



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD
ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE**

Actividad física y su relación con el aprendizaje cognitivo en
estudiantes de una institución pública en Lima

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE**

AUTOR:

Urquiza Fuentes, Renzo Joao (orcid.org/0009-0000-4140-9513)

ASESORA:

Mg. Pequeño Saco, Tamara Paloma (orcid.org/0000-0003-2233-7598)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

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

TRUJILLO - PERÚ

2024

Dedicatoria

Dedico este trabajo académico a los escolares que desean salir adelante y superarse a pesar de las adversidades.

Agradecimiento

Agradezco a Dios por guiarme en todo, agradezco a mis padres por siempre estar pendientes de mí.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE HUMANIDADES

PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, PEQUEÑO SACO TAMARA PALOMA, docente de la FACULTAD DE HUMANIDADES del programa de SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Trabajo Académico II titulado: "Actividad Física y su relación con el aprendizaje cognitivo en estudiantes de una institución pública en Lima.", cuyo autor es URQUIZA FUENTES RENZO JOAO, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 12%, 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 el Trabajo Académico II 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.

TRUJILLO, 11 de Julio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
PEQUEÑO SACO TAMARA PALOMA DNI: 09857630 ORCID: 0000-0003-2233-7598	Firmado electrónicamente por: TPEQUENOSA el 21- 07-2024 20:52:58

Código documento Trilce: TRI - 0810362



Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, URQUIZA FUENTES RENZO JOAO estudiante de la FACULTAD DE HUMANIDADES del programa de SEGUNDA ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan el Trabajo Académico II titulado: "Actividad Física y su relación con el aprendizaje cognitivo en estudiantes de una institución pública en Lima.", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que el Trabajo Académico II:

1. No ha sido plagiado ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicado, ni presentado anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
RENZO JOAO URQUIZA FUENTES DNI: 70329577 ORCID: 0009-0000-4140-9513	Firmado electrónicamente por: RJURQUIZA el 11-07- 2024 23:49:21

Código documento Trilce: TRI - 0810363

Índice de contenidos

CARÁTULA	
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR/ AUTORES	
ÍNDICE	ii
RESUMEN	iii
ABSTRACT	iv
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	3
III. MÉTODO	10
3.1 Tipo de investigación	10
3.2 Diseño de investigación	10
3.3 Variables	10
3.4 Población y Muestra	12
3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.	13
3.6 Procedimiento	15
3.7 Rigor científico	15
3.8. Método de análisis de datos	16
3.9. Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS	17
V. DISCUSIÓN	20
VI. CONCLUSIONES	21
VII. RECOMENDACIONES	22
REFERENCIAS	23
ANEXOS	

RESUMEN

El presente trabajo académico realiza el análisis y evaluación sobre si se presenta correlación entre la actividad física y el aprendizaje cognitivo de alumnos de 12 años en un colegio público en Lima. La investigación se centra en dos variables principales (Actividad física y aprendizaje cognitivo), se requiere saber si existe relación directa entre estas variables, las dimensiones para la variable actividad física son: práctica de la actividad física y relación entre la actividad física y el aprendizaje. Las dimensiones para la variable aprendizaje cognitivo son: notas del curso de Matemática, notas del curso de Comunicación. En el primer capítulo se describe la introducción, se justifica la investigación y se plantea el principal objetivo. El siguiente capítulo aborda la teoría respecto a las dos variables y sus dimensiones. El subsiguiente capítulo muestra la metodología de esta investigación que es correlacional no experimental. El cuarto capítulo explica el análisis de resultados respecto a las dos variables, el cálculo científico se realiza mediante el estadístico proporcionado por el software Spss. El quinto capítulo aborda la discusión y el sexto capítulo las conclusiones de esta investigación.

Palabras clave: Actividad, física, aprendizaje, cognitivo, inteligencia, relación.

ABSTRACT

This academic work analyzes and evaluates whether there is a correlation between physical activity and cognitive learning of 12-year-old students in a public school in Lima. The research focuses on two main variables (Physical activity and cognitive learning), it is necessary to know if there is a direct relationship between these variables, the dimensions for the physical activity variable are: practice of physical activity and relationship between physical activity and learning . The dimensions for the cognitive learning variable are: Mathematics course notes, Communication course notes. The first chapter describes the introduction, justifies the research and sets out the main objective. The next chapter addresses the theory regarding the two variables and their dimensions. The subsequent chapter shows the methodology of this research, which is non-experimental correlational. The fourth chapter explains the analysis of results regarding the two variables, the scientific calculation is carried out using the statistics provided by the Spss software. The fifth chapter addresses the discussion and the sixth chapter the conclusions of this research.

Keywords: Activity, Physics, Learning, Cognitive , Intelligence, relationship.

I. INTRODUCCIÓN

Durante el desarrollo del hombre en la Tierra, el ser humano ha realizado diversas tareas para poder sobrevivir, tareas que requieren esfuerzo físico y mental.

Desde la antigüedad, la actividad física ha sido considerada una pieza integral en el progreso y evolución de la existencia, ergo es necesaria para cualquier actividad que implique un esfuerzo del ser humano en su supervivencia en la Tierra.

Actualmente el ejercicio queda definido como algún movimiento físico que requiere un pequeño o gran esfuerzo de energía y que debe planificarse, estructurarse y repetirse con objetivos claros que logren un impacto positivo en el desarrollo muscular y el bienestar físico de las personas.

Diversos estudios señalan que el ejercicio físico influye positivamente en la concentración y asimilación de conocimiento, logrando así un mayor aprendizaje.

En el Perú los niños de 12 años están iniciando su secundaria y a la vez su desarrollo físico, por ello necesitan ejecutar ejercicios y que mejor que en sus clases de educación física.

A la par, ellos adquieren ya los conocimientos que le servirán para desarrollar su propio juicio crítico que le permitirá conocer y desenvolverse en el ambiente donde viven.

