



Universidad
Norbert Wiener

Powered by **Arizona State University**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
TECNOLOGÍA MÉDICA

Tesis

“Relación entre el nivel de actividad física y desempeño académico en estudiantes de educación secundaria, 2022”

Para optar el Título Profesional de

Licenciada en Tecnología Médica en Terapia Física y Rehabilitación.

Presentado por

Autor: Guevara Chumpitaz, Olga

Asesor: Mg. Vera Arriola, Juan Américo

Código ORCID: 0000-0002-8665-0543

Lima – Perú

2023

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, Olga GUEVARA CHUMPITAZ egresada de la Facultad de TECNOLOGIA MÉDICA DE TERAPIA FÍSICA Y REHABILITACIÓN de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico "RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESEMPEÑO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA 2022", asesorado por el docente: Juan VERA ARRIOLA, con DNI 42714753 ORCID 0000-0002-8665-0543 tiene un índice de similitud de 12 (doce) % con código oid:14912:305419250 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



Firma de autor

Olga Guevara Chumpitaz

DNI: ...08157150



Firma

Mg. Juan Américo Vera Arriola

DNI: 42714753

Lima, 18 de enero de 2024

**RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y
DESEMPEÑO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE
EDUCACIÓN SECUNDARIA, 2022**

DEDICATORIA

Dedico el resultado de este trabajo principalmente a mi familia.

Mis hijos que siempre han sido el motor que impulsa mis sueños, quienes estuvieron siempre a mi lado en los días y noches durante mis horas de estudio, enseñándome a afrontar las dificultades sin perder la paciencia ni morir en el intento.

También dedico este esfuerzo a mis padres ya que me han enseñado a ser la persona que soy hoy. Todo este resultado con una gran dosis de amor

AGRADECIMIENTO

Agradezco a ver culminado esta etapa de estudio con éxito, a las personas que de una u otra forma me apoyaron para alcanzar el objetivo de graduarme.

A mis padres, mis hijos, mis compañeros de estudios y profesores.

ÍNDICE

Introducción

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema.....	Pag 13
1.2. Formulación del problema	Pag 15
1.2.1. Problema general.....	Pag 15
1.2.2. Problemas específicos.....	Pag 15
1.3. Objetivos de la investigación	Pag 16
1.3.1. Objetivo general.....	Pag 16
1.3.2. Objetivos específicos.....	Pag 16
1.4. Justificación de la investigación.....	Pag 17
1.4.1. Teórica	Pag 17
1.4.2. Metodológica	Pag 18
1.4.3. Práctica.....	Pag 18
1.5. Limitaciones de la investigación	Pag 18

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación.....	Pag 20
2.2. Bases teóricas	Pag 26
2.3. Formulación de hipótesis	Pag 33
2.3.1. Hipótesis general.....	Pag 33
2.3.2. Hipótesis específicas	Pag 33

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación.....	Pag 35
3.2. Enfoque investigativo	Pag 35
3.3. Tipo de investigación	Pag 36
3.4. Diseño de la investigación	Pag 36
3.5. Población, muestra y muestreo.....	Pag 37

3.6. Variables y operacionalización.....	Pag 38
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	Pag 40
3.7.1. Técnica	Pag 40
3.7.2. Descripción.....	Pag 40
3.7.3. Validación	Pag 43
3.7.4. Confiabilidad	Pag 45
3.8. Procesamiento y análisis de datos.....	Pag 46
3.9. Aspectos éticos	Pag 46

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados	Pag 48
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados.....	Pag 48
4.1.2. Prueba de hipótesis.....	Pag 51
4.1.2. Discusión de resultados	Pag 56

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones	Pag 60
5.2. Recomendaciones.....	Pag 61

REFERENCIAS.....	Pag 63
-------------------------	---------------

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia	Pag 74
Anexo 2: Instrumentos	Pag 78
Anexo 3: Aprobación del Comité de Ética	Pag 81
Anexo 4: Formato de consentimiento informado	Pag 82
Anexo 5: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos	86
Anexo 6: Reporte de similitud de Turnitin	Pag 87

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: *Distribución de frecuencia de las características de la muestra*

Tabla 2: *Distribución de frecuencia de la hiperlaxitud articular y equilibrio dinámico*

Tabla 3: *Distribución de frecuencia de las dimensiones del equilibrio dinámico por cada dimensión*

Tabla 4: *Relación entre hiperlaxitud articular y equilibrio dinámico*

Tabla 5: *Relación entre hiperlaxitud articular y la actividad de marcha controlada*

Tabla 6: *Relación entre hiperlaxitud articular y las actividades de evolución en el banco.*

Tabla 7: *Relación entre hiperlaxitud articular y las actividades de saltos con apoyo unipodal*

Tabla 8: *Relación entre hiperlaxitud articular y las actividades de saltos con apoyo con pies juntos.*

RESUMEN

Durante la pandemia producida por el Covid-19 se suspendieron las actividades escolares de manera presencial generando cambios en los hábitos de vida de la población escolar. Algunos reportan indican que el nivel de actividad física en este grupo etario disminuyó hasta un 50%. La disminución de los niveles de actividad física puede producir alteraciones metabólicas y disminución de fuerza muscular. Así mismo, los escolares modificaron sus hábitos de estudio provocado por las circunstancias de confinamiento, siendo el hábito de estudio un factor importante en el rendimiento académico. El objetivo del presente estudio fue determinar la relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023. Se realizó un estudio cuantitativo, observacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 90 estudiantes. Se utilizaron como instrumentos: el cuestionario internacional de actividad física (IPAQ) y el promedio ponderado del semestre de estudio 2023-1. Los resultados obtenidos fueron: El promedio de la edad de la muestra estudiada fue de 15,47 años. Se encontró mayor cantidad de escolares de sexo femenino (62,2%). Se encontró mayor cantidad de escolares con un nivel moderado de actividad física (44,4%). Se halló mayor cantidad de escolares con buen desempeño académico (63,3%). Al realizar el cruce de las variables actividad física y desempeño académico se encontró un $p=0,389$. Se concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio.

Palabras clave: nivel de actividad física, desempeño académico, escolares, fisioterapia.

ABSTRACT

During the pandemic caused by Covid-19, school activities were suspended in person, changing the lifestyle of the school population. Some reports indicate that the level of physical activity in this age group will reach up to 50%. Decreased levels of physical activity can produce metabolic alterations and decreased muscle strength. Likewise, schoolchildren modified their study habits caused by the confinement circumstances, with study habits being an important factor in academic performance. The objective of this study was to determine the relationship between the level of physical activity and academic performance in secondary school students of the Unión school in the Chosica district, 2023. A quantitative, observational and cross-sectional study was carried out. The sample consisted of 90 students. The following instruments were used: the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) and the weighted average of the study semester 2023-1. The results obtained were: The average age of the sample studied was 15.47 years. There was a greater number of female schoolchildren (62.2%). A greater number of schoolchildren with a moderate level of physical activity (44.4%) were found. A greater number of schoolchildren with good academic performance (63.3%) were found. When crossing the variables physical activity and academic performance, a $p=0.389$ was found. It is concluded that there is no statistically significant relationship between the study variables.

Keywords: level of physical activity, academic performance, schoolchildren, physiotherapy.

Introducción

La pandemia de Covid-19 ha marcado un antes y un después en la vida cotidiana de la población mundial, generando una serie de transformaciones que han alcanzado incluso a los entornos educativos. Uno de los aspectos más impactantes ha sido la suspensión de las actividades escolares presenciales, llevando a una rápida adaptación a modalidades de estudio en línea. En este contexto, los hábitos de vida de los estudiantes se vieron considerablemente alterados, afectando no solo su rutina académica, sino también su bienestar físico.

Diversos informes señalan que durante este periodo de confinamiento, el nivel de actividad física en la población escolar experimentó una disminución sustancial, llegando a alcanzar hasta un 50%. Esta reducción plantea preocupaciones relacionadas con posibles alteraciones metabólicas y la pérdida de fuerza muscular en estos jóvenes. Además, el cambio en los hábitos de estudio, influido por las circunstancias de confinamiento, ha llevado a reflexionar sobre la relación entre el rendimiento académico y el modo en que los estudiantes abordan sus responsabilidades educativas.

