



INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO JORGE BASADRE

Análisis comparativo de la actividad física según género de los estudiantes de VII ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
PROFESOR DE EDUCACION FISICA**

AUTORES:

Jahaira Coila, Elvert Santiago

Condori Mamani, Rossy Luz

Torres Corimanya, Paul Martin

Huamán Chara, Jhon Antonio

ASESOR:

Mgtr. Alberto Taboada Jiménez

CARRERA PROFESIONAL:

Educación Física

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Enseñanza – aprendizaje

PERU – 2021

Página del jurado

(Grado, nombres, apellidos)

PRESIDENTE

(Grado, nombres, apellidos)

SECRETARIO

(Grado, nombres, apellidos)

VOCAL

Dedicatoria

Dedico a esas personas importantes en mi vida, que siempre estuvieron listas para brindarme toda su ayuda, ahora me toca regresar un poquito de todo lo inmenso que me han otorgado. Con todo mi cariño esta tesis se las dedico a ustedes.

Jahaira Coila, Elvert Santiago

A mis padres para que se sientan orgullosos de mi proceso en la sociedad como una persona civilizada.

Condori Mamani, Rossy Luz

A mis padres por haberme brindado su respaldo y apoyo durante el tiempo de elaboración de tesis.

Torres Corimanya, Paul Martin

A mis familiares por a verme apoyado incondicionalmente durante estos cinco años de estudio académico que llega a su final logrando un orgullo ante ellos y ante la sociedad.

Huamán Chara, Jhon Antonio

Agradecimiento

Al Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Jorge Basadre, por formarnos como profesionales docentes. Eficientes y competentes en la sociedad. Asimismo, por brindarnos las enseñanzas en sus aulas y recibirnos siempre con mucho amor.

Al director y docente de Educación Física de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui, por permitirnos ejecutar nuestras sesiones en su centro educativo, apoyo y paciencia.

A los padres de familia y estudiantes de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui, por su apoyo, empatía y cariño hacia nuestro trabajo.

Declaración Jurada

Yo, Elvert Santiago Jahuir Coila, estudiante de la Carrera de Educación en el Educación física del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Jorge Basadre, identificado(a) con DNI 73673896, con la tesis titulada:

Análisis comparativo de la actividad física según Género de los estudiantes de VII ciclo I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo - 2021

Declaro bajo juramento que:

Las fuentes de datos e información aquí considerada están citadas con las normas de redacción APA respetando la autoría de los mismos.

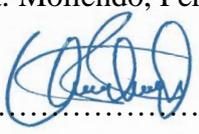
El proyecto de tesis no ha sido plagiado

El proyecto de tesis no fue auto plagiado

Los datos recogidos son reales y no han sido falseados

De encontrarse falta en el presente proyecto como datos e información falsa, plagio (datos sin citas autores), auto plagio (presentar monografías, trabajos publicados anteriormente o parte de ellos y no fueron citados correctamente), piratería (información que pertenece a otras personas o falsificar documentos o ideas de otros, asumo las responsabilidades y consecuencias que deriven de mi acción. Por tanto, eximo al Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Jorge Basadre de toda responsabilidad, las acciones legales y otras que generen el incumplimiento de esta declaración. Para lo cual firmo la presente.

Lugar y fecha: Mollendo, Perú - 20/11/ 2021

Firma.....

Nombres y apellidos: ... Elvert Santiago Jahuir Coila.....

DNI: 73673896

Declaración Jurada

Yo, Rossy Luz Condori Mamani, estudiante de la Carrera de Educación en el Educación física del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Jorge Basadre, identificado(a) con DNI 71945664, con la tesis titulada:

Análisis comparativo de la actividad física según Género de los estudiantes de VII ciclo I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo - 2021

Declaro bajo juramento que:

Las fuentes de datos e información aquí considerada están citadas con las normas de redacción APA respetando la autoría de los mismos.

El proyecto de tesis no ha sido plagiado

El proyecto de tesis no fue auto plagiado

Los datos recogidos son reales y no han sido falseados

De encontrarse falta en el presente proyecto como datos e información falsa, plagio (datos sin citas autores), auto plagio (presentar monografías, trabajos publicados anteriormente o parte de ellos y no fueron citados correctamente), piratería (información que pertenece a otras personas o falsificar documentos o ideas de otros, asumo las responsabilidades y consecuencias que deriven de mi acción. Por tanto, eximo al Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Jorge Basadre de toda responsabilidad, las acciones legales y otras que generen el incumplimiento de esta declaración. Para lo cual firmo la presente.

Lugar y fecha: Mollendo, Perú - 20/11/ 2021

Firma.....

Nombres y apellidos: ... Rossy Luz Condori Mamani.....

DNI: 71945664

Declaración Jurada

Yo, Paul Martin Torres Corimanya, estudiante de la Carrera de Educación en el Educación física del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Jorge Basadre, identificado(a) con DNI 47893256, con la tesis titulada:

Análisis comparativo de la actividad física según Género de los estudiantes de VII ciclo I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo - 2021

Declaro bajo juramento que:

Las fuentes de datos e información aquí considerada están citadas con las normas de redacción APA respetando la autoría de los mismos.

El proyecto de tesis no ha sido plagiado

El proyecto de tesis no fue auto plagiado

Los datos recogidos son reales y no han sido falseados

De encontrarse falta en el presente proyecto como datos e información falsa, plagio (datos sin citas autores), auto plagio (presentar monografías, trabajos publicados anteriormente o parte de ellos y no fueron citados correctamente), piratería (información que pertenece a otras personas o falsificar documentos o ideas de otros, asumo las responsabilidades y consecuencias que deriven de mi acción. Por tanto, eximo al Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Jorge Basadre de toda responsabilidad, las acciones legales y otras que generen el incumplimiento de esta declaración. Para lo cual firmo la presente.

Lugar y fecha: Mollendo, Perú - 20/11/ 2021

Firma.....

Nombres y apellidos: ... Paul Martin Torres Corimanya.....

DNI: 47893256

Declaración Jurada

Yo, Jhon Antonio Huamán Chara, estudiante de la Carrera de Educación en el Educación física del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Jorge Basadre, identificado(a) con DNI 71027317, con la tesis titulada:

Análisis comparativo de la actividad física según Género de los estudiantes de VII ciclo I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo - 2021

Declaro bajo juramento que:

Las fuentes de datos e información aquí considerada están citadas con las normas de redacción APA respetando la autoría de los mismos.

El proyecto de tesis no ha sido plagiado

El proyecto de tesis no fue auto plagiado

Los datos recogidos son reales y no han sido falseados

De encontrarse falta en el presente proyecto como datos e información falsa, plagio (datos sin citas autores), auto plagió (presentar monografías, trabajos publicados anteriormente o parte de ellos y no fueron citados correctamente), piratería (información que pertenece a otras personas o falsificar documentos o ideas de otros, asumo las responsabilidades y consecuencias que deriven de mi acción. Por tanto, eximo al Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Jorge Basadre de toda responsabilidad, las acciones legales y otras que generen el incumplimiento de esta declaración. Para lo cual firmo la presente.

Lugar y fecha: Mollendo, Perú - 20/11/ 2021

Firma..... 

Nombres y apellidos: ... Jhon Antonio Huamán Chara.....

DNI: 71027317

Índice	Pág.
Carátula	1
Página del jurado	2
Dedicatoria	3
Agradecimiento	4
Declaración Jurada	5
Índice	9
Índice de tablas	12
Índice de figuras	13
Resumen	14
Abstract	15
Introducción	16
Capítulo I: Planteamiento del problema	18
1.1 Delimitación del problema	19
1.2 Formulación del problema	20
1.2.1 Pregunta de investigación	20
1.2.1 Preguntas específicas	20
1.3 Objetivos de la investigación	20
1.3.1 Objetivo general	20
1.3.2 Objetivos específicos	21
1.4. Hipótesis de la investigación	21
1.4.1 Hipótesis general	21

	10
1.4.2 Hipótesis específicas	21
1.5 Justificación de la investigación	22
Justificación teórica	22
Justificación práctica:.....	22
Justificación metodológica.....	22
Capitulo II: Marco teórico.....	23
2.1 Antecedentes.....	24
2.1.1 Antecedentes nacionales	24
2.1.2 Antecedentes internacionales	26
2.2. Bases teóricas de Actividad física	30
2.2. Autoconcepto físico	30
2.3. Motivación.....	32
2.4. Influencia del contexto	33
2.5. Bases teóricas del género.....	34
2.6. El género y la actividad física.....	35
2.6. Definiciones de términos básicos.	36
Capitulo III: Marco metodológico.....	38
3.1 Enfoque de la investigación.....	39
3.2 Tipo de la investigación.....	39
3.3 Diseño de la investigación.....	40
3.4 Población, muestra y muestreo	40
3.5 Operacionalización de variables	41

	11
3.6 Técnicas e instrumento de investigación	43
3.6.1. Técnica de investigación.....	43
3.6.2. Instrumento de investigación	43
3.7. Validez del instrumento de investigación.....	44
3.8 Confiabilidad de instrumento de investigación	44
Capítulo IV: Resultados	45
Discusión.....	57
Conclusiones	61
Recomendaciones.....	62
Referencias	63
Apéndices	67

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1. Población de la investigación.....	40
Tabla 2. Operacionalización de variables	41
Tabla 3. Baremos y niveles del instrumento	43
Tabla 4. Expertos evaluadores del instrumento de investigación	44
Tabla 5. Estadísticos de fiabilidad según el Alfa de Cronbach	44
Tabla 6. Participantes por género.....	46
Tabla 7. Resultados de la prueba de normalidad con el test Shapiro-Wilk.....	47
Tabla 8. Prueba T para muestra independiente en la variable Actividad Física	48
Tabla 9. Comparación de los niveles de Actividad Física según género	48
Tabla 10. Prueba T para muestra independiente en la dimensión Autoconcepto Físico.....	50
Tabla 11. Comparación de los niveles de Autoconcepto Físico según género	50
Tabla 12. Prueba U de Mann-Whitney para muestra independiente en la dimensión Motivación.....	52
Tabla 13. Comparación de los niveles de Motivación según género	53
Tabla 14. Prueba T para muestra independiente en la dimensión Influencia del contexto .	54
Tabla 15. Comparación de los niveles de Influencia del contexto según género.....	55

Índice de figuras

	Pág.
Figura 1. El autoconcepto.....	31
Figura 2. El contexto en el que vive el individuo.....	34
Figura 3. Estereotipos en la Actividad Física.....	36
Figura 4. Participantes por género.....	46
Figura 5. Comparación de los niveles de Actividad Física según género.....	49
Figura 6. Comparación de los niveles de Autoconcepto Físico según género.....	51
Figura 7. Comparación de los niveles de Motivación según género.....	53
Figura 8. Comparación de los niveles de Influencia del contexto según género.	55

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo general determinar la diferencia de las actividades físicas según género de los estudiantes VII ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo - 2021. Los beneficiarios son los estudiantes del VII ciclo. El enfoque fue cuantitativo, nivel descriptivo, con el diseño de investigación descriptivo comparativo. Para el recojo de los datos se utilizó la técnica de la encuesta estructurada con un cuestionario con subescalas como instrumento de investigación con dos ítems consideradas cinco dimensiones: auto concepto físico, motivación, influencia de los padres, influencia de los pares e influencia del contexto, Para la aplicación del estímulo se aplicó una encuesta que comprendió de un cuestionario, trabajadas bajo el paradigma educativo de competencias. Se concluyó que los estudiantes del género masculino tienen mejor Actividad Física que las estudiantes del género femenino, en la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021.

Palabras claves: actividad física, género, autoconcepto, motivación, influencia

Abstract

The general objective of this research is to determine the difference in physical activities according to gender of students in the VII cycle of the I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo - 2021. The beneficiaries are the students of the VII cycle. The approach was quantitative, descriptive level, with a comparative descriptive research design. For data collection, the structured survey technique was used with a questionnaire with subscales as a research instrument with two items considered five dimensions: physical self-concept, motivation, parental influence, peer influence, and context influence. For the application of the stimulus, a survey was applied that included a questionnaire, worked under the educational paradigm of competences. It was concluded that male students have better Physical Activity than female students, in the I.E. 40474 José Carlos Mariátegui - 2021.

