



**FACULTAD DE CIENCIAS EMPRESARIALES Y EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE**

**TÍTULO**

**La Actividad Física como medio de Formación Integral Escolar en los  
estudiantes del 6to grado de Educación Primaria de la I.E. N°1098 Cap.**

**Fap. José Abelardo Quiñones, Jesús María 2018**

**PRESENTADO POR:**

**Bach. Jean Carlos Patricio Laynez Franco**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**Licenciado en Ciencias del Deporte**

**LIMA – PERÚ**

**2018**



**FACULTAD DE CIENCIAS EMPRESARIALES Y EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE**

**TITULO**

**La Actividad Física como medio de Formación Integral Escolar en los  
estudiantes del 6to grado de Educación Primaria de la I.E. N°1098 Cap.  
Fap. José Abelardo Quiñones, Jesús María 2018**

**LINEA DE INVESTIGACION**

**ASESOR.**

**Dr. Ronald Jesús Alarcón Anco**

**LIMA – PERÚ**

**2018**

## **DEDICATORIA**

Quiero dedicar este trabajo al padre creador de todas las cosas Dios, a mis padres Guillermo y Olga pues ellos fueron el principal cimiento para la construcción de mi vida profesional, gracias por la educación y valores que me han inculcado desde pequeño.

Gracias Dios por concederme a los mejores padres.

A mis hermanos Rosario y Christopher y a los sobrinos Mathias Eliana, Maryorith, Thiago gracias por representar en mí una hermosa familia unida.

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar quiero agradecerles a Dios y a mis padres por el esfuerzo que han hecho en el proceso de poder culminar mi carrera profesional, con mucho respeto y agradecimiento.

A la Dra. Cecilia Alicia Abensur Pinasco Directora de mi Escuela Profesional de Ciencias del Deporte gracias por su atención, colaboración y paciencia a todos los profesores de mi “Alma Mater“Universidad Alas Peruanas.

A mi asesor de tesis el Dr. Ronald Jesús Alarcón Anco, gracias por la orientación y ayuda que me brindo para la realización. Quiero dar gracias a mis compañeros de pregrado por compartir juntos estos hermosos 5 años a su lado.

## **RECONOCIMIENTO**

A la Escuela Profesional de Ciencias del Deporte de la Universidad Alas Peruanas, quien me brindó la oportunidad de lograr mis objetivos y consolidarme como profesional.

## INDICE

### Tabla de contenido

CARATULA .....	i
HOJA DE INFORMACION .....	ii
DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
RECONOCIMIENTO .....	v
INDICE .....	vi
INDICE DE TABLAS.....	x
INDICE DE FIGURAS.....	xii
RESUMEN.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
INTRODUCCIÓN .....	xv
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	16
1.1. Descripción de la Realidad Problemática.....	16
1.2. Delimitación de la investigación .....	18
1.2.1. Delimitación espacial .....	18
1.2.2. Delimitación social .....	18
1.2.3. Delimitación temporal .....	18
1.2.4. Delimitación conceptual .....	19
1.3. Problema de la investigación.....	19
1.3.1. Problema general .....	19
1.3.2. Problemas específicos.....	19
1.4. Objetivos de la Investigación: .....	20
1.4.1. Objetivo General.....	20
1.4.2. Objetivos Específicos .....	20

1.5.	Justificación e importancia y limitaciones de la Investigación: .....	20
1.5.1.	Justificación .....	20
1.5.2.	Importancia .....	21
1.6.	Factibilidad de la investigación .....	21
1.7.	Limitaciones del estudio .....	22
	<b>CAPÍTULO II: EL MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL .....</b>	<b>23</b>
2.1.	Antecedentes del Problema .....	23
2.1.1.	Antecedentes Internacionales .....	23
2.1.2.	Antecedentes Nacionales .....	31
2.2.	Bases Teóricas o científicas .....	35
2.2.1.	Actividad física.....	35
2.2.2.	Formación integral.....	43
2.3.	Definición de términos Básicos:.....	47
	<b>CAPITULO III: HIPOTESIS Y VARIABLES .....</b>	<b>51</b>
3.1.	Hipótesis general .....	51
3.2.	Hipótesis Específicos.....	51
3.3.	Definición conceptual y operacional de la variables .....	52
3.3.1.	Variable Independiente .....	52
3.3.2.	Variable dependiente.....	52
3.4.	Operacionalización de variables.....	53
	<b>CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>55</b>
4.1.	Tipo y nivel de Investigación .....	55
4.1.1.	Tipo de Investigación .....	55
4.1.2.	Nivel de Investigación .....	55
4.2.	Diseño y Método de la Investigación .....	56
4.2.1.	Método de Investigación .....	56
4.2.2.	Diseño de Investigación: .....	56

4.3.	Población y muestra de la investigación.....	57
4.3.1.	Población .....	57
4.3.2.	Muestra .....	57
4.4.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	58
4.4.1.	Técnicas .....	58
4.4.2.	Instrumentos .....	58
4.4.3.	Criterios de inclusión y de exclusión de la muestra .....	59
4.4.4.	Validez y confiabilidad .....	59
4.4.5.	Plan de análisis de datos .....	61
4.4.6.	Ética de la Investigación.....	62
	<b>CAPITULO V: PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS .....</b>	<b>63</b>
5.1.	Validez y confiabilidad de instrumentos.....	63
5.1.1.	Validez del cuestionario.....	63
5.2.	Análisis de tablas y gráficos. Interpretaciones .....	67
5.2.1.	De la Actividad Física: .....	67
5.2.2.	De la formación integral escolar:.....	84
5.3.	Correlación entre la actividad física y la formación integral formativa .....	96
5.3.1.	Coeficiente de correlación de rho de Spearman .....	96
5.4.	Prueba de hipótesis. ....	97
5.4.1.	Contrastación de la hipótesis general .....	97
5.4.2.	Contrastación de las hipótesis secundarias .....	98
	<b>CAPITULO VI.....</b>	<b>102</b>
	<b>DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....</b>	<b>102</b>
	<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>105</b>
	<b>RECOMENDACIONES .....</b>	<b>106</b>
	<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....</b>	<b>107</b>

ANEXOS.....	111
Matriz de Consistencia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Matriz de Operacionalización de la Variable X .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Instrumento de la Variable X.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Matriz de Operacionalización de la Variable Y.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Instrumento de la variable Y .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Instrumento de validación de expertos.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## INDICE DE TABLAS

N°	Items	Pag.
Tabla 1	<i>Validez Cuantitativa</i>	57
Tabla 2	<i>Validez con datos cuantitativos</i>	61
Tabla 3	<i>Estadística de fiabilidad de la Actividad Física</i>	63
Tabla 4	<i>Estadística de fiabilidad de la Formación Integral escolar</i>	63
Tabla 5	<i>Durante la semana tienes actividad física en clases</i>	64
Tabla 6	<i>Tu profesor participa en las actividades de Educación física con mucho entusiasmo</i>	65
Tabla 7	<i>Tus profesores de otros curso hacen educación física contigo</i>	66
Tabla 8	<i>Es exigente las clases de educación física</i>	67
Tabla 9	<i>Participas en todas las clases de Educación física</i>	68
Tabla 10	<i>Aplicas tus experiencias en clase de educación física.</i>	69
Tabla 11	<i>Te dejan hacer prácticas con tu propia experiencia</i>	70
Tabla 12	<i>Te enseñan cosas nuevas en deporte físico</i>	71
Tabla 13	<i>Te gusta tener actividad física en tu colegio</i>	72
Tabla 14	<i>Cuando sabes algo y pides enseñar. Permite tu profesor que lo hagas</i>	73
Tabla 15	<i>Te quejas cuando el profesor excede en sus clases de educación física</i>	74
Tabla 16	<i>Cada actividad física aprendes cosas nuevas y diferentes</i>	75
Tabla 17	<i>Creas que la educación física es importante para nuestra salud.</i>	76
Tabla 18	<i>Juegas con todos tus compañeros de clase</i>	77
Tabla 19	<i>Respetan tu lugar al momento de hacer actividad física</i>	78
Tabla 20	<i>Te enseñan, teoría del deporte, ejemplo, medidas de campos, peso del balón, etc.</i>	79
Tabla 21	<i>Tu maestro es sociable en su clase de educación física.</i>	80
Tabla 22	<i>Te comunicas muy bien con tus profesores y compañeros de clase</i>	81
Tabla 23	<i>Tu compañeros de clase te respetan y valoran el trabajo deportivo</i>	82
Tabla 24	<i>Cambias de amigos cuando juegas algún deporte tanto dentro del Colegio como en tu barrio</i>	83
Tabla 25	<i>Te gustaría que haya más horas deportivas en tu colegio y se hagan más eventos deportivos</i>	84
Tabla 26	<i>Tu profesor es muy afectivo cuando enseña su clase de educación física</i>	85
Tabla 27	<i>Después de jugar te duele alguna parte de tu cuerpo por el ejercicio desarrollado</i>	86
Tabla 28	<i>Si te duele algo, dejas de hacer deporte para dedicarte solo a tus clases</i>	87
Tabla 29	<i>La práctica del deporte hace que te sientas más activo y con muchos ánimos emocionalmente</i>	88
Tabla 30	<i>Te gusta practicar deporte colectivo, entre amigos del colegio y otros amigos del barrio</i>	89
Tabla 31	<i>Cuando tienen clases de educación física, se comunican mucho con tus profesores y compañeros de salón</i>	90

Tabla 32	<i>Existe alguna clase de tu profesor que no haya comunicación, fluida especialmente en el deporte</i>	<b>91</b>
Tabla 33	<i>El deporte te ayuda a comunicarte mejor con todas las personas de tu entorno personal como escolar.</i>	<b>92</b>
Tabla 34	<i>Correlación entre la actividad física y la formación integral formativa</i>	<b>93</b>
Tabla 35	<i>Correlaciones de Rho de Spearman entre la actividad física y la formación integral</i>	<b>93</b>
Tabla 36	<i>Contrastación de la hipótesis general</i>	<b>94</b>
Tabla 37	<i>Contrastación de la Primera hipótesis secundaria</i>	<b>95</b>
Tabla 38	<i>Contrastación de la Segunda hipótesis secundaria</i>	<b>96</b>
Tabla 39	<i>Contrastación de la Tercera hipótesis secundaria</i>	<b>97</b>

## INDICE DE FIGURAS

N°	Items	Pag.
Figura 1	<i>Durante la semana tienes actividad física en clases</i>	64
Figura 2	<i>Tu profesor participa en las actividades de Educación física con mucho entusiasmo</i>	65
Figura 3	<i>Tus profesores de otros cursos hacen educación física contigo</i>	66
Figura 4	<i>Es exigente las clases de educación física</i>	67
Figura 5	<i>Participas en todas las clases de Educación física</i>	68
Figura 6	<i>Aplicas tus experiencias en clase de educación física.</i>	69
Figura 7	<i>Te dejan hacer prácticas con tu propia experiencia</i>	70
Figura 8	<i>Te enseñan cosas nuevas en deporte físico</i>	71
Figura 9	<i>Te gusta tener actividad física en tu colegio</i>	72
Figura 10	<i>Cuando sabes algo y pides enseñar. Permite tu profesor que lo hagas</i>	73
Figura 11	<i>Te quejas cuando el profesor excede en sus clases de educación física</i>	74
Figura 12	<i>Cada actividad física aprendes cosas nuevas y diferentes</i>	75
Figura 13	<i>Creer que la educación física es importante para nuestra salud.</i>	76
Figura 14	<i>Juegas con todos tus compañeros de clase</i>	77
Figura 15	<i>Respetan tu lugar al momento de hacer actividad física</i>	78
Figura 16	<i>Te enseñan, teoría del deporte, ejemplo, medidas de campos, peso del balón, etc.</i>	79
Figura 17	<i>Tu maestro es sociable en su clase de educación física.</i>	80
Figura 18	<i>Te comunicas muy bien con tus profesores y compañeros de clase</i>	81
Figura 19	<i>Tu compañeros de clase te respetan y valoran el trabajo deportivo</i>	82
Figura 20	<i>Cambias de amigos cuando juegas algún deporte tanto dentro del Colegio como en tu barrio</i>	83
Figura 21	<i>Te gustaría que haya más horas deportivas en tu colegio y se hagan más eventos deportivos</i>	84
Figura 22	<i>Tu profesor es muy afectivo cuando enseña su clase de educación física</i>	85
Figura 23	<i>Después de jugar te duele alguna parte de tu cuerpo por el ejercicio desarrollado</i>	86
Figura 24	<i>Si te duele algo, dejas de hacer deporte para dedicarte solo a tus clases</i>	87
Figura 25	<i>La práctica del deporte hace que te sientas más activo y con muchos ánimos emocionalmente</i>	88
Figura 26	<i>Te gusta practicar deporte colectivo, entre amigos del colegio y otros amigos del barrio</i>	89
Figura 27	<i>Cuando tienen clases de educación física, se comunican mucho con tus profesores y compañeros de salón</i>	90
Figura 28	<i>Existe alguna clase de tu profesor que no haya comunicación, fluida especialmente en el deporte</i>	91
Figura 29	<i>El deporte te ayuda a comunicarte mejor con todas las personas de tu entorno personal como escolar.</i>	92

## RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo general determinar la relación que existe entre la actividad física como medio de formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E.N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. El diseño es diseño no experimental con corte transversal correlacional y el tipo básico y aplicada, porque se dedica a contribuir datos de un determinado estudio de investigación.

La investigación es de enfoque cuantitativo. La población de estudio fue de 160 estudiantes, para la recolección de datos en la variable sobre la actividad física se aplicó la técnica de la encuesta y de instrumento una ficha de observación de una escala dicotómica y fue dada por el alfa de Cronbach que indica una confiabilidad alta, y para la variable sobre la formación integral escolar. se aplicó la técnica de la encuesta y de instrumento se aplicó ficha de observación con una escala dicotómica de dicho instrumento fue dado por el coeficiente de Cronbach, lo que indica una alta significancia la validez de los instrumentos la brindaron dos temáticos y un metodólogo quienes coinciden en determinar que es aplicable los instrumentos, para medir la relación entre la actividad física como medio de formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E.N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones , Jesús María , 2018. Para el proceso de los datos se aplicó el estadístico descriptiva inferencial.

Los resultados obtenidos después del procesamiento y análisis de los datos nos indican que: si existe una relación significativa entre la actividad física como medio de formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E.N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. Lo cual se demuestra con la prueba de la estadística inferencial ( $p\text{-valor} = .000 < .05$ ).

**Palabras Clave:** Actividad física, Formación integral escolar, Educación Física.

## ABSTRACT

The present investigation has like general objective to determine the relation exists between the physical activity as a means of comprehensive school education in the 6<sup>th</sup> grade students of primary education of the I.E. CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús Maria, 2018. The design is non-experimental design with correlation cross-section and the basic and applied type, because it is dedicated to contributing data from a determined research study

The research is of a quantitative approach. The study population was 80 students, for the data collection in the variable on physical activity, the survey technique was applied and an observation card of a dichotomous scale was applied and was given by the Cronbach alpha that indicates a high reliability, and for the variable on comprehensive school education. the technique of the survey was applied and the instrument was applied observation sheet with a dichotomous scale of this instrument was given by the Cronbach coefficient, which indicates a high significance the validity of the instruments provided by two thematic and a methodologist who agree to determine what instruments are applicable, to measure the relationship between the physical activity as a means of comprehensive school education in the 6<sup>th</sup> grade students of primary education of the I.E. CAP FAP José Abelardo Quiñones , Jesus Maria , 2018. For the data process, the inferential descriptive statistic was applied.

The results obtained after the processing and analysis of the data indicate that: if there is a significant relationship between the physical activity as a means of comprehensive school education in the 6<sup>th</sup> grade students of primary education of the I.E. CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesus Maria, 2018. Which is demonstrated by the test of inferential statistics (p-value = .000 <.05).

**Keywords:** Physical activity, Comprehensive school education, Physical education.

## INTRODUCCIÓN

Se pone a vuestra consideración la presente tesis titulado “La actividad física como medio de formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E. N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018”. En el cual se cumple con la exigencia por norma y reglamento de la universidad y la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), para optar el grado de Licenciado en Ciencias del deporte.

Esta tesis surge de la inquietud de tener un concepto único acerca de la actividad física como medio de formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E. N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

Primero tendríamos que enseñar a nuestros estudiantes a saber a diferenciar entre actividades físicas y como estas se muestran en la formación integral escolar, y con esto orientar para potencializar sus habilidades humanas.

En segundo lugar pensamos que el trabajo que se está haciendo en esta etapa, constituye a una contribución al mejoramiento de la actividad física y la formación integral escolar los hallazgos del presente estudio permitirán reforzar la experiencia personal, movimiento corporal, práctica socio cultural en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E. N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

En tercer lugar pienso que esta tesis podría ser un manual de referencia para el estudiante universitario, entrenadores y profesores de Educación Física en general, que quieran tener una visión panorámica y global de estos temas.

En este marco situacional se presenta este proyecto de investigación, cuyo objetivo es Determinar la relación que existe entre la actividad física como medio de formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E. CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús Maria, 2018 lo que nos va a permitir obtener conclusiones y poder hacer recomendaciones para mejorar la relación entre las variables estudiadas a un nivel descriptivo correlacional.

## **CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. Descripción de la Realidad Problemática.**

La educación física es un punto de partida esencial para que los estudiantes aprendan competencias para la vida y adquieran un compromiso con la práctica deportiva para desarrollar un estilo de vida activo y saludable tanto en las Instituciones Educativas, Academias, Clubes, Federaciones, es el medio más efectivo para dotar sus aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida.

Igualmente la Educación física y la Educación en valores deben convertirse en un medio para que los estudiantes se reconozcan e interactúen con base en criterios y valores de sana convivencia y al mismo tiempo adquieran destrezas y habilidades sociales, que les permitan tener buenas relaciones con su familia, sus vecinos y en general todo su entorno socio-cultural.

Las habilidades sociales son un pilar básico en el desarrollo humano de cada individuo, porque estas le van a facilitar el establecimiento de relaciones interpersonales basadas en principios y valores, que permitan el enriquecimiento de sus demás dimensiones.

Asimismo, se ha encontrado una relación entre la actividad física, con la formación Integral Escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E. N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María 2018.

La actividad física mejora la densidad mineral de los huesos en los jóvenes, parámetro que se mantiene el hueso sano y por otro lado reduce el riesgo de fracturas y rupturas.

A nivel metabólico y hormonal, se reconocen los efectos positivos de la actividad física sobre la absorción del oxígeno, y la mayor capacidad de eliminar sustratos de deshecho tras un esfuerzo.

La actividad física se define como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que resultan en gasto energético. El 60% de la población mundial y más del 50% de los adultos no alcanzan el mínimo de los niveles de actividad física recomendada por el Colegio Americano de Medicina Deportiva y los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades. Los niveles de actividad física disminuye con la edad, además, diversos estudios han demostrado que las mujeres son menos activas físicamente que los hombres. Los niveles de actividad física son más bajos entre las poblaciones con bajos ingreso y bajo nivel de estudios.

El sedentarismo impacta negativamente a las personas convirtiéndose actualmente en uno de los factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares más comunes. Asimismo, el sedentarismo tiene una gran influencia en la composición corporal del organismo humano, principalmente en la proporción corporal de masa grasa, masa muscular, masa ósea y porcentaje de agua corporal. Los nutrientes comparten en gran medida las mismas vías metabólicas y pueden interactuar de diversas maneras influyendo en el riesgo y la patogénesis de varias enfermedades cardiovasculares. Se ha comprobado que el sedentarismo incrementa significativamente los efectos de sobrepeso y la obesidad en la salud. El sedentarismo y la falta de actividad física son riesgos para la salud mundial y son problemas en rápido aumento en los países tanto desarrollados como en vías de desarrollo.

La formación Integral está definida Como el proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano (ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y socio-política), a fin de lograr su realización plena en la sociedad. Es decir,

vemos el ser humano como uno y a la vez pluridimensional, bien diverso como el cuerpo humano y a la vez plenamente integrado y articulado en una unidad.

La formación integral tiene como objetivo central la consolidación de los alumnos como estudiantes, es decir que la mayoría logre el máximo aprovechamiento de su esfuerzo, como seres humanos valiosos y creativos.

La formación integral consiste en un proceso de auto transformación, en que de una u otra manera aporta distintas capacidades y/ habilidades adicionales al estudiante al momento en que comienza a desarrollarla. Cuando el alumno desarrolla habilidades sociales que le permiten enfrentar distintos escenarios, tanto en el ámbito personal como laboral tiene menos riesgos ante la manipulación, pues la formación integral permite al individuo enfrentar distintas situaciones con un sentido crítico e independiente. Este concepto exige al estudiante trabajar sobre sí mismo tanto externamente, técnicamente e interiormente. Lo anterior por lo tanto exige que el individuo antes de comenzar a profundizar en la formación integral descubra la “Plenitud Humana” en este caso que el estudiante descubra cuál es su vocación, con el fin que consiga el sentimiento de plenitud al momento de estar ejerciendo día a día.

## **1.2. Delimitación de la investigación**

### **1.2.1. Delimitación espacial**

El proyecto de investigación se desarrolló en la I.E. N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Distrito de Jesús María, 2018.

### **1.2.2. Delimitación social**

El proyecto de investigación se aplicó a los estudiantes del 6to grado de Educación Primaria en la I.E. N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Distrito de Jesús María, 2018.

### **1.2.3. Delimitación temporal**

El proyecto de investigación se desarrolló en el periodo de Enero a Agosto del año 2018.

#### **1.2.4. Delimitación conceptual**

**Actividad física:** Movimiento del cuerpo producido por la contracción de los músculos de cuerpo esquelético que requiere un gasto energético más allá del gasto energético en reposo. (Organización mundial de la salud – 2014)

**Formación integral escolar:** Alude a la orientación metodológica que promueve el crecimiento humano a través de un proceso que implica una visión multidimensional del ser humano. Para lograr cambios significativos en el desempeño académico de los alumnos es prioritario disponer de la metodología coherente que nos permita observar y obtener información para llegar a un diagnóstico integral que nos acerque a los alumnos y sus diversas capacidades y problemáticas. (Ramos, H – 2004).

### **1.3. Problema de la investigación**

#### **1.3.1. Problema general**

¿De qué manera se relaciona la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018?

#### **1.3.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es la relación de la experiencia personal con la formación integral afectiva en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018?
- ¿Cuál es la relación del movimiento corporal con la formación integral corporal en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018?
- ¿Cuál es la relación de la práctica socio cultural con la formación integral comunicativa en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018?

## **1.4. Objetivos de la Investigación:**

### **1.4.1. Objetivo General**

- Determinar la relación de la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

### **1.4.2. Objetivos Específicos**

- Diagnosticar la relación de la experiencia personal con la formación integral afectiva en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.
- Identificar la relación del movimiento corporal con la formación integral corporal en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.
- Desarrollar la relación de la práctica socio cultural con la formación integral comunicativa en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

## **1.5. Justificación e importancia y limitaciones de la Investigación:**

### **1.5.1. Justificación**

**Teórico:** La investigación se justifica porque permite poder determinar la mejora de calidad de vida y salud mediante la formación integral del ser humano con sus componentes afectivos, corporales y comunicativos, proporcionar herramientas que lleguen a optimizar cada una de ellas, fundamentada en las teorías de Linck (1970), Carkl (1993) con respecto a liderazgo, y Chencheco (2004) en el clima motivacional. Asimismo, es importante porque, permite conocer la relación entre la actividad física como medio de formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

**Metodológica:** Asimismo, la investigación es relevante porque permite que los maestros asuman su rol promotor, guía y/o facilitador en el proceso de motivación, haciendo una autoevaluación de los estudiantes dentro del clima motivacional y de las capacidades que cuenta para dicho rol, teniendo como

instrumento la Escala de Liderazgo y Cuestionario del clima motivacional percibido en las actividades físicas desarrolladas por los educandos.

La investigación es relevante porque su ejecución beneficiará no solo a los maestros y padres de familia sino a todos los estudiantes de la I.E N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, y ello contribuirá a la formación integral de los estudiantes mejorando la calidad de vida de su entorno social y logrando la realización plena de cada estudiante. Esto se inicia con la idea de desarrollar diversas dimensiones del estudiante, siendo además un proceso continuo, permanente y participativo en el rendimiento escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, con la participación activa de los maestros, padres de familia y estudiantes como constructores de su clima motivacional.

### **1.5.2. Importancia**

La importancia de la investigación favorece de manera primordial a los estudiantes, radica en la capacidad de tomar decisiones libres, responsables y autónomas, poder comunicarse con su entorno, comprender y aplicar creativamente los conocimientos de interacción con otros niños y adultos, destreza de interactuar destacadamente e interpretar mensajes con sentido crítico contribuyendo de esta manera al mejoramiento de la calidad de vida de su entorno social logrando la realización plena como estudiantes siendo parte de la sociedad.

