

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



**La práctica deportiva y el rendimiento académico en los estudiantes del
nivel primario**

Trabajo académico

Para optar el Título de segunda especialidad Profesional en Educación Física

Autor

Homer Vásquez Gonzales

Trujillo- Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La práctica deportiva y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel primario

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Alburquerque Silva (presidente)

.....

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

.....

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

.....

Trujillo- Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La práctica deportiva y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel primario

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y forma

Homer Vásquez Gonzales (Autor)

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

Trujillo - Perú

2020



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Trujillo, a veintinueve días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio San José N° 81608, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, a los coordinadores de programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes el Dr. Segundo Alburquerque Silva, Coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: **“La práctica deportiva y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel primario”** para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física al señor(a) **HOMER VÁSQUEZ GONZALES**

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de **18**.

Por tanto, **HOMER VÁSQUEZ GONZALES**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física.

Siendo las trece horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.


Dr. Segundo Alburquerque Silva
Presidente del Jurado


Dr. Andy Kai Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

DEDICATORIA

A Dios por ser mi fuente de inspiración, a mi familia por su apoyo incondicional, a todos que me ayudaron sus aportes y orientaciones.

INDICE

DEDICATORIA.	5
ÍNDICE.	6
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I	13
MARCO TEÓRICO	13
1.1. Antecedentes	13
CAPITULO II.	18
ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL RENDIMIENTO ACADEMICO	18
2.1. Rendimiento Académico.	18
2.2. Tipos de rendimiento académico	19
2.3. Factores asociados al rendimiento académico	20
CAPITULO III	21
LA ACTIVIDAD FISICA.	21
3.1. La actividad física y deportiva	21
3.2. La práctica deportiva.	22
3.3. Características.	23
3.4. Tipos de Prácticas Deportivas.	23
3.5. Relación Actividad física y Rendimiento Académico	23
CAPÍTULO IV	25
BENEFICIOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA	25
4.1. Tipos de Beneficios	25
4.2. Beneficios del rendimiento por la práctica deportiva	25
4.3. El rol educativo en educación física	26
CONCLUSIONES	28
RECOMENDACIONES	29
REFERENCIAS CITADAS	30

RESUMEN

El trabajo de investigación lleva como título “la práctica deportiva y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel primario”. La cual nace de la necesidad de conocer cómo se relacionan estas dos variables, en la que el objetivo general de conocer la relación que se desarrolla dentro de estos dos temas, y señalar la importancia del deporte en el rendimiento académico. El método es descriptivo exploratorio y se ha utilizado diferentes materiales y fuentes, finalmente se concluye la importancia del deporte no solo para la salud física, psicológica y mental de los niños, sino que también influyen en el rendimiento escolar.

Palabras claves: Rendimiento, práctica deportiva, niños.

ABSTRACT

The research work is entitled "SPORTS PRACTICE AND ACADEMIC PERFORMANCE IN PRIMARY LEVEL STUDENTS". Which arises from the need to know how these two variables are related, in which the general objective is to know the relationship that develops within these two topics, and to point out the importance of sport in academic performance. The method is descriptive and exploratory and different materials and sources have been used, finally the importance of sport is concluded not only for the physical, psychological and mental health of children, but also that they influence school performance.

Keywords: Performance, sports practice, children

INTRODUCCIÓN

Entre los principales objetivos que posee la educación es conseguir un desempeño académico adecuado en el centro educativo. Para ello, es necesario, desarrollar buenas estrategias y metodologías para saber llevar en sus aprendizajes al alumno. Asimismo, parte de la disciplina y apoyo que puedan tener por parte de sus padres.

En los últimos años, “el nivel de sedentarismo en la población ha aumentado, llegando a ser un problema mundial” (Monzonis, 2015). Esto ha traído una mayor necesidad de la práctica de actividad física y deportiva. Además, según estudios e investigaciones, “estas variables, permiten incrementar el rendimiento académico, debido a los beneficios neurológicos, cognitivos, psicológicos y sociales que produce”. Por ende, en este trabajo de investigación, nos interesa tomar como parte de los estudios las dos variables: Práctica deportiva y rendimiento académico.

Es así en lo que respecta a la obesidad y el sedentarismo ha aumentado en grandes proporciones.