Keywords: physical activity, gender, self-concept, motivation, influence

Introducción

La presente tesis tiene como propósito presentar a los lectores, los resultados de la investigación comparativa de las actividades físicas según género, en estudiantes de secundaria, el que se ha desarrollado en la ciudad de Mollendo en el contexto de la pandemia del Covid-19.

Cabe señalar que para el proceso de la recolección de datos se utilizó un formulario virtual elaborado en base a un instrumento adaptado. El instrumento original fue un cuestionario que se desarrollaba físicamente. También se examinó información de tesis del repositorio Scopus, Scielo, Google académico; asimismo el contenedor de tesis peruanas Alicia de Concytec, entre otros. Aquí también se empleó técnicas como el subrayado para ubicar la información. Del mismo modo, el registro de las citas mediante la norma APA versión 6.

Dentro de los fundamentos teórico más resaltantes se tiene debe precisarse que existe una diferencia entre la Actividad Física, es decir cualquier movimiento del cuerpo que determine un gasto energético y la Actividad Física beneficiosa, que implica un gasto energético sustancial.

En resumidas cuentas, para el proceso metodológico inicialmente se identificó el problema mediante la técnica de la observación anotando dicha información en registros etnográficos. Luego se revisó fuentes para determinar los fundamentos del marco teórico. Ya dentro del marco metodológico de la investigación como cosas importantes se adaptó el instrumento de investigación. Se aplicó la encuesta a los estudiantes mediante el formulario virtual, el que fue distribuido mediante grupos de Whastapp del área. Al final se procesaron los datos y se elaboró el presente informe de tesis.

Dentro del orden de ideas presentadas aquí se tiene los siguientes capítulos:

El capítulo I: Planteamiento del problema comprende la delimitación del problema, formulación; asimismo, los objetivos y terminar con la justificación.

El capítulo II: Marco teórico, describe los antecedentes nacionales e internacionales; para continuar con las bases teóricas de la variable Actividad Física, además de la variable género y culmina con la descripción de los términos básicos.

Después se encuentra el capítulo III: Marco metodológico, donde considera al enfoque, método, diseño, beneficiarios, hipótesis de acción, operacionalización de categorías, para luego definir la técnica e instrumento de investigación y terminar con la mención de los jueces para la validación del instrumento.

El capítulo IV: Resultados, se representan los datos de la estadística descriptiva. Posteriormente se realizan las pruebas de hipótesis.

Al final se encuentra las conclusiones, recomendaciones, referencias y los apéndices.

Capítulo I: Planteamiento del problema

1.1 Delimitación del problema

A nivel internacional Cocca (2013) en un estudio efectuado en España halló que la actividad física de los varones es diferente que al de las mujeres adolescentes. Lo que además revela este estudio es que la actividad física disminuye en la adolescencia, siendo un factor el género. La actividad física debe ser realizado a lo largo de toda la vida de las personas, ya que beneficia en su salud.

Dentro del contexto internacional, Granda, Alemany y Aguilar (2018) en su estudio realizado también en España, coinciden con Cocca (2013). La actividad física disminuye de los niños de primaria a los estudiantes de secundaria. Han encontrado factores como: la edad, problemas familiares, responsabilidades tempranas (paternidad), psicológicos, y sociales.

El contexto actual de la pandemia del Covid-19 puede haber variado esta situación. Es incierta la realidad, es necesario que se realicen estudios en esta época. El encierro puede haber disminuido o tal vez, incrementado la actividad física.

Dentro de las investigaciones nacionales, Mamani (2019) afirma que el 72.3% de estudiantes de secundaria realizan actividad física a nivel moderado. Al respecto, un año antes Peralta (2018) afirmó que el 41.9% se encontraba en el nivel bajo de actividad física, y que el 39.4% en un nivel moderado. Estos resultados permiten afirmar que la situación es cambiante. También es necesario afirmar que ambos estudios se han realizado en Puno.

Asimismo, dentro del contexto nacional un estudio efectuado en Lima por Tarqui, Alvarez y Espinoza (2017), encontraron que la edad, el sexo femenino, tener pareja, nivel educativo superior, obesidad, residir en la zona urbana, Lima Metropolitana, Costa y Selva se asociaron a la baja actividad física. Afirmar que el sexo determina la baja actividad física no puede ser concluyente, es necesario realizar mayores estudios.

1.2 Formulación del problema

En la presente investigación se llegó a formular la siguiente pregunta de investigación

1.2.1 Pregunta de investigación

¿Cuál es la diferencia de la Actividad Física Según Género de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021?

1.2.1 Preguntas específicas

- ¿Cuál es la diferencia en la dimensión Autoconcepto Físico de la Actividad Física Según Género de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021?
- ¿Cuál es la diferencia en la dimensión Motivación de la Actividad Física Según Género de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021?
- ¿Cuál es la diferencia en la dimensión Influencia del contexto de la Actividad Física Según Género de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la diferencia de las Actividades Físicas, según Género de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021?

1.3.2 Objetivos específicos

- Determinar la diferencia en la dimensión Autoconcepto Físico de la Actividad Física, según Género de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021,
- Determinar la diferencia en la dimensión Motivación de la Actividad Física, según Género de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021,
- Determinar la diferencia en la dimensión Influencia del contexto de la Actividad Física, según Género de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021,

1.4. Hipótesis de la investigación

1.4.1 Hipótesis general

Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de las Actividades Físicas de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021

1.4.2 Hipótesis específicas

- Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de la dimensión Autoconcepto Físico de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.
- Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de la dimensión Motivación de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.
- Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de la dimensión Influencia del contexto de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.

1.5 Justificación de la investigación

La presente investigación se justifica por tres razones:

Justificación teórica

Existen estudios que mencionan factores que determinan la actividad física, uno de ellos es el género. Todo apunta a indicar que los varones en la adolescencia tienen mejor actividad física que las mujeres. Frente a la situación de emergencia nacional de la Covid-19 es posible que la realidad haya cambiado. El marco teórico y los datos que se encuentren van a servir para incrementar la teoría sobre Actividades físicas que realizan los estudiantes de secundaria de Mollendo, este es un aporte teórico de la investigación.

Justificación práctica:

La presente investigación proporciona una data sobre las actividades físicas de los adolescentes de Mollendo. Presenta los resultados agrupados por género. Con los resultados es posible plantear alternativas de mejora. La UGEL Islay, la Municipalidad Provincial y la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui pueden tomar acciones a fin de mejorar la realidad. Esto es un aporte práctico de la investigación.

Justificación metodológica

El cuestionario a aplicar en los estudiantes inicialmente ha sido diseñado para ser resuelto con lápiz y papel; sin embargo, el trabajo con estudiantes continúa de forma remota, por ello tuvo que adaptarse a un formulario virtual. Se aplicó un cuestionario desarrollado para estudiantes españoles, al ser aplicado en Perú y además, mediante un formulario virtual, ha tenido que ser revisado nuevamente por expertos y con su respectiva prueba de confiabilidad. Este es un aporte metodológico de la investigación.

Capítulo II: Marco teórico

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes nacionales

Mamani (2019), efectuó una investigación en Puno, el objetivo de su estudio fue determinar el nivel de práctica de la actividad física en estudiantes del séptimo ciclo de una Institución Educativa Secundaria. El estudio es tipo no experimental, de diseño transeccional descriptivo. La muestra de estudio estuvo compuesta por 101 estudiantes (46 mujeres y 55 varones). El instrumento utilizado fue el inventario de actividad física habitual para adolescentes, la validez interna mediante Alpha de Cronbach fue de 0,70. Los principales resultados de los estudiantes en ambos sexos evidencian que en la práctica de la Actividad Física Habitual total el 2.0% se encuentran en el nivel bajo, el 72.3% se encuentran en el nivel moderado y el 25.7% se encuentran en el nivel alto. Se concluye afirmando que el mayor porcentaje de estudiantes realizan actividad física de nivel moderado.

Aguilar y Yopla (2018) realizó la tesis Actividad Física y Bienestar Psicológico de los Adolescentes Escolares. Tuvo como objetivo investigar la relación entre actividad física y bienestar psicológico. En la investigación participaron 217 estudiantes del cuarto grado del nivel secundario. Las edades de los participantes son entre los 15 a 16 años. Para el recojo de datos se utilizó el Cuestionario de Actividad Física PAQA y la Escala de Bienestar Psicológico SPWB_LS. El enfoque seguido fue el cuantitativo, nivel descriptivo, diseño de investigación es de tipo estadístico descriptivo correlacional porque ha permitido identificar el bienestar y la salud mental que logre el adolescente con la práctica de la actividad física. Los resultados encontrados en la población adolescente arrojan que no existe correlación entre las variables actividad física y bienestar psicológico. Concluye afirmando que la población adolescente encuestada en cuanto al nivel de actividad física, el 77% presenta un nivel muy bajo y el 23% un nivel bajo; Respecto a la actividad física en mujeres adolescentes, el 86% se encuentran en un nivel muy bajo y el 15% en un nivel bajo, en cuanto

a los varones, el 81% de adolescentes evaluados presentan un nivel muy bajo y el 35% un nivel bajo; Cabe señalar que la actividad física es importante para la población adolescente, pero como en la actualidad la educación física ha pasado a un segundo plano en los centros educativos, no se ha tomado en cuenta su importancia para su desarrollo físico y mental.

Campojo (2018) efectuó la tesis La actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de secundaria en un colegio de Pueblo Libre. Tuvo como objetivo determinar la relación entre La actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria. La investigación fue de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo correlacional y el diseño utilizado es no experimental, de corte transversal. La población fue de 94 estudiantes de tercer año de secundaria. Para recolectar los datos se utilizaron los instrumentos de la variable la Actividad física y el rendimiento académico. El procesamiento de datos se realizó con el software SPSS (versión 23). Realizado el análisis descriptivo y la correlación a través del coeficiente de Rho de Spearman, con un resultado de $Rho = ,437^{**}$ interpretándose como moderada relación entre las variables, con una $p = 0.00$ ($p < 0.05$), con el cual se rechaza la hipótesis nula por lo tanto los resultados señalan que existe relación significativa entre la actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria. Su estudio concluye que: Existe relación significativa entre la actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes del tercer año de secundaria

Peralta (2018), realizó un estudio en Puno, cuya finalidad fue determinar el nivel de actividad física en los estudiantes del VII ciclo en una institución educativa del nivel secundario. Para el tratamiento estadístico se aplicó el análisis descriptivo (análisis porcentual). Como resultados halló que el 41.9% de estudiantes se encuentran en un nivel de actividad física Baja, el 39.4% en un nivel Moderado y finalmente el 18.7% se encuentran en un nivel alto. La conclusión final del estudio es que los estudiantes en su mayoría

evidencian un nivel de actividad física baja, no respondiendo a los niveles recomendados de actividad física por la OMS.

Quiñonez (2018) efectuó la tesis Comportamiento sedentario y actividad física en relación al índice de masa corporal en adolescentes de una Institución Educativa Privada de San Juan de Lurigancho. Lima, 2017. Tuvo por objetivo determinar la relación entre el Comportamiento sedentario y la Actividad física con el índice de masa corporal en adolescentes. Es estudio siguió el enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y de corte transversal, diseño correlacional. La muestra estuvo conformada por 103 estudiantes de primero a quinto grado de secundaria. Para la recolección de datos, se utilizó una balanza y un tallímetro para obtener el peso y talla, respectivamente, luego se calculó el Índice de Masa Corporal. El 52% (n=53) pertenecen al género masculino, mientras que, el 48% (n=50) son del género femenino. Como resultado obtuvo que existe relación estadística significativa entre el comportamiento sedentario y la actividad física con el índice de masa corporal. Del mismo modo, se halló una relación estadísticamente significativa entre el nivel de actividad física y el IMC ($p=0.025^*$), encontrándose que, un gran porcentaje de adolescentes con sobrepeso tienen un nivel de actividad física muy baja (20%; n=20) y baja (15%; n=16), además, aquellos adolescentes que tienen obesidad, presentaron en su mayoría, niveles de actividad física bajos (13%; n=13) y muy bajos (11%; n=11).

