

GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO EN ESTUDIANTES DE LOS PAGPA. AYACUCHO, 2023

Dr. Juan Pariona Cahuana (IP)
Mg. Andrés Roberto Toscano Sotomayor
Heber Yacca Poma (CI)
Dr. Anatolio Huarcaya Barbarán (CO)
Est. Jaime Moisés Yanama Núñez (CO)

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la influencia de la gestión de la actividad física como herramienta para mejorar el aprendizaje significativo en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.; para ello se aplicó el tipo de estudio experimental, diseño preexperimental. La muestra no probabilística e intencionada fue de 60 estudiantes de educación primaria. Las técnicas de recolección de datos fueron la observación y prueba de rendimiento, y su instrumento la ficha de observación y la prueba objetiva respectivamente. En el análisis estadístico de los datos, se utilizó el estadígrafo de prueba de Rangos de Wilcoxon al 95% de nivel de confianza y 5% de significancia. Los resultados de la investigación se demostró que el nivel de significancia asintótico (bilateral) es inferior a la región crítica ($p=0,000<\alpha=0,05$); entonces, existen evidencias estadísticas suficientes para rechazar la hipótesis nula (H_0) y aceptar la hipótesis alterna (H_1). En conclusión: Existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad deportiva y el aprendizaje significativo en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023". ($Z= -5,249$; $p < 0,05$).

Palabras clave: Gestión/actividad física/aprendizaje significativo

ABSTRACT

The general objective of this research was to determine the influence of physical activity management as a tool to improve meaningful learning in PAGPA students. Ayacucho, 2023.; For this, the type of experimental study, pre-experimental design, was applied. The non-probabilistic and intentional sample was 60 primary school students. The data collection techniques were observation and performance testing, and its instrument was the observation sheet and the objective test respectively. In the statistical analysis of the data, the Wilcoxon Rank test statistician was used at a 95% confidence level and 5% significance. The results of the research showed that the asymptotic (bilateral) level of significance is lower than the critical region ($p=0.000<\alpha=0.05$); Therefore, there is sufficient statistical evidence to reject the null hypothesis (H_0) and accept the alternative hypothesis (H_1). In conclusion: There is a significant statistical difference before the management of sports activity and significant learning in PAGPA students. Ayacucho, 2023". ($Z= -5.249$; $p < 0.05$).

Keywords: Management/physical activity/meaningful learning

I. INTRODUCCIÓN

Históricamente, las civilizaciones como China y Grecia vieron la actividad física una posibilidad para su bienestar en la salud e impulsar el desarrollo personal integral, y en el siglo XX empezó valorar la educación del desarrollo intelectual, social, efectivo y la educación física, este último se hace referencia al conocimiento y control del propio cuerpo y de los demás, a la superación de la capacidad física, al desarrollo de las habilidades motrices, a la enseñanza de los fundamentos técnicos y tácticos, al cuidado y a la salud corporal, a las actividades expresivas, a la transmisión de conocimientos, y adquisición de hábitos, entre otros aspectos. La gestión de la actividad física no existía hace unos años, porque comienza contradicciones y problemas que se manifiesta en poca participación y generó el sedentarismo en la

mayoría de la población. Es entonces, momento de describir y comprender la situación actual del proceso de la actividad física y, así cambiar la manera de raciocinio y accionar de los estudiantes desde la edad temprana en bienestar de la salud mental y física y lograr el desarrollo integral de los pupilos. Es considera, también como "disciplina pedagógica que se ocupa de la educación integral del individuo a través de la motricidad" (Miñana, V. Monfort, M. 2020). Para mejorar el aprendizaje y rendimiento académicos de los estudiantes.

Desde el punto de vista didáctico y curricular buscará un equilibrio entre el contenido del currículo, unidades didácticas que se desarrollará de manera integral en la dirección de las sesiones de aprendizaje por cada profesor de aula.

En la revisión de la literatura que es relevante para los puntos de investigación fueron; la gestión de la actividad deportiva y el aprendizaje significativo. Cada uno de los temas fue estudiado de manera detallada, de forma que se obtuvo una comprensión clara de los puntos a tratar y para poder alcanzar el objetivo que se plantea determinar la influencia de la gestión de la actividad deportiva recreativa como herramienta para mejorar el aprendizaje significativo en los estudiantes de los PAGPA. Es imprescindible la fundamentación teórica de la gestión de la actividad deportiva que consiste como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. Asimismo, el aprendizaje significativo, es aquel proceso mediante el cual, el individuo realiza una metacognición: aprende a aprender, a partir de sus conocimientos previos y de los adquiridos recientemente logra una integración y aprende mejor. Del mismo modo, el aprendizaje significativo es el proceso por el que una persona se involucra en la metacognición, es decir, aprende a aprender, integra sus conocimientos previos con la información recién aprendida y se convierte en un mejor alumno.

Entre las limitantes para el desarrollo de la gestión de la actividad física y aprendizaje significativo, resalta la carencia de recursos materiales educativos, la imposibilidad de atención sistemática por parte de la institución educativa en estudio, deficiente integración de los estudiantes, limitada integración de parte de los estudiantes y docentes respecto a las exigencias del investigador.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

Esta investigación se centra fundamentalmente en los aspectos observables y susceptibles de cuantificación de los fenómenos, utiliza la metodología empírico analítico y se sirve de pruebas estadísticas

para el análisis de datos. En el marco del estudio y de la investigación de fenómenos sociales, se conoce el concepto de método cuantitativo como procedimiento empleado para explicar eventos a través de una gran cantidad de datos, se habla por tanto de una ciencia, y utiliza la estadística para el análisis de los datos. El principio fundamental del empirismo es que el conocimiento válido, cuantificable y medible, sólo puede establecerse por referencia a lo que se ha manifestado a través de la experiencia.

Así como señala Saldaña, (1998), “Es el que permite analizar los datos de manera numérica, sobre todo en el ámbito de la estadística. Intenta identificar leyes generales referidas a grupos de sujeto o hechos. Sus instrumentos suelen recoger datos cuantitativos los cuales también incluyen la medición sistemática, y se emplea el análisis estadístico como característica resaltante”. Esta es una investigación experimental de nivel aplicada, cuyo propósito es determinar la influencia de la gestión de la actividad física como herramienta para mejorar el aprendizaje significativo en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023. Esta investigación es de nivel explicativo. Esta investigación enmarca en los alcances de un diseño preexperimental, dado que se explicó las variables de estudio. La población de estudio está conformada por 120 de primaria de los Planteles de Aplicación “Guamán Poma de Ayala”, UNSCH del año escolar 2023. La muestra está constituida por 60 estudiantes del IV ciclo (3ro y 4to grado). El muestreo fue el no probabilístico e intencional, porque se trabajó con una población ya constituida, en este caso los estudiantes del nivel primaria. La técnica de recolección de datos se utilizó la observación y prueba de rendimiento, teniendo como instrumentos la ficha de observación y prueba objetiva.

III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tabla 10

Prueba de muestras relacionadas antes y después de gestión de la actividad física en el aprendizaje significativo en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

		Rangos		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
Aprendizaje significativo_post-test – Aprendizaje significativo_pre-test	Rangos negativos	0 ^a	,00	,00
	Rangos positivos	59 ^b	17,50	595,00
	Empates	1 ^c		
	Total	60		

a. Aprendizaje significativo_post-test < Aprendizaje significativo_pretest

b. Aprendizaje significativo_post-test > Aprendizaje significativo_pretest

c. Aprendizaje significativo_post-test = Aprendizaje significativo_pretest

Estadísticos de prueba^a

	Aprendizaje significativo_post-test- Aprendizaje significativo _pretest
Z	-5,249 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	,000

Nota. * $p < .05$

a. Prueba de Wilcoxon

b. Negativos.

Decisión:

Existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula (H_0) y aceptar la hipótesis alterna (H_1), la cual señala que existe una diferencia estadística significativa antes del manejo de la actividad física y el aprendizaje significativo en los estudiantes del PAGPA (Ayacucho, 2023), cuando se compararon los resultados del aprendizaje significativo antes y después de la prueba. El estadístico de Wilcoxon también mostró que el resultado del posttest fue superior con un nivel de confianza del 95% y una significancia del 5%. Además, mostró que el nivel de significación asintótica (bilateral) es inferior a la región crítica ($p=0,000 < \alpha=0,05$). ($p < 0,05$; $Z = -5,249$).

d) Conclusión estadística:

Se concluye que: Existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad física y el aprendizaje significativo en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

Primera hipótesis específica:**a) Sistema de hipótesis**

H_0 : • No existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad deportiva recreativa y el aprendizaje significativo en el área curricular de comunicación en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2$$

H_1 : Existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad deportiva recreativa y el aprendizaje significativo en el área curricular de comunicación en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

b) Nivel de Significancia

$\alpha = 0,05$, es decir el 5%.

c) Cálculo estadístico**Tabla 11**

Prueba de muestras relacionadas antes y después de gestión de la actividad deportiva recreativa en el aprendizaje significativo en el área curricular de comunicación en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

Rangos					
			N	Rango promedio	Suma de rangos
Comunicación_post-test Comunicación_pretest	-	Rangos negativos	1 ^a	5,50	5,50
		Rangos positivos	53 ^b	15,34	429,50
		Empates	6 ^c		
		Total	60		
a. Comunicación_post-test < Comunicación_pretest					
b. Comunicación_post-test > Comunicación_pretest					
c. Comunicación_post-test = Comunicación_pretest					
Estadísticos de prueba ^a					

	Comunicación_post-test -Comunicación_pretest
Z	-4,662 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	,000

Nota. * $p < .05$

a. Prueba de Wilcoxon

b. Negativos.

Decisión:

Los resultados de la preprueba y la posprueba sobre el aprendizaje significativo de la comunicación se compararon mediante la prueba estadística de rangos de Wilcoxon con un nivel de confianza del 95% y una significación del 5%. Los resultados indicaron que la puntuación posterior a la prueba era mayor y que el nivel de significación asintótica bilateral era inferior a la región crítica ($p=0,000 < \alpha=0,05$). En base a estos hallazgos, la hipótesis alternativa (H_1); es decir, “Existe diferencia estadística significativa ante el manejo de la actividad deportiva recreativa y el aprendizaje significativo en el área curricular de comunicación en los estudiantes del PAGPA. Ayacucho, 2023”- fue aceptada y se rechazó la hipótesis nula (H_0). ($p < 0,05$; $Z = -4,662$).

d) Conclusión estadística:

Se concluye que: Existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad deportiva recreativa en el aprendizaje significativo en el área curricular de comunicación en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

Segunda hipótesis específica:

a) Sistema de hipótesis

H_0 : • No existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad recreativa competitiva en el aprendizaje significativo en área curricular de matemática en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2$$

H_1 : Existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad recreativa competitiva en el aprendizaje significativo en área curricular de matemática en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

b) Nivel de Significancia

$\alpha = 0,05$, es decir el 5%.

c) Cálculo estadístico

Tabla 12

Prueba de muestras relacionadas antes y después de gestión de la actividad recreativa competitiva en el aprendizaje significativo en área curricular de matemática en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

		Rangos		
		N	Rango promedio	Suma de rangos
Matemática_post-test –	Rangos negativos	0 ^a	,00	,00
	Rangos positivos	57 ^b	16,50	528,00
Matemática_pre-test	Empates	3 ^c		
	Total	60		

a. Matemática_post-test < Matemática_pretest

b. Matemática_post-test > Matemática_pretest

c. Matemática_post-test = Matemática_pretest

Estadísticos de prueba^a

Matemática_post-test - Matemática_pretest	
Z	-5,031 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	,000

Nota. * $p < .05$

a. Prueba de Wilcoxon

b. Negativos.

Decisión:

El estadístico de la prueba de rangos con signo de Wilcoxon mostró que el resultado de la posprueba fue superior con un nivel de confianza del 95% y una significación del 5% cuando se compararon las puntuaciones obtenidas antes y después de la prueba sobre el aprendizaje significativo en el área curricular de matemáticas. Además, se demostró que el nivel de significación asintótica (bilateral) es inferior a la región crítica ($p=0,000 < \alpha=0,05$); por lo tanto, existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula (H_0) y aceptar la hipótesis alternativa (H_1), que dice lo siguiente: “Existe diferencia estadística significativa ante la gestión de la actividad recreativa competitiva en el aprendizaje significativo en área curricular de matemática en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023”. ($p < 0,05$; $Z = -5,031$).

d) Conclusión estadística:

Se concluye que: Existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad recreativa competitiva en el aprendizaje significativo en área

curricular de matemática en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

Tercera hipótesis específica:

a) Sistema de hipótesis

H_0 : • No existe diferencia estadística significativa de la gestión de la actividad deportiva educativa y el aprendizaje significativo en el área curricular de personal social en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

$$H_0: \mu_1 = \mu_2$$

H_1 : Existe diferencia estadística significativa de la gestión de la actividad deportiva educativa y el aprendizaje significativo en el área curricular de personal social en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

b) Nivel de Significancia

$\alpha = 0,05$, es decir el 5%.

c) Cálculo estadístico

Tabla 13

Prueba de muestras relacionadas antes y después de la gestión de la actividad deportiva educativa y el aprendizaje significativo en el área curricular de personal social en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

Rangos				
		N	Rango promedio	Suma de rangos
personal social_post-test - personal social_pretest	Rangos negativos	0 ^a	,00	,00
	Rangos positivos	58 ^b	17,00	561,00
	Empates	2 ^c		
	Total	60		
a. personal social_post-test < personal social_pretest				
b. personal social_post-test > personal social_pretest				
c. personal social_post-test = personal social_pretest				
Estadísticos de prueba ^a				

	personal social_post-test - personal social_pretest
Z	-5,090 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	,000

Nota. * $p < .05$, Dos colas.

a. Prueba de Wilcoxon

b. Negativos.

Decisión:

En el ámbito curricular de las personas sociales, el estadístico de la prueba de rango con signo de Wilcoxon demostró evidencia de superioridad en el resultado posterior a la prueba con un nivel de confianza del 95% y una significación del 5% cuando se compararon las puntuaciones anteriores y posteriores a la prueba sobre aprendizaje significativo. Además, reveló que el nivel de significación asintótica bilateral es inferior a la región crítica ($p=0,000 < \alpha=0,05$). Esto significa que existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula (H_0) y aceptar la hipótesis alterna (H_1), la cual afirma que existe diferencia estadísticamente significativa en el aprendizaje significativo de la gestión de la actividad deportiva educativa en el área curricular de personal social en los estudiantes PAGPA. 2023, Ayacucho. ($p < 0,05$; $Z = -4,879$).

d) Conclusión estadística:

Se concluye que: Existe diferencia estadística significativa de la gestión de la actividad deportiva educativa en el aprendizaje significativo en el área curricular de personal social en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023.

IV. DISCUSIÓN

La investigación ejecutada estuvo orientado al logro de los objetivos planteados, cuyo propósito fundamental fue determinar la influencia de la gestión de la actividad deportiva física como herramienta para mejorar el aprendizaje significativo en los estudiantes de los PAGPA.

Los resultados obtenidos respecto al aprendizaje significativo demuestran que el 58,3% de los estudiantes de los PAGPA, referencian que se encuentran en el nivel excelente, después de la gestión de la actividad física.

Por lo tanto, al verificar se evidencia que existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad deportiva y el aprendizaje significativo en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023. Dichos resultados son coherentes con los obtenidos por Nomberto (2019), quién demostró

estadísticamente que existe diferencia entre el rendimiento académico antes y después lo que prueba la hipótesis de la presente investigación.

En cuanto a la hipótesis específica 1: Existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad deportiva recreativa y el aprendizaje significativo en el área curricular de comunicación en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023, los resultados coinciden con el trabajo de Jaime y Zavala (2017), quien demostró, que el ejercicio físico en la población estudiada, presenta una influencia positiva en este tipo de aprendizaje.

En lo que respecta a la hipótesis específica 2: Existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad recreativa competitiva en el aprendizaje significativo en área curricular de matemática en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023, los resultados coinciden con el trabajo de Taffur (2021), quien manifiesta que si existe relación significativa entre la actividad física y el rendimiento académico referido a dicha área.

Asimismo, referido a la hipótesis 3: Existe diferencia estadística significativa de la gestión de la actividad deportiva educativa y el aprendizaje significativo en el área curricular de personal social en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023, los resultados tienen similitud con la investigación de Miguel (2021) quien afirma que la actividad física y el aprendizaje significativo en dicha tiene un grado alto de relación directa.

En efecto, los resultados nos demuestran que la gestión de la actividad deportiva física mejora el aprendizaje significativo integral de los estudiantes, en cualquier nivel educativo. Arribó a las siguientes conclusiones:

1. Al demostrar la hipótesis se prueba que existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad física y el aprendizaje significativo en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023". ($Z = -5,249$; $p < 0,05$).
2. Al demostrar la primera hipótesis específica se prueba que existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad depor-

tiva recreativa y el aprendizaje significativo en el área curricular de comunicación en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023. ($Z = -4,662$; $p < 0,05$).

3. Al demostrar la segunda hipótesis específica se prueba que existe diferencia estadística significativa antes de la gestión de la actividad recreativa competitiva en el aprendizaje significativo en área curricular de matemática en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023. ($Z = -5,031$; $p < 0,05$).
4. Al demostrar la tercera hipótesis específica se prueba que existe diferencia estadística significativa de la gestión de la actividad deportiva educativa en el aprendizaje significativo en el área curricular de personal social en los estudiantes de los PAGPA. Ayacucho, 2023". ($Z = -4,879$; $p < 0,05$).

V. AGRADECIMIENTOS:

Al Decano de la Facultad de Ciencias de la Educación, que debe implementar un nuevo Plan Estratégico para los Planteles de Aplicación "Guamán Poma de Ayala", acorde con las exigencias, requerimientos y demandas regionales y nacionales, con la finalidad de promover la capacitación docente de la gestión de la actividad física, y así mejorar el aprendizaje significativo en los estudiantes.

Al Director de los Planteles de Aplicación "Guamán Poma de Ayala", capacitar a los docentes de la gestión de la actividad física con la finalidad de mejorar el aprendizaje óptimo.

A los docentes que deben incorporar en la planificación curricular la gestión de la actividad física como proceso de mejora en el aprendizaje significativo de los estudiantes, y así lograr el desarrollo de las competencias previstas.

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, L. Y. (2015). Actividades físicas, deportivas y recreativas para el aprovechamiento del tiempo libre en los niños y niñas de 06-12 años del recinto
- Campojo, L. (2018). La actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de secundaria en un colegio de Pueblo Libre [Tesis de maestría, Universidad de César Vallejo].
- Carrasco, S. (2006) Metodología de la investigación científica. Editorial: San Marcos, Lima-Perú, 2006.

Cook, T. y Campbell, D. (1986) Cuasi-experimentación. Temas de análisis y diseño de ajustes en el campo. Chicago, IL: Rand McNally.

Cuevas, R. y Rodríguez, L. (2013). Psicología del Aprendizaje. Editorial. San Marcos. Lima-Perú.

Decreto Supremo de la Política nacional de Actividad deportiva <https://busquedas.elperuano.pe/download/url/decreto-supremo-que-aprueba-la-politica-nacional-de-actividad-decreto-supremo-no-014-2022-minedu-2106671-1>

Diestra, A. C. y Albornoz, R. S. (2021). Relación entre la actividad física y rendimiento académico en los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Peruana Unión [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión, Facultad de ciencias de la Salud] https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4514/Angela_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Dimas, J.L. (2006). Relación entre la actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias Químicas OE LA UANL [Tesis de maestría, Universidad Autónoma de Nuevo León] <http://eprints.uanl.mx/6911/1/1080146424.PDF>

González J.M. (2003) Actividad Física, Deporte y Vida. Beneficios, perjuicios de la actividad física y del deporte. España.

Hernández, R.; Fernández, C. & Baptista, I. (2010) metodología de la investigación. Edit. McGraw-Hill Interamericana. México 5° edición.

Hernández, Roberto y otros. (2006). "Metodología de la Investigación". Edición (4ta). México. Ed. Mc Graw Hill.

Jaime, Y. E. y Zabala, J. A. (2017). "La actividad física como estrategia didáctica para evaluar su posible influencia en el aprendizaje significativo en estudiantes de sexto grado [Tesis de maestría, Universidad Libre de Colombia Facultad de Educación Instituto de Postgrados] <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/15511/Andres%20>

- Zabala-Yesid%20Jaime.%20Trabajo%20de%20grado%20Maestria%20en%20Educaci%C3%B3n%202017.pdf?sequence=1&isAllowed=y Justificación del valor educativo de la Educación Física y el docente. Universidad Valencia file:///C:/Users/HEBER/Downloads/Dialnet-JustificacionDelValorEducativo-DeLaEducacionFisicaY-7397377.pdf
- Macuchi, parroquia la Esperanza, Cantón Pujilí, provincia de Cotopaxi en el periodo 2012-2013 [tesis de pregrado, Universidad Técnica de Cotopaxi, Ecuador] <http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/2256/1/T-UTC-3425.pdf>
- Navarro, M. Y. (2009). Consentimiento informado, anonimato y confidencial en investigación social. Buenos Aires - Argentina: Interamericana.
- OMS (s.f.). Actividad física <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Ramón, J. (s.f.). Actividad física. <https://jralonso.es/2017/11/15/fomento-de-la-actividad-fisica-en-la-escuela/>
- Tamayo, M. (2004) El proceso de la investigación científica. México: Limus.
- Tafur, G K. (2021). Actividad física y el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera profesional de Educación Física de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Jiménez Borja” de Tacna [Tesis de pregrado, Universidad Privada de Tacna] <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2136/Tafur-Colque-Gianpier.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- UNESCO, (2015). Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409_spa#:~:text=Reconociendo%20que%20la%20diversidad%20cultural,%2C%20tradicionales%20e%20ind%C3%ADgenes%2C%206
- Valderrama, S. (2007) Pasos para elaborar proyectos y tesis de investigación Científica. Edit. San Marcos. Lima.