

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN

**ANÁLISIS DEL RENDIMIENTO Y CONCENTRACIÓN EN ESCOLARES QUE
PRACTICAN DEPORTE EXTRACURRICULAR EN EL COLEGIO LA CONCEPCIÓN
DE LA FLORIDA**

Alex Escobar Fuentes
Stefanny Pulgar Hidalgo
Erik Rodríguez Silva

2017

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ANÁLISIS DEL RENDIMIENTO Y CONCENTRACIÓN EN ESCOLARES QUE PRACTICAN DEPORTE EXTRACURRICULAR EN EL COLEGIO LA CONCEPCIÓN DE LA FLORIDA

Reporte de investigación presentado en conformidad con los requisitos de la escuela para obtener la aprobación de la asignatura de Seminario de Grado y con ello asegurar el logro del grado de licenciado en educación.

Profesora Guía: Maribel Victoria Leiva Henríquez

Alex Escobar Fuentes
Stefanny Pulgar Hidalgo
Erik Rodríguez Silva

2017

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, y más relevante, agradecemos a nuestras familias por ser un pilar fundamental en todo el desarrollo tanto de la investigación, como del proceso académico. También debemos agradecer a todos los docentes que contribuyeron en el trabajo, transmitiendo experiencias y conocimientos en post de la formación profesional y tesis. Le damos especial mención a los Profesores Jorge Arcos Gatica, Maribel Leiva Henríquez, quienes fueron los guía de nuestra tesis, y tuvieron la mejor disposición para corregirnos y aconsejarnos.

Dentro del contexto educacional, no podemos dejar sin mención a los compañeros de carrera, especialmente a los de la misma generación; con quienes pasamos innumerables experiencias tanto académicas como sociales y fueron ánimo y alegría durante todo el desarrollo de la investigación, ayuda, consejos y soluciones compartidas de forma recíproca lo que provoca un excelente ambiente de compañerismo y trabajo.

Por último, queremos destacar y agradecer a los profesores Diego Olguín y Juan Pablo Tobar, quienes teniendo un cargo administrativo y no siendo nuestros profesores de las asignaturas cursadas los últimos años, siempre estuvieron presentes de una u otra forma colaborando y estando a disposición para resolver cualquier problema o dificultad que estuviera en sus manos.

ÍNDICE DE CONTENIDO	PÁG
INTRODUCCIÓN.....	2
CAPÍTULO I.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
1.1 ESTADO DEL ARTE	3
1.2 Preguntas de Investigación	6
1.3 Objetivos de la Investigación.....	7
1.3.1 Objetivo General	7
1.3.2 Objetivos Específicos	7
1.3.2.1	7
1.3.2.2	7
1.4 Delimitaciones del Problema.....	7
1.5 Limitaciones de la Investigación	8
1.6 Justificación.	8
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	10
2.1.- DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS	10
2.1.1 Educación extra-Curricular.....	10
2.1.2 Concentración	10
2.1.3 Deporte	11
2.1.4 Metabolismo.....	11
2.1.5 Rendimiento Escolar	12
2.1.5 Salud.....	12
2.2 – EDUCACIÓN FÍSICA Y RENDIMIENTO ESCOLAR	13
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	20
3.1 HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....	20
3.1.1 Hipótesis General	20
3.1.2 Hipótesis Específica.....	20
3.2 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	21
3.2.1 Diseño de Estudio	21

3.2.3 Muestra	21
3.2.4 Procedimiento de selección de la muestra	21
3.2.5 Técnicas de recogida de los datos:	22
3.3 INSTRUMENTOS DE RECOPIACIÓN DE DATOS	22
3.3.1 Tipo de instrumento	22
3.3.2 Descripción del instrumento.	23
3.3.3 Validación del instrumento	25
3.3.3.2.....	25
3.3.4 Entrenamiento de los encuestadores	26
3.3.5 Aplicación de los Instrumentos	26
3.4 DEFINICIÓN DE LAS VARIABLES EN ESTUDIO	26
3.4.1 Definición Operacional de la Variable Independiente	26
3.4.2 Definición Operacional de la Variable Dependiente	27
3.5 TIPO DE ANÁLISIS.....	27
3.6 MARCO ADMINISTRATIVO	27
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS.....	28
4.1 ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE DATOS	28
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y PROYECCIONES.....	38
Hipótesis Específica	39
CAPÍTULO VI: REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	41
CAPÍTULO VII: ANEXOS.....	47
Anexo 1: CUESTIONARIO DE CONCENTRACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA.....	47
Anexo 2: CARTA GANTT	53
Anexo 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO	54

RESUMEN

ANÁLISIS DEL RENDIMIENTO Y CONCENTRACIÓN EN ESCOLARES QUE PRACTICAN DEPORTE EXTRACURRICULAR EN EL COLEGIO LA CONCEPCIÓN DE LA FLORIDA

Autores: Alex Escobar, Stefanny Pulgar, Erik Rodríguez

Profesora guía: Magister Maribel Victoria Leiva Henríquez

En la presente tesis se analiza el rendimiento y concentración en escolares del cuarto año básico del colegio La Concepción de la comuna de La Florida. Estos datos se recopilan a través del cuestionario de actividad PACE que mide la cantidad de veces que se realiza actividad física por semana, el test corto de actividad física krece Plus consta de dos preguntas que se refieren a las horas semanales de actividades deportivas extraescolares y a las horas del día que se ve la televisión o se distrae con videojuegos y el registro de calificaciones de los alumnos de cuarto año básico. El cuestionario de concentración y actividad física Consiste en nueve preguntas en la cual se pide que el sujeto evalúe su actividad física y su concentración a medida que van avanzando las preguntas y el cuestionario sobre actividad física recoge información en relación a realización de ejercicio físico (actividades en el recreo, deporte extraescolar, deporte los fines de semana, etc).

Abstract

Analysis of the PERFORMANCE AND CONCENTRATION IN SCHOOL CHILDREN WHO PRACTICE SPORTS EXTRACURRICULAR ACTIVITY AT THE SCHOOL THE CONCEPTION OF THE FLORIDA

Authors: Alex Escobar, Stefanny Pulgar, Erik Rodriguez

Teacher Guide: Magister Maribel Victoria Leiva Henriquez

In this thesis analyzes the performance and concentration in school children in the fourth year of the Conception of the commune of Florida. These data are collected through the questionnaire of activity pace that measures the number of times that physical activity per week, the test short of physical activity krece Plus it consists of two questions that relate to the weekly hours of extracurricular sports activities and the hours of the day you are watching television or is distracted with video games and the registration of qualifications of students in the fourth year. The Questionnaire of concentration and physical activity consists of nine questions in which the subject is asked to assess their physical activity and their concentration as they move the questions and the questionnaire on physical activity collects information in relation to physical exercise (activities in the after-school recreation, sports, sports on the weekends, etc).

INTRODUCCIÓN

Son numerosos los estudios que han mostrado que la práctica de ejercicio físico produce beneficios a nivel óseo, articular y muscular (Ballón, y Gamboa; Trivedi, y O'Neal; Gutiérrez 2008). Igualmente, la evidencia científica sugiere que la práctica de actividad física puede mejorar las funciones cognitivas y proponer un mejor bienestar en personas que padecen de alguna enfermedad mental, como es el caso de un trastorno de ansiedad, depresión o estrés (Ramírez; Vinaccia y Ramón 2004).

La presente investigación trata de cómo el deporte extracurricular y la concentración, afectan el rendimiento escolar en los niños de cuarto básico del colegio la concepción de la florida. El objetivo general de estudio es analizar el rendimiento escolar y concentración en niños y niñas de cuarto básico que practican deporte extracurricular en el colegio la concepción de la florida. El estudio es cuantitativo de diseño experimental transeccional, la muestra es de tipo de muestra voluntaria, para recopilar datos se utiliza por medio de un test de registros, cuestionario de actividad física pace, cuestionario de concentración y actividad física y rendimiento escolar (el promedio general alcanzado hasta el primer trimestre del año 2017 por medio del rendimiento escolar). El estudio está dividido en capítulos. el primero de ellos es el planteamiento del problema, está el capítulo uno que son los objetivos de la investigación , el capítulo dos es el marco teórico, capítulo tres es el marco metodológico, el capítulo cuatro es el análisis e interpretación de datos, el capítulo quinto conclusiones y proyecciones, el capítulo sexto son las referencias bibliográficas.

CAPÍTULO I.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 ESTADO DEL ARTE

En la actualidad, el rendimiento académico es un tema que sigue suscitando un enorme interés, no sólo a nivel social y académico sino también a nivel de investigación. En particular, desde esta área, una gran variedad de estudios se han centrado en la búsqueda de aquellos factores que afectan de manera directa o indirecta al rendimiento académico de niños y adolescentes. (Fenollar, Roman & Cuestas, 2007)

La realización de actividades extraescolares ha sido asociada a un mejor nivel educativo, más competencias interpersonales, mayores aspiraciones y nivel de atención (Mahoney, Cairos & Farwer, 2003), mayor pensamiento crítico y madurez personal y social (Bauer y Liang, 2003), mayor motivación (Holloway, 2002), y en general, a grandes beneficios, que sirven de puente entre las actividades escolares y las realizadas fuera del ámbito académico (Noam, Biancarosa y Dechausay, 2003).

Holloway (2002) señala que existe una alta correlación entre la participación de los estudiantes en actividades extraescolares y un descenso en la ratio de abandonos tempranos en la escuela, tanto en chicos como en chicas. Otros estudios citados por Duncan, Gillman (2001), indicaron que los estudiantes que participaban en actividades extraescolares eran más propensos a tener un mayor logro académico y compromiso con la escuela.

En su estudio, Varela (2006) muestra cómo, en todos los casos en los que existen diferencias significativas en la habilidad percibida (deportiva o académica), el grupo de los no participantes en actividades extraescolares presentan valores más bajos que los otros grupos que sí participan. Otros estudios como el de Moriana (2006) destacan que los alumnos que desarrollan

actividades mixtas (académicas y deportivas) obtienen mejores resultados académicos en comparación con los que sólo realizaban actividades académicas. A su vez, los alumnos que realizaban actividades académicas obtuvieron mejores resultados que los que realizaban sólo actividades deportivas.