La tesis logra comprender que un trabajo de orden y dedicación y sin descuidar la parte académica, se puede tener resultados óptimos y por largo tiempo, el 6to grado de la I.E N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones no solo logra tener estudiantes destacados, si no de alentar a otros estudiantes de la misma institución a que adquieran estas misma virtudes de liderazgo y trabajo en equipo en las actividades físicas a desarrollar.

### **1.6. Factibilidad de la investigación**

La tesis contara únicamente con recursos humanos es decir se tomara en cuenta solo los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

Los gastos financieros serán asumidos por el graduando, así como la materia logística, ya que el estudio es netamente del autor de la tesis.

### **1.7. Limitaciones del estudio**

Desarrollar las limitaciones de la investigación tienen un sentido, desde la perspectiva de Ávila (2001, 87), una limitación consiste en que se deja de estudiar un aspecto del problema debido por alguna razón. Con esto se quiere decir que toda limitación debe estar justificada por una buena razón. Las limitaciones que se presentan en el desarrollo del presente trabajo son las siguientes:

El tiempo: cumplir la investigación en determinada fecha.

El costo: limitaciones de personas, recursos, inmobiliario, etc. con los cuales se necesita trabajar. Representa el presupuesto del proyecto.

## **CAPÍTULO II: EL MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL**

2.

### **2.1. Antecedentes del Problema**

#### **2.1.1. Antecedentes Internacionales**

**Olguín, C. (2014)** desarrollo la investigación llamada “*Formación integral una mirada desde los intereses de los estudiantes universitarios*” en la Universidad del Bío Bío País de Chile en la cual la investigación fue de tipo descriptiva, donde el objetivo general fue estudiar los intereses de formación integral que poseen los estudiantes de la universidad del Bío – Bío y su vinculación con el Modelo Educativo Institucional, para una población o muestra de 11.108 estudiantes en la cual se resumió la presente investigación en la cantidad de profesionales que anualmente egresan de la misma carrera en las distintas Instituciones de Educación Superior a nivel nacional es alta, a partir de lo anterior es que las organizaciones buscan profesionales integrales, que se diferencien y que complementen el conocimiento técnico con las distintas habilidades blandas, es por ello que dentro de esta investigación a través de un análisis de tipo descriptivo se realiza una revisión teórica donde se analizan los

distintos conceptos y teorías sobre temas que competen a los intereses de los estudiantes, con la finalidad de identificar los intereses de los estudiantes de la Universidad del Bío Bío y proponer mejoras. Para ello, el equipo de investigación confeccionó y aplicó un cuestionario a una muestra de estudiantes por Facultad, según la matrícula del periodo académico 2013, posteriormente se sometió el instrumento a diferentes análisis con el fin de validarlo estadísticamente y de clasificar en subgrupos los criterios consultados de acuerdo a las 5 competencias genéricas del Modelo Educativo. Los resultados indicaron que los intereses de las 41 carreras por Facultad son distintos según el área de estudio, donde destacan en su mayoría criterios relacionados con la competencia genérica “Capacidad para Comunicarse”. En cuanto al instrumento se identifica su consistencia tanto de los criterios, como de los resultados, sin embargo existen sugerencias que deberían considerarse para una próxima aplicación.

**Arbós, T. (2015)** desarrollo la investigación llamada “*Actividad física y salud en estudiantes universitarios desde una perspectiva salutogénica*” en la Universidad de les Illes Balears País de España en la cual la investigación fue de tipo observacional – transversal , donde el objetivo general fue determinar la asociación entre el sentido de coherencia (SOC), los estilos de vida, los factores socioeconómicos, el estado de salud y la calidad de vida en una población de estudiantes universitarios., para una población o muestra de 1373 estudiantes en la cual se resumió la presente investigación el modelo salutogénico se centra en la resolución de problemas y la capacidad para usar los recursos disponibles. El sentido de coherencia, el constructo central de este paradigma, es la capacidad para percibir que se es capaz de manejar cualquier situación en la vida. Es un enfoque en positivo hacia los activos en salud que promueven estilos de vida saludables. La actividad física y la dieta mediterránea son dos elementos básicos de los estilos de vida saludables, los cuales cada vez tienen una prevalencia menor en la población en pro de otros comportamientos perjudiciales para la salud. La consolidación de estilos de vida saludables en la edad adulta depende de lo acontecido durante la infancia y la adolescencia. El hábito de práctica deportiva en la universidad es un buen predictor del nivel de dedicación en la edad adulta.

Este estudio va dirigido a determinar la asociación entre sentido de coherencia y actividad física con las características sociodemográficas, estado de salud, calidad de vida y estilos de vida de los estudiantes universitarios de la Universitat de les Illes Balears.

En resultados se observó una asociación entre sentido de coherencia y actitudes hacia la actividad física ( $F=18,03$ ;  $p<0,001$ ) así como una relación directa del sentido de coherencia con el gasto energético ( $\rho=0,1$ ;  $p=0,001$ ), la frecuencia de actividad física ( $\rho=0,08$ ;  $p=0,004$ ) y la adherencia a la dieta mediterránea ( $\rho=0,11$ ;  $p<0,001$ ), e indirecta con el estrés académico ( $r=-0,28$ ;  $p<0,001$ ). La probabilidad de percibir su estado de salud/ calidad de vida como buenos o muy buenos era 5,1 y 4,9 veces mayor, respectivamente, en aquellos estudiantes con un sentido de coherencia fuerte. También se observó que aquellos estudiantes que realizan actividad física tenían una mejor percepción de su estado de salud/ calidad de vida ( $\chi^2= 92,73$ ;  $p< 0,001$  y  $\chi^2= 36,46$ ;  $p< 0,001$  respectivamente), tenían menos estrés académico ( $F=16,51$ ;  $p<0,001$ ) y presentaban una buena adherencia a la dieta mediterránea ( $\chi^2=5,20$ ;  $p=0,023$ ). Cuantos más miembros del entorno familiar y social realicen actividad física, mayor es la mediana de gasto energético de los estudiantes. Se puede concluir que los estudiantes con un sentido de coherencia fuerte tienen unos estilos de vida más saludables, manejan mejor el estrés académico, y la percepción de su estado de salud y calidad de vida son mejores. Además, a mayor nivel de actividad física y gasto energético, menor es el estrés académico, mayor la puntuación de adherencia a la dieta mediterránea y mejor su percepción de estado de salud y calidad de vida.

**Pérez, F. (2015)** desarrollo la investigación llamada “*Relación entre actividad física, hábitos de vida saludables y rendimiento académico en escolares granadinos* ” en la Universidad de Granada País de España en la cual la investigación fue de tipo descriptivo – explicativo de campo, donde el objetivo general fue determinar la relación existente entre características antropométricas y psicosociales, actividad física, hábitos de vida saludables y rendimiento académico en escolares granadinos , para una población o muestra de 631 escolares en la cual se resumió la presente investigación sobre el aumento de sobrepeso y obesidad en los últimos años ha sido dramático , asociándose éste a

una amplia gama de complicaciones graves para la salud , así como a un mayor riesgo de enfermedad y a una muerte prematura en la edad adulta . La reducción en los niveles de actividad física, así como el abandono de la dieta mediterránea (DM) son dos de los pilares fundamentales que están provocando este drástico aumento.

En este sentido, la infancia y la adolescencia son momentos esenciales del desarrollo de una persona ya que se producen cambios en diferentes ámbitos: psicológicos biológicos y sociales. La salud en el futuro dependerá de estos cambios y las conductas que hayan sido adoptadas. Otros de los factores que marca la infancia de los escolares y su relación con su entorno en los centros educativos y en el seno de su familia es el rendimiento académico obtenido a largo de su etapa de escolarización.

Es importante valorar la relación que este factor puede llegar a tener con los marcadores de salud en el desarrollo integral de los niños y niñas.

El objetivo de la presente tesis doctoral consiste en describir y analizar las relaciones entre composición corporal, realización de actividad física, condición física, adherencia a la DM, factores psicosociales así como de rendimiento académico además de describir los índices de sobrepeso y obesidad de una muestra de escolares de la provincia Granada.

Se recogieron datos de un total de 631 escolares de ambos sexos de entre 10 y 14 años. De ellos, se registró y evaluó el Índice de Masa Corporal (IMC), la adherencia a la DM, los niveles de actividad física la autoestima, la condición física, factores junto con otras variables psicosociales. Además, se recogió y relaciono el rendimiento académico de un subconjunto de 202 de estos estudiantes. El análisis estadístico se realizó mediante el programa SPSS Statistics 22.0.

Los escolares fueron clasificados con un IMC saludable en 3 de cada 4 casos, siendo una cuarta parte de ellos los catalogados con problemas de sobrepeso /obesidad. Del mismo modo, en cuanto a la autoestima, casi la cuarta parte de los escolares estudiados presento niveles de autoestima media o baja.

Los estudiantes catalogados con un peso normal son los que obtienen mejores valores de práctica física, VO<sub>2</sub>max, autoestima y calidad de vida al igual que ocurre con aquellos estudiantes que presentan los valores más elevados de autoestima (mejor IMC, calidad de vida y VO<sub>2</sub> max).

Respecto a la adherencia hacia la DM, se ha detectado que casi la mitad de los escolares necesitan mejorar sus patrones alimentarios. Al mismo tiempo, los niños y niñas con una adherencia a la DM muy baja mostraron puntuaciones inferiores de actividad física, menor rendimiento en cuanto a VO<sub>2</sub>max, autoestima y calidad de vida, además de pasar más horas delante de una pantalla.

En cuanto a los niveles de actividad física el grupo de las niñas obtuvo unos niveles más bajos que el grupo de los niños al igual que ocurrió a los valores de VO<sub>2</sub>max. Los valores de la actividad física parecen ir descendiendo con la edad así como las horas de sueño mientras que los valores de VO<sub>2</sub>max, e IMC aumentan.

Los resultados obtenidos al estudiar los valores de rendimiento mostraron como los sujetos que presentan una mayor adherencia a la DM obtienen mejores calificaciones en todas las asignaturas. Otras variables que también se correlacionan positivamente con la mayoría de las asignaturas son la calidad de vida y las horas de sueño. Por su parte, las asignaturas que se relacionan con un mayor número de variables son Educación Física y Ciencias.

A partir de los modelos estructurales se determinó como a menor IMC y menor número de horas diarias frente a una pantalla se incrementa el nivel de actividad física.

A su vez el aumento del nivel de actividad física repercute en una mejor calidad de vida y adherencia a la DM. Esta mejor adherencia a la DM conlleva un aumento en la calidad de vida, a su vez, este momento repercute positivamente en un aumento de la autoestima.

Por lo tanto, apostar por programas formativos que intenten luchar contra el sobrepeso y la obesidad infantil a través de la práctica de actividad física y la promoción de una dieta equilibrada deberá repercutir en la mejora de calidad de vida de los estudiantes así como su rendimiento académico.

**Pérez, A. (2015)** desarrollo la investigación llamada “*Influencia de la actividad física sobre conductas violentas en adolescentes de centros educativos públicos en Granada*” en la Universidad de Granada País de España en la cual la investigación fue de tipo descriptivo , explicativo y comparativo, donde el objetivo general fue evaluar las características generales , físico – deportivas, de conductas agresivas y victimización, autoestima y académicas de los adolescentes de los centros públicos de granada, para una población o muestra de cinco centros educativos en la cual se resumió la presente investigación que son numerosos los estudios que indagan en la práctica de actividad física de los adolescentes normalmente enfocados a aspectos relacionados con la cantidad y calidad de práctica, motivados por los diferentes modelos originados por aquellas corrientes orientadas a la formación o a la promoción de la actividad física. Pero son escasas las investigaciones que indagan en los comportamientos de los adolescentes practicantes asiduos o no de actividad física, respecto de sus compañeros, en el contexto actual de incremento de situaciones violentas producidas en los centros educativos. Haciendo necesarios trabajos sobre este tema que describan y apliquen estrategias de actuación.

Se establecieron como objetivos de este estudio, la descripción y determinación de las relaciones entre las variables físico – deportivas, sociodemográficas, rendimiento académico, conductas violentas, victimización y autoestima, en estudiantes adolescentes de centros públicos de la ciudad de Granada, de forma que se pueda comprobar si los parámetros de práctica de actividad física y género, determinen un perfil físico – deportivo, psicosocial, y académico en los estudiantes adolescentes granadinos.

El estudio incluyo un total de 1.060 adolescentes de edades comprendidas entre los 13 y los 17 años, que cumplimentaron cuestionarios para la evaluación de las variables Sociodemográficas, Físico – deportivas y Académicas (Hoja de autoregistro), conducta violenta (Escala de conducta violenta en la escuela), Victimización (Escala de victimización en la escuela), y Autoestima (Test de Rosemberg). El análisis se realiza mediante el programa estadístico SPSS 20.0.

Los resultados determinaron que las proporciones por género y curso de esta investigación son similares, constatándose que la mayoría de los adolescentes de

centro públicos realizaban actividad física de forma continuada y que en su inmensa mayoría practicaban deportes colectivos de contacto. También se constató que los jóvenes de centros públicos señalaron en más de la mitad de los casos que sin ser agresores sí que fueron testigos de casos de Bullying sin estar involucrados en ellos, asimismo los niveles de agresividad (Manifiesta y Relacional) era similares, mientras que la Victimización de tipo verbal, era la más frecuente .

En cuanto al género debemos de indicar que las chicas realizan menos actividad física, muestran una mayor opción de cursar estudios de bachillerato, sufren una mayor victimización relacional, caracterizándose por ser más acosadas y por percibir menos los casos de bullying, mientras que los varones hacen un mayor actividad Físico – deportiva, la victimización de tipo física es mayor, había más acosadores y eran más testigos de hechos violentos, asimismo indicaron mayor agresividad manifiesta, puntuaron más la opción de trabajar y de continuar sus estudios en Formación Profesional, y se percibió en ellos un incremento de la autoestima.

También señalar que la mayoría de los alumnos mostraron una evidente disposición a seguir cursando sus estudios de Bachillerato, para después poder insertarse en el contexto universitario, igualmente indicar que más de la mitad de los estudiantes tenían una nota de aprobado y presentaron una autoestima alta. Igualmente añadir que se detecta un mayor número de casos de bullying en los cursos más inferiores y esta aumentaba conforme lo hacia la edad cronológica.

Por ultimo notar que no se hallaron concordancias entre la práctica de actividad física y aspectos conductuales, de autoestima y académicos. El género es el único parámetro predictivo que incide en los estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria para la realización de actividad física regular.

**Herrera, V. (2017)** desarrollo la investigación llamada “En Formación integral educación básica estudio de caso dirigido a profesores jefes de tercero y cuarto año básico, de una Escuela Municipal de Cerro Navia ” en la Universidad Academia de Humanismo Cristiano País de Chile en la cual la investigación fue de tipo descriptivo , interpretativo, donde el objetivo general fue comprender de qué manera los profesores jefes conceptualizan y trabajan la formación integral

en los y las estudiantes de tercero y cuarto año básico , en una escuela municipal de la comuna de cerro navia, para una población o muestra de estudiantes de tercero y cuarto año básico en la cual se resumió la presente investigación tuvo como finalidad determinada evidenciar el trabajo ejercido por docentes de tercero y cuarto año básico, frente a la Formación Integral transmitida hacia las y los estudiantes. Gracias a esta investigación, se pudo concluir que las docentes investigadas, aun no se encuentran capacitadas de manera considerable para fomentar la Formación Integral en estudiantes, puesto que existe una escasez en cuánto al interés de querer conocer y trabajar sobre el tema, como también una débil preparación sobre dicho concepto en lo que es su Formación Académica.

A lo largo de esta investigación se deja en evidencia que la Formación Integral observa al ser humano en todos los ámbitos de su desarrollo personal y para esto, Humberto Maturana postula una pregunta, la cual es “¿Qué somos?”, respuesta que debiese ser de conocimiento general, en pos del saber primordial e individual de cada ser humano, pero, por el contrario, la conciencia de “lo que somos” tampoco está clara para “nosotros como individuos”.

La sociedad siempre evoca a lo humano, pero siempre es bajo una mirada limitada, comprendiendo al ser humano como un ser racional, dejando absolutamente de lado lo emocional y la relación cotidiana entre razón y emoción que establece el diario vivir.

Del mismo modo, es que se desconoce que el ser humano posee más aspectos que lo conforman como tal, aspectos que, dentro de las relaciones interpersonales, la gran parte del tiempo se anulan u olvidan.

Se puede evidenciar que la Formación Integral observa al ser humano como uno y a la vez como un ser pluridimensional, articulando una gama de dimensiones que las personas poseen y que las conforman. Dimensiones que abordan aspectos éticos, espirituales, cognitivos, afectivos, comunicativos, estéticos, corporales, y socio-políticos, los cuales van en búsqueda de la plenitud del ser humano.

Para defender este ideal, Lugo Ruiz postula, que las personas poseen una variedad de aspectos que las conforman, aspectos que se presentan en el actuar y

la forma de enfrentarse con el entorno, siendo todos diferentes, pues responden a la diversidad en que se desarrollan.

### **2.1.2. Antecedentes Nacionales**

**Orellana, K. (2013)** desarrollo la investigación llamada “Evaluación del estado nutricional , nivel de actividad física y conducta sedentaria en los estudiantes universitarios de la Escuela de Medicina de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas” en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas País de Perú en la cual la investigación fue de tipo transversal , descriptivo , cuantitativo y analítico, donde el objetivo general fue evaluar la relación entre los estilos de vida, enfocado a la actividad física y comportamiento sedentario, y el estado nutricional de los estudiantes de la Escuela de Medicina de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas , para una población o muestra de 208 estudiantes en la cual se resumió Con la presente investigación se evaluó la relación existente entre el Estilo de Vida, valorado por el nivel de actividad física y la conducta sedentaria, y el Estado Nutricional valorado mediante una evaluación antropométrica de los estudiantes de Medicina de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Es un estudio de tipo cuantitativo, transversal, descriptivo y analítico. La muestra final está conformada por 208 estudiantes donde el 55,29% son damas y 44,71% son varones. Los resultados muestran que el 19.13% de damas y 35.48% de varones se encuentra con sobrepeso y el 4.42% de damas y 8.61% de varones con obesidad. Se detalla un mayor riesgo cardiovascular en el sexo femenino según los dos indicadores evaluados: el perímetro de cintura (21.71%) y el índice de cintura- cadera (40%). Respecto al nivel de actividad física, la mayor parte de damas se encuentra en un nivel bajo (45.22%), mientras que la mayoría de varones en un nivel moderado (45.16%) y la minoría en un nivel alto (20% de mujeres y 24.73% de varones. En cuanto a la conducta sedentaria, la media de minutos que pasan sentados los estudiantes de medicina fue de 505 minutos (8,4 horas) encontrándose en la clasificación de conducta sedentaria media. Tanto el riesgo cardiovascular de acuerdo al perímetro de cintura (PC) y al índice cintura- cadera (ICC) son variables dependientes de la conducta sedentaria ( $p < 0.05$ ). Evidenciando con esta investigación una correlación significativa entre el IMC y el riesgo cardiovascular de acuerdo al

PC ( $p < 0.05$ ), otra entre el nivel de actividad física y el riesgo cardiovascular de acuerdo al ICC ( $p < 0.05$ ) y una última entre la conducta sedentaria y el riesgo cardiovascular tanto de acuerdo al PC como al ICC. De esta manera, nuestro estudio apoya la hipótesis que formula que los estudiantes de medicina de la UPC que presentan un estilo de vida sedentario tienen un riesgo cardiovascular alto con respecto a los no sedentarios. Los resultados sugieren continuar con estudios que indaguen y trabajen en estrategias que fortalezcan prácticas saludables y permitan a los estudiantes apropiarse de factores protectores para la salud, en beneficio de optimizar su calidad de vida.

**Ocampo, J. (2015)** desarrollo la investigación llamada “ *Correlación entre conocimientos sobre consecuencias de la obesidad y grado de actividad física en universitarios*” en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas , País de Perú en la cual la investigación fue de tipo transversal, observacional y analítico , donde el objetivo general fue determinar si existe correlación entre los conocimientos sobre las consecuencias de la obesidad y el grado de actividad física de las personas , para una población o muestra de 236 estudiantes en la cual se resumió el objetivo del presente estudio es determinar si existe correlación entre los conocimientos sobre las consecuencias de la obesidad y el grado de actividad física de las personas. Se realizó un estudio transversal analítico durante los años 2013 y 2014. Participaron 215 alumnos de pregrado seleccionados por conveniencia no relacionados a carreras del campo de la salud en una universidad de Lima, Perú.

**Flores, A. (2015)** desarrollo la investigación llamada “Actividad física y su relación con la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes escolares de 12 a 18 años de la ciudad de Juliaca 2015” en la Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez , País de Perú en la cual la investigación fue de tipo descriptivo correlacional , donde el objetivo general fue determinar la relación que existe entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes escolares de 12 a 18 años de la ciudad de Juliaca 2015 , para una población o muestra de 4813 adolescentes en la cual se resumió la presente investigación, tiene como objetivo general, determinar la relación que existe entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes

escolares de 12 a 18 años de la ciudad de Juliaca 2015, para lograr este objetivo se ha utilizado el método hipotético deductivo, con tipo de investigación no experimental y diseño descriptivo correlacional con una población de 4813 estudiantes y con una muestra de tipo probabilístico por conglomerados con un valor de Z de 1.96 y común nivel de significancia del 5%, siendo nuestra muestra de 1488 estudiantes. Tomando en cuenta la evidencia científica de la importancia de la actividad física Becerra, (1989), Medicine, (2007), (Jacoby, et al. ,2003), OMS, (2004), OMS (2008), OMS (2010), en donde sostienen y promueven la importancia de la actividad física planteando evidencia concluyente de que la actividad física frecuente mejora sustancialmente la forma física y el estado de salud de niños y jóvenes. En comparación con los niños y jóvenes inactivos, los que hacen ejercicio presentan un mejor estado cardiorrespiratorio y mayor resistencia muscular, y una mejora de su salud, y está suficientemente documentado que presentan menor grasa corporal, un perfil de riesgo de enfermedad cardiovascular y metabólica más favorable, una mejor salud ósea, y una menor presencia de síntomas de ansiedad y depresión. Concluimos que existe una baja prevalencia de sobrepeso y obesidad en la muestra estudiada determinándose el papel protector de la actividad física obteniendo unacorrelación inversamente proporcional entre la actividad física y la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes escolares de 12 a18 años de la ciudad de Juliaca 2015.

**Quispe, L. (2015)** desarrollo la investigación llamada “Percepción de los estudiantes sobre acompañamiento mediante la tutoría virtual y su relación con la formación integral en el x ciclo de la Facultad de Educación Primaria e intercultural de la Universidad de Ciencias y Humanidades – Lima , 2014” , en la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle País de Perú en la cual la investigación fue de tipo descriptivo correlacional , donde el objetivo general fue Determinar la relación que existe entre la percepción de los estudiantes sobre el acompañamiento mediante la tutoría virtual y la formación integral en el X ciclo de la Facultad de Educación Primaria e Intercultural de la Universidad de Ciencias y Humanidades-Lima, 2014, para una población o muestra de 80 estudiantes en la cual se resumió la presente investigación tiene por objetivo establecer la relación existente entre el acompañamiento mediante

la tutoría virtual y la formación integral en los estudiantes del X ciclo de la Facultad de Educación Primaria e Intercultural de la Universidad de Ciencias y Humanidades. Corresponde a una investigación no experimental. El método utilizado es el descriptivo y está basado en el enfoque cuantitativo, el diseño de la investigación es básicamente correlacional, y la selección de la muestra ha sido intencional o criterial.

La población estuvo conformada por estudiantes del X ciclo de la Facultad de Educación Primaria, en el periodo 2014, integrada por 80 estudiantes. Se empleó como instrumento el cuestionario con una escala tipo Likert de 23 ítems para la variable Tutoría virtual y 25 ítems para la variable Formación Integral, que fue previamente dada su confiabilidad mediante el coeficiente del Alfa de Cronbach, de acuerdo a los objetivos del estudio. Respecto a la parte descriptiva, se concluye que el acompañamiento virtual se ubica en el nivel bajo (35.4%) seguido del nivel medio (34.2%) y la formación integral se ubica en el nivel bajo (37.5%) seguido del nivel alto (32.5%). Respecto a la comprobación de hipótesis se aplicaron pruebas estadísticas no paramétricas, el Chi Cuadrado, cuyos resultados indican que existe una relación significativa entre la tutoría virtual, con la Formación Integral ( $p < 0.05$ ), concluyéndose que el acompañamiento mediante la tutoría virtual se relaciona de manera significativa con la Formación integral de los estudiantes del X ciclo de la Facultad de Educación Primaria e Intercultural de la Universidad de Ciencias y Humanidades- Lima, 2014.