2.1.2 Antecedentes internacionales

Crisóstomo, Mardones y Yáñez (2021) publicaron la tesis Estudio de la actividad física de estudiantes de 8 año básico y 3 año medio del Colegio Salesianos de Concepción en clases no presenciales durante la pandemia COVID 19. La población estuvo conformada por estudiantes de nivel secundaria. Tuvo como objetivo analizar datos de los resultados obtenidos de una encuesta validada y enfocada a caracterizar la actividad física que realizan

los niños de la edad de trece y dieciséis años. Ha seguido el enfoque cuantitativo, nivel y diseño descriptivo. Para la recolección de datos se utilizará instrumentos de medición directa o indirecta del gasto energético en un tiempo transcurrido de realización de algún ejercicio o actividad. El estudio concluye: El cierre prolongado de la escuela generó que los estudiantes aumenten su tiempo en distintas pantallas u objetos tecnológicos, lo cual al realizar menos actividad física los vuelve más sedentarios, causando patrones de sueño desiguales, hábitos alimenticios poco saludables, lo que genera un aumento de peso y claramente una pérdida de aptitud física. El confinamiento en el hogar durante muchos meses puede generar un efecto negativo sobre la salud física, conductual y mental de los niños.

Sanz, Ruiz y Fernández (2020) realizaron un estudio titulado *Relación entre la práctica de actividad física y el apoyo social percibido de los adolescentes de la provincia de Soria*. El objetivo fue conocer los niveles de práctica de actividad física y el apoyo social que perciben para su práctica los adolescentes, en función del sexo del alumnado, e identificar el tipo de relación existente entre su práctica y la percepción del apoyo social. La población estuvo formada por estudiantes de secundaria de la provincia de Soria, el muestreo no probabilístico por conveniencia. El estudio se enmarca en el enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y diseño descriptivo correlacional. Para el recojo de datos se les aplicó los instrumentos: *Four by one-day Physical Activity Questionnaire*, para medir el nivel de práctica de Actividad Física y *Parent Support Scale* y *Peer Support Scale*, para medir el apoyo percibido de familiares y amigos respecto a su práctica de Actividad Física. Los resultados mostraron diferencias significativas en los niveles de actividad física y de apoyo social en función del sexo del alumnado y se obtuvo correlación significativa entre estos niveles y el apoyo percibido.

Galindo (2019) publicó la tesis *La actividad física y el cumplimiento de las recomendaciones en adolescentes escolares de la ciudad de Neiva (Colombia)*. Tuvo dos

objetivos: conocer el tiempo que los adolescentes de centros escolares de la ciudad de Neiva (Colombia) dedican a la actividad física, según las variables sociodemográficas de género, edad, el nivel socioeconómico (NSE), estatus de peso y el tipo de día semanal; y, determinar si los adolescentes cumplen o incumplen las recomendaciones de tiempo diario de actividad física, en función de las variables sociodemográficas mencionadas anteriormente. Ha seguido el enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, diseño transversal “ex post facto”. La muestra fue de 2.624 de estudiantes. Los datos se obtuvieron por medio de dos cuestionarios: el Seven-Day Physical Activity Recall, para establecer la cantidad de actividad física que realizan los escolares en una semana habitual; y el Family Affluence Scale II (FAS II), para establecer el nivel socioeconómico (NSE) de las familias. Los resultados del primer estudio muestran que los adolescentes escolares dedican una media de 37 min/día de actividad física de moderada a vigorosa (AFMV) en una semana habitual. Los análisis de varianza muestran que los varones realizan más actividad física que las mujeres. Los escolares de nivel socioeconómico bajo son menos activos que los de nivel socioeconómico medio y alto. Los escolares de menor edad realizaron más tiempo de AFMV que los de mayor edad, tanto los días entre semana como en fin de semana.

Oliveira y Parra (2018) realizó la investigación Género y práctica de ejercicio físico de adolescentes y universitarios. Tuvo como objetivo investigar las diferencias de género y edad con relación a la práctica de ejercicio físico en una muestra de adolescentes y universitarios. Siguió un enfoque mixto: cuantitativo-cualitativo. La población del estudio estuvo formada por adolescentes y universitarios de ambos sexos matriculados en centros públicos y universidad. Participaron en la muestra 442 estudiantes en las encuestas y se realizó grupos de discusión con 75 participantes de ellos. Para el recojo de datos utilizaron un cuestionario que fue aplicado mediante la técnica encuesta, para los datos cuantitativos; para los datos cualitativos un grupo de discusión. Como resultados obtuvo que

los objetivos y la motivación para la práctica de ejercicio físico son diferentes según el género, siendo encontrados estereotipos y la tradicional vinculación de género a los distintos deportes, aunque se observa que en algunos deportes la práctica es compartida. El estudio concluye afirmando que los varones practican más ejercicio físico e invierten más tiempo en la práctica, independientemente de la edad.

Arbos (2017) publicó la tesis *Actividad Física y Salud en Estudiantes Universitarios* desde una perspectiva salutogénica. Tuvo como objetivo determinar la asociación entre sentido de coherencia y actividad física con las características sociodemográficas, estado de salud, calidad de vida y estilos de vida. La población estuvo compuesta por estudiantes universitarios y la muestra por 1373 de ellos. La metodología se consideró al enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y diseño observacional transversal; para el procesamiento de datos se utilizó la técnica encuesta e instrumento cuestionario *Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-Deportivas (MIAFD)*, para medir la variable *Actividades Físico-Deportivas*. El investigador concluyó afirmando que los estudiantes con un sentido de coherencia fuerte tienen unos estilos de vida más saludables, manejan mejor el estrés académico, y la percepción de su estado de salud y calidad de vida son mejores. Además, a mayor nivel de actividad física y gasto energético, menor es el estrés académico, mayor la puntuación de adherencia a la dieta mediterránea y mejor su percepción de estado de salud y calidad de vida.

Cocca (2013), efectuó una investigación en España, con la finalidad de describir los niveles generales de AF saludable en la población estudiantil española; Además, analizar si existen diferencias en la práctica de AF saludable en función del género y de la etapa educativa. El diseño utilizado fue el descriptivo comparativo. Para recolectar datos utilizó un cuestionario con sub escalas que miden la *Actividad Física (AF)*. Como resultados obtuvo que los varones reducen el tiempo invertido en AF saludable al pasar de primaria a

secundaria, manteniéndose estable el nivel de AF durante las etapas de secundaria y Bachillerato.

2.2. Bases teóricas de actividad física

Para hablar de Actividad Física se ha de distinguir dos términos:

- Actividad física: La que se refiere a cualquier movimiento del cuerpo que implica un gasto energético.
- Actividad física beneficiosa: La que implica un gasto energético constante.

Considerar cualquier tipo de gasto energético como Actividad Física no es apropiado en términos de salud. Así, por ejemplo, borrar la pizarra también implicaría un ejercicio físico. La Actividad Física debe generar un desgaste energético sustancial, de lo contrario no surte efecto.

En la presente investigación cuando se hace referencia a Actividad Física se está refiriendo a la Actividad Física beneficiosa. “La actividad física se refiere a la energía utilizada para el movimiento. Se trata, por tanto, de un gasto de energía adicional al que necesita el organismo para mantener las funciones vitales tales como respiración, digestión, circulación de la sangre, etc.” (Márquez, Rodríguez y De Abajo, 2006, p. 13). En ese sentido, Actividad Física hace alusión al desgaste de energía adicional a la que se produce por realizar actividades cotidianas, implicando realizar actividades que demanden mayor consumo de energía.

2.2. Autoconcepto físico

Es un constructo que se puede definir como las percepciones que tiene el individuo sobre sí mismo, y que se forman a través de la experiencia y de la interpretación de su entorno. Un autoconcepto positivo está en la base del buen funcionamiento personal, social y profesional.

El concepto general de Autoconcepto puede definirse como en la Figura 1, el Autoconcepto Físico vendría a ser como una subcategoría del general. Implica la autopercepción positiva del individuo sobre su estado de salud, aspecto físico, estado de salud, competencia motora y todo relacionado al cuerpo y habilidades físicas (Cocca, 2013).

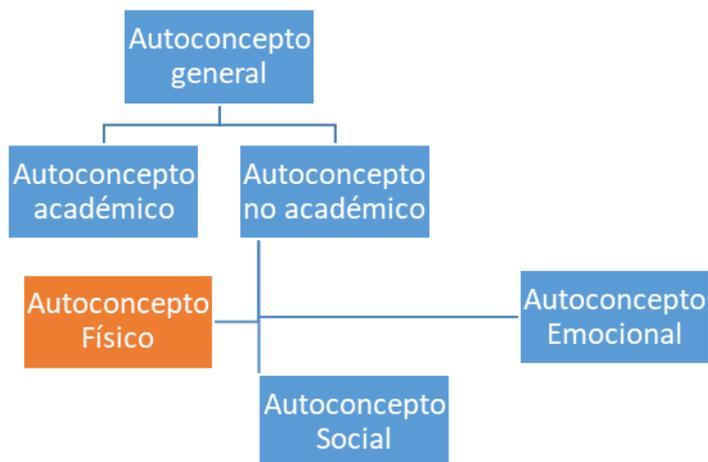


Figura 1. El autoconcepto

En la presente investigación Autoconcepto físico se estudia en base a tres subdimensiones: habilidad física, apariencia física y conductas de control de peso, como las estudiadas por Franzoi y Shields (1984).

Para Cocca (2013), un estudiante que tiene un buen autoconcepto físico se caracteriza porque:

- Piensa que es hábil y coordinado en relación con otros de su edad.
- Piensa que es bueno haciendo deporte en relación con otros de su edad.
- Considera que tiene buena salud.
- Considera que tiene buena condición física.
- Piensa que las cosas que hace le salen bien.
- Se siente agradable o guapo a los demás.

2.3. Motivación

La motivación se refiere hacia las Actividades Físicas.

La motivación puede definirse como las expectativas que tiene el sujeto sobre un hecho o suceso y con los posibles resultados que se tenga sobre éste, influenciado a su vez por sus propias creencias (Wigflied y Eccles, 2000). La motivación está dada por la ocurrencia del hecho y por las consecuencias de este.

En el contexto de la investigación actual, la motivación por realizar actividades físicas puede girar por el hecho de realizarlo o por lo que se obtenga al realizarlo. Podría ser que participar de un partido de fútbol le cause motivación al estudiante por el solo hecho de hacerlo; también podría darse que lo realice por pertenecer a un equipo de renombre. Pueden existir diversas situaciones que motiven a una persona a realizar actividad física.

La motivación tiene dos componentes: motivación extrínseca y motivación intrínseca.

- Motivación extrínseca: Es la motivación que tiene el estudiante de hacer deporte o actividades físicas por presión o exigencia de sus padres u otros. También puede darse en contextos de competición.
- Motivación intrínseca: Es la motivación que siente el estudiante por hacer deporte, solo por el placer de sentirse sano y verse bien.

La motivación intrínseca está presente en mayor medida en los infantes y niños; en la adolescencia es más común la motivación extrínseca (Cocca, 2013). Al respecto, el mismo autor indica los beneficios de la motivación en la Actividad Física (p. 58):

- Incrementa la práctica de Actividad Física.
- Mejora los niveles de actividad física.
- Posibilita la estructuración de hábitos saludables.

- Incrementa el placer por realizar actividades físicas.
- Incrementa el bienestar psicológico.
- Fomenta la competencia deportiva

Los docentes tienen la posibilidad de influir positivamente en los estudiantes en la práctica de Actividades Físicas. Se puede formar hábitos de práctica, fomentar el placer por realizarlo.

La motivación por la práctica de actividades físicas es positiva en sí misma para que los estudiantes lo realicen. La desmotivación trae como consecuencia el sedentarismo.

Un estudiante que tiene motivación física se caracteriza por:

- Disfruta haciendo deporte intenso.
- Disfruta realizando las clases de educación física escolar.

2.4. Influencia del contexto

Respecto a la influencia que ejercen agentes externos al estudiante a realizar actividades físicas existen: Influencia de sus padres, Influencia de sus pares e Influencia del entorno. En la presente investigación se estudiará solamente la influencia del contexto.

Esta dimensión estudia la influencia que puede ejercer el contexto. Por ejemplo, la existencia de campos deportivos, el ambiente deportivo que se vive, etc.

En el contexto, existen elementos que pueden ser controlados (ubicación de la vivienda) y otros son imposibles de controlar (clima, por ejemplo). Ver Figura 2. Esta realidad influye en la posibilidad de realizar determinadas prácticas de actividad física, pero no determina un estilo de vida con alta actividad física (Cocca, 2013).

