



# **Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión**

**Facultad de Educación**

**Escuela Profesional de Educación Física y Deportes**

**Actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria de la  
Institución Educativa Estatal Jose Olaya Balandra – Distrito de Carquin 2020**

**Tesis**

**Para optar el Título Profesional de Licenciada en  
Educación Física y Deportes**

**Autora**

**Arevalo Andrade, Atena Nayda Naydu**

**Asesor**

**Mtro. Palacios Serna, Raul Eduardo**

**Huacho – Perú**

**2023**



**Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

**Reconocimiento:** Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



# UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

## LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

*"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"*

### Facultad de Educación Escuela Profesional de Educación Física y Deportes

#### INFORMACIÓN DE METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Arevalo Andrade, Atena Nayda Naydu	71707465	30/12/2021
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
M(o). Palacios Serna, Raul Eduardo	15727277	0000-0001-5132-3916
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CODIGO ORCID
Dra. Marcelo Angulo, Norvina Marlina	15766260	0000-0002-9998-8260
Dr. Nuñez Torreblanca, Randolpho	41577711	0000-0001-8611-6300
M(o). Susanibar Hoces, Teobaldo Noreño	15688490	0000-0002-7017-7990

# ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DESARROLLO PSICOMOTOR

## INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	20%	1%	13%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	1library.co Fuente de Internet	4%
2	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	3%
3	Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion Trabajo del estudiante	2%
4	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	2%
6	docplayer.es Fuente de Internet	1%
7	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.uoosevelt.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	repositorio.utn.edu.ec Fuente de Internet	

**ASESOR:**

.....  
**Lic. PALACIOS SERNA; Raúl Eduardo**

**MIEMBROS DEL JURADO**

**PRESIDENTE** : .....  
**Dra. MARCELO ANGULO NORVINA MARLENA**

**SECRETARIA** : .....  
**Dr. NUÑEZ TORREBLANCA RANDOLFO**

.....  
**VOCAL** : .....  
**Mg. SUSANIBAR HOCES TEOBALDO NOREÑO**

## **DEDICATORIA**

Dedicada a mi familia, quienes me dan día a día el aliento, la motivación para poder lograr llegar a nuestra meta, le dedico principalmente a mi madre; quien está en todo momento conmigo, incentivándome a lograr el objetivo planteado.

**La autora**

## **AGRADECIMIENTO**

A mis padres por el apoyo que me dan en cada decisión que tomo, por siempre estar a mi lado en cualquier situación.

A mi asesor Raúl Palacios Serna, por su comprensión y apoyo para ser un profesional de calidad. A mis profesores de educación por ser un ejemplo de amor y dedicación hacia la labor docente.

Autora.

## **RESUMEN**

El objetivo del presente trabajo Determinar la relación entre la actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya Balandra – distrito de Carquin 2020; donde se consideró como variable independiente la actividad física. Para el trabajo de investigación se tomó en cuenta a los alumnos del 4to año de secundaria, los que suman un total 100 estudiantes, de los cuales 46 forman parte de la población.

El tipo de investigación utilizado corresponde al descriptivo – correlacional.

La investigación es de tipo descriptiva correlacional. Los resultados obtenidos, permiten procesamiento de la información es cuantitativa porque hace uso de procedimientos numéricos y estadísticos, establece la relación estadística entre las variables de estudio y sus indicadores; así como cualitativa porque emplea la encuesta a los alumnos.

**PALABRAS CLAVES:** olímpico, psicomotor, corporal



## ABSTRAC

The objective of this work To determine the relationship between physical activity and psychomotor development in the fourth year of secondary school of the state educational institution José Olaya Balandra - district of Carquin 2020, where physical activity was considered as an independent variable. I take into account the students of the 4th year of secondary school, which add up to a total of 100 students, of which 46 are part of the population.

The type of research used corresponds to the descriptive - correlational.

The research is descriptive correlational type. The results obtained allow information processing is quantitative because it makes use of numerical and statistical procedures, establishes the statistical relationship between the study variables and their indicators; as well as qualitative because it uses the survey to the students.

**KEY WORDS:** Olympic, psychomotor, corporal

## INDICE

JURADO EVALUADOR .....	ii
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
RESUMEN .....	v
ABSTRAC.....	vi
INDICE .....	vii
INTRODUCCIÓN .....	9
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	10
1.1.Descripción de la realidad problemática .....	10
1.2.Formulación del problema .....	12
1.2.1Problema General .....	12
1.2.2Problemas específicos .....	12
1.3Formulación de objetivos.....	13
1.3.1Objetivo General .....	13
1.3.2Problemas específicos .....	13
1.4Justificación.....	14
1.5Delimitación del estudio .....	14
1.6Viabilidad del estudio.....	15
CAPÍTULO II:MARCO TEÓRICO .....	16
2.2Investigación Internacionales.....	16
2.3 Investigación Nacionales .....	20
2.3.1Bases Teóricas.....	25
2.3.2Bases filosóficas.....	34
2.3.3Definiciones de Términos básicos .....	35
2.3.4 Hipótesis de investigación. ....	36
2.4 Formulación de hipótesis General.....	36
2.5Formulación de hipótesis Especifico .....	36
2.6. Variables.....	37

CAPÍTULO III:METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....	39
3.1Diseño Metodológico .....	39
3.2Población y muestra .....	39
3.2.1. Población.....	40
3.2.2. Muestra.....	40
3.3Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	41
3.3.1Técnica.....	41
3.4Técnicas para el procesamiento de la información.....	42
3.4.1Procesamiento manual. ....	42
CAPÍTULO IV: RESULTADOS.....	43
4.1 Análisis de los resultados .....	43
4.2 Contrastación De Hipotesis.....	48
CAPÍTULO V DISCUSIÓN.....	50
5.1 Discusion De Resultados.....	50
CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	52
6.1 Conclusiones .....	52
6.2 Recomendaciones.....	53
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA .....	54
ANEXOS.....	57
ENCUESTA.....	58
MATRIZ DE CONSISTENCIA .....	60

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación titulada Actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya Balandra – distrito de Carquin 2020 es un estudio descriptivo correlacional para determinar la relación que existe entre la actividad física y el desarrollo psicomotor.

Toda nuestra vida es un continuo proceso de aprendizaje. En los primeros años se produce la mayor adquisición de habilidades desde el punto de vista motor, del desarrollo de los sentidos y del lenguaje y de la relación con el entorno.

El término desarrollo psicomotor se refiere a esta adquisición de habilidades, es un proceso continuo y dinámico que refleja que el sistema nervioso central del niño que está madurando.

El desarrollo psicomotor sigue un ritmo marcado, en el que los diferentes progresos correspondientes a cada edad quedan encadenados. Una vez que se adquiere una habilidad, ésta se perfecciona y posteriormente se aprende una nueva.

La OMS define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud.

Entre las actividades físicas más comunes cabe mencionar caminar, montar en bicicleta, pedalear, practicar deportes, participar en actividades recreativas y juegos; todas ellas se pueden realizar con cualquier nivel de capacidad y para disfrute de todos.

El presente trabajo de investigación está dividido en dos partes, la primera está relacionada a los aspectos teóricos de la investigación y esta formulado en tres capítulos:

En el primer capítulo se aborda los puntos relacionados al planteamiento del problema: descripción, formulación, objetivos y justificación de la investigación.

El segundo capítulo comprende el marco teórico de la investigación, con sus antecedentes, bases teóricas, definiciones de términos y por último la formulación de las hipótesis.

En el tercer capítulo se explica la metodología de la investigación: tipo de estudio, diseño, población y muestra, operacionalización de variables, técnicas a emplear y método de análisis de datos.

La segunda parte está relacionada a los aspectos prácticos de la investigación y está comprendida en dos capítulos:

En el cuarto capítulo se conocen los resultados de la investigación a través del análisis estadístico. Y por último, en el quinto capítulo, se formula las conclusiones y recomendaciones sobre la investigación realizada. Finalmente se mencionan las fuentes bibliográficas y los anexos respectivos.

## **CAPITULO I:**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1.Descripción de la realidad problemática**

La actividad física es considerada como una ciencia en cuanto elabora teorías específicas sobre un contenido. Junto a este carácter de ciencia, la actividad física es tecnología por cuanto supone una intervención racional en la realidad práctica, y es técnica – arte - por cuanto el profesor no puede evitar “una especie de toque personal”, su acción se adapta a las circunstancias de cada situación concreta. Esta definición, de actividad física, pone de manifiesto, que es una parte importante para el trabajo, superando las concepciones más clásicas que se reducen a deporte y, actualmente, a educación física, como únicas vías para el trabajo físico. Por ello manifiesta Mora (1995) que “la actividad física como objeto de estudio es el resultado de un proceso de especialización científica”.

La actividad física es esencial para el mantenimiento y mejora de la salud y la prevención de las enfermedades, para todas las personas y a cualquier edad. La actividad física contribuye a la prolongación de la vida y a mejorar su calidad, a través de beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales, que han sido avalados por investigaciones científicas.

La OMS considera la Actividad Física como "todos los movimientos que forman parte de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio y las actividades deportivas" (Ros, 2007). En este concepto no estamos muy de acuerdo con la acepción de considerar actividad física la realizada en el trabajo, ya que no mantendría algunos de los parámetros establecidos sobre la actividad física.

De las definiciones anteriores podemos extraer dos parámetros significativos uno cuantitativo y otro cualitativo. El primero de ellos, hace referencia al grado de consumo y movilización de energía necesaria para realizar el movimiento, aspecto que es controlado a través del volumen, la intensidad y la frecuencia de dicha actividad (Shepard, 1995; González y Gorostiaga, 1995; Navarro, 1994); y en segundo lugar, lo cualitativo, vinculado al tipo de actividad a realizar, así como el propósito y el contexto en el cual se realiza (Hellín, 1998).

Jean Piaget (1948) desarrollo psicomotor • el término desarrollo psicomotor designa la adquisición de habilidades que se observa en el niño de forma continua durante toda la infancia. • es la manifestación externa de la maduración del snc. • la proliferación de las dendritas y la mielinización de los axones son los responsables fisiológicos de los procesos observados. • un desarrollo normal depende de un snc intacto del bebé en interacción e interrelación con el medio, especialmente con el medio sociocultural.

Toda nuestra vida es un continuo proceso de aprendizaje. En los primeros años se produce la mayor adquisición de habilidades desde el punto de vista motor, del desarrollo de los sentidos y del lenguaje y de la relación con el entorno.

El término desarrollo psicomotor se refiere a esta adquisición de habilidades, es un proceso continuo y dinámico que refleja que el sistema nervioso central del niño que está madurando.

El desarrollo psicomotor sigue un ritmo marcado, en el que los diferentes progresos correspondientes a cada edad quedan encadenados. Una vez que se adquiere una habilidad, ésta se perfecciona y posteriormente se aprende una nueva.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema General**

¿Qué relación existe entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

¿Qué relación existe entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020?

¿Qué relación existe entre atletismo y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020?

¿Qué relación existe entre entrenamiento y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020?

## **1.3. Objetivos de la investigación**

### **1.3.1. Objetivo General**

Determinar la relación actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020



### **1.3.2. Objetivos específicos**

Determinar la relación que existe entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020

Determinar la relación que existe entre atletismo y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020

Determinar la relación que existe entre entrenamiento y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

### **1.4. Justificación de la investigación**

#### **Justificación teórica**

La preocupación por mejorar el nivel académico de los estudiantes del nivel de educación primaria viene desarrollándose en distintas instituciones educativas, es por esa razón que el estudio pretende conocer cuáles son los estilos de aprendizaje que domina cada estudiante en base a teorías de distintos autores como los modelos de estilos de aprendizaje de VAK (visual, auditivo, kinestesico); el modelo de Alonso, Gallego, & Honey, (1999) en el cual se sustenta la investigación y otros modelos que sirvan como referencia al programar las unidades didácticas de aprendizaje.

## **Justificación práctica**

El estudio demuestra su relevancia en atender la actividad física y desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin. Estos resultados permitirán que el docente modifique su diseño de sesión de aprendizaje y adopte una metodología que atienda a los distintos tipos de estilos el cual servirá para que los alumnos desarrollen competencias necesarias de forma integral.

### **1.5.Delimitación del estudio**

#### **Delimitación temporal**

El estudio se desarrollará en el último bimestre académico del año escolar 2020.

#### **Delimitación espacial**

En el colegio José Olaya Balandra

#### **Delimitación social**

La investigación se desarrollará con estridentes en el colegio José Olaya Balandra

#### **Viabilidad del estudio**

La investigación es viable por lo siguiente:

- Hay suficiente bibliografía para la investigación.
- El proceso de estudio no afecta el medio ambiente.
- La variable de estudio cuenta con instrumentos para recoger los datos y procesarlos.

Existe asesoramiento de profesionales estadísticos y pedagógicos

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la investigación.**

#### **2.2.A NIVEL INTERNACIONAL**

**Espinoza L, (2017)** realizó un estudio titulado “ASOCIACIÓN ENTRE LA ACTIVIDAD FÍSICA, EL ESTADO Y LOS HÁBITOS NUTRICIONALES EN ADOLESCENTES DE 13-17 AÑOS DE UN COLEGIO PÚBLICO DE LA ZONA DE GUÁPILES LIMÓN”. Se trató de un estudio descriptivo, correlacional y longitudinal. La muestra estuvo constituida por 150 adolescentes del colegio CTPP. Se obtuvo como resultado que el 77,85% de adolescentes tuvo un estado nutricional normal, seguida de 16,46% de adolescentes tuvieron sobrepeso, el 3,16% delgadez y el 2,53% presentó obesidad. Mientras que el 39,24% presentó un bajo nivel de actividad física, el 27,22% se encontró con un nivel de actividad física moderado, el 18,35% tuvo un nivel de actividad física muy bajo, el 12,03% tuvo intenso nivel de actividad física y por último el 3,16% tuvo un nivel de actividad física muy intenso.

**Kacenenbogen J. et al (2015),** evaluaron “EL POSIBLE IMPACTO DE LA ESTRUCTURA FAMILIAR MONOPARENTAL SOBRE CIERTOS ASPECTOS DE LA SALUD SOMÁTICA EN NIÑOS”. El Método fue un estudio transversal basado en datos recogidos en el marco de las consultas de medicina preventiva gratuito en la comunidad francesa de Bélgica en 79701 niños(as) de 7 a 11 meses. Hallaron que el 6,6% de los niños pertenecían a familias monoparentales por separación. El riesgo de retraso psicomotor del niño en familias monoparentales obtuvo un OR=1.2 (IC95% 1.1-1.3; p=0.002). Concluyendo que familias monoparentales son causa independiente de riesgo para la salud somática y desarrollo psicomotor de los niños.

**Ballantyne M, et al. (2016)**, estudiaron “EL RIESGO DE ALTERACIÓN EN EL DESARROLLO PSICOMOTOR ENTRE LOS RECIÉN NACIDOS PREMATUROS (RNPT) Y NEONATOS A TÉRMINO CANADIENSES DE 12 MESES DE EDAD”; mediante un estudio descriptivo comparativo. La muestra fue 52 recién nacidos prematuros y 156 nacidos a término, emparejados por sexo, se halló que los niños prematuros y a término que requirieron cuidados intensivos neonatales tuvieron mayor probabilidad de retraso en el desarrollo. Los niños que solo tuvieron antecedente de pre término más no de bajo peso al nacer, no se asociaron significativamente con retraso en el desarrollo psicomotor en los primeros 12 meses de vida. Sin embargo, los niños pre término y que además presentaron muy bajo peso al nacer tuvieron mayor riesgo de retardo en el lenguaje con un OR = 8,4 IC del 95%: 1,5 a 46,9.

**Cuneo F y Petan M (2015)** realizaron un estudio titulado “ESTADO NUTRICIONAL, NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA, RIESGO DE TRASTORNOS ALIMENTARIOS Y ALIMENTACIÓN Y SUS CONDICIONANTES EN ADOLESCENTES DE SANTO TOMÉ”. Se trató de un estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo de corte transversal. La población fue de 162 adolescentes entre 13 a 17 años de edad. Se obtuvo como resultado que el 10,8% presentó Sobrepeso, el 9,6% presentó Obesidad y el 7,2% Bajo Peso. Por otro lado, el 50% tuvo un nivel de actividad física moderado, el 29.3% presentó un nivel actividad física intensa y el 20,7% tuvo bajo nivel de actividad física. La mayoría mostró prácticas alimentarias no saludables por déficit de alimentos protectores se identificó necesidad de mayor oferta y preferencia de alimentos de mejor calidad en el entorno familiar y de conocimientos acerca de alimentación saludable.

**Marquina D y Quito A,(2017)** en Ecuador, "LA ASOCIACIÓN ENTRE LOS FACTORES MATERNOS Y EL NIVEL DE DESARROLLO PSICOMOTOR EN NIÑOS Y NIÑAS". La metodología utilizada fue correlacional descriptivo retrospectivo, la muestra fue de 123 niños y 123 madres que asistieron al Centro de Desarrollo Infantil de la Universidad de Cuenca. En cuanto al resultado de los factores maternos, en relación al tipo de familia el 77.2% fueron nucleares. Respecto al grado de instrucción el 42.3% mencionaron tener primaria. Además, el 62.6% tuvo residencia en zona urbana. En relación a los datos del niño, se obtuvo que el 65.9% presentó un desarrollo normal y el 34.1% presentó retraso en el desarrollo. Se evidenció que el tipo de familia ( $p=0.017$ ), el grado de instrucción ( $p=0.013$ ) tuvieron asociación con el desarrollo psicomotor. El lugar de procedencia ( $p=0.406$ ) no tuvo asociación con el desarrollo psicomotor.

**Rombaldi & Goncalves. (2016)** en su estudio, "INDICADORES DE LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DE LA CALIDAD DEL SUEÑO DE LOS ADOLESCENTES ESCOLARES".este estudio es observacional de carácter transversal, tuvo como objetivo relacionar los indicadores de la calidad del sueño y la práctica regular de la actividad física (AF) en adolescentes escolares de la ciudad de Pelotas/RS. El muestreo de conveniencia consistió en 85 estudiantes de ambos sexos, entre 14 y 18 años que asisten a la escuela secundaria. Se utilizó un cuestionario para medir los niveles de AF, las horas de vigilia y del sueño, ~ la calidad y el tiempo de sueño, y la presencia de parasomnias. Los resultados indicaron que los niños eran más activos y que la duración media de sueño de los adolescentes fue de unas 7 horas y media de lunes a jueves, de unas 5 horas y media el viernes, y de más de 10 horas los fines de semana y días festivos, independientemente del nivel de AF. Se concluyó que los hábitos de sueño de los adolescentes no seguían ninguna disciplina y no eran de tipo estándar.

**Castellanos A., Alfonso M. y Sánchez M., (2015)** se realizó en Colombia “LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS ASOCIADOS AL DESARROLLO PSICOMOTOR EN NIÑOS”. La población estuvo conformada por 49 niños y sus madres que asistieron al Hospital de Suba de Bogotá. Fue cuantitativo descriptivo, correlacional de corte transversal. Los resultados que se obtuvieron en cuanto a la edad de la madre el 65% fueron menores de 25 años. En base al grado de instrucción el 67% de las madres presentó nivel secundario. Referente a la ocupación el 80% no labora. En base al estado civil el 63.3% fueron casadas o convivientes. Los hallazgos del desarrollo psicomotor del niño mostraron que el 82% presentó retraso y el 18% presentó desarrollo normal. Se determinó que los factores maternos como la edad ( $p=0.000$ ), la ocupación ( $p=0.008$ ) y el nivel educativo ( $p=0.035$ ), influyeron significativamente en el desarrollo psicomotor. En comparación a la composición familiar ( $p=0.351$ ) y el tipo de vivienda ( $p=0.085$ ), no influyeron significativamente en el desarrollo de su niño.

**Valdés & Yanci (2016)** el estudio, “ANÁLISIS DE LA CONDICIÓN FÍSICA, TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA REALIZADA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA”, la investigación es de tipo cualitativo se realizó una prueba T de muestras independientes en el caso de la variable sexo. La prueba ANOVA de un factor con el correspondiente pos hoc de Bonferroni se utilizó para analizar las diferencias en las distintas variables entre los grupos según el tipo de actividad física organizada que realizaban, la muestra fue de 156 alumnos donde la tipología de actividad física fue analizada a través de respuestas a distintos cuestionarios sobre hábitos de práctica de actividad física en adolescentes y en el rendimiento académico se valoró mediante la media aritmética de las calificaciones del expediente académico de los alumnos desde su entrada al colegio, el objetivo principal fue analizar las diferencias en la condición física, los hábitos de práctica de actividad física y el expediente académico de los alumnos de 4° curso de educación secundaria obligatoria en función del sexo y del tipo de actividad física practicada.

### **2.3. A NIVEL NACIONAL**

**Argumedo Tobies , Angelica Cecilia (2020)** con el tema “PROYECTO DE INTERVENCIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD FÍSICA FRENTE AL COVID-19 EN UN ENTORNO FAMILIAR, SANTIAGO DE SURCO-LIMA, 2020” Partiendo del ASIS, DPC y análisis de involucrados se ejecutó el proyecto para mejorar las prácticas favorables a la salud física frente al COVID-19 en un entorno familiar entre mayo-junio del 2020. Se desarrollaron actividades para mejorar las prácticas sobre medidas de bioseguridad, promover la actividad física y la organización de las tareas del hogar, tales como sesiones educativas, talleres demostrativos y colaborativos, confección de afiches, elaboración de cronogramas, evaluación con listas de cotejo, cuestionarios, implementación de zonas en el hogar para la desinfección y para las rutinas de ejercicios. Resultados: El proyecto mostró resultados positivos y las actividades fueron desarrolladas con éxito. Se observó mejora en los conocimientos del 50 al 100% en las medidas de bioseguridad, actividad física y deberes del hogar. Se mejoró en las técnicas del lavado de manos, uso correcto de mascarilla, aseo personal al llegar a casa, desinfección de objetos y alimentos. Las rutinas de ejercicio se realizaron mínimo 3 veces por semana y para los deberes del hogar se obtuvo una organización adecuada.

**Villagra Pillpa , Nélida (2018)** realizó el siguiente trabajo “RELACIÓN ENTRE FAMILIA MONOPARENTAL Y RETRASO EN EL DESARROLLO PSICOMOTOR EN MENORES DE 5 AÑOS HOSPITAL SANTA ISABEL” Se aplicó un estudio de casos y controles; 41 niños con retraso psicomotor (casos) y 82 niños sin retraso psicomotor (control), de una muestra aleatoria en 1679 niños menores de 5 años. Resultados: de 41 casos, 19.5% (8 niños)

pertenecieron a familias monoparentales, el 80.5% (33) no pertenecieron a familias monoparentales. De los 82 niños sin retraso en el desarrollo psicomotor (controles), 4.9% (4 niños) pertenecieron a familia monoparental y el 95.1% (78 controles) no pertenecieron a familias monoparentales. Al valorar el riesgo en el grupo de estudio se obtuvo que los niños con familia mono parenteral tiene más riesgo de presentar retraso en el desarrollo que las otras familiar  $OR=4.727$  (IC 95% 1.177 – 20.298). En el estudio predominaron las niñas (52%) y los grupos de edad entre 3 a 36 meses representaron 46%. Se concluye que niños con familia mono parenteral tienen 4.72 veces más riesgo de presentar retraso en el desarrollo que el resto de niños.

**Gómez Alvarado , Anais (2018) realizo el trabajo “VARIACIONES EN EL ÍNDICE DE MASA CORPORAL ASOCIADAS A CAMBIOS EN LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS Y LA ACTIVIDAD FÍSICA EN UNA POBLACIÓN UNIVERSITARIA”** Se realizó un estudio observacional de tipo cohorte prospectivo en la facultad de ciencias de salud de una universidad privada ubicada en Lima, Perú durante los meses de marzo y junio del año 2015. Se evaluó a los participantes antropométricamente y se les aplicó 2 instrumentos auto aplicativos: el IPAQ versión corta y el cuestionario de hábitos alimenticios. Resultados: Se enrolaron 120 participantes y 109 (91%) completaron el estudio, siendo el 65.1% de sexo femenino (n=71) y la edad promedio de los evaluados fue de 18.6 años. Se halló que alrededor del 80% de los evaluados presentaron hábitos inadecuados de alimentación en ambas fases y solo un participante pasó de tener hábitos inadecuados a adecuados (0.9%). Así mismo, la mayoría de estudiantes presentó un IMC adecuado en ambas fases pese a que la actividad física leve era más frecuente en ambos momentos. Cabe mencionar que de los 23 estudiantes que presentaron variaciones en su IMC solo uno (5.6%) aumentó o disminuyó su nivel de actividad física. Conclusión: No se encontró asociación entre variaciones entre cambios en el



IMC y variaciones de hábitos alimenticios y la actividad física. Así mismo se evidenció que la mayor parte de los estudiantes presentan hábitos alimenticios inadecuados y niveles de actividad física bajos independientemente del estado nutricional.

**Vasquez Cuentas , Silvana (2018)** en su proyecto “BAJO PESO AL NACER Y PREMATURIDAD ASOCIADOS AL TRASTORNO EN EL DESARROLLO PSICOMOTOR EN NIÑOS. HOSPITAL SANTA ISABEL DEL PORVENIR “El estudio es de tipo observacional, analítico y retrospectivo y con un diseño de caso y control conformado por 4,246 niños muestreo fue tipo aleatorio para 118 casos y 236 controles. Se aplicó la regresión logística que mide la significancia de aporte de los factores a la enfermedad y la asociación del OR, a partir de ello se analizó el IC. Resultados: El 13.6% tuvo bajo peso al nacer y trastorno del desarrollo psicomotor, el 86.4% con trastorno de desarrollo no tuvo bajo peso al nacer. Un 94.1% sin trastorno del desarrollo psicomotor no presento bajo peso al nacer, 5.9% tuvo bajo peso al nacer. El 88.1% de pacientes con trastorno de desarrollo psicomotor no tuvo prematuridad, 11,9% presentaron prematuridad. El 96.2% no presento trastorno del desarrollo psicomotor ni prematuridad.

**Ahumada Sánchez , Ana Patricia (2017)** realizo la investigación “GYM 2U, DEDICADA AL SERVICIO DE ENTRENAMIENTO DE ACTIVIDADES FÍSICAS” este trabajo representa una alternativa para las personas del segmento siguiente : Personas entre 18 y 40 años que no tienen tiempo para ejercitarse y que buscan un estilo de vida saludable mediante el desarrollo de actividades físicas en rutinas cardiovasculares y de tonificación como son : Baile Mix y Body Combat y Clases Localizadas, en un ambiente de confort y al aire libre, con costos accesibles en comparación al mercado. De tal forma, esta propuesta de negocio tiene como detalles principales cubrir una demanda insatisfecha ya que el 70% de la población de

Lima Metropolitana indica que la principal causa de no ejercitarse es la falta de tiempo. Si bien es cierto este tipo de negocio existe en Lima Metropolitana, el modelo de negocio es relativamente nuevo y no cubre la demanda de este tipo de actividades que presenta el mercado incluyendo los servicios que presta el Estado a través de los organismos municipales mediante programas deportivos, que son insuficientes y no colman las expectativas de los consumidores. Por otro lado, se considera que el proyecto no sólo es atractivo para las personas referidas al segmento del mercado sino también a aquellas personas que por algún motivo se sientan insatisfechos con otros servicios tomados y buscan servicios que puedan sustituir el que actualmente tienen.

**Cerrón Vásquez, Andrea (2020)** realizó la siguiente investigación “PROMOCIÓN DE LA SALUD FÍSICA, MENTAL Y MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD FRENTE A LA PANDEMIA POR COVID-19 EN UN ENTORNO FAMILIAR, CHORRILLOS – LIMA, 2020” El objetivo general fue incrementar las prácticas favorables a la salud física y mental mediante la promoción de hábitos alimenticios y de actividad física, implementación de correctas medidas de bioseguridad frente al COVID-19 y estrategias de relajación. Se realizaron sesiones educativas y talleres; para la evaluación se utilizaron cuestionarios de conocimientos, listas de cotejo y cronogramas de seguimiento. Resultados: Se logró cumplir el objetivo general satisfactoriamente alcanzando el 100% del volumen y la cobertura en todas las actividades. Se obtuvo una eficacia del 100% en la implementación de hábitos favorables como alimentación saludable y actividad física, medidas de bioseguridad como el correcto lavado de manos y la correcta desinfección de superficies y alimentos, así como en la implementación de estrategias para reducir el estrés. Conclusiones: El incremento de los hábitos saludables fue notable en la familia, se estableció una propuesta de sostenibilidad favorable.

**Gonzales Motta , Camila Fernanda (2021)** realizo el tema “PROMOCIÓN DE PRÁCTICAS SALUDABLES PARA MEJORAR LA SALUD FÍSICA Y MENTAL EN LA FAMILIA GONZALES MOTTA EN EL DISTRITO SANTIAGO DE SURCO DURANTE LOS MESES DE AGOSTO- OCTUBRE DEL 2020” tuvo como objetivo general promover prácticas saludables para mejorar la salud física y mental. El total de participantes fueron dos y en un grupo mixto de edades. Así mismo se establecieron objetivos específicos sobre: actividad física, actividades recreacionales, adecuado consumo de agua y protocolos de bioseguridad y desinfección frente al COVID-19. Se realizó la elaboración de sesiones educativas, talleres prácticos y demostrativos, implementación de horarios, cronogramas y afiches, junto a cuestionarios y listas de cotejo para los objetivos propuestos. Resultados: Para las actividades programadas, se logró el 100% de los indicadores de eficacia y cobertura en las sesiones educativas sobre actividades físicas, recreacionales, adecuado consumo de agua y protocolos de bioseguridad frente al COVID-19. De igual manera para los talleres prácticos y demostrativos. Se logró un resultado del 100% en los indicadores de eficacia y utilización, además se cumplió con la duración media preestablecida en todas las actividades del proyecto.

**De La Melena Fernández, Rosa Linda (2019)** desarrollo el tema “EFECTO DE UN TALLER DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA EN EL DESARROLLO PSICOMOTOR DEL NIÑO MENOR DE 1 AÑO DEL HOSPITAL BELÉN DE TRUJILLO” El material y método fue pre experimental, pre prueba y post prueba con un solo grupo. Se contó con una población de 500 niños y una muestra de 50 niños menores de un año, que acuden al servicio de CRED. Para la recolección de datos se realizó un taller de Estimulación Temprana y se aplicó la Guía de Escala de Evaluación del Desarrollo Psicomotor (EEDP),

sobre el Desarrollo Psicomotor del niño y niña menor de un año. Los resultados obtenidos durante el pre test fueron los siguientes: el 56% de los niños tienen un riesgo en el desarrollo psicomotor, el 36% tienen un desarrollo psicomotor normal y el 8% tienen un trastorno del desarrollo psicomotor. Después de la aplicación del taller de estimulación temprana los resultados obtenidos fueron: el 76% de los niños se encuentran con desarrollo psicomotor normal, el 24% están con riesgo del desarrollo psicomotor y 0% presentan retraso en el desarrollo psicomotor. Por lo que se concluye que el Taller de Estimulación Temprana tuvo un efecto significativo sobre el desarrollo psicomotor del niño menor de un año.

### **2.3.1 Bases teóricas**

#### **Variable Actividad física**

La actividad física es un factor clave para determinar el gasto energético de cada persona, por lo que su disminución supondría una reducción del gasto calórico diario, es decir, que necesitaríamos ingerir menos cantidad de energía (alimentos) de la que normalmente necesitaríamos en una rutina en donde sí se incluya la actividad física. Por lo tanto, practicar ejercicio físico es fundamental para el equilibrio energético y control de peso sobre todo en estos días de cuarentena.

Adicionalmente, la actividad física tiene una gran importancia en la composición del cuerpo, es decir, en la cantidad de grasa, músculo y tejido óseo, así como numerosos beneficios para la salud, como ayudar a prevenir enfermedades no transmisibles (ENT), como las enfermedades cardiovasculares o la diabetes. Por ejemplo, una actividad física regular y en niveles adecuados, como caminar, montar en bicicleta o hacer deporte,

mejora el estado muscular, cardiorrespiratorio, y la salud ósea y funcional, y reduce el riesgo de sufrir accidentes cerebrovasculares e hipertensión, entre otras.

La OMS (2018), consideró como actividad física “la contracción muscular esquelética, cuando el cuerpo entra en movimiento y produce un gasto de energía. También manifestó que el ejercicio y las actividades físicas realizadas en el tiempo de ocio, es una parte de la actividad física”.

Rosselli (2018), el autor indicó que la actividad física es el movimiento total, que conlleva, a que la persona desgaste una cantidad de energía mayor a la tasa del metabolismo basal, poniendo en funcionamiento los grupos musculares a través de actividades físicas estructuradas y no estructuradas

Ley; Aragonés y Barba (2015), los autores definieron que la actividad física se da al producirse contracción muscular voluntaria, generando que el cuerpo entre en movimiento y produzca gasto energético por encima del nivel de reposo. También mencionan que el ejercicio físico, el juego y otras actividades rutinarias de la vida diaria, exigen que el cuerpo entre en movimiento.

### **Beneficios de la actividad física.**

Actividad Física y Salud guía para padres y madres (1999), el practicar actividad física en todas las etapas de la vida, ayuda a cuidar y mantener el cuerpo de manera saludable previniendo de cualquier enfermedad. Considerando estudios científicos los beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales mejoran la calidad de vida y vivir a plenitud una vida longeva.

### **Beneficios fisiológicos.**

La actividad física reduce el riesgo de padecer: enfermedades cardiovasculares, tensión arterial alta, cáncer de colon y diabetes. Ayuda a controlar el sobrepeso, la obesidad y el porcentaje de grasa corporal. Fortalece los huesos, aumentando la densidad ósea, los músculos y mejora la capacidad para hacer esfuerzos sin fatiga (forma física)

### **Beneficio psicológico.**

La actividad física mejora el estado de ánimo y disminuye el riesgo de padecer estrés, ansiedad y depresión; aumenta la autoestima y proporciona bienestar psicológico.

Muchos estudios han demostrado que realizar actividad física 30 minutos diarios mejora notablemente la salud emocional.

### **Beneficios sociales.**

Acrecienta la independización y se integra a la sociedad de las personas, el provecho será especialmente relevante para las personas con discapacidad física o menta

### **Tipos de Actividad física**

#### **Actividad física aeróbica**

Es una actividad deportiva que se realiza en beneficio de la salud disponiendo de ejercicios que implican el uso del oxígeno y la actividad que eleve la frecuencia cardiaca.

Ejemplo: caminar, andar en bicicleta, correr, nadar, futbol, baloncesto, entre otros.

#### **Actividad física anaeróbica**

Estas actividades se realizan con la ayuda de máquinas mecánicas diseñadas para el fortalecimiento y definición de músculos. En este tipo de actividad física el cuerpo no necesita oxígeno y utiliza la fuerza como energía de impulso para el trabajo deportivo.

Ejemplo: bandas elásticas, pesas libres, abdominales, carreras breves e intensas, entre otros.

### **Actividad física de resistencia**

Resultan ser las actividades físicas que desarrollan la capacidad de permanencia en el dominio de una disciplina deportiva. Fortalecen el sistema cardiaco, la capacidad pulmonar y activan la circulación.

Ejemplo: ciclo indoor, bici estática, ejercicios para piernas y glúteos, caminatas.

### **Actividad física de flexibilidad**

Tiene como propósito favorecer el musculo mediante la técnica del estiramiento, permitiendo la elasticidad del musculo antes y después de haber realizado una actividad física o practicado algún tipo de deporte. Esto previene desgarros musculares, calambres y entumecimiento.

## **Enfermedades asociadas a la falta de actividad física:**

### **Obesidad**

Como la acumulación excesiva de grasa en el cuerpo de un individuo

### **Diabetes**

Es una enfermedad metabólica dado a que el organismo produce insuficiente insulina o no puede responder con normalidad a la insulina, esto hace que los carbohidratos no sean

bien digeridos elevando la concentración de azúcar en la sangre y segregándolo a la hora de miccionar.

### **Depresión**

Que el abatimiento es una enfermedad que hace referencia a un síndrome que afecta principalmente lo afectivo, también puede manifestarse en los de tipo cognitivo, volitivo y somático; la depresión en los niños se manifiesta de variadas formas y puede que no se aprecie en los distintos trastornos que aparecen en algunos momentos de enfermedad mental.

### **Cáncer**

Que es una enfermedad que se produce por la transformación que afectan a las células en alguna parte del cuerpo; son células malignas que crecen descontroladamente siendo anormal su tamaño y forma, 2a su vez, estas van matando a las células que están sanas, tomando posesión de órganos y tejidos.

### **Variable Desarrollo psicomotor**

Según Aguinaga (2012), el desarrollo psicomotor principalmente es la educación del movimiento, que permite el uso correcto de la parte psíquica, implicando la parte intelectual, generando la importancia a la experiencia del parte sensoriomotor para desarrollar la competencia en el aprendizaje.

Según Cabezuelo y Frontera (2010) se entiende por desarrollo psicomotor “aquel proceso que tiene que ver con la posición psicológica y con la actividad corporal del niño en la relación organismo-medio, es decir que existe la participación psíquica en los movimientos”



## **Teorías sobre el desarrollo psicomotor.**

### **Teoría de Jean Le Boulch en la psicomotricidad.**

Para Gallo (2015), el pensamiento de Jean Le Boulch en cuanto a la psicomotricidad consideró como la dualidad de cuerpo y mente; de esta manera la psicomotricidad se entiende como la educación por el movimiento. Es un lazo entre parte psíquica y la parte motriz, estas dos partes se interrelacionan con mutuamente. En la parte de la psicomotricidad se fundamenta en el área psicológica, la neurofisiológica, la psiquiátrica y el psicoanálisis. El enfoque de Jean Le Boulch se basó en la aproximación psicopedagógica, especialmente en la educación psicomotriz que sirve como medio de educación para el desarrollo de la persona humana.

### **Teoría de Bernard Aucouturier en la psicomotricidad.**

Según Lorenzo y Cajarville (2011), la teoría de Bernard Aucouturier, se basó en la concepción del cuerpo en psicomotricidad, y esto es una construcción que proviene de la otra parte, y desarrollando dentro de un proceso en movimiento único a lo largo de la vida de cada persona; considerando las experiencias, la familia, la sociedad y la cultura. Asimismo, manifiesta como la manera de ver el mundo y darle firme a la existencia y finalmente se considera a la expresión, a la relación de la forma de comunicar para que el aprendizaje sea fluido. Por otro lado, la psicomotricidad en el campo educativo tiene como objetivo central es el acompañamiento del niño en su desarrollo, para ello realiza las acciones para detectar a temprana edad las posibles alteraciones en la estructura afectiva y la dinámica.

### **Teoría de Jean Piaget Según Lorenzo y Cajarville (2011)**

por medio de la actividad del cuerpo los niños y niñas construyen su aprendizaje, creando, pensando, actuando para enfrentar, resolver una serie de dificultades y considerando que el avance del desarrollo de la inteligencia en los niños y niñas en influenciado por la actividad motriz cuando realizan desde el principio de la vida, sosteniendo que el acto de conocer y aprender se convierte en la centralidad del tema

### **Fases del desarrollo motor.**

Para Arce y Cordero (1981), las fases del desarrollo motor son seis, en donde en cada fase los niños y niñas desarrollan ciertas habilidades y cada uno pasan por las fases en una secuencia exacta, esto permite desarrollar de distintos grados de habilidad de acuerdo a los requerimientos que considere pertinente.

**Primera fase.** - El primer reflejo (útero- 5 meses), estos movimientos son involuntarios que se producen subcorticales. A estos algunos los llaman reflejos primitivos.

**Segunda fase.** - Habilidades motoras (primeros 2 años de vida), es la forma eficiente y efectiva del movimiento que permite tener en cuenta la estructura elemental para las actividades motoras después.

**Tercera fase.** - Las nociones básicas del desplazamiento (de 2 a 7 años), explora o experimenta con la capacidad motora del cuerpo cuando corre, salta, lanza, atrapa y realiza equilibrio. Se está realizando el movimiento en general

**Cuarta fase.** - Las habilidades motoras generales (de 8 a 10 años), en esta fase se observan con mayor detalle en la exactitud, ejecución y forma correcta. Los niños empiezan a desenvolverse en una variedad de habilidades motrices.

**Sexto fase.** - las habilidades motoras especializadas (14 años en adelante), en esta fase se limita a las habilidades específicas que se practican y perfeccionan para lograr el mejor rendimiento. La realización depende de la destreza de la persona, la precisión puede ser desde la competencia de las olimpiadas hasta las acciones de juego precisadas.

### **Factores de riesgo psicomotor**

**Factores de Riesgo biológicos:** Aquellas situaciones genéticas determinadas o no, que pueden haber provocado una lesión del sistema nervioso central o de otros tejidos que puedan impedir o dificultar el desarrollo normal. Los factores de riesgo biológicos incluyen factores perinatales, como son: APGAR, peso al nacer y edad gestacional.

**Factores de Riesgo ambientales:** Un medio ambiente favorable puede facilitar un desarrollo normal, el cual posibilita una mejor exploración e interacción con su entorno. Por el contrario, un ambiente desfavorable puede enlentecer el ritmo del desarrollo, lo que disminuiría la calidad de la interacción del niño con su medio, restringiendo su desarrollo y capacidad de aprendizaje

### **Factores de riesgo maternos.**

**Edad:** Las afecciones maternas, perinatales y del recién nacido son más frecuentes en las mujeres menores de 20 años, y sobre todo, en los grupos de edad más cercanos a la menarquia. En nuestro país, según datos de la OMS11, la tasa de fecundidad de las adolescentes entre 15 y 19 años es de un 13 %.

**Escolaridad:** Los niños, cuyas madres presentan un coeficiente intelectual <80, con bajo nivel de estimulación en el hogar, muestran, en promedio, un índice de desarrollo mental 10,3 puntos más bajo y un desarrollo motor 13,5 puntos inferior que el de los niños que no están expuestos a riesgo. 10

Según María Gutiérrez-Domènech<sup>12</sup>, los padres y las madres con mayor nivel educativo tienden a pasar más tiempo con sus hijos y esto, facilita su desarrollo.

## **Factores protectores del desarrollo**

### **El adulto como facilitador del desarrollo**

El adulto cumple un rol directo en los cuidados cotidianos e indirecto en las actividades del niño. Su función según la Dra. Emmi Pikler<sup>13</sup> se resume en los siguientes aspectos:

- 1.** Presentarse como un ser humano disponible capaz de interactuar y satisfacer adecuadamente las necesidades del niño.
- 2.** Minimizar, seleccionar y ordenar los estímulos del entorno. No coloca al niño en situaciones ante las cuales deba reaccionar.
- 3.** Observar y preveer los factores que faciliten el desarrollo del niño.
- 4.** Crear y reorganizar el entorno en el cual el niño pueda moverse libremente. El adulto es una importante y rica fuente de imitación e identificación, pero no enseña al niño a realizar ningún movimiento en particular, siendo este quien organiza sus movimientos y actividades en forma autoinducida.
- 5.** Ubicar, manipular y trasladar el cuerpo del niño en posturas facilitadoras de las conductas autónomas. No coloca al niño en una postura a la que no haya llegado por sí mismo.
- 6.** Organizar los espacios y seleccionar los objetos pertinentes a cada momento del desarrollo del niño. El espacio, los objetos que les proveen deben facilitar el ejercicio autónomo de las nuevas capacidades.

### **2.3.2. Bases Filosóficas**

Devís y cols. (2000) definen actividad física como: "cualquier movimiento corporal, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea". Pero, además, de la experiencia personal la actividad física conjuga otras dos dimensiones como son la biológico y la sociocultural y así lo expresan Devís y cols (2000) cuando afirman que "la actividad física aglutina una dimensión biológica, otra personal y otra sociocultural. De ahí que cualquier intento por explicar y definir la actividad física debería integrar las tres dimensiones"

Devís (2000) cuando resume la salud como que "es una noción multidimensional porque hace referencia tanto a aspectos físico como mentales y sociales. No es algo estático que se consigue una vez y ya se tiene para siempre, sino que la salud es dinámica porque discurre y se combina constantemente entre la enfermedad y el bienestar. También es una noción compleja porque las personas podemos experimentar altos niveles de enfermedad o discapacidad entre muchas otras posibilidades. Pero, además, depende de las condiciones históricas, sociales, culturales y medioambientales en que viven las personas".

Gesell data de 1925 y constituye una de las evaluaciones de inteligencia infantil más antigua. Su utilidad radica en que proporciona una valoración de las condiciones del desarrollo del niño según una puntuación de prueba, la cual es evaluada para valorar la presencia o ausencia de la conducta asociada con la maduración. La periodicidad de la consulta durante el primer año de vida después de su captación, fue trimestral, en casos específicos este seguimiento estuvo sujeto a las particularidades y necesidades de cada caso.

La primera infancia constituye una etapa fundamental del desarrollo humano porque en ella se presentan cambios acelerados y significativos que tendremos que enfrentar a lo largo de nuestra vida, para configurar nuestra personalidad, por lo tanto, es necesario garantizar un óptimo desarrollo del infante, logrando una estimulación adecuada en todas sus dimensiones; cognitivas, socio afectivas y del lenguaje tanto el ámbito familiar como educativo.

### **2.3.3 Definición de términos básicos**

#### **Definición de actividad física**

La actividad física es todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere más energía que estar en reposo. Caminar, correr, bailar, nadar, practicar yoga y trabajar en la huerta o el jardín son unos pocos ejemplos de actividad física.

Según las recomendaciones sobre actividad física que el Departamento de Salud y Servicios Sociales (HHS, por sus siglas en inglés) publicado en 2008 para los estadounidenses por lo general el término “actividad física” se refiere a los movimientos que benefician la salud.

El ejercicio es un tipo de actividad física que es planificado y estructurado. Levantar pesas, tomar una clase de aeróbicos y practicar un deporte de equipo son ejemplos de ejercicio.

La actividad física produce efectos positivos en muchas partes del cuerpo. Este artículo se concentra en los beneficios que la actividad física representa para el corazón y los pulmones. También contiene consejos para iniciar y mantener un programa de actividad física. La actividad física hace parte de un estilo de vida saludable para el corazón. Un estilo de vida saludable para el corazón también incluye consumir una alimentación

saludable para el corazón , mantener un peso saludable , controlar el estrés y dejar de fumar .

### **Desarrollo psicomotor**

El término desarrollo psicomotor (DPM) se atribuye al neuropsiquiatra alemán Carl Wernicke (1848-1905), quien lo utilizó para referirse al fenómeno evolutivo de adquisición continua y progresiva de habilidades a lo largo de la infancia<sup>1</sup>. Las habilidades mencionadas comprenden la comunicación, el comportamiento y la motricidad del niño<sup>2</sup>. Illingworth<sup>3</sup> aportó una de las definiciones más precisas expresando que el desarrollo psicomotor es un proceso gradual y continuo en el cual es posible identificar etapas o estadios de creciente nivel de complejidad, que se inicia en la concepción y culmina en la madurez, con una secuencia similar en todos los niños, pero con un ritmo variable. Ambas concepciones remiten a conceptos de evolución o cambio y de gradualidad y continuidad de dichos cambios. Esto permite concebir el DPM como un proceso que posibilita al niño realizar actividades progresivamente más complejas y consecutivas o secuenciales. Por ejemplo, para adquirir la marcha, un niño debe antes poder sentarse, luego pararse y finalmente caminar.

En España el término retraso psicomotor se utiliza como sinónimo de retraso del desarrollo, mientras que en América Latina es más frecuente el término retraso madurativo. Álvarez Gómez et al, por otra parte, definen al retraso del desarrollo como una demora o lentitud en la secuencia normal de adquisición de los hitos del desarrollo, por lo cual para estos autores no existe nada intrínsecamente anormal, los hitos madurativos se cumplen en el orden esperado, sólo que en forma más lenta. Esto implica que, a largo plazo, el niño adquirirá las habilidades deficitarias y siempre seguirá un orden específico en la adquisición de las mismas.

### **2.3.4 Hipótesis de investigación**

### **2.4. Formulación de Hipótesis**

Existe relación entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya Balandra – distrito de Carquín 2020

### **2.5. Hipótesis Específicas**

Existe relación existe entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020

Existe relación entre el atletismo y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020

Existe relación entre entrenamiento y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquín 2020

### **2.6 Operacionalización de las variables**

#### **2.4 Operacionalización de Variables**

Las variables que se han considerado para la presente investigación son las siguientes:

- **Variable 1:** Actividad física
- **Variable 2:** Desarrollo psicomotor



<b>VARIABLES</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>IDICADORES</b>	<b>ITEMS</b>
<p><b>ACTIVIDAD FISICA</b></p> <p>Autonomía que estará definida como capacidad funcional y se describe como la posibilidad del adulto mayor de poder o no realizar actividades básicas e instrumentales - el soporte social que se refiere a las estrategias (prestar ayuda, colaboración) que permiten relacionarlos con los demás (Duran, 2010)</p>	<p><b>Deporte</b></p> <p><b>Ejercicios físicos</b></p> <p><b>Aptitud física</b></p>	<p>Coordinación</p> <p>Equilibrio</p> <p>Agilidad</p> <p>Velocidad</p>	<p>Alto</p> <p>Bajo</p> <p>Mediano</p>
<p><b>DESARROLLO PSICOMOTOR</b></p> <p>Es la presencia en la primera etapa de vida, de alteraciones de desarrollo, tanto motor cognitivo, de tipo sensorial o del comportamiento, siendo, transitorio o definitivo, debido a ciertos acontecimientos que afectan la salud o de relación con el medio que los rodea</p>	<p><b>Comprensión</b></p> <p><b>Comunicación</b></p> <p><b>Interactuar</b></p> <p><b>Prestar atención</b></p>	<p>Con retraso en el desarrollo psicomotor</p> <p>Sin retraso en el desarrollo psicomotor</p>	<p>Alto</p> <p>Bajo</p> <p>Mediano</p>

## **CAPITULO III:**

### **METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Diseño Metodológico**

##### **3.1.1. Tipo de investigación**

De tipo básica ya que parte de un marco teórico cuya finalidad es incrementar los conocimientos científicos.

##### **3.1.2. Nivel de Investigación**

La investigación es de nivel descriptivo ya que se busca obtener información de forma directa respecto de una situación determinada para tomar decisiones.

##### **3.1.3. Diseño de investigación**

De diseño no experimental, en el proceso de investigación no se manipulará la variable, este tipo de diseño “se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, se trata de estudios donde no hacemos variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables” (Hernández y otros 2010, p.149).

Su diseño es el siguiente:

$$M \longrightarrow O$$

Donde:

M = Muestra de estudio, estudiantes del sexto grado de primaria.

O = Observación de los estilos de aprendizaje.

##### **3.1.4. Enfoque de la investigación.**

De enfoque cuantitativo, el estudio utilizará “la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías (Hernández y otros, 2010, p.5)

## 3.2. Población y Muestra

**Población:** La “población es la totalidad de sujetos o elementos que tienen características comunes. En otras palabras, una población es la totalidad de los miembros de la unidad de análisis” (Mejía, 2005). En ese sentido, la población se encuentra conformada por 100 estudiantes

**Muestra:** “La muestra es un sub conjunto de la población, para ser considerada como muestra es necesario que todos los elementos de ella pertenezcan a la población (...) debe tener las mismas características generales de la población” (Mejía, 2005, p.96) en tal sentido, la muestra es de 42 alumnos

## 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

### 3.4.1. Técnicas a emplear

**Técnica:** para medir la variable se utilizará la técnica de la encuesta, el cual se usa en la recolección de “datos a través de la interrogación de los sujetos cuya finalidad es la de obtener de manera sistemática medidas sobre los conceptos que se derivan de una problemática de investigación previamente construida”. (López & Fachelli, 2015, p. 8)

### 3.4.2. Descripción de los instrumentos

**Instrumento:** para la obtención de los datos se utilizará el cuestionario como instrumento el cual “consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir. Debe ser congruente con el planteamiento del problema e hipótesis” (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010, p.217)

### Ficha técnica del instrumento de la variable

Se aplicará un cuestionario para medir la variable estilos de aprendizaje en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa Particular Tarpuy y de esta manera conocer cual es el estilo que mas predomina en los educandos.

**Denominación** : Actividad Fisica y Desarrollo Psicomotor

**Autor y año** : Arevalo Andrade (2021)

**Adaptado por** : Arevalo Andrade(2021)

<b>Objetivo</b>	: Obtener información sobre la actividad física y el desarrollo psicomotor en los estudiantes del 4to año de secundaria
<b>Alcances</b>	: Su aplicación está dirigida a 42 estudiantes del colegio José Olaya Balandra
<b>Duración</b>	: 45 minutos.
<b>Material</b>	: Lapicero y papel.
<b>Descripción</b>	: Su forma de aplicación es individual, consta de cuatro dimensiones distribuidas en veinticuatro indicadores que guardan relación con la variable del estudio.
<b>Calificación</b>	: Cada ítem admite una puntuación de uno a cinco. Valor 1, Nunca Valor 2, A Veces. Valor 3, Casi Siempre Valor 4, Siempre

### **3.5. Técnicas para el procesamiento de la información**

Para el procesamiento y análisis de datos utilizaremos el

## **CAPÍTULO IV:**

## **RESULTADOS**

#### 4.1. ANALISIS DESCRIPTIVO POR VARIABLES Y DIMENSIONES

Actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

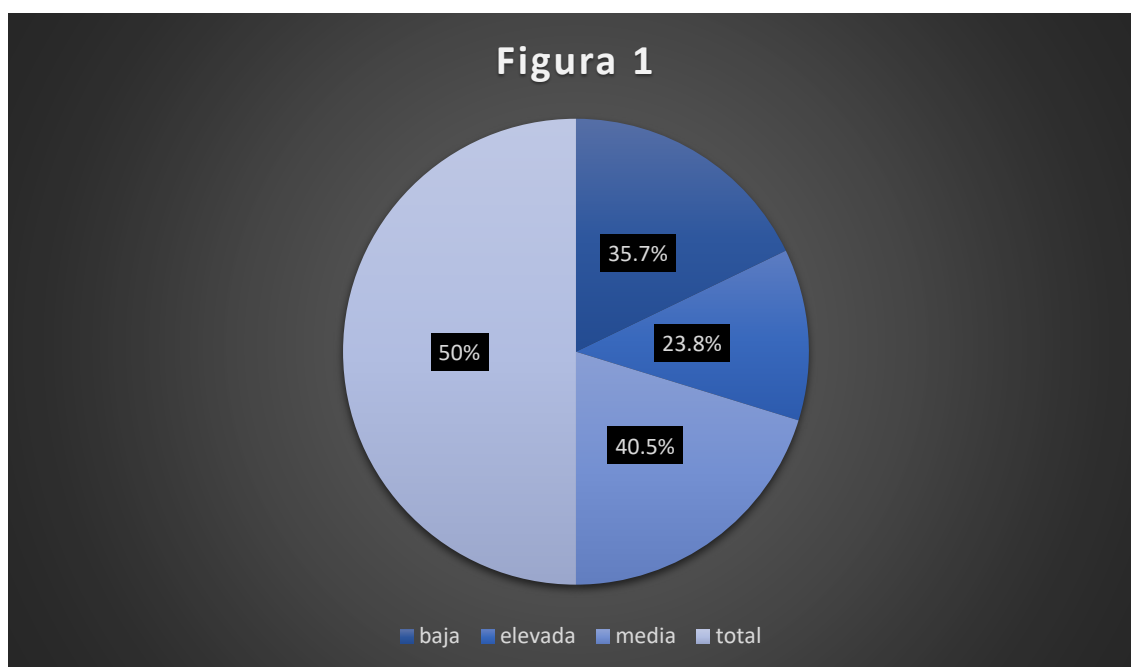
**TABLA 1**

Ejercicios físicos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Baja	15	35,7	35,7	35,7
	Elevada	10	23,8	23,8	59,5
	Media	17	40,5	40,5	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario I.E.E José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

Para una mejor visualización



De la fig. 1, un 40,5% de los alumnos de cuarto grado de secundaria de la I.E.E José Olaya balandra – distrito de Carquin, alcanzaron una participación de grupos de ejercicios físicos un nivel medio, un 35,7% lograron un nivel baja y un 23,8% consiguieron una un grupo de nivel elevado.

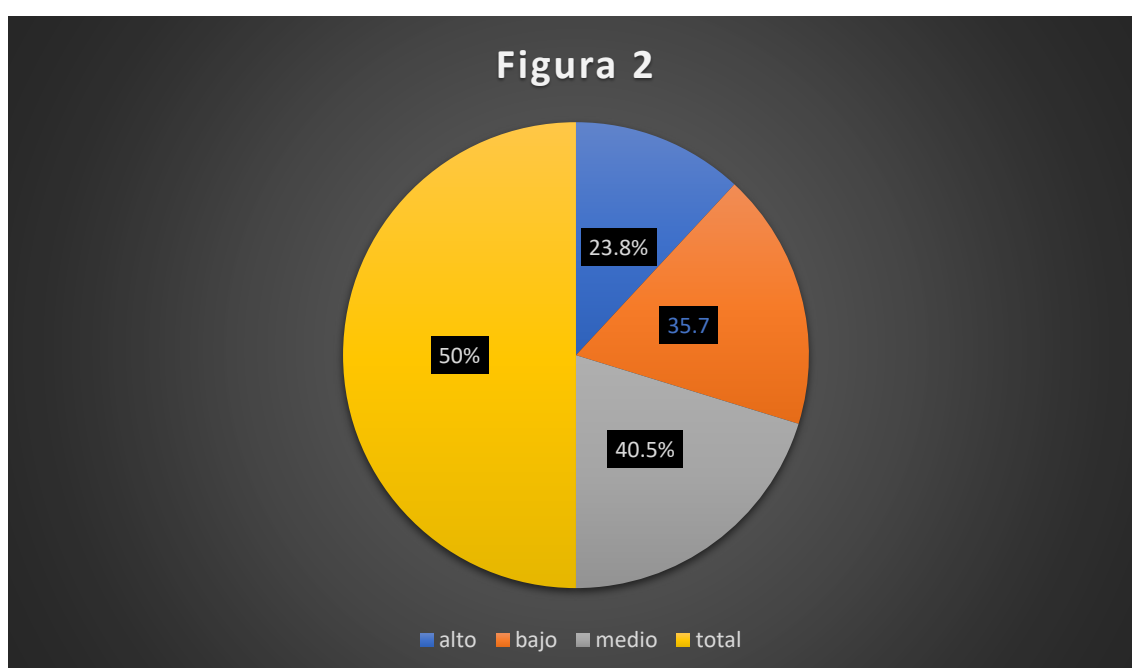
**TABLA 2**

Agilidad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Alto	10	23,8	23,8	23,8
	Bajo	15	35,7	35,7	59,5
	Medio	17	40,5	40,5	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario aplicado I.E.E José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

Para una mejor visualización



De la fig. 2, un 40,5% de los alumnos de cuarto grado de secundaria de la I.E.E José Olaya balandra – distrito de Carquin, alcanzaron un nivel medio en agilidad, un 35,7% consiguieron un nivel bajo y un 23,8% obtuvieron un nivel alto.

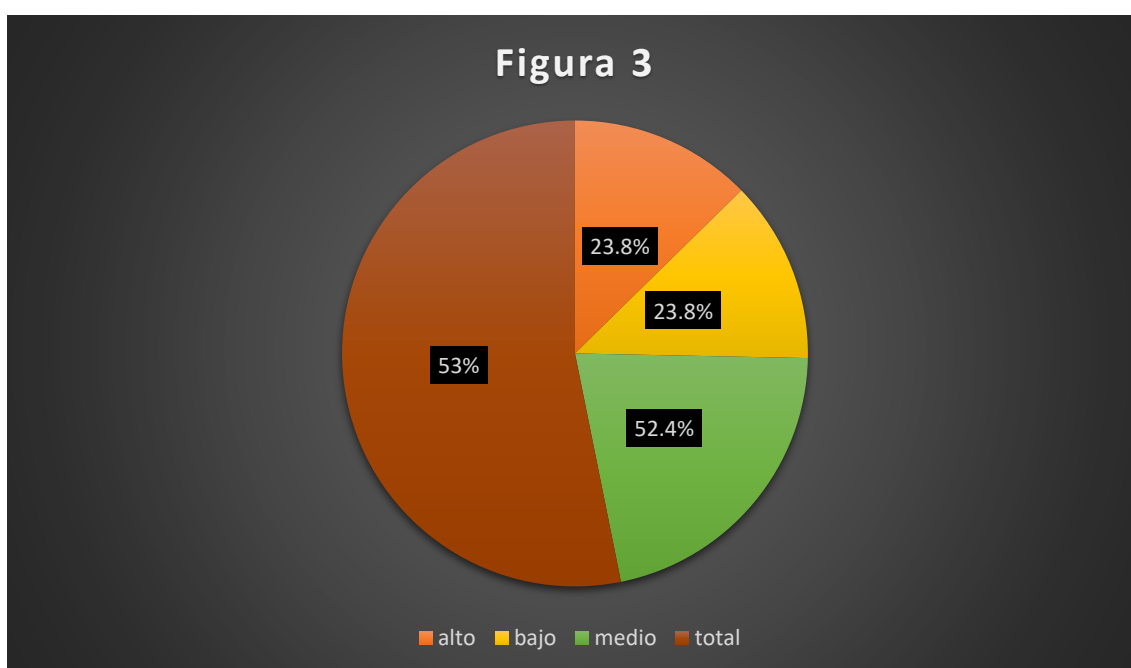
**TABLA 3**

Comunicación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Alto	10	23,8	23,8	23,8
	Bajo	10	23,8	23,8	47,6
	Medio	22	52,4	52,4	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

Fuente: Cuestionario aplicado I.E.E José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

Para logra evidenciar



De la fig. 3, un 52,4% de los alumnos de cuarto grado de secundaria de la I.E.E José Olaya balandra – distrito de Carquin, alcanzaron un nivel medio en la verificación de comunicación, un 23,8% consiguieron un nivel bajo y otro 23,8% obtuvieron un nivel alto.



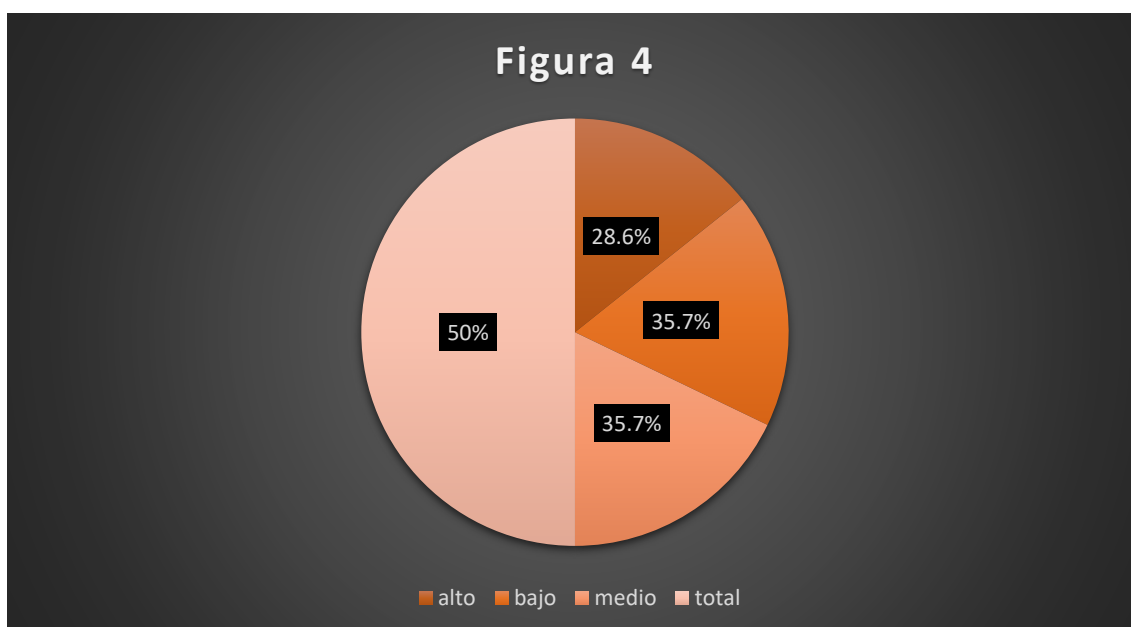
**TABLA 4**

Prestar atención

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Alto	12	28,6	28,6	28,6
	Bajo	15	35,7	35,7	64,3
	Medio	15	35,7	35,7	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario aplicado I.E.E. José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

Se apreciarán los resultados



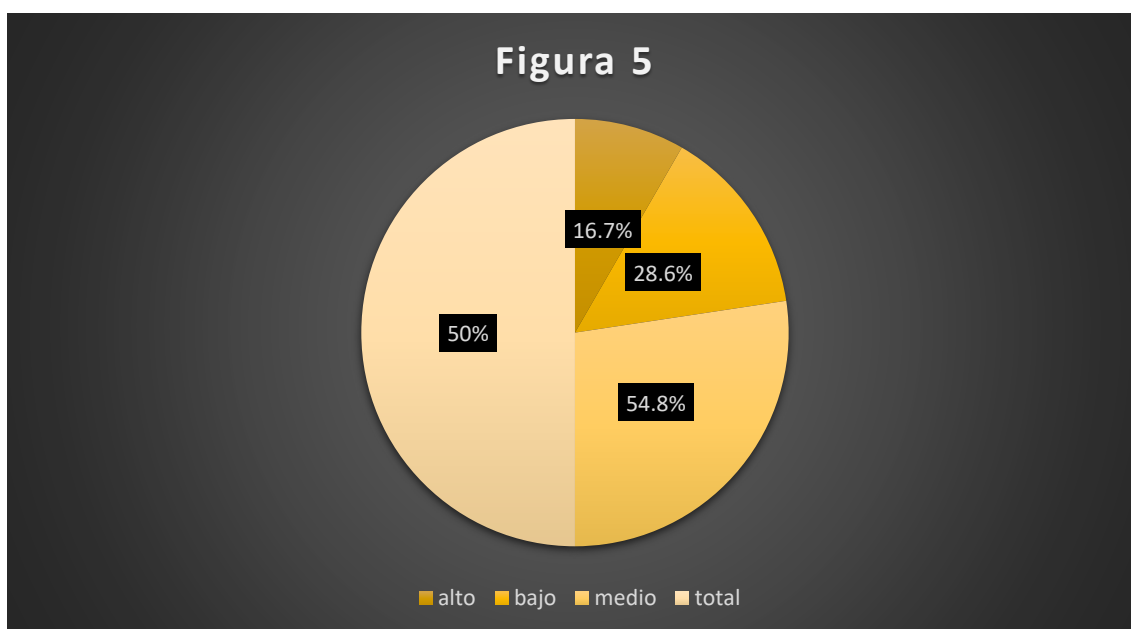
De la fig. 4, un 35,7% de los alumnos de cuarto grado de secundaria de la I.E.E Nuestra Señora del Carmen distrito de imperial – cañete, alcanzaron un nivel medio en Prestar atención, otro 35,7% consiguieron un nivel bajo y un 28,6% obtuvieron un nivel alto.

**TABLA 5**  
Desarrollo psicomotor

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Alto	7	16,7	16,7	16,7
	Bajo	12	28,6	28,6	45,2
	Medio	23	54,8	54,8	100,0
	Total	42	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario aplicado I.E.E José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

Para una observación



De la fig. 5, un 54,8% de los alumnos de cuarto grado de secundaria de la I.E.E José Olaya balandra – distrito de Carquin, alcanzaron un nivel medio en desarrollo psicomotor, un 28,6% consiguieron un nivel bajo y un 16,7% obtuvieron un nivel alto.

### **4.3. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS**

#### **Hipótesis General**

Hipótesis Alternativa **H<sub>a</sub>**: Existe relación significativa entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

Hipótesis nula **H<sub>0</sub>**: No Existe relación significativa entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

#### **Hipótesis específica 1**

Hipótesis Alternativa **H<sub>1</sub>**: Existe relación significativa entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

Hipótesis nula **H<sub>0</sub>**: No existe relación significativa entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

#### **Hipótesis Específica 2**

Hipótesis Alternativa **H<sub>2</sub>**: Existe relación significativa entre atletismo y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

Hipótesis nula **H<sub>0</sub>**: No existe relación significativa entre atletismo y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

### **Hipótesis Específica 3**

Hipótesis Alternativa **H<sub>3</sub>**: Existe relación entre entrenamiento y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

Hipótesis nula **H<sub>0</sub>**: No existe relación entre entrenamiento y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020

## CAPÍTULO V DISCUSIÓN

### 5.1 Discusión De Resultados

Se determina las conclusiones de las dos variables entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020; guarda pertinencia de relación con el tema determinado; con la diferencia el contenido del texto, población, muestra y enfoque filosófico cambian por que son investigaciones de marco referencial desarrollado en otras etapas de años.

**Cuneo F y Petan M (2015)** realizaron un estudio titulado “ESTADO NUTRICIONAL, NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA, RIESGO DE TRASTORNOS ALIMENTARIOS Y ALIMENTACIÓN Y SUS CONDICIONANTES EN ADOLESCENTES DE SANTO TOMÉ”. Se trató de un estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo de corte transversal. La población fue de 162 adolescentes entre 13 a 17 años de edad. Se obtuvo como resultado que el 10,8% presentó Sobrepeso, el 9,6% presentó Obesidad y el 7,2% Bajo Peso. Por otro lado, el 50% tuvo un nivel de actividad física moderado, el 29.3% presentó un nivel actividad física intensa y el 20,7% tuvo bajo nivel de actividad física. La mayoría mostró prácticas alimentarias no saludables por déficit de alimentos protectores se identificó necesidad de mayor oferta y preferencia de alimentos de mejor calidad en el entorno familiar y de conocimientos acerca de alimentación saludable.

“PROYECTO DE INTERVENCIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD FÍSICA FRENTE AL COVID-19 EN UN ENTORNO FAMILIAR, SANTIAGO DE SURCO-LIMA, 2020” Partiendo del ASIS, DPC y análisis de involucrados se ejecutó el proyecto para mejorar las prácticas favorables a la salud física frente al COVID-19 en un entorno familiar entre mayo-junio del 2020. Se desarrollaron actividades para mejorar las prácticas sobre medidas de bioseguridad, promover la actividad física y la organización de las tareas del hogar, tales

como sesiones educativas, talleres demostrativos y colaborativos, confección de afiches, elaboración de cronogramas, evaluación con listas de cotejo, cuestionarios, implementación de zonas en el hogar para la desinfección y para las rutinas de ejercicios. Resultados: El proyecto mostró resultados positivos y las actividades fueron desarrolladas con éxito. Se observó mejora en los conocimientos del 50 al 100% en las medidas de bioseguridad, actividad física y deberes del hogar. Se mejoró en las técnicas del lavado de manos, uso correcto de mascarilla, aseo personal al llegar a casa, desinfección de objetos y alimentos. Las rutinas de ejercicio se realizaron mínimo 3 veces por semana y para los deberes del hogar se obtuvo una organización adecuada.

Se coge los antecedentes como fondo de antecedentes a realizar la investigación como hace mención el autor Hernández Sampiere.

## CAPÍTULO VI

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

De las pruebas realizadas podemos concluir:

**PRIMERA:** Existe relación significativa entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020. Debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.930, representando una **muy alta** asociación positiva.

**SEGUNDA:** Existe relación significativa entre entre atletismo y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020; debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.912, representando una **muy alta** asociación positiva.

**TERCERA:** Existe relación significativa entre entrenamiento y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020; la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.820, representando **alta** asociación positiva.

### **5.3. Recomendaciones**

Considerar en el desarrollo de las sesiones temas relacionadas a las dos variables actividad física y desarrollo psicomotor, que empleen una mejor dinámica de trabajo e interacción y valoración a los estudiantes.

Realizar las coordinaciones respectivas para que con ayuda de especialistas se pueda orientar a los padres sobre estrategia o técnicas para el fortalecimiento desarrollo psicomotor y mejorar el socialismo entre estudiantes.

Motivar a los padres a desarrollar a que apoyen a sus hijos para que así se genere mayor coordinación del dialogo.



## REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Vélez (2010) realizó la investigación titulada Los problemas en el núcleo familiar y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes del Colegio Nacional Técnico Agropecuario Odilón Gómez Andrade de la ciudad de Chone, Universidad tecnológica Equinoccial, Quito.
- Meyer (2009) para optar el grado magister en Psicología en su tesis titulada: “La violencia intrafamiliar y el rendimiento académico de los alumnos y alumnas del 3er año de secundaria I.E. Simón Bolívar – Venezuela”.
- Torres (2013) *"La funcionalidad familiar y su influencia en la autoestima de los estudiantes del centro de formación básico artesanal "Dorotea Carrión", de la ciudad de Loja" Ecuador.*
- Robledo, P. (2012) en su tesis de doctorado titulada: Contexto Familiar y Aprendizaje Escolar. Estudios Comparativo y de Intervención, sustentada en la Universidad de León, España,
- Tenecota, E. (2017) en su tesis titulada “El ambiente educativo en los conocimientos adquiridos de los alumnos de octavo grado de educación general básica de la Unidad Educativa Santa Rosa del Cantón Ambato provincia de Tungurahua”, Ambato – Ecuador.
- Tuesca, Girón y Díaz, (2012) titulado: Estrategia educativa para la participación de los padres en compromisos escolares, cuya investigación de maestría en educación tuvo como objetivo diseñar una estrategia educativa para la participación de padres de familia en los compromisos escolares de los estudiantes de la Institución. Educativa Rural de Palmira, Pueblo-Viejo, Magdalena.

- Roberto Emiliano Escandón, TESIS "Las TICs en la Enseñanza Aprendizaje de Matemáticas para Octavos de Básica 2009". Universidad de Ecuador.
- ORTIZ P. y otros (2011). Material Didáctico innovador y el aprendizaje significativo de las Ciencias Naturales en el cuidado del medio ambiente. Provincia del Guayas. Ecuador.
- Robledo y García (2012) en su investigación: "Contexto familiar y aprendizaje escolar. Estudios comparativos y de intervención" Esta tesis fue realizada en España.
- Gonzales y Pereda (2009) en su tesis de maestría titulada Relación entre el clima social familiar y el rendimiento académico de los alumnos de la institución educativa N° 86502, Santiago de Pamparomás.
- GONZALES, M. y otros. ( 2012). El uso de materiales didácticos y el aprendizaje en el área de ciencia, tecnología y ambiente (Física) de los alumnos del quinto grado de educación secundaria de la institución educativa particular Santa Rita de Chosica, Lima.
- Huamancaja (2003) En su Tesis titulada "La violencia familiar y el rendimiento académico de 4to grado del nivel secundaria del C.E. José Granda". El presente trabajo de investigación es un tipo de estudio descriptivo correlacional. Lima.
- Ramos, E. (2011) en su tesis de doctorado titulada: El comportamiento afectivo familiar y su relación con el proceso de aprendizaje de los alumnos de la Institución Educativa N° 20578 César A. Vallejo del distrito de San Andrés de Tupicocha – Huarochirí.
- Balarin y Cueto, (2008) titulado: La calidad de la participación de los padres de familia y el rendimiento estudiantil en las escuelas públicas peruanas, en el cual se presenta una discusión a partir de las conclusiones de un estudio sobre la forma en que las familias y los maestros de las escuelas públicas primarias del Perú.

# ANEXO

## CUESTIONARIO DE HÁBITOS Y CONDUCTAS FÍSICO-DEPORTIVAS

Por favor, responde a las siguientes preguntas marcando con una X aquella que elijas

**A. Fuera del horario escolar:** ¿con que frecuencia participas en actividades deportivas?

- 1 Nunca ( )
- 2 Una vez por semana ( )
- 3 2-3 veces por semana ( )
- 4 Casi todos los días ( )

**B. Fuera del horario escolar:** ¿con que frecuencia participas en actividades recreativas al

aire libre como por ej. paseos, ir en bici, nadar y correr?

- 1 Nunca ( )
- 2 Una vez por semana ( )
- 3 2-3 veces por semana ( )
- 4 Casi todos los días ( )

**C. Si realizas actividades físicas en clubes deportivos, fuera del horario escolar,**  
¿Cuáles

realizas  
normalmente? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**D. Fuera del horario escolar y en tu tiempo libre:** ¿Cuántas veces por semana participas

en deportes (como mínimo durante 20 minutos)?

- 1 Nunca ( )
- 2 Menos de una vez al mes ( )
- 3 Una vez al mes ( )
- 4 Una vez a la semana ( )
- 5 2-3 veces por semana ( )
- 6 4-6 veces por semana ( )

7 Todos los días ( )

**E. Fuera del horario escolar y en tu tiempo libre: ¿Cuántas horas a la semana prácticas**

deporte de tal modo que te haga sudar y jadear?

1 Ninguna ( )

2 Una media hora ( )

3 Alrededor de una hora ( )

4 Una 2 o 3 horas ( )

5 De 4 a 6 horas ( )

6 7 horas o mas ( )

**F. ¿Hay algún club deportivo en tu colegio?**

1 Si ( ) 2 No ( )

**G. ¿Eres miembro de algún club deportivo escolar?**

1 No ( )

2 Si, normalmente entreno y participo en competiciones con un club deportivo escolar

( )

3 Si, pero no participo normalmente ( )

**H. ¿Participas en competiciones deportivas (por ejemplo, atletismo, partidos de fútbol)?**

1 No, nunca he participado ( )

2 Antes si, pero ahora no participo ( )

3 Si, participo a nivel Inter-escolar ( )

4 Si, participo a nivel comarcal o provincial ( )

5 Si, participo a nivel nacional o internacional ( )

**ANEXO 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA**

**ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DESARROLLO PSICOMOTOR DEL CUARTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL JOSE OLAYA BALANDRA – DISTRITO DE CARQUIN 2020**

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	METODOLOGIA DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	VARIABLES	TÉCNICA/ INSTRUMENTO
<p><b>Problema General</b></p> <p>¿Qué relación existe entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020?</p> <p><b>Problemas Específicos</b></p> <p>¿Qué relación existe entre actividad física y el</p>	<p><b>Objetivo General</b></p> <p>Determinar la relación actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p>	<p><b>Hipótesis General</b></p> <p>Existe relación actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020</p> <p><b>Hipótesis Específicos</b></p> <p>Existe relación existe entre actividad física y calidad de</p>	<p><b>Tipo De Investigación</b></p> <p>Tipo básica, cuantitativa, descriptiva.</p> <p><b>Diseño De Investigación</b></p> <p>Investigación no experimental.</p>	<p><b>Muestra</b></p> <p>la población se encuentra conformada por 100 estudiantes.</p>	<p><b>VARIABLE 1:</b></p> <p>Actividad física</p> <p><b>VARIABLE 2:</b></p> <p>Desarrollo psicomotor</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Técnica:</b> Encuesta.</li> <li>• <b>Instrumento:</b> Cuestionario sobre la familia y aprendizaje</li> <li>• <b>Técnica:</b> Observación</li> <li>• <b>Instrumento:</b> Lista de Cotejo</li> </ul>

<p>desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020?</p>	<p>Determinar la relación que existe entre actividad física y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020</p>	<p>vida del adulto mayor que asiste al club Essalud de huacho</p>	<p>Descriptivo correlacional.</p>	<p><b>Muestra.</b> 42 estudiantes de la I. E. José Olaya balandra</p>		
<p>¿Qué relación existe entre atletismo y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020?</p>	<p>Determinar la relación que existe entre atletismo y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020</p>	<p>Existe relación entre el predominio de la forma de actividad física y calidad de vida del adulto mayor que asiste al club Essalud de huacho</p>				
<p>¿Qué relación existe entre entrenamiento y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la institución</p>	<p>Determinar la relación que existe entre entrenamiento y el desarrollo psicomotor del cuarto año de secundaria del de la</p>	<p>Existe relación entre Identificar el nivel que influye la familia en la actividad física y calidad de vida del adulto mayor que asiste al club Essalud de huacho</p>				

educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020?	institución educativa estatal José Olaya balandra – distrito de Carquin 2020					
---	--	--	--	--	--	--