Singularmente en la I.E. Republica del Perú se tuvo percances a la hora de contratar a un profesor de danza y a otro profesor de educación física, ello origino que los estudiantes estén casi dos meses sin realizar actividad física supervisada y reclamos en los padres de familia. Se podría decir que había poco interés por parte de las autoridades del colegio.

Por ello, esta investigación tiene como propósito fundamental saber si ¿Existe correlación entre la actividad física y el aprendizaje de alumnos de 12 años de edad de una I.E. publica en Lima?, para de esta manera demostrar la magnitud del deporte en los alumnos que inician secundaria.

Estos estudiantes están prestos a aprender todas las materias ya que salen de la etapa de niñez y entran a la etapa de adolescencia (están creciendo) y es debido a eso que necesitan practicar deporte, pero ¿cómo se relaciona el aprendizaje con la práctica deportiva? En esta tesis explicare paso a paso la intervención del ejercicio (deporte) en el aprendizaje inicial de estos alumnos.

La justificación, para este trabajo académico se enuncia de la siguiente forma:

Justificación práctica:

El objetivo general es identificar si hay presencia de correlación entre la práctica de deporte y la ilustración cognitiva de los niños de 12 años que inician su etapa secundaria.

Importancia del desarrollo integral: La actividad física además de promover la salud de estudiantes los de 12 años, contribuye al desarrollo integral de los niños. Investigar su impacto en el aprendizaje ayuda a comprender mejor cómo fomentar un desarrollo integral en esta etapa crucial de la vida.

Relevancia para la educación: Dado el creciente énfasis en los resultados académicos y el rendimiento estudiantil, comprender cómo la actividad física afecta el aprendizaje del escolar, aportara significativamente a las estrategias que deben seguir los docentes en las aulas. Esto además influirá en la formulación de programas escolares y políticas educativas que promuevan un enfoque más holístico del desarrollo del estudiante.

II. MARCO TEÓRICO

Como antecedentes nacionales se tienen a: Cabrejos (2019) en su indagación que tiene como título “Ejercicio físico - deportivo visto desde la educación para mejora de la salud en alumnos del nivel secundaria, de una IE. El objeto fue conocer la correlación el deporte de estudiantes y sus estilos de vida saludables. Las conclusiones afirman que se acepta la Hipótesis. General. Dado que el valor de la probabilidad es igual a 0.000, que es menor que el nivel de significancia (0.05), procedemos a rechazar la Hipótesis nula. La práctica de actividad física y existe una conexión entre los estilos de vida de los estudiantes, por ello el deporte se considera muy importante sobre todo para lograr estilos de vida saludables de la población.

Es recomendable que la I.E. propicie conductas beneficiosas que van desde hábitos alimentarios hasta conductas sociales. Por eso es parte indispensable de la prevención y de la inversión en el sistema social.

Butuna (2019) en la tesis con el título “Correlación entre el ejercicio y su relevancia en el logro cognitivo de alumnos de una facultad de negocios 2019” se llegó a las siguientes conclusiones.

El ejercicio entre los estudiantes del último ciclo del programa de Economía de la Universidad de Ciencias del Perú es utilizada por pocos alumnos (45,7%) y estudiantes lograron mejorar o confirmar su rendimiento académico. Por otro lado, un mayor número de estudiantes no la aplica estudiantes (54,3%) .

En términos de productividad académica, de los 92 estudiantes (100%) del programa de Economía de la Universidad de Ciencias del Perú, la mayoría de estudiantes tuvo un rendimiento académico aprobado, mientras que la minoría de estudiantes tuvo un logro reprobado (26%).

Dado que la significancia es > 0.005 , existe un nexo entre las prácticas de actividad física y el rendimiento cognitivo de los estudiantes del programa de Economía de la Universidad de Ciencias del Perú.

Yauris (2022) en la tesis con el título “Ejercicio y logros de aprendizaje en alumnos del nivel secundaria de una IEP año 2022” llegó a las siguientes conclusiones.

La correlación para el deporte y los resultados de aprendizaje se determinó con un valor de p de 0,001 y un coeficiente de relación de ,884, demostrando una correlación altamente positiva

Cuanta más actividad física se realice, mayor será su tasa de éxito en el aprendizaje.

Se demostró la correlación fuerte entre la magnitud de movimiento del cuerpo y los logros cognitivos con un p valor de ,000 y un r de ,998 evidenciando un nivel de relación positiva fuerte o directa, estableciendo una relación intensa directa entre el ejercicio y el aprendizaje.

Teran (2020) en su investigación titulada: “Importancia de la práctica deportiva para estimular la concentración y para mejorar el rendimiento académico en los estudiantes”, concluyó que:

Las actividades físicas aportan grandes beneficios para la salud, mejora el aprendizaje cognoscitivo, mejora las relaciones sociales, etc.

Estimular a los estudiantes antes de la clase, mediante ejercicios físicos conllevaría a mejorar su aprendizaje durante las sesiones siguientes de matemática y comunicación integral.

La comunidad educativa debe saber que los resultados en los estudiantes se darán luego de incluir actividades físicas en el plan curricular y estas actividades tengan un sistema de calentamiento, respiración, resistencia, juegos cooperativos donde cada estudiante de un aula se involucre.

Como antecedentes internacionales se tienen a:

Garrido (2019) en su trabajo académico que tiene por título “La práctica de deporte y hábitos de salud de los alumnos de cuarto nivel de educación posprimaria del Instituto de Barcelona”. Relato que su propósito fue evaluar si las conductas y pensamientos de los alumnos correlacionados con la educación para y con la salud, se relacionan con los ejercicios físicos.

Las conclusiones muestran que los estudiantes tienen una buena inclinación al deporte según el periodo, duración e intensidad de los ejercicios. También se estableció que los ejercicios tienen como preocupación seguir las medidas de seguridad, como utilizar técnicas adecuadas y usar ropa adecuada. Los principales motivos para realizar ejercicio son, por otro lado, la falta de tiempo y la pereza. principales motivos para no hacer ejercicio.