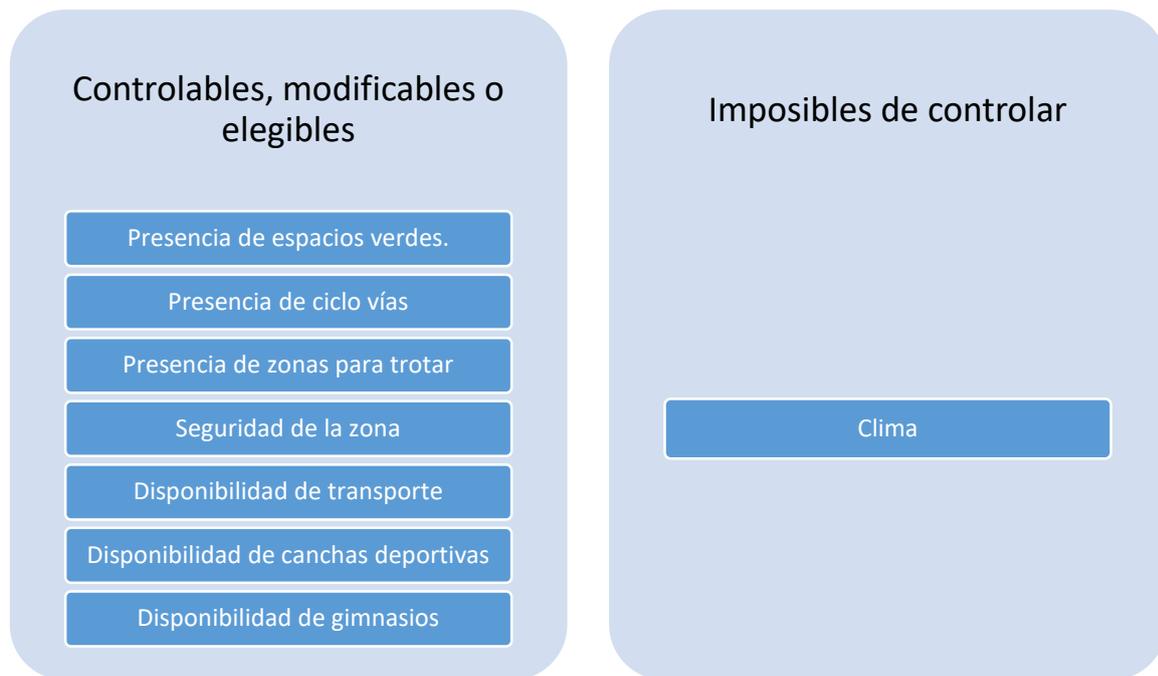


Figura 2. El contexto en el que vive el individuo

El contexto puede ejercer influencia en la práctica de actividad física cuando:

- El estudiante observa en su entorno a otras personas realizando actividades físicas.
- La zona donde vive el estudiante es tranquila, y permite realizar actividades físicas sin dificultades.
- En la zona donde vive el estudiante existen gimnasios, parques, canchas deportivas, entre otros.
- Reduce la práctica de actividades nocivas para la salud.

2.5. Bases teóricas del género

Sexo y género son dos términos ampliamente discutidos.

En las investigaciones, cuando se habla de sexo se refiere a las diferencias biológicas, anatómicas, fisiológicas y cromosómicas que diferencian a los hombres y a las mujeres, son características con las que se nacen, son inmodificables.

El género es el conjunto de ideas, creencias y atribuciones sociales, que se construyen en cada cultura y momento histórico con base en la diferencia sexual, y no son inmodificables, van cambiando producto de las relaciones sociales. “Conjunto de prácticas, creencias, representaciones y prescripciones sociales que surgen entre los integrantes de un grupo humano en función de una simbolización de la diferencia anatómica entre hombres y mujeres” (Lamas, 2000, p. 3).

En la presente investigación al referirse a género se hace referencia a dos tipos: varón y mujer. Y se pretende estudiar si la actividad física es independiente del género.

2.6. El género y la actividad física

Culturalmente ciertas prácticas físicas han estado asociadas al género de las personas. Así, por ejemplo, practicar vóley suele estar asociado a las mujeres y la práctica fútbol a los varones. Se asocia también a las mujeres con la delicadeza y a los varones con la rudeza, por ello las danzas inclusive tiene sus diferencias. En la Figura 3 se pueden observar algunos estereotipos asociados a los géneros. Existen estudios que evidencian que los varones realizan mayor actividad física en toda su escolaridad que las mujeres (Cocca, 2013).

Las personas que rompen los estereotipos suelen recibir burlas o comentarios sexistas o discriminatorios.

En la adolescencia los varones se orientan más a deportes de competición y se inclinan por actividades físicas de intensidad alta; las mujeres las practican por diversión o para socializar y se inclinan por actividades físicas de intensidad baja (Cocca, 2013).

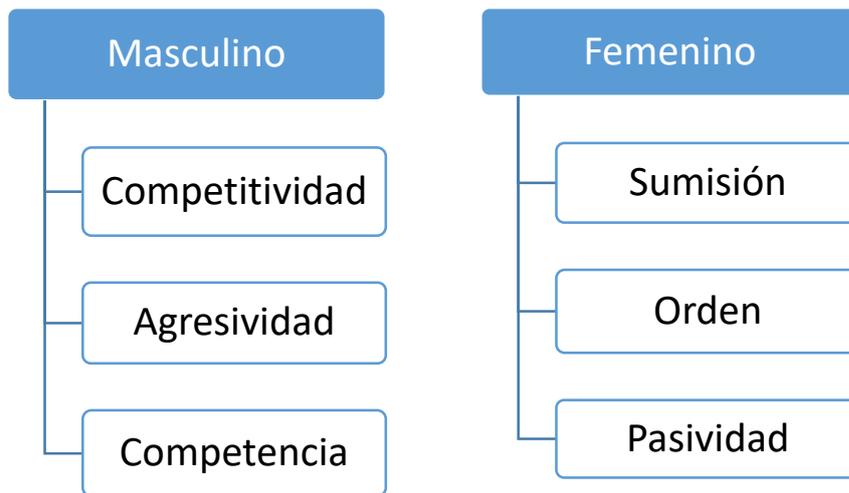


Figura 3. Estereotipos en la Actividad Física

Basado en Rodríguez et. al (citado en Alvariñas et. al, 2009).

2.6. Definiciones de términos básicos.

Actividad física: Es la actividad física saludable que realizan los estudiantes de forma intencional.

Motivación: Es la motivación para realizar actividades físicas saludables.

Autoconcepto físico: Es la percepción que tiene el individuo sobre sí mismo.

Influencia de los pares: Es la influencia que pueden ejercer sobre el individuo sus compañeros o amigos contemporáneos a realizar o no actividades físicas saludables.

Influencia de los padres: Es la influencia que pueden ejercer sobre el individuo sus compañeros o amigos contemporáneos a realizar o no actividades físicas saludables.

Influencia del contexto: Referida a las características del contexto que influyen en la práctica de actividades físicas.

Género: Conjunto de características diferenciadas que cada sociedad asigna a masculino y femenino.

Capítulo III: Marco metodológico

3.1 Enfoque de la investigación

La presente investigación se enmarca en el Enfoque cuantitativo. Para Hernández et al. (2003):

El enfoque cuantitativo utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecida previamente, confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población. (p. 10)

La presente investigación utilizará el método deductivo, el cual parte del estudio de hechos particulares para establecer conclusiones generales. Es decir, se utiliza la lógica para formular conclusiones.

En el método deductivo participan tres momentos de la deducción (Dávila, 2006):

- I. Axiomatización: se parte de postulados que no requieren ser demostrados.
- II. Postulación: Postulados, doctrinas asimiladas o creadas.
- III. Demostración, referido al acto científico propio de los matemáticos, lógicos, filósofos.

3.2 Tipo de la investigación

El presente estudio es de tipo básica. “El científico se preocupa por el desarrollo del conocimiento científico y no se le exige que explique las implicaciones prácticas de su estudio” (Barboza, 2008, p. 38). Las investigaciones de tipo básica buscan incrementar la teoría, probando hipótesis, sin la intención de resolver problemas.

3.3 Diseño de la investigación

La presente investigación utilizará el diseño descriptivo comparativo. Busca caracterizar un fenómeno o hecho en base a la información recogida de varias muestras (Marroquín, 2012). Examinar diferencia en base a la comparación de los resultados encontrados en las mismas.

3.4 Población, muestra y muestreo

Tabla 1

Población de la investigación

Grado	Masculino	Femenino	Total
Tercero	25	25	50
Cuarto	37	31	68
Quinto	33	37	70
Total	95	93	188

La población está conformada por todos los estudiantes matriculados en el tercer, cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui, en el año 2021.

El muestreo es no probabilístico por conveniencia. Se trabaja con los sujetos que voluntariamente deseen participar de la investigación.

3.5 Operacionalización de variables

Tabla 2

Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Actividad Física	“La actividad física se refiere a la energía utilizada para el movimiento. Se trata, por tanto, de un gasto de energía adicional al que necesita el organismo para mantener las funciones vitales tales como respiración, digestión, circulación de la sangre, etc.” (Márquez, Rodríguez y De Abajo, 2006, p. 13).	Autoconcepto Físico	1. ¿Comparado con otros amigos de tu edad, piensas que eres hábil y coordinado, eres bueno haciendo deporte?	A. Tengo mucha dificultad. B. Tengo algo de dificultad. C. Soy hábil. D. Soy muy hábil.
			4. ¿Cómo consideras tu estado de salud?	A. Muy malo B. Regular C. Bueno D. Muy bueno
			7. ¿Cómo consideras tu estado de condición física?	A. Muy malo B. Regular C. Bueno D. Muy bueno
		Motivación	2. ¿Disfrutas haciendo actividad física o un deporte intensamente?	A. Me disgusta B. Poco C. Sí lo disfruto. D. Disfruto mucho.
			5. ¿Disfrutas participando activamente en la clase de Educación Física?	A. Me disgusta B. No disfruto C. Sí lo disfruto D. Lo disfruto mucho

			8. ¿Te animan tus padres a hacer actividad física, te dicen que es buena la actividad física y el deporte?	A. Nunca B. Alguna vez C. Frecuentemente D. Siempre
Influencia del contexto			3. ¿Sueles ver a personas haciendo actividad física o deporte en tu barrio?	A. A ninguna B. A pocas personas C. A bastantes personas. D. A demasiadas personas.
			6. ¿El barrio donde vives es tranquilo para hacer actividad física?	A. Es demasiado intranquilo B. No C. Sí D. Es demasiado tranquilo
			9. ¿Hay zonas de recreo, plazas, gimnasios o parque cerca de tu casa para hacer actividad física?	A. Ninguna B. Muy pocos C. Suficientes lugares o locales D. Demasiados lugares o locales
Género	---	Género		Masculino (1); Femenino (2)
	“Conjunto de prácticas, creencias, representaciones y prescripciones sociales que surgen entre los integrantes de un grupo humano en función de una simbolización de la diferencia anatómica entre hombres y mujeres” (Lamas, 2000, p. 3).			

3.6 Técnicas e instrumento de investigación

3.6.1. Técnica de investigación

La presente investigación utilizará la técnica de la encuesta, que según Marroquín (2012, p. 19), “la encuesta son preguntas orales o escritas que aplica el investigador a una parte de la población denominada muestra poblacional, con la finalidad de obtener informaciones relevantes a su objeto de investigación”. Mediante esta técnica se obtienen los datos de forma masiva, se aplica a un grupo numeroso un cuestionario.

3.6.2. Instrumento de investigación

La presente investigación utilizará como instrumento de investigación el cuestionario sobre Actividades Físicas. El que consta de 9 preguntas con opciones de respuesta. Su elaboración se ha basado en lo propuesto por Cocca (2012).

El cuestionario permite obtener una puntuación mínima de 9 y máxima de 36 puntos. Para el análisis de los resultados se han establecido los siguientes baremos:

Tabla 3

Baremos y niveles del instrumento

Niveles	Baja		Moderada		Alta	
	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo
<i>Actividad Física</i>	9	18	19	27	28	36
<i>Autoconcepto Físico</i>	3	6	7	9	10	12
<i>Motivación</i>	3	6	7	9	10	12
<i>Influencia del contexto</i>	3	6	7	9	10	12

3.7. Validez del instrumento de investigación

El presente instrumento de investigación denominado: cuestionario sobre Actividades Físicas, permite evaluar la variable Actividades Físicas. El cual ha sido validado a través del juicio de expertos, en el cual profesionales concedores del presente tema de investigación, han dado validez de este.