Por ello, todo lo que avecina y genera consecuencia con la problemática, puede afectar al alumno en su desarrollo.

La OMS (2017) enfatiza que por lo menos un 60% de población mundial no ejecuta ningún tipo de ejercicio físico necesario para lograr beneficios adecuados en salud, debido en gran medida a una insuficiencia en la participación de acción física a través del periodo de ocio y un aumento en las conductas sedentarias.

Con respecto a la población de niños la OMS (2010) menciona que poseen una mayor cantidad de probabilidad de mantenerse siendo obesos en su edad adulta y sufrir de afecciones cardiovasculares o diabetes a edad más tempranas

Dentro de la formulación del problema, se puede encontrar lo que respecta el problema general y lo que respecta los problemas específicos que está relacionado con el problema central, para que tenga cierta coherencia el trabajo.

Objetivo general

- Conocer la relación entre la práctica deportiva y el rendimiento académico.

Objetivos específicos

- Conceptualizar los términos de actividad física, deporte y rendimiento académico
- Exponer los diferentes beneficios que la práctica deportiva genera en el rendimiento académico o en el organismo
- Señalar el rol de los educadores de educación física dentro del contexto práctica deportiva y rendimiento académico

El trabajo se justifica ya que, hoy en día habido un incremento considerable del sedentarismo en los niños y adolescentes, y este trabajo permite tener un mayor conocimiento y reflexión sobre la importancia del tema de la práctica deportiva, que es fundamental para la salud de los estudiantes, pero también enfatizando que es un factor para el rendimiento académico.

El desempeño académico se trata de un factor esencial en la educación de los estudiantes, pues de este va a depender en gran parte el futuro y adaptación de ellos a la sociedad productiva actual.

Por tanto, el desarrollo de esta monografía se valida por la relevancia del tema hoy en día. Además, va permitir que el educador pueda tener un mayor enriquecimiento de conocimiento a través de las informaciones más actualizadas que puede aportar el trabajo.

Se presentaron algunas limitaciones, ya que, por lo general, se ha encontrado trabajos relacionados a la relación de la acción física propiamente con el rendimiento escolar y muy poco con la práctica deportiva.

De la misma manera, el trabajo es de carácter teórico, por lo general, los trabajos son de carácter de tesis cuando tocan estas dos variables.

De acuerdo a diferentes investigaciones se ha llegado a la conclusión que la práctica deportiva puede provocar una mejoría en el logro formativo al mismo tiempo que se aumenta la salud general de los sujetos y se disminuye el nivel en sedentarismo que posee la comunidad.

Es así que este trabajo de investigación lleva como título ““LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO” y se encuentra compuesto por dos capítulos.

En el capítulo I puede encontrarse los antecedentes que ayudan a entender el trabajo planteado.

En el capítulo II, se pueden encontrar lo referente al rendimiento académico.

El capítulo III, describe los aspectos referidos a la actividad física.

Capítulo IV, Beneficios de la práctica educativa y el rol del educador de educación física

Para la elaboración del trabajo se han tomado diferentes fuentes tanto físicas como virtuales y ha desarrollado fichas de redacción para enfatizar los conceptos importantes del trabajo.

Y para finalizar, las conclusiones, recomendaciones y referencias citadas.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes

En este caso, se han encontrado diferentes trabajos de investigación, relacionado a la práctica deportiva y el rendimiento académico. Por ello, se van a identificar algunos antecedentes de estudios.

En Colombia, Jaimes y Gómez (2006), la investigación titulada “Relación entre la práctica y el desempeño escolar, en un contexto rural de Bogotá” “desarrollaron actividades atléticas durante seis meses, se evaluó el desempeño escolar por áreas reprobadas, tanto antes de iniciar las actividades como después. Los resultados mostraron que la pérdida de materias y la repitencia disminuyó un 80% en el grupo que participó en la investigación (jóvenes entre los 12 y 16 años).

Pedraza y Jiménez (2005), en su estudio titulado, “Relación entre la práctica deportiva y el desempeño cognitivo” “se describen las actividades deportivas que hicieron 82 evaluaciones escolares durante seis meses. Para evaluar el desarrollo cognitivo se realizaron antes y después de la experiencia, pruebas sobre resolución de problemas, o sea situaciones en donde es necesario un proceso cognitivo de comprensión, interpretación, análisis, síntesis y transferencia. Los resultados mostraron avance en la capacidad de resolver problemas, lo cual se relacionó con el desarrollo de actividades deportivas”.