**Burga, Y. (2017)** desarrollo la investigación llamada “Modelo de gestión en la formación integral para la adaptación del estudiante a la universidad Señor de Sipán que se sustenta en un sistema de procedimientos” en la Universidad Señor de Sipán País de Perú en la cual la investigación fue de tipo descriptivo – propositivo , donde el objetivo general fue la elaboración de un modelo de Gestión en la formación integral para la adaptación del estudiante a la Universidad Señor de Sipán, que se concreta en un sistema de procedimiento., utilizando el instrumento cuyo diseño para una población o muestra de 302 estudiantes en la cual se resumió la presente investigación revela insuficiencias académicas, actitudinales, tecnológicas y vocacional en la formación básica de los estudiantes postulantes a la Universidad Señor de Sipán, que limitan el nivel

de adaptación universitaria, problema de investigación. En tal sentido se formuló como objetivo. Elaboración de un modelo de Gestión en la formación integral para la adaptación del estudiante a la Universidad Señor de Sipán, que se concreta en un sistema de procedimiento. El modelo tiene en cuenta la relación dialéctica entre la formación académica-vocacional-tecnológica-actitudinal y la sistematización, teniendo como su eje central y propósito la sistematización de la gestión contextualizada adaptativa en la formación pertinente del ingresante. Por lo que, el aporte teórico es el modelo de la gestión de formación integral para la adaptación del estudiante a la universidad Señor de Sipán y el aporte práctico se concreta en un sistema de procedimientos para ese proceso formativo. La investigación asume métodos teóricos, empíricos y estadísticos, que fueron corroborados a través de la aplicación de instrumentos y su correspondiente validación por expertos y especialistas del tema.

## **2.2. Bases Teóricas o científicas**

### **2.2.1. Actividad física**

Dentro los conceptos de actividad física se van a nombrar a diferentes autores en sus propias definiciones.

- Según Caspersen C.J, Powell K.E., y Chirstenson G.M (1985), definen la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que causan un gasto de energía. (P.126)
- Según Sánchez Bañuelos, F. (1996), define la actividad física como movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento sustancial del gasto energético de la persona. (P.26)
- Según Devís, J. (2000), la actividad física está relacionada con el movimiento y en ella existe una dimensión biológica, personal y sociocultural.
- Según Arráez, J.M. y Romero, C (2002), La actividad física es una acción corporal a través del movimiento que de manera general puede tener una cierta intencionalidad o no, en el primer caso, la acción corporal se utiliza con unas finalidades educativas, deportivas, recreativas, terapéuticas. En el segundo caso simplemente puede ser una actividad cotidiana del individuo. (P.183)
- Según Kent, M. (2003), la actividad física es cualquier forma de movimiento corporal que tiene una demanda metabólica significativa. Por tanto, las

actividades físicas comprenden el entrenamiento para la participación en competiciones deportivas, la actividad en trabajos agotadores, las labores del hogar y actividades de ocio no deportivas que con llevan un esfuerzo físico. (P.18)

- Según Palou, P. Ponseti, F. Borrás , P.A y Vidal , R. **(2005)**, la actividad física, como en muchas otras manifestaciones de la vida, aglutina una dimensión biológica, una dimensión personal y una dimensión socio - cultural, entendiéndose como cualquier movimiento corporal intencional, que resulta de un gasto de energía y en una experiencia personal, y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea. (P.126)
- Según Sanz, E. **(2005)**, Las actividades físicas son Situaciones motrices que comprenden dos ámbitos: “La ergomotricidad y la ludomotricidad “.La ergomotricidad engloba todas las actividades motrices relacionadas con el trabajo u obligatorias, y la ludomotricidad engloba todas las actividades física de tiempo libre. (P.57)
- Según Gerberding, J., Collins, J., Dietz, W. **(2006)**, manifiesta en el Manual de evaluación de la actividad física que reduce el riesgo de muchas enfermedades y condiciones crónicas, está asociada con baja morbilidad y mortalidad y mejora el estado funcional y la calidad de vida. La ratificación de la Estrategia Global de Dieta, Actividad Física y Salud de la Organización Mundial de la Salud, durante la Asamblea Mundial en mayo de 2004, enfatizó el hecho que la inactividad física es un problema mayor de salud pública tanto en los países desarrollados como en vía de desarrollo. Muchos países en América Latina han reconocido que incrementar el nivel de actividad física en la población es un aspecto prioritario de salud, pero pocos son los países que han elucidado programas nacionales para la promoción de la misma.
- Según Castillo, I. Balaguer I. y García – Mérita, M **(2007)**, son aquellas prácticas físicas como por ejemplo bailar o ir en bicicleta, es decir, actividades que producen movimientos corporales y que requieren un esfuerzo físico. (P.203)
- Según Ries, F. **(2009)**, considera que todo movimiento es actividad física siempre, desde andar, correr, trabajar en el jardín, subir escaleras, y por tanto las actividades físicas incluyen las prácticas cotidianas, las domesticas y laborales

junto con el ejercicio físico, los deportes y otras actividades maso menos organizadas, competitivas o recreativas.

- Según la Organización mundial de la salud – OMS (2014), la actividad física es cualquier movimiento corporal que es producido por los músculos esqueléticos y que exija gasto de energía.

Entonces la actividad física es un elemento básico de los estilos de vida saludables, que están relacionados con un amplio conjunto de beneficios de salud físicos y mentales. El cuerpo humano ha evolucionado de tal manera que gran parte de sus sistemas (como el esquelético, muscular y cardiovascular) no se desarrollan ni funcionan de manera óptima si no son estimulados por la práctica frecuente de actividad física. La actividad física no solo promueve el bienestar físico, sino también el mental. A nivel psicológico reduce la depresión, la ansiedad, el estrés y la ira; mejora el humor; contribuye a mejorar el sentido de estima, de propósito, la calidad de vida, y el sueño; ayuda a crear relaciones sociales más fuertes y mayor conexión social.

#### **A. Categorías de la Actividad física.**

**Actividad base:** se refiere a las actividades de la vida diaria de intensidad ligera, como estar de pie, caminar lentamente o levantar objetos de poco peso. Varía según el tipo de persona que la realiza.

Aquellas personas que solo realizan actividad base se consideran inactivos. Es posible que realicen cortos episodios de actividades de intensidad moderada a vigorosa, como subir unos tramos de escaleras, pero estos episodios no son los suficientemente largos como para estar establecidos en las directrices estipuladas de actividad física necesaria para obtener beneficios en la salud.

**Actividad física encaminada a la mejora de la salud:** es aquella actividad que, al sumarla a la actividad base, produce beneficios en la salud. Ejemplos de este tipo de actividades serían caminar de manera energética, saltar a la comba, bailar, hacer yoga, etc.

Generalmente, al hablar de actividad física, se refiere a esta segunda categoría. De hecho, en la pasada década, se estandarizaron los instrumentos para medir el total de actividad física, considerándose esta el total que se realiza tanto durante el tiempo libre, ocupacional, tareas domésticas y/o transporte.

El término ejercicio físico implica que la actividad física realizada sea planificada, estructurada y controlada, con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de una persona. Esta condición física es el estado fisiológico de bienestar que facilita la realización de las actividades de la vida cotidiana a las personas, comprendiendo un conjunto de propiedades relativas al rendimiento de la persona en cuanto al ejercicio. Está compuesta por los elementos de resistencia cardiorrespiratoria, fuerza, resistencia muscular, flexibilidad, composición corporal, coordinación-equilibrio y un buen estado psicoemocional.

El Consejo de Europa, en 1992, definió el término deporte como “todo tipo de actividades físicas que, mediante una participación organizada o de otro tipo, tengan por finalidad la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o el logro de resultados de competiciones de todos los niveles”.

## **B. Tipos de la Actividad física**

Tipo de actividad física: forma de participación en la actividad física.

Puede ser de diversos tipos: aeróbica, o para mejorar la fuerza, la flexibilidad o el equilibrio. Se debe tener en cuenta no solo el ejercicio físico o deporte concreto, sino también aquellas actividades físicas que van más allá de su actividad base, como las que realiza en su tiempo libre, ocupacional, tareas domésticas y transporte, tal y como ya se ha mencionado.

- Duración: tiempo durante el cual se debería realizar la actividad o ejercicio suele estar expresado en minutos.
- Frecuencia: número de veces que se realiza un ejercicio o actividad.
- Suele estar expresado en sesiones, episodios, o tandas por semana.
- Intensidad o ritmo y nivel de esfuerzo que conlleva la actividad: es el grado en que se realiza una actividad, o magnitud del esfuerzo necesario para realizar una actividad o ejercicio.

## **C. La inactividad física**

Una persona físicamente inactiva es aquella que no cumple ninguno de los tres criterios siguientes:

- 30 minutos de actividad física de moderada a intensa al menos 5 días por semana
- 20 minutos de actividad física intensa al menos 3 días por semana
- Una actividad física semanal equivalente a un mínimo de 600 METs minuto.

La inactividad física es el cuarto factor de riesgo más importante de mortalidad mundial (causando entre el 6% y el 9% de muertes en todo el mundo) dentro de las enfermedades no transmisibles.

#### **D. Actividad física a lo largo de la vida**

La mejor manera de ser físicamente activo es serlo durante toda la vida.

Por eso las recomendaciones de las organizaciones relacionadas con la salud son las de realizar un enfoque a lo largo de toda la vida, aportando recomendaciones a tres grupos de edad: los niños y adolescentes, los adultos y los adultos de mayor edad.

A medida que los **niños** crecen y se convierten en adolescentes, suelen reducir la cantidad de actividad física que realizan. También se modifica el tipo de actividad física, puesto que los niños habitualmente la realizan al jugar, mediante actividades de juego desestructuradas, alternando momentos de actividades de intensidad moderada y vigorosa con el descanso. Pero a medida que crecen, sus patrones de actividad física se modifican hacia programas organizados y deportes, y son capaces de mantener períodos más largos de actividad. En un estudio realizado en un grupo poblacional heterogéneo, se observaron diferencias en el nivel de AF, siendo el rango de edad 10-19 años el que mayores niveles presentaba. Atribuyeron esas diferencias a que, en ese rango de edad, las actividades físicas que se realizan suelen estar relacionadas con las que se imparten a nivel académico (en el colegio o instituto).

La **adolescencia** es una etapa crítica debido a los cambios hormonales, psicosociales y de comportamiento, sobre todo a nivel de estilos de vida y comportamientos saludables. Conseguir el equilibrio de los factores protectores es fundamental para mantener su salud. De hecho, entre los objetivos prioritarios establecidos por el ACSM en el grupo poblacional joven está el

adquirir y mantener un estilo de vida saludable, siendo el ejercicio físico un componente importante.

Los **jóvenes** que realizan actividad física de manera regular tienen más posibilidades de ser más sanos al llegar a la edad adulta, ya que disminuye la probabilidad de desarrollar los factores de riesgo de las ENT (39,70). Además, las actitudes hacia la actividad física que se forman durante la juventud continúan en la edad adulta. La niñez y adolescencia son momentos críticos en el desarrollo de hábitos y estilos de vida saludables, como la actividad física, y su posterior mantenimiento durante la edad adulta.

Podemos decir que los estudios acerca de la consolidación de hábitos de práctica deportiva coinciden en que la consolidación de estilos de vida saludables en la edad adulta depende de lo acontecido durante la infancia y la adolescencia. También es importante la motivación y la actitud positiva hacia el ejercicio, puesto que tener esta inquietud predispone a tener hábitos de práctica de actividad física más intensos y frecuentes.

Según Moreno Murcia (2005), El estudio de la motivación es un factor importante que permite conocer por qué algunas personas eligen una determinada actividad y los factores que determinan la permanencia o el abandono de esta elección. Existen múltiples estudios dedicados a averiguar las barreras y motivos de abandono en la práctica deportiva. Hay autores que describen cierto paralelismo entre los motivos de práctica y los motivos de abandono, no obstante, no todos los motivos intervienen en la adhesión a la actividad, ni los motivos de inicio son los mismos que determinan su mantenimiento. Los principales motivos que mueven a las personas a realizar actividad física a lo largo de la vida están relacionados con la salud y con la interacción social. De la misma manera Ramírez Vélez,(2016), ha relacionado una mayor autopercepción de las barreras para realizar AF con una mayor frecuencia de obesidad abdominal en estudiantes universitarios

## **E. Formación integral escolar**

Dentro los conceptos de Formación Integral Escolar se van a nombrar a diferentes autores en sus propias definiciones.

- Según Lonergan, B. (1993) , concreta tres aspectos fundamentales de la formación integral el desarrollo intelectual para estimular la inteligencia y el desarrollo de juicio; los niveles de integración del conocimiento humano, los cuales la persona deberá ir alcanzando a través del desarrollo de la conciencia y del sentido común, con el fin de que se convierta en un ser activo y crítico dentro de su rol social, y la formación básica general, reconocida como el desarrollo de capacidades y habilidades intelectuales, lenguajes, actitudes y conocimientos de carácter humanista. (P.1998)
- Según Pariat, M (1995), la formación integral más relacionado con la función reproductiva que la educación ejerce para la adaptación del estudiante al mundo económico, social y de la cultura. La integración que permita que los jóvenes puedan construir una identidad personal, social y profesional. (P.74 - 93)
- Según Orozco, L (1999), la formación integral es un estilo de educar que se enfoca en el estudiante como un todo. Lo conduce a adquirir la capacidad de actuar con el potencial de su espíritu, de manera autónoma y responsable en su contexto social, de tal forma que logre comprometerse con su transformación. La formación integral con lleva un compromiso de la persona consigo mismo y con la sociedad. (P.197)
- Según Campo, R. y Restrepo, M. (1999), la formación integral busca el desarrollo armónico, aunque todas las dimensiones del individuo se despliegan de diferente manera, con distinta intensidad, en diversos tiempos. El desarrollo de la totalidad debe darse como el desarrollo de la unidad del ser humano, para descubrir y potenciar sus talentos de modo que cada quien sea lo que pueda en el contexto de la totalidad de su ser. (P.4)
- Según Rincón, L (1999) , considera que la formación integral es un estilo educativo , donde se tratan saberes y elementos que permiten el desarrollo de los estudiantes como personas según sus singularidades , para que esto se dé la educación debe formar en las dimensiones ética , espiritual , cognitiva , afectiva , comunicativa , estética , corporal y socio política , de manera articulada. (P.197)

- Según Maya, A. (2003), la formación integral es una característica distintiva de la educación formal, ya que se interesa en la formación del ser humano. Hablar de formación, e incluso de educación, lleva implícito el concepto de la integridad del ser humano. (P.196)
- Según Zazar, C. (2003) , describe que la formación integral busca el desarrollo del lenguaje para la comunicación , la adquisición de herramientas intelectuales, el desarrollo de la identidad y la autoestima , y así lograr que el alumno adquiriera capacidades para desenvolverse en la sociedad de forma activa , crítica y transformadora . (P.198)
- Según la Asociación de colegios Jesuitas de Colombia - Acodesi (2003), define la formación integral como como el proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano en torno a lo ético-moral, lo cognitivo, lo afectivo, lo comunicativo, lo económico, lo socio-cultural y lo político, a fin de lograr su realización plena en la sociedad. (P.13)
- Según Martínez, M. (2009), la formación integral en el ser humano, dejando claro que existen otros enfoques que pueden complementar su propuesta; ellas son el desarrollo neurofisiológico; cognitivo, inteligencia y creatividad; psicológico, afectivo y social; moral, ético y de valores, y vocacional y profesional. (P.200)
- Según Picardo, J. (2009), la formación integral se ha privilegiado en la cultura occidental desde la concepción antropológica de la persona humana, indicando que es el proceso mediante el cual se potencian todas sus dimensiones. Así, la palabra formar, que en latín formare significa “dar forma a algo”, indica criar, adiestrar, educar, adquirir más o menos desarrollo, habilidades, aptitudes, en los planos físico, moral y social. La palabra formación significa “acción y efecto de formar o formarse. (P.92)
- Según Mendivil, T. (2010), la formación integral es un concepto que está presente en todos los principios que rigen los planes, programas, proyectos educativos, las misiones y objetivos que rezan en los diferentes Proyectos Educativos Institucionales, PEI, como política institucional globalizada. (p. 72.)

- Según Rojas, C. (2010), la formación integral se compromete con la paz mediante el desarrollo de actitudes y aptitudes necesarias para vivir y convivir social y armoniosamente en una determinada cultura. es importante el desarrollo de la dimensión social en torno al compromiso con los cambios y transformaciones que conducen a una sociedad libre y fraterna, esto conlleva a educar en un grupo de actitudes y aptitudes necesarias para convivir: esto genera el sentimiento de la propia dignidad como persona humana, la autoestima, el amor por la libertad, la pasión por la justicia, el respeto por el otro ser humano y la admiración por los nobles ideales. (P.353)
- Según García, L. (2012), la formación integral es una práctica educativa centrada en la persona humana y en sus relaciones con el otro, con su medio y con el mundo, desarrollando en el individuo la capacidad de análisis, liderazgo, ética y honestidad, trabajo en equipo, solución de problemas, toma de decisiones, creatividad e iniciativa.

### **2.2.2. Formación integral**

Es muy importante analizar los perfiles teóricos y reales del maestro de primaria para determinar el tipo de estudiantes que se está formando, ya que ellos son reflejo de sus educadores.

Las personas tienen neuronas espejo que se reproducen imitando el lenguaje, los movimientos corporales e incluso el estado emocional de otras personas con las que interactúan.

Los alumnos integran en su mente comportamientos de las personas con las que interactúan que podrían ser sus padres y maestros. Así por ejemplo, si se tiene desanimados a los padres y maestros, sin motivación y sin la preparación adecuada y menos sin la participación personal y social en la formación de los educandos, no podemos esperar mucho de ellos. Sin embargo, si hay padres y maestros dedicados y comprometidos con su misión, se tendrán estudiantes que alcanzarán y superarán las habilidades esperadas.

#### **Beneficios de la formación integral**

La formación integral del estudiante contribuye al mejoramiento de la calidad de vida del entorno social y logra la realización plena de los escolares. Esto se inicia

con la idea de desarrollar diversas dimensiones del estudiante, siendo además un proceso continuo, permanente y participativo. Este proceso contempla cada una de las dimensiones del ser humano:

**Dimensión ética:** Es la capacidad de tomar decisiones libres, responsables y autónomas. Los valores fundamentales que debe tener cada escolar son responsabilidad, solidaridad, honestidad, respeto a la justicia, tolerancia entre alumnos, solidarios y colaboradores con los necesitados, por medio de acciones con propósitos y aspiraciones de interés común.

La Ética es la disciplina filosófica que se ocupa de esa compleja dimensión de la vida humana que es la moralidad. Cortina A. & Martínez E. (1996)

Rafael Gamba (1989,28), dice que ética es la parte de la filosofía que estudia las leyes de la licitud o moralidad de los actos y su fundamento.

**Dimensión cognitiva:** Es la capacidad y habilidad de los estudiantes de poder comunicarse con su entorno, comprender y aplicar creativamente los conocimientos e interactuar con otros niños y adultos. Todo esto da como resultado la apropiación de seguridad emocional en el niño, para fortalecer sus relaciones y la convivencia con el entorno.

Arango de Narváez, Infante de Ospina & López de Bernal (2006, p. 18), definen el desarrollo cognitivo como “el conjunto de acciones tendientes a proporcionar al niño y la niña las experiencias que este necesita desde su nacimiento para desarrollar al máximo su potencial biopsicosocial”.

**Dimensión afectiva:** Es la capacidad de amarse y expresar el amor en sus relaciones interpersonales. Conjunto de posibilidades del estudiante para relacionarse consigo mismo, con los demás y con el entorno, con base en el afecto, que es la energía y motor del desarrollo de la persona.

Un teórico social como Luhmann (1985: 2122), considera al amor como un medio de comunicación que permite comprender las relaciones entre los medios de comunicación y las estructuras de la sociedad. El autor afirma que “los criterios a través de los que se manifiesta el amor tienen que hallar su expresión acabada en la acción” (1985: 40).

La comunicación humana se realiza por medio de acciones expresivas que funcionan como señales, signos y símbolos. La expresión de nuestras emociones y pensamientos y la descripción de los mismos serían aspectos inexistentes e

inabordables sin algún tipo de lenguaje. Es nuestra común experiencia que todos los tipos de acción humana, y no solo el habla sirve para transmitir información. Tales modos de comunicación incluyen la escritura, la interpretación musical, la danza, la pintura, el canto, la construcción, la representación, la adoración, etc. Leach, (1989: 22).

**Dimensión comunicativa:** Destreza de interactuar destacadamente e interpretar mensajes con sentido crítico. Siendo el lenguaje un medio, un instrumento, gracias al cual los estudiantes se comunican entre sí y hacen contacto directo con otras personas relacionándolo de modo directo con el pensamiento, donde el lenguaje apunta y asegura en palabras los resultados de la labor del pensamiento.

Pérez y Roa (2010, p. 16), indica “Hoy, es claro que los propósitos de la escuela, frente al lenguaje, se orientan a construir las condiciones para que los niños y niñas ingresen a la vida social y académica construyendo una voz propia que les otorgue seguridad e identidad con su grupo social de referencia, de tal modo que vayan configurando un lugar en el tejido social”

Bérard (1995) explica que el enfoque comunicativo se desarrolla a partir de una crítica de las metodologías audio oral y audiovisual para la enseñanza de lenguas. Tiene como propósito fundamental el establecer la comunicación, tomando en cuenta las necesidades del alumno que determinan las aptitudes que el alumno desea desarrollar (comprensión y expresión oral o comprensión y expresión escrita), con la utilización de documentos auténticos de la vida cotidiana para una mejor y más rápida adquisición de la lengua. El conocimiento adquirido será utilizado en situaciones reales, respetando los códigos socio-culturales.

**Dimensión estética:** Es la aptitud de los niños para exponer y expresar creativamente su sensibilidad apreciando y transformando el entorno. La dimensión estética tiene alguna relación con el arte bello y la belleza. La Crítica del arte, la Historia del arte, se consideran como parte de la Estética, de ahí que podemos definir la Estética como "teoría del arte y de la belleza".

Toda investigación sobre el problema de la imagen, antes que nada, debe comenzar por reconocer que este término, en nuestra cultura, es la designación de algo imposible. La imagen, en efecto, es el lugar donde la metafísica occidental ha intentado solucionar su enigma propiamente central: la unión de lo sensible y lo inteligible, de lo múltiple y de lo uno. Es por ello que la imagen lleva en sí misma

una dualidad irreductible y originaria: ella es, por esencia, aquello que es repetible y reproducible, pero, al mismo tiempo, ella es la aparición de algo único. Agamben, (1998, pp.138-139).

**Dimensión corporal:** Es la capacidad del educando de valorar, desarrollar y expresar armónicamente su corporalidad. Dimensión corporal es un estado de la persona de salvar el cuerpo como fundamento de la vida, de escucharlo y comprenderlo desde el interior como un medio de expresión y de comunicación, normalizador de la experiencia humana, transcendental en la consolidación de valores y en la interacción del estudiante consigo mismo y con el entorno.

El psicólogo Erick Erickson (1963), describió tres etapas del desarrollo desde la perspectiva psicosocial pertenecientes a la infancia, donde reconoce algunos elementos relacionados con la importancia del movimiento para el desarrollo integral de los niños. En la primera etapa, describe que se da al primer contacto del bebé con su madre, quien será la que reajustará su equilibrio por el desajuste que sufrió al salir del vientre y, además, será quien satisfaga sus necesidades para sobrevivir, tales como el hambre, por medio del reflejo de succión, la seguridad, la confianza, la aceptación y el reconocimiento. En la segunda etapa, es donde el niño adquiere destrezas mentales y habilidades motoras, como el lenguaje y la marcha, y en la cual empieza a caminar con mayor seguridad y a tener mejor control muscular, generándole autonomía para explorar el mundo que lo rodea, para identificar objetos y para actuar de acuerdo a lo nuevo que descubre. Es a partir de estos avances que el niño tiene la voluntad de aprender y tomar sus propias decisiones. En la tercera etapa, se resalta que el juego es una actividad básica en donde el niño expresa aspectos de su emotividad e inquietudes, y también en donde las relaciones sociales crecen.

**Dimensión socio-política:** Es la capacidad acrecentada por los estudiantes en interacción con otras personas para asumir un compromiso mutuo y comunitario en la edificación de una sociedad justa, participativa y equitativa. El desarrollo de la dimensión sociopolítica en los estudiantes se dirige a: La autonomía, participación en convivencia, asertividad, respeto de las diferencias, respeto de la naturaleza, compromiso ético en la construcción de una sociedad más justa, democracia, etc.

Las posibilidades educativas del ser humano no se encuentran en su configuración biológico – individual sino en su ámbito social. A través de la sociabilización el ser

humano consigue modificar su conducta. La socialización se refiere a los procesos por los que se adquieren modos de comportamiento comunes al grupo social.