A continuación, se presentan en la Tabla 4, los expertos consultados:

Tabla 4

Expertos evaluadores del instrumento de investigación

Grado académico	Apellidos y nombres	Especialidad	Institución de procedencia
Magíster	Taboada Jiménez, Alberto	Matemática e Informática	I.E.S.P.P. Jorge Basadre
Profesor	López Cárdenas, Berzabeth	Educación Física	I.E. 40488 Ernesto De Olazabal Llosa
Magíster	Cayllahua Quispe, Virginia	Ciencias Sociales	I.E. Antero Efrain Ugarte Vizcarra
Profesor	Aychasi Mamani, Edgar	Educación Física	I.E. 40302 Pascana

3.8 Confiabilidad de instrumento de investigación

El cuestionario sobre Actividades Físicas ha sido sometido a una prueba de confiabilidad, superando con éxito. Obtuvo un Alfa de Cronbach de 0,936

Tabla 5

Estadísticos de fiabilidad según el Alfa de Cronbach

Alfa de Cronbach	N de elementos
,936	9

Capítulo IV: Resultados

. 4.1 Participantes

Tabla 6

Participantes por género

Genero	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	18	43.90%
Femenino	23	56.10%
Total	41	134.36%

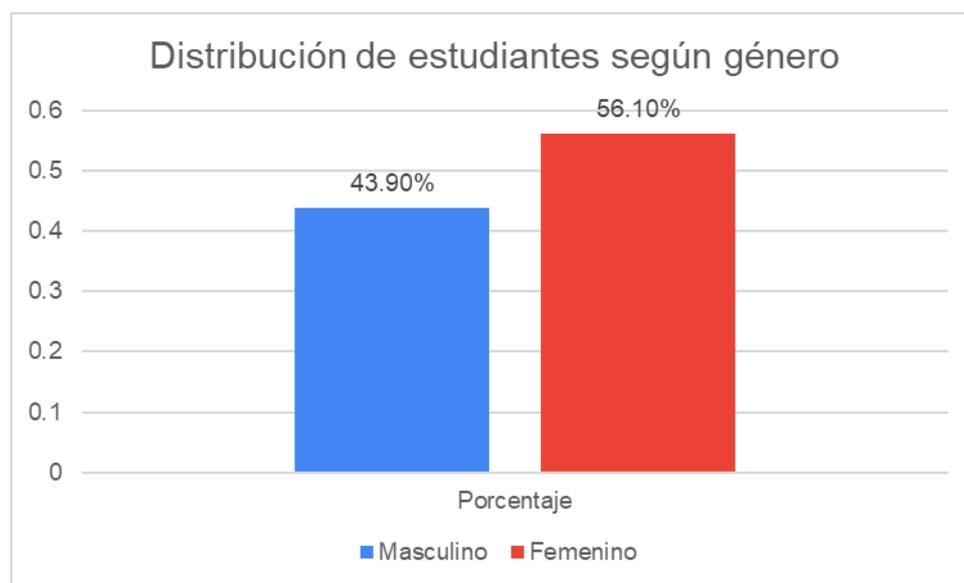


Figura 4. Participantes por género

Los participantes en el presente estudio fueron 41 estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui, de los cuales 23 son femeninos que representa el 56.10%. Asimismo, 18 masculinos representando el 43.90%. La mayoría pertenece a al género femenino. Es muy importante resaltar que todos los estudiantes participantes son sujetos voluntarios.

4.2 Resultados inferenciales y descriptivos de la variable y dimensiones

4.2.1. Prueba de normalidad de los datos

Tabla 7

Resultados de la prueba de normalidad con el test Shapiro-Wilk

Variables	Estadístico	gl	Sig.
Autoconcepto Físico	,947	41	,054*
Motivación	,936	41	,022
Influencia del Contexto	,972	41	,390*
Actividad Física	,963	41	,208*

* $p > 0,05$

En la Tabla 7 se observa que en cada uno de los grupos el tamaño de la muestra es menor de 50, por ese motivo se utiliza el test de Shapiro-Wilk. De los resultados de la prueba Shapiro-Wilk en la Tabla 7, se tiene que el valor p de significancia del estadístico de la prueba de la mayoría de las variables es mayor a 0,05; por lo que se acepta la hipótesis nula de normalidad de las variables. Para las variables con distribución normal se trabajará con la Prueba T de student para muestra independiente, y para las variables con distribución no normal se trabajará con la Prueba U de Mann-Whitney.

4.2.2. Comparación de la variable Actividad Física según género

HG: *Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de las Actividades Físicas de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021*

Tabla 8

Prueba T para muestra independiente en la variable Actividad Física

Variable	Grupos	N	Media	Desviación típ.	t	Sig.
Actividad Física	Masculino	18	25,44	3,838	2,950	,005
	Femenino	23	22,09	3,437		

p<0,05

En la Tabla 8, al realizar el análisis de la diferencia de la variable Actividad Física según género, realizado mediante la prueba T para muestra independiente, indica que existen diferencias estadísticamente significativas (Sig.=,005; t=2,950), notándose mayor media en el grupo Masculino (Media=25,44) que el grupo Femenino (Media=22,09). Los resultados obtenidos permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación, pudiendo afirmar que: *Los estudiantes del género masculino tienen mejor Actividad Física que las estudiantes del género femenino, en la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021.*

Tabla 9

Comparación de los niveles de Actividad Física según género

Nivel	Género masculino		Género femenino	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	0	0.00%	4	17.39%
Moderada	12	66.67%	18	78.26%
Alta	6	33.33%	1	4.35%
Total	18	100.00%	23	100.00%

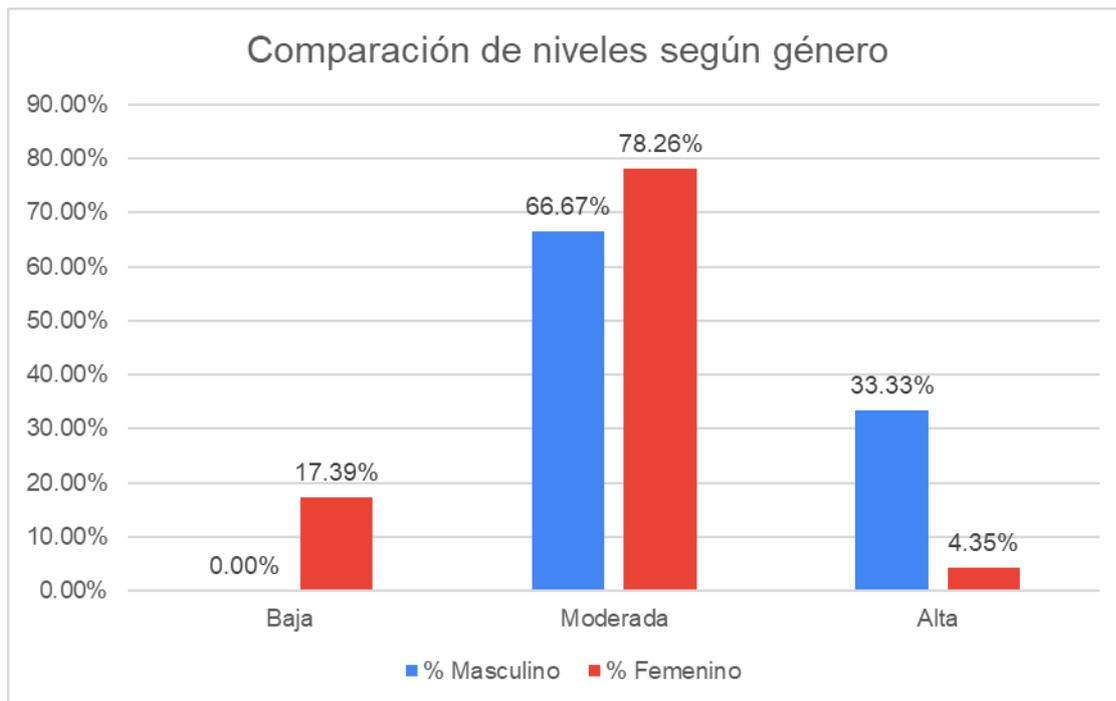


Figura 5. Comparación de los niveles de Actividad Física según género.

En relación a la Tabla 9 y Figura 5, es importante resaltar que el porcentaje mayor del género masculino lo obtiene el nivel Moderada Actividad Física con el valor de 66.67%; mientras el porcentaje menor recae en el nivel Baja Actividad Física, con la ponderación de 0.00%; también es importante resaltar que el 33.33% está en el nivel Alta Actividad Física. Por otro lado, el porcentaje mayor del género femenino, lo obtiene el nivel Moderada Actividad Física con el valor de 78.26%; mientras el porcentaje menor recae en el nivel Alta Actividad Física con la ponderación de 4.35%. En consecuencia, estos resultados nos indican que las estudiantes del género femenino deben recibir una intervención, a fin de que el 17.39% de ellas supere el nivel de Baja Actividad Física. Ambos grupos, masculinos y femeninos, requieren que se mejoren los porcentajes que se ubican en el nivel Moderada Actividad Física y que se logre ubicar en Alta Actividad Física.

4.2.3. Comparación de la dimensión Autoconcepto Físico según género

HE1: *Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de la dimensión Autoconcepto Físico de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.*

Tabla 10

Prueba T para muestra independiente en la dimensión Autoconcepto Físico

Dimensión	Grupos	N	Media	Desviación típ.	t	Sig.
Autoconcepto Físico	Masculino	18	8,94	,998	4,714	,000*
	Femenino	23	7,22	1,278		

$p < 0,05$

En la Tabla 10, al realizar el análisis de la diferencia de la dimensión Autoconcepto Físico según género, realizado mediante la prueba T para muestra independiente, indica que existen diferencias estadísticamente significativas (Sig.=,000; t=4,714), notándose mayor media en el grupo Masculino (Media=8,94) que el grupo Femenino (Media=7,22). Los resultados obtenidos permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación, pudiendo afirmar que: *Los estudiantes del género masculino tienen mejor Autoconcepto Físico que las estudiantes del género femenino, en la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021.*

Tabla 11

Comparación de los niveles de Autoconcepto Físico según género

Nivel	Género masculino		Género femenino	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	0	0.00%	7	30.43%
Moderada	14	77.78%	15	65.22%
Alta	4	22.22%	1	4.35%
Total	18	100.00%	23	100.00%

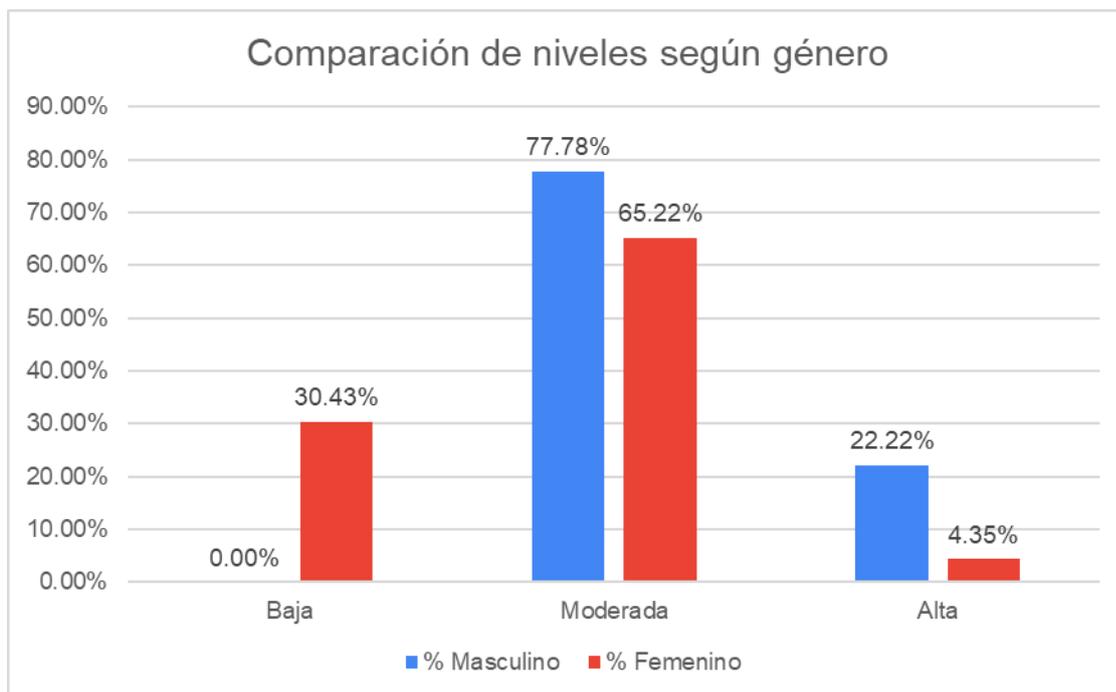


Figura 6. Comparación de los niveles de Autoconcepto Físico según género.