Lara (2021) en su trabajo académico titulado “Aplicación de la Inteligencia en Educación Física: una revisión bibliográfica” El trabajo refuerza y considera muy importante el aprendizaje cooperativo para implementar las teorías en las horas de educación física, a través de la cual los propios alumnos comparten sus diferencias y construyen su propio aprendizaje, mostrando así una actitud más positiva hacia la asignatura.

Guillen y Linares (2002) considera que las actividades físicas se definen como todos los movimientos del músculo esquelético que resultan en un gasto energético que está incluido en todo lo que hace una persona durante todas las horas del día excepto cuando duerme o descansa; Ergo, se distinguen modalidades y actividades necesarias para mantener la vida y actividades encaminadas a divertirse, socializar, mejorar la salud o la condición física e incluso competir.

Marco teórico respecto a la variable independiente actividad física:

Actividad Física: La actividad física es cualquier actividad que requiera algo mínimo de esfuerzo (cargar, saltar, correr, caminar, etc.), la actividad física también es hacer deporte. Todo esto lo realiza el ser humano de forma diaria y habitual. Colmena (2022).

La variable independiente actividad física tiene las siguientes dimensiones:

Práctica de la actividad física: Hace mención a si el estudiante es un asiduo asistente a las clases de educación física (participa activamente en clase de educación física), si le gustan los deportes, si es bueno en futbol, vóley y basquet.

Además, hace mención a si el estudiante practica ejercicios en el hogar y comunidad, se refiere también a si el estudiante practica deporte luego de clases, si tiene participación en campeonatos vecinales, si es un asiduo practicante de futbol o vóley en su comunidad.

Relación entre la actividad física y el aprendizaje: Dentro del instrumento las preguntas para esta dimensión hacen mención a si el estudiante siente que si practica mas deporte sus habilidades comunicativas y de aprendizaje mejoraran.

Las preguntas respecto a esta dimensión muestran alguna relación entre la práctica deportiva y el aprendizaje ya sea social o cognitivo.

Marco teórico respecto a la variable dependiente aprendizaje cognitivo:

Los Logros de Aprendizaje son un concepto fundamental en educación y se refieren al grado en que los estudiantes adquieren conocimientos, habilidades, habilidades y comprensión relacionados con un tema, campo o materia en particular.

También conocido como logro académico, éxito educativo y logro académico. El éxito del aprendizaje se considera un indicador importante del progreso del estudiante y del éxito en el proceso educativo (Martinelli,2019).

El éxito del aprendizaje implica la evaluación y medición de los resultados educativos alcanzados por los estudiantes. Estos resultados se pueden evaluar de diferentes maneras. B. A través de exámenes escritos, exámenes orales, proyectos, laboratorios, tareas, presentaciones, etc. El éxito del aprendizaje se evalúa tanto a nivel individual como grupal. (Soriano,2020).

Se recopiló las siguientes teorías de aprendizaje:

Beneficios de la práctica de deporte, Cintra y Balboa (2011) enfatizan en lo siguiente: La actividad física reduce el riesgo de las enfermedades del sistema circulatorio, digestivo, etc. Mejora la fuerza y aumenta las ganas de realizar tus actividades diarias. Influye en tu estado emocional y sobre todo en tu salud física.

Paulov Ivan, es reconocido por su investigación sobre el condicionamiento clásico, que nos dice que los comportamientos pueden ser aprendidos a través de agrupaciones entre estímulos ambientales y respuestas fisiológicas.

B. Skinner, es reconocido por su trabajo en el condicionamiento operante, que desarrolla en cómo las consecuencias de un comportamiento afectan la incidencia de que ese comportamiento ocurra luego. Su trabajo ha influido en la teoría del aprendizaje conductual.

Albert Bandura, es reconocido por su teoría del aprendizaje común, que nos dice que los seres humanos pueden aprender observando a otras personas y tomando como referencia las consecuencias de esas acciones. Jerome Bruner:

J. Bruner, es reconocido por su teorema del constructivismo, que sugiere el papel participante del alumno en la edificación de su criterio y conocimiento logrado a partir de explorar e interactuar con la sociedad.

David, Ausubel es identificado por su teoría del aprendizaje significativo, que prioriza la importancia de relacionar mejores conceptos con el conocimiento previo y relevante en la estructura cognitiva del estudiante.

La variable aprendizaje cognitivo tiene las siguientes dimensiones:

Notas del curso de Matemática: Las matemáticas son una ciencia formal, que estudia la relación entre entes o elementos abstractos, en caso concreto números y figuras. Las matemáticas forman parte de la vida del ser humano y aprenderlas en la etapa escolar es sumamente importante.

Los logros matemáticos o las notas en matemática proporcionan la información respecto al grado que el estudiante capta, según una escala del 1 al 20, los conceptos matemáticos y los muestra y aplica en problemas de la vida cotidiana.

Notas del curso de Comunicación Integral: La comunicación integral referido al curso, implica la comunicación que atiende a todos los procesos 'que comunican' dentro de una empresa, organización o contexto. Por esto, envuelve la comunicación externa e interna. La comunicación integral es una comunicación de 360 grados; es activa, direccionada y segmentada.

Las notas en comunicación o los logros en el curso de comunicación implican una medida en escala del 1 al 20 haciendo referencia al grado en que el estudiante puede desenvolverse verbalmente en su día a día, expresándose de manera adecuada y comprendiendo textos escritos.

La presente investigación académica utilizó dos instrumentos, el primero fue la encuesta, que corresponde a la variable actividad física, y el segundo instrumento es consulta al registro de notas de los cursos de matemática y comunicación que corresponde a la variable aprendizaje cognitivo.