Bustamante y Garay (2012), en su tesis “Las actividades de atletismo para mejorar las capacidades físicas de los alumnos del segundo grado de secundaria de la I.E. Alberto Casavilca – Parcona – Ica” concluyen que en lo que respecta a los resultados generales obtenidos, las actividades de atletismo han desarrollado las capacidades físicas, de velocidad, fuerza, resistencia y de flexibilidad en los sujetos, lo que generó que estos alumnos cambiaran de actitud, ya que después fueron más participativos, lo que permitió un desarrollo favorable en su formación integral y física. Así mismo, este trabajo despertó más interés en los alumnos y docentes debido a que en adelante se practicó deporte con más frecuencia y sirvió a la vez como motivación en otras áreas.

Neeper, Pinilla, Choi y Cotman, (1996). Señalan en sus estudios ejecutados en seres humanos también “habían demostrado que algunos procesos y habilidades cognitivas cerebrales en las personas mayores, eran mejores en las personas que practicaban una actividad física que en aquellas que no lo hacían”.

“...Por ejemplo en 1999 los mismos científicos que realizaron el estudio de la Universidad de Illinois observaron que un grupo de voluntarios -que durante 60 años llevaron una vida muy sedentaria-, tras una caminata rápida y sostenida de 45 minutos durante tres veces a la semana, lograron mejorar sus habilidades mentales, las cuales suelen declinar con la edad. Pero los beneficios cognitivos no se limitan solamente a los datos hallados en las investigaciones realizadas con personas de edad avanzada...”

Sibley y Etnier (2002) hacen un análisis de “la relación que existe entre procesos cognitivos y actividad física”. Señalando que los beneficios que tiene para el desarrollo cognitivo de los niños, el hecho de que estos practiquen una actividad física de manera regular. Concluyen argumentando que los beneficios de la actividad física son bastante altos y que por ello es necesario que se adopten políticas para estimular la actividad física

entre esta población. Estos mismos argumentos son planteados y sustentados por trabajos de investigación como los llevados a cabo por tres investigadores japoneses

BrainWork, (2002) que realizaron un estudio “con jóvenes adultos sedentarios, a los cuales se les aplicó un protocolo de evaluación cognitiva, antes de someterlos a un 33 programa de entrenamiento físico”.

“...El programa consistía en correr moderadamente por treinta minutos, tres veces a la semana por tres meses, tras lo cual se les evaluó nuevamente. Los resultados mostraron mejor rendimiento en las pruebas que fueron aplicadas después del programa de entrenamiento físico. Las mejoras fueron básicamente en atención, control inhibitorio y memoria de trabajo...”

Thayer et al (1994) plantea que, una vez que se ha demostrado la capacidad del cerebro para modificar sus conexiones interneuronales en caso de envejecimiento o daño cerebral, la denominada plasticidad, era importante conocer el papel exacto del ejercicio en la mejora de las funciones cerebrales estudios en ratones, demostraron que la actividad física aumentaba la secreción del factor neurotrófico cerebral (BDNF), una neurotrofina relacionada con el factor de crecimiento del nervio, localizada principalmente en el hipocampo y en la corteza cerebral. El BDNF, mejora la supervivencia de las neuronas tanto in vivo como in vitro, además, puede proteger al cerebro frente a la isquemia y favorece la transmisión sináptica.

Mitchell (1994) realizó un estudio “para investigar la 36 relación entre la capacidad rítmica y el rendimiento académico en los primeros grados. Los resultados apoyaron una relación entre los logros académicos y las habilidades motoras de mantener un golpeteo constante”.

Geron (1996), “divulga en sus discusiones que la sincronización de los niños se encuentra relacionada positivamente con los logros en la escuela, específicamente en las matemáticas y la lectura. Los jóvenes que practican actividad adicional a la contemplada en los programas de formación en las escuelas tienden a mostrar mejores cualidades como un mejor funcionamiento del cerebro; en términos cognitivos, niveles más altos de concentración de energía, cambios en el cuerpo que mejoran la autoestima, y un mejor comportamiento que incide sobre los procesos de aprendizaje” (Cocke, 2002; Dwyer et. al, 1983; Shephard, 1997; Tremblay, Inman yWillms, 2000).