En relación a la Tabla 11 y Figura 6, es importante resaltar que el porcentaje mayor del género masculino lo obtiene el nivel Moderado Autoconcepto Físico con el valor de 77.78%; mientras el porcentaje menor recae en el nivel Bajo Autoconcepto Físico, con la ponderación de 0.00%; también es importante resaltar que el 22.22% está en el nivel Alto Autoconcepto Físico. Por otro lado, el porcentaje mayor del género femenino, lo obtiene el nivel Moderado Autoconcepto Físico con el valor de 65.22%; mientras el porcentaje menor recae en el nivel Alto Autoconcepto Físico con la ponderación de 4.35%. En consecuencia, estos resultados nos indican que las estudiantes del género femenino deben recibir una intervención, a fin de que el 30.43% de ellas supere el nivel de Bajo Autoconcepto Físico. Ambos grupos, masculinos y femeninos, requieren que se mejoren los porcentajes que se ubican en el nivel Moderado Autoconcepto Físico y que se logre ubicar en Alto Autoconcepto Físico.

4.2.4. Comparación de la dimensión Motivación según género

HE2: *Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de la dimensión Motivación de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.*

Tabla 12

Prueba U de Mann-Whitney para muestra independiente en la dimensión Motivación

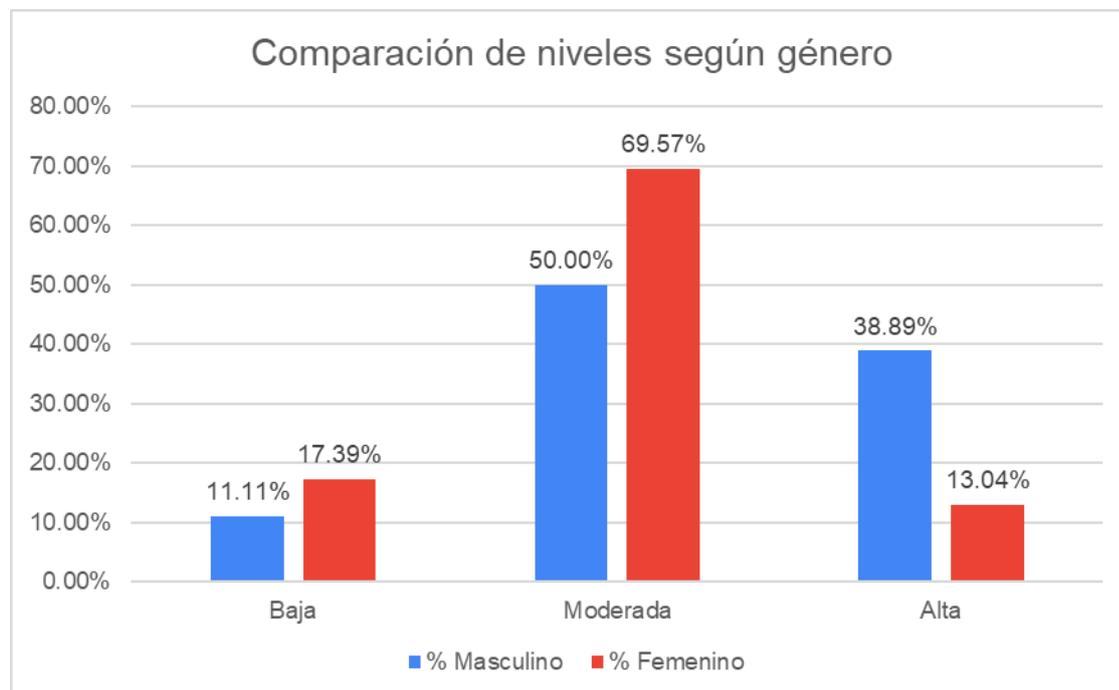
Dimensión	Grupos	N	Mediana	Rango intercuartil	z	Sig.
Motivación	Masculino	18	8,50	7	-1,418	,156*
	Femenino	23	8,00	7		

p>0,05

En la Tabla 12, al realizar el análisis de la diferencia de la dimensión Motivación según género, realizado mediante la Prueba U de Mann-Whitney para muestra independiente, indica que no existen diferencias estadísticamente significativas (Sig.= ,156; z=-1,418), a pesar de que se note mayor mediana en el grupo Masculino (Media=8,50) que el grupo Femenino (Media=8,00). Los resultados obtenidos permiten aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación, pudiendo afirmar que: *La Motivación por la Actividad Física es independiente del género de los estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021. Los estudiantes masculinos y femeninos tienen la misma motivación por la Actividad Física.*

Tabla 13*Comparación de los niveles de Motivación según género*

Nivel	Género masculino		Género femenino	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	2	11.11%	4	17.39%
Moderada	9	50.00%	16	69.57%
Alta	7	38.89%	3	13.04%
Total	18	100.00%	23	100.00%

**Figura 7.** Comparación de los niveles de Motivación según género.

En relación con la Tabla 13 y Figura 7, es importante resaltar que el porcentaje mayor del género masculino lo obtiene el nivel Moderada Motivación con el valor de 50.00%; mientras el porcentaje menor recae en el nivel Baja Motivación, con la ponderación de 11.11%; también es importante resaltar que el 38.89% está en el nivel Alta Motivación. Por otro lado, el porcentaje mayor del género femenino, lo obtiene el nivel Moderada Motivación con el valor de 69.57%; mientras el porcentaje menor recae en el nivel Alta Motivación con la ponderación de 13.04%; además, el 17.39% se ubica en el nivel Baja Motivación. Sobre

esta descripción es preciso señalar que según los resultados mostrados en la Tabla 12, ambos grupos son igual respecto a la distribución de los casos. En consecuencia, estos resultados nos indican que las estudiantes de ambos géneros deben recibir una intervención para pasar inicialmente del nivel Baja Motivación al de Moderada Motivación, así mismo, los estudiantes del nivel Moderada Motivación pasar al nivel Alta Motivación.

4.2.5. Comparación de la dimensión Influencia del contexto según género

HE3: *Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de la dimensión Influencia del contexto de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.*

Tabla 14

Prueba T para muestra independiente en la dimensión Influencia del contexto

Dimensión	Grupos	N	Media	Desviación típ.	t	Sig.
Influencia del contexto	Masculino	18	7,56	1,854	1,198	,238*
	Femenino	23	6,87	1,792		

$p < 0,05$

En la Tabla 14, al realizar el análisis de la diferencia de la dimensión Influencia del contexto según género, realizado mediante la prueba T para muestra independiente, indica que no existen diferencias estadísticamente significativas (Sig.= ,238; $t=1,198$); sin embargo, al comparar las medias se nota mayor media en el grupo Masculino (Media=7,56) que el grupo Femenino (Media=6,87), esta supuesta diferencia no debe tomarse en cuenta porque el valor de significancia indica lo contrario. Los resultados obtenidos permiten aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación, pudiendo afirmar que: *La Influencia del contexto en la Actividad Física es independiente del género de los estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021. Los*

estudiantes masculinos y femeninos tienen la misma Influencia del contexto en la Actividad Física.

Tabla 15

Comparación de los niveles de Influencia del contexto según género

Nivel	Género masculino		Género femenino	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	7	38.89%	8	34.78%
Moderada	7	38.89%	14	60.87%
Alta	4	22.22%	1	4.35%
Total	18	100.00%	23	100.00%

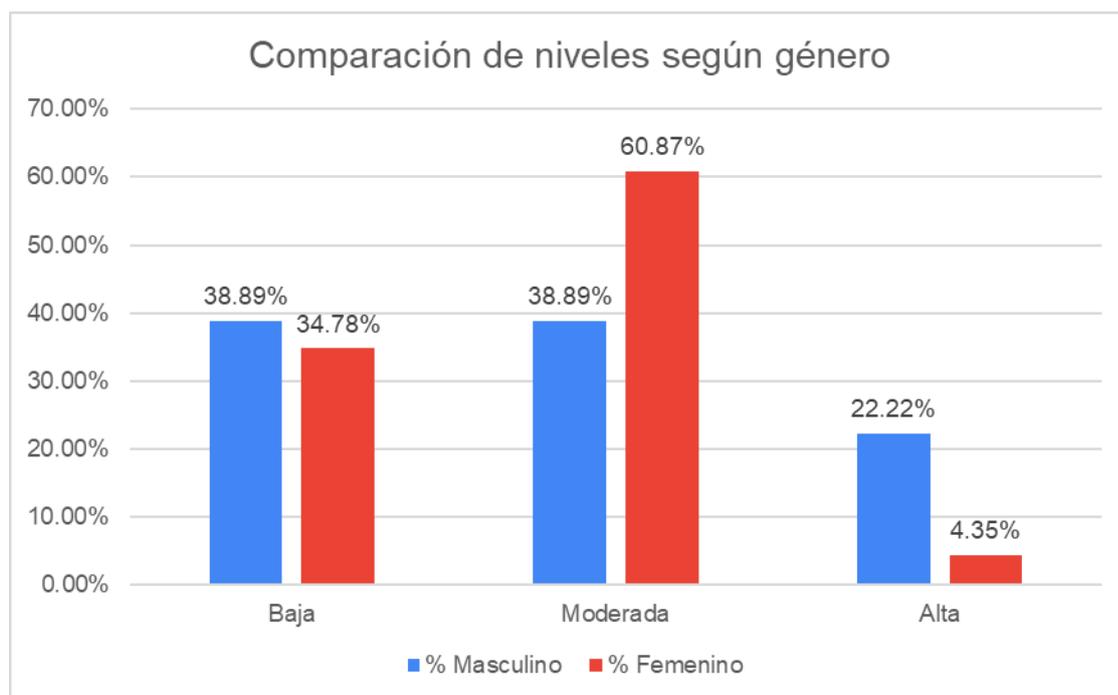


Figura 8. Comparación de los niveles de Influencia del contexto según género.

En relación con la Tabla 15 y Figura 8, es importante resaltar que el porcentaje mayor del género masculino lo obtienen el nivel Moderada y Baja Influencia del contexto con el valor de 38.89%; mientras el porcentaje menor recae en el nivel Alta Influencia del contexto, con la ponderación de 22.22%. Por otro lado, el porcentaje mayor del género femenino, lo

obtiene el nivel Moderada Influencia del contexto con el valor de 60.87%; mientras el porcentaje menor recae en el nivel Alta Influencia del contexto con la ponderación de 4.35%; además, el 34.78% se ubica en el nivel Baja Influencia del contexto. Sobre esta descripción es preciso señalar que según los resultados mostrados en la Tabla 14, ambos grupos son iguales respecto a la distribución de los casos. En consecuencia, estos resultados nos indican que los estudiantes de ambos géneros deben recibir una intervención para pasar inicialmente del nivel Baja Influencia del contexto al de Moderada Influencia del contexto, así mismo, los estudiantes del nivel Moderada Influencia del contexto pasar al nivel Alta Influencia del contexto.

Discusión

El objetivo principal en la presente investigación fue: Determinar la diferencia de las Actividades Físicas de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género. Se ha pretendido establecer la Actividad Física depende del género de los adolescentes, como lo afirma Cocca (2013) en un estudio efectuado en España, donde halló que la actividad física de los varones es diferente que al de las mujeres adolescentes.

En el contexto actual de la pandemia del Covid-19 las condiciones del entorno donde desarrolló Cocca (2013) su estudio ha cambiado: territorio, cultura y condiciones de encierro. Por esta razón, inclusive el instrumento de recolección de datos formulado por el mismo autor ha debido de adaptarse a esta realidad de trabajo para ser aplicados de forma virtual. Así se hizo, obteniéndose un cuestionario sobre Actividad Física que puede ser aplicado en una encuesta virtual; superando exitosamente prueba de validez de contenido (juicio de expertos) y de confiabilidad (Alfa de Cronbach=,936). Por tanto, los datos obtenidos son también válidos y confiables.