Haciendo de la cultura algo propio, la educación se encarga de ese proceso de socialización. Es de forma lenta y gradual y empieza dentro de la familia (socialización primaria) El individuo interioriza valores relacionándolos con los roles que irá a desempeñar como adulto; para ello está especialmente la escuela (socialización secundaria). Por la socialización, el ser humano hace suyos los aspectos más importantes de la cultura. Anglas M. (2007)

### 2.3. Definición de términos Básicos:

- **Salud:** Una condición humana con una dimensión física, social y psicológica caracterizada por poseer un polo positivo y negativo. La salud positiva se asocia con una capacidad de disfrutar de la vida y resistir desafíos no está meramente asociada a la ausencia de enfermedad. La salud negativa se asocia con la morbilidad y en extremo con la mortalidad prematura. **Shepard, R. J. (1995)**
- **Moral:** Forma parte de la vida cotidiana de las sociedades y de los individuos y no lo han inventado los filósofos, la ética es un saber filosófico. **Cortina, A (1999)**
- **Motricidad:** Es la energía, expresada en la acción como esencia de lo humano, es decir, energía expresada para la acción de superación, en todos los ámbitos de la vida. **Vieira , M. (1999)**
- **Educación:** Es un proceso de perfeccionamiento permanente para potenciar capacidades y superar limitaciones personales con la finalidad de irradiarlas en la sociedad. **Marveya Villalobos. (2002)**
- **Administración:** Según **Thompson (2008)**, administración es el proceso de planificar, organizar, dirigir y controlar el uso de los recursos y las actividades de trabajo con el propósito de lograr los objetivos o metas de la organización de manera eficiente y eficaz.
- **Pedagogía:** Como puntualiza **Lemus (1969)**, la pedagogía es una disciplina que tiene por objeto el planteo, estudio y solución del problema educativo.
- **Ética:** Se define como moral vivida, y en tal sentido se entiende como el conjunto de reglas, normas, mandatos, tabúes y prohibiciones que regulan y guían la conducta y el

comportamiento humano dentro de una determinada colectividad histórica. **Marlasca, A (2004)**

- **Identidad Social:** Se forma entonces por la pertenencia a un grupo. Que sea positiva o negativa dependerá de la valoración que el individuo haga de su grupo en comparación con otros grupos. **Gómez , A (2006)**
- **Motivación:** Es el deseo de hacer mucho esfuerzo por alcanzar las metas de la organización, condicionado por la necesidad de satisfacer alguna necesidad individual. Si bien la motivación general se refiere al esfuerzo por conseguir cualquier meta, nos concentramos en metas organizacionales a fin de reflejar nuestro interés primordial por el comportamiento conexo con la motivación y el sistema de valores que rige la organización. **(Robbins, 1999:17).**
- **Corporeidad :** Es un concepto que se inscribe dentro de la condición humana , en la medida que reconoce el determinismo biológico de orden filogenético , pero lo trasciende y relaciona con los procesos de interacción social y de mediación cultural de orden ontogénico . **Hurtado, D. (2008 )**
- **Muestra:** Es una porción de la totalidad de un fenómeno, producto o actividad que se considera representativa del total también llamada una muestra representativa.

Muestra viene de mostrar siendo que da a conocer a los interesados o públicos objetivos resultados, productos o servicios que ejemplifican o sirve como demostración de un tipo de evento, calidad o la estandarización. <https://www.significados.com/muestra/>

- **Obesidad infantil:** Es la acumulación excesiva de grasa corporal, en el tejido adiposo, en la población infantil, la cual puede percibirse por el aumento del peso corporal cuando el mismo supera el 20 % del peso ideal, según la edad, la talla y el sexo del niño en cuestión. **Ucha, F. (2011).**
- **Peso corporal:** Antes de entrar de lleno a determinar el significado del término corporal, es necesario establecer el origen etimológico de las dos palabras que le dan forma. En este sentido, ambas proceden del latín:

Peso deriva de “pensum” y este, a su vez, del verbo “pendere”, que significa “colgar”.

Corporal es fruto de la evolución de la palabra latina “corporalis”, que puede traducirse como “relativo al cuerpo”. Se encuentra conformada por dos partes

claramente diferenciadas: el sustantivo “corpus”, que es sinónimo de “cuerpo”, y el sufijo “-al”, que se usa para indicar “relativo a”. **Pérez J. & Merino M. (2015)**.

- **Actividad física:** define **García (1997)** como: “la ciencia, la tecnología y la práctica que tiene por objeto el estudio de los elementos, y de sus interrelaciones intervinientes en el campo educativo físico, y que trata de explicar y de regular normativamente sus procesos de acomodación diferenciada, tendentes a conseguir los objetivos educativos, de antemano propuestos, en el marco institucional que lo concretiza”.
- **Deporte:** Según **García Ferrando (1990)**, el deporte “es una actividad física e intelectual humana, de naturaleza competitiva, gobernada por reglas institucionalizadas”.
- **Estilo de vida:** Indica, **Mendoza (1995)**, que el estilo de vida puede definirse como “el conjunto de patrones de conducta que caracteriza la manera general de vivir de un individuo o grupo”.
- **Calidad de vida:** Según **Sánchez Bañuelos (1996)**. “Es de calidad de los años vividos, es decir, no considerar solamente el total de años de que vivimos, sino los años durante los cuales una persona es autónoma, está libre de enfermedades crónicas y puede disfrutar de la vida”.
- **Sedentarismo:** Es la actitud del sujeto que lleva una vida sedentaria. En la actualidad, el término está asociado al sedentarismo físico (la falta de actividad física). En su significado original, sin embargo, este vocablo hacía referencia al establecimiento definitivo de una comunidad humana en un determinado lugar. **Perez J. & Gardey A. (2010)**.
- **Dieta equilibrada:** Es aquella manera de alimentarse que aporta alimentos variados en cantidades adaptadas a nuestros requerimientos y condiciones personales. Llevar una alimentación equilibrada no es ingerir mucha comida, ya que es tan importante la cantidad como la calidad de la misma. **De Torres L. & Francés M. (2007)**.
- **Nutrición:** Según **Sánchez M. (2015)**, la nutrición es el conjunto de procesos fisiológicos por los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los alimentos. Es un proceso involuntario e inconsciente que depende de procesos corporales como la digestión, la absorción y el transporte de los nutrientes.

- **Alimentación:** En palabras del profesor **Grande Covián (1984)**, " Es el proceso mediante el cual tomamos del mundo exterior una serie de sustancias que, contenidas en los alimentos, forman parte de nuestra dieta, son necesarias para la nutrición". El alimento es, por tanto, todo aquel producto o sustancia que una vez consumido aporta materiales asimilables que cumplen una función nutritiva en el organismo.

### **CAPITULO III: HIPOTESIS Y VARIABLES**

3.

#### **3.1. Hipótesis general**

- Existe relación significativa entre la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

#### **3.2. Hipótesis Específicos**

- Existe relación significativa entre la experiencia personal con la formación integral afectiva en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.
- Existe relación significativa entre el movimiento corporal con la formación integral corporal en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.
- Existe relación significativa entre la práctica socio cultural con la formación integral comunicativa en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

### **3.3. Definición conceptual y operacional de la variables**

#### **3.3.1. Variable Independiente**

##### **3.3.1.1. Actividad Física**

###### **A. Definición Conceptual.**

La actividad física hace referencia a cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que tiene como resultado un gasto energético que se añade al metabolismo basal.

###### **B. Definición Operacional.**

Instrumentos y procedimiento.

Para medir la actividad física, utilizamos una adaptación al contexto de la educación física del “Cuestionario de la actividad física, Percibido en la educación formativa”.

Este cuestionario consta de 20 ítems valorados del 1 al 5 desde nunca, casi nunca, algunas veces, casi siempre, siempre.

Los ítems se distribuyen en uno (1) Variable, y tres (3) dimensiones, siendo de la siguiente manera. 5 ítems para la variable actividad física y 5 ítems para la dimensión de la experiencia personal, 5 ítems para la experiencia corporal y 5 ítems para la práctica socio cultural

Los ítems de este cuestionario corresponden a cinco alternativas tomando en cuenta la edad y las condiciones de los estudiantes.

#### **3.3.2. Variable dependiente**

##### **3.3.2.1. Formación Integral Escolar.**

###### **A. Definición Conceptual.**

La formación integral escolar es un proceso sistemático mediante el cual el estudiante aprende a conocerse así mismo y al mundo que lo rodea, constituye una fuente que orienta al estudiante en la comprensión y aprehensión de conocimientos con su entorno social y natural.

## **B. Definición Operacional.**

Instrumentos y procedimiento.

Para medir la formación integral, utilizamos una adaptación al contexto de la educación física del “Cuestionario de la formación integral Percibido en la educación formativa”.

Este cuestionario consta de 20 ítems valorados del 1 al 5 desde nunca, casi nunca, algunas veces, casi siempre, siempre.

Los ítems se distribuyen en uno (1) Variable, y tres (3) dimensiones, siendo de la siguiente manera. 5 ítems para la variable actividad física y 5 ítems para la dimensión de la experiencia personal, 5 ítems para la experiencia corporal y 5 ítems para la práctica socio cultural

Los ítems de este cuestionario corresponden a cinco alternativas tomando en cuenta la edad y las condiciones de los estudiantes.

### 3.4. Operacionalización de variables.

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
VI <b>Actividad Física.</b>	Experiencia Personal	Desarrolla actividades con esfuerzo físico Logra niveles de dedicación y comunicación asertiva Desarrolla un programa de preparación en valores	5 Preguntas por Dimensión Total 15	DICOTOMICAS Siempre(4) Frecuentemente(3) Ocasionalmente(2) Raramente(1) Nunca(0)
	Movimiento Corporal	Toma de decisiones de una manera parcial y transparente Opinión de los demás como modos de lograr comunicación efectiva		
	Practica Socio Cultural	Satisfacción a través de una trabajo autocrático Confianza a través de niveles comunicación Entusiasmo hacia los grupos de trabajo		
VD <b>Formación Integral Escolar</b>	Formación Integral Afectiva	Desarrolla programas de aprendizaje cooperativo para unificar criterios de conducta en el entrenamiento	5 Preguntas por Dimensión Total	LIKERS Siempre(4) Frecuentemente(3) Ocasionalmente(2) Raramente(1) Nunca(0)
	Formación Integral Corporal	Potencializa el esfuerzo / mejora a través de un trabajo preparado		
	Formación Integral Comunicativa	Analiza la importancia del Papel preponderante en la evaluación de las tareas programadas		

## **CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **4.1. Tipo y nivel de Investigación**

#### **4.1.1. Tipo de Investigación**

La presente investigación corresponde al tipo básico y aplicada, porque se dedica a contribuir datos de un determinado estudio validara la información recolectada, su objetivo es la búsqueda de nuevos conocimientos y el progreso científico es recoger información de la realidad para enriquecer el conocimiento científico para la validación de hipótesis y generar un nuevo conocimiento (Vara-Horna, 2015. Pag.202).

#### **4.1.2. Nivel de Investigación**

Es de nivel descriptivo correlacional porque se buscará determinar el grado de relación (Vara-Horna, 2015. Pág. 206), que existen entre la actividad física como medio de formación integral escolar de los estudiantes de 6to grado de educación primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones de Jesús María, 2018.

## **4.2. Diseño y Método de la Investigación**

### **4.2.1. Método de Investigación**

Dentro la tesis se usó dos métodos un general que sería el deductivo, porque se desea extraer datos de todos logros y llegar a lo específico y tomar acciones reales. Según Egg (1997) dice que, “es el razonamiento que, partiendo de casos particulares, se eleva a conocimientos generales. Este método permite la formación de hipótesis, investigación de leyes científicas, y las demostraciones. La inducción puede ser completa o incompleta”. Ander-Egg, E. (1997, p. 97).

Y como método específico y nutrirnos de datos más probables, se usó el método estadístico, donde se dice que, El método estadístico consiste en una secuencia de procedimientos para el manejo de los datos cualitativos y cuantitativos de la investigación.

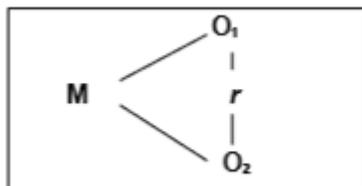
Dicho manejo de datos tiene por propósito la comprobación, en una parte de la realidad, de una o varias consecuencias verificables deducidas de la hipótesis general de la investigación.

Las características que adoptan los procedimientos propios del método estadístico dependen del diseño de investigación seleccionado para la comprobación de la consecuencia verificable en cuestión. Obregón Reynaga Jesús (2010. Pag 17)

### **4.2.2. Diseño de Investigación:**

La presente investigación es de diseño No experimental con corte transversal correlacional, siendo considerada en el enfoque cuantitativo, según Hernández Sampieri, R., et al (2006, p. 107), donde dice el investigador no manipulará las variables y se observarán los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos, en un momento dado y en un tiempo único; por tal razón está orientada a evaluar la relación existente entre la actividad física como medio de formación integral escolar de los estudiantes de 6to grado de educación primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones de Jesús María. Diseño que permitirá relacionar las variables de la tesis y determinar su significancia a través de los estadísticos de análisis de correlación.

El siguiente esquema correspondería a este tipo de diseño:



Dónde:

M: Muestra de la tesis.

Ox: Observación de la 1era variable

Oy: Observación de la 2da variable

R: Relación entre las variables estudiadas.

### 4.3. Población y muestra de la investigación

#### 4.3.1. Población

Se entiende por población el "(...) conjunto finito o infinito de elementos con características comunes, para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación. Esta queda limitada por el problema y por los objetivos del estudio". (Arias, 2006. p. 81). Es decir, se utilizará un conjunto de personas con características comunes que serán objeto de estudio, lo cual será tomada por 60 estudiantes de la sección A y B del 6to grado de Educación primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones de Jesús María.

#### 4.3.2. Muestra

De acuerdo con Pérez, R. (1986, p.12), la muestra es un subconjunto de elementos de la población, de forma que este subconjunto representa a todo el colectivo. Asimismo, Sánchez, H. (2006), dice: "...si la población es reducida conviene tomarla como muestra en su totalidad, la cual se le denomina muestra censal" (p.110). Por lo mencionado, la muestra es de tipo censo de 60 estudiantes de 6to grado de Educación Primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones de Jesús María. La muestra pertenecen a un grupo con edades promedio entre los 10 y 12 años, pertenecientes a las dos secciones A y

B estudiantes de 6to grado de Educación Primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones de Jesús María. Se toma a este grupo de estudiantes por dos razones fundamentales. Una es su vida personal y emocional y corporal que ya la mayoría de ellos pasaran a ser adolescentes y tienen una serie de cambio que repercutirán progresivamente y la otra es que dejaran el primario para pasar al nivel secundario cambiando en la enseñanza y las relaciones entre compañeros de estudio. Por tanto es importante medir estas variables que nos ayudara a identificar comportamiento de integración a través de la actividad física.

La población muestra se calculó de la siguiente manera:

POBLACIÓN MUESTRA	
SECCION A	SECCION B
30. Estudiantes de 6to grado de Educación Primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñonez	30. de 6to grado de Educación Primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñonez

#### 4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

##### 4.4.1. Técnicas

En el presente estudio, los resultados obtenidos, para la recolección de datos, la técnica utilizada es la encuesta.

- **La encuesta** es una técnica que busca indagar la opinión que tiene un sector de la población sobre un determinado problema.
- **La entrevista** a los entrenadores para poder ver evaluar progresivamente la conducta de los entrenamientos y el clima motivacional
- **Transcripción magnética** para tener claro la relación de la actividad física y la formación integral en estudiantes de 6to grado de Educación Primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñonez

##### 4.4.2. Instrumentos

Los instrumentos son el soporte físico que se emplea para recoger información. Todo instrumento provoca o estimula la presencia o manifestación de los aprendizajes que se pretende evaluar. Según Hernández (1998), la validez se

refiere al grado en que un instrumento de recolección de datos mide la variable que pretende medir, y la confiabilidad se refiere al grado en que la aplicación repetida de un instrumento de recolección de datos al mismo sujeto u objeto produce similares resultados. Contiene un conjunto estructurado de ítems los cuales posibilitan la obtención de la información deseada, según indicadores formulados en la presente investigación hemos elaborado los instrumentos que consideramos los adecuados para elaborar esta investigación sobre la conducta la actividad física y la formación integral en estudiantes de 6to grado de Educación Primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñonez.

- **Cuestionario:** El cuestionario nos brindara la información para determinar la influencia de la variable X sobre la variable Y, y buscar probar la hipótesis de estudio.
- **Ficha o guía de entrevista:** Este instrumento fue diseñado en base a las dimensiones establecidas para la variable independiente, estableciéndose un modelo “A”.
- **La base de datos** en el cual se pone a toda la información obtenida y así ser procesada, evaluada y tabulada como parte de la recolección de datos.

#### **4.4.3. Criterios de inclusión y de exclusión de la muestra**

##### **A. Criterios de Inclusión**

Todos los estudiantes que se encuentran en condiciones física aceptables y estén dispuestos a la participación física y social.

##### **B. Criterios de Exclusión**

Estudiantes que por alguna razón y decisión de Dirección no desean someterse al muestreo del proyecto de investigación

#### **4.4.4. Validez y confiabilidad**

La validación del instrumento se obtendrá a través del juicio de expertos, actividad que se desarrollara en todas las fases de la investigación, a fin de someter el modelo a la consideración y juicio de conocedores de la materia en cuanto a Promoción y Metodología se refiere y así facilitar el montaje metodológico del instrumento tanto de forma como de fondo, con el fin único de su evaluación y al considerar la misma, hacer las correcciones que tuvieran

lugar, para de esta forma garantizar la calidad y certidumbre del modelo. Cada experto recibirá una planilla de validación, donde se recogió la información. Esta planilla contiene los siguientes aspectos de información por cada ítems: congruencia, claridad, tendenciosidad, observación. Luego de la revisión de parte de los expertos se procederá: (a) en los ítems con 100% de coincidencia favorable entre los expertos, semejaron incluidos en el cuestionario, (b) en los ítems donde hubo un 100% de coincidencia desfavorable entre los expertos se excluyeron del instrumento, (c) donde existirá acuerdo parcial entre los expertos se revisaron los ítems, para ser nuevamente validados.

### Validez Cuantitativa

INDICADORES	CRITERIOS	JUEZ1	JUEZ 2	JUEZ 3	TOTAL	%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible.					
2. OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.					
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					
4. ORGANIZACIÓN	Presentación Ordenada y secuencial.					
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de las variables en cantidad y calidad suficiente.					
6. PERTINENCIA	Permitirá conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.					
7. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las variables.					
8. CONSISTENCIA	Pretende conseguir datos basado en teorías o modelos teóricos.					
9. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.					
10. ESTRATEGIA	Los datos por conseguir responden los objetivos de investigación.					
11. APLICACIÓN	Existencia de condiciones para aplicarse.					
	<b>TOTAL</b>					

FUENTE: Validación realizada por los jueces.

#### **4.4.5. Plan de análisis de datos**

Una vez recolectada la información, fue preciso seguir una serie de pasos a fin de organizarla e intentar dar respuesta a los objetivos planteados en la investigación. Los datos empíricos obtenidos después de aplicar las técnicas e instrumentos de recolección, se clasificaron, registraron y tabularon para su posterior análisis e interpretación.

En primera instancia, se empleó la recopilación de la información a través de fuentes bibliográficas provenientes de libros, revistas, publicaciones periódicas, textos legales, y páginas de internet, la misma fue revisada, organizada y analizada, a través de un resumen crítico y analítico de los hechos relacionados con el tema de estudio.

Seguidamente, se procedió al procesamiento de datos, luego se tabulo los datos y finalmente se codificaron los datos, lo cual nos llevara a desarrollar un plan correctamente elaborado.

El análisis de la investigación es muy importante porque permite evaluar la actividad de campo y la eficacia de la guía de entrevista en general. El análisis permite mejorar la base para futuras investigaciones, además de eliminar errores en los datos.

En tal sentido, los datos fueron sometidos a las técnicas de registro y tabulación, lo que permitió la reducción y sistematización de los mismos en función de su posterior interpretación.

Así mismo, se recurrió a un proceso de selección y orden del material encontrado durante las revisiones bibliográficas, hemerográficas, internet y los cuestionarios utilizados.

La información recabada mediante las entrevistas, con la aplicación de la guía de entrevistas como instrumento, se procesó por medio de la estadística descriptiva, definida por Hernández (2015) “como la descripción de datos, valores o puntuaciones obtenidas para cada variable” (p.343). Esta se hizo a través de hojas de cálculo con el programa de puntuación Microsoft Excel para Windows XP. Los resultados obtenidos al aplicar el instrumento fueron procesados en términos de medidas descriptivas, como el análisis descriptivo y el análisis inferencial.

#### **4.4.6. Ética de la Investigación**

Según, Hernández, R. et all. (2012). La investigación en las ciencias médicas y sociales involucra seres humanos como participantes en experimentos, encuestas, entrevistas y estudios cualitativos. Incluso, a veces son coinvestigadores (por ejemplo, la investigación-acción participante o participativa). Aun cuando se revisan registros escolares, cartas y materiales audiovisuales, se involucra a personas, las cuales tienen derechos como sujetos de un estudio. Por ello, los aspectos éticos son relevantes. Conociendo las características de los actores que participan en la tesis. Se respetará las costumbres, las identidades de los padres de familia y sus costumbres. También se valorará el comportamiento de los estudiantes, al momento de aplicar las encuestas, y de la misma manera se tendrá mucho cuidado con los padres de familia al explicarles correctamente cuales son las necesidades e interés de esta investigación.

El desarrollo de la tesis tiene un enfoque únicamente en estudiantes de 6to grado de Educación Primaria de la I. E. N° 1098 CAP FAP José Abelardo Quiñonez, lo cual se cuida mucho su integridad personal como estudiantil, donde no se expondrá detalles, ni características en el cual sea motivo de ser objeto de observación.

Desarrollar estudios ligados con estudiantes escolares es tomar en cuenta el respeto a su integración social y estudiantil, los cuales siempre están expuestos a niveles de comunicación social entre pares, da pie a tener cuidado al momento de aplicar el estudio de investigación, cuidando los diferentes casos mostrados por la propia realidad por tanto se considera los códigos de ética según declaración de los Derechos fundamentales de la persona.

## **CAPITULO V: PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

### **5.1. Validez y confiabilidad de instrumentos.**

#### **5.1.1. Validez del cuestionario**

El instrumento fue validado por tres jueces:

La validez del contenido se determinó mediante el Coeficiente V. de Aiken (1966)

$$V = S / N (C - 1)$$

Dónde:

S = Sumatoria de los valores asignados por los jueces.

N = Número de jueces (N = 3),

C = Número de valores de la escala, en este caso 5 (Deficiente, Regular, Bueno, Muy bueno, y Excelente)

Los valores hallados con el coeficiente de V. de Aiken, son mayores que 0,8 por tanto, no se elimina ningún ítem. El coeficiente de V. de Aiken de cada juez es también superior a 0,8.

**Conclusión:** Los valores hallados con el coeficiente de V. de Aiken, son mayores que 0,8 por tanto, no se elimina ningún ítem y el instrumento es válido. Ver Anexo: Validación del instrumento de investigación por Juicio de Expertos.

**Tabla 02:**  
**Validez Cuantitativa**

INDICADORES	CRITERIOS	JUEZ1	JUEZ2	JUEZ3	TOTAL	%
12. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado y comprensible.	83	81	82	246	82
13. OBJETIVIDAD	Permite medir hechos observables.	81	83	87	251	83
14. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.	90	88	92	270	90
15. ORGANIZACIÓN	Presentación Ordenada y secuencial.	92	90	93	275	92
16. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de las variables en cantidad y calidad suficiente.	94	87	88	269	90
17. PERTINENCIA	Permitirá conseguir datos de acuerdo a los objetivos planteados.	95	90	92	277	92
18. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las variables.	87	85	84	256	85
19. CONSISTENCIA	Pretende conseguir datos basado en teorías o modelos teóricos.	95	90	93	278	93
20. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.	89	86	84	259	86
10. ESTRATEGIA	Los datos por conseguir responden los objetivos de investigación.	88	84	85	257	86
11. APLICACIÓN	Existencia de condiciones para aplicarse.	86	83	85	254	85
	<b>TOTAL</b>	<b>980</b>	<b>947</b>	<b>965</b>	<b>2892</b>	<b>87</b>

FUENTE: Validación realizada por los jueces, Setiembre 2018.



**Tabla 03:**  
**Administración de la Cadena de Suministro**

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Nº de elementos</b>
<b>0,820</b>	17

La fiabilidad de 0,820 es elevada.

**Tabla 04:**  
**Gestión de Inventarios**

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Nº de elementos</b>
<b>0,886</b>	12

La fiabilidad de 0,886 es elevada.