Teixeira y Kalinoski (2003), aplicaron mil cuestionarios a padres de niños escolarizados en varias escuelas deportivas. En primer término se les pregunta, por los motivos que tenían para matricular a sus hijos, y la relación entre el deporte y la escuela. Los resultados muestran que el 85.5% de los padres matriculan a sus hijos porque el deporte mejora los procesos de socialización en los niños y el 8.5%, porque desean formar futuros atletas. A la segunda pregunta, los padres responden en su mayoría, 80.9%, que la escuela como la formación en un deporte o actividad física, tiene la misma importancia, porque consideran que ambos despiertan la responsabilidad haciendo que aprendan a dividir su tiempo, trabajar en grupo e incorporar normas. Solo una pequeña parte de los padres encuestados plantean que el deporte o actividad física entorpece el rendimiento escolar.

No solo la Educación Física ayuda a mejorar el rendimiento, también una mejor calidad de vida. Esto ocurre en casi todos los países, como Estado Unidos una muestra de adolescentes concluyó que la participación en clubes escolares y deportes organizados estaban directamente asociados con mejores índices de ajuste académico, psicológico, menores niveles de uso de alcohol y drogas. A partir de esto, sugieren que el aumento en la realización de actividades físicas colabora en la prevención de enfermedades del estado de ánimo y también ayuda a disminuir los síntomas de depresiones ya establecidas en las adolescentes. Trudeau & Shephard (2008) concluyeron que aumentar las horas de educación física en un contexto curricular, puede mejorar el rendimiento académico de los alumnos, ya que aumenta la capacidad de concentración,

memoria y correlaciona con un mejor comportamiento en la sala de clases, así como con un mejor rendimiento cognitivo e intelectual. Este tipo de actividades aumentan el compromiso con el colegio y mejoran la autoestima, los que de manera indirecta, afectan fuertemente el logro académico.

Dentro de las múltiples situaciones y agentes relacionados que pueden incidir en los conceptos estudiados, se encuentran las diversas actividades que realizan los alumnos, tanto dentro como fuera del centro escolar. Las actividades extraescolares han sido asociadas a un mejor nivel educativo, más competencias interpersonales, mayores aspiraciones y nivel de atención (Mahoney, Cairns & Farwer, 2003), mayor pensamiento crítico y madurez personal y social (Bauer & Liang, 2003), mayor motivación, y en líneas generales, aportando grandes beneficios que sirven de puente de unión entre las actividades escolares y las realizadas fuera del ámbito académico (Noam, Biancarosa & Dechausay, 2003)

Esta situación ha derivado en la utilización de forma casi masiva en nuestra sociedad, de actividades fuera del horario escolar que apoyen, complementen y potencien no solo el rendimiento escolar del alumno, sino también su propio desarrollo personal y otros aspectos como el ocio, la salud, los valores, etc. Dichas actividades suelen agruparse en dos tipos bien diferenciados: por un lado las actividades extraescolares (actividades realizadas de forma externa fuera del currículum escolar) y las extracurriculares (actividades desarrolladas dentro del ámbito escolar como complemento para el alumno y generalmente dependientes del centro). No obstante, a pesar de estas diferencias, ambos conceptos suelen ser utilizados frecuentemente, y popularmente son utilizados como sinónimos aunque sus diferencias pueden ser notables, ya que en el primer caso dependen de manera casi exclusiva de los padres, y en el segundo suelen ser planificadas y desarrolladas por y desde los mismos centros educativos.

En la investigación que realiza Cocke (2002), se determinó que al aumentar el nivel de sustancias por la vaso dilatación, mantiene activa a las neuronas por la mayor oxigenación y el constante transporte de éste, que tiene un funcionamiento óptimo y los niveles de concentración se duplican al realizar deporte extracurricular y así mejorar el rendimiento académico. Cocke (2002), indica que tres de los estudios presentados en la sociedad de neurología en el año 2001, sugieren que el ejercicio regular puede mejorar el funcionamiento cognoscitivo y aumentar, en el cerebro, los niveles de las sustancias responsables del mantenimiento de la salud de las neuronas.

También se conoce que al realizar actividad Física ayuda la parte cognitiva, ayuda al proceso de la sinapsis por lo que se puede evidenciar una mejor conexión de ideas y procesos de aprendizajes. “Desde hace bastante tiempo, se presumía que la actividad física podría tener relación con una mejoría de los procesos cognitivos que tienen su origen en el cerebro, pero gracias a una serie de estudios desarrollados por la Universidad de Illinois, en los Estados Unidos, esta suposición terminó siendo una comprobación empírica, que arrojó como resultado que, efectivamente, a mayor actividad aeróbica, menor degeneración. (Kalinowski, & Teixeira 2003)

1.2 Preguntas de Investigación

¿Tiene alguna incidencia el deporte extra curricular en la capacidad de concentración y el rendimiento escolar de los niños de cuarto básico del colegio La Concepción de La Florida?

¿Las niñas o los niños que practican deporte extra curricular tienen mejor capacidad de concentración y rendimiento escolar?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo General

Analizar el rendimiento escolar y concentración en niños y niñas de cuarto básico que practican deporte extracurricular en el Colegio La Concepción de La Florida.

1.3.2 Objetivos Específicos

1.3.2.1 Determinar el rendimiento escolar y la capacidad de concentración en los niños de cuarto año básico que practican o no deporte extracurricular en el colegio La Concepción de La Florida.

1.3.2.2 Identificar si existen mejoras en el rendimiento escolar y la capacidad de concentración en los niños de cuarto año básico que practican o no deporte extra curricular.

1.4 Delimitaciones del Problema.

1.4.1 **Fijar los límites temporales del problema:** La investigación se lleva a cabo durante los meses de abril y junio.

- 1.4.2 **Establecer los límites espaciales:** El estudio se lleva a cabo en el colegio La Concepción ubicado en García Hurtado de Mendoza 7848, La Florida.
- 1.4.3 **Delimitación poblacional:** El estudio se realizó en niños de un rango de edad entre 8 a 9 años.
- 1.4.4 **Contexto:** Los alumnos del cuarto básico tienen una permanencia en el colegio desde pre – kínder, la mayoría de los escolares tienen un nivel socioeconómico alto, realizan deporte en otras instancias fuera del colegio y también realizan los talleres del colegio.

1.5 Limitaciones de la Investigación

Una limitación de la investigación fue que los escolares perdían el consentimiento informado que iba a ser entregado a sus padres y la otra limitación es que los días que se iban a hacer los test tenían prueba coeficiente 2 de diferentes ramos.

1.5.1 Limitación temporal: El estudio tendrá una extensión 5 meses, desde el mes de marzo a julio del 2017.

1.5.2 Limitación espacial: El Colegio La Concepción está ubicado en Calle García Hurtado de Mendoza 7848 de la comuna de La Florida.

1.5.3 Limitación poblacional: Niños de cuarto básico del colegio La Concepción en la comuna de La Florida.

1.6 Justificación.

Éste estudio se realiza con el objetivo de analizar que traen consigo la práctica deportiva extra curricular, contextualizado en la realidad del colegio en la cual no existe un estudio similar. Por otro lado, los resultados y conclusiones

que se puedan obtener de ésta investigación, pueden servir y ser útiles para para tomar decisiones acerca de cuán importante es promover y estimular con mayor énfasis la práctica deportiva en los planes de estudio.

Mediante los datos, analizar la influencia que tiene el deporte extracurricular con la concentración y el rendimiento escolar, si tiene incidencia en estos dos ámbitos de manera positiva, y si causa un impacto en el curso de cuarto básico. Dar a conocer los resultados para fomentar la integración de más talleres extracurriculares en el Colegio La Concepción de La florida, para que los alumnos tengan un mejor desempeño y como resultado final el colegio tenga un buen resultado a nivel de rendimiento escolar.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1.- DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

2.1.1 Educación extra-Curricular

El Ministerio de Educación (MINEDUC, 2016) define a la Educación Extraescolar como el conjunto de acciones educativas, recreativas de tiempo libre, que se origina por la práctica orientada y organizada de actividades deportivas, artísticas, científicas, cívico – sociales y de medio ambiente, y en general de todas aquellas que, en función de los fines y objetivos de la Educación Nacional, contribuyen al desarrollo de la persona, mediante un proceso de creación y recreación permanente.

Collins (2012) definió la Educación Extraescolar como los principios de libre elección, adscripción y participación, pasa a constituir un espacio educativo innovador e integrador, que contribuye eficientemente a la formación del niño. Además, permite que desarrolle habilidades y competencias necesarias para su éxito en los requerimientos del aula y de su diario vivir.

2.1.2 Concentración

La concentración para Moría (2017) es la capacidad para fijar la atención sobre una idea, un objeto o una actividad de forma selectiva, sin permitir que en el pensamiento entren elementos ajenos a ella.

Para Raquel (2003) la concentración es un proceso voluntario mediante el cual centramos toda la atención en un objetivo concreto. Es fundamental para

el aprendizaje y la concentración es posible entrenarla, ejercitarla y desarrollarla.

2.1.3 Deporte

Para Merino & Pérez (2012) deporte es la práctica de un ejercicio físico regulado y competitivo. El deporte puede ser recreativo, profesional o como una forma de mejorar la salud.

Moriana (2006) deporte es una situación motriz de competición, reglada, de carácter lúdico e institucionalizado.

2.1.4 Metabolismo

Dowshen (2015) definió que es una transformación de la energía que contienen los alimentos que ingerimos en el combustible que necesitamos para todo lo que hacemos, desde movernos hasta pensar o crecer. Proteínas específicas del cuerpo controlan las reacciones químicas del metabolismo, y todas esas reacciones químicas están coordinadas con otras funciones corporales. De hecho, en nuestros cuerpos tienen lugar miles de reacciones metabólicas simultáneamente, todas ellas reguladas por el organismo, que hacen posible que nuestras células estén sanas y funcionen correctamente.

Steven (2015) señala que el metabolismo es un proceso constante que empieza en el momento de la concepción y termina cuando morimos. Es un proceso vital para todas las formas de vida no solo para los seres humanos. Si se detiene el metabolismo en un ser vivo, a este le sobreviene la muerte.

Para Aliza (2017) el metabolismo es un conjunto de procesos físicos y químicos que ocurren en las células y que convierten a los nutrientes de los alimentos en la energía necesaria para que el cuerpo cumpla con todas sus

funciones vitales, como respirar, hacer la digestión, hacer circular la sangre, mantener la temperatura corporal y eliminar los desechos (a través de la orina y las heces).

2.1.5 Rendimiento Escolar

Para Navarro (2003) el rendimiento escolar es el resultado del aprendizaje suscitado por la actividad didáctica del profesor y producido en el alumno.

Martínez (2007), desde un enfoque humanista, señala que el rendimiento escolar es el producto que da el alumnado en los centros de enseñanza y que habitualmente se expresa a través de las calificaciones escolares.