La muestra son los estudiantes de primero de secundaria de la I.E. pública República del Perú. Dado que estos estudiantes inician secundaria, están creciendo y necesitan tener un aprendizaje integral.

La educación secundaria se centra en ampliar y profundizar el conocimiento adquirido durante la educación primaria. Los alumnos tienen oportunidad de aprender diferentes áreas y disciplinas académicas, y pueden comenzar a especializarse en campos de interés particular (Arista, 2014).

Además de adquirir conocimientos académicos, la educación secundaria también se centra en la productividad de habilidades críticas y habilidades para la vida, como el dialogo, la conciencia crítica, la resolución de tareas y el trabajo grupal. (Arista, 2014).

En muchos sistemas educativos, la educación secundaria se divide en varios ciclos o niveles. Por ejemplo, puede haber una educación secundaria inferior y una educación secundaria superior, cada una con su propio plan de estudios y duración (Taboada, 2022)

III. MÉTODO

3.1 Tipo:

El trabajo académico es cuantitativo por cuanto se emplean cálculos para determinar la veracidad de las hipótesis. Según Hernández Sampieri (1.994, p. 193), es la que tiene como objetivo describir relaciones entre dos o más variables en un momento determinado. Se trata también de descripciones, pero no de variables sino de sus relaciones.

3.2 Diseño:

El diseño es de tipo correlacional, explicativo, comparativo. Según Mejía (2017) La investigación correlacional es un tipo de investigación no experimental en la que los investigadores calculan dos variables y establecen una relación estadística entre estas (correlación), sin tener necesidad de agregar variables foráneas para llegar a conclusiones representativas.

3.3 Variables:

3.3.1 Variables Generales

V1: Actividad Física

La actividad física es cualquier actividad que requiera algo mínimo de esfuerzo (cargar, saltar, correr, caminar, etc.). Todo esto lo realiza el ser humano de forma diaria y habitual. Colmena (2022).

Dimensión: Práctica de la actividad física

Dimensión: Relación entre la actividad física y el aprendizaje

V2: Aprendizaje Cognitivo

Aprender cognitivamente es adquirir conocimientos y establecer un propio juicio crítico de ellos. Andaluz (2004).

Dimensión: Notas del curso de Matemática

Dimensión: Notas del curso de Comunicación Integral.

Matriz de operacionalización de variables:

Ver Anexos 07 y 08

3.4. Población, muestra y muestreo.

3.4.1 Población

Barrantes (2006) señala: “La población hace mención a personas, instituciones, documentos, hechos, etc., involucrados en la investigación y a los que se aplican las conclusiones extraídas”.

La población son todos los estudiantes de primer año de Posprimaria del Colegio Republica del Perú IE 7091 (57 estudiantes).

Esta población se eligió debido a que el colegio se encuentra cerca a la casa del investigador.

3.4.2 Muestra

Murria. R. Spiegel. (2004): “Se denomina muestra a la cantidad de la población a estudiar que sirve para representarla”

Debido a que la población es regular, usamos la siguiente fórmula matemática, para hallar la muestra representativa.

$$n = \frac{PQ \cdot N}{(N - 1) \frac{E^2}{K^2} + PQ}$$

SIMBOLOGÍA:

n= muestra

PQ= Constante de probabilidad

N= Población

E= Error

K= Coeficiente de error

$$n = 0.25 * (57) / ((57 - 1) * (0.05 * 0.05 / 2^2) + 0.25)$$

$$n = 49.48$$

$$n = 50$$

E= Margen de Error: 95

3.5. Técnicas e instrumentos de recojo de datos.

Cada variable tiene su propio instrumento:

Se utiliza el instrumento de Cuestionario para la variable uno. Se utilizo la prueba elaborada por Dueñas, A. (2020) y adaptada por el investigador.

El cuestionario consiste en preguntas que deben ser respondidas con total veracidad por el encuestado y luego esta información debe ser tratada de forma correcta y adecuada por el investigador para luego procesarla usando el estadístico. Barrantes, Johan. (2006).

Un cuestionario es una serie de preguntas preparadas para comprender a fondo los hechos y aspectos de interés de la investigación, la población o muestra del encuestado.

El test está dirigido a los estudiantes de primero de secundaria de la IE República del Perú.

Esta diseñado por preguntas que abordan tanto los hábitos de actividad física como las preferencias y habilidades en diferentes áreas de aprendizaje. Se aplica la escala Likert para medir la frecuencia de actividad física y preguntas abiertas para explorar las experiencias personales.

La encuesta se realizó presencialmente un día de clases del curso de educación física.

A fin de corroborar in situ, se desarrolló también la técnica de observación, se observó directamente a los participantes mientras participan en actividades físicas específicas y se registraron sus comportamientos, interacciones y niveles de participación.

Se utiliza la tecnica de consulta al registro de notas para la variable dos.

Se pidió el registro a dirección académica y se le explico que era una investigación que mejoraría el aprendizaje en los estudiantes.

académica proporciono la información solicitada confiando en que el investigador le dará un buen uso.

3.6. Procedimiento

Para el cuestionario:

Después de recopilar los datos, se organizan de la siguiente manera:

- Se filtrará la información, para la eliminar lo no necesario.
- De detectarse errores se repetirá el acopio de datos.
- Al final, se tabula según las variables (las variables independientes y dependientes), luego se crea una tabla para cada variable y una tabla de intersección para las variables.
- Se utiliza el software estadístico SPSS para procesar los datos.

3.7. Rigor Científico

Hernández et al. (2014) destacan que el rigor científico en una investigación se refiere a la rigurosidad y exactitud con la que se llevan a cabo los procesos de investigación, asegurando que los métodos y resultados sean válidos, confiables y replicables. En este contexto, señalan que uno de los aspectos clave para alcanzar rigor es el uso de triangulación de métodos, que consiste en combinar diferentes técnicas de recolección de datos y enfoques metodológicos para obtener una visión más completa y precisa del fenómeno estudiado, en el presente trabajo académico se realizó la recolección de datos mediante la técnica de cuestionario a los estudiantes de primero de secundaria, además de recabar información respecto a sus notas mediante consulta a dirección académica. Asimismo, se aplicó la técnica de observación a la forma en que los estudiantes practican deporte y se relacionan con sus compañeros lo que ayudó a aclarar dudas y lograr los resultados de la investigación.

3.8. Método de análisis de datos

Se sigue el siguiente esquema para el procesamiento de datos

- Recopilación y corroboración de información.
- Caracterización.
- Tabulación y ordenamiento de información.
- Estudio estadístico: Excel y SPSS.

3.9 Aspectos Éticos

Los criterios que se han aplicado son:

Participación voluntaria (principio de autonomía del código de ética UCV). A ningún estudiante se le obligo a participar, todos hicieron la encuesta voluntariamente, todos llenaron la encuesta bajo ninguna coaxion y solo mediante su propio criterio.

Confidencialidad (principio de justicia del código de ética UCV). La información proporcionada es tratada confidencialmente y solo manipulada por el investigador. La información sirve para realizar los cálculos y analizar los resultados y luego se procede a eliminar toda fuente de información de nuestra muestra.

Fue importante reconocer que la investigación tiene sus parámetros de obligatorio cumplimiento. Así se tuvo en cuenta el valor científico de la investigación, por la cual debe tener respaldo en la ciencia y la tecnología Por otra parte, la validez científica, debe expresarse en sus resultados los cuales son confiables y eficaces, para lo cual se utilizó una metodología confiable y el marco teórico tiene el respaldo de sus teorías científicas y constructos teóricos de actualidad. Asimismo, la selección de los sujetos de la investigación, responde a un criterio de veracidad y confiabilidad, entro otros factores.

IV. RESULTADOS

4.1 Presentación de resultados

4.1.1 En relación a la actividad física

Se aplicó el cuestionario de 20 preguntas, a nuestra muestra de 50 estudiantes. También se aplicó la técnica de observación sobre una clase de educación física que llevaron.

4.1.1.1 Análisis de Confiabilidad del Instrumento

Dado que el estadístico Alfa de Cronbach es mayor que 0.8. Determinamos que el instrumento es confiable, por ello lo aceptamos y usamos.

4.1.2 En relación al Aprendizaje Cognitivo

Se obtuvo las notas de los cursos de matemática y comunicación de los cincuenta encuestados. Se obtuvo un promedio de notas y se clasificó al estudiante mediante una escala de logro (Excelente "20-18", bueno "17-16", medio "15-14", regular "11-13", deficiente "10-01").

4.2 Contrastación de Hipótesis

Para esto usamos el software SPSS.

Colocamos las dos variables en el software (Var1 suma de resultados del cuestionario y Var2 promedio de las notas de los cursos de matemática y comunicación), y aplicamos Analizar/Correlacional.

Elegimos la fórmula de Pearson, para comprobar la hipótesis planteada en la investigación.

I) Planteamiento de Hipótesis

Ho: La variable actividad física no se correlaciona con la variable aprendizaje cognitivo.

Ha: La variable actividad física se correlaciona con la variable aprendizaje cognitivo.

II) Nivel de significancia:

Confianza: 95%

Significancia: 5%

III) Prueba Estadística a emplear:

Prueba de Pearson

IV) Criterio de decisión:

Si $p < 0,05$ aceptamos la Ha y rechazamos la Ho

Si $p \geq 0,05$ aceptamos la Ho y rechazamos la Ha

V) Resultados:

Luego de aplicar la correlación mediante el estadístico SPSS, se obtiene:

El r_o es 0.191 con relación directa (signo positivo) aunque poco intensa $r_o < 0.2$;

Como $p = 0 < 0.05$; Aceptamos la Hipótesis alterna y rechazamos la Hipótesis nula.

Entonces con un nivel de confianza de 95% podemos afirmar que la variable actividad física se correlaciona directamente con la variable aprendizaje cognitivo.

A mayor actividad física, mayor será el aprendizaje cognitivo en los estudiantes y viceversa.

Se realizó un gráfico estadístico de dispersión que nos brindó los siguientes resultados:

Ver anexo 05

La mayoría de varones practica actividad física, lo que lleva a que tengan buenas calificaciones.

Una alumna tiene malas calificaciones y practica mucho deporte, a su vez otra alumna no practica mucho deporte y aun así tiene 12 de nota.

De acuerdo a este gráfico de dispersión también se demuestra que existe correlación entre las variables.

V. DISCUSIÓN

Para corroborar el método de esta investigación se procede con la aplicación de los instrumentos empleados, como la encuesta y la observación de notas proporcionada por dirección académica. Al comparar estas dos variables obtenemos que se relacionan directamente.

De acuerdo al estudio de Yauris Ivan (2022), se afirmó que la investigación tuvo como meta principal conocer el nexo entre la práctica deportiva y el rendimiento escolar en los estudiantes de una escuela de Apurímac. Este ensayo género como resultados una relación entre la actividad física y el rendimiento académico con un valor de $p=0.01$ y un coeficiente de correlación de 0.884 (relación alta positiva), concluyendo que a mayor actividad física, mayor rendimiento escolar.

Ahora bien, el estudio que he realizado permite afirmar que la actividad física se relaciona con el aprendizaje cognitivo (rendimiento académico) con un $p=0.01$ y un coeficiente de correlación de 0.191. Comprobando que existe relación directa entre las dos variables.

El estudio que he realizado se alinea con el estudio anterior y muestra una correspondencia entre las dos variables principales mostrando relación entre la actividad física y el rendimiento académico de los escolares de nuestras muestras.

VI. CONCLUSIONES

La práctica de educación física en escolares de 12 años de la escuela Republica del Perú logra el bienestar físico y mental que necesitan estos menores y los forma con sentido de responsabilidad, competitividad y superación.

Se realizó el cálculo estadístico y según la interpretación de los resultados se demuestra que con una confianza de 95% se puede afirmar que la variable actividad física se correlaciona directamente con la variable aprendizaje cognitivo en los alumnos de primero de secundaria de la institución República del Perú.

Se infiere que a mayor actividad física que realice el estudiante, mayor será el aprendizaje cognitivo que obtenga y viceversa.

Mediante el gráfico que se presentó en resultados, se demostró que la mayoría de estudiantes varones practica actividad física, lo que implica que tienen buenas calificaciones, a su vez solo una estudiante mujer no practica deporte, lo que muestra que el aula es competitiva y con ganas de aprender.

De acuerdo a los resultados de la encuesta aplicada a la muestra de cincuenta alumnos, se afirma que existe una inclinación en el aula hacia el ámbito deportivo (la mayoría está interesada en practicar actividad física), por lo que deducimos serán estudiantes aplicados en su secundaria.

VII. RECOMENDACIONES

De acuerdo al estudio, si a mayor actividad física, mayor será el aprendizaje cognitivo en los estudiantes, es recomendable que en cada institución educativa escolar se tenga mínimamente un profesor de educación física que imparta sus conocimientos y logre dar una educación integral a los escolares.

Para generar que los alumnos estén prestos a realizar actividad física en su escuela, los profesores de educación física deben emplear estilos de enseñanza específicos, que motiven a sus estudiantes (actualmente en primero de secundaria) a practicar deporte, incluso sería mejor que desde quinto de primaria se aplique esta motivación.

Es importante que los docentes apliquen metodologías adecuadas al aprendizaje del deporte para fortalecer en los estudiantes, sus capacidades cognitivas, afectivas y actitudinales.

En casa se debe promover actividades físicas ya sea como ayudar a los padres en actividades y/o pequeños trabajos ya que esto prepara a los niños para que estén física y mentalmente activos.

REFERENCIAS:

- Arista, P.(2014). *Responsabilidad Social Universitaria* (Artículo Académico).
Universidad Nacional de Moquegua, Perú.
- Blas R., B. C. (2024). *Programa “Ludolectura”, para mejorar la comprensión lectora de los estudiantes de una Institución Educativa-Trujillo, 2022*. Trujillo-Perú
- Butuna, A. (2019). *Correlación entre el ejercicio y su relación con el rendimiento académico en una facultad de negocios* (Tesis doctoral). Universidad de Pacifico, Perú.
- Cabrejos, A. (2019). *Efectos de la actividad Física en el rendimiento de escolares* (Tesis doctoral). Universidad de Málaga, España.
- Cosamalon, D.(2018). *Problemas de Educación Secundaria*. Ayacucho, Perú.
- Dueñas, A. (2020). *Correlación entre el deporte y el ejercicio*(Artículo Científico)
Trujillo, Perú.
- Duarte, M. (2020). *Las actividades deportivas en adolescentes* (Revista académica).
Universidad de Antioquia, Colombia.
- Eunice (2023). *Logros de Aprendizaje* (Artículo Científico), *de la Universidad San Agustín, Arequipa Perú*.
- Guillen Y Ilnares. (2002). La actividad física en escolares. *Revista de Educación Científica Ecuatoriana*.
- García, L (2022). *Aprendizaje contemporáneo* (Artículo Científico), *de la Universidad Privada de Ciencias, Lima Perú*.

- Garavito Castillo, P. (2014). *Estrategias metodológicas para mejorar la comprensión lectora de los alumnos del quinto y sexto grado*. Lima, Perú:
- Guzmán, H. (2021). *Aplicación de técnicas deportivas en el niño en el niño* (Artículo de Investigación, Lima Perú
- Inofuente, J. (2020). *Educación y Actividad Física* (Artículo Científico), *Universidad Nacional del Antiplano, Puno, Perú*
- Lara . I. (2021). *Aplicación de la educación física en la inteligencia* (Tesis de maestría), *de la Universidad tecnológica del Perú, Lima Perú*
- Luna Huerta, Y. (2020). *Adaptación del programa “Lela2r” para optimar la comprensión lectora en estudiantes del cuarto grado de primaria de una institución educativa estatal del distrito de Chorrillos*. Lima, Perú.
- Maguiña, A. F. M., Montaña, C. E., & Cabrera, D. (2015). *Plan deportivo: creación de equipo “Kusi Wawa” para el nivel socioeconómico “B” en el distrito de Los Olivos* [Tesis de maestría, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Académico UPC. <http://hdl.handle.net/10757/583811>
- Martinelli, L. (2019). Logros de aprendizaje de escolares. *Revista Chilena de Educación Científica*.
- Mendoza, R. (2022). *Actividad deportiva en la educación* (Artículo Científico), *de la Universidad Federico Villarreal, Lima Perú*.
- Navidia, L (2021). *Aprendizaje y deporte* (Artículo Científico), *de la Universidad San Cristobal de Huamanga, Perú*.
- Oblitas, L. (2004). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México: International Thomson Editores, S.A.

- Perez, A. (2022). *Deportes y educación* (Artículo Científico), *de la Universidad San Antonio de Abad, Perú.*
- Rodríguez C., M., & al., e. (4 de agosto de 2021). *Relación entre Población y Muestra.*
- Rios, S. (2019). *Educación y trabajo* (Artículo Científico), *Bogotá, Colombia*
- Salazar, I. (24 de febrero de 2019). *Que es comprension lectora.* Recuperado el 11 de abril de 2022, de <https://www.slideshare.net/ingrids12/que-escomprension-lectora-2019>
- Soriano, M. (2020). *Logros de Aprendizaje* (Artículo Científico), *de la Universidad Privada de Ciencias, Lima Perú.*
- Soplin, S. (2014). *Educación Secundaria* (Revista académica), *Quito, Ecuador.*
- Taboada, J. (2022). *Educación Secundaria y Aprendizaje* (Tesis de maestría), *de la Universidad San Ignacio de Loyola, Lima Perú*
- Yauris, I. (2022). *Ejercicio y logros de aprendizaje en alumnos del nivel secundaria de una IEP año 2022* (Tesis de maestría), *de la Universidad Cesar Vallejo, Lima Perú.*
- Zambrano, E. (2020). *El Aprendizaje actual* (Artículo Científico), *de la Universidad Privada de Ciencias, Lima Perú.*
- Zarco, A. (2015). *La pedagogía del deporte en el programa de entrenamiento deportivo del equipo de canotaje de la secretaria de marina* (Tesina de Pregrado), *de la Universidad Autónoma de México, de <https://repositorio.unam.mx/contenidos/la-pedagogia-del-deporte-en-el-programa-de-entrenamiento-deportivo-del-equipo-de-canotaje-de-la-secretaria-de-marin>*

ANEXOS:

Anexo 01: Cuestionario.

Dimensión 1 Práctica de la actividad física	1. ¿Realiza actividad física (deporte)?
	2. ¿Eres bueno en el curso de Educación física?
	3. ¿Según tu apreciación, el deporte es bueno para la salud?
	4. ¿Te gusta que tus compañeros también practiquen deporte?
	5. ¿Realizas planchas, estiramientos, y juegos de fuerza?
	6. ¿Con qué frecuencia participas en clase de educación física?
	7. ¿Bailas seguido?
	8. ¿Te gusta el curso de danza?
	9. ¿Siempre haz hecho ejercicios?
	10. ¿Haz pensado entrar a algún club de fútbol?
Dimensión 2 Relación entre la actividad física y el aprendizaje	11. ¿Hacer deporte te ha permitido conocer amigos?
	12. ¿Tienes buena nota en el curso de educación física?.
	13. ¿Entiendes los cursos de Matemáticas Y Comunicación?
	14. ¿Qué tan satisfecho/a estás con tus notas?
	15. ¿Sientes que existe relación entre hacer ejercicio y estudiar más?
	16. ¿Estudiaras una carrera profesional cuando seas grande?
	17. ¿Te relacionas bien con tus compañeros (varones y mujeres)?
	18. ¿Con qué frecuencia muestras empatía hacia los demás?
	19. ¿Crees que si realizas más deporte, aprenderás más?
	20. ¿Sientes que hacer deporte mejora tu manera de expresarte?

Anexo 02: Estadísticas de cuestionario

Estadísticas de total de elemento					
	Media	Varianza	Correlación	Correlación múltiple	Alfa de Cronbach
P1	73,62	6,281	,957	.	,872
P2	74,62	5,710	,767	.	,869
P3	73,58	6,942	,023	.	,890
P4	73,58	6,983	-,032	.	,891
P5	74,66	6,841	-,019	.	,912
P6	72,68	5,038	,874	.	,864
P7	73,62	6,281	,957	.	,872
P8	72,68	6,875	-,025	.	,909
P9	75,52	6,744	,038	.	,906
P10	73,62	6,281	,957	.	,872
P11	73,62	6,281	,957	.	,872
P12	73,62	6,281	,957	.	,872
P13	73,62	6,281	,957	.	,872
P14	73,62	6,281	,957	.	,872
P15	73,64	6,235	,713	.	,874
P16	73,62	6,281	,957	.	,872
P17	73,62	6,281	,957	.	,872
P18	73,62	6,281	,957	.	,872
P19	73,62	6,281	,957	.	,872
P20	73,62	6,281	,957	.	,872

Anexo 03: Determinación de la confiabilidad del instrumento por SPSS.

Alfa de Cronbach	Alfa estandarizado	Elementos
,885	,956	20

Anexo 04: Notas de los encuestados (50)

ENCUESTADOS	MATEMÁTICA	COMUNICACIÓN	PROMEDIO	LOGRO
1	19	17	18,0	EXCELENTE
2	13	15	14,0	MEDIO
3	10	20	15,0	MEDIO
4	14	18	16,0	BUENO
5	15	9	12,0	REGULAR
6	17	14	15,5	BUENO
7	20	20	20,0	EXCELENTE
8	18	14	16,0	BUENO
9	15	18	16,5	BUENO
10	5	19	12,0	REGULAR
11	16	12	14,0	MEDIO
12	20	16	18,0	EXCELENTE
13	15	20	17,5	EXCELENTE
14	16	14	15,0	MEDIO
15	8	15	11,5	REGULAR
16	15	15	15,0	MEDIO
17	15	20	17,5	EXCELENTE
18	19	19	19,0	EXCELENTE
19	16	16	16,0	BUENO
20	14	11	12,5	REGULAR
21	18	18	18,0	EXCELENTE
22	20	18	19,0	EXCELENTE
23	15	19	17,0	BUENO
24	15	18	16,5	BUENO
25	15	17	16,0	BUENO
26	18	14	16,0	BUENO
27	19	19	19,0	EXCELENTE
28	14	15	14,5	MEDIO
29	11	18	14,5	MEDIO
30	16	9	12,5	REGULAR
31	14	18	16,0	BUENO
32	20	17	18,5	EXCELENTE
33	19	10	14,5	MEDIO
34	15	14	14,5	MEDIO
35	14	20	17,0	BUENO
36	17	14	15,5	BUENO
37	7	10	8,5	DEFICIENTE

38	20	20	20,0	EXCELENTE
39	16	14	15,0	MEDIO
40	17	15	16,0	BUENO
41	18	20	19,0	EXCELENTE
42	19	18	18,5	EXCELENTE
43	16	20	18,0	EXCELENTE
44	15	15	15,0	MEDIO
45	15	20	17,5	EXCELENTE
46	17	19	18,0	EXCELENTE
47	20	17	18,5	EXCELENTE
48	14	20	17,0	BUENO
49	19	18	18,5	EXCELENTE
50	18	6	12,0	REGULAR

Anexo 05: Gráfico de Dispersión

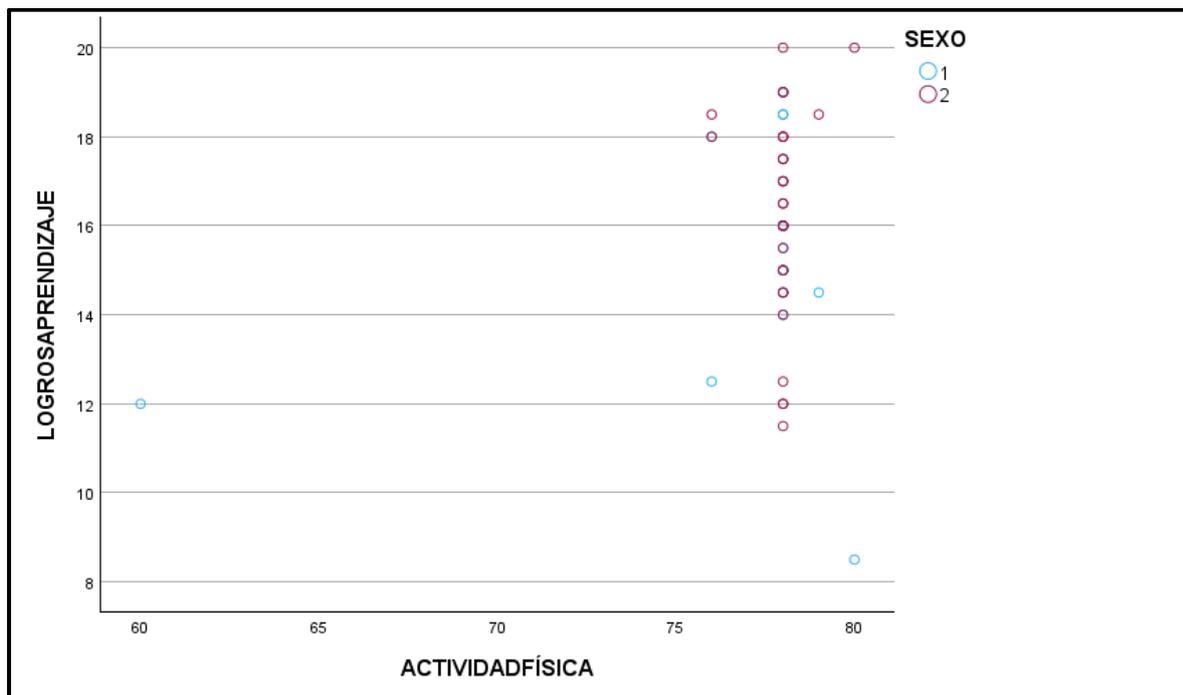


Figura 1: Gráfico Dispersión entre las dos variables.

Leyenda: 1= Mujer

2=Varón

Anexo 06: Correlaciones

Correlaciones			
		Actividad Física	Aprendizaje Cognitivo
Actividad Física	Pearson	1	,191
	Sig. (bilateral)		,000
	Covarianza	6,980	1,237
	N	50	50
Aprendizaje Cognitivo	Pearson	,191	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	Covarianza	1,237	6,014
	N	50	50

Anexo 07: Operacionalización de la variable 1

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumento												
Variable ind: Actividad Física	Colmena (2022). La actividad física es cualquier actividad que requiera algo mínimo de esfuerzo (cargar, saltar, correr, caminar, etc.). Todo esto lo realiza el ser humano de forma diaria y habitual	Ros (2007). Categoriza la práctica de actividades como: Resistencia aeróbica Fuerza Equilibrio Coordinación	Práctica de la actividad física Relación entre la actividad física y el aprendizaje	Gratificación Autonomía Victoria	Cuestionario con medición Likert (Dueñas A. 2020) (1) Nunca (2) Casi nunca (3) A veces (4) Siempre (5) Casi siempre Nivel <table border="1"> <thead> <tr> <th>NIVEL</th> <th>INTERVALO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>MUY BAJO</td> <td>20-35</td> </tr> <tr> <td>BAJO</td> <td>36-51</td> </tr> <tr> <td>MEDIO</td> <td>52-67</td> </tr> <tr> <td>ALTO</td> <td>68-83</td> </tr> <tr> <td>MUY ALTO</td> <td>84-100</td> </tr> </tbody> </table>	NIVEL	INTERVALO	MUY BAJO	20-35	BAJO	36-51	MEDIO	52-67	ALTO	68-83	MUY ALTO	84-100
NIVEL	INTERVALO																
MUY BAJO	20-35																
BAJO	36-51																
MEDIO	52-67																
ALTO	68-83																
MUY ALTO	84-100																

Anexo 08: Operacionalización de la variable 2.

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumento
Aprendizaje Cognitivo	<p>Andaluz (2004)</p> <p>Aprender es un proceso en el que se adquiere conductas, se mejoran, se aplican y se pueden llegar a retransmitir en otras personas que quieras participar. Aprender cognitivamente es adquirir conocimientos y establecer un propio juicio crítico de ellos.</p>	<p>Bruner (2005)</p> <p>El aprendizaje es la forma en que se adquieren conocimientos, se procesan y se aplican para que la persona se desenvuelva adecuadamente en su contexto.</p>	<p>Notas del curso de Matemática.</p> <p>Notas del curso de Comunicación.</p>	<p>Promedio de Notas de los cursos de Matemática y Comunicación</p>	<p>Logros de Aprendizaje por Nota:</p> <p>01-10 (Deficiente)</p> <p>11-13 (Regular)</p> <p>14-15 (Medio)</p> <p>16-17 (Bueno)</p> <p>18-20 (Excelente)</p>