El resultado obtenido del coeficiente es de 0,820 y 0,886 la fiabilidad y es elevada respectivamente; y puede ser aplicado.

## 5.2. Análisis de tablas y gráficos. Interpretaciones

### 5.2.1. De la Actividad Física:

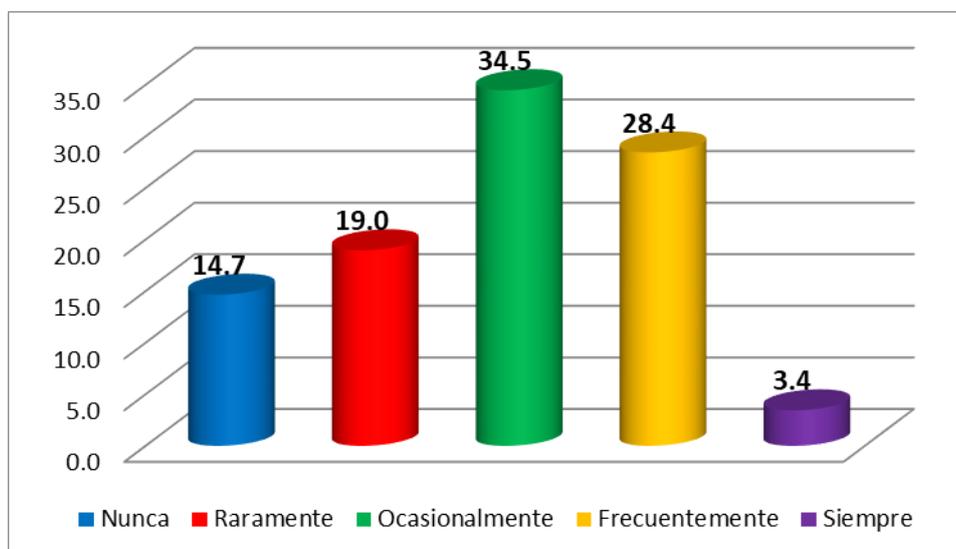
**Variable Independiente: Actividad Física**

*Tabla 05:*

*Durante la semana tienes actividad física en clases.*

De la Actividad física	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	17	14,7
Raramente	22	19,0
Ocasionalmente	40	34,5
Frecuentemente	33	28,4
Siempre	4	3,4
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 1:** *Durante la semana tienes actividad física en clases*

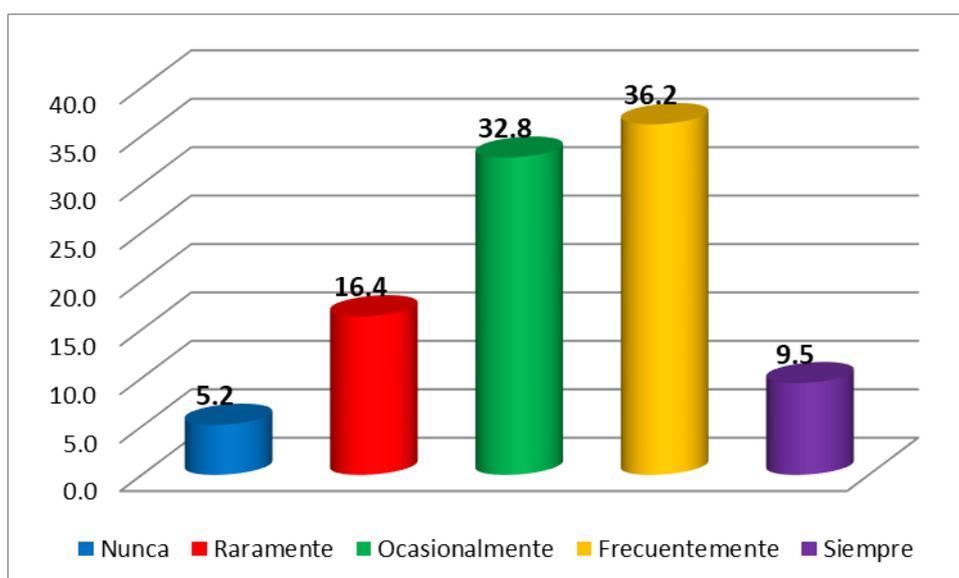
En la Tabla 05 y en la figura 1, presenta que del 100% de la población encuestada, para 40 (34,5%) señalan que “Ocasionalmente” los estudiantes participaron en las actividades físicas en clases; para 33 (28,4%) “Frecuentemente”; para 22 (19,0%) “Raramente”; para 17 (14,7%) “Nunca” participaron; y para 4 (3,4%) “Siempre”. Se aprecia que los estudiantes afirman que tienen una deficiente tendencia a participar en las actividades físicas en clases. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 06:**

***Tu profesor participa en las actividades de Educación física con mucho entusiasmo***

De la participación en actividades en Educación Física	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	6	5,2
Raramente	19	16,4
Ocasionalmente	38	32,8
Frecuentemente	42	36,2
Siempre	11	9,5
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



***Figura 2: Tu profesor participa en las actividades de Educación física con mucho entusiasmo.***

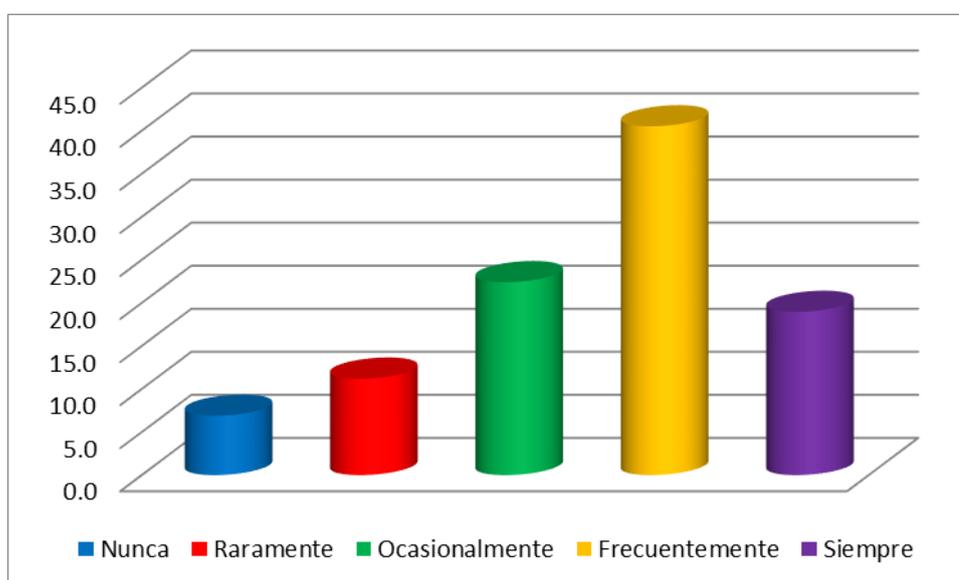
En la Tabla 06 y en el Figura 2, muestra que del 100% de la población encuestada, para 42 (36,2%) señalan que “Frecuentemente” los estudiantes participan en las actividades de Educación física con mucho entusiasmo; para 38 (32,8%) “Ocasionalmente”; para 19 (16,4%) “Raramente”; para 11 (9,5%) “Siempre”; y para 6 (5,2%) “Nunca” participan formalmente en la actividad física. Se aprecia que los estudiantes participan en las actividades de Educación física con mucho entusiasmo. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 07:**

***Tus profesores de otros cursos hacen educación física contigo***

Otros profesores participan en la educación física	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	8	6,9
Raramente	13	11,2
Ocasionalmente	26	22,4
Frecuentemente	47	40,5
Siempre	22	19,0
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 3: *Tus profesores de otros cursos hacen educación física contigo***

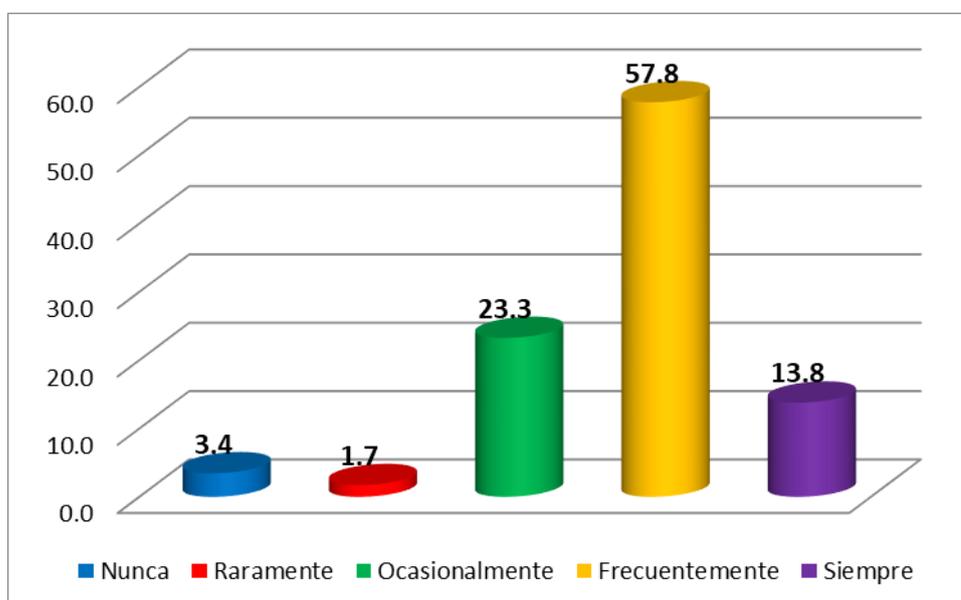
En la Tabla 07 y en el figura 3, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 47 (40,5%) señalan que “Frecuentemente” los profesores de otros curso hacen educación física contigo; para 26 (22,4%) “Ocasionalmente”; para 22 (19,0%) “Siempre”; para 13 (11,2%) “Raramente”; y para 8 (6,9%) “Nunca” desarrollan actividades físicas. Se aprecia que los profesores de otros cursos hacen educación física contigo. Es decir, más del 50%.

**Tabla 08:**

***Son exigente las clases de educación física***

De la exigencia en clases	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	4	3,4
Raramente	2	1,7
Ocasionalmente	27	23,3
Frecuentemente	67	57,8
Siempre	16	13,8
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 4: Son exigente las clases de educación física**

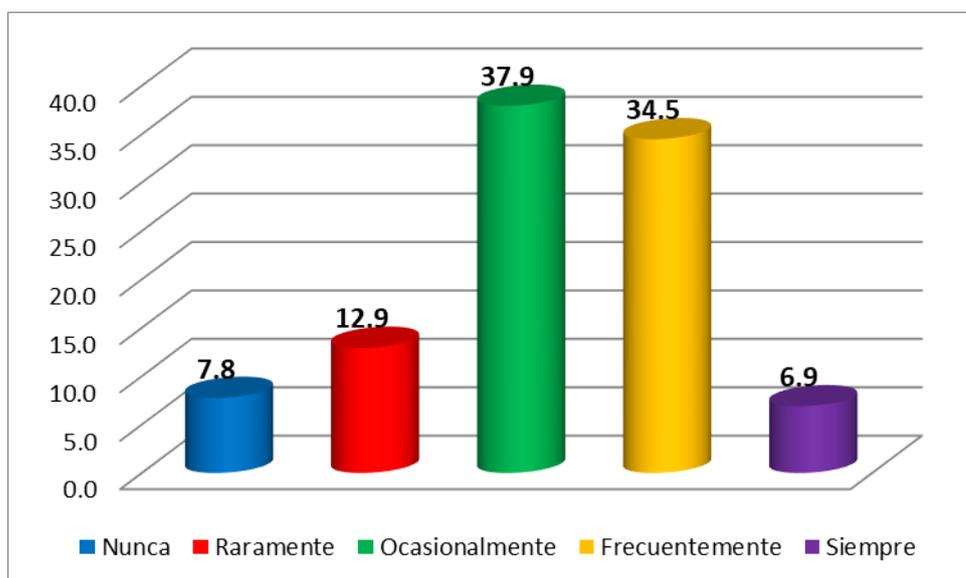
En la Tabla 08 y en la Figura 4, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 67 (57,8%) señalan que “Frecuentemente” Son exigente las clases de educación física; para 27 (23,3%) “Ocasionalmente”; para 16 (13,8%) “Siempre”; para 4 (3,4%) “Nunca” se exigen las clases; y para 2 (1,7%) “Raramente”. Se aprecia que las clases de educación física si son exigentes. Es decir, más del 50%.

**Tabla 09:**

**Participas en todas las clases de Educación física**

De la participación en clases	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	9	7,8
Raramente	15	12,9
Ocasionalmente	44	37,9
Frecuentemente	40	34,5
Siempre	8	6,9
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 5: Participas en todas las clases de Educación física**

En la Tabla 09 y en la Figura 5, muestra que del 100% de la población encuestada, el 37,9% (44 de 116) señalan que “Ocasionalmente” Participas en todas las clases de Educación física; el 34,5% (40 de 116) “Frecuentemente”; el 12,9% (15 de 116) “Raramente”; el 7,8% (9 de 116) “Nunca” participan en las clases de educación física; y el 6,9% (8 de 116) “Siempre”. Se aprecia que los involucrados participas en todas las clases de Educación física. Es decir, menos del 50%.

## De la Dimensión 1: Experiencia personal

Tabla 10:

*Aplicas tus experiencias en clase de educación física.*

De aplicar sus experiencias	Percepción	
	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	3	2,6
Raramente	24	20,7
Ocasionalmente	32	27,6
Frecuentemente	33	28,4
Siempre	24	20,7
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018

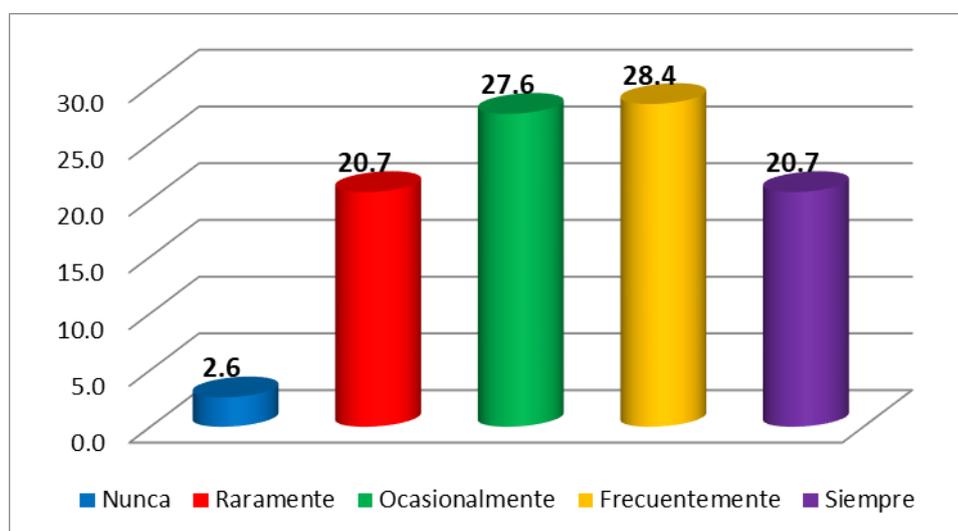


Figura 6: *Aplicas tus experiencias en clase de educación física.*

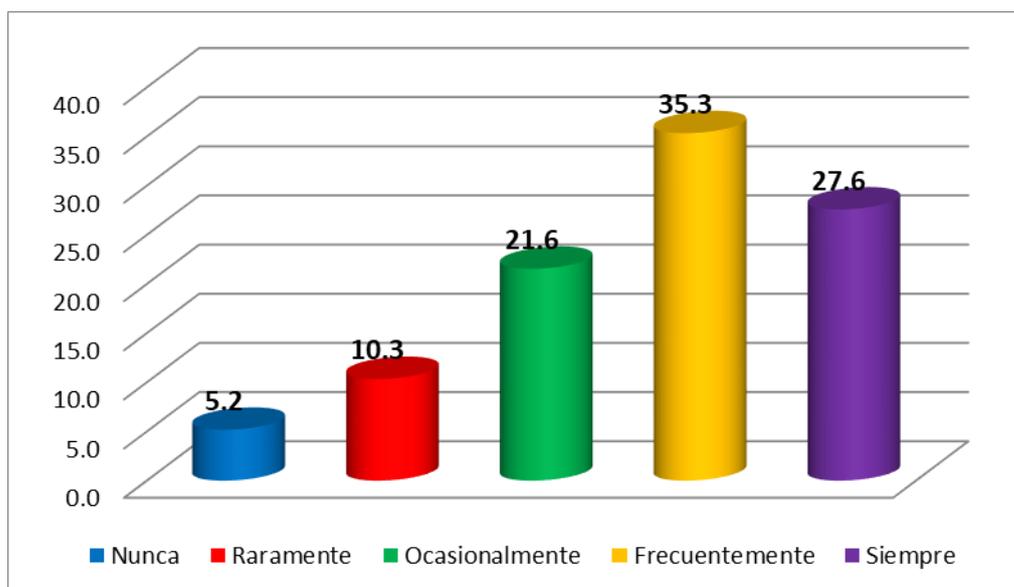
En la Tabla 10 y en la Figura 6, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 33 (28,4%) señalan que “Frecuentemente” Aplica su experiencias en clase de educación física; para 32 (27,6%) “Ocasionalmente”; para 24 (20,7%) “Siempre” y “Raramente” respectivamente; para 3 (2,6%) “Nunca” aplican experiencias. Se aprecia que los estudiantes si aplican experiencias en clase de educación física. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 11:**

***Te dejan hacer prácticas con tu propia experiencia***

Prácticas de su propia experiencia	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	6	5,2
Raramente	12	10,3
Ocasionalmente	25	21,6
Frecuentemente	41	35,3
Siempre	32	27,6
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 7: Te dejan hacer prácticas con tu propia experiencia**

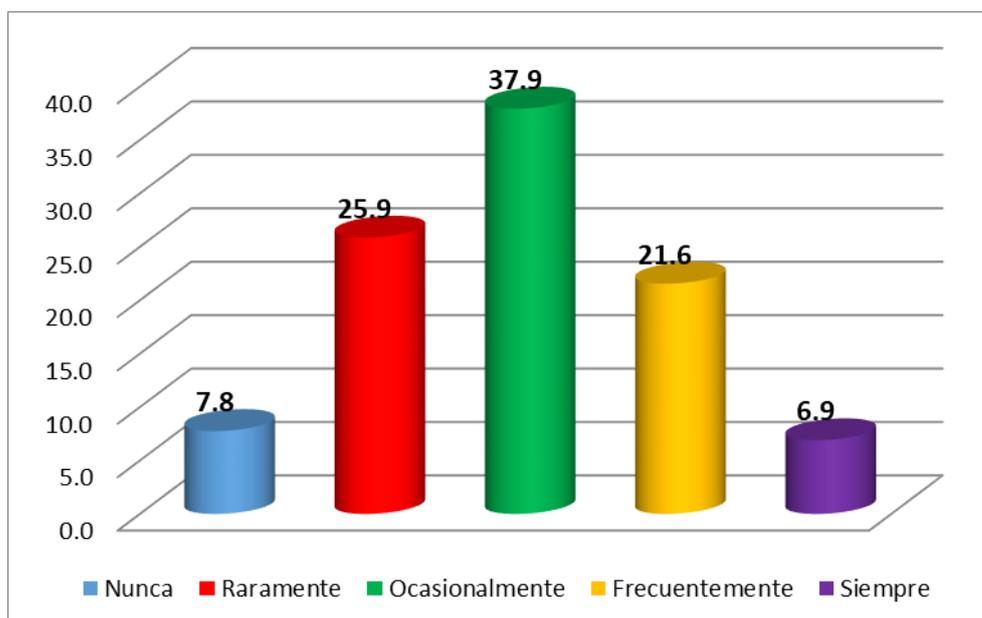
En la Tabla 11 y en la Figura 7, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 41 (35,3%) señalan que “Frecuentemente”, registran a los estudiantes si hacen prácticas deportivas de su propia experiencia; para 32 (27,6%) “Siempre”; para 25 (21,6%) “Ocasionalmente”; para 12 (10,3%) “Raramente”; y para 6 (5,2%) “Nunca” se evidencia su propia experiencia. Se aprecia que los estudiantes si aplican su experiencias en clase de educación física. Es decir, más del 50%.

**Tabla 12:**

***Te enseñan cosas nuevas en deporte físico.***

Nuevas actividades deportivas	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	9	7,8
Raramente	30	25,9
Ocasionalmente	44	37,9
Frecuentemente	25	21,6
Siempre	8	6,9
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 8: Te enseñan cosas nuevas en deporte físico**

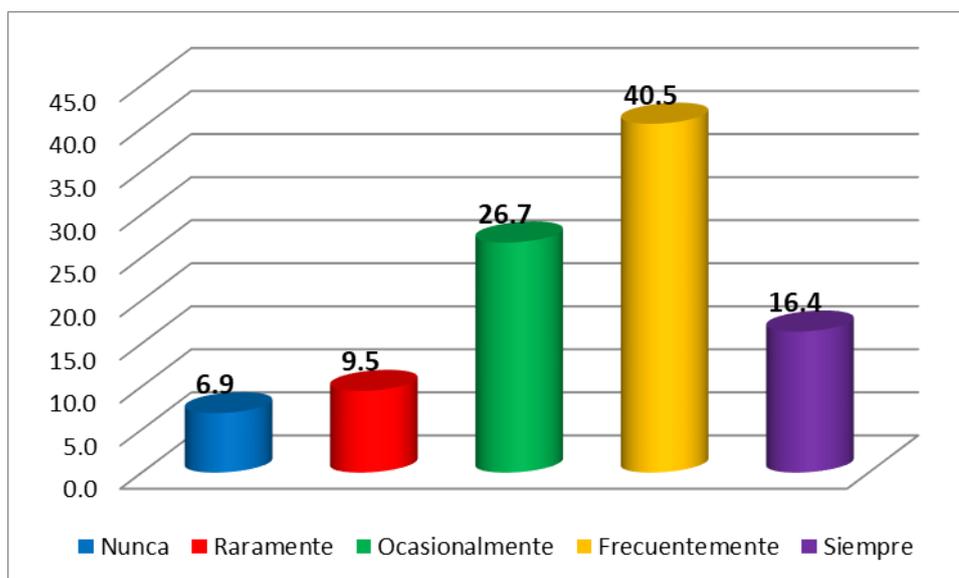
En la Tabla 12 y en la Figura 8, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 44 (37,9%) señalan que “Ocasionalmente” Te enseñan cosas nuevas en deporte físico; para 30 (25,9%) “Raramente”; para 25 (21,6%) “Frecuentemente”; para 9 (7,8%) “Nunca” ejecutan a actividades físicas; y para 8 (6,9%) “Siempre”. Se aprecia que se enseñan cosas nuevas en deporte físico. Es decir, menos del 50%

**Tabla 13:**

***Te gusta tener actividad física en tu colegio***

Actividad física en el Colegio	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	8	6,9
Raramente	11	9,5
Ocasionalmente	31	26,7
Frecuentemente	47	40,5
Siempre	19	16,4
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 9: Te gusta tener actividad física en tu colegio**

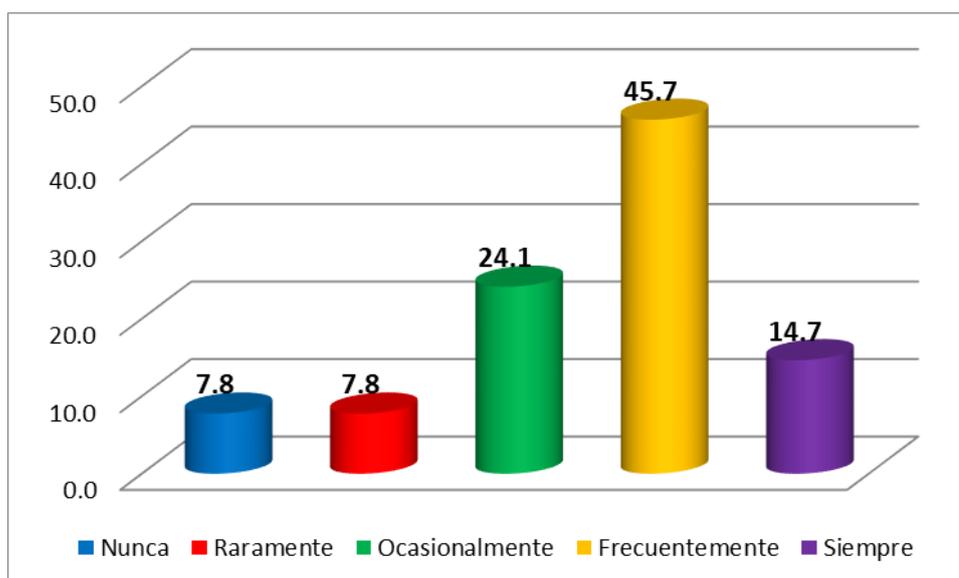
En la Tabla 13 y en la Figura 9, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 47 (40,5%) señalan que “Frecuentemente” los estudiantes si les gusta tener actividad física en el Colegio para 31 (26,7%) “Ocasionalmente”; para 19 (16,4%) “Siempre”; para 11 (9,5%) “Raramente”; y para 8 (6,9%) “Nunca” permiten la actividad física en el Colegio. Por tanto se aprecia que los estudiantes si les gusta tener actividad física en el Colegio). Es decir, más del 50%.