Cocke (2002) indica que "tres de los estudios presentados en la sociedad de neurología en el 2001, sugieren que el ejercicio regular puede mejorar el funcionamiento cognoscitivo y aumentar, en el cerebro, los niveles de las sustancias responsables del mantenimiento de la salud de las neuronas".

“...La función del cerebro puede también estar beneficiada indirectamente por la actividad física debido a la generación creciente de la energía a partir del tiempo que permanecen fuera del salón de clase; el incremento de los niveles de energía en esta situación puede disminuir la aburrición de los niños en el salón, provocando mayores niveles de atención cuando regresan a recibir instrucciones (Linder 1999).

Linder (1999) utilizó un cuestionario para recopilar datos sobre la actividad física y el funcionamiento académico de 4.690 estudiantes, entre 9 y 18 años de edad, en Hong Kong. Ambas pruebas fueron administradas por los investigadores en las salas de clase de los estudiantes. Cada uno de ellos terminó personalmente su cuestionario, clasificando su propia actividad física y rendimiento académico. Después del análisis de los datos, los resultados demostraron una correlación positiva, pero baja (más para las mujeres que para los hombres), en la cual los estudiantes que perciben que hacen más actividad física reportan un mayor rendimiento académico.

Monzonis (2015) denominado “Relación entre la práctica deportiva y rendimiento académico en alumnos de educación Primaria” para optar al grado en educación primaria por la Universidad de Valladolid, España. Tuvo como objetivo general, determinar la relación que existe dichas variables. Finalmente se concluye que concurre una competitividad elevada en la sociedad actualmente, y es necesario la práctica de algún deporte y la vez en mejorar las competencias en el desarrollo de los aprendizajes de los estudiantes, para ello, el niño debe ser direccionado.

También se encuentran otros antecedentes o trabajos de investigación pero que van o estar más de 10 años de antigüedad, por ello, no se ha tomado en cuenta, sin embargo, se encuentra trabajos que hay que favorece de manera directa esta relación de las dos variables y otra propuesta que no necesariamente.

Como por ejemplo el trabajo de Dimas (2008) en su título denominado “relación entre la actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de la facultad de ciencias químicas de la UANI” en este caso, si bien es cierto toca básicamente estas dos variables, no va de acuerdo a lo población objetivo como es el nivel primario, por lo que solo se menciona para una mayor información.

CAPITULO II.

ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL RENDIMIENTO ACADEMICO

2.1. Rendimiento Académico.

Con respecto a las definiciones del rendimiento académico, se puede encontrar diferentes estudios. Sin embargo, Monzonis (2015) menciona que los autores sugieren como la consecución de ciertos propósitos, valorado mediante calificación numérica. Por ende, se estaría mencionando de una herramienta que permite medir un objetivo. Dentro de la misma línea, los estudiosos, señalan que “para evaluar el rendimiento académico, hay que tener en cuenta aspectos de la situación socioeconómica, aptitudes, motivación, el contexto educativo, entre otros”.

Otero (2007) enfatiza que sea de nuestro agrado o no, constantemente el señalador oficial sobre el desempeño académico es las notas, por ello, es que aún se rigen para evaluar a los alumnos, aunque ya se está trabajando, lo que son las competencias.

Para Navarro (2013) enfatiza a este rendimiento a manera de un constructo susceptible en tomar valores cualitativo y cuantitativo por medio de los que se presente un acercamiento a la evidencia y dimensión del rol de tácticas, saberes, comportamientos y valores desarrollado por el estudiante.

Además “el rendimiento académico es entendido como una medida de las capacidades indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación”. (Carrasco 2005).

Por su parte Herán y Villarroel (2007), “el rendimiento académico se define en forma operativa y tácita afirmando que se puede comprender el rendimiento escolar previo como el número de veces que el estudiante ha repetido uno o más cursos”.

Para, Kaczynska (2006), “afirma que el rendimiento académico es el fin de todos los esfuerzos y las iniciativas escolares del maestro, de los padres de los mismos estudiantes; el valor de la escuela y los conocimientos adquiridos”.