Pizarro (1985) refiere rendimiento escolar como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación.

Torres & Rodríguez (2011) definen el rendimiento escolar como el nivel de conocimiento demostrado en un área o materia, comparado con la norma, y que generalmente es medido por el promedio escolar.

2.1.5 Salud

Para Organización Mundial de la Salud (OMS 2017), la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

Meique (2017) define salud como un estado que se caracteriza por tener una capacidad anatómica, fisiológica y psicológica para llevar a cabo la valoración personal, en el trabajo y dentro de las funciones de la comunidad.

2.2 - EDUCACIÓN FÍSICA Y RENDIMIENTO ESCOLAR

Moriana (2006) realizó una investigación de la influencia que pueden ejercer las actividades extraescolares (escolares y/o deportivas) en el rendimiento académico de alumnos. Un grupo realiza actividades extraacadémicas y el segundo no las realiza. Se utiliza un análisis de varianza para contrastar si existen diferencias significativas en el rendimiento entre ambos grupos. Los resultados indican que el grupo que realiza actividades fuera del horario escolar obtienen mejor resultado académico.

Moriana (2006) Además los alumnos que desarrollan actividades mixtas (académicas y deportivas) obtienen mejores resultados académicos en comparación con los que sólo realizaban actividades académicas.

En las investigaciones de Carmona, Rodríguez y Carmen (2011), compararon el tipo de actividades extraescolares y las diferencias en rendimiento, los resultados principales muestran que los alumnos que realizaban actividades de tipo académico obtuvieron mejores resultados en un número mayor de materias de rendimiento que aquellos que realizaban actividades extraescolares no académicas. Estos datos apoyan previos estudios en los que se comparó en general las actividades extraescolares relacionadas o no con el currículum y el rendimiento. Sin embargo, es relevante destacar que actividades como música y deportes marcaron ciertas diferencias en el rendimiento de los alumnos. Recientes estudios han demostrado que existe una

correlación directa entre práctica de la música y un rendimiento positivo en materias escolares, especialmente en el caso de los niños y adolescentes que estudian música en conservatorios o escuelas musicales, destacando en el área de matemáticas y obteniendo los mejores resultados académicos. En cuanto a la actividad física, los jóvenes tienden a mostrar un mejor funcionamiento del cerebro, niveles más altos de concentración y una mejora de los procesos de aprendizaje.

Para Linder (2016) hacer deporte ayuda no solo al cuerpo sino que al cerebro en los procesos cognitivos y que al aumentar las horas pedagógicas incrementa el cansancio, por lo tanto el niño no piensa eficientemente y no toma 100% atención en la clase, pero si se disminuye las horas pedagógicas y se incorpora recreación por ejemplo deporte extracurricular mejora considerablemente el rendimiento dentro del aula. La función del cerebro puede también estar beneficiada indirectamente por la actividad física, debido a la generación creciente de la energía a partir del tiempo que permanecen fuera del salón de clase; el incremento de los niveles de energía, puede disminuir el aburrimiento de los niños en este, provocando mayores niveles de atención, cuando regresan a ellos a recibir instrucciones.

Ramírez, Vinaccia & Ramón (2004) presenta una serie de investigaciones que hacen evidente los beneficios que el deporte tiene en cuanto a procesos de socialización, mentales, rendimiento escolar y mejoramiento de la calidad de vida de las personas que lo practican. Se refiere directamente al rendimiento escolar y actividad física, se expone que se ha encontrado una relación positiva entre la práctica de la actividad física y el rendimiento académico en varios estudios realizados por el departamento de educación del estado de California en los EE.UU. (Dwyer, Linder, Shephard, & Tremblay 2002) que apoyan la idea de que el dedicar un tiempo sustancial a actividades físicas en las escuelas,

puede traer beneficios en el rendimiento académico de los niños, e incluso sugieren que existen beneficios de otro tipo, comparados con los niños que no practican deporte. En Madrid, España, Miquel (1998), del porque los niños tienen menos oportunidades de ser físicamente activos y de desarrollar las habilidades motoras básicas. Miquel (1998) realizó un estudio para investigar la relación entre la capacidad rítmica y el rendimiento académico en los primeros grados. Los resultados apoyaron una relación entre los logros académicos y las habilidades motoras de mantener un golpeteo constante. También son respaldados por Gerón (1996), quien divulga en sus discusiones que la sincronización de los niños se encuentra relacionada positivamente con los logros en la escuela, específicamente en las matemáticas y la lectura. Los jóvenes que practican actividad adicional a la contemplada en los programas de formación en las escuelas tienden a mostrar mejores cualidades como un mejor funcionamiento del cerebro; en términos cognitivos, niveles más altos de concentración de energía, cambios en el cuerpo que mejoran la autoestima, y un mejor comportamiento que incide sobre los procesos de aprendizaje (Dwyer, et al. 2002). Las cualidades del cerebro que se mejoraron se asociaron a la actividad física regular y consisten en el alto flujo de sangre que recibe el órgano, los cambios en los niveles hormonales, la asimilación de los nutrientes, y la mayor indica que tres de los estudios presentados en la sociedad de neurología en el año 2001, sugieren que el ejercicio regular puede mejorar el funcionamiento cognoscitivo y aumentar, en el cerebro, los niveles de las sustancias responsables del mantenimiento de la salud de las neuronas. La función del cerebro puede también estar beneficiada indirectamente por la actividad física debido a la generación creciente de la energía a partir del tiempo que permanecen fuera del salón de clase; el incremento de los niveles de energía en esta situación puede disminuir la aburrición de los niños en el salón,

provocando mayores niveles de atención cuando regresan a recibir instrucciones. (Linder, 2016)

La Organización Mundial de la Salud (OMS 2017) Se ve reflejado en los resultados que arroja el Índice de Masa Corporal (IMC), las pruebas de rendimiento muscular como estas patologías afecta al momento de ejecutar una acción motora, en comparación a años anteriores y esto conlleva a mejorar la flexibilidad, ya que el 70% no está en niveles óptimos para hacer un movimiento adecuado y extensiones musculares

El Estudio Nacional de Educación Física (2016) en Santiago de Chile reveló que el 45%, es decir, 4 de cada 10 estudiantes presenta sobrepeso u obesidad y 2 de cada 10, es decir el 25%, un perímetro de cintura que indica riesgo cardiovascular y metabólico. En comparación al 2014, se observa un aumento significativo de 4 puntos en obesidad y un descenso de 4 puntos en la categoría normal”

En otro artículo de la OMS (2017) No solo mejora el rendimiento académico el hacer deporte extracurricular, ayuda a prevenir otras patologías en el niño, por lo cual no está demás mencionar el sedentarismo que de cierta forma influye en la salud de los niños a esa edad de 10 años, son cosas que no se cuida a largo plazo se vería afectado su salud de una forma más severa. “Los padres interesados en el éxito de la salud y académico de sus hijos, se centran en el aumento de la prevalencia de diversas patologías metabólicas en las que el comportamiento sedentario juega un papel etiológico fundamental, por ejemplo, la obesidad y la diabetes tipo 2, ambos de los cuales están empezando a una edad cada vez más joven”.

Desde hace bastante tiempo, se presumía que la actividad física podría tener relación con una mejoría de los procesos cognitivos que tienen su origen

en el cerebro, pero gracias a una serie de estudios desarrollados por la Universidad de Illinois, en los Estados Unidos, esta suposición terminó siendo una comprobación empírica, que arrojó como resultado que, efectivamente, a mayor actividad aeróbica, menor degeneración. (Kalinowski & Teixeira, 2003)

Raphael (2012) es un español, que se preocupa por la disminución de deporte extracurricular y el aumento de materias (contenidos), no solo disminuirá su rendimiento sino que estará propenso a distintas enfermedades que con lleva este tipo de sedentarismo. Miquel (1998), estudió la relación entre la actividad física y la capacidad cognoscitiva. El autor se preocupa de que los niños estén teniendo menos oportunidades de ser físicamente activos y de desarrollar las habilidades motoras básicas.

Los niños presentan un mejor índice de concentración en diferentes asignaturas por el hecho de realizar actividad física y también reafirman su autoestima por socializar con sus pares e insertarse a un mundo de competencia y colaboración sea cual sea el deporte que esté realizando el niño. “Los jóvenes que practican actividad adicional a la contemplada en los programas de formación en las escuelas, tienden a mostrar mejores cualidades tales como: mejor funcionamiento del cerebro, en términos cognitivos, niveles más altos de concentración de energía, cambios en el cuerpo que mejoran la autoestima, y un mejor comportamiento, que incide sobre los procesos de aprendizaje. (Dwyer, et al. 2002)

En la actualidad existen diversas investigaciones que se dirigen a encontrar explicaciones del bajo rendimiento académico, las cuales van desde estudios exploratorios, descriptivos y correlacionales hasta estudios explicativos; si bien es cierto que resulta una tarea ardua localizar investigaciones específicas que describan o expliquen la naturaleza de las variables asociadas al éxito o fracaso académico, también es verdad que el

acervo teórico y bibliográfico para sustentar una investigación de ésta naturaleza resulta enriquecedor; por lo cual se describen a continuación algunas de ellas.

Probablemente una de las dimensiones más importantes en el proceso de enseñanza aprendizaje lo constituye el rendimiento académico del alumno. Cuando se trata de evaluar el rendimiento académico y cómo mejorarlo, se analizan en mayor o menor grado los factores que pueden influir en él, generalmente se consideran, entre otros, factores socioeconómicos, la amplitud de los programas de estudio, las metodologías de enseñanza utilizadas, la dificultad de emplear una enseñanza personalizada, los conceptos previos que tienen los alumnos, así como el nivel de pensamiento formal de los mismos (Benítez, Giménez & Osicka, 2000), sin embargo, Jiménez (2000) refiere que “se puede tener una buena capacidad intelectual y una buenas aptitudes y sin embargo no estar obteniendo un rendimiento adecuado”, ante la disyuntiva y con la perspectiva de que el rendimiento académico es un fenómeno multifactorial es como iniciamos su abordaje.