**Tabla 14:**

*Cuando sabes algo y pides enseñar. Permite tu profesor que lo hagas.*

Puedes enseñar tu aprendizaje	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	9	7,8
Raramente	9	7,8
Ocasionalmente	28	24,1
Frecuentemente	53	45,7
Siempre	17	14,7
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 10:** *Cuando sabes algo y pides enseñar. Permite tu profesor que lo hagas.*

En la Tabla 14 y en la Figura 10, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 53 (45,7%) señalan que “Frecuentemente” los estudiantes si pueden enseñar lo que aprendieron por autorización de su profesor; para 28 (24,1%) “Ocasionalmente”; para 17 (14,7%) “Siempre”; para 9 (7,8%) “Raramente” y “Nunca” les permiten enseñar nada de lo aprendido. Por tanto se aprecia los estudiantes si pueden enseñar lo que aprendieron con la autorización de sus profesores. Es decir, más del 50%.

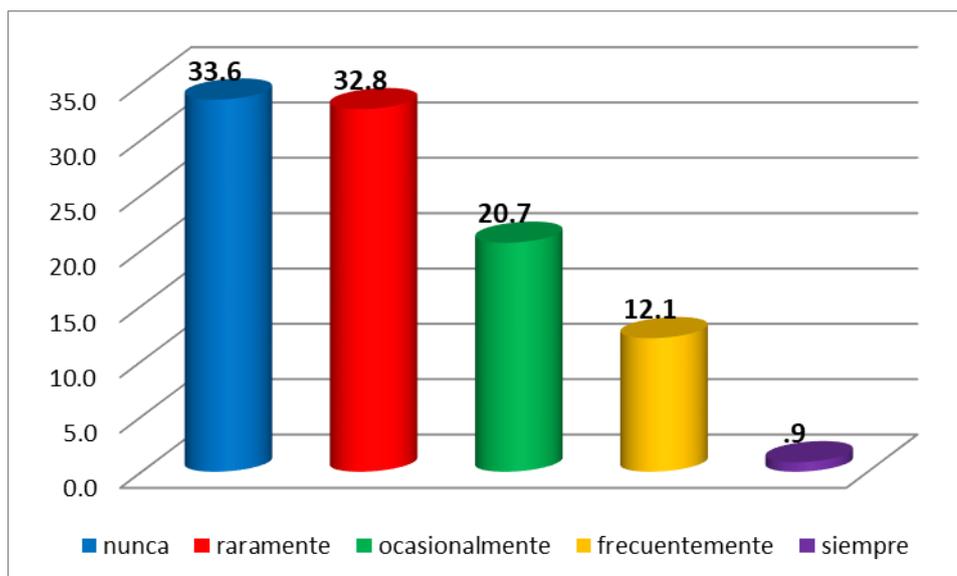
### De la Dimensión 3: Del Movimiento corporal

*Tabla 15:*

*Te quejas cuando el profesor excede en sus clases de educación física*

Sueles quejarte sobre el deporte	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	39	33,6
Raramente	38	32,8
Ocasionalmente	24	20,7
Frecuentemente	14	12,1
Siempre	1	0,9
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 11:** *Te quejas cuando el profesor excede en sus clases de educación física.*

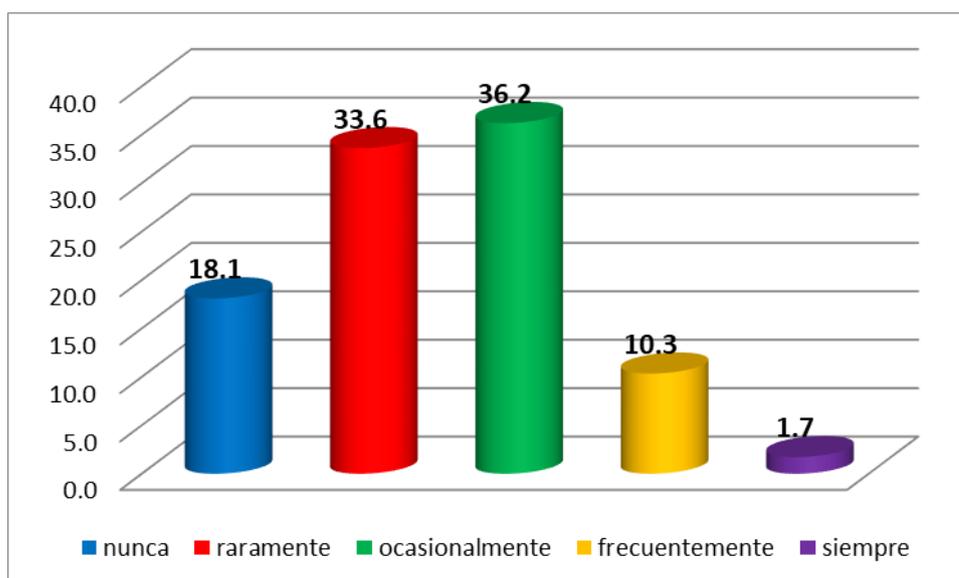
En la Tabla 15 y en la Figura 11, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 39 (33,6%) señalan que “Nunca” no se quejan cuando su profesor excede en sus clases de educación física; para 38 (32,8%) “Raramente”; para 24 (20,7%) “Ocasionalmente”; para 14 (12,1%) “Frecuentemente”; y para 1 (0,9%) “Siempre”. Se aprecia que los estudiantes no quejas cuando el profesor excede en sus clases de educación física. Es decir, más del 50%.

**Tabla 16:**

***Cada actividad física aprendes cosas nuevas y diferentes***

<b>Aprendes cosas nuevas y diferentes</b>	<b>Percepción</b>	
	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Nunca	21	18,1
Raramente	39	33,6
Ocasionalmente	42	36,2
Frecuentemente	12	10,3
Siempre	2	1,7
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 12: Cada actividad física aprendes cosas nuevas y diferentes**

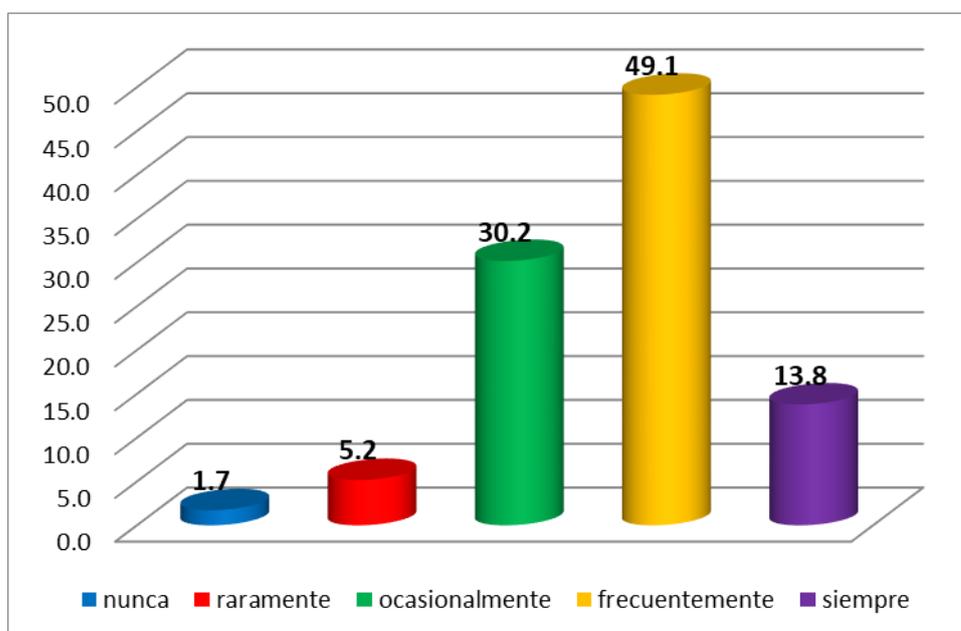
En la Tabla 16 y en la Figura 12, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 42 (36,2%) señalan que “Ocasionalmente” los estudiantes aprenden nuevas cosas deportivas y diferentes; para 39 (33,6%) “Raramente”; para 21 (18,1%) “Nunca” desplazan los bienes; para 12 (10,3%) “Frecuentemente”; y para 2 (1,7%) “Siempre”. Por tanto se aprecia que los estudiantes aprenden cosas nuevas ocasionalmente. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 17:**

***Crees que la educación física es importante para nuestra salud.***

El deporte es bueno para tu salud	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	2	1,7
Raramente	6	5,2
Ocasionalmente	35	30,2
Frecuentemente	57	49,1
Siempre	16	13,8
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



***Figura 13: Crees que la educación física es importante para nuestra salud.***

En la Tabla 17 y en la Figura 13, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 57 (49,1%) señalan que “Frecuentemente” registran que la educación física es importante para nuestra salud; para 35 (30,2%) “Ocasionalmente”; para 16 (13,8%) “Siempre”; para 6 (5,2%) “Raramente”; y para 2 (1,7%) “Nunca” que no es bueno. Por tanto se aprecia que la Educación física si es bueno para la salud. Es decir, más del 50%.

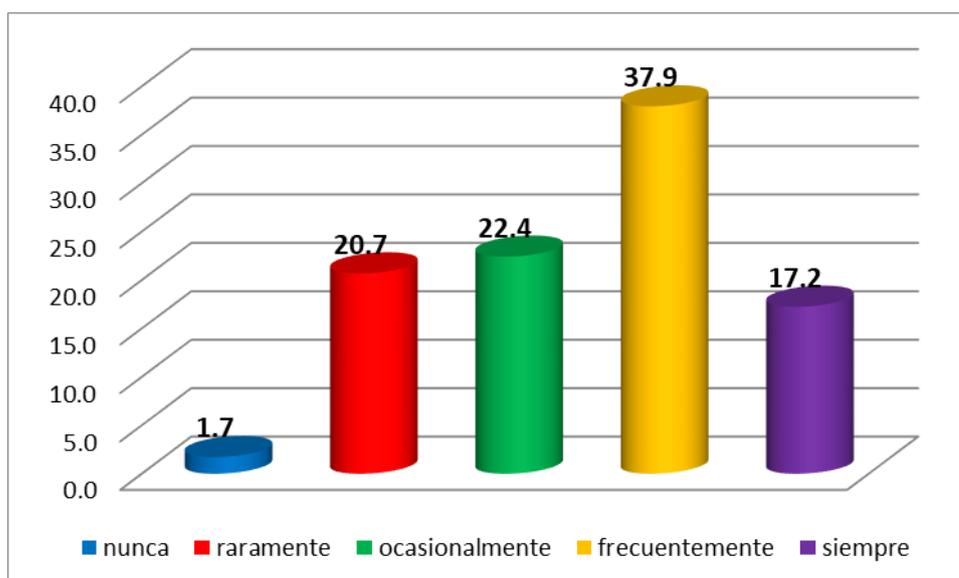
**De la Dimensión 3: De la Práctica socio cultural**

**Tabla 18:**

***Juegas con todos tus compañeros de clase***

Comparten entre compañeros su deporte	Percepción	
	N°	Porcentaje
Nunca	2	1,7
Raramente	24	20,7
Ocasionalmente	26	22,4
Frecuentemente	44	37,9
Siempre	20	17,2
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 14: *Juegas con todos tus compañeros de clase***

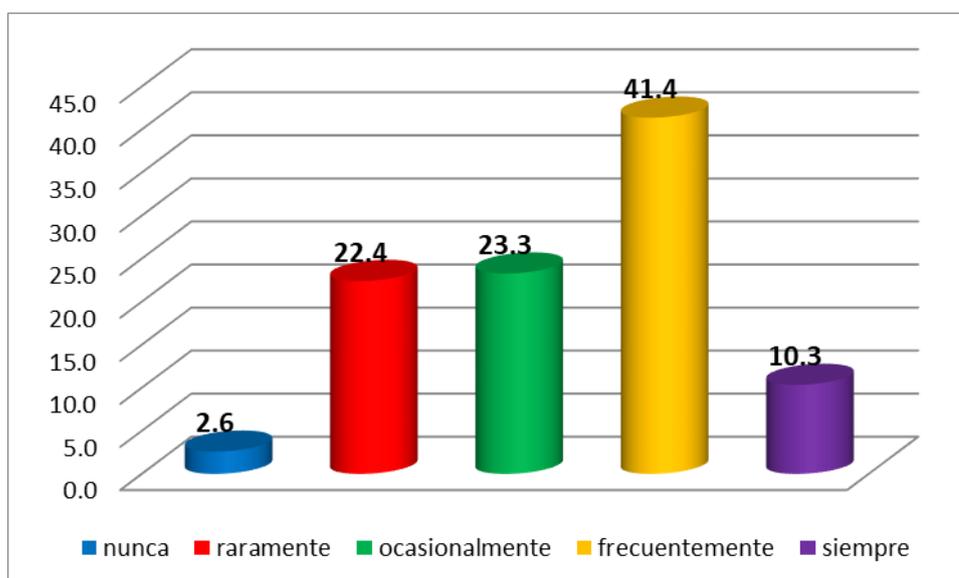
En la Tabla 18 y en la Figura 14, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 44 (37,9%) señalan que “Frecuentemente” que los estudiantes si juegan con sus compañeros de salón; para 26 (22,4%) “Ocasionalmente”; para 24 (20,7%) “Raramente”; para 20 (17,2%) “Siempre”; y para 2 (1,7%) “Nunca” no lo es de importancia. Por tanto se aprecia que los estudiantes si juegan y comparte con sus compañeros en el salón. Es decir, más del 50%.

**Tabla 19:**

***Respetan tu lugar al momento de hacer actividad física***

Dan su lugar en la actividad física	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	3	2,6
Raramente	26	22,4
Ocasionalmente	27	23,3
Frecuentemente	48	41,4
Siempre	12	10,3
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 15: Respetan tu lugar al momento de hacer actividad física**

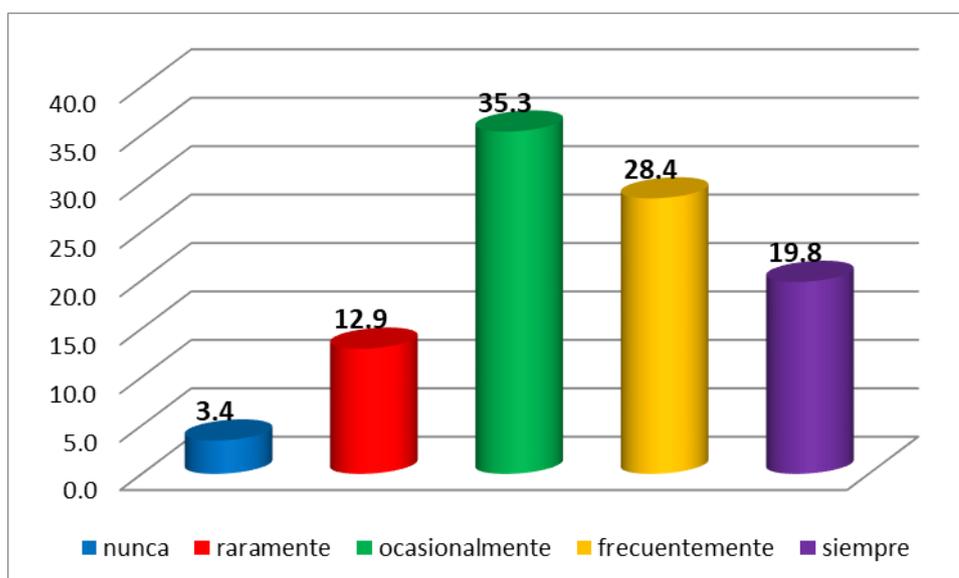
En la Tabla 19 y en la Figura 15, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 48 (41,4%) señalan que “Frecuentemente” respetan los horarios para desarrollar las actividades físicas; para 27 (23,3%) “Ocasionalmente”; para 26 (22,4%) “Raramente”; para 12 (19,3%) “Siempre”; y para 3 (2,6%) “Nunca” no respetan. Por tanto se aprecia que los estudiantes si toman en serio sus horarios de clases en la educación física. Es decir, más del 50%.

**Tabla 20:**

*Te enseñan, teoría del deporte, ejemplo, medidas de campos, peso del balón, etc*

Aprendes teoría del deporte	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	4	3,4
Raramente	15	12,9
Ocasionalmente	41	35,3
Frecuentemente	33	28,4
Siempre	23	19,8
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 16:** *Te enseñan, teoría del deporte, ejemplo, medidas de campos, peso del balón, etc.*

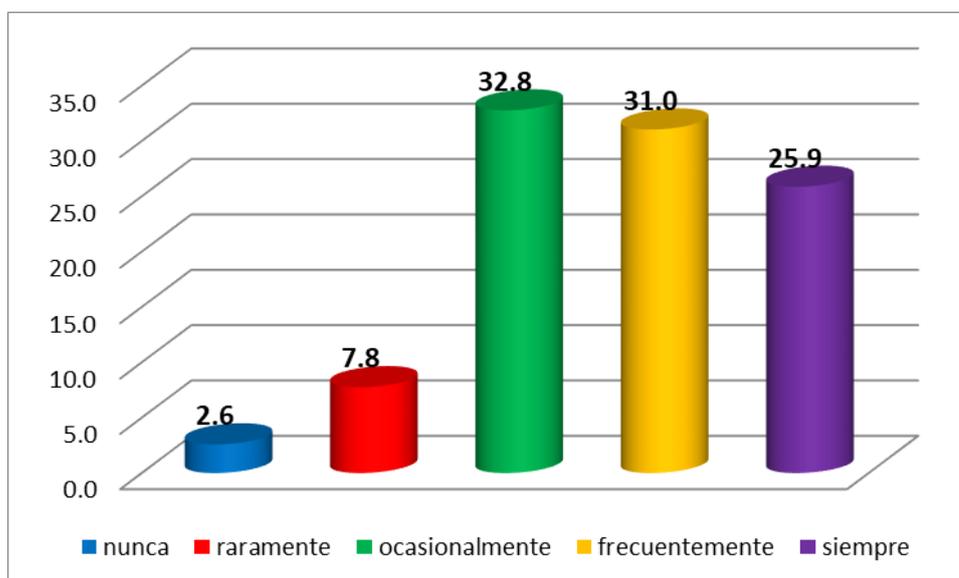
En la Tabla 20 y en la Figura 16, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 41 (35,3%) señalan que “Ocasionalmente” le enseñan teoría del deporte; para 33 (28,4%) “Frecuentemente”; para 23 (19,8%) “Siempre”; para 15 (12,9%) “Raramente”; y para 4 (3,4%) “Nunca”. Por tanto se aprecia que los estudiantes tienen teoría del deporte ocasionalmente dentro sus clases de educación física. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 21:**

***Tu maestro es sociable en su clase de educación física.***

El profesor socializa con los alumnos	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	3	2,6
Raramente	9	7,8
Ocasionalmente	38	32,8
Frecuentemente	36	31,0
Siempre	30	25,9
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 17: Tu maestro es sociable en su clase de educación física.**

En la Tabla 21 y en la Figura 17, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 38 (32,8%) señalan que “Ocasionalmente” su profesor socializa en las clases de educación física; para 36 (31,0%) “Frecuentemente”; para 30 (25,9%) “Siempre”; para 9 (7,8%) “Raramente”; y para 3 (2,6%) “Nunca” no socializa. Por tanto se aprecia que los profesores ocasionalmente si socializa con sus estudiantes en las clases sus clases. Es decir, más del 50%.

### 5.2.2. De la formación integral escolar:

Variable dependiente: Formación integral escolar

Tabla 22:

*Te comunicas muy bien con tus profesores y compañeros de clase*

Comunicación con profesores y compañeros	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	10	8,6
Raramente	21	18,1
Ocasionalmente	52	44,8
Frecuentemente	27	23,3
Siempre	6	5,2
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018

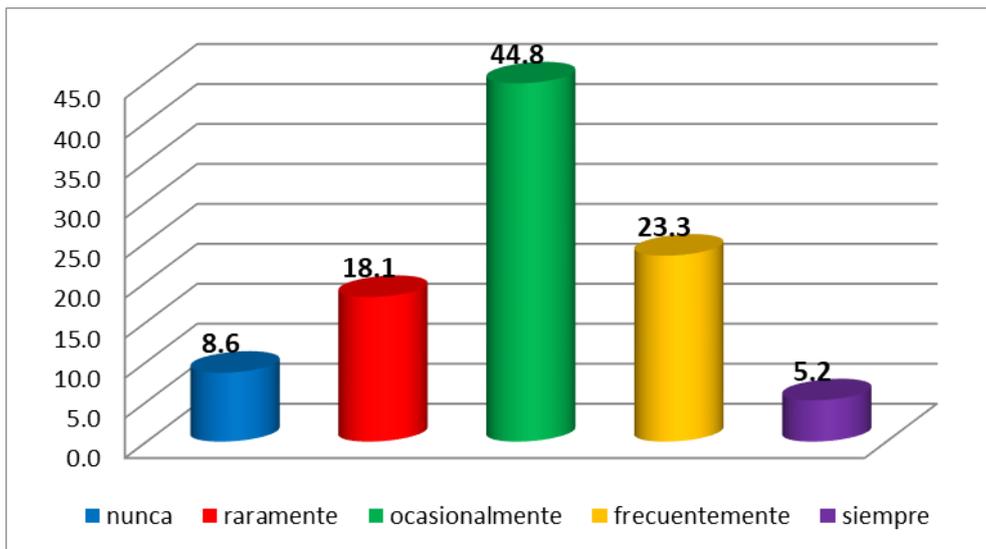


Figura 18: *Te comunicas muy bien con tus profesores y compañeros de clase*

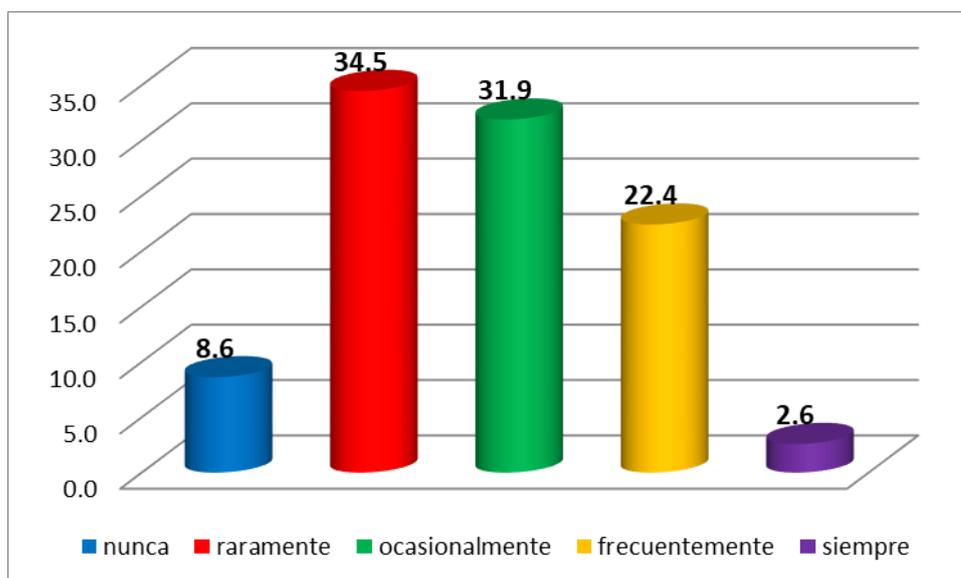
En la Tabla 22 y en la Figura 18, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 52 (44,8%) señalan que “Ocasionalmente” la comunicación entre profesores y compañeros de clase es buena; para 27 (23,3%) “Frecuentemente”; para 21 (18,1%) “Raramente”; para 10 (8,6%) “Nunca” no se comunica; y para 6 (5,2%) “Siempre”. Por tanto se aprecia que la comunicación es ocasionalmente buena entre profesores y compañeros en la hora deportiva. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 23:**

***Tus compañeros de clase te respetan y valoran el trabajo deportivo***

Respeto y valoración del trabajo deportivo	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	10	8,6
Raramente	40	34,5
Ocasionalmente	37	31,9
Frecuentemente	26	22,4
Siempre	3	2,6
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 19: *Tus compañeros de clase te respetan y valoran el trabajo deportivo***

En la Tabla 23 y en la Figura 19, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 40 (34,5%) señalan que “Raramente” que los demás compañeros respetan y valoran las horas de clases deportivas; para 37 (31,9%) “Ocasionalmente”; para 26 (22,4%) “Frecuentemente”; para 10 (8,6%) “Nunca” no hay respeto; y para 3 (2,6%) “Siempre”. Por tanto se aprecia que raramente logran respetar y valorar las clases de Educación física según la encuesta tomada. Es decir, menos del 50%.