Chadwick (1979), “define el rendimiento académico como la expresión de capacidades y de características psicológicas del estudiante desarrollado a través del proceso de enseñanza-aprendizaje, que le posibilita obtener logros académicos a lo largo de un periodo, que se sintetiza en un calificativo final”.

Zúñiga, (2004). “Rendimiento escolar es el resultado o fruto de la actividad educativa realizada hasta el momento en que se efectúa la apreciación, es el fin de todos los esfuerzos y de todas las iniciativas de las actividades escolares, del maestro, padres de familia y de los mismos niños; es importante por constituir una prueba del educando, en cuanto se refiere a la captación del niño de las materias que constituyen el programa escolar”.

2.2. Tipos de rendimiento académico

Se pueden señalar dos tipos:

- **El rendimiento académico positivo:** Se le denomina “éxito escolar”, es cuando el estudiante ha alcanzado el nivel de rendimiento medio, más de lo esperado para su edad y nivel pedagógico.

- **El rendimiento académico negativo:** Generalmente se denomina “fracaso escolar; se presenta cuando un niño no es capaz de alcanzar el nivel de rendimiento medio esperado para su edad y nivel pedagógico.

2.3. Factores asociados al rendimiento académico

Muñoz, (2003). Señala algunos factores relacionados a:

- El maestro.
- El tamaño del grupo
- Los materiales educativos.
- La práctica pedagógica.
- Uso de estrategias actuales.
- Requisitos previos de los estudiantes.
- La salud de los estudiantes (desnutrición, tuberculosis, etc.)
- Factores económicos, sociales.
- Medios de comunicación, entre otros.

Para Adell (2002), “mejorar los rendimientos no sólo quiere decir obtener notas más buenas, por parte de los estudiantes, sino aumentar, también, el grado de satisfacción psicológica, de bienestar del propio educando”.

CAPITULO III

LA ACTIVIDAD FISICA.

3.1. La actividad física y deportiva

De acuerdo a los autores Cotman (2002) y Llorens (2015) enfatizan que la actividad física provoca igualmente progresos en el ámbito cognitivo afectando de manera directa en el grado intelectual de los estudiantes, memoria o atención, y de forma consecuente en el rendimiento escolar.

Además, el deporte, según RAE (2014) define al término deporte a modo de una acción física, que es realizada a manera de competencia o juego, y la que su práctica requiere de un entrenamiento y se encuentra sujeta a normativas.

Para Fraile (2004) el deporte es un ejercicio ordenado y regidos por reglamentos, en los que se desenvuelve en el espacio de una población, por lo que también puede ser considerada como una actividad competitiva.

Para Fernández (1998) enfatiza que dentro del deporte, se puede encontrar un tipo de clasificación, como es el deporte escolar. En la que representa la disciplina deportiva que practican los escolares dentro y fuera de la institución educativa, con el requerimiento que son guiados por los profesores de educación física u otros educadores de la institución.

Conceptuales: El ejercicio físico se trata de todo tipo de movimientos corporal el cual lleva a cabo el individuos en un tiempo establecido, sea en su labor o actividad laboral e igualmente en sus momento de ocio, el cual eleva el consumo de energía de forma considerable y el metabolismo basal, en otras palabras, el ejercicio físico es consumidor de calorías. (Encarta, 2002).

3.2. La práctica deportiva.

Practica viene del griego praktikós, término utilizado para designar lo “referente a la acción”, y que en latín toman dos formas praxis para significar “uso, costumbre y practice, referido al “acto y modo de hacer” (Campo & Restrepo, 2002, p. 13).

“Se entiende entonces que la práctica son los modos de acción cotidiana, que se realiza en forma intelectual o grupal, que responde a una táctica ordenada a través de la cual el ser humano configura su existencia como individuo y comunidad construyendo cultura” (Campo & Restrepo, 2002, p.42).

“...La práctica deportiva es un proceso de socialización e integración que conlleva una serie de obligaciones y, al mismo tiempo, es un proceso de enseñanza y aprendizaje progresivo. Esto explicita la práctica como una costumbre, un hábito, ya que las practicas hacen parte del quehacer diario de cada individuo; están presentes en lo cotidiano y cuando un individuo realiza una actividad en repetidas ocasiones, comúnmente sus acciones se convierten en un modo singular de actuar ante determinadas situaciones; es decir, en un hábito que se constituye a medida que el individuo actúa de manera continua sobre el medio, puede decirse que las practicas generan hábitos, por eso se convierten en parte del diario vivir del individuo”. (Campo & Restrepo, 2002, p.42).

3.3. Características.

Campo, Restrepo, (2002), según el autor señala las siguientes.

- “La práctica no es cualquier hacer, es ejercicio continuo y repetido”.
- “Es el trabajo cotidiano de lo humano que, sin bien se ajusta a unas reglas no necesariamente reconocidas por quien las ejerce, siempre posible de un ser creativo e innovador”
- “La práctica se somete a las estructuras que ella misma crea y que por ello dan continuidad y regularidad a las acciones humanas”.
- “Son generadoras de hábitos que a su vez las prefiguran. A través de ellas se va constituyendo el ser humano en comunidad”.

3.4. Tipos de Prácticas Deportivas.

Actividades deportivas recreativas. “Las actividades recreativas son técnicas que no están orientadas hacia una meta específica y que ejercen su efecto de un modo indefinido e indirecto. Entre dichas actividades se pueden mencionar la música, los juegos, las atracciones, etc., donde los grupos pueden elegir actuar con sus objetivos principales puestos en el campo de la recreación”. (Campo, Restrepo, 2002, p.28).

Actividades deportivas competitivas. “Es toda aquella actividad física que involucra una serie de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o área determinada (campo de juego, cancha, pista, etc.) a menudo asociada a la competitividad deportiva. Por lo general debe estar institucionalizado (federaciones, clubes), requiere competición con uno mismo o con los demás”. (Campo, Restrepo, 2002, p.28).

3.5. Relación Actividad física y Rendimiento Académico

Diferentes investigaciones, se han desarrollado con relación a la actividad física y el rendimiento académico, sin lugar a dudas, el desarrollar una disciplina o actividad física deportiva permite mejorar nuestras condiciones, habilidades y competencias, por ejemplo, para los autores como Jurado (2004) y Pérez (2012) enfatizan que los progresos

fisiológicos en todo momento se han atribuido a las prácticas de cualquier tipo de acción y disciplina deportiva, dichos beneficios a parte de afectar a la salud general en el organismo, también afecta la salud del cerebro, por ende, la práctica deportiva correcta, ayuda a un correcto funcionamiento del cerebro, y finalmente, al rendimiento académico.

CAPÍTULO IV

BENEFICIOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA

4.1. Tipos de Beneficios

La práctica de la actividad física y el deporte genera múltiples beneficios en diferentes niveles tanto fisiológicos, psicológicos, sociales, académicos, etc. Por ejemplo, dentro de la relación con rendimiento académico, algunos estudios como el de Marshall y Hardman (2000) manifiestan que la práctica deportiva no es perjudicial para el rendimiento académico, sino que demuestra que la relación es positiva.

Dentro de los diversos autores, se pueden clasificar de diferentes maneras los beneficios que generan la práctica de la actividad física o el desarrollo de algún deporte.

4.2. Beneficios del rendimiento por la práctica deportiva

Kovacs et al (2008) manifiesta que con la práctica del deporte al menos dos veces al día, se produce un aumento en el rendimiento académico. De la misma manera, algunos estudios señalan que el aprendizaje se va incrementando al efectuar actividad física cuatro horas luego de realizar el mencionado aprendizaje. Incluso hay muestras y experimentación en donde personas son sometidas a prueba y test de resultados, luego de realizar una práctica deportiva y han salido airoasas. Por ende, el rendimiento por la práctica deportiva puede generar en cada área de nuestra vida o espacio, solo es cuestión también de saber organizarse. En este caso, los niños del nivel primario con una buena organización, de su actividad deportiva y sus estudios, podrían disciplinarse para un mejor resultado.

Reed et al (2010) también enfatiza que algunos alumnos aeróbicamente entrenados con una actividad física, tuvieron un mayor resultado en sus pruebas académicas y fueron más eficientes en la coordinación motora.

Dentro de la misma línea el autor mencionado, señala que se presenta una correspondencia positiva en medio de la práctica deportiva y el rendimiento académico en el área de las matemáticas, dado que la actividad física, estimula funciones cerebrales, y dentro del deporte, se debe solventar determinadas problemáticas en forma abstracta.

Llorenz (2015) también enfatiza que la práctica educativa igualmente mejora la capacidad de atención y consiente el desestimar ciertos estímulos sin relevancia los cuales se encuentran a nuestro alrededor.

De igual manera la Comisión Europea (1998) ha señalado en una diversidad de reportes la relevancia de las funciones sociales sobre el ejercicio deportivo. En el documento "Evolución y perspectivas de la acción comunitaria en el deporte", se pueden distinguir cinco funciones específicas las cuales debían de ser potenciadas por las políticas europeas: una función educativa, de salud pública, cultural, lúdica y social " (Comisión Europea, 1998).

Por ello, también se rescata la importancia en estos factores

4.3. El rol educativo en educación física

En el campo de la educación física, el docente debe estar atento a las necesidades educativas de los docentes, para que pueda utilizar estrategias de formas adecuadas y de esa manera pueda desarrollar forma y mecanismo para lograr un mejor aprendizaje de los alumnos. Con ello, puede identificar por ejemplo en el aula quienes

realizan un determinado deporte y a la vez si esos niños destacan en sus cursos, y a partir de ahí identificar ciertos patrones de conducta y disciplina que pueden ser tomados para su otro compañero en el aula como un ejemplo.

Es así que dentro del rol del docente se puede tomar tanto las estrategias como la didáctica que usa dentro del campo de su disciplina.

Por otro lado, algunos investigadores, toman como referencia algún aspecto a identificar sobre el deporte que es importante:

- Desestresa
- Conecta con el presente
- Mejora la autoestima
- Desarrolla la personalidad
- Entre otros.

CONCLUSIONES

- PRIMERA. Se concluye que la relación entre la práctica deportiva y el rendimiento académico, va depender de las diferentes investigaciones y postura que se toma, por un lado, hay grupo de investigadores que señala que el realizar un deporte toma un tiempo considerable y eso puede contra restar las horas del algún rendimiento académico de una materia. Y, por otro lado, hay estudios e investigación que el simple hecho de practicar algún deporte también puede mejorar el rendimiento académico de otras disciplinas, ya que el estar en constante actividad física, genera estímulos y beneficios para el alumno y la persona en conjunto. Por ende, depende de la perspectiva que se toma, pero si existe una relación directa entre estos temas.
- SEGUNDA, Se concluye que puede existir cierta confusión a la hora de definir los conceptos, sobre todo la actividad física y deportes, pero se debe tener claro que cada uno maneja su propia diferenciación en cuanto a las definiciones, de la misma manera, el rendimiento académico es una terminología que ha ido cambiando debidos a las nuevas investigaciones con respecto a lo que debe optar el alumno para el desarrollo de sus aprendizajes. Pero algunos conceptos básicos son que el deporte puede ser catalogado también dentro de una actividad física, pero la actividad física, no llega a nivel de deporte necesariamente con respecto al rendimiento académico es visto aún como un indicador de mejorar del aprendizaje por varias investigaciones.
- TERCERA. Se concluye que los beneficios que genera la práctica deportiva son múltiples desde lo psicológico, fisiológico, social, personal, etc. Lo importante es saber identificar cómo estos beneficios influyen directamente en el rendimiento académico. Por ende, se han tomado algunos ejemplos en el trabajo.

RECOMENDACIONES

- Trabajar dentro de una línea y postura clara de investigación en relación o no al deporte con el rendimiento académico, si bien se puede tomar como algo positivo o como algo negativo, esa postura debe quedar clara desde el inicio, para que se pueda trabajar en esa línea.
- Los educadores de educación física, puedan manejar claramente las herramientas conceptuales y metodológicas para la aplicación y desarrollo en sus sesiones con su alumno, para ello, se debe estar en constante actualización y capacitación de la información y el conocimiento.
- Tomar algunos beneficios propios y reforzar ello a través de la práctica con los alumnos para comenzar a identificar patrones o indicadores y utilizarlos como estrategias para que nos ayuden al aprendizaje de los niños.
- Los docentes pueden identificar alumnos modelos en base a su práctica deportiva en el aula y a la vez buen rendimiento académico en otros cursos, para poder indicar como un modelo o patrón de que, si es posible, llevar una actividad equilibrada y sana no solo en los estudios sino también en un deporte.

REFERENCIAS CITADAS

- Bustamante, C.& Garay Vivanco, M. (2012). Las Actividades de Atletismo para Mejorar las Capacidades Físicas de los Alumnos del 2do Grado de Secundaria de la I.E. “ALBERTO CASAVILCA” – PARCONA – ICA. Tesis para Obtener el Grado de Magíster en Educación. Universidad César Vallejo. Escuela de Postgrado. Trujillo. Perú.
- Cocke, A. (2002). Brain May Also Pump Up From Workout. Recuperado el 1 de Julio de 2013, de <http://Www.Neurosurgery.Medsch.Ucla.Edu/Whastnew/societyforneuroscience.htm>
- Cotman, C. W., Berchtold, N. C., & Christie, L. A. (2007). Exercise builds brain health: key roles of growth factor cascades and inflammation. *Trends in neurosciences*, 30(9), 464-472.
- Fraile, A. (coord.) (2004). El deporte escolar en el siglo XXI: Análisis y debate desde una perspectiva europea, Barcelona: Graò.
- Geron, E. (1996). Intelligence Of Child And Adolescent Participants In Sports. En: *In The Child And Adolescent Athlete*, Vol.6. Oxford: Blackwell Science Ltd.
- Jaimés, A; Gómez, L. (2006). Relación entre la práctica recreativa y el desempeño escolar, en un contexto rural de Boyacá. Tunja: Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, UPTC, p. 8.
- Jurado, J. A. G. (2004). La actividad física orientada a la promoción de la salud. EA, Escuela abierta: revista de Investigación Educativa, (7), 73-96.

- Kovacs, F. M., del Real, M. T. G., Gestoso, M., López, J., Mufraggi, N., & Palou, P. (2008). Relación entre hábitos de vida y calificaciones escolares en adolescentes. *Apunts. Medicina de l'Esport*, 43(160), 181-188.
- Llorens, F. (2015). Efectos del ejercicio físico sobre el rendimiento atencional ante estímulos visuales, rendimiento académico y salud mental. Informe VIU: Universidad Internacional de Valencia, 28
- Marshall, J. & Hardman, K. (2000). The state and status of physical education in schools in international context. *European Physical Education Review*, 6, 203-229.
- Mitchell, D. (1994). The Relationship Between Rhythmic Competency And Academic Performance In First Gradechildren. Doctoral Dissertation. Orlando, FL: University Of Central Florida Department Of Exceptional And Physical Education.
- Monzonis (2015) denominado “Relación entre la práctica deportiva y rendimiento académico en alumnos de educación Primaria” .Universidad de Valladolid, España. Recuperado de: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/18686/TFG-O%20785.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 2010). Recomendaciones Mundiales sobre la Actividad Física para la salud. Resumen de Orientación. Recuperado de http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/
- OMS (2017) Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Recuperado de e: <http://www.who.int/>
- Pedraza, E.; Jiménez, C. (2005). Relación entre la práctica deportiva y el desempeño cognitivo. Cali: Escuela Nacional del Deporte, p. 35-40.
- Roda, M. D. S., & Sánchez, F. J. P. (2003). Relaciones entre el autoconcepto y el rendimiento académico, en alumnos de Educación Primaria. *Electronic journal of research in educational psychology*, 1(1), 95-120. Recuperado de http://www.investigacionpsicopedagogica.org/revista/articulos/1/espanol/Art_1_7.pdf

Sibley, B, & Etnier, J. (2002).The Relationship Between Physical Activity And Cognition In Children: A Meta-Analysis. Pediatric Exercise Science (En Prensa).

La práctica deportiva y el rendimiento académico en los estudiantes del nivel primario

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%	12%	0%	5%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	Submitted to Universidad Internacional Isabel I de Castilla Trabajo del estudiante	2%
4	uvadoc.uva.es Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Cuauhtemoc Trabajo del estudiante	1%
6	1library.co Fuente de Internet	1%
7	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%
8	pt.scribd.com Fuente de Internet	<1%



9 **hdl.handle.net** <1 %
Fuente de Internet

10 **repositorio.uta.edu.ec** <1 %
Fuente de Internet

Excluir citas Activo

Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words



Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Asesor.