No obstante Laure y Binsinguer (2008) se interesaron sobre los efectos de la actividad física y deportiva extraescolar sobre el rendimiento académico, pudiendo comprobar que el promedio académico era mayor entre los que practicaban actividad física regularmente, y dando más importancia a la frecuencia que a la cantidad de horas diarias. Morales (2011) que concluye que los sujetos que practicaban alta y moderada cantidad de actividad física tenían mejor rendimiento académico que los que realizaban menos actividad física. Sobre la frecuencia, So (2012) también realizó un estudio cuyo objetivo era investigar los efectos de diversos tipos de frecuencia de actividad física sobre rendimiento académico en adolescentes y se corroboraron los resultados de estudios anteriores, que los alumnos que realizaban entre 2 y 4 días a la semana

actividad física tenían mayor probabilidad de tener un alto rendimiento académico que los que no participaban regularmente y además se pudo observar una relación negativa entre la práctica de ejercicios de fuerza con el rendimiento académico

No sólo la actividad física es positiva para el rendimiento académico sino que la actividad extraescolar también se relaciona con esta variable. Estudios previos han obtenido datos que corroboran que actividad física extraescolar va de la mano del rendimiento académico y además de la motivación académica, los resultados demostraron que los adolescentes practicantes de Actividad física y deportiva extraescolar obtienen medias académicas significativamente mayores en las tres materias que se analizaron (matemáticas, lenguaje y educación física)(González & Portolés, 2013).

CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO

3.1 HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.1 Hipótesis General

H₁: El deporte extra curricular tiene incidencia en la capacidad de concentración y el rendimiento escolar de los niños de cuarto básico del colegio La Concepción de La Florida.

H₀: El deporte extra curricular no tiene incidencia en la capacidad de concentración y el rendimiento escolar de los niños de cuarto básico del colegio La Concepción de La Florida.

3.1.2 Hipótesis Específica

H₁: Las niñas y niños que practican deporte extra curricular del cuarto año básico del Colegio La Concepción de La Florida tienen una mayor capacidad de concentración y rendimiento escolar que los que no practican deporte extra-curricular.

H₀: Las niñas y niños que practican deporte extra curricular del cuarto año básico del Colegio La Concepción de la Florida no tienen mejor capacidad de concentración y rendimiento escolar que los que no practican deporte extra-curricular.

3.2 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

3.2.1 Diseño de Estudio

Estudio cuantitativo de diseño no experimental transeccional.

3.2.2 Población y Muestra

La población de estudio establecida será de 14 niños y niñas del cuarto básico del Colegio La Concepción, La Florida.

3.2.3 Muestra

Tipo de muestra voluntaria

3.2.4 Procedimiento de selección de la muestra

La muestra es no al azar.

3.2.4.1 Criterios de selección

El criterio de inclusión de la muestra, fueron los alumnos y alumnas del cuarto básico y los padres y/o apoderados que firmaron consentimiento informado y que participen del talleres extracurriculares.

3.24.2 Criterios de exclusión

El criterio de exclusión de la muestra, fueron los niños cuyos padres no firmaron consentimiento informado y no participe en algún taller deportivo extra curricular impartido por el colegio La Concepción de La Florida.

3.2.5 Técnicas de recogida de los datos:

La técnica de recogida de los datos se realiza por medio de un test de registros, Cuestionario de actividad física PACE, Cuestionario de concentración y actividad física y rendimiento escolar (el promedio general alcanzado hasta el primer trimestre del año 2017 por medio del rendimiento escolar).

3.3 INSTRUMENTOS DE RECOPIACIÓN DE DATOS

3.3.1 Tipo de instrumento

- Test corto de actividad física Krece Plus.
- Cuestionario de actividad física PACE.
- Cuestionario de concentración y actividad física.
- Rendimiento escolar.

3.3.2 Descripción del instrumento.

El test corto de Krece Plus consta de dos preguntas que se refieren a las horas semanales de actividades deportivas extraescolares y a las horas del día que se ve la televisión o se distrae con videojuegos (Serra & Aranceta, 2003). Cada pregunta se evalúa en una escala tipo Likert de seis posibles respuestas y una puntuación de 0 a 5.

¿Cuántas horas ves la televisión o juegas a videojuegos Diariamente de promedio?		¿Cuántas horas dedicas a actividad deportiva fuera del colegio semanalmente?	
Puntuación	Horas	Puntuación	Horas
5	0	5	0
4	1	4	1
3	2	3	2
2	3	2	3
1	4	1	4
0	+5	0	+5

Varones	Mujeres
≤ 5	≤ 4
6-8	5-7
≥ 9	≥ 8

Malo: debes plantearte tu estilo de vida seriamente
Regular: reduce las horas de televisión y haz más deporte
Bueno: sigue así

El instrumento PACE (Evaluación y asesoramiento médico para el ejercicio) de actividad física para adolescentes (Prochaska, Sallis, & Long, 2001) está compuesto de dos preguntas, valora cuántos días en la última semana y en una semana habitual el adolescente realiza al menos 60 minutos de actividad física. Los participantes responden en una escala de 0 a 7 posibilidades.

<p>Cuestionario de actividad física PACE</p>	<p>Actividad física es cualquier actividad que incrementa tu ritmo cardiaco y hace que se acelere tu respiración. Actividad física se puede realizar haciendo deporte, jugando con amigos, o caminando al colegio. Algunos ejemplos de actividad física son correr, caminar de forma vigorosa, montar en patines o monopatín, bailar, nadar, fútbol, baloncesto, voleibol, balonmano. No incluyas el tiempo en las clases de educación física escolar</p> <p>1. En los últimos 7 días, ¿Cuántos días hiciste actividad física 60 minutos o más? 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 días</p> <p>2. En una semana normal, ¿Cuántos días haces actividad física 60 minutos o más? 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 días</p>
--	--

Cuestionario de concentración y actividad física: Consiste en nueve preguntas en la cual se pide que el sujeto evalúe su actividad física y su concentración a medida que van avanzando las preguntas. El cuestionario sobre actividad física recoge información en relación a realización de ejercicio físico (actividades en el recreo, deporte extraescolar, deporte los fines de semana, etc.) y a actividades de carácter sedentario (ordenador, consola y televisión). (Anexo1

Rendimiento escolar: se evalúa por medio de las calificaciones de los alumnos, estas serán de la asignatura matemáticas y lenguaje que corresponden a las notas finales del curso del primer trimestre.

3.3.3 Validación del instrumento

3.3.3.1 El Test Corto de Actividad Física Krece Plus ha sido validado en muestras de 4 a 14 años obteniendo correlaciones estadísticamente significativas de $r = .30$ con un indicador de actividad física en el tiempo libre (Gómez, 2009). El Cuestionario de actividad física PACE se creó en el 1990, se modificó el año 2001 y por ende fue validado para adolescentes.

3.3.3.2 Cuestionario de actividad física PACE El cuestionario mostró correlaciones de $r = .40$ frente a las medidas antropométricas, así como una fiabilidad test-retest evaluada a través del coeficiente de correlación intraclass (CCI) de $.77$.

3.3.3.3 Cuestionario de concentración y actividad física: Los datos del cuestionario debe valorarse sobre una escala Likert de 5 puntos (1: mucho menos; 5: mucho más). Entre chicos y chicas de 9-10 años de edad (Sallis et al., 1993). Se modificó en el año 2003 en Escuela de ciencias de California.

3.3.3.4 Rendimiento escolar: Para evaluar el rendimiento escolar se utilizaron las calificaciones de dos de las asignaturas (matemáticas y lenguaje) de los alumnos correspondientes a las notas finales del Trimestre académico Junio 2017. Las notas de cada una de las asignaturas eran tomadas en una escala de 0 a 10 puntos.

3.3.4 Entrenamiento de los encuestadores

Se investigó información en la página web de la OMS y también sobre los test y el cómo abordar las problemática que afectan a los niños y niñas del cuarto año básico del primer semestre del colegio La Concepción de La Florida

3.3.5 Aplicación de los Instrumentos

Al momento de realizar el test corto de Actividad Física Krece Plus, el cuestionario de actividad física PACE, el cuestionario de concentración y actividad física y el rendimiento escolar, no hubo ningún inconveniente ya que se dieron todas las condiciones para que los alumnos pudieran realizar los instrumentos de evaluación de manera concentrada y ordenada.

3.4 DEFINICIÓN DE LAS VARIABLES EN ESTUDIO

3.4.1 Definición Operacional de la Variable Independiente

El establecimiento educacional “Colegio La Concepción” de la comuna de La Florida al que asisten los niños y niñas de cuarto básico.

3.4.2 Definición Operacional de la Variable Dependiente

Estado de rendimiento escolar y concentración de los alumnos del cuarto año básico.

3.5 TIPO DE ANÁLISIS

Análisis Matemático, se analiza la relación directamente o indirectamente proporcional de mayor práctica deportiva y mayor o menor rendimiento académico. Se usa el test corto de actividad física Krece plus que cuenta de dos preguntas que tendrá su puntuación según el número que marque el alumno y el cuestionario de actividad física PACE cuenta de dos enumeradas del 0 al 7, cada número tiene un valor. El Test y la encuesta tiene un valor, con este valor se podrá sacar el resultado final.

3.6 MARCO ADMINISTRATIVO

La Carta Gantt comenzara las actividades en la primera y segunda semana de abril en donde se tomarán las medidas antropométricas de los alumnos, esta se piden por rutina en las clases de Educación Física. En la quincena de mayo se entrega a los alumnos el consentimiento informado que deben entregar a los padres, el plazo de entrega del consentimiento informado es desde la segunda quincena de mayo hasta primera quincena de junio.

(anexo 2)

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

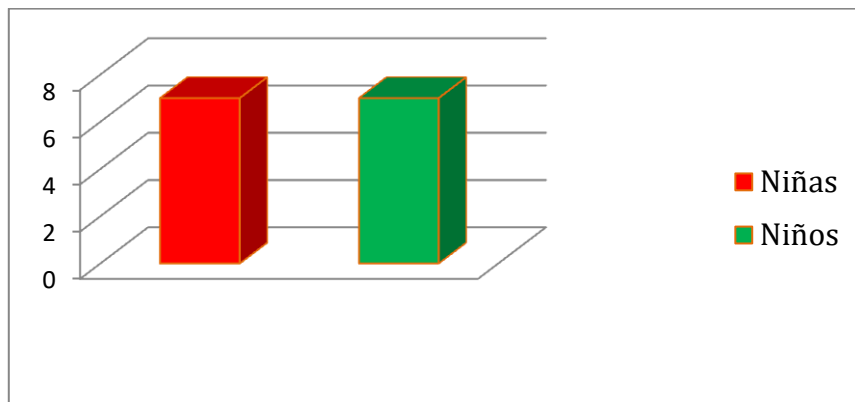
4.1 ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE DATOS

En la tabla 2 y figura 1 se observa la cantidad de niños y niñas que se tomaron de la muestra del estudio. En la investigación, se tomaron como muestra de ésta, la misma cantidad de damas como de varones como en la columna del lado izquierdo, se denomina el género y total, y en la columna del lado derecho la cantidad específica de damas, varones y el total. Mientras que en el gráfico de barras de específica la misma igualdad en cuanto al género.

TABLA 2 : Cantidad de niños.

Datos	Cantidad
Niñas	7
Niños	7
Total	14

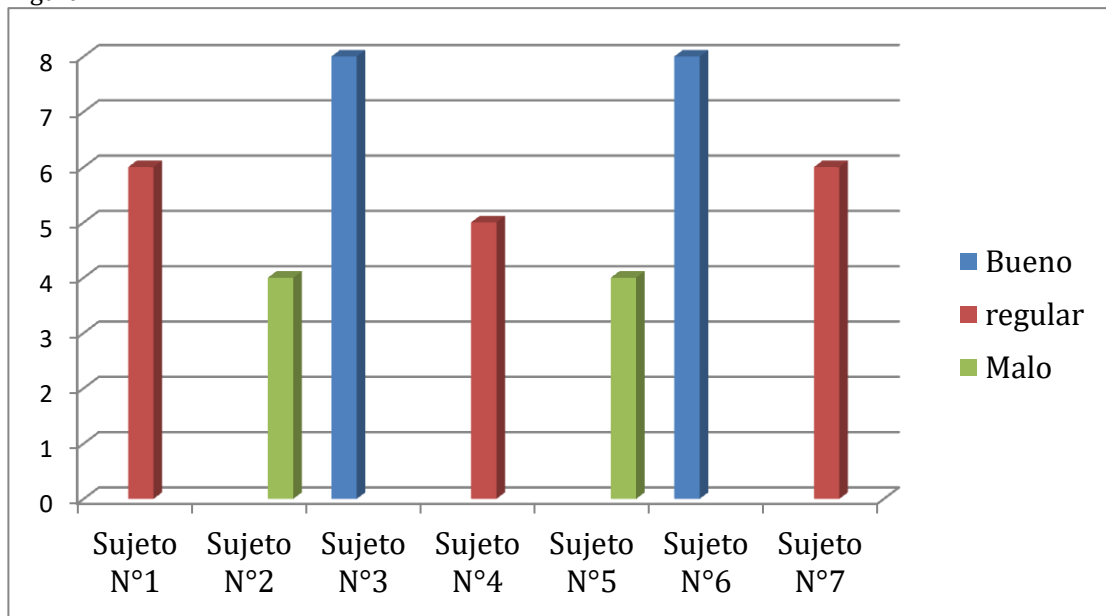
Figura 1



En la tabla 3 y figura 2 se observa la puntuación y resultados que obtuvieron las damas del cuarto año básico en Test corto de Plus. Como se puede apreciar en ambas, el número total de la muestra son 14 alumnos. Y por cada género hay 7 damas y 7 varones. Por lo que se puede apreciar solo son datos de las alumnas del curso, en este test se dividió en tres categorías: bueno, regular y malo. Donde 2 alumnas alcanzaron la categoría de Bueno, tres la categoría de Regular y dos alumnas la categoría de Malo. El sujeto número N°1 teniendo 6 puntos, obtuvo una clasificación “Regular”, mientras que el sujeto N°2 alcanzo una puntuación de 4, lo que lo encasillo en el rango de “Malo”. El N°3, fue uno de los sujetos de la muestra que mejor puntuación logró alcanzando los 8 puntos, logrando quedar en la categorización de “Bueno”. El N°4 obtuvo 5 puntos lo que le alcanzo para el rango de “Regular”. El N°6 fue el otro caso dentro de las damas que quedo en la categorización de “Bueno” al alcanzar los 8 puntos. Y por último el N°7, alcanzó los 6 puntos con lo que quedo en el rango de “Regular”.

TABLA 3 Damas	Puntuación	Resultados
Sujeto N°1	6	Regular
Sujeto N°2	4	Malo
Sujeto N°3	8	Bueno
Sujeto N°4	5	Regular
Sujeto N°5	4	Malo
Sujeto N°6	8	Bueno
Sujeto N°7	6	Regular

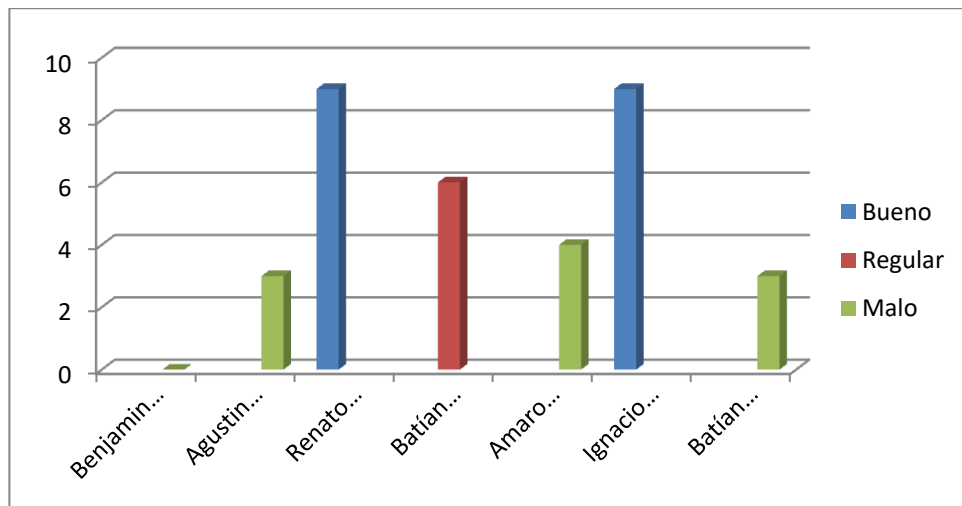
Figura 2



En la tabla 4 y figura 3 se observa los puntajes y resultados obtenidos en los varones del cuarto año básico en Test corto de Plus. En donde los resultados específicos quedaron de la siguiente manera: El sujeto N°1 tuvo 0 punto quedando en el rango de “Malo”. El sujeto N°2 de la muestra de varones alcanzo los 3 puntos, quedando en la categorización de “Malo”. El sujeto N°3, logro una puntuación de 9, lo que lo encasillo en “Bueno”. El sujeto N°4 alcanzó los 6 puntos, con lo que alcanzo el rango de “Regular”. El N°5 logro una puntuación de 4 puntos con lo que quedo categorizado en el rango de “Malo” al igual que el sujeto N°7. Por último, el sujeto N°6, alcanzo una puntuación de 9 y quedo categorizado en el rango de “Bueno”.

TABLA 4 : VARONES	Puntaje	Resultados
Sujeto N°1	0	Malo
Sujeto N°2	3	Malo
Sujeto N°3	9	Bueno
Sujeto N°4	6	Regular
Sujeto N°5	4	Malo
Sujeto N°6	9	Bueno
Sujeto N°7	3	Malo

Figura 3



Se observa el IMC de cada sujeto, desde el más bajo (16,56) hasta más el alto (26,2).

Los sujetos 2 y 14 son los más afectados por la medida del IMC superando uno de 23,3 y el otro 26,2. Según la OMS ellos estarían en la categoría de Obesidad (obeso), mientras que el sujeto N°1 tiene un IMC de 16,56 catalogándola como peso saludable (PS). También cabe destacar, que los sujetos del N°1 al N°7 son las 7 damas de la muestra. Mientras que los sujetos desde el N°8 al N°14 son varones.

Tabla 5: Datos de los catorce sujetos; peso, talla e IMC.

Nombre	Talla	Peso	IMC
Sujeto N°1	1,39	32	16,56
Sujeto N°2	1,41	52	26,2
Sujeto N°3	1,52	41	17,7
Sujeto N°4	1,38	32	16,8
Sujeto N°5	1,50	44	19,6
Sujeto N°6	1,54	41	17,3
Sujeto N°7	1,46	38	17,8
Sujeto N°8	1,40	42	21,4
Sujeto N°9	1,36	40	21,6
Sujeto N°10	1,50	49	17,8
Sujeto N°11	1,34	35	19,5
Sujeto N°12	1,50	48	21,3
Sujeto N°13	1,46	39	18,3
Sujeto N°14	1,42	47	23,3

Figura 4

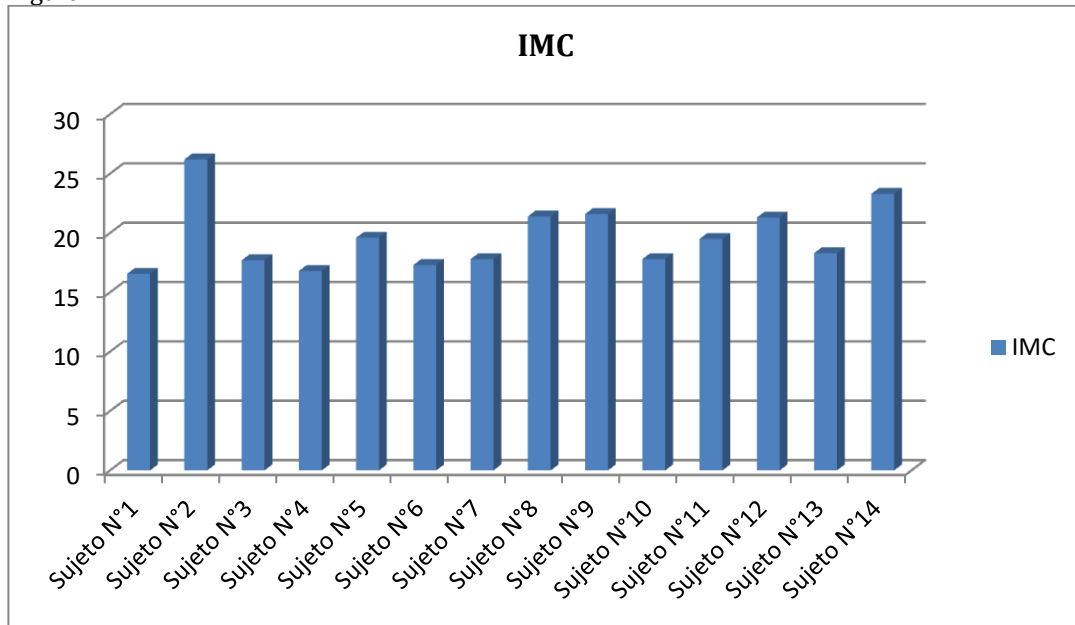


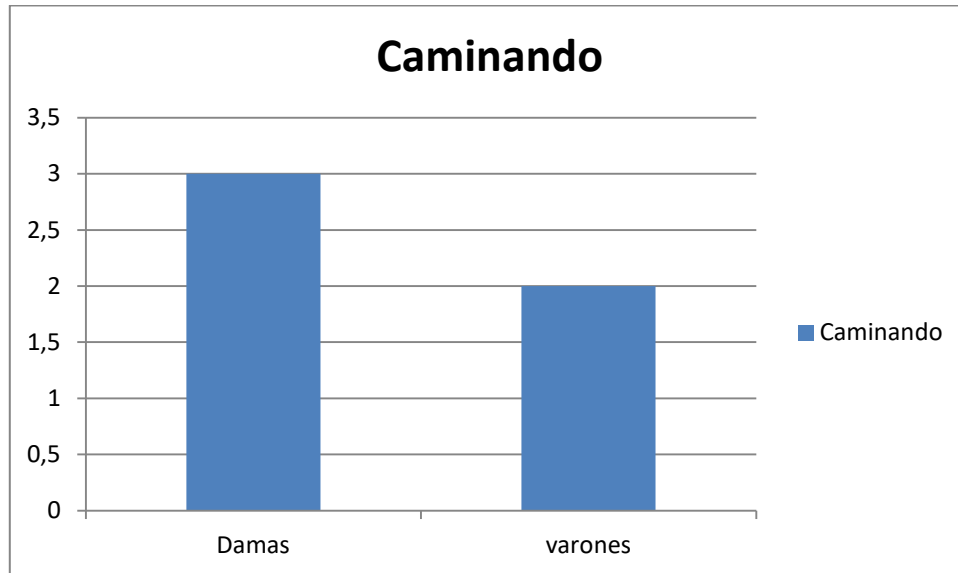
Tabla 6:

1. Habitualmente, ¿Cómo vas al colegio?

La pregunta fue sencilla para los sujetos, como se puede ver la mayoría de los alumnos (Niñas) se van caminando al colegio y demorar entre 10 a 15 minutos en llegar al establecimiento. Por parte de los varones se puede ver que solo dos sujetos caminan al colegio. De ésta forma se puede determinar que el 35,71% de toda la muestra, entre damas y varones, se van al colegio caminando.

Caminando (10 a 15 minutos)	
Varones	Damas
Sujeto N°9	Sujeto N°5
Sujeto N°12	Sujeto N°4
	Sujeto N°6

Figura 5

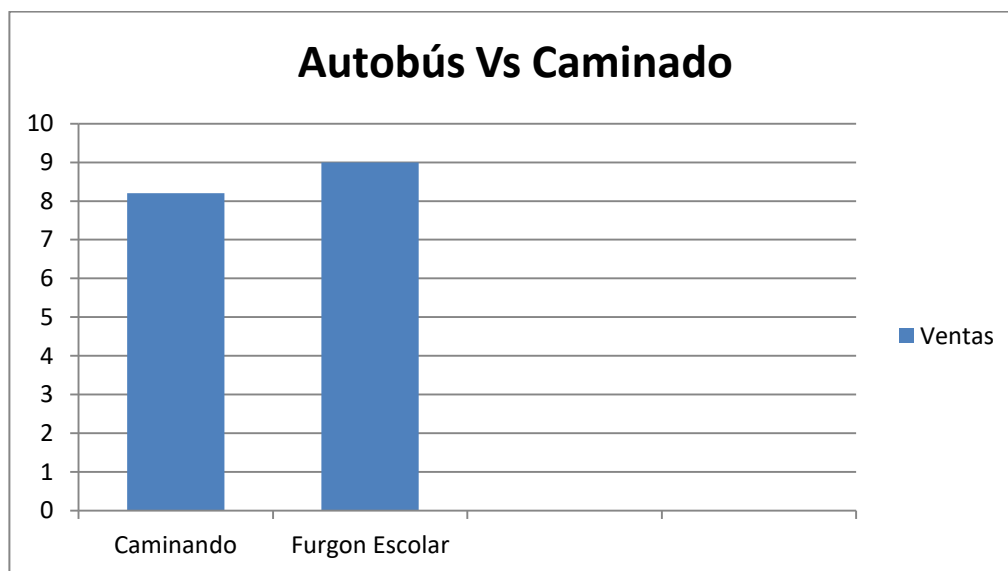


2. Autobús (Furgón escolar):

En la siguiente tabla y gráfico, podemos concluir que el 64,28% de los niños y niñas de la muestra, se transportan al colegio en furgón escolar.

Autobús (Furgón escolar)	
Varones	Damas
Sujeto N°10	Sujeto N°1
Sujeto N°8	Sujeto N°7
Sujeto N°14	Sujeto N°3
Sujeto N°11	Sujeto N°2
Sujeto N°13	

Figura 6



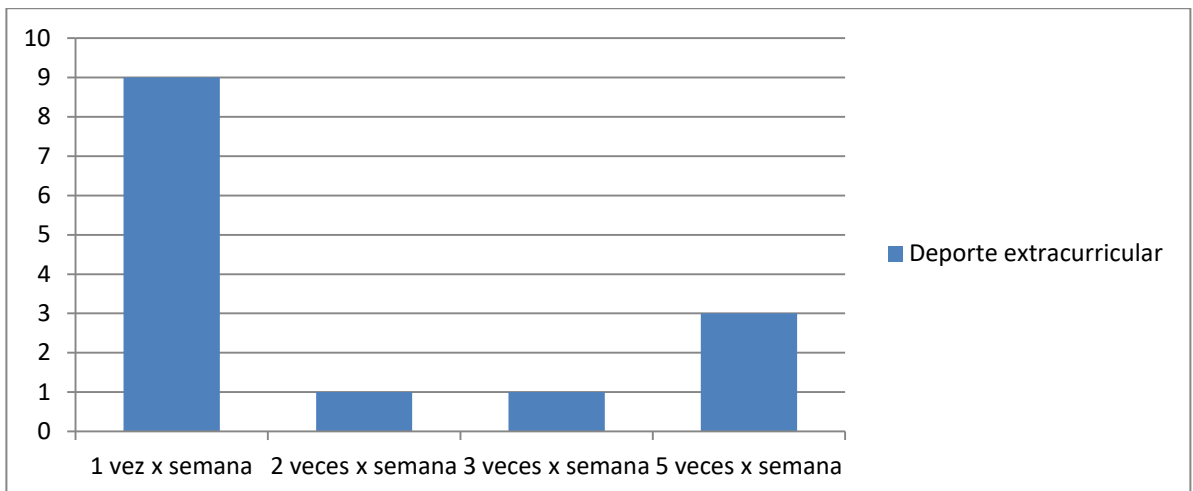
3.- Veces por semana de deporte extra curricular.

Se puede apreciar que cinco varones realizan una vez por semana deporte extracurricular, mientras que cuatro damas realizan deporte extra curricular una vez por semana. De ésta forma el 64,28% del total de la muestra, realiza deporte extra curricular una vez por semana. Mientras que solo el 7,14% del total de la muestra dijo que realizaba dos veces por semana deporte extra curricular, siendo el mismo porcentaje de niños que respondió que hacia 3 veces por semana deporte extra curricular. Y finalmente, el 21,42% del total de la muestra, respondió que hacía cinco veces por semana deporte extra curricular.

Una vez por semana	
Varones	Damas
Sujeto N°14	Sujeto N°1
Sujeto N°10	Sujeto N°3
Sujeto N°12	Sujeto N°7
Sujeto N°9	Sujeto N°6
Sujeto N°13	

Dos veces por semana	
Damas	
Sujeto N°5	
Tres veces por semana	
Varones	
Sujeto N°11	
Cinco veces por semana	
Damas	Varones
Sujeto N°2	Sujeto N°8
Sujeto N°4	

Figura 7



En la figura 8 y 9 se encuentran los sujetos de la muestra con sus respectivos promedios entre lenguaje y matemáticas, la figura 8 representa el promedio de abril, mientras que la figura 9 muestra el promedio de junio. Estos promedios corresponden a las primeras tres notas de matemáticas y lenguaje alcanzados en el mes de abril en la figura 8, y el promedio de las tres primeras notas de las mismas asignaturas en el mes de junio en la figura 9. A partir de estos resultados podemos concluir que entre el mes de abril y el mes de junio, el 85,71% de la muestra mejoro su rendimiento escolar, mientras que el 14,28% de la muestra empeoro su rendimiento escolar.

Figura 8

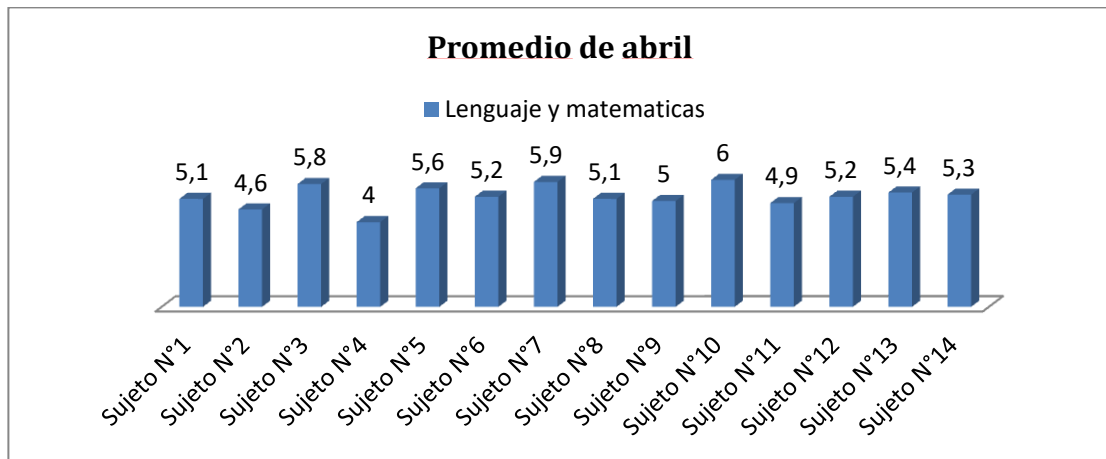
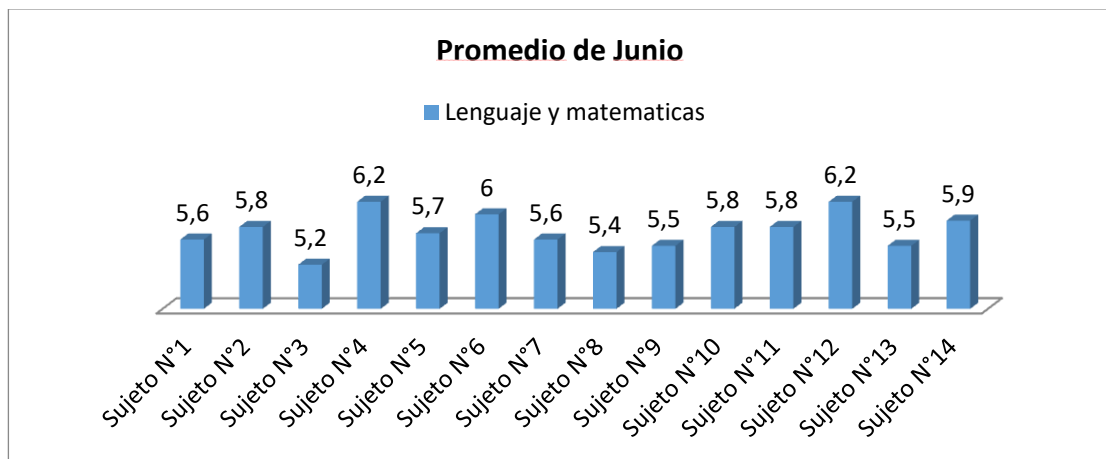


Figura 9



CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y PROYECCIONES

5.1 Análisis de la Bibliografía

Los libros, revistas o documentas revisados fueron virtuales, para esto se buscó referencias desde el años 2000 hacia adelante, aunque en muchas ocasiones las referencias eran antiguas, sin embargo son citadas de nuevo por otro autores. La información fue leía una y otra vez para verificar sí procedencia y si está autorizada.

5.2 Resultados Obtenidos Mediante el Instrumento.

Se analizó la influencia del nivel de actividad física extraescolar en el rendimiento escolar en niños y niñas, analizando dos asignaturas (matemáticas y lenguaje) del currículo escolar. En este sentido, atendiendo a los resultados referentes a los cuestionarios de actividad física, para el test Krece Plus.

Estos valores coinciden parcialmente con otros estudios que han utilizado el test Krece Plus con estudiantes que mostraron niveles superiores tanto en el tiempo dedicado a la televisión y videojuegos como en el dedicado a actividad física extraescolar (Serra & Aranceta 2003). Los datos extraídos del test PACE y el cuestionario de actividad física.

5.3 Refutación o Comprobación de Hipótesis.

Hipótesis General

El deporte extra curricular tiene incidencia en la capacidad de concentración y el rendimiento escolar de los niños de cuarto básico del colegio La Concepción de La Florida.

Se tiene incidencia en la capacidad de concentración y el rendimiento escolar ya que obtuvieron un mejor resultado que se reflejó en el test corto de actividad física kreces Plus, el cuestionario de actividad física Pace, cuestionario de concentración y actividad física.

Hipótesis Específica

Las niñas y niños que practican deporte extra curricular del cuarto año básico del Colegio La Concepción de La Florida tienen una mayor capacidad de concentración y rendimiento escolar que los que no practican deporte extra-curricular.

La hipótesis si tiene incidencia ya que muestra que se mantiene o mejora su promedio con respecto al mes de abril como se observa el resultado final en la figura 9: promedio de junio.

5.4 Proyecciones: referido a los alcances, importancia o envergadura de la investigación.

Con los resultados obtenidos de la investigación se puede deducir que el deporte extra-curricular favorece a los niños y niñas, en su concentración y rendimiento escolar en comparación a otros alumnos que no realizan deporte extra-curriculares. Los alumnos que realizan deporte extra-curricular tiene un mejor estímulo en los procesos de su diario vivir, está más activos y atentos a todo lo que les rodea.

Mediante los resultados de ésta investigación, esperamos que el colegio en el cual se realizó la misma, los tomen en post de mejorar el rendimiento escolar de los estudiantes del colegio de forma transversal. Tanto en el curso y

niños que fueron parte del trabajo, como de cada curso que comprende el establecimiento educacional Colegio La Concepción de La Florida. De ésta forma quedará la experiencia empírica dentro del colegio, que demuestra que la práctica deportiva proporciona elementos positivos en aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales; los que proporcionan personas integras favoreciendo a su desarrollo personal y social.

CAPÍTULO VI: REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aliza, D. (9 de enero de 2017). *Diabetes, Dieta y Nutrición, Vida Saludable*. .
Obtenido de <http://www.vidaysalud.com/diario/dieta-y-nutricion/que-es-el-metabolismo-y-como-funciona/>
- Bauer, K., & Liang, Q. (2003). El efecto de la personalidad y características precolleje en las actividades de primer año y el rendimiento académico. *Diario de Desarrollo de Estudiantes Universitarios*, 44, 277-290.
- Benítez, Giménez , & Osicka . (2000). Las asignaturas pendientes y el rendimiento académico: ¿existe alguna relación?. En Red,. *En red*, L40 - 60.
- Benítez, M., & Giménez, M. y. (2000). Las asignaturas pendientes y el rendimiento académico: ¿existe alguna relación?. *En Red*, 40 - 60.
- Carmona, R., Carmen, Sánchez, D., Purificación, & Bakieva, M. (2011). Actividades Extraescolares y Rendimiento Académico. *Revista de investigación educativa*, 29(2), 447-465.
- Cocke, A. (2002). *Brain May Also Pump up from Workout*. 2016. Obtenido de Society for Neuroscience Annual Meeting : Sitio web: http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/act_fis_salud/algunas.pdf
- Cocke, D., Shephard, Tremblay, Inman , & Willms. (2002, 1983, 1997, 2000). *“Algunas incidencias de la actividad física y deporte en la cognición, una revisión teórica”*. Obtenido de Laboratorio Integrado de Ciencias Aplicadas a la Actividad Física y Deporte – Universidad de Antioquia:

http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/act_fis_salud/algunas.pdf

Collins, W. (2012). *Collins English Dictionary*. Obtenido de Complete & Unabridged 2012 Digital Edition: <https://translate.google.cl/translate?hl=es&sl=en&u=http://www.dictionary.com/browse/extracurricular&prev=search>

Dwyer , Cocke, Shephard, Tremblay, Inman , & Willms. (2002, 1983, 1997, 2000). *"Algunas incidencias de la actividad física y deporte en la cognición, una revisión teórica"*. Obtenido de Laboratorio Integrado de Ciencias Aplicadas a la Actividad Física y Deporte – Universidad de Antioquia: http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/act_fis_salud/algunas.pdf

Fenollar, P., Román, S. , & Cuestas, P. (2007). Rendimiento académico de los estudiantes universitarios: un marco conceptual integrador y análisis empírico. *British Journal of Educational Psychology*, 7 (4), 873 - 891.

Gómez, D., Martínez-De Haro, V, Del Campo, J, & Zapatera, B. (2009). *Validez de cuatro cuestionarios para valorar la actividad física en adolescentes españoles*. España: Gaceta Sanitaria.

González, & Portalés, . (2014). Actividad física extraescolar: Relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 9(1), 51-65.

Holloway, J. (2002). Actividades extracurriculares y motivación estudiantil. *Liderazgo educacional*, 60(1), 80-83.

- Jiménez, M. (2000). Competencia social: intervención preventiva en la escuela. *Infancia y Sociedad*, 24, pp.21-48.
- Kalinoski, & Teixeira. (2003). *La importancia del deporte como factor social en las matrículas en escuelas deportivas de la administración pública*. Obtenido de Pindamonhangaba. 2016, de En efdeportes, revista digital: <http://www.efdeportes.com/>
- Laure, & Binsinger. (2009). Práctica regular de actividad física: un determinante del rendimiento académico en los alumnos de secundaria. *Science & Sports*, 24 (1), 31-35.
- Linder, K. (1999, 2016). *Sport Participation and Perceived Academic Performance of School Children and Youth*. Obtenido de Pediatric Exercise Science: http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/act_fis_salud/algunas.pdf
- Mahoney, J., Cairns, B., & Farmer, T. (2003). Promover la competencia interpersonal y el éxito educativo a través de la participación en actividades extracurriculares. *Diario de*, 95, 409-418.
- Martíne, D. (2009). *Validez de cuatro cuestionarios para valorar la actividad física en adolescentes españoles*. España: Gaceta Sanitaria.
- Martinez. (2007). *Rendimiento escolar*. Obtenido de SISBIB: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5475216.pdf>
- Martínez, & Miquel. (1998). La nueva realidad en la España de 2000. Cuadernos de Pedagogía. *Cuadernos de*, 268, 43-48.
- Martínez, D. (2009). *Validez de cuatro cuestionarios para valorar la actividad física en adolescentes españoles*. España: Gaceta Sanitaria.

- Meique. (2017). *Meique, Ida y Salud*. Obtenido de <http://www.meique.com/cuales-el-significado-de-salud/>
- Merino., Pérez, J , & María. (Publicado: 2008. Actualizado: 2012). *Definición*. Obtenido de <http://definicion.de/deporte/>
- MINEDUC. (01 de Marzo de 2016). *Mineduc*. Obtenido de <http://tarapaca.mineduc.cl/2016/03/01/educacion-destaca-a-coordinadores-de-extraescolar-y-bandas-escolares/>
- Mitchell. (1994).
- Morales., González., Guerra , Virgili , & Unnithan. (2011). Actividad física, rendimiento perceptivo-motor y aprendizaje académico en niños de 9 a 16 años de edad. *Revista Internacional de Psicología del Deporte*, 42 (4), 401.
- Moría, L. (18 de Mayo de 2017). *La pagina de la vida*. Obtenido de [proyectopv: http://www.proyectopv.org/2-verdad/concentracionpsiq.htm](http://www.proyectopv.org/2-verdad/concentracionpsiq.htm)
- Moriana, Alós, Pino, Herruzo, & Ruiz. (2000). *Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de educación secundaria.. Departamento de Psicología*. España - Madrid: Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Córdoba.
- Moriana, J. A. (2006). Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de Educación Secundaria. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 8(4), 35-46.
- Navarro, & Rubén Edel. (2003). *REICE*. Obtenido de *Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*: <http://www.ice.deusto.es/RINACE/reice/vol1n2/Edel.pdf>

- Noam, G. B. (2003). *Educación después de la escuela: Enfoques a un campo emergente. Massachusetts: Universidad de Harvard.* California-EE.UU.
- Noam, G., Biancarosa, G., & Dechausay, N. (2003). Educación después de la escuela: Enfoques para un campo emergente. *Massachusetts: Universidad de Harvard*, 50-90.
- OMS. (2012). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud.* Obtenido de OMS: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es>
- OMS. (2017). *Organización Mundial de la Salud.* Obtenido de <http://www.who.int/es/>
- Pizarro. (1985). *Rendimiento escolar.* Obtenido de Sistema de Biblioteca - SISBIB:
http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/tesis/salud/reyes_t_y/Introduccion.htm
- Prochaska, J. S. (2001). Una medida de detección de actividad física para uso con adolescentes en atención primaria. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine. Revista Universitaria*, 155 , 554-559.
- Ramírez, W., Stefano Vinaccia, & Gustavo Ramón Suárez. (18 agosto, 2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico. *Revista de Estudios Sociales*, núm. 18. *Universidad de Los Andes. Colombia.*, pp. 67-75. Obtenido de una revisión teórica.
- Raquel, M. (4 de Noviembre de 2003). *Concentración.* Obtenido de Como hacer un ensayo bien: <http://comohacerunensayobien.com/concentracional/>

- Serra, L., & Aranceta, J. (2003). *Crecimiento y desarrollo*. Barcelona: Masson: Estudio enKid. Obtenido de Childhood and adolescent obesity in Spain. Results of the enKid study: <http://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-articulo-obesidad-infantil-juvenil-espana-resultados-13054970>
- Shephard, & Trudeau. (25 de Febrero de 2008). *Physical education, school physical activity, school sports and academic performance*. Obtenido de BIOMED: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2329661/?tool=pmcentrez>
- So, W. (2012). Asociación entre la actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes adolescentes coreanos. *BMC salud pública*, 12 (1), 258.
- Steven Dowshen, M. (Junio de 2015). Obtenido de <http://kidshealth.org/es/teens/metabolism-esp.html#>
- Torres, & Rodríguez . (2011). *Rendimiento escolar*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5475216.pdf>
- Varela, L. (2006). Evaluación de programas extraescolares: importancia del nivel de participación en las percepciones sobre el tiempo libre, rendimiento académico y habilidad deportiva de los participantes. *Galego-Portuguesa de Psicología e Educación*, 11-12(3), 207-219.

CAPÍTULO VII: ANEXOS

Anexo 1: CUESTIONARIO DE CONCENTRACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA

NOMBRE: _____

APELLIDO: _____

COLEGIO: _____

FECHA: _____

¿Eres un niño o una niña? Marca con una X la respuesta

- Niño
- Niña

¿Cuántos años tienes? _____

POR FAVOR, CONTESTA LAS SIGUIENTES PREGUNTAS

Marca con una X la respuesta

1. ¿Habitualmente, cómo vas al Colegio?

- Caminando
- Autobús (Micro), coche, metro
- Bici

Si haces algún trayecto de tu ida al colegio Caminando ¿Cuándo tiempo caminas?

- Muy poco (menos de 5 minutos)
- Poco (entre 5 y 1 minutos)
- Mucho (más de 15 minutos)

2. ¿Habitualmente, cómo vuelves del Colegio?

- Caminando
- Autobús (micro), coche, metro
- Bici

Si haces algún trayecto de tu vuelta al Colegio caminado ¿Cuánto tiempo caminas?

- Muy poco (menos de 5 minutos)
- Poco (entre 5 y 15 minutos)
- Mucho (más de 15 minutos)

Marca con un círculo la respuesta

3. Normalmente, subes a casa

- Por las Escaleras
- Por el ascensor
- Por Escaleras y ascensor indistintamente
- Vivo en una casa o piso bajo

4. Normalmente, bajas de casa:

- Por las Escaleras
- Por el ascensor
- Por Escaleras y ascensor indistintamente
- Vivo en una casa o piso bajo

Marca con una X la respuesta

**5. ¿A qué juegas habitualmente a la hora del recreo?
(Marco sólo 1 respuesta, la más frecuente)**

Fútbol	
Baloncesto	
Correr	
Pillar	
Matar	
Andar	
Torito en alto	
Poli-ladrón	
Bailar	
Escondite	
Hablar	
Leer	
Otros	

6. **¿Estás apuntado a algún deporte extraescolar?**

- No
- Sí

Si es que sí, marca con una X qué deporte haces:

Fútbol	
Baloncesto	
Balonmano	
Tenis/pádel	
Natación	
Karate	

Judo	
Patínaje	
Voleibol	
Atletismo	
Otros, indica cuál:	

¿Cuántas veces a la semana?

(Rodea el número de días): 1 2 3 4 5

Rellenar/ pintar el un círculo la respuesta

7. ¿Haces otras actividades después del colegio?

- No
- Sí

Si es que sí ¿Qué actividad?

- Baile o danza
- Juego en la calle o en el parquet
- Otra (indica cuál): _____

Marca con una X la respuesta

8. Los fin de semana

¿Haces algún deporte o actividad al aire libre el **sábado**?

	Nada en absoluto	Menos de 1 hora por día	De 1 a 3 horas por día	Más de 3 horas por día
Fútbol				
Baloncesto				
Montar en bici				
Nadar				
Pasear				
Montar a caballo				
Voleibol				
Patinar				
Jugar				
Otro				

¿Haces algún deporte o actividad al aire libre el **domingo**?

	Nada en absoluto	Menos de 1 hora por día	De 1 a 3 horas por día	Más de 3 horas por día
Fútbol				
Baloncesto				
Montar en bici				
Nadar				
Pasear				
Montar a caballo				
Voleibol				
Patinar				
Jugar				

Otro				
------	--	--	--	--

9. Televisión/ordenador (computador)/consola

¿Cuánto tiempo sueles ver **la televisión/vídeos/DVD** por día?

	Nada en absoluto	Menos de 1 hora por día	De 1 a 3 horas por días	Más de 3 horas por día
Entre semana				
Sábado/domingo				

¿Cuánto tiempo sueles usar el **ordenador** (navega por Internet, chatear, juegos interactivos...) por días?

	Nada en absoluto	Menos de 1 hora por día	De 1 a 3 horas por días	Más de 3 horas por día
Entre semana				
Sábado/domingo				

¿Cuánto tiempo sueles usar la **consola** (video-juegos) al día?

	Nada en absoluto	Menos de 1 hora por día	De 1 a 3 horas por días	Más de 3 horas por día
Entre semana				
Sábado/domingo				

¡LO HAS REALIZADO MUY BIEN! MUCHAS GRACIAS

Anexo 2: CARTA GANTT

MES	Marzo				Abril				Mayo				Junio				Julio			
SEMANA	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1er Toma Medidas Antropométricas					■	■														
1er Análisis de los datos						■														
Entrega de Consentimiento Informado									■											
Pedir Consentimiento Informado firmado										■	■	■	■							
2da Toma Medidas Antropométricas (Test Krece Plus)														■						
Encuesta de Actividad Física														■						
2do Análisis de los datos															■					
Rendimiento escolar																	■	■		

Anexo 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Consentimiento Informado de Partica en proyecto de Investigación

Dirigido a: Alumnos de 8 y 9 años de edad de establecimientos particular - subvencionado de comuna La Florida.

Mediante la presente, se le solicita su autorización para participar de la investigación **“ANÁLISIS DEL RENDIMIENTO Y CONCENTRACIÓN ESCOLAR EN NIÑOS QUE PRACTICAN DEPORTE EXTRACURRICULAR EN EL COLEGIO LA CONCEPCIÓN DE LA FLORIDA”**. Investigación que lleva a cabo los Profesores Erik Rodríguez, Alex Escobar y Stefanny Pulgar. Estudiantes de las Universidad de las Américas de La Florida.

Dicho Proyecto tiene como Objetivo principales:

- Evaluar el rendimiento y concentración escolar en niños que practican deporte extracurricular en el colegio La Concepción de La Florida.

En función de la anterior es pertinente su participación en el estudio por lo que mediante la presente, se le solicita su consentimiento informado.

Al colaborar usted con esta investigación, deberá RESPONDER UN TEST Y PRACTICIPAR DE UNA EVALUACIÓN PERSONAL DE PESO Y TALLA. LAS QUE SERÁN RREALIZADAS POR UN EQUIPO DE PROFESIONALES. Dichas actividades duraran 2 horas pedagógicas y serán realizadas en el mismo establecimiento educacional en que Usted realiza sus clases durante la hora de Educación Física.

Además de su consentimiento de participación, se le solicitara a su Director y lo rector la autorización, lo cual en ningún caso lo obligara a usted a aceptar la participación. El acto de autorización de participación en la investigación es **absolutamente libre y voluntario**.

Para todos los datos que se recojan, se velara por mantener el estricto **anonimato y privacidad**. Además, los datos entregados serán absolutamente **confidenciales**, y solo se usaran para los fines científicos contenidos en esta investigación.

El investigador responsable del proyecto asegura la **total cobertura de costos** del estudio, por lo que su participación no significara gasto alguno. Además, el investigador responsable, junto con la institución patrocinante, adoptara todas las medidas que sean necesarias, de modo de garantizar en la debida forma, la salud e integridad física y psíquica de los participantes en el estudio.

Si presenta dudas sobre este proyecto o sobre su participación en el, puede hacer preguntas en cualquier momento de la ejecución del mismo igualmente, puede reiterarse de la investigación en cualquier momento, sin que eso represente perjuicio. Es importante que usted considere que su participación en este estudio es completamente voluntaria y que tiene derecho a negarse a participar o a suspender y dejar inconclusa su participación cuando así lo desee, sin tener que dar explicaciones ni sufrir consecuencia alguna por tal decisión. Además, su participación en este estudio no aplica ningún riesgo de daño físico ni psicológico para usted.

Desde ya le agradecemos su participación.

Profesor

Alex Escobar

Stefanny Pulgar

Erik Rodríguez

Investigadores Responsables

Fecha ___ DE JUNIO DE 2017

García Hurtado de Mendoza 7848, La Florida
Santiago, Región Metropolitana Chile.

Fecha 07 de Abril del 2017

Yo _____
autorizo a mi pupilo _____ a realizar este
test de concentración en las dependencias del colegio.

Nos comunicamos a usted con el fin de informar y solicitar su aprobación para implementar un test de concentración de formato escrito a su hijo(a). El cual será ejecutado por estudiantes de quinto año de la Universidad de las Américas, cuyos resultados de dicho test, serán utilizados para iniciar una investigación de tesis “El Rendimiento Escolar entre niños que practiquen deporte curricular o extracurricular Deportivo” y ser comparados con un post test (similar) alrededor del mes de junio, acerca de los beneficios que proporciona el deporte extra curricular en la concentración. Estos resultados estarán a su disposición una vez terminado la investigación.

stefanny.pulgar@gmail.com,

erik.ignacio.rodriguez.silva@gmail.com,

alex.escobar.fuentes@gmail.com

Apoderado

Alex Escobar

Stefanny Pulgar

Erik Rodríguez