07/12/2012 Fecha egreso: 30/11/2014	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. <b>PERU</b>

### Anexo 5. Base de datos

BASE DE DATOS (1ª VARIABLE)																					Suma de ítems		
ITEMS	ACTIVIDAD FÍSICA																						
	Movimiento corporal (Físico)						Experiencia personal (Psicológico)										Práctica sociocultural (Social)						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	5		
1	3	4	5	5	5	4	26	5	5	5	5	5	4	5	4	5	48	4	5	4	3	16	
2	4	4	5	5	3	3	24	3	1	3	1	2	4	3	2	5	4	28	5	5	3	3	16
3	4	4	4	3	4	4	23	4	1	1	5	3	4	3	4	5	3	33	3	5	5	5	18
4	5	5	5	5	5	5	30	5	4	5	5	5	5	4	5	5	48	5	5	5	5	20	
5	3	4	5	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	4	4	4	5	17	
6	3	5	5	3	5	3	24	1	1	5	5	5	5	5	5	3	40	3	5	3	5	16	
7	3	3	1	1	3	3	14	3	1	1	1	3	1	3	5	4	3	25	3	5	3	3	14
8	4	3	4	5	5	4	25	4	2	4	4	5	3	3	4	3	4	36	3	5	4	4	16
9	3	5	4	4	4	3	23	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	35	3	5	3	3	14
10	4	5	4	4	5	4	26	4	2	3	4	3	3	4	4	3	3	33	3	5	3	3	14
11	4	4	5	4	4	5	26	5	3	4	4	4	4	5	5	5	44	5	5	5	5	20	
12	3	4	3	3	3	3	19	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	32	3	3	3	4	13
13	4	5	5	5	5	5	29	5	5	5	4	4	4	5	5	5	47	5	5	5	4	19	
14	5	5	5	5	5	5	30	5	5	5	5	4	5	5	5	5	49	5	5	5	5	20	
15	4	4	3	3	3	3	20	3	3	3	3	3	4	4	3	4	33	2	5	3	3	11	
16	5	5	5	5	5	5	30	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	5	5	5	5	20	
17	5	5	5	5	5	5	30	5	5	5	5	5	4	4	5	5	47	5	4	5	4	18	
18	5	3	5	4	4	4	25	3	3	3	5	5	4	5	4	3	4	39	4	5	4	4	17
19	4	4	4	5	5	5	27	4	4	5	5	5	5	4	4	4	44	4	4	5	5	18	
20	3	4	5	3	2	4	21	3	1	4	3	4	3	2	3	1	3	27	3	3	2	3	11
21	4	5	4	5	5	4	27	5	3	4	4	4	4	3	4	5	45	4	5	4	4	17	
22	4	4	5	5	4	5	27	5	1	3	3	5	5	4	5	4	4	39	5	3	5	5	18
23	2	5	4	5	4	4	24	4	2	4	5	5	4	5	4	4	4	41	4	5	5	5	19
24	5	5	5	5	4	5	29	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	48	4	5	4	4	17
25	4	5	5	4	5	4	27	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4	43	4	5	4	5	18
26	5	4	3	3	3	5	23	5	5	5	5	4	3	4	5	5	46	5	5	4	4	18	
27	4	4	5	5	4	4	26	4	2	4	5	5	4	5	4	5	5	43	5	4	5	4	18
28	3	5	4	5	5	4	26	4	2	5	3	4	1	3	3	2	2	29	1	3	3	5	13
29	3	3	1	5	4	5	21	3	3	3	5	3	4	4	4	5	3	39	2	5	5	5	17
30	3	5	5	5	5	5	28	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	5	5	5	5	20
31	5	5	5	5	5	5	30	5	3	5	5	5	5	5	5	5	48	5	5	5	5	20	
32	5	3	3	3	2	3	19	4	2	4	2	4	3	3	3	2	2	29	3	3	1	1	8
33	5	5	4	5	4	4	27	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	36	3	5	4	4	16
34	5	4	3	5	4	5	26	5	4	5	3	4	5	5	5	5	46	5	5	5	5	20	
35	5	5	5	4	5	5	29	5	5	4	4	5	3	4	5	4	5	44	5	5	4	4	18
36	4	4	4	5	5	5	27	4	5	5	4	1	4	4	5	4	2	38	4	5	4	5	18
37	3	3	4	4	3	3	20	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	31	3	3	3	3	12
38	4	4	5	5	5	5	28	4	4	4	5	3	4	4	3	2	5	38	5	5	4	4	18
39	3	4	4	3	3	4	21	3	2	5	4	3	4	2	3	3	4	33	2	3	4	4	13
40	2	5	4	3	2	5	21	3	4	3	5	3	5	2	4	3	2	34	3	2	5	3	13
41	4	5	3	5	3	4	24	4	4	4	4	4	5	5	5	4	44	5	5	5	5	20	
42	5	4	3	5	4	4	25	2	2	4	3	5	4	3	4	4	5	36	4	5	5	5	19
43	3	4	2	3	3	2	17	3	4	3	3	2	3	2	4	3	4	31	3	4	3	3	13
44	3	3	3	2	5	3	17	3	1	1	4	2	3	3	4	3	3	27	3	3	3	3	12
45	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44	4	4	4	4	16

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento, acepto de manera voluntaria y libre mi participación en la investigación titulada: ----- que será realizada por -----, de la Escuela de Postgrado de la Universidad Cesar Vallejo. Además, declaro haber sido informado(a) sobre el motivo de la investigación, así como también el uso que se le dará a la información recabada.

Por lo tanto:

- Los investigadores se comprometen a no revelar la identidad de quienes participen en este estudio.
- Los resultados serán discutidos con fines de aprendizaje manteniendo siempre el anonimato del participante.
- Los datos recabados serán utilizados únicamente con fines académicos o de investigación.
- Quienes participen en este estudio podrán retirarse en cualquier momento de la investigación sin manifestar los motivos de su incomodidad.

De antemano se agradece su participación.

Nombre (o iniciales) del participante: \_\_\_\_\_

Firma del participante: \_\_\_\_\_

Lima, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2022

58 respuestas + ⋮

Se aceptan respuestas

Resumen      Pregunta      Individual

---

< 1 de 58 >

🖨️ 🗑️

---

0 de 0 puntos ✔️ Puntuación publicada el 6 jun 18:26

## CUESTIONARIO SOBRE LA ACTIVIDAD FÍSICA

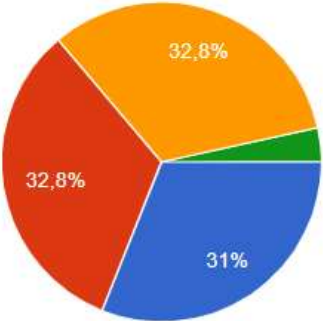
Estimado estudiante, el cuestionario que vas a responder recoge información acerca de la Actividad física. Invocamos tu colaboración seria y responsable para dar respuesta a los ítems, puesto que tus respuestas no involucran a ningún estudiante en particular.

**INSTRUCCIÓN:** Para seleccionar tu respuesta adecuada deberás tomar en cuenta los criterios señalados en la tabla de puntaje. Marca con un aspa (X) la respuesta adecuada.

DIMENSIÓN 1 Movimiento corporal (físico); Identificas y analizas la influencia de tus experiencias corporales y lo que genera emocionalmente (miedo, entusiasmo, frustración, interés, etc.) en la construcción de tus posibilidades de participación y elección de diferentes prácticas corporales?

 Copiar

58 respuestas



- SIEMPRE
- CASI SIEMPRE
- A VECES
- CASI NUNCA
- NUNCA

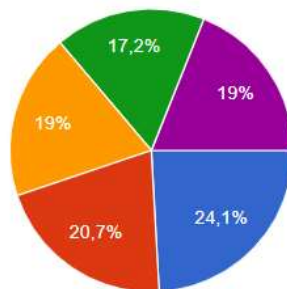
DIMENSIÓN 2 Experiencia personal (psicológico)

¿Has participado en actividades de prevención y tratamiento de alteraciones psicológicas en la práctica de actividades físicas?

¿Has

 Copiar

58 respuestas

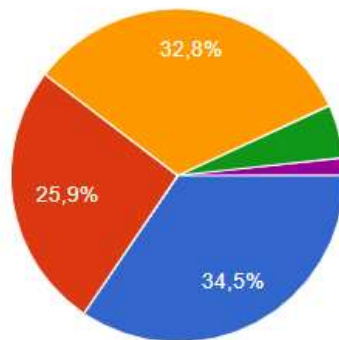


- SIEMPRE
- CASI SIEMPRE
- A VECES
- CASI NUNCA
- NUNCA

DIMENSIÓN 3 Practica sociocultural (social)  
como medio facilitador de la movilidad social?

Prácticas alguna actividad física,

58 respuestas



- SIEMPRE
- CASI SIEMPRE
- A VECES
- CASI NUNCA
- NUNCA



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



Lima, 12 de mayo de 2022

Carta P. 0165-2022-UCV-EPG-SP

MAGISTER  
RENE ARÉVALO CUNANO  
DIRECTOR  
JOSÉ MARÍA ARGUEDAS

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a YAIRIS ZUÑIGA IVAN FREDY; identificado(a) con DNI/CE N° 41377800 y código de matrícula N° 7002550373; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA en modalidad semipresencial del semestre 2022-I quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRO(A), se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

**ACTIVIDAD FÍSICA Y LOGROS DE APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE AFURÍMAC, 2022**

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestro(a) estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestro(a) estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,

MSA, Ruth Angélica Chicana Becerra  
Coordinadora General de Programas de Posgrado Semipresenciales  
Universidad César Vallejo

MINISTERIO DE EDUCACIÓN	
Instituto de Gestión Educativa Local Chanka Andahuaylas	
I.G.M. "JOSÉ MARÍA ARGUEDAS" KAIQUASAMBA	
<b>MESA DE PARTES</b>	
PRESENTE	13
TOQUE	01
FECHA	12/05/2022
FIRMA	[Firma]





PERU  
2022

Ministerio de  
Educación

Dirección Regional de  
Educación Apurímac

UGEL - A  
I.E.S. José María Arguedas



Institución educativa Secundaria de Menores "José María Arguedas" – Kaquiabamba  
"Año del Fortalecimiento de la soberanía nacional"

INFORME N° 014-2022-DIR-I.E.S./K-CP

A : Dr. Carlos Ventura Orbegoso  
Director de la escuela de posgrado Universidad César Vallejo – Filial Lima Norte

De : Mg. Rene Arévalo Quijano  
Director de la Institución Educativa

Asunto : Informe de constancia de aplicación de instrumentos de investigación.

Referencia : Carta P. 0165-2022-UCV-EPG-SP.

Fecha : Kaquiabamba, 13 de mayo del 2022.

Tengo el agrado de dirigirme a su digno despacho y aprovechar la oportunidad para saludarle, al mismo tiempo hago constancia que el maestrista **IVAN FREDY YAURIS ZUÑIGA** y código de matrícula N° 7002550373 aplicó los instrumentos del trabajo de investigación de su tesis titulado: **ACTIVIDAD FÍSICA Y LOGROS DE APRENDIZAJE EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE APURÍMAC, 2022** en nuestra institución educativa el día 13 de mayo de 2022.

En tal sentido en relación al documento de referencia se otorgó las facilidades solicitadas al participante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la institución que usted representa.

Atentamente,

I.E.S.M. JEC. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS  
KAQUIABAMBA  
  
Mg. Rene Arévalo Quijano  
DIRECTOR



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, DENEGRI VELARDE MARIA ISABEL, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Actividad física y logros de aprendizaje en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Apurímac, 2022", cuyo autor es YAURIS ZUÑIGA IVAN FREDY, constato que la investigación cumple con el índice de similitud establecido, y verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 10 de Agosto del 2022

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
DENEGRI VELARDE MARIA ISABEL <b>DNI:</b> 08367190 <b>ORCID</b> 0000-0002-4235-9009	Firmado digitalmente por: MDENEGRIVE11 el 10- 08-2022 11:55:45

Código documento Trilce: TRI - 0407269