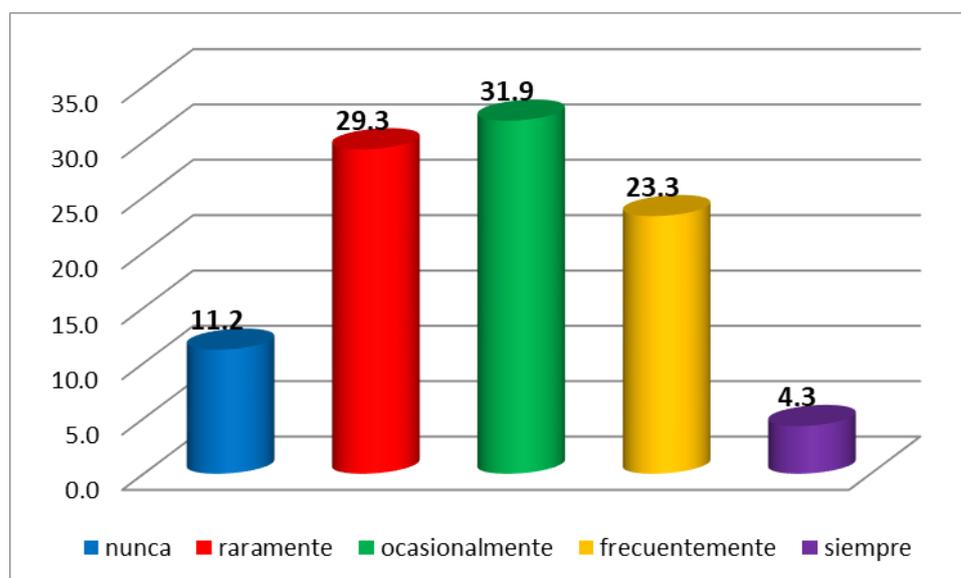
**De la Dimensión 1: Formación integral afectiva:**

**Tabla 24:**

***Cambias de amigos cuando juegas algún deporte tanto dentro del Colegio como en tu barrio***

Clasificación de amistades	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	13	11,2
Raramente	34	29,3
Ocasionalmente	37	31,9
Frecuentemente	27	23,3
Siempre	5	4,3
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



***Figura 20: Cambias de amigos cuando juegas algún deporte tanto dentro del Colegio como en tu barrio***

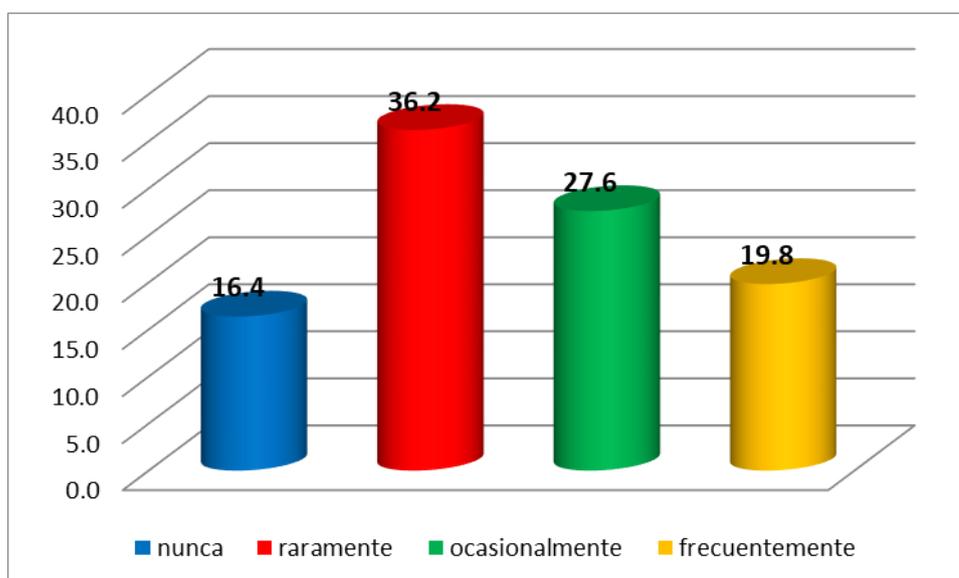
En la Tabla 24 y en la Figura 20, muestra que del 100% de la población encuestada, el 31,9% (37 de 116) señalan que “Ocasionalmente” los estudiantes cambia de amistades durante sus eventos deportivos; el 29,3% (34 de 116) “Raramente”; el 23,3% (27 de 116) “Frecuentemente”; el 11,2% (13 de 116) “Nunca”; y el 4,3% (5 de 116) “Siempre”. Por tanto se aprecia que ocasionalmente los estudiantes cambia de amistades cuando juegan o practicando algún deporte. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 25:**

***Te gustaría que haya más horas deportivas en tu colegio y se hagan más eventos deportivos***

Incremento de horas deportivas	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	19	16,4
Raramente	42	36,2
Ocasionalmente	32	27,6
Frecuentemente	23	19,8
Siempre	0	0,0
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



***Figura 21: Te gustaría que haya más horas deportivas en tu colegio y se hagan más eventos deportivos***

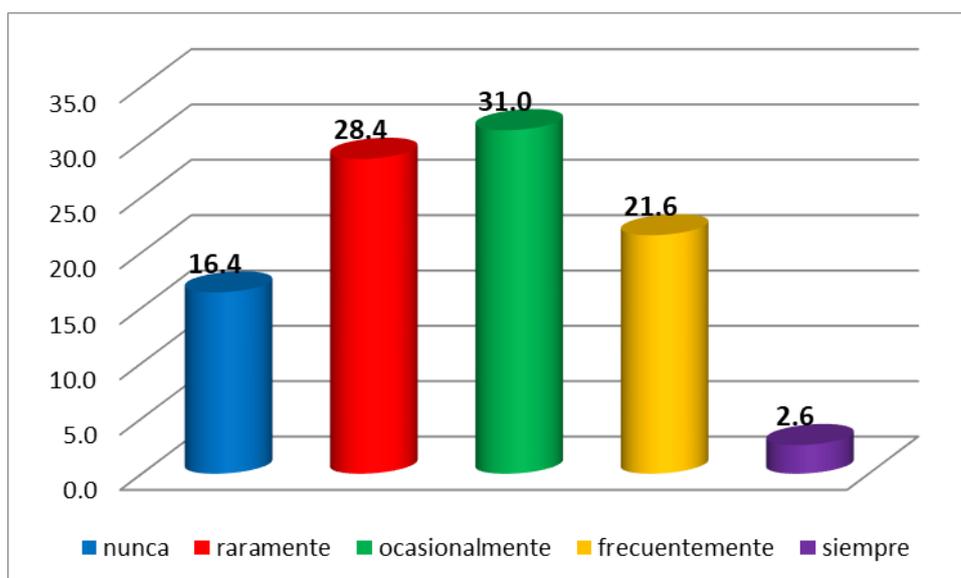
En la Tabla 25 y en la Figura 21, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 42 (36,2%) señalan que “Raramente” los estudiantes manifiestan que raramente haya más horas de deporte o eventos deportivos; para 25 (35,7%) “Raramente”; para 9 (12,9%) “Frecuentemente”; para 4 (5,7%) “Siempre”; y para 2 (2,9%) “Nunca”. Por tanto se aprecia que los estudiantes raramente solicitan que haya más hora de trabajo deportivo así como eventos deportivos. Es decir, más del 50%.

**Tabla 26:**

***Tu profesor es muy afectivo cuando enseña su clase de educación física***

Muestras de afectividad	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	19	16,4
Raramente	33	28,4
Ocasionalmente	36	31,0
Frecuentemente	25	21,6
Siempre	3	2,6
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 22:** *Tu profesor es muy afectivo cuando enseña su clase de educación física).*

En la Tabla 26 y en la Figura 22, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 36 (31,0%) señalan que “Ocasionalmente” los profesores son muy afectivos cuando enseñan sus clases de educación física; para 33 (28,4%) “Raramente”; para 25 (21,6%) “Frecuentemente”; para 19 (16,4%) “Nunca”; y para 3 (2,6%) “Siempre”. Por tanto se aprecia los profesores ocasionalmente son afectivos cuando enseñan sus clase de educación física. Es decir, menos del 50%.

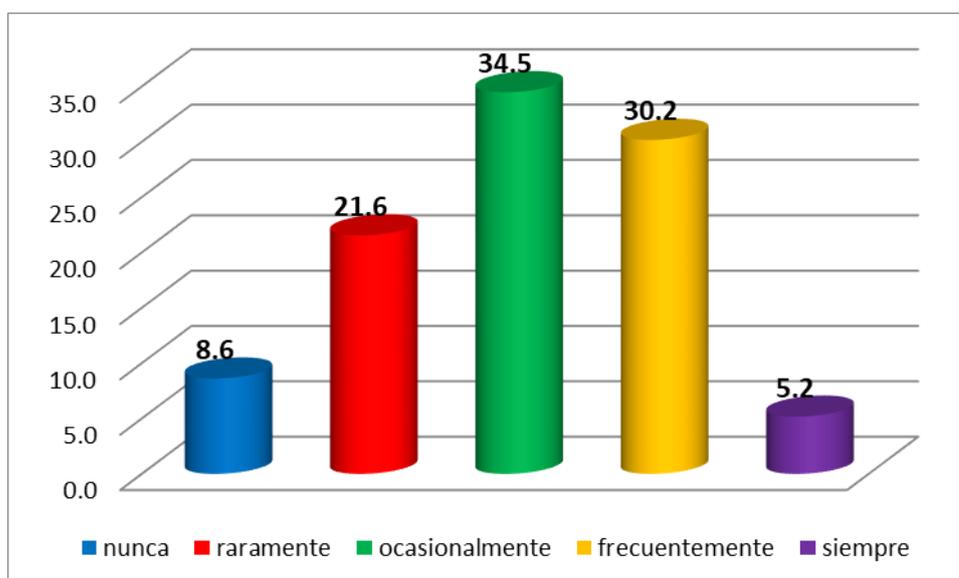
## De la Dimensión 2: Formación integral corporal:

Tabla 27:

*Después de jugar te duele alguna parte de tu cuerpo por el ejercicio desarrollado.*

Malestar después del trabajo deportivo	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	10	8,6
Raramente	25	21,6
Ocasionalmente	40	34,5
Frecuentemente	35	30,2
Siempre	6	5,2
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 23:** *Después de jugar te duele alguna parte de tu cuerpo por el ejercicio desarrollado*

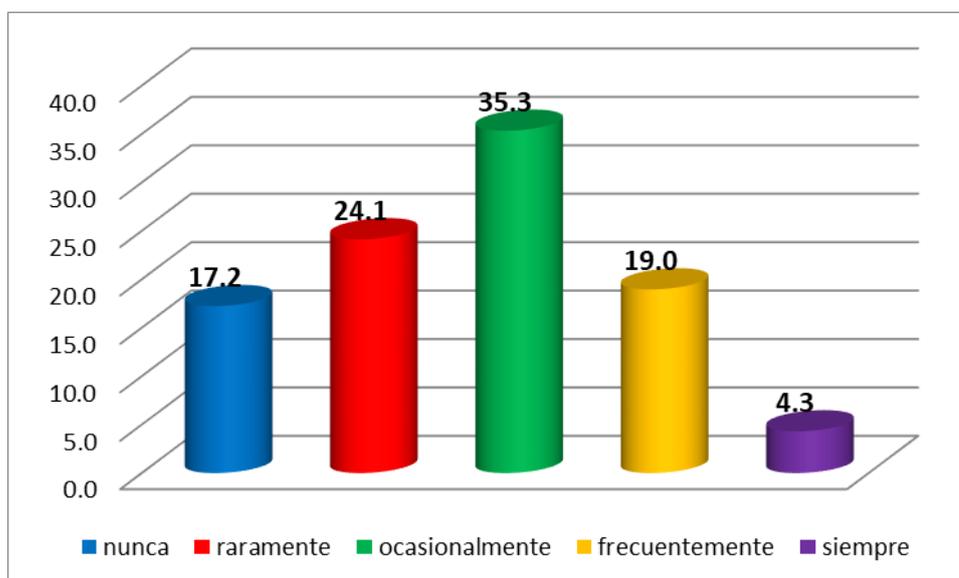
En la Tabla 27 y en la Figura 23, se puede observar que del 100% de la población encuestada, para 40 (34,5%) señalan que “Ocasionalmente” los estudiantes muestran signos de dolor después de jugar o hacer ejercicios deportivos; para 35 (30,2%) “Frecuentemente”; para 25 (21,6%) “Raramente”; para 10 (8,6%) “Nunca” les duele nada; y para 6 (5,2%) “Siempre”. Por tanto se aprecia que los estudiantes ocasionalmente sienten dolor después de hacer actividad física. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 28:**

***Si te duele algo, dejas de hacer deporte para dedicarte solo a tus clases***

Deja de hacer actividad deportiva	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	20	17,2
Raramente	28	24,1
Ocasionalmente	41	35,3
Frecuentemente	22	19,0
Siempre	5	4,3
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 24: Si te duele algo, dejas de hacer deporte para dedicarte solo a tus clases**

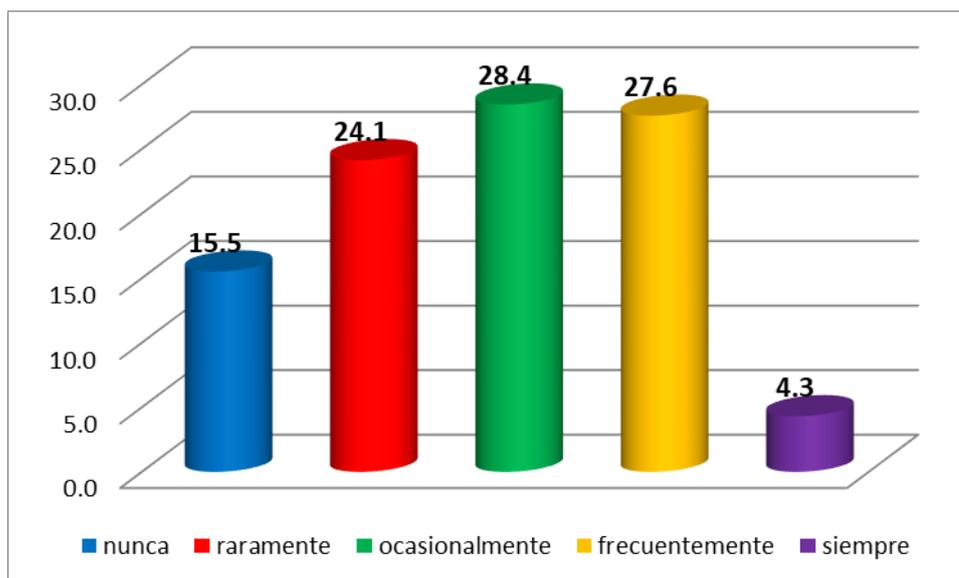
En la Tabla 28 y en la Figura 24, se puede observar datos del 100% de la población encuestada, el 35,3% (41 de 116) señalan que “Ocasionalmente” los estudiantes que de sentir dolor, solo prefieren hacer clases normales.); el 24,1% (28 de 116) “Raramente”; el 19,0% (22 de 116) “Frecuentemente”; el 17,2% (20 de 116) “Nunca”; y el 4,3 % (5 de116) “Siempre”. Por tanto se aprecia que los estudiantes que si siente dolor después de jugar, prefieren solo hacer clases normales. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 29:**

***La práctica del deporte hace que te sientas más activo y con muchos ánimos emocionalmente***

Ánimos por jugar y sentirse bien	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	18	15,5
Raramente	28	24,1
Ocasionalmente	33	28,4
Frecuentemente	32	27,6
Siempre	5	4,3
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



***Figura 25: La práctica del deporte hace que te sientas más activo y con muchos ánimos emocionalmente***

En la Tabla 29 y en la Figura 25, se puede observar del 100% de la población encuestada, el 28,4% (33 de 116) señalan que “Ocasionalmente” los estudiantes se sienten más activos después de hacer sus actividades deportivas; el 27,6% (32 de 116) “Frecuentemente”; el 24,1% (28 de 116) “Raramente”; el 15,5% (18 de 116) “Nunca”; y el 4,3% (5 de 116) “Siempre”. Por tanto se aprecia que los estudiantes se sienten bien mejor después de practicar la actividad física. Es decir, menos del 50%.

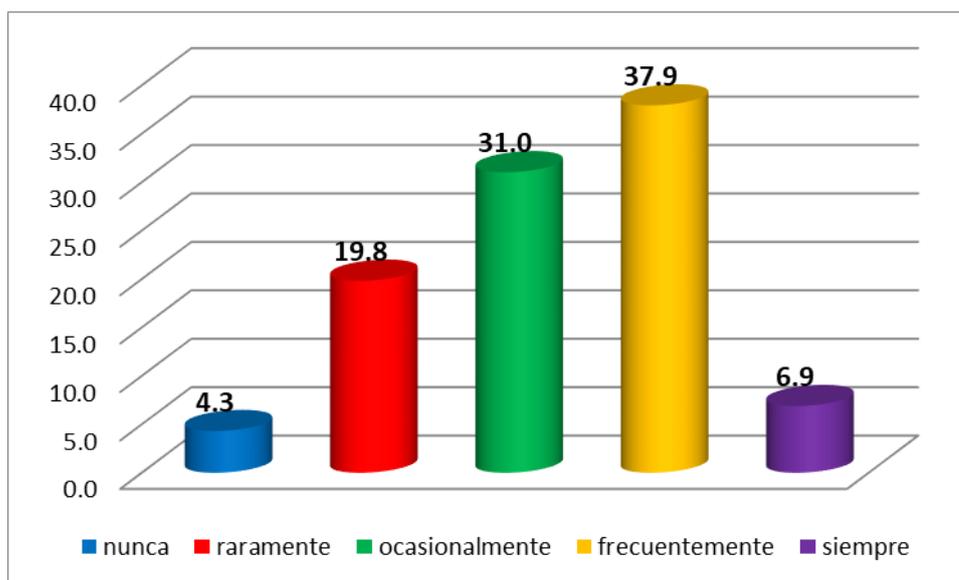
## De la Dimensión 2: Formación Integral Comunicativa:

Tabla 10:

*Te gusta practicar deporte colectivo, entre amigos del colegio y otros amigos del barrio*

Práctica del deporte colectivo	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	5	4,3
Raramente	23	19,8
Ocasionalmente	36	31
Frecuentemente	44	37,9
Siempre	8	6,9
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



**Figura 26:** *Te gusta practicar deporte colectivo, entre amigos del colegio y otros amigos del barrio*

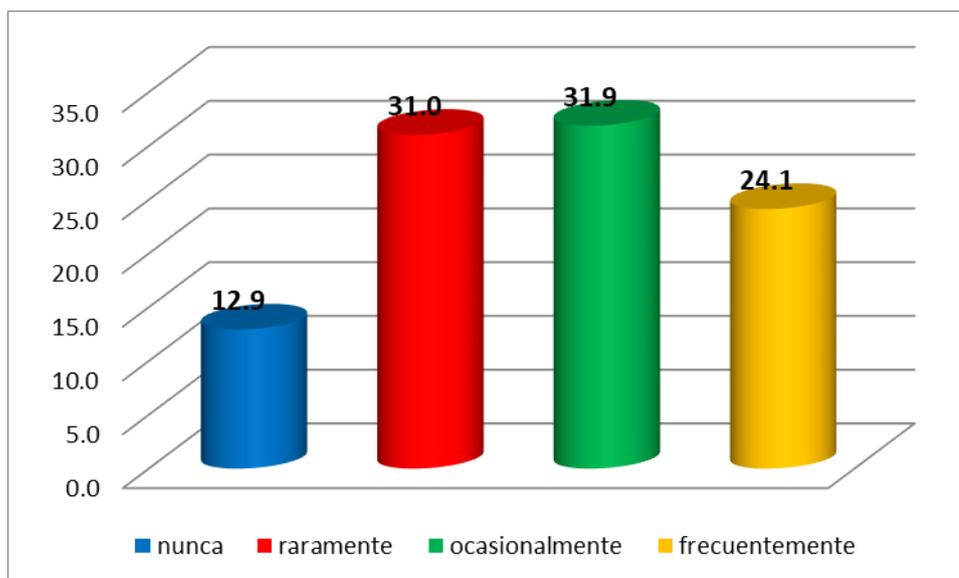
En la Tabla 30 y en la Figura 26, se puede observar datos del 100% de la población encuestada, el 37,9% (44 de 116) señalan que “Frecuentemente” los estudiantes si les gusta practicar deportes colectivos; el 31,0% (36 de 116) “Ocasionalmente”; el 19,8% (23 de 116) “Raramente”; el 6,9% (8 de 116) “Siempre”; y el 4,3% (5 de 116) “Nunca”. Por tanto se aprecia que los estudiantes si les gusta prácticas y hacer deportes colectivos entre ellos y otros amigos. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 31:**

***Cuando tienen clases de educación física, se comunican mucho con tus profesores y compañeros de salón***

Comunicación con profesores	Percepción	
	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	15	12,9
Raramente	36	31,0
Ocasionalmente	37	31,9
Frecuentemente	28	24,1
Siempre	0	0,0
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



***Figura 27: Cuando tienen clases de educación física, se comunican mucho con tus profesores y compañeros de salón.***

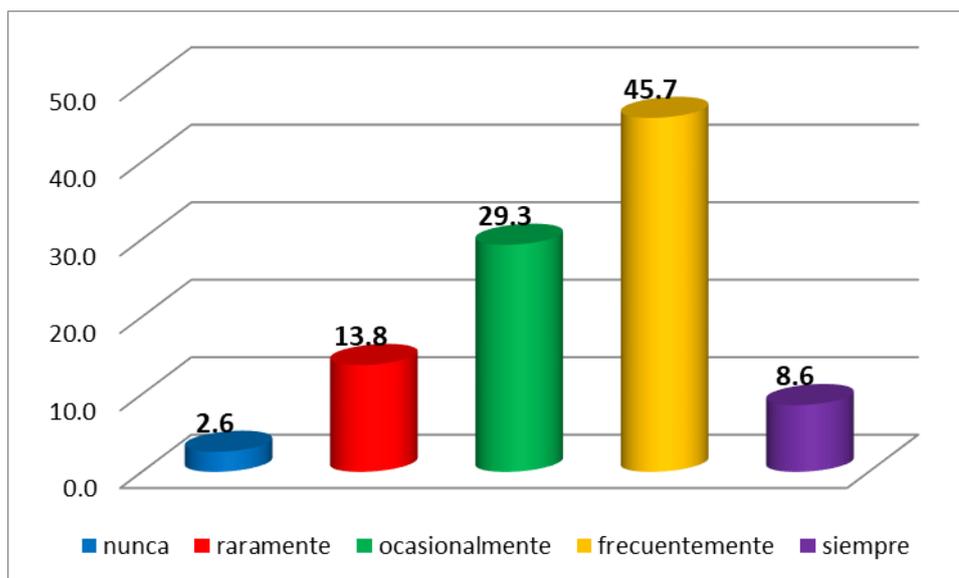
En la tabla 31 y en la Figura 27, se puede observar datos del 100% de la población encuestada, el 31,9% (37 de 116) señalan que “Ocasionalmente” los estudiantes se comunican con afectividad con sus profesores; el 31,0% (36 de 116) “Raramente”; el 24,1% (28 de 116) “Frecuentemente”; el 12,9% (15 de 116) “Nunca”; y el 0,0% (0 de 116) “Siempre”. Por tanto se aprecia que los estudiantes si logran tener una comunicación afectiva con sus profesores y compañeros de salón cuando tiene clases de educación física. Es decir, menos del 50%.

**Tabla 32:**

***Existe alguna clase de tu profesor que no haya comunicación, fluida especialmente en el deporte***

Comunicación fluida	Percepción	
	N°	Porcentaje
Nunca	3	2,6
Raramente	16	13,8
Ocasionalmente	34	29,3
Frecuentemente	53	45,7
Siempre	10	8,6
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



***Figura 28: Existe alguna clase de tu profesor que no haya comunicación, fluida especialmente en el deporte.***

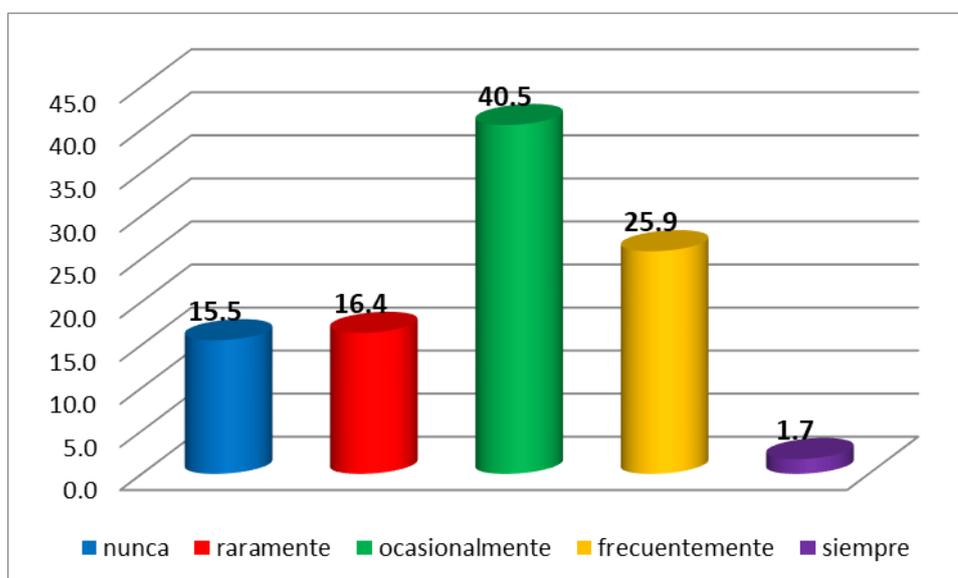
En la Tabla 32 y en la Figura 28, se puede observar datos del 100% de la población encuestada, el 45,7% (53 de 116) señalan que “Frecuentemente” los estudiante manifiestan que hay clases que no lo comunican fluidamente; el 29,3% (34 de 116) “Ocasionalmente”; el 13,8% (16 de 116) “Raramente”; el 8,6% (10 de 116) “Siempre”; y el 2,6% (3 de 116) “Nunca”. Por tanto se aprecia que los estudiantes manifiestan que sus profesores de educación no se comunican fluidamente. Es decir, más del 50%.

**Tabla 33:**

***El deporte te ayuda a comunicarte mejor con todas las personas de tu entorno personal como escolar.***

Comunicación con todos los de sus entorno	Percepción	
	N°	Porcentaje
Nunca	18	15,5
Raramente	19	16,4
Ocasionalmente	47	40,5
Frecuentemente	30	25,9
Siempre	2	1,7
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Encuesta Setiembre 2018



***Figura 29: El deporte te ayuda a comunicarte mejor con todas las personas de tu entorno personal como escolar.***

En la Tabla 33 y en la Figura 29, se puede observar datos del 100% de la población encuestada, el 40,5% (47 de 116) señalan que “Ocasionalmente” el deporte los ayuda a comunicarse mejor con otras personas de su entorno; el 25,9% (30 de 116) “Frecuentemente”; el 16,4% (19 de 116) “Raramente”; el 15,5% (18 de 116) “Nunca”; y el 1,7% (2 de 116) “Siempre”. Por tanto se aprecia que los estudiantes ocasionalmente el deporte si les ayuda a comunicarse mejor con otras personas de sus entorno social. Es decir, menos del 50%.

### 5.3. Correlación entre la actividad física y la formación integral formativa

#### 5.3.1. Coeficiente de correlación de rho de Spearman

IBMSPSS Statistics 23.

*Tabla 34:*

*Correlación entre la actividad física y la formación integral formativa*

	Formación Integral Formativa		
	Coeficiente de Correlación r	(Tamaño de Muestra) N	Sig. (bilateral) Valor-P
Actividad física	0,644	(60)	0,000

La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuesta Setiembre 2018

*Tabla 35:*

*Correlaciones de Rho de Spearman entre la actividad física y la formación integral formativa*

	Formación integral formativa	Formación integral afectiva	Formación integral corporal	Formación integral comunicativa
Actividad Física	0.644	0.584	0.645	0.453
Experiencia	0.385	0.300	0.638	0.537
Personal	0.443	0.509	0.518	0.598
Movimiento Corporal	0.462	0.103	0.000	0.452

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuesta Setiembre 2018

En la Tabla 35, se observa las correlaciones de Spearman entre las variables Actividad física y la formación integral formativa; en la misma tabla 35 vemos las correlaciones de Rho de Spearman entre las dimensiones de la Actividad física y la formación integral formativa; siendo todas significativamente distintas de cero,  $P < 0.000$ .

#### 5.4. Prueba de hipótesis.

##### 5.4.1. Contrastación de la hipótesis general

**Ho:** No existe relación significativa entre la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

**Hi:** Existe relación significativa entre la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

**Tabla 36:**

*Correlaciones de Rho de Spearman entre la actividad física y la formación integral formativa*

	<i>Formación integral formativa</i>	
<i>Actividad física</i>	<b>Correlación (Tamaño de Muestra) Valor-P</b>	<b>0,644</b>
		<b>(60)</b>
		<b>0,000</b>

#### **Análisis:**

En la tabla 36 se observa un coeficiente de correlación  $r$  igual a 0,644 y un nivel de significancia  $P$  igual a 0,000; este resultado nos lleva a rechazar la hipótesis nula con un nivel de significancia de 5%.

#### **Conclusión:**

Que si existe relación significativa entre la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E

N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. De manera que a medida que se desarrolle más actividad física la formación integral sea un beneficio para los estudiantes.

#### 5.4.2. Contrastación de las hipótesis secundarias

##### Primera hipótesis secundaria:

**Ho:** No existe relación significativa entre la experiencia personal con la formación integral afectiva en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

**H1:** Existe relación significativa entre la experiencia personal con la formación integral afectiva en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

*Tabla 37:*

*Correlación de Spearman entre la experiencia personal con la formación integral afectiva.*

	<i>Formación integral afectiva</i>	
<b>Experiencia personal</b>	<b>Correlación (r)</b>	<b>0,300</b>
	<b>(Tamaño de Muestra) (N)</b>	<b>(60)</b>
	<b>Valor-P</b>	<b>0,001</b>

##### **Análisis:**

En la tabla 37 se observa un coeficiente de correlación r igual a 0,300 y un nivel de significancia P igual a 0,001; este resultado nos lleva a rechazar la hipótesis nula con un nivel de significancia de 5%.

**Conclusión:**

Que si existe relación significativa entre la experiencia personal con la formación integral afectiva en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. De manera que a medida que se conozcan mejor, se mejorará la formación integral afectiva.

**Segunda hipótesis secundaria:**

**Ho:** No existe relación significativa entre el movimiento corporal con la formación integral corporal en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

**H2:** Existe relación significativa entre el movimiento corporal con la formación integral corporal en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

**Tabla 38:**

***Correlación de Spearman entre el movimiento corporal con la formación integral corporal***

	<b>Formación integral corporal</b>	
<b>Movimiento corporal</b>	<b>Correlación (r) (Tamaño de Muestra) (N) Valor-P</b>	<b>0,518</b>
		<b>(60)</b>
		<b>0,000</b>

**Análisis:**

En la tabla 38 se observa un coeficiente de correlación  $r$  igual a 0,518 y un nivel de significancia  $P$  igual a 0,000; este resultado nos lleva a rechazar la hipótesis nula con un nivel de significancia de 5%.

**Conclusión:**

Que si existe relación significativa entre el movimiento corporal con la formación integral corporal en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. De manera que a medida que tenga mejor movimiento corporal, mejorar su formación integral físicamente.

**Tercera hipótesis secundaria:**

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre la práctica socio cultural con la formación integral comunicativa en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018..

**H<sub>3</sub>:** Existe relación significativa entre la práctica socio cultural con la formación integral comunicativa en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018.

**Tabla 39:**

**Correlación de Spearman entre la práctica socio cultural con la formación integral comunicativa**

	<b>Formación integral comunicativa</b>	
<b>Practica socio cultural</b>	<b>Correlación (Tamaño de Muestra) Valor-P</b>	<b>0,452</b>
		<b>(60)</b>
		<b>0,000</b>

**Análisis:**

En la tabla 39 se observa un coeficiente de correlación  $r$  igual a 0,452 y un nivel de significancia  $P$  igual a 0,000; este resultado nos lleva a rechazar la hipótesis nula con un nivel de significancia de 5%.

**Conclusión:**

Que si existe relación significativa entre la práctica socio cultural con la formación integral comunicativa en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. De manera que a medida que tenga una práctica socio cultural, mejorar su formación integral comunicativa.

## **CAPITULO VI**

### **DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

Al problema estudiado ¿De qué manera se relaciona la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018?? Se obtuvo el valor de 0.644 indicando que existe una relación alta o es buena la correlación.

El Objetivo general de la investigación se llegó a Determinar la relación de la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. Siendo ratificados y basados en los resultados. Así, como de los objetivos específicos con el objetivo general.

La Hipótesis general, Existe relación significativa entre la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018, y las hipótesis secundarias son correctas y fueron de gran utilidad para la investigación, porque todas fueron respondidas.

La unidad de análisis es de 60, conformado por estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María. Se hizo la medición a ésta unidad de análisis, siguiendo con la escala ordinal para un mayor desarrollo cuantitativo, siendo procesados por el software SPSS 23.

La Actividad física con la formación integral formativa, tiene un valor de Coeficiente de Correlación de 0.644, es buena la Correlación. Con este resultado podemos decir que, si mejora la actividad física, mejorará la formación integral formativa.

La validación de la Hipótesis general dice que, si existe relación significativa entre la actividad física con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. De manera que a medida que se desarrolle más actividad física la formación integral sea un beneficio para los estudiantes. Lo cual en la tesis de Olgún, C. (2014), desarrollo la investigación llamada “Formación integral una mirada desde los intereses de los estudiantes universitarios” obteniendo resultados donde indican que los intereses de las 41 carreras por Facultad son distintos según el área de estudio, donde destacan en su mayoría criterios relacionados con la competencia genérica “Capacidad para Comunicarse”. En cuanto al instrumento se identifica su consistencia tanto de los criterios, como de los resultados, sin embargo existen sugerencias que deberían considerarse para una próxima aplicación. Por cuanto si existe una relación a la investigación desarrollada sobre la actividad física con la formación integra de estudiantes adolescentes.

La validación de la primera Hipótesis secundaria dice que, si existe relación significativa entre la experiencia personal con la formación integral afectiva en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. De manera que a medida que se conozcan mejor, se mejorará la formación integral afectiva. Según Pérez, A. (2015) desarrollo la investigación llamada “Influencia de la actividad física sobre conductas violentas en adolescentes de centros educativos públicos en Granada” logrando tener resultados que determinaron que las proporciones por género y curso de esta investigación son similares, constatándose que la mayoría de los adolescentes de centro públicos realizaban actividad física de forma continuada y que en su inmensa mayoría practicaban deportes colectivos de contacto. También se constató que los jóvenes de centros públicos señalaron en más de la mitad de los casos que sin ser agresores sí que fueron testigos de casos de Bullying sin estar involucrados en ellos, asimismo los niveles de agresividad (Manifiesta y Relacional) era similares, mientras que la Victimización de tipo verbal, era la más frecuente, dando por validez la hipótesis de la investigación.

La validación de la segunda Hipótesis secundaria dice que, si existe relación significativa entre el movimiento corporal con la formación integral corporal en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. De manera que a medida que tenga mejor movimiento corporal, mejorar su formación integral físicamente. Según Arbós, T. (2015) desarrollo la investigación llamada “Actividad física y salud en estudiantes universitarios desde una perspectiva salutogénica” Se puede concluir que los estudiantes con un sentido de coherencia fuerte tienen unos estilos de

vida más saludables, manejan mejor el estrés académico, y la percepción de su estado de salud y calidad de vida son mejores. Además, a mayor nivel de actividad física y gasto energético, menor es el estrés académico, mayor la puntuación de adherencia a la dieta mediterránea y mejor su percepción de estado de salud y calidad de vida. Por tanto siendo similar los estudios y obteniendo los mismos resultados, validado los datos de la investigación.

La validación de la tercera Hipótesis secundaria dice que, si existe relación significativa entre la práctica socio cultural con la formación integral comunicativa en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. De manera que a medida que tenga una práctica socio cultural, mejorar su formación integral comunicativa. Según Pérez, F. (2015) desarrollo la investigación llamada “Relación entre actividad física, hábitos de vida saludables y rendimiento académico en escolares granadinos. Los resultados obtenidos al estudiar los valores de rendimiento mostraron como los sujetos que presentan una mayor adherencia a la DM obtienen mejores calificaciones en todas las asignaturas. Otras variables que también se correlacionan positivamente con la mayoría de las asignaturas son la calidad de vida y las horas de sueño. Por su parte, las asignaturas que se relacionan con un mayor número de variables son Educación Física y Ciencias. Dando fe que se asemejan los resultados con la investigación trabajada.

## CONCLUSIONES

Después de haber finalizado con la presente investigación, se arribó a las siguientes conclusiones:

### **General**

Se concluye que la actividad física se relacionaría significativamente con la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. Porque en la medida que se mejore la Actividad física, mejorará la formación integral escolar. Encontrándose un coeficiente de correlación  $r$  igual a 0,644 y un nivel de significación  $P$  igual o menor a 0,01.

### **Primera conclusión**

Se concluye que la experiencia personal se relacionan significativamente con la formación integral afectiva en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. Porque en la medida que las experiencias personales se muestres, mejorará la formación integral afectiva. Encontrándose un coeficiente de correlación  $r$  igual a 0,300 y un nivel de significación  $P$  igual o menor a 0,01.

### **Segunda Conclusión**

Se concluye que el movimiento corporal se relaciona significativamente con la formación integral corporal en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. Porque en la medida que se mejore los movimiento corporales, mejorará la formación integral corporal. Encontrándose un coeficiente de correlación  $r$  igual a 0,518 y un nivel de significación  $P$  igual o menor a 0,01.

### **Tercera Conclusión**

Se concluye que la práctica socio cultural se relaciona significativamente con la formación integral comunicativa en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, 2018. Porque en la medida que se mejore la práctica socio cultural, mejorará la formación integral comunicativa. Encontrándose un coeficiente de correlación  $r$  igual a 0,452 y un nivel de significación  $P$  igual o menor a 0,01.

## **RECOMENDACIONES**

### **General**

Se recomienda que la actividad física y la formación integral escolar en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, debe mejorar las actividades físicas debe de incrementarse en todo su proceso de formación escolar considerando elementos importantes como es su salud y su propia condición de vida social deportiva.

### **Primera recomendación**

Se recomienda que si la experiencia personal y la formación integral afectiva en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, es buena, se debería de considerar que todo estudiante que tenga habilidades personales desarrolladas por su propia experiencia debería de ser usadas con frecuencia para mejorar la formación integral afectiva de los demás compañeros y así unificar criterios sociales de afectividad escolar.

### **Segunda recomendación**

Se recomienda que si los movimientos corporales y la formación integral corporal en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, tienen una buena relación, debe de ser oportuno trabajar más con los movimientos corporales y así tonificar la coordinación motriz gruesa ya que esto mejorar la formación integral corporal, logrando tener más afectividad entre compañeros, que por su condición física puede retraerse y lograr la formación integral escolar deseada.

### **Tercera recomendación**

Se recomienda que sí que la práctica socio cultural y la formación integral comunicativa en los estudiantes del 6to grado de educación primaria de la I.E N°1098 CAP FAP José Abelardo Quiñones, Jesús María, lo recomendable es que los estudiantes en sus ratos de socialización entre compañeros y profesores compartan más tiempo o dedicar se más tiempo y así lograr la comunicación esta sea más afectiva, integradora y así puedan comunicarse mejor e integrarse socialmente mejor.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Arango de Narváez, M. T., Infante de Ospina, E., & López de Bernal, M. E. (2006). Estimulación Temprana. Bogotá: Gamma.
- Arbós Berenguer, Teresa. (2017). Actividad física y salud en estudiantes universitarios desde una perspectiva salutogénica. Tesis para optar el grado de doctor en Ciencias Biosanitarias. Universitat de les Illes Balears. Islas Baleares, Palma de Mallorca, España.
- Arráez, J. M. y Romero, C. (2000). Didáctica de la Educación Física. En L. Rico y D. Madrid (Eds.). Fundamentos didácticos de las áreas curriculares. Madrid, Síntesis, 99-151.
- Asociación de colegios Jesuitas de Colombia - Acodesi (2003). La Formación Integral y sus Dimensiones: Texto Didáctico Colección Propuesta Educativa No. 5. Abril de 2003. Editorial Kimpres Ltda. Bogotá, D.C., Colombia.
- Bérard, E. (1995). “La grammaire, encore... et l’approche communicative”. ELA, 100: 9-20.
- Burga Bustamante, Yrma. (2017). Modelo de gestión en la formación integral para la adaptación del estudiante a la Universidad Señor de Sipán que se sustenta en un sistema de procedimientos. Tesis para obtener el grado académico de Doctor en Ciencias de la Educación. Escuela de Postgrado. Universidad Señor de Sipán. Chiclayo, Perú.
- Campo, R. y Restrepo, M. (1999). Formación Integral: Modalidad de educación posibilitadora. Santa fé de Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana. Bogota, Colombia.
- Castillo, I.; Balaguer, I. y García-Merita, M. (2007). *Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género*. Revista de Psicología del Deporte. Vol. 16, núm. 2 pp. 201-210ISSN: 1132-239X.
- Cortina, Adela. La ética de la sociedad civil, Anaya/Alauda, Madrid, 1994; Ciudadanos como protagonistas, Galaxia Gutenberg/Círculo de Lectores, Barcelona, 1999; Ciudadanos del mundo, Alianza, Madrid, 1997.
- Devis, José (2000) *Actividad física, deporte y salud*. Inde Publicaciones

- Erick, Erickson. *Childhood and Society*. Copyright 1950, 1963 por W. W. Norton & Company, Inc. Renovado en 1978 por Erick H. Erickson. Reimpreso con autorización de W. W. Norton & Company, Inc., y Hogarth Press.
- Flores Paredes, Alcides. (2015). Actividad física y prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes escolares de 12 a 18 años de la ciudad de Juliaca. *Rev. investig. Altoandín*. [online]. 2017, vol.19, n.1, pp.103-114. ISSN 2313-2957.
- Flores, Alcides (2015) desarrollo la investigación llamada “Actividad física y su relación con la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adolescentes escolares de 12 a 18 años de la ciudad de Juliaca 2015” en la Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez. Perú
- Gerberding, J. L.; Collins, J. y Dietz, W. (2006.). *Manual de evaluación de la actividad física*. Centro Nacional para la Prevención de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Departamento de Salud y Asistencia Pública de los Estados Unidos. Manual de Evaluación de la Actividad Física. Atlanta, Georgia. Departamento de Salud y Asistencia Pública de los Estados Unidos, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades;
- Herrera Castro, Valentina y Pardo Rivas, Thyare. (2017) Formación Integral en Educación Básica: Estudio de caso dirigido a Profesores Jefes de tercero y cuarto año básico, de una Escuela Municipal de Cerro Navia. Tesis para optar a Título de Profesor(a) en Educación Básica con Grado Académico de Licenciado(a) en Educación. Facultad de educación. Universidad academia de humanismo cristiano. Santiago, Chile.
- Kent, M. (2003). *Diccionario Oxford de medicina y ciencias del deporte*, (P.18). Barcelona, España: Editorial Paidotribo.
- Luhmann, Niklas (1985). *El amor como pasión*, Península, Barcelona [1982]
- Martínez, M. (2009). Dimensiones básicas de un desarrollo humano integral. *Revista de la Universidad Bolivariana*, 8(23), 119-138.
- Maya, A. (2003). *Conceptos básicos para una pedagogía de la ternura*. Bogotá: ECOE.
- Mendivil, T. (2010). La cuestionada calidad de la formación integral del profesional del Caribe colombiano. *Revista Dimensión empresarial*. - Vol. 8 No. 2, Julio - Diciembre de 2010, págs. -77. Barranquilla, Uniautónoma.
- Moreno Murcia, J. A., Alonso, N., Martínez Galindo, C. y Cervelló, E. (2005). Motivación, disciplina, coeducación y estado de flow en educación física: Diferencias según la satisfacción, la práctica deportiva y la frecuencia de práctica. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5, 1-2,225-243.

- Ocampo Mascaró, Javier; Silva Salazar, Vera Jimena; SA Costa Bullón, Abilio. (2015). Correlación entre conocimientos sobre consecuencias de la obesidad y grado de actividad física en universitarios. Escuela de Medicina. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC). Lima, Perú.
- Olguín, Constanza (2014) desarrollo la investigación llamada “*Formación integral una mirada desde los intereses de los estudiantes universitarios*” en la Universidad del Bío Bío. Chile.
- Orellana Acosta, K. & Urrutia Manyari I. (2013). Evaluación del estado nutricional, nivel de actividad física y conducta sedentaria en los estudiantes universitarios de la Escuela de Medicina de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas [Internet]. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas - UPC; [cited 2016 May 4]. Available from: <http://repositorioacademico.upc.edu.pe/upc/handle/10757/301568>
- Orellana, Karol (2013) desarrollo la investigación llamada “Evaluación del estado nutricional, nivel de actividad física y conducta sedentaria en los estudiantes universitarios de la Escuela de Medicina de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas” en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Perú.
- Orozco Silva. L. E. (1999). *La formación integral. Mito y realidad*. Ediciones Uniandes. Universidad de San Buenaventura de Medellín. Medellín, Colombia
- Pariat, Marcel. (2015). Educación, Ciudadanía y Desarrollo Investigación & Desarrollo, núm. 11, julio, 2000, pp. 86- 105 Universidad del Norte Barranquilla, Colombia
- Pérez, Antonio (2015) desarrollo la investigación llamada “*Influencia de la actividad física sobre conductas violentas en adolescentes de centros educativos públicos en Granada*” en la Universidad de Granada. España
- Pérez, Federico (2015) desarrollo la investigación llamada “*Relación entre actividad física, hábitos de vida saludables y rendimiento académico en escolares granadinos*” en la Universidad de Granada. España.
- Pérez, M. & Roa, C. (2010). Referentes para la Didáctica del Lenguaje del Primer Ciclo. Bogotá: Secretaría de Educación del distrito. Recuperado de: [http://www.sedbogota.edu.co/archivos/Educacion\\_inicial/Primer\\_ciclo/2011/Referentes%20Didactica%20del%20lenguaje%20Primer%20ciclo.pdf](http://www.sedbogota.edu.co/archivos/Educacion_inicial/Primer_ciclo/2011/Referentes%20Didactica%20del%20lenguaje%20Primer%20ciclo.pdf)
- Picardo, J. (2009). Segmentación urbana y educación en América Latina. Madrid: Fundación Iberoamericana para la Educación, la Ciencia y la Cultura (FIECC).
- Quispe Quispe, Leonor Zoraida. (2015). Percepción de los estudiantes sobre acompañamiento mediante la tutoría virtual y su relación con la formación integral en el x ciclo de la

- facultad de educación primaria e intercultural de la universidad de ciencias y humanidades- lima, 2014. Tesis de maestría. Escuela de postgrado. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Lima Perú.
- Ries, F. C. (2009). *Actividad Físico-Deportiva en adolescentes de Sevilla y Luxemburgo*. Influencia de Factores Personales, Parentales y Situacionales percibidos sobre la intención y la práctica [Tesis Doctoral]. [Sevilla]: Secretario de Publicaciones de la Universidad de Sevilla; 2009. 606 p.
- Rojas Osorio, C. (2010). *Filosofía de la educación. De los griegos a la tardomodernidad*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia.
- Salvador Perez, Federico. *Relación entre actividad física, hábitos de vida saludables y rendimiento académico en escolares granadinos*. Programa de doctorado de Fundamentos del Currículum y Formación del Profesorado de las Áreas de Educación Primaria y Secundaria (704.99.1). Tesis doctoral. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada. Granada, Andalucía, España 2015.
- Sanchez Bañuelos. Fernando (1996) *La actividad física orientada hacia la salud*. P.26. Biblioteca Nueva.
- Shephard, R. J. (1995). Physical Activity, Fitness, and Health: The Current Consensus. *Quest*, 47, (3), 288-303.
- Villalobos, M. (2002). *Didáctica integrativa y el proceso de aprendizaje*. México: Trillas.
- Zarzar Charur, C. (2003): *La formación integral del alumno: qué es y cómo propiciarla*, México: FCE.

**Páginas web:**

<http://dx.doi.org/10.18271/ria.2017.260>.

<http://repositorioacademico.upc.edu.pe/upc/handle/10757/301568>

[http://www.sedbogota.edu.co/archivos/Educacion\\_inicial/Primer\\_ciclo/2011/Referentes%20Didactica%20del%20lenguaje%20Primer%20ciclo.pdf](http://www.sedbogota.edu.co/archivos/Educacion_inicial/Primer_ciclo/2011/Referentes%20Didactica%20del%20lenguaje%20Primer%20ciclo.pdf)

## **ANEXOS**