Para establecer la muestra se ha recurrido al muestreo no probabilístico por conveniencia. Se ha trabajado con 41 estudiantes de 188 matriculados en tercer, cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui. Han participado 18 estudiantes masculinos de 95 matriculados, y 23 estudiantes femeninos de 93 matriculadas. Los estudiantes que han participado son estudiantes voluntarios, por tal motivo se debe tener mucho cuidado en generalizar los resultados a toda la población.

Los resultados que se han obtenido, en la Tabla 8 permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación, pudiendo afirmar que: *Los estudiantes del género*

masculino tienen mejor Actividad Física que las estudiantes del género femenino, en la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021.

Los resultados obtenidos en la presente investigación están en la misma línea de los hallados por Cocca (2013), Oliveira y Parra (2018), Galindo (2019) y Sanz et. al (2020). La Actividad Física de los adolescentes dependen del género. Los varones tienen mejor actividad física que las mujeres. Al respecto Cocca (2013) afirma que en la adolescencia los varones se orientan más a deportes de competición y se inclinan por actividades físicas de intensidad alta; las mujeres las practican por diversión o para socializar y se inclinan por actividades físicas de intensidad baja.

Sobre el Objetivo Específico 1. Determinar la diferencia en la dimensión Autoconcepto Físico de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género. Los resultados obtenidos y que se muestran en la Tabla 10, permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de investigación, pudiendo afirmar que: *Los estudiantes del género masculino tienen mejor Autoconcepto Físico que las estudiantes del género femenino, en la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021.*

Los resultados obtenidos en la presente investigación están en la misma línea de los hallados por Cocca (2013), Oliveira y Parra (2018), Galindo (2019) y Sanz et. al (2020). El Autoconcepto Físico de los adolescentes dependen del género. Los varones tienen mejor Autoconcepto Físico que las mujeres. Para Franzoi y Shields (1984) el Autoconcepto físico tiene tres dimensiones: habilidad física, apariencia física y conductas de control de peso. Los resultados indican que el Autoconcepto que tienen las mujeres sobre su habilidad física, su apariencia y sobre su control de peso es diferente a la de los hombres.

Sobre el Objetivo Específico 2. Determinar la diferencia en la dimensión Motivación de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género. Los resultados obtenidos y que se muestran en la Tabla 12, permiten aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación, pudiendo afirmar que: *La Motivación por la Actividad Física es independiente del género de los estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021. Los estudiantes masculinos y femeninos tienen la misma motivación por la Actividad Física.*

Los resultados obtenidos en la presente investigación difieren de los hallados por Cocca (2013), Oliveira y Parra (2018), Galindo (2019) y Sanz et. al (2020). La Motivación de los adolescentes no dependen del género. Los varones y mujeres tienen la misma Motivación. (Cocca, 2013) afirma que en la adolescencia la Motivación por realizar Actividad Física intensa es extrínseca. Esto quiere decir que para varones y mujeres lo que les motiva o no realizar Actividad física intensa son agentes externos: presión o exigencia de sus padres u otros o por competición.

Sobre el Objetivo Específico 3. Determinar la diferencia en la dimensión Influencia del contexto de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género. Los resultados obtenidos y que se muestran en la Tabla 14, permiten aceptar la hipótesis nula y rechazar la hipótesis de investigación, pudiendo afirmar que: *La Influencia del contexto en la Actividad Física es independiente del género de los estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021. Los estudiantes masculinos y femeninos tienen la misma Influencia del contexto en la Actividad Física.*

Los resultados obtenidos en la presente investigación difieren de los hallados por Cocca (2013), Oliveira y Parra (2018), Galindo (2019) y Sanz et. al (2020). La Influencia del

contexto de los adolescentes no dependen del género. Varones y mujeres tienen la misma Influencia del Contexto. La Influencia que se ha estudiado es la referida a la ejercida por los padres, por los pares y por el entorno; todos ellos ejercen la misma influencia para ambos géneros. Al respecto Cocca (2013) afirma que estos agentes influyen en la posibilidad de realizar actividad física, pero no determina que se haga.

Conclusiones

Primera: Los estudiantes del género masculino tienen mejor Actividad Física que las estudiantes del género femenino, en la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021.

Segunda: Los estudiantes del género masculino tienen mejor Autoconcepto Físico que las estudiantes del género femenino, en la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021.

Tercera: La Motivación por la Actividad Física es independiente del género de los estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021. Los estudiantes masculinos y femeninos tienen la misma motivación por la Actividad Física.

Cuarta: La Influencia del contexto en la Actividad Física es independiente del género de los estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui – 2021. Los estudiantes masculinos y femeninos tienen la misma Influencia del contexto en la Actividad Física.

Recomendaciones

Recomendación 1: Implementar un plan de estudios que mejore la Actividad Física de estudiantes de ambos géneros de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui.

Recomendación 2: Implementar un plan de estudios que mejore el Autoconcepto Físico por las Actividades Física de estudiantes de ambos géneros de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui.

Recomendación 3: Implementar una campaña de sensibilización para incrementar la Motivación por las Actividades Física de estudiantes de ambos géneros de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui.

Recomendación 4: La municipalidad provincial de Islay debe mejorar las Condiciones del contexto para que favorezca el incremento de la Actividad Física de estudiantes de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui.

Referencias

- Aguilar, J. y Yopla, J. (2018). *Actividad Física y Bienestar Psicológico de los Adolescentes Escolares*. (Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, Perú). Recuperado de <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/736>
- Alvariñas, M., Fernandez, M. y López, C. (2009). *Actividad física y percepciones sobre deporte y género*. Recuperado de <http://reined.webs.uvigo.es/index.php/reined/article/view/58/48>
- Arbos, M. (2017). *Actividad Física y Salud en Estudiantes Universitarios desde una perspectiva salutogénica*. (Tesis de doctorado, Universitat de les Illes Balears, Islas Baleares, España). Recuperado de https://www.unisaludables.es/media/docs/TESIS/TESIS_Maite.pdf
- Barboza, L. (2008). *Investigación básica, aplicada y evaluativa: cuestion es de campo e implicancias para Uruguay*. Recuperado de <https://revistas.ucu.edu.uy/index.php/paginasdeeducacion/article/view/711>
- Campojó, L. (2018). *La actividad física y el rendimiento académico en estudiantes*
- Cocca, A. (2013). Análisis del nivel de actividad física y los factores relacionados con la salud psicofísica en jóvenes granadinos. Universidad de Granada. Recuperado de <https://digibug.ugr.es/handle/10481/24555>
- Crisóstomo, B., Mardones, L. y Yáñez, R. (2021). *Estudio de la actividad física de estudiantes de 8 año básico y 3 año medio del Colegio Salesianos de Concepción en clases no presenciales durante la pandemia COVID 19*. (Tesis de licenciatura, Universidad de Concepción, Concepción, Chile). Recuperado de <http://repositorio.udec.cl/xmlui/handle/11594/4912>

- Dávila, G. (2006). *El razonamiento inductivo y deductivo dentro del proceso investigativo en ciencias experimentales y sociales*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/761/76109911.pdf>
- de tercer año de secundaria en un colegio de Pueblo Libre*. (Tesis de maestría, Universidad César Vallejo, Lima, Perú). Recuperado de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/14244>
- Esnaola, I. (2008). *El autoconcepto físico durante el ciclo vital*. Recuperado de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/31631/30731>
- Franzoi, S. L., & Shields, S. A. (1984). *The Body Esteem Scale: Multidimensional structure and sex differences in a college population*. Recuperado de https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4802_12
- Galindo, F. (2019). *La actividad física y el cumplimiento de las recomendaciones en adolescentes escolares de la ciudad de Neiva (Colombia)*. (Tesis doctoral, Universidad de Valencia, Valencia, España). Recuperado de <https://roderic.uv.es/handle/10550/73164>
- Granda, J., Alemany, I. y Aguilar, N. (2018). *Género y relación con la práctica de la actividad física y el deporte*. Recuperado de [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2018/2\).132.09](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2018/2).132.09)
- Granda, J., Alemany, I. y Aguilar, N. (2018). *Género y relación con la práctica de la actividad física y el deporte*. Recuperado de <https://revista-apunts.com/genero-y-relacion-con-la-practica-de-la-actividad-fisica-y-el-deporte/>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill Interamericana, México, D.F.
- Hernandez, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F., México: McGRAW - Hill Interamericana de México.

- Lamas, M. (2000). Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/351/35101807.pdf>
- Márquez, S., Rodríguez, J. y De Abajo, S. (2006). *Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física*. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/41584471.pdf>
- Marroquín, R. (2012). *Metodología de la investigación*. Recuperado de http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf
- Muntané, J. (2010). Introducción a la investigación básica. Revisiones temáticas. Recuperado de <https://www.sapd.es/revista/2010/33/3/03/pdf>
- Oliveira, V. y Parra, J. (2018). *Género y práctica de ejercicio físico de adolescentes y universitarios*. Recuperado de <https://www.scielo.br/j/cp/a/RjLPdjxxN3sKLkBYNQkXsSb/?lang=es&format=pdf>
- Quíñonez, L. (2018). *Comportamiento sedentario y actividad física en relación al índice de masa corporal en adolescentes de una Institución Educativa Privada de San Juan de Lurigancho. Lima, 2017*. (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú). Recuperado de <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/9394>
- Sanz, D., Ruiz, G. y Fernández, E. (2020). *Relación entre la práctica de actividad física y el apoyo social percibido de los adolescentes de la provincia de Soria*. Recuperado de <https://revistas.um.es/sportk/article/view/431141/283541>
- Stein, A. (2016). *Relación entre actividad física, salud percibida, bienestar subjetivo, depresión y enfermedades crónicas en personas mayores*. (Tesis doctoral, Universidad de León, León, España). Recuperado de <https://buleria.unileon.es/handle/10612/5437>
- Tarqui, C., Alvarez, D. y Espinoza, P. (2017). *Prevalencia y factores asociados a la baja actividad física de la población peruana*. Centro Nacional de Alimentación y Nutrición,

Instituto Nacional de Salud. Lima, Perú. Recuperado de <https://revista.nutricion.org/PDF/TARQUIMA.pdf>

Wigfield, A. y Eccles, J. (2000). Expectancy-Value Theory of Achievement Motivation.

Recuperado de <https://acmd615.pbworks.com/f/ExpectancyValueTheory.pdf>

Apéndices

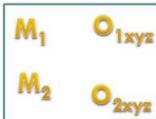
Apéndice A: Matriz de Consistencia

Apéndice B: Instrumento de evaluación de la investigación

Apéndice C: Validez formato de jueces

Apéndice D: Matriz de datos

Apéndice A: Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	POBLACIÓN Y MUESTRA	METODOLOGIA	INSTRUMENTOS Y TÉCNICAS
<p>Problema Principal</p> <p>¿Cuál es la diferencia de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la diferencia de las Actividades Físicas de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de las Actividades Físicas de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.</p>	<p>X: Actividad Física</p>	<p>Variable X</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoconcepto físico • Motivación • Influencia del contexto 	<p>Población</p> <p>Estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.</p>	<p>Enfoque:</p> <p>Tipo: básica</p> <p>Diseño: Descriptivo comparativo</p> <p>Nivel: Descriptivo</p> <p>Método:</p>	<p>Técnica: La escuela</p> <p>Instrumentos: Cuestionario de Actividades Físicas</p>
<p>Problemas específicos</p> <p>1. ¿Cuál es la diferencia en la dimensión <u>Autoconcepto Físico</u> de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género?</p> <p>2. ¿Cuál es la diferencia en la dimensión <u>Motivación</u> de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género?</p> <p>3. ¿Cuál es la diferencia en la dimensión <u>Influencia del contexto</u> de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género?</p>	<p>Objetivos Específicos</p> <p>1. Determinar la diferencia en la dimensión <u>Autoconcepto Físico</u> de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género</p> <p>2. Determinar la diferencia en la dimensión <u>Motivación</u> de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género</p> <p>3. Determinar la diferencia en la dimensión <u>Influencia del contexto</u> de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021, según género</p>	<p>Hipótesis Específicas</p> <p>1. Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de la dimensión <u>Autoconcepto Físico</u> de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.</p> <p>2. Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de la dimensión <u>Motivación</u> de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.</p> <p>3. Existe diferencia significativa entre hombres y mujeres respecto de la dimensión <u>Influencia del contexto</u> de la Actividad Física de los estudiantes del VII Ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021.</p>	<p>Y: Genero</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hombre • Mujer 	<p>Muestra: No se trabajará con una muestra, se trabajará con toda la población. Por tal motivo la investigación es censal</p>	 <p>M1 = muestra 1 M2 = muestra 2 O1 = Observación 1 O2 = Observación 2</p>	

Apéndice B: Instrumento de evaluación de la investigación

CUESTIONARIO SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA

Señorita/joven:

Estamos realizando una investigación titulada: "Análisis comparativo de la actividad física según género de los estudiantes de VII ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021". A continuación, te invitamos a responder el cuestionario sobre Actividad Física que realizas.