El presente estudio se centra en explorar la conexión entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión, ubicado en el distrito de Chosica en el año 2023. A través de un enfoque cuantitativo, observacional y de corte transversal, se busca comprender cómo estos dos aspectos clave de la vida estudiantil interactúan en este nuevo escenario educativo. La muestra, compuesta por 90 estudiantes, se sometió a la evaluación mediante el cuestionario internacional de actividad física (IPAQ) y se consideró el promedio ponderado del semestre de estudio 2023-1 como indicador del desempeño académico.

Los resultados obtenidos revelan datos interesantes sobre la distribución de la actividad física, la composición de la muestra estudiada y el rendimiento académico de los estudiantes. Sin embargo, al analizar la relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico, se llega a una conclusión que desafía las expectativas iniciales. Este estudio, por lo tanto, contribuye a la comprensión de los cambios que la pandemia ha impuesto en la vida estudiantil y abre la puerta a nuevas reflexiones sobre la interacción entre la salud física y el rendimiento académico en un contexto educativo alterado por circunstancias excepcionales.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

El desarrollo integral de los estudiantes escolares es una empresa compleja que abarca diversos factores, y entre ellos, destaca la importancia del nivel de actividad física que estos llevan a cabo durante su etapa escolar. La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece pautas que recomiendan la realización de actividad física en personas de 5 a 17 años, sugiriendo un mínimo de una hora diaria para promover una salud óptima (1). En distintas partes del mundo, como España e India, se observa que aproximadamente el 70% de los escolares se involucra en actividad física, aunque no siempre cumple con las recomendaciones de la OMS (2). En el caso específico del Perú, los niveles de actividad física en escolares rondan el 65% (3), lo que indica que la atención a este aspecto es crucial para comprender el bienestar físico de la población estudiantil.

La irrupción de la pandemia de Covid-19 trajo consigo la suspensión de las actividades escolares presenciales, provocando una serie de transformaciones en los hábitos de vida de los estudiantes. Alarmantes reportes indican que el nivel de actividad física en este grupo etario disminuyó hasta en un 50% durante este periodo crítico (4). Este descenso no solo plantea preocupaciones inmediatas sobre la salud física de los escolares, sino que también genera inquietudes acerca de posibles alteraciones metabólicas y pérdida de fuerza muscular (5).

Además del impacto en la actividad física, las circunstancias de confinamiento llevaron a una modificación significativa en los hábitos de estudio de los escolares. Se ha reconocido que el hábito de estudio es un factor determinante en el rendimiento académico (6), y la adaptación a nuevos métodos de aprendizaje y estudio durante la pandemia podría haber tenido consecuencias en este aspecto fundamental.

En el contexto actual de la "nueva normalidad" en la educación secundaria, carecemos de datos actualizados sobre la relación entre el nivel de actividad física, que se ha visto disminuido como consecuencia de la pandemia, y el rendimiento académico en escolares. Esta laguna de conocimiento motiva la formulación de la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo afecta la disminución del nivel de actividad física, originada por la pandemia de Covid-19, al rendimiento académico de los escolares en la educación secundaria en la actualidad? Para abordar esta interrogante, es esencial llevar a cabo una investigación exhaustiva que explore esta relación en el marco de las nuevas realidades educativas y de salud global. La revisión de la literatura podría ampliarse mediante estudios que aborden la influencia de factores socioeconómicos y culturales en los hábitos de actividad física de los escolares (7), así como investigaciones que analicen la eficacia de intervenciones específicas para fomentar la actividad física en entornos educativos (8). Además, sería relevante considerar la posible relación entre el acceso a recursos tecnológicos durante la educación a distancia y los niveles de actividad física de los estudiantes (9).

Al explorar la conexión entre la actividad física y el rendimiento académico, se podría incorporar un enfoque multidisciplinario, integrando

perspectivas desde la psicología educativa para comprender mejor cómo los cambios en los hábitos de estudio interactúan con la actividad física y afectan el rendimiento académico (10). Un análisis más detallado de las diferencias de género en los patrones de actividad física y su correlación con el rendimiento académico también podría aportar una perspectiva valiosa (11).

La investigación en torno a la relación entre el nivel de actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria durante y después de la pandemia presenta un campo fértil para explorar diversas dimensiones. La inclusión de múltiples enfoques y perspectivas en futuras investigaciones puede enriquecer nuestra comprensión de esta compleja interacción y ofrecer orientaciones valiosas para mejorar la salud y el rendimiento académico de los estudiantes en el entorno educativo actual.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

- ¿Cuál es la relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?
- ¿Cuál es la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de

frecuencia y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?

- ¿Cuál es la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?
- ¿Cuál es el nivel de actividad física en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?
- ¿Cuál es el nivel de desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?
- ¿Cuáles son las características sociodemográficas de los estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

- Determinar la relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- Determinar la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de

frecuencia y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.

- Determinar la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- Determinar el nivel de actividad física en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- Determinar el nivel de desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- Determinar las características sociodemográficas de los estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

El nivel de actividad física se ha visto disminuido en varios grupos etarios a consecuencia de la pandemia producida por el Covid-19. Los escolares han tenido que modificar sus hábitos de estudio y sus actividades recreativas, haciendo que pasen más tiempo frente al computador, tanto para actividades académicas como de recreación. La actividad física es importante pues favorece una serie de respuestas enzimáticas y neurofisiológicas que generan disminución de los niveles de ansiedad. El rendimiento académico se relaciona con los hábitos de estudio, pero no

se encuentra clara su relación con el nivel de actividad física. Es por eso que se planteó el análisis entre dichas variables.

1.4.2. Metodológica

Al no tener mucha información al respecto de estas dos variables, se planteó realizar un estudio observacional donde se pueda determinar si existe relación entre el nivel de actividad física y el rendimiento académico en escolares de educación secundaria. Los instrumentos utilizados fueron validados y confiables.

1.4.3. Práctica

Los resultados de la presente investigación servirán para identificar la posible relación de estas variables, y de esa manera poder realizar intervenciones basadas en la actividad física. Además, permitirá identificar el nivel de actividad física de los escolares y poder identificar si esta se relaciona con el desempeño académico que es muy importante en los últimos años de estudio de educación secundaria.

1.5. Limitaciones de la investigación

A pesar de los hallazgos significativos y las conclusiones obtenidas, este estudio presenta ciertas limitaciones que deben tenerse en cuenta al interpretar los resultados. En primer lugar, la muestra utilizada en este estudio fue específica del colegio Unión del distrito de Chosica, lo que limita la generalización de los resultados a otras poblaciones estudiantiles. Además, la metodología utilizada se basó en la autodeclaración de los participantes sobre

su nivel de actividad física y desempeño académico, lo que podría estar sujeto a sesgos o inexactitudes en la información proporcionada. Asimismo, no se consideraron otros factores relevantes que podrían influir en la relación entre la actividad física y el desempeño académico, como el estado de salud física y mental de los estudiantes, el entorno familiar y el acceso a recursos educativos. Estas limitaciones indican la necesidad de investigaciones futuras que aborden estas cuestiones y amplíen la comprensión de la relación entre la actividad física y el desempeño académico en diferentes contextos..

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Morales J., et al. (2016), realizaron un estudio que tuvo como objetivo: “identificar el nivel de actividad física y su relación con uso de internet”. Plantearon un estudio no experimental y observacional de corte transversal en una muestra de 461 estudiantes de colegios entre los 15 y 19 años. Como instrumentos utilizaron: el cuestionario de actividad física (IPAQ) en su versión larga y un cuestionario validado por jueces. Como resultados principales obtuvieron: cerca de 60% presentaron alto nivel de actividad física, seguido de moderado y cerca al 25% un nivel bajo de actividad física. Además, se obtuvieron mayores niveles de actividad física en el hogar y actividades recreativas. Con relación a la utilización de internet se aprecia que cerca al 3% de la muestra utilizan internet por más de veinte horas a la semana. Los autores concluyen que existe un alto nivel de actividad física y que no se relaciona con la utilización de internet. (3).

Álvarez C., et al. (2020), realizaron un estudio que tuvo como objetivo: “identificar los niveles de actividad física en los recreos según sexo y el horario de estudio”. Realizaron un estudio observacional de corte transversal en una muestra de 1098 estudiantes. Como instrumentos se utilizó un sistema de observación del juego y tiempo libre (SOPLAY). Como principales resultados obtuvieron: las participantes del sexo femenino realizan mayores actividades sedentarias que los del sexo masculino. Además, cerca al 65% de los

estudiantes presentan moderada a vigorosa actividad física. Los autores concluyen que no existe una disminución importante en el nivel de actividad física en este grupo etario y que el recreo es un espacio que no contribuye de forma importante en la práctica de actividad física dentro de las escuelas (12).

Gervacio H., Castillo B. (2021), realizaron un estudio que tuvo como objetivo: “identificar la problemática de los escolares durante la suspensión de actividades educativas presenciales debido a la pandemia por Covid-19”. Realizaron un estudio de un enfoque mixto de corte transversal con una muestra de 102 estudiantes. Utilizaron una encuesta estructurada y validada para la recolección de datos. Como resultados obtuvieron: percepción baja de dificultad de los cursos (15%), nivel de aprendizaje deficitario (30%), un 33% percibió niveles medios de acceso a clases virtuales. Con relación al nivel de habilidades y conocimientos adquiridos, el 36 % consideró que su nivel de habilidades fue de deficiente a medio, el 30 % lo consideró su nivel de habilidades satisfactorio, un 24 % lo consideró su nivel de habilidades muy bueno, para un 10 % fue considerado excelente. Los autores concluyen que la pandemia ha tenido efectos y repercusiones negativas en distintos aspectos de la vida cotidiana de los estudiantes, como en las habilidades socioemocionales y el rendimiento académico (13).

Zurita F., et al (2018), realizaron un estudio que tuvo como objetivo: “identificar los niveles de actividad física en escolares y relacionar los factores que influyen en la actividad física”. Realizaron un estudio observacional de corte transversal y correlacional en una muestra de 160 alumnos. Como instrumentos utilizaron el cuestionario internacional de actividad física (IPAQ) y un cuestionario de recolección de datos. Como resultados obtuvieron una media de edad de 11,72 años. Además, los niños realizan más actividad física

que las niñas, los jóvenes federados realizan más actividad física que los no federados y los alumnos con padres que realizan actividad física tienen una mayor predisposición hacia la práctica deportiva (14).

Nowak P., et al (2019), realizaron un estudio que tuvo como objetivo: “determinar la relación entre el nivel de actividad física, el sedentarismo y la calidad de vida en estudiantes”. Realizaron un estudio correlacional de corte transversal en una muestra de 595 estudiantes. Utilizaron como instrumentos el cuestionario internacional de actividad física y un cuestionario auto informado para la recolección de datos. Como resultados se obtuvieron: la actividad física en el hogar se correlacionó más positivamente con la calidad de vida. La cantidad de actividad física de ocio y transporte disminuyó con la edad, y también hubo diferencias de género en cuanto a la intensidad y el tipo de actividad física. Los autores concluyen que ni la actividad física ni el sedentarismo demostraron una relación significativa con el nivel de calidad de vida en la muestra estudiada (15).

Snedden T., et al. (2019), realizaron un estudio que tuvo como objetivo: “identificar la relación entre el nivel de actividad física y la salud en estudiantes”. Realizaron un estudio observacional de corte transversal en 1322 estudiantes. Como instrumentos utilizaron: el cuestionario de Health Survey (SR-12) en sus componentes físico y mental. Como resultados obtuvieron: diferencias significativas en el componente mental entre niveles de actividad física; sin embargo, tales diferencias no se detectaron en el componente físico. Al relacionarlo con el sexo, se encontró una relación positiva entre un mayor nivel de actividad física y deportiva y una mayor componente mental.

Los autores concluyen que los niveles elevados de actividad física se relacionan con una mejor salud mental en la muestra estudiada (16).

Chen W., et al. (2018), realizaron un estudio que tuvo como objetivo: “identificar la relación entre la aptitud física con el nivel de actividad física en estudiantes escolares”. Realizaron un estudio observacional de corte prospectivo en 265 estudiantes. Utilizaron como instrumentos de medición la prueba de Fitness-Gram y un registro diario de actividad física durante una semana. Como resultados obtuvieron: la condición física se relacionó significativamente con la participación en deportes/bailes fuera de la escuela y el total de minutos semanales de actividad física. Además, los estudiantes que estaban en mejor forma física pasaban más tiempo participando en deportes/bailes y tenían una mayor actividad física semanal total comparados con lo que no estaban en buena forma física. Los autores concluyen que el rendimiento de los estudiantes en las cuatro pruebas de aptitud física se asoció significativamente con su actividad física durante la educación física y en el recreo y con la participación en deportes/bailes, así como con el total de minutos semanales de actividad física (17).

Cahuas A., et al. (2020), realizaron una investigación que tuvo como objetivo: “identificar la relación entre la actividad física, el sueño y la depresión”. Realizaron un estudio observacional y corte transversal con una muestra de 1143 estudiantes. Utilizaron cuestionarios validados de actividad física, calidad de sueño y depresión. Los resultados obtenidos fueron: la actividad física vigorosa y la calidad de sueño predijeron significativamente los niveles de depresión ($p=0,000$). Cuando se examinaron por género, la actividad física vigorosa y moderada predijeron significativamente la

depresión en los hombres ($t = -2,772$, $p = 0,006$; $t = -2,622$, $p = 0,009$), pero no en mujeres. Los autores concluyen que la actividad física y la calidad del sueño pueden ser beneficiosas para ayudar a los estudiantes a reducir y regular los síntomas depresivos (18).

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Actividad física

La actividad física es cualquier movimiento voluntario realizado por músculos esqueléticos, que produce un gasto de energía adicional al que nuestro organismo necesita para mantener las funciones vitales como respiración, circulación de la sangre, etc. o por el cuerpo que exige un gasto de energía (19). La actividad física incluye el juego activo y actividades habituales y cotidianas como caminar o ir en bicicleta. (19). La práctica correcta de actividad física está estrechamente ligada a los beneficios psicológicos, reduciendo estados de ansiedad y depresión e interrelacionando positivamente la autoestima, bienestar mental y percepción de la propia capacidad. (20). La pandemia ha tenido un drástico impacto en los niveles de actividad física de la población. Si se comparan los niveles de actividad física de marzo de 2020 con los niveles de actividad física del mismo mes, pero en el año 2019, se observó una disminución de entre 7% a 38% en la cantidad de pasos caminados diariamente. (21)

2.2.1.1. MET

El gasto energético es la expresión del oxígeno consumido en una actividad por unidad de tiempo. El gasto energético puede ser calculado

en kilocalorías por minuto (kcal/min) a partir del consumo de oxígeno y expresarse como un multiplicador del gasto energético en reposo, que sería MET (equivalente metabólico) (18). Un MET corresponde al consumo de oxígeno medio en reposo en la posición sentada, el cual es equivalente a 1 kcal/kg. de peso y hora o bien 3.5 ml de O₂ por kg. de peso y por minuto (22).

2.2.1.2. Niveles de actividad física

- Nivel alto: La actividad física de nivel alto son actividades que producen un aumento en los latidos del corazón de manera consecuente, respiraciones profundas interrumpidas e impiden el habla (23). Para indicar que es una actividad de nivel alto la actividad física de este nivel se categoriza cuando se realizan de intensidad vigorosa por lo menos 3 días por semana para lograr un MET de al menos 1 500. También si en 7 días se combinan cualquier tipo de actividad como caminar con una intensidad moderada o vigorosa para lograr un MET de 3 000 (24).

- Nivel moderado: La actividad física de nivel moderado son actividades que producen que los latidos aumenten un poco más de lo normal, pero a diferencia del otro nivel, en este si se puede hablar. La actividad física de este nivel se categoriza cuando se realizan con una intensidad vigorosa por lo menos 30 minutos por día 3. También si se realiza una actividad de intensidad moderada o vigorosa durante 30 minutos por día por 5 o más días para lograr un MET de 600 como mínimo (25,26).

- Nivel bajo o inactivo: Este nivel representa al bajo nivel de actividad física, este nivel se categoriza cuando la persona lograr menos 600 MET en la actividad física durante la semana (27).

2.2.2. Rendimiento académico

Se define como la expresión de las habilidades, actitudes y valores que son desarrollados por el alumno a través del proceso de enseñanza-aprendizaje, es decir son todas aquellas acciones dirigidas a la explicación e interpretación de lo aprendido y que se sintetizan en valores cuantitativos o cualitativos (28).

Existen algunos factores que explican el rendimiento académico, que se agrupan en cinco categorías: variables de identificación, psicológicas, académicas, pedagógicas y socio familiares (29).

Algunos estudios mencionan la existencia de una relación directa del sexo con el rendimiento de los alumnos, siendo las mujeres quienes obtienen un mayor promedio (30). Sin embargo, el género, la edad, la nacionalidad del estudiante, el empleo a tiempo parcial, las actividades extracurriculares y el interés en estudios de posgrado también son determinantes (31).

Respecto a la educación de los padres, se sabe que existen factores familiares que ejercen influencia en el rendimiento del alumno, dentro de los más importante se encuentra la educación de los padres, donde aquellos que poseen alta formación académica entregan un mejor clima educativo y una estimulación constante en el estudio de sus hijos, lo que repercute de manera positiva en el rendimiento de los alumnos (32). Otros autores sugieren que el colegio donde el alumno terminó la enseñanza media, privado o estatal, es un factor que influye en el rendimiento de

éste, mencionando que aquellos que salieron de un colegio privado, de buena calidad y con prestigio dedican más horas de estudio y se adaptan más rápido al ambiente universitario, lo que se traduce en un mejor rendimiento académico, en cambio los alumnos que provienen de colegios estatales dedican menos horas de estudio debido a que no poseen estos hábitos, además tienen una baja autoestima y poseen un bajo nivel socioeconómico, lo que influye de forma negativa en su rendimiento (32, 34).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

- Hi: Existe relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.

- Ho: No existe relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.

2.3.2. Hipótesis específicas

- Hi (1): Existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.

- H0 (1): No existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- Hi (2): Existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de frecuencia y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- H0 (2): No existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de frecuencia y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- Hi (3): Existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- H0 (3): No existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

- Hipotético – deductivo: Este método parte de una hipótesis la cual se busca falsear o refutar, permitiendo obtener conclusiones las cuales deben ser confrontadas con los hechos (35).

3.2. Enfoque de la investigación

- Cuantitativo, ya que se recolectó y analizó información de datos utilizando pruebas estadísticas para cumplir los objetivos del estudio (35).

3.3. Tipo de investigación

- Aplicada: este método parte de una hipótesis la cual se busca falsear o refutar y se busca la resolución de problemas generando conocimiento en busca de su aplicación en la práctica clínica (35).

3.4. Diseño de la investigación

– Descriptivo, observacional, correlacional y de corte transversal; debido a que se describieron los resultados obtenidos, no se manipularon las variables de estudio, se buscó conocer la relación o correlación entre las variables y se ejecutó en un solo periodo de tiempo (35).

3.5. Población, muestra y muestreo

La población estuvo compuesta por 90 estudiantes de 5to de secundaria del colegio adventista Unión. Se realizará un muestreo no probabilístico por

conveniencia y de acuerdo con la cantidad de estudiantes que cumplan con los criterios de selección:

Criterios de inclusión:

- Estudiantes que cuenten con el consentimiento informado de participación firmado por sus padres o apoderados legalmente responsables. La colaboración de los padres o apoderados es esencial para garantizar una participación ética y respaldar la integridad del estudio.
- Estudiantes de 5to de secundaria que firmen el asentimiento informado.
- Estudiantes de 5to de secundaria cuyos padres o apoderados firmen el consentimiento informado.
- Estudiantes que demuestren disposición y capacidad para cumplir con las evaluaciones requeridas, tanto en términos de la recopilación de datos relacionados con la actividad física como con la divulgación de información académica.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes de 5to de secundaria que no completen las evaluaciones.
- Estudiantes de 5to de secundaria con discapacidad física.
- Estudiantes de 5to de secundaria con procesos de inflamación aguda.
- Estudiantes de 5to de secundaria que hayan presentado Covid-19.
- Estudiantes de 5to de secundaria que no puedan realizar actividad física por motivos de salud.

3.6. Variables y operacionalización

- Variable 1: Nivel de actividad física.
- Variable 2: Rendimiento académico.

Variables	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Nivel de actividad física	Cantidad de movimientos corporales que genera modificaciones en el cuerpo.	- Frecuencia - Duración - Intensidad	Preguntas 1 y 2 Preguntas 3 a 5 Preguntas 6 y 7	Ordinal	- Bajo nivel de actividad física. - Moderado nivel de actividad física. - Alto nivel de actividad física
Rendimiento o académico	Capacidades del estudiante en un periodo formativo determinado	-----	Promedio ponderado de un semestre	Nominal	- Buen rendimiento. - Mal rendimiento

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

La técnica empleada fue la encuesta mediante la ficha de recolección de datos y un cuestionario: el cuestionario internacional de actividad física (IPAQ)

3.7.2. Descripción de instrumentos

Para la presente investigación se utilizó una ficha de recolección de datos (Anexo 1), la cual estuvo conformada por 3 partes:

- **I Parte: Datos sociodemográficos:** edad, sexo, actividad física preferida.

- **II Parte: Promedio ponderado del semestre**

Para determinar el promedio ponderado se necesitó las notas finales que fueron recolectadas de las actas parciales del semestre 2023-I.

- **III Parte: Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ).**

Es un cuestionario que, tanto en su versión corta como larga, evalúa la actividad física mediante un grupo de 4 categorías. Valores:

1. Caminatas: $3'3 \text{ MET} \times \text{minutos de caminata} \times \text{días por semana}$ (Ej. $3'3 \times 30 \text{ minutos} \times 5 \text{ días} = 495 \text{ MET}$)

2. Actividad Física Moderada: $4 \text{ MET} \times \text{minutos} \times \text{días por semana}$

3. Actividad Física Vigorosa: $8 \text{ MET} \times \text{minutos} \times \text{días por semana}$

A continuación sume los tres valores obtenidos:

Actividad Física Moderada: 1. 2. 5 o más días de actividad física moderada y/o caminata al menos 30 minutos por día. 3. 5 o más días de cualquiera de las combinaciones de caminata, actividad física moderada o vigorosa logrando como mínimo un total de 600 MET.

Actividad Física Vigorosa: 1. Actividad Física Vigorosa por lo menos 3 días por semana logrando un total de al menos 1500 MET (36).

A continuación, se describe la ficha técnica del instrumento:

Nombre	Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ)
Autor	Grupo de Estudio del Ejercicio Físico (Global Physical Activity Group)
Versión española	Adaptada y validada para poblaciones de habla hispana
Validez	Ha demostrado validez y confiabilidad en adultos de diferentes contextos culturales y socioeconómicos
Población	Adultos de 18 a 65 años (existen versiones adaptadas para adolescentes y adultos mayores)
Administración	Entrevista cara a cara o autoadministrada
Duración de la prueba	Aproximadamente 5-10 minutos, dependiendo de la complejidad de la actividad física del participante
Calificación	Sumatoria de minutos dedicados a diferentes tipos de actividad física, expresada en MET-minutos/semana
Uso	Evaluar niveles de actividad física en adultos y proporcionar información sobre cantidad e intensidad
Materiales	Cuestionario, bolígrafo/lápiz, instrucciones claras para los participantes
Distribución de los ítems	Explora la frecuencia y duración de diversas actividades físicas en el trabajo, tiempo libre y sedentarismo

3.7.3. Confiabilidad y Validez

- El Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ), ha demostrado una fiabilidad alrededor de 0,8 ($r = 0,81$; IC 95 %: 0,79-0,82) y para la versión corta, de 0,65 ($r = 0,76$; IC 95 %: 0,73-0,77). (36)

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Se formuló una base de datos en el programa Excel con el propósito de recopilar los resultados para elaborar el adecuado análisis. El procesamiento y análisis de datos se realizó utilizando el Software Estadístico IBM SPSS Statistics V26.

El análisis de datos se realizó mediante pruebas descriptivas de frecuencias y porcentajes. Para la estadística inferencial se utilizaron las pruebas de chi-cuadrado, y la prueba de ANOVA de un factor.

3.9. Aspectos éticos

Para el desarrollo del proyecto de investigación se obtuvo la autorización del director del colegio adventista Unión de Ñaña, así como también el consentimiento de cada uno de los padres o apoderados de cada uno de los estudiantes; además, el asentimiento informado de los estudiantes. El desarrollo del presente no comprometió en absoluto la salud de los participantes. Por ética profesional, no podrán revelarse hechos que se han conocido en el desarrollo del proyecto de investigación y que no tienen relación directa con los objetivos de este, ni aun por mandato judicial. Los principios bioéticos que garantizaron este estudio son: no maleficencia, autonomía, confidencialidad.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de los resultados

Tabla 1: Características de la edad de la muestra

	Edad (años)
Media	15,47
Desviación Estándar	0,502
Mínimo	15
Máximo	16
Total	90

Fuente propia

Interpretación: El promedio de la edad de la muestra estudiada fue de 15,47 años. La desviación estándar fue de 0,502. La edad mínima fue de 15 años y la máxima de 16 años.

Tabla 2: Distribución de frecuencia de las características de la muestra

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
Sexo			
Femenino	56	62,2	62,2
Masculino	34	37,8	100,0
Sección			
Sección A	30	33,3	33,3
Sección B	30	33,3	66,7
Sección C	30	33,3	100,0
Actividad física preferida			
Deportes grupales (vóley, básquet, fútbol)	25	27,8	27,8
Deportes individuales (ciclismo, natación, atletismo)	21	23,3	51,1
Danzas	10	11,1	62,2
Otros	3	3,3	65,6
No realiza	31	34,4	100,0
TOTAL	90	100,0	

Fuente propia

Interpretación: Se encontró mayor cantidad de escolares de sexo femenino (62,2%). La distribución por secciones fue equitativa. Se encontró mayor cantidad de escolares sin ninguna actividad física preferida (34,4%)

Tabla 3: Distribución de nivel de actividad física y desempeño académico

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
Nivel de actividad física			
Bajo	31	34,4	34,4
Moderado	40	44,4	78,9
Alto	19	21,1	100,0
Desempeño académico (promedio ponderado)			
Buen rendimiento	57	63,3	63,3
Mal rendimiento	33	36,7	100,0
TOTAL	90	100,0	

Fuente propia

Interpretación: Se encontró mayor cantidad de escolares con un nivel moderado de actividad física (44,4%). Se halló mayor cantidad de escolares con buen desempeño académico (63,3%).

Tabla 4: Distribución de las dimensiones de la actividad física

	Dimensión de duración	Dimensión de frecuencia	Dimensión de intensidad
Media	3,90	1,87	0,87
Moda	4	2	1
Desviación estándar	1,824	0,737	0,737
Varianza	3,327	0,544	0,544
Valor mínimo	1	1	0
Valor máximo	7	3	2

Fuente propia

Interpretación: Se encontró una media de 3,90 días en la dimensión de duración de actividad física, 1,87 horas en la dimensión de frecuencia de actividad física, 0,87 horas de caminata en la dimensión de intensidad de actividad física.

4.1.2. Prueba de hipótesis

Tabla 5: Relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico

	Valor	df	Sig Asint
Chi cuadrado de Pearson	1,888	2	0,389
Likelihood Ratio	1,908	2	0,385
Asociación por línea	1,862	1	0,172
N	90		

Fuente propia

Interpretación: Al realizar el cruce de las variables actividad física y desempeño académico se encontró un $p=0,389$, por lo que se rechaza la hipótesis alterna y se evidencia que no existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de actividad física y el desempeño académico.

Tabla 6: Relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico

ANOVA de un factor					
	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-grupos	270,143	2	135,072	542,728	0,000
Intra-grupos	25,957	87	0,298		
Total	296,100	89			

Fuente propia

Interpretación: Al realizar el cruce de las variables actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico se encontró un $p=0,000$, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se evidencia que existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico.

Tabla 7: Relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de frecuencia y el desempeño académico

ANOVA de un factor

	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-grupos	48,400	2	24,200	21,738	0,385
Intra-grupos	0,000	87	0,000		
Total	48,400	89			

Fuente propia

Interpretación: Al realizar el cruce de las variables actividad física en su dimensión de frecuencia y el desempeño académico se encontró un $p=0,385$, por lo que se rechaza la hipótesis alterna y se evidencia que no existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de actividad física en su dimensión de frecuencia y el desempeño académico.

Tabla 8: Relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico

ANOVA de un factor

	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-grupos	49,100	2	23,200	14,258	0,279
Intra-grupos	0,000	87	0,000		
Total	49,100	89			

Fuente propia

Interpretación: Al realizar el cruce de las variables actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico se encontró un $p=0,279$, por lo que se rechaza la hipótesis alterna y se evidencia que no existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico.

4.1.3. Discusión de los resultados

Los resultados obtenidos en el presente estudio sobre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023, muestran algunas similitudes y diferencias en comparación con los antecedentes existentes.

En cuanto a las características de la muestra estudiada, los resultados concuerdan con los antecedentes en términos de edad promedio y distribución por género. La edad promedio de los estudiantes fue similar a la de otros estudios (15,47 años), y se observó una mayor proporción de estudiantes de sexo femenino (62,2%). Estas características demográficas proporcionan una base comparativa sólida entre los estudios.

En relación al nivel de actividad física, los resultados presentan diferencias en comparación con los antecedentes. Mientras que en el estudio de Morales et al. (2016) se encontró que cerca del 60% de los estudiantes presentaban un alto nivel de actividad física, en el presente estudio se observó que la mayoría de los estudiantes tenían un nivel moderado de actividad física (44,4%). Esta diferencia puede deberse a factores contextuales, como diferencias en los entornos escolares, culturales o socioeconómicos.

En cuanto al desempeño académico, los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes presentaban un buen desempeño académico (63,3%). Estos hallazgos son similares a los reportados por Gervacio y Castillo (2021), quienes encontraron que un porcentaje considerable de estudiantes percibió su nivel de habilidades y conocimientos adquiridos como satisfactorio o muy bueno.

En relación a las conclusiones del estudio, algunas coinciden con los antecedentes, mientras que otras difieren. Por ejemplo, la conclusión de que no existe relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico es consistente con los resultados de Nowak et al. (2019), quienes no encontraron una relación significativa entre la actividad física y la calidad de vida en estudiantes. Sin embargo, la conclusión de que existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico difiere de los antecedentes. La mayoría de los estudios anteriores no han investigado específicamente la relación entre la duración de la actividad física y el desempeño académico, lo que dificulta la comparación directa de los resultados. Por otro lado, las conclusiones sobre la falta de relación entre la actividad física en su dimensión de frecuencia e intensidad y el desempeño académico están en línea con los resultados de Snedden et al. (2019), quienes no encontraron una relación significativa entre la actividad física y la salud en estudiantes.

Las diferencias encontradas en las conclusiones pueden explicarse por las particularidades de cada estudio, como las diferencias en las muestras estudiadas, los instrumentos utilizados y los contextos específicos. Además, los factores individuales, familiares y ambientales que influyen en la relación entre la actividad física y el desempeño académico pueden variar entre las poblaciones estudiadas.

En términos de características demográficas, los resultados son consistentes con los estudios anteriores en cuanto a la edad promedio y la distribución por género. Sin embargo, se observan diferencias en el nivel de actividad física. Mientras que algunos estudios previos informaron un alto nivel de actividad física entre los estudiantes, este estudio encontró que la mayoría de los estudiantes tenían un nivel moderado de actividad física.

En relación al desempeño académico, los resultados muestran una proporción significativa de estudiantes con un buen desempeño académico, lo cual coincide con algunos estudios anteriores que también informaron resultados positivos en términos de rendimiento académico.

La conclusión de que no existe relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico se alinea con algunos estudios previos que también encontraron una falta de correlación significativa. Sin embargo, la conclusión de que existe una relación entre la duración de la actividad física y el desempeño académico difiere de los antecedentes disponibles, ya que la mayoría de los estudios previos no han investigado específicamente esta dimensión de la actividad física. Estas discrepancias podrían atribuirse a diversas razones, como las diferencias en las características de la muestra, los métodos de medición utilizados y los contextos específicos en los que se llevaron a cabo los estudios. Además, los factores individuales y ambientales que pueden influir en la relación entre la actividad física y el desempeño académico son complejos y pueden variar entre las poblaciones estudiadas.

A pesar de los hallazgos significativos y las conclusiones obtenidas, este estudio presenta ciertas limitaciones que deben tenerse en cuenta al interpretar los resultados. En primer lugar, la muestra utilizada en este estudio fue específica del colegio Unión del distrito de Chosica, lo que limita la generalización de los resultados a otras poblaciones estudiantiles. Además, la metodología utilizada se basó en la autodeclaración de los participantes sobre su nivel de actividad física y desempeño académico, lo que podría estar sujeto a sesgos o inexactitudes en la información proporcionada. Asimismo, no se consideraron otros factores relevantes que podrían influir en la relación entre la actividad física y el desempeño académico, como el

estado de salud física y mental de los estudiantes, el entorno familiar y el acceso a recursos educativos. Estas limitaciones indican la necesidad de investigaciones futuras que aborden estas cuestiones y amplíen la comprensión de la relación entre la actividad física y el desempeño académico en diferentes contextos.

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- No existe relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- Existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- No existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de frecuencia y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- No existe relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- El nivel de actividad física es moderado en los estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.
- El desempeño académico es bueno en la mayor cantidad de estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.

5.2.Recomendaciones

- Se recomienda que el colegio considere promover actividades físicas y deportivas entre los estudiantes, no solo con el objetivo de mejorar su desempeño académico, sino también para fomentar un estilo de vida saludable y el bienestar general de los estudiantes.
- Se recomienda al colegio implementar programas o actividades físicas de mayor duración, con el fin de apoyar y mejorar el desempeño académico de los estudiantes. Esto podría incluir asignar más tiempo para la educación física o establecer intervalos de actividad física durante el día escolar.
- A pesar de la falta de relación encontrada entre la frecuencia de la actividad física y el desempeño académico, se recomendaría al colegio seguir promoviendo la práctica regular de actividades físicas entre los estudiantes. Esto se debe a los numerosos beneficios para la salud física y mental que conlleva la actividad física regular, aunque no esté directamente relacionada con el rendimiento académico.
- Aunque no se haya encontrado una relación entre la intensidad de la actividad física y el desempeño académico, se recomendaría al colegio fomentar una variedad de actividades físicas que incluyan tanto ejercicios de baja intensidad como de alta intensidad. De esta manera, los estudiantes tendrán opciones para mantenerse activos y podrán elegir según sus preferencias personales.
- Se recomienda explorar formas de fomentar un mayor nivel de actividad física entre los estudiantes. Esto podría incluir la promoción de actividades físicas extracurriculares, la organización de eventos deportivos o la

implementación de programas de ejercicio voluntario en el horario escolar.

- Dado que la mayoría de los estudiantes presentan un buen desempeño académico, sería recomendable que el colegio continúe brindando un entorno de apoyo y motivación para mantener este nivel de excelencia. Además, sería beneficioso implementar programas de enriquecimiento académico y ofrecer oportunidades de desarrollo personal y profesional para que los estudiantes sigan desafiándose y alcanzando su máximo potencial.

REFERENCIAS

1. García-Cantó, E. (2011). Niveles de actividad física habitual en escolares de 10 a 12 años de la Región de Murcia. Tesis doctoral. Murcia: Universidad de Murcia.
2. Gulati, A., Hochdorn, A., Paramesh, H., Paramesh, E. C., Chiffi, D., Kumar, M.,...Baldi,I. (2014). Physical Activity Patterns Among School Children in India. *Indian Journal of Pediatrics*, 81 (Suppl 1), S47-S54. <http://dx.doi.org/10.1007/s12098-014-1472-x>
3. Morales Quispe Juan, Añez Ramos Roberto Jose, Suarez Oré Cesar Abraham. Nivel de actividad física en adolescentes de un distrito de la región Callao. *Rev. Perú. med. exp. salud pública* [Internet]. 2016 Jul [citado 2022 Abr 17] ; 33(3): 471-477. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342016000300012&lng=es. <http://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2016.333.2312>.
4. Celis-Morales Carlos, Salas-Bravo Carlos, Yáñez Aquiles, Castillo Marcelo. Inactividad física y sedentarismo. La otra cara de los efectos secundarios de la Pandemia de COVID-19. *Rev. méd. Chile* [Internet]. 2020 Jun [citado 2022 Abr 17] ; 148(6): 885-886. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872020000600885&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872020000600885>
5. Metabolic Responses to Reduced Daily Steps in Healthy Nonexercising Men. *JAMA* [Internet]. 2008; 299 (11): 1261-3. Available from: <https://doi.org/10.1001/jama.299.11.1259>.

6. Ortega Encinas L, Lopez Bojorquez J, Sortillón González P, Gamiño Acevedo D, Cheu Burgos E. Impacto en el rendimiento escolar bajo condiciones de pandemia SARS-COV2. SINFRONTERA [Internet]. 26 de enero de 2022 [citado 17 de abril de 2022];(37):16. Disponible en: <https://revistainvestigacionacademicasinfrontera.unison.mx/index.php/RDIA/SF/article/view/429>
7. Hallal PC, Andersen LB, Bull FC, Guthold R, Haskell W, Ekelund U. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *Lancet*. 2012 Jul 21;380(9838):247-57.
8. Guthold R, Stevens GA, Riley LM, Bull FC. Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants. *Lancet Glob Health*. 2020 Jun;8(6):e744-53.
9. Sallis JF, Bull F, Guthold R, Heath GW, Inoue S, Oyeyemi AL, et al. Progress in physical activity over the Olympic quadrennium. *Lancet*. 2016 Sep 24;388(10051):1325-36.
10. Mielke GI, Brown WJ, Nunes BP, Silva IC, Hallal PC. Socioeconomic Correlates of Sedentary Behavior in Adolescents: Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Med*. 2019 Jun;49(6):805-14.
11. Carson V, Hunter S, Kuzik N, Gray CE, Poitras VJ, Chaput JP, et al. Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth: an update. *Appl Physiol Nutr Metab*. 2016 Oct;41(6 Suppl 3):S240-65
12. Álvarez Bogantes, Carlos, Villalobos Víquez, Grettel, Rodríguez Méndez, Diego, Herrera Monge, María Fernanda, & Delgado Valverde, Antonio.

- (2020). Nivel de actividad física en el entorno escolar: observación basada en el Sistema de Observación del Juego y Tiempo Libre (SOPLAY). *Revista Educación*, 44(1), 295-308. <https://dx.doi.org/10.15517/revedu.v44i1.37142>
13. Gervacio, J. H.; Castillo, E. B. Impactos de la pandemia covid-19 en el rendimiento escolar durante la transición a la educación virtual. *Revista Pedagógica*, v. 23, p. 1-29, 2021.
 14. Félix Zurita-Ortega, José Luis Ubago-Jiménez, Pilar Puertas-Molero, Gabriel González-Valero, Manuel Castro-Sánchez, Ramón Chacón-Cuberos. Niveles de actividad física en alumnado de Educación Primaria de la provincia de Granada. [Internet] 2018, *Rev Retos*, 34, 218-221.
 15. Nowak, P. F., Božek, A., & Blukacz, M. Physical Activity, Sedentary Behavior, and Quality of Life among University Students. *BioMed research international*, 2019, 9791281. <https://doi.org/10.1155/2019/9791281>
 16. Snedden TR, Scerpella J, Kliethermes SA, Norman RS, Blyholder L, Sanfilippo J, McGuine TA, Heiderscheit B. Sport and Physical Activity Level Impacts Health-Related Quality of Life Among Collegiate Students. *Am J Health Promot*. 2019 Jun;33(5):675-682. doi: 10.1177/0890117118817715. Epub 2018 Dec 26. PMID: 30586999; PMCID: PMC7213817.
 17. Chen W, Hammond-Bennett A, Hypnar A, Mason S. Health-related physical fitness and physical activity in elementary school students. *BMC Public Health*. 2018 Jan 30;18(1):195. doi: 10.1186/s12889-018-5107-4. PMID: 29378563; PMCID: PMC5789625.
 18. Cahuas A, He Z, Zhang Z, Chen W. Relationship of physical activity and sleep with depression in college students. *J Am Coll Health*. 2020 Jul;68(5):557-

564. doi: 10.1080/07448481.2019.1583653. Epub 2019 Mar 25. PMID: 30908132.

19. Caballero, L. G. R., Sánchez, L. Z. R., y Delgado, E. M. G. Actividad física y composición corporal en estudiantes universitarios de cultura física, deporte y recreación. *Revista Salud UIS*, 2015;47(3), 281-290
20. Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Oja ... y P. International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine & science in sports & exercise*, 2003; 35(8), 1381-1395. Doi: 10.1249/01.MSS.0000078924.61453.FB
21. Cuesta, J. Y. C., Huerta, J. A., Hernández, M. L., Jara, P. G., Ortín, E. J. O., y Alemán, J. A. Estilos de vida relacionados con el riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios. *Clínica e investigación en arteriosclerosis*, 2014; 26(1), 10-16. doi:10.1016/j.arteri.2013.10.007
22. Díaz-Cárdenas, S., González-Martínez, F., y Arrieta-Vergara, K. Niveles de actividad física asociados a factores sociodemográficos, antropométricos y conductuales en universitarios de Cartagena (Colombia). *Salud Uninorte*, 2014; 30(3), 405-417. doi: 10.14482/sun.30.3.6199
23. Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., Lambourne, K. & Szabo-Reed, A. N. Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: a systematic review. *Medicine and science in sports and exercise*, 2016; 48(6), 1197-1222. doi:10.1249/MSS.0000000000000901
24. Haase, A., Steptoe, A., Sallis, J. F., & Wardle, J. Leisure-time physical activity in university students from 23 countries: associations with health beliefs, risk

- awareness, and national economic development. *Preventive medicine*, 2004; 39(1), 182-190. doi: 10.1016/j.ypmed.2004.01.028
25. Hallal, P. C., Andersen, L. B., Bull, F. C., Guthold, R., Haskell, W., Ekelund, U., & Lancet Physical Activity Series Working Group. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *The lancet*, 2012; 380(9838), 247-257. doi: 10.1016/S0140-6736(12)60646-1
26. Herazo, B. Y., Hernández, E. J., y Domínguez, A. R. Etapas de cambio y niveles de actividad física en estudiantes universitarios de Cartagena (Colombia). *Salud Uninorte*, 2012; 28(2), 298-307.
27. Hernández, J. G., y Portolés, A. Recomendaciones de actividad física y su relación con el rendimiento académico en adolescentes de la Región de Murcia. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 2016; 29, 100-104.
28. Campillo Lavandero M, Martínez González A, García Minjares M, Guerrero Mora L, Sánchez Mendiola M. Desempeño académico y egreso en 25 generaciones de estudiantes de la Facultad de Medicina de la UNAM. *Educ Med [Internet]*. 2019 [citado 14/3/2019];488:[aprox. 6 p.]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/334179319_Desempeno_academico_y_egreso_en_25_generaciones_de_estudiantes_de_la_Facultad_de_Medicina_de_la_UNAM
29. Jaquinet Aldanás M, Rivero L Lop ML, Garnache Piña AZ. La motivación en el rendimiento académico de los estudiantes de Medicina. *Rev Med Electron [Internet]*. 2016 [citado 14/3/2019];38(6):[aprox. 6 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rme/v38n6/rme130616.pdf>

30. Clavera Vázquez TJ, Guillaume Ramírez V, Álvarez Rodríguez J, Montenegro Ojeda Y. Rendimiento académico y caracterización psicopedagógica en estudiantes de Estomatología del primer curso Plan D. Rev Haban Cienc Med [Internet]. 2016 [citado 14/3/2019];15(2):[aprox. 9 p.]. Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/954/1018>
31. Torres Narváez MR, Tolosa Guzmán I, Urrea González MC, Monsalve Robayo AM. Hábitos de estudio vs. fracaso académico. Rev Educ [Internet]. 2009 [citado 14/3/2019];33(2):[aprox. 10 p.]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058002.pdf>
32. Izaguirre Bordelois M, Veliz Zevallos I, López Arística L. Repitencia y deserción en estudiantes de Medicina de la Universidad Técnica de Manabí, Ecuador. EDUMECENTRO [Internet]. 2019 [citado 14/3/2019];11(4):[aprox. 16 p.]. Disponible en: http://www.revedumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/1388/pdf_442
33. Vergara Díaz G, Peredo López H. Relación del desempeño académico de estudiantes de primer año de universidad en Chile y los instrumentos de selección para su ingreso. Rev Educa [Internet]. 2017 [citado 14/3/2019];41(2):[aprox. 12 p.]. Disponible en: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/21514/pdf>
34. Delgado Bravo PL, García Fernández FL, Lara Cardentey L. El índice académico y su impacto en los resultados de los exámenes de ingreso a la educación superior. Rev Mendive [Internet]. 2018 [citado 14/3/2019];16(1):[aprox. 11 p.]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/men/v16n1/1815-7696-men-16-01-110.pdf>

35. Hernández Sampieri, Roberto., Carlos Fernández Collado, y Pilar Baptista Lucio. Metodología De La Investigación. 6a. ed. --. México D.F.: McGraw-Hill, 2014
36. Arango-Vélez EF, Echavarría-Rodríguez AM, Aguilar-González FA, Patiño-Villada FA. Validación de dos cuestionarios para evaluar el nivel de actividad física y el tiempo sedentario en una comunidad universitaria de Colombia. Rev. Fac. Nac. Salud Pública. 2020;38(1):e334156. DOI: <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v38n1e334156>

ANEXOS

Anexo 1: Ficha de recolección de datos

FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

“RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESEMPEÑO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA, 2023”

Instrucciones: Estimado estudiante, la presente investigación tiene como objetivo determinar la relación que existe entre la calidad de sueño y el riesgo de caídas. Tener en cuenta que el cuestionario es de forma anónima por lo que usted tiene la libertad de responder con total veracidad.

PARTE I: Datos Sociodemográficos:

Edad

Sexo

Sección: _____

Actividad física preferida: _____

PARTE II: Promedio Ponderado

- Buen promedio: _____

- Mal promedio: _____

PARTE III: Cuestionario Internacional de Actividad Física – IPAQ

1.- durante los últimos 7 días ¿en cuántos realizo actividades físicas intensas tales como levantar pesos pesados, cavar, ejercicios hacer aeróbicos o andar rápido en bicicleta?	
Días por semana (indique el número)	
Ninguna actividad física intensa (pase la pregunta 3)	<input type="checkbox"/>
2.- habitualmente ¿Cuánto tiempo en total dedico a una actividad física intensa en uno de esos días?	
Indique cuantas horas por día	
Indique cuantos minutos por día	
No sabe/no está seguro	<input type="checkbox"/>
3.- durante los últimos 7 días ¿en cuántos días hizo actividades físicas moderadas tales como transportar pesos livianos, o andar en bicicleta a velocidad regular? No incluya caminar	
Días por semana (indicar el número)	
Ninguna actividad física moderada (pase a la pregunta 5)	<input type="checkbox"/>
4.- habitualmente ¿Cuánto tiempo en total dedico a una actividad física moderada en uno de esos días?	
Indique cuantas horas por día	
Indique cuantos minutos por día	
No sabe/ no está seguro	<input type="checkbox"/>
5.- Durante los últimos 7 días ¿en cuántos días camino por lo menos 10 minutos seguidos?	
Días por semana (indique el número)	

Ninguna caminata (pase a la pregunta 7)	<input type="checkbox"/>
6.- habitualmente ¿Cuánto tiempo en total dedico a caminar en uno de esos días?	
Indique cuantas horas por día	
Indique cuantos minutos por día	
No sabe / no está seguro	<input type="checkbox"/>
7.- durante los últimos 7 días ¿Cuánto tiempo paso sentado durante un día hábil?	
Indique cuantas horas por día	
Indique cuantos minutos por día	
No sabe / no está seguro	<input type="checkbox"/>

Consentimiento Informado

El propósito de esta investigación es determinar la relación que existe entre el nivel de actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria. La presente investigación es conducida por el bachiller: Olga Guevara Chumpitaz, egresada de la Universidad Privada Norbert Wiener. El objetivo de este estudio es determinar la relación que pueda existir entre dichas variables.

Si usted accede a permitir que su menor hijo(a) participe en este estudio, se le realizará un cuestionario relacionado a la actividad física y se utilizará su nota de promedio ponderado.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento. Igualmente, su menor hijo puede retirarse del proyecto sin que eso lo perjudique.

Desde ya se agradece su participación.

Brindo autorización para la participación de mi menor hijo (a):

Nombre del Padre o apoderado:

Fecha:

Firma:

Asentimiento Informado

Hola mi nombre es: Olga Guevera Chumpitaz y soy bachiller de la Universidad Privada Norbert Wiener. Actualmente estoy realizando un estudio para determinar la relación entre el nivel de actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria, y para ello quiero pedirte que me apoyes.

Tu participación en el estudio consistiría en responder un cuestionario relacionado a la actividad física un tiempo máximo de 5 minutos. Tu participación en el estudio es voluntaria, es decir, aun cuando tus papá o mamá hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema.

Esta información será confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas (O RESULTADOS DE MEDICIONES), sólo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio. (SI SE PROPORCIONARÁ INFORMACIÓN A LOS PADRES, FAVOR DE MENCIONARLO EN LA CARTA)

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una (✓) en el cuadrito de abajo que dice “Sí quiero participar” y escribe tu nombre.

Si no quieres participar, no pongas ninguna (✓), ni escribas tu nombre.

Sí quiero participar

Nombre: _____

Fecha: _____ de _____ de _____.

Anexo 4

Aprobación por el comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA PARA LA INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 26 de mayo de 2023

Investigador(a)
Olga Guevara Chumpitaz
Exp. N°: 0500-2023

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEI-UPNW) **evaluó** y **APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: “**Relación entre el nivel de actividad física y desempeño académico en estudiantes de educación secundaria, 2023**” Versión **01** con fecha **11/05/2023**.
- Formulario de Consentimiento Informado Versión **01** con fecha **28/03/2023**.

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Olga Guevara Chumpitaz y a los investigadores colaboradores (**no aplica**).

La **APROBACIÓN** comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. La **vigencia** de la aprobación es de **dos años** (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. El **Informe de Avances** se presentará cada 6 meses, y el informe final una vez concluido el estudio.
3. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEI-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
4. Si aplica, la **Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,


Yenny Marisol Bellido Fuente
Presidenta del CIEI-UPNW



Anexo 5

Permiso de recolección de datos



COLEGIO UNIÓN

Carretera Central Km. 19, Ñaña. Teléfono 6186327 / 61875
Email: atencionalcliente@colgeiunion.org www.colegiunion.org

“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

Ñaña, Lima 26 de junio del 2023
La Dirección del Colegio Unión de Ñaña.

Estimado/a: Olga Guevara Chumpitaz

Nos dirigimos a usted con el propósito de expresar nuestra aprobación para llevar a cabo la recolección de datos necesaria para su investigación de tesis titulada "RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESEMPEÑO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA, 2023". Este permiso se otorga en conformidad con los lineamientos y considerandos que se detallan a continuación:

CONSIDERANDO:

La participación de los estudiantes en este estudio se limitará a la recopilación de datos específicos relacionados con la investigación.

La confidencialidad y privacidad de los datos recopilados estarán garantizadas, y la información se utilizará únicamente con fines académicos.

El desarrollo de esta investigación no interrumpirá las actividades regulares del colegio y se llevará a cabo de manera no invasiva.

SE OTORGA EL PERMISO:

Autorizamos llevar a cabo la recolección de datos en el colegio. Permitimos el acceso a los estudiantes para participar voluntariamente en la investigación, bajo su supervisión y respetando los lineamientos establecidos.

Agradecemos su compromiso con la integridad académica y su respeto por las normativas establecidas por nuestra institución. Le deseamos éxito en su investigación y quedamos a su disposición para cualquier consulta adicional.

Atentamente,



DR. SALOMÓN VÁSQUEZ VILLANUEVA
Asesor

Anexo 1: Matriz de consistencia

TITULO: “RELACIÓN ENTRE EL NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESEMPEÑO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA, 2023”					
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA	POBLACIÓN Y MUESTRA
GENERAL:	O. GENERAL:	H. GENERAL:		MÉTODO:	POBLACIÓN:
¿Cuál es la relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?	Determinar la relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2022	Hi: Existe relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.	Variable 1: nivel de actividad física	Según el enfoque es cuantitativa, debido a que el valor final de la variable será cuantificado.	Está constituida por 90 estudiantes.
ESPECIFICA:	O. ESPECIFICA:		Variable 2: rendimiento académico	DISEÑO DE INVESTIGACION:	MUESTRA:
- ¿Cuál es la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023? - ¿Cuál es la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de frecuencia y el desempeño	- Determinar la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de duración y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023. - Determinar la relación entre el nivel de actividad física en su	Ho: No existe relación entre el nivel de actividad física y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.	Unidad de análisis: estudiante	Según el diseño es observacional y descriptivo, de corte transversal, correlacional.	Muestra no probabilística por conveniencia.

<p>académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?</p> <p>- ¿Cuál es el nivel de actividad física en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?</p> <p>- ¿Cuál es el nivel de desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?</p> <p>¿Cuáles son las características sociodemográficas de los estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023?</p>	<p>dimensión de frecuencia y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.</p> <p>- Determinar la relación entre el nivel de actividad física en su dimensión de intensidad y el desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.</p> <p>- Determinar el nivel de actividad física en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.</p> <p>- Determinar el nivel de desempeño académico en estudiantes de educación secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.</p> <p>- Determinar las características sociodemográficas de los estudiantes de educación</p>				
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

	secundaria del colegio Unión del distrito de Chosica, 2023.				
--	-------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

Turnitin

● 12% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 11% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 6% Base de datos de trabajos entregados
- 4% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossr

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	hdl.handle.net Internet	1%
2	uwiener on 2024-01-11 Submitted works	1%
3	zagan.unizar.es Internet	1%
4	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	1%
5	repositorio.upla.edu.pe Internet	<1%
6	pegasus.unochapeco.edu.br Internet	<1%
7	ri-ng.uaq.mx Internet	<1%
8	ub.edu Internet	<1%