Los datos son confidenciales, siempre protegeremos tu identidad.

I. Datos informativos

1.1. Grado de estudios:

- A. Tercero de secundaria
- B. Cuarto de secundaria
- C. Quinto de secundaria

1.2. Género

- A. Masculino
- B. Femenino

II. Actividad Física

1. ¿Comparado con otros amigos de tu edad, piensas que eres hábil y coordinado, eres bueno haciendo deporte?

- A. Tengo mucha dificultad.
- B. Tengo algo de dificultad.
- C. Soy hábil.
- D. Soy muy hábil.

2. ¿Disfrutas haciendo actividad física o un deporte intensamente?

- A. Me disgusta
- B. Poco
- C. Sí lo disfruto.
- D. Disfruto mucho.

3. ¿Sueles ver a personas haciendo actividad física o deporte en tu barrio?

- A. A ninguna
- B. A pocas personas
- C. A bastantes personas.
- D. A demasiadas personas.

4. ¿Cómo consideras tu estado de salud?
- A. Muy malo
 - B. Regular
 - C. Bueno
 - D. Muy bueno
5. ¿Disfrutas participando activamente en la clase de Educación Física?
- A. Me disgusta
 - B. No disfruto
 - C. Sí lo disfruto
 - D. Lo disfruto mucho
6. ¿El barrio donde vives es tranquilo para hacer actividad física?
- A. Es demasiado intranquilo
 - B. No
 - C. Sí
 - D. Es demasiado tranquilo
7. ¿Cómo consideras tu estado de condición física?
- A. Muy malo
 - B. Regular
 - C. Bueno
 - D. Muy bueno
8. ¿Te animan tus padres a hacer actividad física, te dicen que es buena la actividad física y el deporte?
- A. Nunca
 - B. Alguna vez
 - C. Frecuentemente
 - D. Siempre
9. ¿Hay zonas de recreo, plazas, gimnasios o parque cerca de tu casa para hacer actividad física?
- A. Ninguna
 - B. Muy pocos
 - C. Suficientes lugares o locales
 - D. Demasiados lugares o locales

Apéndice C: Validez formato de jueces

FORMATO DE JUICIO DE EXPERTO PARA VALIDAR INSTRUMENTO



INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO

JORGE BASADRE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE JUICIO DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante...: Aychasi Mamani, Edgar
1.2 Cargo e institución donde labora.....: Profesor, I.E. 40502 Pascana
1.3 Nombre del instrumento.....: Cuestionario sobre Actividades Físicas
1.4 Título de la tesis.....: Análisis comparativo de la actividad física según género de los estudiantes de VII ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021
1.5 Autores del instrumento.....: Jahuira Coila, Elvert Santiago; Condori Mamani, Rossy Luz; Torres Corimanya, Paul Martin; y Huamán Chara, Jhon Antonio

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Indicadores	CRITERIOS	Deficiente (01-20)	Regular (21-40)	Buena (41-60)	Muy buena (61-80)	Excelente (81-100)
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado				80	
2. ORGANIZACIÓN	Existe una organización				80	
3. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos				80	
4. METODOLOGIA	Propósito del diagnóstico				80	
5. PERTINENTE	Mide los objetivos planteados.				80	

III Opinión de Aplicabilidad: Aplicable

IV Promedio de valoración: 80

Experto: Aychasi Mamani, Edgar

Teléfono: 939033395

Mollendo, 29 de octubre del 2021

Firma de experto informante

DNI: 30843693

FORMATO DE JUICIO DE EXPERTO PARA VALIDAR INSTRUMENTO



INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO

JORGE BASADRE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE JUICIO DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante.: López Cárdenas, Berzabeth
1.2 Cargo e institución donde labora.....: Docente - I.E. 40488 Ernesto de Olazabal Llosa
1.3 Nombre del instrumento.....: Cuestionario sobre Actividades Físicas
1.4 Título de la tesis.....: Análisis comparativo de la actividad física según género de los estudiantes de VII ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021
1.5 Autores del instrumento.....: Jahuira Coila, Elvert Santiago; Condori Mamani, Rossy Luz; Torres Corimanya, Paul Martín; y Huamán Chara, Jhon Antonio

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Indicadores	CRITERIOS	Deficiente (01-20)	Regular (21-40)	Buena (41-60)	Muy buena (61-80)	Excelente (81-100)
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado				80	
2. ORGANIZACIÓN	Existe una organización				80	
3. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos				80	
4. METODOLOGIA	Propósito del diagnóstico				80	
5. PERTINENTE	Mide los objetivos planteados.				80	

III Opinión de Aplicabilidad: Aplicable

IV Promedio de valoración: 80

Experto: López Cárdenas, Berzabeth

Teléfono: 944635062

Mollendo, 29 de octubre del 2021


Firma de experto informante

DNI: 30846511

FORMATO DE JUICIO DE EXPERTO PARA VALIDAR INSTRUMENTO



INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO **JORGE BASADRE** CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE JUICIO DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante.: Cayllahua Quispe, Virginia
1.2 Cargo e institución donde labora.....: Docente - I.E. Antero Efraín Ugarte Vizcarra
1.3 Nombre del instrumento.....: Cuestionario sobre Actividades Físicas
1.4 Título de la tesis.....: Análisis comparativo de la actividad física según género de los estudiantes de VII ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021
1.5 Autores del instrumento.....: Jahuira Coila, Elvert Santiago; Condori Mamani, Rossy Luz; Torres Corimanya, Paul Martín; y Huamán Chara, Jhon Antonio

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Indicadores	CRITERIOS	Deficiente (01-20)	Regular (21-40)	Buena (41-60)	Muy buena (61-80)	Excelente (81-100)
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado				80	
2. ORGANIZACIÓN	Existe una organización				80	
3. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos				80	
4. METODOLOGIA	Propósito del diagnóstico				80	
5. PERTINENTE	Mide los objetivos planteados.				80	

III Opinión de Aplicabilidad: Aplicable

IV Promedio de valoración: 80

Experto: Cayllahua Quispe, Virginia

Teléfono: 931815320

Mollendo, 29 de octubre del 2021

Firma de experto informante

DNI: 29708456



INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO
JORGE BASADRE

FORMATO DE JUICIO DE EXPERTO PARA VALIDAR INSTRUMENTO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE JUICIO DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante.: Taboada Jiménez, Alberto
1.2 Cargo e institución donde labora.....: I.E.S.P.P Jorge Basadre
1.3 Nombre del instrumento.....: Cuestionario sobre Actividad Física
1.4 Título de la tesis.....: Análisis comparativo de la actividad física según género de los estudiantes de VII ciclo de la I.E. 40474 José Carlos Mariátegui de Mollendo – 2021
1.5 Autores del instrumento.....: Jahuira Coila, Elvert Santiago; Condori Mamani, Rossy Luz; Torres Corimanya, Paul Martin; y Huamán Chara, Jhon Antonio

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente (01-20)	Regular (21-40)	Buena (41-60)	Muy buena (61-80)	Excelente (81-100)
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado				78%	
2. ORGANIZACIÓN	Existe una organización				82%	
3. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos				79%	
4. METODOLOGIA	Propósito del diagnóstico				81%	
5. PERTINENTE	Mide los objetivos planteados.				80%	

III Opinión de Aplicabilidad: El instrumento es aplicable.

IV Promedio de valoración: 80%
Experto: Alberto Taboada Jiménez
Teléfono: 964311655
Mollendo, 28 de octubre de 2021

Firma de experto informante
DNI: 09456173

Apéndice D: Matriz de datos

N°	Género	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	Autoconcepto Físico (ACF)	Motivación (M)	Influencia del contexto (IC)	Actividad Física (AF)	Nivel ACF	Nivel M	Nivel IC	Nivel AF
1	1	3	4	4	3	4	3	3	4	2	9	12	9	30	Moderada	Alta	Moderada	Alta
2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	6	8	7	21	Baja	Moderada	Moderada	Moderada
3	1	4	3	2	3	3	3	3	2	1	10	8	6	24	Alta	Moderada	Baja	Moderada
3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	6	7	8	21	Baja	Moderada	Moderada	Moderada
4	1	3	4	1	2	3	2	2	3	2	7	10	5	22	Moderada	Alta	Baja	Moderada
5	2	2	2	4	2	2	2	1	1	1	5	5	7	17	Baja	Baja	Moderada	Baja
6	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	7	9	7	23	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
7	2	2	3	1	2	3	3	2	4	2	6	10	6	22	Baja	Alta	Baja	Moderada
8	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	7	9	7	23	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
9	2	2	3	2	3	2	3	2	3	1	7	8	6	21	Moderada	Moderada	Baja	Moderada
10	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	8	9	7	24	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
11	2	2	4	3	4	2	3	3	3	3	9	9	9	27	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
12	2	3	4	4	2	3	3	2	4	1	7	11	8	26	Moderada	Alta	Moderada	Moderada
13	2	2	3	4	3	3	4	3	2	3	8	8	11	27	Moderada	Moderada	Alta	Moderada
14	1	4	2	2	2	1	3	2	2	1	8	5	6	19	Moderada	Baja	Baja	Moderada
15	1	4	3	2	3	3	3	3	2	3	10	8	8	26	Alta	Moderada	Moderada	Moderada
16	2	4	4	1	3	4	3	3	4	4	10	12	8	30	Alta	Alta	Moderada	Alta
17	1	3	3	4	3	3	3	3	4	3	9	10	10	29	Moderada	Alta	Alta	Alta
18	1	2	3	3	2	2	3	3	3	2	7	8	8	23	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
19	1	3	4	4	3	4	4	3	4	2	9	12	10	31	Moderada	Alta	Alta	Alta
20	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	7	8	7	22	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
21	2	2	3	4	2	3	3	2	3	2	6	9	9	24	Baja	Moderada	Moderada	Moderada
22	1	3	4	4	3	4	4	3	4	2	9	12	10	31	Moderada	Alta	Alta	Alta
23	1	3	4	1	3	3	3	3	1	1	9	8	5	22	Moderada	Moderada	Baja	Moderada
24	2	2	3	1	3	3	2	3	2	1	8	8	4	20	Moderada	Moderada	Baja	Moderada
25	2	3	3	1	3	3	3	3	2	2	9	8	6	23	Moderada	Moderada	Baja	Moderada
26	1	4	4	2	3	4	2	3	2	1	10	10	5	25	Alta	Alta	Baja	Moderada
27	2	2	3	1	3	2	1	3	1	1	8	6	3	17	Moderada	Baja	Baja	Baja
28	1	3	4	4	3	4	4	3	4	2	9	12	10	31	Moderada	Alta	Alta	Alta

29	2	4	3	2	3	3	3	1	2	2	8	8	7	23	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
30	1	4	4	4	4	3	3	3	2	1	11	9	8	28	Alta	Moderada	Moderada	Alta
32	1	3	3	4	3	3	3	3	1	2	9	7	9	25	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
33	1	2	2	1	3	3	3	3	1	2	8	6	6	20	Moderada	Baja	Baja	Moderada
34	2	2	2	2	3	2	2	3	1	1	8	5	5	18	Moderada	Baja	Baja	Baja
35	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	6	7	6	19	Baja	Moderada	Baja	Moderada
36	1	3	2	2	3	3	2	3	2	2	9	7	6	22	Moderada	Moderada	Baja	Moderada
37	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	9	9	8	26	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
38	1	3	3	2	3	3	3	3	2	2	9	8	7	24	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada
39	2	1	2	1	2	2	1	2	3	2	5	7	4	16	Baja	Moderada	Baja	Baja
40	2	2	3	2	3	2	3	3	1	3	8	6	8	22	Moderada	Baja	Moderada	Moderada
41	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	7	7	8	22	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada