



UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO

FACULTAD DE DERECHO Y EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION

ESPECIALIDAD EDUCACION FÍSICA



TESIS

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN
EDUCACION FÍSICA**

**ACTIVIDAD FÍSICA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL
QUINTO GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA IE. 17844,
REGIÓN AMAZONAS, AÑO 2023.**

ASESOR:

Dr. VÍCTOR MANUEL CASTAÑEDA SALAZAR

(<https://orcid.org/0000-0002-2992-0033>)

AUTOR:

Bach. FRANCISCO RUBEN BUSTAMANTE ROQUE

LINEA DE INVESTIGACION:

Desarrollo y Educación Sostenible

PIMENTEL – PERU

Año 2023.



ACTA DE CONTROL DE ORIGINALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, **Lolo Avellaneda Callirgos**, Decano de la Facultad de Derecho y Educación ha realizado el debido control de originalidad de la investigación, el mismo que está dentro de los porcentajes establecidos para el nivel de pregrado, según la Directiva de Similitud vigente en la UDCH; además certifico que la versión que hace entrega es la versión final del informe presentado por el bachiller: **BUSTAMANTE ROQUE FRANCISCO RUBEN**.

Titulado: "ACTIVIDAD FÍSICA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA IE. 17844, REGIÓN AMAZONAS, AÑO 2023"

Elaborado por el estudiante, **BUSTAMANTE ROQUE FRANCISCO RUBEN**. Se deja constancia que la investigación antes indicada tiene un índice de similitud del **30%** verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el software de similitud **TURNITIN**.

Por lo que se concluye que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva sobre el nivel de similitud de productos acreditables de investigación vigente.

Pimentel, 01 de mayo del 2024

UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO
FACULTAD DE DERECHO Y EDUCACIÓN
Dr. Lolo Avellaneda Callirgos
DECANO

**"ACTIVIDAD FÍSICA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL QUINTO
GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA IE. 17844, REGIÓN
AMAZONAS, AÑO 2023"**

Tesis presentada para obtener el título de Licenciada en Educación Física



BACH. FRANCISCO RUBEN BUSTAMANTE ROQUE.



DR. VICTOR MANUEL CASTAÑEDA SALAZAR

ASESOR

Aprobada por el siguiente jurado:



DR. LOLO AVELLANEDA CALLIRGOS

PRESIDENTE



DRA. MARIA LAZO PÉREZ

SECRETARIO



MG. DANILO PÉREZ GONZALES

VOCAL

Dedicatoria

Dedico este trabajo de investigación principalmente a Jehová, por haberme dado la vida, por los triunfos y haber estado en los momentos más difíciles de mi existencia, por permitirme el haber llegado hasta este momento tan trascendental de mi formación profesional.

Agradecimiento

A mi madre, con su demostración ejemplar ha sabido enseñarme a no desfallecer nunca ni rendirme ante nada, y siempre a perseverar a través de sus sabios consejos. A mi padre, por su ejemplo de responsabilidad y humildad, valor fundamental que ha sido clave para lograr contrarrestar muchos desafíos durante mi carrera, por ser valiente y haber luchado para educarnos, y por sentirse orgulloso de mi como su hijo.

Índice

Dedicatoria	v
Agradecimiento	vi
Índice de Tablas	viii
Índice de Figuras	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. DESARROLLO	5
III. METODOLOGÍA.....	15
3.1. Tipo de investigación.	15
3.2. Diseño de investigación.	15
3.3. Variables y Operacionalización	15
3.4. Población de estudio.....	16
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	16
3.6. Procedimiento de recolección de datos e informaciones.	17
3.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	18
IV. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	19
4.1. Análisis Estadístico Descriptivo:.....	19
4.2. Análisis Estadístico Inferencial:.....	25
4.3. Discusión de los resultados	31
V. CONCLUSIONES	37
VI. RECOMENDACIONES.....	38
REFERENCIAS.....	39
ANEXOS	45

Índice de Tablas

Tabla N° 01. Confiabilidad de los instrumentos de las variables de estudio	16
Tabla N° 02. Niveles de la variable Actividad Física	18
Tabla N° 03. Niveles de la Intensidad de la actividad física	19
Tabla N° 04. Niveles de la dimensión frecuencia de la actividad física	19
Tabla N° 05. Niveles de la dimensión duración de la actividad física	20
Tabla N° 06. Niveles de la variable Autoestima	21
Tabla N° 07. Niveles de la dimensión Personal	22
Tabla N° 08. Niveles de la dimensión Académica	22
Tabla N° 09. Niveles de la dimensión Familiar	23
Tabla N° 10. Niveles de la dimensión Emocional	23
Tabla N° 11. Resultado de la Prueba de Normalidad	24
Tabla N° 12. Correlación entre la actividad física y la autoestima	25
Tabla N° 13. Correlación entre la Actividad Física y la dimensión Personal	26
Tabla N° 14. Correlación entre la Actividad Física y la dimensión Académica	27
Tabla N° 15. Correlación entre la Actividad Física y la dimensión Familiar	28
Tabla N° 16. Correlación entre la Actividad Física y la dimensión Emociones	29

Índice de Figuras

Figura N° 01. Niveles de la variable Actividad Física	18
Figura N° 02. Niveles de la variable Autoestima	21

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general el de establecer la relación entre la actividad física y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la I.E. 17844, Región Amazonas– Año 2023. Asimismo, la investigación se caracterizó por presentar un enfoque cuantitativo, del tipo básica, diseño no experimental y de corte transversal-correlacional. La técnica utilizada en la recolección de datos fue la encuesta y como instrumento se aplicó dos cuestionarios para medir ambas variables, considerándose como población de 46 estudiantes de la Institución, de los cuales se trabajó con la muestra censal, en donde los instrumentos fueron dos cuestionarios, el primero llamado “Actividad Física” y el segundo “Autoestima”. Dentro de los resultados se encontró una correlación positiva moderada entre las variables, al tener un valor de $Rho = 0,463^*$ y un nivel de significancia p valor $=0.001$ ($p>0.05$); por lo tanto, se acepta la hipótesis de la investigación: Existe una relación significativa entre las variables actividad física y autoestima.

Palabras Clave: Actividad física, autoestima, personal, académica, familiar, emocional.

ABSTRACT

The general objective of this research was to establish the relationship between physical activity and self-esteem in fifth grade students of Primary Education at the I.E. 17844, Amazonas Region – Year 2023. Likewise, the research was characterized by presenting a quantitative approach, of the basic type, non-experimental and cross-sectional-correlational design. The technique used in data collection was the survey and as an instrument two questionnaires were applied to measure both variables, considering the population of 46 students of the Institution, of which we worked with the census sample, where the instruments were two questionnaires, the first called “Physical Activity” and the second “Self-esteem”. Within the results, a moderate positive correlation was found between the variables, having a Rho value = 0.463* and a significance level p value =0.001 ($p > 0.05$); Therefore, the research hypothesis is accepted: There is a significant relationship between the variables physical activity and self-esteem.

Keywords: Physical activity, self-esteem, personal, academic, family, emotional.

I. INTRODUCCIÓN

La importancia de la actividad física y la autoestima es que el deporte no es solo una cuestión física, sino que cada vez más personas comienzan a entrenar con un objetivo claro, que es el sentirse bien, teniendo en cuenta que la autoestima, tradicionalmente se relacionaba erróneamente con el exterior, ahora está íntimamente ligada con el entrenamiento, pero no porque éste nos haga más delgadas o tonificadas, sino por cómo nos hace sentir bien; ante ello lo manifestado por Sanjuán (2021) en donde señala que el deporte produce diferentes mecanismos beneficiosos para la autoestima en el cerebro, más concretamente donde se controlan los estados de ánimo y la representación de nuestra imagen como personas, eleva el estado anímico a través de la segregación de neurotransmisores relacionados con el bienestar, facilita sentirte feliz, tener pensamientos positivos, serenidad, reduciendo el estrés, aumentando la capacidad cerebral y las funciones cognitivas, como la memoria, atención y agilidad mental, previniendo el deterioro cognitivo, mejorando la conducta y generando una actitud más productiva y optimista

A nivel global, la inactividad física se reconoce como una dolencia característica del presente siglo, ocasionando desafíos vinculados con el exceso de peso y repercusiones en la salud tanto mental como física. En respuesta a esta problemática, la OMS conllevó a cabo un análisis sobre el índice de masa corporal y la situación de la prevalencia de la obesidad en Europa, abarcando el período de 1975 a 2016. Este estudio reveló un incremento sustancial de esta afección entre la población infantil y adolescente, pasando de 11 millones a 124 millones de casos, con 213 millones de jóvenes afectados por el sobrepeso.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) prescribe que la práctica de actividad física variada en la etapa infantil y adolescencia es provechosa porque ayuda a mejorar la función cardíaca, respiratoria, la salud ósea, los procesos cognitivos como el desempeño académico y la salud mental, disminuyendo los síntomas de depresión, regulación de la autoestima y menor tejido adiposo. Propone la práctica de actividad física tres veces durante la semana y por un tiempo de 60 minutos de actividad vigorosa. Así mismo la OMS (2021) indica que la baja autoestima puede deberse a diversos motivos, entre ellos, por ejemplo, el abuso psicológico, físico o sexual, el incumplimiento de las expectativas de los padres y el afrontamiento. acoso en la escuela. Así mismo lo señalado por Espíndola et al. (2019) en donde manifiestan que,

en los últimos años, la deserción escolar se ha convertido en un problema alarmante en Estados Unidos, como Bolivia, Chile, donde el 20% de los niños y jóvenes entre 15 y 19 años no asisten o no asisten a la escuela. Perú y República Dominicana. Estadísticas más alarmantes provienen de Guatemala y Honduras, donde las tasas de deserción escolar oscilan entre el 40 por ciento y el 47 por ciento. Todos los problemas mencionados suelen ser causados por varias razones económicas, sociales, psicológicas y emocionales; por ejemplo, una de las principales razones es el acoso entre los estudiantes.

Así mismo, en Argentina Tello et al. (2021) se indicó que, desde la perspectiva psicológica, los estudiantes experimentan dificultades que abarcan el estrés, la ansiedad, la depresión, la falta de confianza en sí mismos, una autoestima reducida, y otros desafíos, lo que obstaculiza el desarrollo pleno de su identidad.

A nivel nacional, el INEI (2020) se destaca que los niveles reducidos de autoestima conllevan diversas problemáticas socioculturales, siendo una de ellas el embarazo en la adolescencia o en edades tempranas. Se observa que la mayor incidencia de este problema se concentra en la región de la Selva, con cifras que superan el 20%.

Actualmente, se reconoce que la autoestima de los niños en Perú se ve afectada no solo en el entorno educativo, sino también en el ámbito personal, familiar y social, lo que influye directa e indirectamente en su desempeño académico y en su vida diaria. Por otro lado, Bendezú y Manrique (2020) señalan, a partir de su investigación, que el 19% de los estudiantes de tercer grado de primaria exhiben una baja autoestima, mientras que el 53% presenta un nivel medio-bajo, el 20% muestra un nivel medio-alto y el 8% tiene una autoestima alta. Estos resultados revelan una tendencia hacia la baja autoestima entre los estudiantes.

En la Institución Educativa 17844 de la Región de Amazonas, esta realidad no escapa a la observación es común observar que los estudiantes con baja autoestima suelen exhibir patrones de comportamiento característicos, como la inseguridad en las interacciones sociales, la timidez o el retraimiento, así como el aislamiento social y la falta de confianza en sí mismos. Además, pueden presentar señales físicas diversas, como sudoración excesiva, mirada perdida o desviada, tartamudez, entre otros. Este conjunto de síntomas evidencia que uno de los problemas asociados es el aislamiento social, que afecta psicológicamente a personas que se sienten incapaces de crear o formar relaciones sociales con los demás debido a una baja autoestima o

poca confianza en sí mismas, resultando en problemas como depresión, abandono escolar, obesidad, anorexia y trastornos alimentarios como la presión arterial alta. Ante ello si esta problemática persiste, puede derivar en graves problemas socioemocionales, psicológicos y personales.

Por ello es que formula el problema en la investigación: ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física y la autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844 , Región Amazonas, Año 2023? y los problemas específicos: 1) ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física con la actividad personal en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas?, 2) ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física con la actividad académica en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas?, 3) ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física con la actividad familiar en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844 –, Región Amazonas? y 4) ¿Cuál es la relación que existe entre actividad física con la actividad emocional en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas?

La justificación teórica se evidencia al analizar estas variables por lo que, los hallazgos de esta investigación pueden contribuir significativamente al cuerpo de conocimiento científico, ya que aborda un problema real que afecta a una determinada población. Los resultados obtenidos ayudarán a llenar el vacío de información respecto a la relación estudiada, lo que facilitará investigaciones experimentales futuras. Verificar si las teorías sobre la actividad física y la autoestima confirman o refutan nuestras hipótesis nos permitirá llegar a conclusiones importantes que servirán como base para posibles mejoras. Estas mejoras, a su vez, redundarán en beneficio de la institución educativa y de la comunidad en general.

En cuanto a la justificación práctica se muestra porque los resultados de la investigación, nos permitirá proponer diferentes alternativas de solución a fin de mejorar la calidad de vida de los adolescentes. Mejorar la autoestima escolar y favorecer la experiencia de actividad física son objetivos clave que se impulsarán con los resultados obtenidos, lo que permitirá establecer estrategias didácticas para optimizar dicha experiencia

Asimismo, la Justificación social, según Carrasco (2009) se basa en las ventajas y beneficios que los resultados de la investigación pueden aportar a la sociedad, ya

que es la base principal y punto de partida para el desarrollo de proyectos que beneficien a todos los ciudadanos. Por tanto, este estudio tiene legitimidad social

La justificación desde una perspectiva metodológica se manifiesta cuando el tema de investigación propone métodos o herramientas para generar conocimiento válido, confiable y verificable. En el caso de este estudio, los instrumentos utilizados han sido previamente validados por expertos, lo que garantiza su fiabilidad. Estos instrumentos permiten explicar el rendimiento de los estudiantes de manera más precisa, lo que facilita la inferencia de los resultados. Por lo tanto, se considera que esta investigación cumple con esta justificación al emplear métodos y herramientas confiables para abordar el tema propuesto

Ante ello se establece como objetivo general: Establecer la relación entre la actividad física y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas y como objetivos específicos: 1) Identificar la relación de la actividad física con la actividad personal en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, 2) Identificar la relación de la actividad física con la actividad académica en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, 3) Identificar la relación de la actividad física con la actividad familiar en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas. y 4) Identificar la relación de la actividad física con la actividad emocional en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas.

Se planteó como hipótesis general: La actividad física se relaciona significativamente con la autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023. y las hipótesis específicas 1) La actividad física se relaciona significativamente con la actividad personal en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, 2) La actividad física se relaciona significativamente con la actividad académica en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, 3) La actividad física se relaciona significativamente con la actividad familiar en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas. y 4) La actividad física se relaciona significativamente con la actividad emocional en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas.

II. DESARROLLO

Entre los antecedentes internacionales tenemos a:

Salinas (2021) en su tesis titulada: Actividad física en la autoestima de los estudiantes universitarios de la carrera de pedagogía de la actividad física y deporte de la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador Durante el período de confinamiento, se realizó un estudio en la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador, que se enfocó en investigar la correlación entre la actividad física y la autoestima de los estudiantes universitarios de la carrera de pedagogía de la actividad física y deporte. Para este propósito, se utilizó una metodología de enfoque cuantitativo, con un diseño de investigación no experimental de tipo descriptivo-transversal, y se optó por una modalidad de investigación bibliográfica-documental. Se emplearon instrumentos específicos para recopilar los datos, entre ellos, el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ), el cual está validado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que consta de siete ítems, y el Cuestionario de Medición de Autoestima, compuesto por 40 ítems. Estas preguntas estaban diseñadas para obtener datos relacionados con la autoestima y la actividad física de los participantes. La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo probabilístico por voluntariado, que incluyó a 322 estudiantes, los cuales completaron la encuesta en línea durante el período de actividad. Los resultados principales indican que no se encontraron estudiantes con niveles de autoestima bajos. No obstante, los niveles medio, bueno y alto prevalecieron en comparación con los niveles bajos. Del mismo modo, se observó que las actividades físicas más comunes estaban relacionadas con un nivel bajo de actividad física, como permanecer sentado, en contraste con las actividades de mayor intensidad. En conclusión, la hipótesis de trabajo planteada fue confirmada: la actividad física tiene un impacto significativo en la autoestima de los alumnos.

Lopez et al. (2020) en su artículo de investigación denominado: Correlación entre actividad física y autoestima de escolares adolescentes: un análisis de tipo trasversal, en donde realizaron un estudio de tipo transversal para explorar la relación entre la autoestima y la actividad física en 90 adolescentes escolares, con edades comprendidas entre los 14 y 17 años. Se empleó un diseño de investigación correlacional de enfoque descriptivo y cuantitativo. Los datos se obtuvieron mediante el uso del Cuestionario de Actividad Física para Adolescentes (PAQ-A) y el cuestionario de Coopersmith, gestionados mediante software de código abierto. Los resultados revelaron una correlación positiva, significativa y moderada entre la

actividad física y la autoestima en las dimensiones social, general, familiar y escolar, a pesar de que la actividad física mostró un nivel relativamente bajo. Los autores concluyeron que aproximadamente el 50% de los estudiantes presentaban baja autoestima debido a la escasa actividad física, mientras que el otro 50% experimentó un aumento en la autoestima al aumentar su nivel de actividad física.

Álvarez et al. (2020) Se llevó a cabo un examen sobre la obesidad, el sobrepeso, la autoestima y los niveles de actividad física en niños centroamericanos, mediante un método de comparación transversal utilizando una muestra aleatoria de 5291 estudiantes de escuelas primarias. Se emplearon el cuestionario LAWSEQ y el Cuestionario de Actividad Física (PAQ-C). Los resultados indicaron que El Salvador presentaba el índice de masa corporal medio más alto y el nivel más bajo de actividad física, en comparación con Panamá y Honduras. En lo que respecta a la autoestima, solo Guatemala y Costa Rica mostraron una autoestima promedio. Se encontró que el 25% de los estudiantes tenía sobrepeso u obesidad, el 44.3% exhibía baja autoestima y el 35.1% presentaba bajos niveles de actividad física. Estos hallazgos sugieren que la salud infantil en Centroamérica constituye un problema potencial, se recomienda que los gobiernos implementen políticas dirigidas a mejorar tanto la salud física como mental de los niños en la región, en vista de estos hallazgos.

Avendaño (2019) en su tesis: La actividad física y su incidencia en la autoestima, la depresión y la ansiedad en deportistas de la Institución Educativa Liceo Nacional de Ibagué, en donde estableció como objetivo, explorar el impacto de la actividad física en dimensiones psicológicas como la depresión, la falta de autoestima y estrés en atletas. Se realizó una investigación de tipo trasversal exploratorio descriptivo, utilizando una muestra de 50 deportistas de entre 12 y 16 años de edad, pertenecientes a la jornada de la mañana de la mencionada institución. Se aplicaron diferentes escalas, como el Inventario de Ansiedad Competitiva (CSAI-2), la Escala de Depresión de Zung, la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Inventario de Actividad Física Habitual para Adolescentes (IAFHA). Los hallazgos mostraron que las deportistas tenían niveles de autoestima bajos y experimentaban episodios de depresión con cierta regularidad, posiblemente asociados a su edad. Es inquietante observar que, a pesar de participar en actividades deportivas, tanto en equipo como individuales, estas no parecen ser suficientes para reducir los episodios de tristeza. En conclusión, se encontró una relación evidente entre la depresión, la ansiedad y, en un porcentaje menor, la autoestima, con los niveles de actividad física practicada. Por

ende, resulta indispensable introducir estrategias de apoyo psicológico que asistan en la reducción de estos síntomas de riesgo.

A nivel nacional podemos mencionar a:

Martínez (2022) en su investigación titulada: Actividad física y autoestima en estudiantes de Educación Secundaria del Colegio San Antonio de Huamanga, 2021 cuyo propósito fue establecer la potencial correlación entre la actividad física y la autoestima en estudiantes de secundaria. El método y tipo de estudio utilizado fue de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo transversal correlacional. La muestra estuvo compuesta por 64 alumnos, para los cuales se utilizaron dos instrumentos internacionalmente validados: el cuestionario IPAQ para medir la actividad física y el cuestionario PAA para evaluar la autoestima. Los resultados revelaron que el 57,8% de los escolares adolescentes presentaban un nivel moderado de actividad física, mientras que el 32,8% mostraba un nivel alto y solo el 9,4% tenía un nivel bajo. Para la autoestima, el 42,2% de los estudiantes se encontraba en una categoría de autoestima moderada, el 29,7% tenía un nivel alto y el 28,1% mostraba un nivel bajo. Como conclusión, se encontró una relación significativa entre la actividad física y la autoestima de los estudiantes, lo que sugiere que la práctica de actividad física puede tener un impacto positivo en la autoestima de los adolescentes.

Elías y Martínez (2022) en su tesis: Influencia de las actividades físicas y recreativas en la autoestima de los estudiantes de San Judas Tadeo, Huacho, año 2021, donde se tuvo como objetivo el de analizar cómo las actividades físicas y recreativas influyen en la autoestima de los alumnos. Se empleó un enfoque de investigación descriptivo correlacional. La población objetivo consistió en alumnos de la mencionada institución, y la muestra estuvo compuesta por 40 estudiantes. Para examinar el efecto de las actividades recreativas y físicas en la autoestima, se utilizaron encuestas y pruebas específicas. Los resultados obtenidos revelaron que existe una influencia significativa entre las variables. En conclusión, este estudio sugiere que las actividades recreativas y físicas tienen impactos positivos en la autoestima de los alumnos, lo que resalta que es importante fomentar estas actividades en el ámbito educativo.

Zavala et al. (2022) en su tesis denominada: Actividad física y autoestima en estudiantes del Sexto Grado de Educación Primaria de la IE CRL. José Joaquín Inclán, Chorrillos, 2022, cuyo objetivo fue el de determinar la relación entre la actividad física y la autoestima de los alumnos de sexto grado de educación primaria. El enfoque

utilizado fue cuantitativo, empleando un enfoque de investigación prospectiva correlacional y un diseño transversal correlacional no experimental, se utilizó un método de investigación hipotético-deductivo. La población objetivo estuvo compuesta por 61 estudiantes de ambos sexos, con 25 varones y 36 mujeres, todos pertenecen al sexto grado de la educación primaria. Se aplicó una encuesta como técnica para identificar una posible relación para las variables de estudio, permitiendo al investigador observar las diversas manifestaciones conductuales de los estudiantes. Los datos recopilados fueron procesados utilizando el software estadístico SPSS (V25). Los resultados mostraron un índice de correlación de 0.875, con un valor de significancia de .01, lo que indica una relación significativa y alta entre la actividad física y la autoestima. En conclusión, se estableció que existe una relación positiva entre la autoestima y la actividad física en los alumnos del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa CRL. José Joaquín Inclán en Chorrillos, durante el año 2022.

Quispe y Rodríguez (2022) en su investigación titulada: La actividad física deportiva y su influencia en los estilos de vida saludable en estudiantes del Tercer Grado de la Institución Educativa Secundaria A-28 Perú Birf de Azángaro, 2021 cuyo objetivo fue determinar cómo los estilos de vida saludable afectan la práctica de actividad física deportiva en estudiantes de tercer grado. La población total comprendía 860 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra representativa de 32 estudiantes de tercer grado, sección "B", mediante muestreo no probabilístico deliberado. El estudio se enmarcó en una investigación básica, con un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental descriptivo correlacional transeccional. Se utilizaron métodos científicos, deductivos e inductivos, así como análisis estadístico. Para recolectar los datos, se aplicó una encuesta y se utilizó una ficha de observación con 15 preguntas por variable, cada una con tres dimensiones. Los resultados revelaron una correlación positiva fuerte (coeficiente de correlación de Pearson $r = 0.84$) entre la actividad física deportiva y los estilos de vida saludable. Además, los resultados de la prueba de hipótesis utilizando la prueba T de Student mostraron una T_c de 8.4756, que superó la T_t de 2.042 (para 30 grados de libertad). En conclusión, se determinó que la actividad física deportiva ejerce una influencia positiva en los estilos de vida saludable en estudiantes de tercer grado de la Institución Educativa Secundaria A-28 Perú BIRF de Azángaro.

Ruiz (2020) en su tesis denominada: El Deporte como medio para mejorar la autoestima en estudiantes de educación primaria, cuyo estudio se enfocó en explorar el papel del deporte como herramienta para mejorar la autoestima. Se reconoció que el ejercicio físico no solo fortalece el cuerpo, sino también la mente, permitiendo a los niños y adolescentes desarrollar una mayor conciencia de sí mismos. Se destacó la importancia de la conexión social que el deporte proporciona, ofreciendo a los estudiantes un ambiente donde pueden sentirse amados y valorados. La falta de tiempo y la ocupación de los adultos pueden resultar en una falta de interacción significativa entre padres e hijos, lo que puede contribuir a una baja autoestima en los niños. Se señaló que, aunque muchos padres pueden presionar a sus hijos para que obtengan buenas calificaciones o sobresalgan en diferentes áreas, lo que los niños realmente necesitan es sentirse importantes y valiosos en la sociedad. Se destacó que el deporte puede brindarles a los niños un sentido de pertenencia y un impulso significativo a su autoestima. El estudio espera contribuir a la comprensión de cómo el deporte puede beneficiar la autoestima de los estudiantes, priorizando su bienestar. Además, se busca fomentar el interés de otros investigadores, docentes y estudiantes en este tema, proporcionando una variedad de información recopilada de investigaciones previas.

López y Quiñones (2019) en su tesis: La actividad física y la autoestima de los estudiantes del sexto grado de primaria de la Institución Educativa “Nuestra Señora de Montserrat” de Trujillo cuyo objetivo del estudio fue determinar la existencia de una relación entre la autoestima y la actividad física. Se llevó a cabo un estudio no experimental con un enfoque cuantitativo y un diseño correlacional. Se utilizaron el Test de Autoestima y el Cuestionario de Actividad Física como instrumentos de medición. La muestra consistió en 20 alumnos del sexto grado de primaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de Montserrat de Trujillo en el año 2018. El análisis de los datos reveló un coeficiente de correlación de Pearson de 0.909, indicando una correlación positiva muy alta entre la autoestima y la actividad física. Este coeficiente se consideró significativo a un nivel de confianza del 99%, el valor p obtenido fue de 0.000, siendo menor que 0.01. Por consiguiente, se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis de trabajo. En conclusión, se encontró una relación alta entre la actividad física y la autoestima en los estudiantes analizados. Esto sugiere que la participación en actividades físicas puede tener un impacto positivo en la autoestima de los estudiantes de sexto grado de primaria.

Las bases teóricas de la investigación se fundamentan en relación al:

a) Actividad Física

La Organización Mundial de la Salud (2020) la actividad física se caracteriza como cualquier acción que implique el movimiento de los músculos esqueléticos y demande un consumo de energía. Este término abarca todas las acciones realizadas por una persona, ya sea durante el desplazamiento, en su entorno laboral o en su tiempo libre. Se ha demostrado que la actividad física de intensidad moderada o vigorosa puede ofrecer beneficios para la salud.

Rhodes et al. (2020) la teoría del cambio conductual es fundamental para comprender la práctica de actividad física, brindando un marco organizativo esencial para ejecutar intervenciones eficaces entre los alumnos. Dentro de esta perspectiva, se han reconocido cuatro marcos teóricos principales: el humanismo, la ecología social, la cognición social y los procesos duales, los cuales han sido empleados para comprender y transformar la actividad física. Entre estos marcos, la teoría de la cognición social destaca por proporcionar información crucial sobre los conceptos fundamentales que están relacionados con la actividad física. Por otro lado, el enfoque humanista ha registrado un notable aumento en la investigación durante la última década, demostrando una eficacia destacada para abordar los comportamientos asociados con la actividad física.

Según la (Organización Mundial de la Salud, como se cita en Gómez, 2022, p. 08), El enfoque de la actividad física en la educación está estrechamente vinculado con varias disciplinas científicas, tanto naturales como humanas. La aplicación de procesos pedagógicos en esta disciplina desempeña un papel crucial en el desarrollo integral de los individuos, quienes pueden emplearlos para satisfacer sus gustos y necesidades. Esto ha sido destacado por Vidarte et al. (2020), quienes señalan que la actividad física representa una intervención efectiva, permitiendo no solo el aumento de la auto percepción individual, sino también el disfrute colectivo. Por lo tanto, la actividad física se convierte en una herramienta sumamente eficaz para promover una mejor calidad de vida en la población mundial. Además, facilita la promoción de la salud, la modificación de hábitos y la mejora de los comportamientos en la interacción social. Para los autores (Jekauc et al., como se cita en Gómez, 2022, p. 08) indican que la actividad física representa un recurso invaluable para la vida, tanto en la consecución como en la preservación de la salud en niños y adolescentes. Asimismo,

está estrechamente relacionada con la salud física, lo que implica mejoras en la condición física, mantenimiento de un peso adecuado, fortalecimiento óseo y salud cardiovascular. Por otro lado, también se vincula con la salud mental, ya que contribuye a la disminución de los síntomas depresivos y la angustia psicológica.

Para Rentería (2020) la actividad física es un concepto que abarca cualquier tipo de movimiento corporal generado por los músculos esqueléticos, lo cual implica un consumo de energía. Se alude a todas las acciones que lleva a cabo un individuo a lo largo del día, a excepción del sueño, que no se considera una actividad física. El movimiento y los gestos motores son especialmente beneficiosos y constituyen un medio crucial para el desarrollo de los bebés y jóvenes, ya que contribuyen a mejorar su bienestar social, fortalecen su autoestima y les ayudan a desarrollar una percepción positiva de su imagen corporal, así como su competitividad. Las personas con baja autoestima pueden lograr resultados efectivos.

En cuanto a la importancia, la Organización Panamericana de la Salud (s.f.) afirma que las personas que se mantienen activas físicamente y realizan deporte son más saludables en comparación con aquellos que llevan una vida sedentaria. La práctica regular de actividad física puede desempeñar un papel crucial en la presión arterial y el control del peso corporal, así como en el fortalecimiento de los huesos y el aumento de la densidad ósea. Se ha comprobado que las personas que se ejercitan de manera constante tienen un menor riesgo de desarrollar enfermedades cardíacas, presión arterial alta, cáncer de colon, depresión, diabetes tipo 2, entre otras afecciones. Estos beneficios de la actividad física han sido respaldados por la Organización Mundial de la Salud (2020a), las actividades físicas moderadas como caminar, hacer algún tipo de deporte, realizar actividades recreativas o manejar bicicleta, son muy beneficiosas para conservar un buen estado de salud. Al aumentar la actividad física de manera progresiva y sencilla a lo largo del día, se puede alcanzar los niveles de actividad recomendado, sin mucha dificultad. Algunos beneficios que la actividad física produce en niños y adolescentes son: reducir la obesidad, mejorar la presión arterial, la salud ósea, la salud cardiopulmonar, salud mental, entre otros. Con respecto a esta variable se tiene tres dimensiones; según la OMS (2022) la intensidad de la actividad física puede ser identificada según su nivel (alto, medio, bajo), la regularidad con la que se practica (cotidiana, ocasional, semanal) y el tiempo dedicado (en minutos y horas). La intensidad, siendo el grado de esfuerzo físico relativo al

máximo potencial, es una variable crítica a considerar, sobre todo en individuos adultos que llevan una vida sedentaria.

Para la primera dimensión intensidad según la OMS (2020) la precisión en determinar el esfuerzo requerido por una actividad física es crucial, ya que la intensidad con la que se realiza dicha actividad es esencial para maximizar los beneficios y minimizar los riesgos asociados (Fuentes, citado en Quispe y Rodríguez, 2022, p. 33). La Organización Panamericana de la Salud (s.f.) proporciona una clasificación de la intensidad de la actividad física de la siguiente manera: Actividad física leve o suave, caracterizada por una sensación de calor corporal y un leve incremento en la frecuencia respiratoria y cardíaca. Ejemplos de este tipo de actividad incluyen caminar, estirarse, barrer, etc. Como segundo punto la actividad física moderada, en donde se experimenta un aumento en la sensación de calor y se comienza a sudar ligeramente. La velocidad de la respiración y los latidos del corazón aumentan, pero aún es posible mantener una conversación. Ejemplos de actividad física moderada incluyen bailar, caminatas rápidas, nadar, etc. y la tercera la actividad física intensa, en donde se experimenta una sensación de calor más fuerte y los latidos del corazón se aceleran. Existe dificultad para hablar, respirar y puede haber falta de aire. Algunos ejemplos de actividad física vigorosa son nadar, correr, jugar fútbol, básquetbol, etc.

La segunda dimensión, conocida como frecuencia, generalmente se refiere al número de sesiones realizadas semanalmente. La cantidad de sesiones semanalmente varía según el nivel de condición física y salud de cada persona, así como el nivel de esfuerzo del esfuerzo. Las actividades aeróbicas moderadas pueden ser realizadas casi a diario. Si la intensidad es mayor, tres o cuatro veces a la semana pueden ser suficientes. Por otro lado, los ejercicios de equilibrio y fuerza se realizan hasta 2 veces por semana, mientras que los ejercicios de flexibilidad se procuran realizar a diario (Fuentes, como se cita en Quispe y Rodríguez, 2022, p. 33)

Para la tercera y última dimensión llamada duración según la OMS (2020) el tiempo óptimo para una sesión diaria de actividad física es de 60 minutos de actividad aeróbica continua, dadas las circunstancias actuales. A partir de los 20 a 30 minutos, se incrementa la utilización de grasa como fuente de energía, lo que favorece la pérdida de peso y mejora la salud. La duración se establece según los siguientes intervalos de tiempo: menos de 11 a 29 minutos (distribuidos a lo largo del día) y de 30 minutos en adelante por día, siendo este último el más recomendado (Abellán,

citado en Jáuregui, 2022, p. 25). El término utilizado para describir la duración es el volumen de entrenamiento, que representa el tiempo durante el cual se aplica el estímulo físico para inducir adaptaciones fisiológicas. La duración de una sesión de entrenamiento puede medirse en segundos, minutos o horas, mientras que la duración de un programa de actividad física puede ser medida en días, meses o años (Fuentes, como se cita en Quispe y Rodríguez, 2022, p. 33)

b) Autoestima

Según Perales (2021) la autovaloración se corresponde con la apreciación positiva o negativa que uno tiene de sí mismo. Implica la predisposición a considerarse apto para la vida y capaz de satisfacer las necesidades personales, así como la sensación de competencia para afrontar los retos que se presentan y la creencia de merecer la felicidad. La autovaloración se define por dos aspectos fundamentales: la autoeficacia, la confianza en la capacidad mental para pensar, evaluar, decidir y elegir, junto con la confianza en la capacidad de comprender los hechos de la realidad vinculados a las propias necesidades e intereses, así como para autoconocerse (Orduña, como se cita en Pérez, p. 23)

McKay M. (2020) nuestro comportamiento está intrínsecamente ligado a nuestra autoestima, lo cual se manifiesta en todos los aspectos de nuestra vida, como las relaciones de amistad, sentimentales, laborales y nuestra interacción con la sociedad en general, entre otros factores. Se puede observar que la autoestima varía en cada individuo y se desarrolla a lo largo de los años, influenciada por las experiencias y las relaciones personales. Por consiguiente, durante cada etapa de la vida, la autoestima se va construyendo sobre una base firme y duradera, aunque también puede experimentar variaciones; mientras puede fortalecerse y evolucionar de manera positiva, también puede debilitarse y convertirse en un elemento perjudicial que influye en la personalidad.

Un estudio reciente (Schick et al., 2020) ha revelado que la autoestima está influenciada por un factor intrapersonal de origen intrínseco. Este modelo de autoestima está estrechamente vinculado al logro de metas personales a lo largo de la vida, como la educación, el empleo y el consumo, lo que evidencia una dimensión temporal en la autoestima. En consecuencia, este tipo de autoestima surge al comparar los logros alcanzados por el individuo con una trayectoria modelo de metas previamente establecida.

La autovaloración puede ser descrita como la percepción mental que cada individuo tiene de sí mismo, lo que le permite sentirse y desenvolverse en su entorno. Esta configuración psicológica interactúa con otros conceptos mentales (García et al., 2019). Es esencial para todas las personas, pero especialmente para los docentes, ya que la aceptación personal como educador es crucial para el bienestar tanto propio como el de los estudiantes. Esto se debe en gran medida a que influye en la formación interna de los alumnos, proporciona respaldo social y permite al maestro enfrentar los problemas de conducta, particularmente en los niños (Zhang et al., 2021).

En relación a las dimensiones de la autovaloración, las personas muestran una diversidad de niveles perceptivos, así como variaciones en la forma en que responden a los estímulos del entorno. Por ello, la autoestima abarca áreas dimensionales que delimitan su alcance y efectividad. En primer lugar, está la autovaloración personal, que se basa en la evaluación que cada individuo realiza sobre sí mismo en términos de su apariencia física y características personales, considerando su capacidad, productividad, relevancia y dignidad, y reflejándose en actitudes hacia uno mismo. Seguidamente, encontramos la autovaloración académica, que se centra en la valoración que el individuo hace de sí mismo en relación con su rendimiento en el ámbito educativo, teniendo en cuenta su habilidad, productividad, importancia y dignidad, y manifestándose en actitudes hacia uno mismo. Luego, está la autovaloración familiar, que se determina por la evaluación que el individuo realiza de sí mismo en relación con sus vínculos familiares, su capacidad, productividad, relevancia y dignidad, expresando un juicio personal a través de actitudes hacia uno mismo. Finalmente, la autovaloración emocional se fundamenta en la evaluación que el individuo hace de sí mismo en sus relaciones sociales, considerando su habilidad, productividad, relevancia y dignidad, y manifestándose en un juicio personal reflejado en actitudes hacia uno mismo. (Coopersmith, como se cita en Rodrich, 2020, p. 11)

III. METODOLOGÍA.

3.1. Tipo de investigación.

Medianero (2022) la investigación básica se define como aquella que se enfoca y limita a la comprensión de un problema específico. Puede adoptar dos enfoques: descriptivo o analítico. A menudo, una investigación comienza como un estudio descriptivo, que busca detallar y explicar las características del fenómeno estudiado. Posteriormente, puede evolucionar hacia un estudio analítico, que se adentra en las causas y relaciones subyacentes al problema investigado.

La investigación descriptiva se caracteriza por llevar a cabo estudios cualitativos o cuantitativos centrados en una o más variables, pero tratando cada una de forma independiente sin intentar establecer relaciones causales entre ellas. (Medianero, 2022)

Es de nivel correlacional, como afirma Rus (2020) la investigación descriptiva sigue un protocolo basado en el método científico, lo que permite explorar aspectos fundamentales como la correlación entre dos o más variables. Esto implica comprender cómo una variable varía cuando otra se modifica, descartando así el efecto aleatorio y proporcionando una comprensión más profunda de la relación entre las variables estudiadas.

Se aplicó el método cuantitativo porque se utiliza la medición estadística para recolectar datos y evaluar la hipótesis respecto al comportamiento que existe de las variables.

3.2. Diseño de investigación.

Rajiv et al. (2022) la investigación no experimental se caracteriza por la ausencia de manipulación de una variable independiente. En lugar de manipular esta variable, los investigadores simplemente miden las variables tal como se presentan naturalmente, ya sea en el entorno del laboratorio o en el mundo real.

Martínez (2020) el diseño transversal es una metodología de investigación que implica examinar información de varios casos en un momento específico en el tiempo. Este enfoque es comúnmente utilizado en investigaciones cuantitativas con un propósito descriptivo, buscando detectar patrones de asociación entre variables.

3.3. Variables y Operacionalización.

Variable 1 : Actividad Física

Variable 2 : Autoestima

La operacionalización de las variables estará demostrada en el apartado Anexos del presente proyecto.

3.4. Población de estudio

Población.-

La población en estudio está compuesta por los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa 17844, totalizando 46 alumnos. Según Condori (2020), la población está constituida por elementos accesibles o unidades de análisis que pertenecen al ámbito específico donde se lleva a cabo la investigación

Muestra.-

En una investigación descriptiva correlacional se recomienda usar muestras grandes. Es por esta razón que elegimos la muestra censal; es decir, trabajar con la población en su totalidad. Según Condori (2020), la muestra se define como una parte representativa de la población, que comparte las mismas características generales que esta última. En este caso, se utilizó un método de muestreo no probabilístico para seleccionar una muestra de los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa 17844, que en total suman 46 alumnos.

Criterios de inclusión y exclusión. -

En cuanto al criterio de inclusión, se consideraron aquellos estudiantes que estaban matriculados en el quinto grado de educación primaria durante el año académico 2023 y como criterio de exclusión, aquellos que por alguna razón externa no pudieron participar de la investigación.

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Para la medición de las variables de actividad física y autoestima, se utilizó la técnica de encuesta según lo definido por Feria et. al. (2020) en donde señala que la

encuesta es considerada como técnica investigativa vinculada como el método de indagación empírica, adoptando una posición teórica, en relación con el cuestionario.

Para la recopilación de datos sobre la variable de actividad física, se utilizó el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ). Este instrumento consta de tres dimensiones: Intensidad de la actividad física (11 ítems), Frecuencia de la actividad física (8 ítems) y Duración de la actividad física (5 ítems), lo que totaliza 24 ítems. Cada ítem se evalúa en una escala de puntuación que va desde "Siempre" (5) hasta "Nunca" (1).

Para la variable de autoestima, se aplicó la Prueba de Autoestima para Adolescentes (PAA), validada por Caso y colaboradores (2010). Esta prueba está compuesta por cuatro dimensiones: personal (6 ítems), académica (6 ítems), familiar (5 ítems) y emocional (4 ítems). Cada ítem se evalúa en una escala de puntuación que va desde "Siempre" (5) hasta "Nunca" (1).

En relación a la confiabilidad se aplicó una prueba piloto a los instrumentos mediante el coeficiente alfa de Cronbach (α), en donde se obtuvo los siguientes resultados:

En la tabla se muestra con respecto a la variable actividad física, que el alfa de Cronbach presentó una consecuencia de una magnitud de 0,756 y para la autoestima de 0,735 lo cual indica una buena confiabilidad.

Tabla N° 01

Confiabilidad de los instrumentos de las variables de estudio

Variable	Alfa de Cronbach	N° ítems
Actividad física	0,756	24
Autoestima	0,735	21

En la tabla se muestra con respecto a la variable actividad física, que el alfa de Cronbach presentó una consecuencia de una magnitud de 0,756 y para la autoestima de 0,735 lo cual indica una buena confiabilidad

3.6. Procedimiento de recolección de datos e informaciones.

Dentro del proceso de investigación, en primer lugar, se procedió a determinar o seleccionar la muestra de estudio. Posteriormente, se identificaron los instrumentos a

utilizar, los cuales fueron validados y evaluados en cuanto a su fiabilidad mediante el juicio de expertos. Finalmente, se aplicaron los instrumentos ya contextualizados para, posteriormente, emplear la estadística descriptiva en el análisis de los datos obtenidos.

3.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.

En primer lugar, primero se obtuvo la autorización correspondiente de la dirección de la institución educativa para llevar a cabo el estudio. Posteriormente, se informó a los padres sobre el estudio, asegurándose de incluir el consentimiento informado. Más adelante, se administró el cuestionario a los alumnos del quinto grado de educación primaria. Los datos recopilados fueron analizados utilizando el software estadístico SPSS versión 25. Luego, se procedió a verificar las hipótesis mediante pruebas estadísticas, contrastando los resultados con los valores correspondientes en la tabla. Finalmente, los resultados serán procesados e interpretados

IV. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1. Análisis Estadístico Descriptivo:

4.1.1. Resultados descriptivos de la variable: Actividad física

Tabla N° 02

Niveles de la variable Actividad Física

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	00	00%
Regular	44	96%
Alto	02	04%
Total	46	100%

Figura N° 01

Niveles de la variable Actividad Física



Interpretación: Como se puede observar, la mayoría de los encuestados se encuentran en el nivel regular, representando un 96% del total. Esto significa que un 4% se sitúa en el nivel alto, mientras que ninguno de los encuestados se ubica en el nivel bajo. Este resultado es muy positivo para la Institución Educativa N° 17844 en cuanto a la percepción de la intensidad, frecuencia y duración de la actividad física por parte de los alumnos del quinto grado de educación primaria.

4.1.1.1 Resultados descriptivos de las dimensiones de la variable Actividad Física

Tabla N° 03

Niveles de la Intensidad de la actividad física

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	03	07%
Regular	38	83%
Alto	05	11%
Total	46	100,0

Interpretación: En la tabla N° 03, se detalla los niveles de la dimensión actividad física en la cual se aprecia que un 83% de los encuestados optaron por el nivel regular, seguido del nivel alto con el 11% y el 07% en el nivel bajo, lo que se evidencia en términos medios un buen indicador en esta dimensión

Tabla N° 04

Niveles de la dimensión frecuencia de la actividad física

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	05	11%
Regular	35	76%
Alto	06	13%
Total	46	100%

Interpretación: En relación a los niveles mostrados en la dimensión frecuencia de la actividad física, se puede observar que sobresale también el nivel regular en un 76% cifra importante que evidencia el posicionamiento por parte de la Institución Educativa en esta dimensión, en cuanto al número de veces que se realiza una actividad durante un período de tiempo específico, se observa que un 13% se sitúa en el nivel alto, mientras que el 11% se encuentra en el nivel bajo.

Tabla N° 05

Niveles de la dimensión duración de la actividad física

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	09	20%
Regular	26	57%
Alto	11	24%
Total	46	100%

Interpretación: En la dimensión duración de la actividad física se distribuye en un 57% en el nivel regular, seguido del alto en 24% y del 20% en el nivel bajo en relación al plazo de tiempo que se invierte en una actividad

4.1.2. Resultados descriptivos de la variable: Autoestima

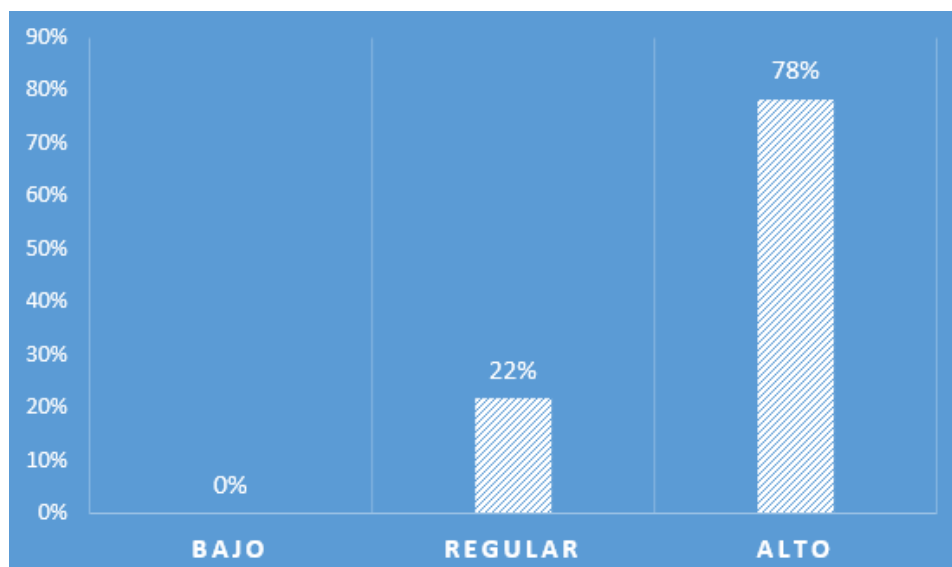
Tabla N° 06

Niveles de la variable Autoestima

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	00	00%
Regular	10	22%
Alto	36	78%
Total	46	100%

Figura N° 02

Niveles de la variable Autoestima



Interpretación: Los resultados de la encuesta muestran una respuesta muy positiva por parte de los estudiantes en relación a la variable de autoestima. Un 78% indicaron estar en un nivel alto, mientras que un 22% se ubicaron en el nivel regular, y ninguno en el nivel bajo. Esto sugiere que existe una alta satisfacción entre los estudiantes del quinto grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 17844 en relación a su autoestima.

4.1.2.1 Resultados descriptivos de las dimensiones de las variables Autoestima

Tabla N° 07

Niveles de la dimensión Personal

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	00	00%
Regular	14	30%
Alto	32	70%
Total	46	100%

Interpretación: En la dimensión personal de la variable autoestima se distribuye en forma para el nivel alto en un 70%, es decir, siete de cada diez estudiante se encuentran en este rango, seguidamente un 30% en el nivel regular y ningún encuestado en el nivel bajo, predominando en temas como la felicidad, gustos, opiniones hacia la persona.

Tabla N° 08

Niveles de la dimensión Académica

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	00	00%
Regular	15	33%
Alto	31	67%
Total	46	100%

Interpretación: En la tabla mostrada referente a los niveles de la dimensión académica, se puede observar en forma satisfactoria que sobresale el nivel alto en un 67% cifra relevante que muestra la predisposición al trabajo realizado en la institución educativa por parte de los estudiantes, sintiéndose motivados y orgullosos en el trabajo escolar, seguidamente un 33% señaló el nivel regular y ninguno de los participantes respondieron en el nivel bajo

Tabla N° 09*Niveles de la dimensión Familiar*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	02	04%
Regular	20	43%
Alto	24	53%
Total	46	100%

Interpretación: En la información mostrada se evidencia de forma muy favorable que más de la mitad de los participantes respondieron en el nivel alto con un 53% en cuanto a la dimensión familiar, señalando el apoyo y complemento de la familiar en la mejora de la autoestima para el desarrollo escolar, seguidamente en el nivel regular se obtuvo un 43% y solo el 04% de los estudiantes optaron por el nivel bajo.

Tabla N° 10*Niveles de la dimensión Emocional*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	02	04%
Regular	32	70%
Alto	12	26%
Total	46	100%

Interpretación: En relación a los niveles mostrados en la dimensión emocional, se puede señalar que sobresale el nivel regular en un 70% cifra importante que evidencia la capacidad para entender los sentimientos, el reconocimiento a las propias emociones y sus efectos, el saber entender sus propias debilidades y fortalezas por parte de los estudiantes, seguidamente un 26% señalaron el nivel alto y el 04 % para el bajo

4.2. Análisis Estadístico Inferencial:

Para llevar a cabo la contrastación de hipótesis, se realizó la prueba de normalidad en las variables de actividad física y autoestima. Los resultados indicaron que estas variables no siguen una distribución normal, ya que el valor de p es menor que α (0,05) en la variable actividad física, a partir de ello se empleará la prueba de Rho Serman para medir las correlaciones de las variables. (Anexo)

Tabla N° 11
Resultado de la Prueba de Normalidad

	Pruebas de Normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1 Actividad Física	0,143	46	0,019	0,956	46	0,023
V2 Autoestima	0,111	46	0,200*	0,976	46	0,463

Fuente: Datos que se obtuvieron de las encuestas (elaboración propia)

Interpretación.- Los resultados de la prueba de normalidad se muestran en la tabla, teniendo en cuenta que la muestra encuestada consta de 46 participantes, cifras que está por debajo de 50, es por ello que se considerará la prueba de Shapiro-Wilk, así mismo se observa que la variable actividad física no sigue una distribución normal ya que el p-valor es del 0,023, cifra que se encuentra por debajo del α (0,05) es por ello que se empleó la prueba de Rho Serman para medir las correlación de las variables.

Contrastación de la Hipótesis General

Hg: La actividad física se relaciona significativamente con la autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.

H0: La actividad física no se relaciona significativamente con la autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.

Tabla N° 12

Correlación entre la actividad física y la autoestima

		Actividad Física	Autoestima	
Rho de Spearman		Coefficiente de correlación	1,000	0,463*
	Actividad Física	Sig. (bilateral)	.	0,001
		N	46	46
		Coefficiente de correlación	0,463*	1,000
	Autoestima	Sig. (bilateral)	0,001	.
		N	46	46

Nota: Presenta el análisis inferencial de la Hipótesis General

Interpretación: Se presenta la correlación entre las dos variables en estudio, actividad física y autoestima, demostrando que existe una correlación significativa entre ambas, por mostrar un nivel de significancia o p-valor del 0,001 cifra que está por debajo del 0,05 que es el indicador para establecer la correlación entre ambas variables, también se muestra el coeficiente de dicha correlación que es 0,463* el cual y según Hernandez-Sampieri y Mendoza (2018) enuncia que se trata de una correlación positiva moderada; por lo tanto y ante estos resultados la hipótesis nula es rechazada de manera contundente, lo que lleva a aceptar la hipótesis de investigación. Esto lleva a la conclusión de que sí existe, según lo demostrado por los resultados, una asociación entre ambas variables estudiadas, es decir, que si la actividad física presenta mejoras en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, la autoestima de ellos también mejorará en el mismo sentido y magnitud del 46%.

Contrastación de la Hipótesis Específica 1

Hg: La variable actividad física se relaciona significativamente con la dimensión personal de la variable autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.

H0: La variable actividad física no se relaciona significativamente con la dimensión personal de la variable autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.

Tabla N° 13
Correlación entre la Actividad Física y la dimensión Personal

			Variable 1 Actividad Física	Dimensión 1 Personal
Rho de Sperman	Variable 1	Coeficiente de correlación	1,000	-0,064
	Actividad	Sig. (bilateral)	.	0,670
	Física	N	46	46
	Dimensión 1	Coeficiente de correlación	-0,064	1,000
	Personal	Sig. (bilateral)	0,670	.
		N	46	46

Nota: Presenta el análisis inferencial de la Hipótesis Específica N° 01

Interpretación: En la tabla 13 se llega a definir que no presenta ningún tipo de correlación entre la variable actividad física y la dimensión personal, señalando como evidencia que el nivel de significancia o p valor es del 0,670; indicador que está muy por encima del 0,05 que es la cifra referencial para establecer la correlación entre ambas, por lo tanto se llega aceptar la primera hipótesis específica nula en donde señala que no existe una correlación entre la variable actividad física y la dimensión personal en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas

Contrastación de la Hipótesis Específica 2

Hg: La variable actividad física se relaciona significativamente con la dimensión académica de la variable autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.

H0: La variable actividad física no se relaciona significativamente con la dimensión académica de la variable autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.

Tabla N° 14
Correlación entre la Actividad Física y la dimensión Académica

			Variable 1 Actividad Física	Dimensión 2 Académica
Rho de Sperman	Variable 1	Coeficiente de correlación	1,000	0,294*
	Actividad	Sig. (bilateral)	.	0,047
	Física	N	46	46
	Dimensión 2	Coeficiente de correlación	0,294*	1,000
	Académica	Sig. (bilateral)	0,047	.
		N	46	46

Nota: Presenta el análisis inferencial de la Hipótesis Específica N° 02

Interpretación: Ante lo observado en la tabla N° 14 en donde muestra la correlación entre variable actividad física y la dimensión académica de la variable autoestima, se puede evidenciar que si existe una correlación, por presentar un nivel de significancia o p-valor del 0,047 cifra que está por debajo del 0,05 que es el indicador para establecer la correlación entre ambas, también se muestra el coeficiente de dicha correlación del 0,294* el cual y según Hernandez-Sampieri y Mendoza (2018) enuncia que se trata de una correlación positiva baja; por lo tanto y basándose en estos resultados, se rechaza enfáticamente la hipótesis nula y se acepta la segunda hipótesis específica de la investigación, llegando a la conclusión de que efectivamente existe una asociación entre ambas variables, como lo indican los resultados obtenidos, es decir, que si la variable actividad física presenta mejoras en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas., la dimensión académica también mejorará en el mismo sentido y magnitud del 30%.

Contrastación de la Hipótesis Específica 3

Hg: La variable actividad física se relaciona significativamente con la dimensión familiar de la variable autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.

H0: La variable actividad física no se relaciona significativamente con la dimensión familiar de la variable autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.

Tabla N° 15
Correlación entre la Actividad Física y la dimensión Familiar

			Variable 1 Actividad Física	Dimensión 3 Familiar
Rho de Sperman	Variable 1	Coeficiente de correlación	1,000	0,385**
	Actividad	Sig. (bilateral)	.	0,08
	Física	N	46	46
	Dimensión 3	Coeficiente de correlación	0,385**	1,000
	Familiar	Sig. (bilateral)	0,08	.
		N	46	46

Nota: Presenta el análisis inferencial de la Hipótesis Específica N° 03

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos, se puede afirmar que no hay ninguna correlación entre la variable de actividad física y la dimensión familiar. Esta conclusión se respalda con el nivel de significancia o p valor es del 0,08; indicador que está por encima del 0,05 que es la cifra referencial para establecer la correlación entre ambas, por lo tanto se llega a aceptar la tercera hipótesis específica nula en donde señala que no existe una correlación entre la variable actividad física y la dimensión familiar en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas

Contrastación de la Hipótesis Específica 4

Hg: La variable actividad física se relaciona significativamente con la dimensión emociones de la variable autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023

H0: La variable actividad física no se relaciona significativamente con la dimensión emociones de la variable autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023

Tabla N° 16
Correlación entre la Actividad Física y la dimensión Emociones

			Variable 1 Actividad Física	Dimensión 4 Emocional
Rho de Sperman	Variable 1	Coeficiente de correlación	1,000	0,320*
	Actividad	Sig. (bilateral)	.	0,030
	Física	N	46	46
	Dimensión 4	Coeficiente de correlación	0,320*	1,000
	Emocional	Sig. (bilateral)	0,030	.
		N	46	46

Nota: Presenta el análisis inferencial de la Hipótesis Específica N° 04

Interpretación: Según los resultados obtenidos se evidencia que se muestra la correlación entre variable actividad física y la dimensión emocional de la variable autoestima, se puede señalar que si existe una correlación, por presentar un nivel de significancia o p-valor del 0,030 cifra que está por debajo del 0,05 que es el indicador para establecer la correlación entre ambas, también se muestra el coeficiente de dicha correlación del 0,320* el cual y según Hernandez-Sampieri y Mendoza (2018) enuncia que se trata de una correlación positiva baja; por lo tanto y ante estos resultados se rechaza enfáticamente la hipótesis Nula y se da por aceptado la segunda hipótesis específica de la investigación, concluyendo que si existe como muestran los resultados una asociación entre ambas, es decir, que si la variable actividad física presenta mejoras en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, la dimensión emocional también mejorará en el mismo sentido y magnitud del 32%.

4.3. Discusión de los resultados

En un primer momento se elaboró el análisis estadístico descriptivo en relación a la primera variable actividad física, en donde se observa que predominó con 96% el nivel regular, es decir, casi en su mayoría los estudiantes optaron por este nivel, seguido del nivel alto en un 04% y ninguno con el bajo. En relación a la primera dimensión de esta variable, conocida como intensidad, se observa que el 83% de las respuestas se encuentran en el nivel regular, seguido por el nivel alto con un 11% y el nivel bajo con un 7%. Respecto a la segunda dimensión, llamada frecuencia, se encontró que el 76% de las respuestas corresponden al nivel regular, mientras que el 13% se sitúa en el nivel alto y el 11% en el bajo. Por último, en cuanto a la tercera dimensión de esta variable, denominada duración, se encontró que el 57% de las respuestas están en el nivel regular, el 24% en el nivel alto y el 20% en el bajo.

En cuanto a los resultados proporcionados por la población encuestada, se puede observar que el nivel regular prevalece en más de la mitad de todas las dimensiones de la variable en cuestión, siendo un caso máximo la dimensión intensidad, la cual sobrepasa el 80% en este nivel, evidenciándose en términos medios la predisposición para la actividad física en el movimiento del cuerpo como caminar, correr, bailar, nadar, entre otros puntos.

En cuanto al análisis estadístico descriptivo de la segunda variable denominada autoestima se observa que predomina en un 78% el nivel alto, seguido del 22% del regular y ningún estudiante respondió en el nivel bajo, por lo que estos resultados señalan una tendencia positiva por parte de los estudiantes ante la autoestima. En relación a la primera dimensión de esta variable, conocida como personal, se observa que el 70% de los participantes se encuentran en el nivel alto, seguido por el nivel regular en un 30%, y ninguno en el nivel bajo. Esto sugiere que elementos como la felicidad, gustos, preferencias y opiniones son favorables para la mayoría de los encuestados. En cuanto a la segunda dimensión, denominada académica, el nivel alto predomina en un 67%, seguido por el nivel regular en un 33%, y ningún participante se encuentra en el nivel bajo. Para la cuarta dimensión, llamada familiar, se evidenció que más de la mitad de los encuestados optaron por el nivel alto, representando un 53%, seguido del regular con un 43% y del 04% para el bajo. Finalmente, como quinta y última dimensión denominada emocional los resultados

obtenidos son del 70% para el nivel medio, seguido del alto con un 26% y del 04% para el nivel bajo

Según los resultados proporcionados por la población encuestada, se puede observar que el nivel alto predomina en más de la mitad en casi todas las dimensiones de la variable en cuestión, siendo un caso máximo la dimensión personal, la cual predomina en un 70% evidenciándose la predisposición en la valoración que tienen los estudiantes consigo mismo en cuanto a la felicidad, el orgullo, el éxito entre otros.

En relación al objetivo general planteado en la investigación, que consistía en establecer la relación entre la actividad física y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas– Año 2023, se puede concluir que efectivamente existe una conexión entre ambas variables, con un grado de correlación positiva moderada, como indican Hernández Sampieri y Mendoza (2018). Esto sugiere que mejorar la actividad física puede tener un impacto directo en la mejora de la autoestima de los estudiantes. Esta conclusión se respalda con un nivel de significancia del 0,001, que está por debajo del umbral establecido de p -valor < 0.05 , lo que permite aceptar la hipótesis de la investigación y rechazar la hipótesis nula. Además, se encontró que el coeficiente de correlación de Spearman es de 0,463*, lo que indica un grado de correlación positiva moderada, de acuerdo con la tabla de correlación citada por Hernández Sampieri y Mendoza.

Comparando con el estudio llevado a cabo por Lopez y colaboradores (2020), que tuvo como propósito investigar la conexión entre la actividad física y la autoestima en 90 niños en edad escolar, de entre 14 y 17 años, se evidenció que la actividad física se encontraba en un nivel relativamente bajo. Además, se identificó una correlación significativa, positiva y moderada entre la actividad física y la autoestima en las dimensiones social, general, familiar y escolar. Como conclusión, aproximadamente la mitad de los estudiantes presentaban baja autoestima debido a la falta de actividad física, mientras que la otra mitad vio un incremento en su autoestima al aumentar su actividad física. Por otro lado, al comparar con el estudio realizado por Martínez (2022) en su investigación titulada "Impacto de la actividad física en la autoestima de estudiantes de educación secundaria en el Colegio San Antonio de Huamanga, 2021", cuyo objetivo fue determinar si la actividad física estaba relacionada con la autoestima, se encontró que el 57,8% de los estudiantes adolescentes tenían un nivel moderado de actividad física, el 32,8% mostraba un nivel

alto y solo el 9,4% tenía un nivel bajo. Respecto a la autoestima, el 42,2% tenía una autoestima moderada, el 29,7% un nivel alto y el 28,1% un nivel bajo. La investigación concluyó que la actividad física estaba significativamente relacionada con la autoestima de los estudiantes.

Los hallazgos derivados de este estudio, junto con la comprobación realizada, ratifican la relación establecida en el objetivo general. En este contexto, se confirma la existencia de una correlación entre las variables. Por ejemplo, si la actividad física se incrementa en un 100%, la autoestima de los estudiantes del quinto grado de educación primaria de la IE. 17844 también experimentará un aumento del 46%. Aunque este aumento no alcanza un nivel significativo, se observa que se manifiesta de manera moderada en intensidad.

En relación al primer objetivo específico, que consistió en identificar la relación entre la actividad física y la dimensión personal de la autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, se puede observar que no hay una conexión entre la variable y esta dimensión específica. Esto implica que, aunque la actividad física pueda experimentar algunas mejoras, la dimensión personal de la autoestima no mejora de manera significativa. Este resultado se respalda por el nivel de significancia, que es del 0,670, una cifra por encima del umbral establecido de $p\text{-valor} < 0.05$. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis planteada en la investigación. En otras palabras, no se encuentra relación entre la actividad física y la primera dimensión, llamada personal, de la autoestima.

En contraste con la investigación llevada a cabo por Elías y Martínez (2022) en su estudio titulado "Influencia de las actividades físicas y recreativas en el autoestima de los estudiantes de San Judas Tadeo, Huacho, Año 2021", cuyo propósito fue determinar la influencia de las actividades físicas y recreativas en la autoestima de los estudiantes de San Judas Tadeo, se encontró que existe una influencia significativa entre las actividades físicas y recreativas y la autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa San Judas Tadeo en el año 2021.

Los resultados obtenidos en esta investigación, junto con la contrastación realizada, confirman la relación planteada en el primer objetivo específico. En este sentido, se puede destacar que no hay una correlación entre la variable actividad física y la primera dimensión, denominada personal, de la variable autoestima. Por lo tanto,

si la actividad física mejora en un 100%, no necesariamente aumentará la dimensión personal de la autoestima.

En relación al segundo objetivo específico, que consistió en identificar la relación entre la actividad física y la dimensión académica de la autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, se evidencia la existencia de una correlación positiva baja entre la variable y la dimensión. Según lo establecido por Hernández Sampieri y Mendoza (2018), esto implica que si la actividad física experimenta mejoras, la dimensión académica también mejorará, aunque de manera moderada. Este hallazgo está respaldado por un nivel de significancia del 0,047, cifra por debajo del umbral establecido de p-valor < 0.05 . Por lo tanto, se acepta la hipótesis de la investigación y se rechaza la hipótesis nula, indicando la presencia de una relación entre la actividad física y la dimensión académica en los estudiantes. Además, se observó un valor de 0,294* en la correlación de Spearman, lo que indica un grado de correlación positiva baja, según lo descrito por Hernández Sampieri y Mendoza.

En contraste con la investigación llevada a cabo por Zavala y Soto (2022) en su estudio titulado "Actividad física y autoestima en estudiantes del sexto grado de educación primaria de la IE CRL. José Joaquín Inclán, Chorrillos, 2022", donde el objetivo fue determinar la relación entre la actividad física y la autoestima, se encontró que el valor de p es menor a 0.05. Al aplicar la prueba estadística Rho de Spearman, se obtuvo un índice de correlación de 0.875, con un valor de significancia de 0.01 entre la actividad física y la autoestima. Como conclusión, se estableció que existe una relación alta entre la actividad física y la autoestima en los estudiantes del sexto grado de educación primaria de la IE CRL. José Joaquín Inclán, Chorrillos, 2022.

Los resultados obtenidos en esta investigación, junto con la confirmación realizada, respaldan la relación planteada en el segundo objetivo específico. En este contexto, se observa una correlación baja entre la actividad física y la dimensión académica. Es decir, cuando la actividad física aumenta en un 100%, la dimensión académica también aumenta en un 30%. Aunque el incremento no es significativo, es evidente que existe una correlación baja en intensidad entre ambas variables.

Para el tercer objetivo específico, que tuvo como propósito identificar la conexión entre la práctica de actividad física y la dimensión familiar de la autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región

Amazonas, se evidencia la inexistencia de dicha relación entre la variable y la dimensión. Esto sugiere que, si la actividad física registra mejoras, la dimensión familiar no experimenta un avance notable. Este hallazgo se confirma por el resultado del nivel de significancia, el cual es de 0.08, una cifra apenas superior al umbral establecido de p -valor < 0.05 . Por lo tanto, se valida la hipótesis nula y se descarta la hipótesis planteada en la investigación, indicando que no existe un vínculo entre la actividad física y la tercera dimensión, conocida como familiar, de la autoestima.

Contrastando con lo expresado por Quispe y Rodríguez (2022) en su investigación titulada "La influencia de la actividad física deportiva en los estilos de vida saludable de los estudiantes del tercer grado de la Institución Educativa Secundaria A-28 Perú BIRF de Azángaro, 2021", donde se propuso determinar la influencia de los estilos de vida saludable en la actividad física deportiva de los estudiantes, se llegó a la conclusión de que la actividad física deportiva tiene un impacto positivo en los estilos de vida saludable de los alumnos del tercer grado de la I.E.S. A-28 Perú BIRF de Azángaro. Se encontró un coeficiente de correlación de Pearson (r) de 0.84, lo que indica una relación positiva fuerte. Además, los resultados de la prueba de hipótesis utilizando el procedimiento de la T de Student mostraron que el valor T_c obtenido fue de 8.4756, superando el valor de la T_t de 2.042 (para 30 grados de libertad).

Los hallazgos derivados de la presente investigación, junto con la evaluación realizada, validan la asociación propuesta en el tercer objetivo específico. Según lo observado, no se encuentra una conexión entre la actividad física y la dimensión familiar de la autovaloración. Por lo tanto, un incremento del 100% en la actividad física no necesariamente resultará en un aumento equivalente en la dimensión familiar de la autoestima.

En referencia al cuarto y último objetivo específico, cuya finalidad era determinar la relación entre la actividad física y la dimensión emocional de la autoestima en los estudiantes de quinto grado de la IE. 17844, Región Amazónica, se ha constatado la presencia de una correlación entre ambas variables. Sin embargo, esta correlación se califica como positiva pero de baja intensidad, de acuerdo con los parámetros establecidos por Hernández Sampieri y Mendoza (2018). Esto sugiere que, si se observan mejoras en la actividad física, también se pueden esperar mejoras leves en las dimensiones emocionales de la autoestima. Estos hallazgos se respaldan

con un nivel de significancia del 0,030, que está por debajo del umbral de 0,05, lo que lleva a la aceptación de la hipótesis planteada y al rechazo de la hipótesis nula. Además, el coeficiente de correlación de Spearman obtenido fue de 0,320, indicando una correlación positiva baja entre la actividad física y las emociones, tal como se establece en la investigación de Hernández Sampieri y Mendoza.

Estos resultados son contrastados con los resultados obtenidos por Vasquez et al. (2019) cuyo objetivo fue investigar la prevalencia de sobrepeso, obesidad, nivel de actividad física y autoestima, en donde se realizó un análisis factorial (ANOVA) para observar la correlación de Pearson y se encontró que el 46,9% de los sujetos presentaban un nivel moderado de actividad física mientras que su autoestima era baja y la autoestima media era del 50,5%; concluyendo que la actividad física está estrechamente relacionada con la autoestima y las emociones, ante ello los estudiantes varones realizaron más actividades físicas que las mujeres; también encontraron que niveles más altos de ejercicio pueden afectar la autoestima de los estudiantes.

También se hace mención al estudio realizado por Avendaño (2019) en su investigación titulada "La actividad deportiva y su impacto en la autovaloración, la depresión y la ansiedad en atletas de la Institución Educativa Liceo Nacional de Ibagué, Colombia". En este estudio, el propósito fue analizar cómo la práctica deportiva incide en aspectos psicológicos como la autovaloración, la depresión y la ansiedad en estudiantes atletas. Los resultados concluyeron que existe una clara conexión entre la ansiedad, la depresión y, en menor medida, la autovaloración con los niveles de participación en actividad física. Se sugirió la implementación de estrategias de apoyo psicológico para contrarrestar estos síntomas de riesgo.

Los resultados obtenidos por este estudio, sumados a la confirmación, respaldan la relación propuesta en el cuarto objetivo específico. En este contexto, se aprecia una correlación discreta entre la actividad física y la dimensión emocional. Por ende, si la actividad física aumenta en un 100%, la dimensión emocional también lo hace en un 32%. Aunque el aumento no es significativo, se muestra una correlación moderada en cuanto a su intensidad.

V. CONCLUSIONES

1. En cuanto al propósito general de esta investigación, que se enfoca en determinar la relación entre la actividad física y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, se observó que el nivel de significancia fue de 0.001, lo que es menor que el valor estadístico de $p= 0.05$. Esto valida la existencia de una correlación positiva moderada entre las variables actividad física y autoestima. En otras palabras, si la actividad física experimenta mejoras, la autoestima también lo hace en la misma medida y dirección, con un incremento del 46%.
2. Respecto al primer objetivo específico, cuyo propósito era determinar la correlación entre la actividad física y la dimensión personal en los estudiantes, se encontró que el nivel de significancia fue de 0.670, lo cual supera el valor estadístico de $p= 0.05$. Esto indica que no existe una correlación entre las variables actividad física y la dimensión personal.
3. En relación al segundo objetivo específico, que buscaba identificar la relación entre la actividad física y la dimensión académica en los estudiantes, se observó que el nivel de significancia fue de 0.047, lo que está por debajo del valor estadístico de $p= 0.05$. Esto confirma la presencia de una correlación positiva baja entre la actividad física y la dimensión académica, indicando que si la actividad física mejora, la actividad académica también mejora en aproximadamente un 30%.
4. En cuanto al objetivo específico número 03, cuyo propósito fue el de identificar la relación de la actividad física con la actividad familiar en los estudiantes, se encontró que el nivel de significancia fue del 0,08 cifra mayor al valor estadístico de $p= 0,05$ esto confirma que no presenta correlación entre las variables actividad física y la dimensión familiar.
5. En cuanto al objetivo específico número 04, cuyo propósito fue el de identificar la relación de la actividad física con la actividad emocional en los estudiantes, se encontró que el nivel de significancia fue del 0,030 cifra menor al valor estadístico de $p= 0,05$ esto confirma la existencia de una correlación positiva baja entre la variable actividad física y la dimensión emocional, es decir, si la actividad física mejora, la actividad emociones también mejora en la misma dirección y magnitud en un 32%.

VI. RECOMENDACIONES

1. Con respecto a la actividad física, es necesario llevar a cabo talleres, programas y políticas centrados en la mejora continua, dirigidos a los estudiantes de la Institución Educativa, por ello se deberán implementar diversas estrategias para involucrar, concientizar y estimularlos, con el fin de lograr niveles altos
2. En lo que respecta a la autoestima en la institución, se debe implementar un programa de fortalecimiento que esté orientado al desarrollo integral de los estudiantes. Esto implica proporcionar estrategias que mantengan alto el nivel de autoestima, como la implementación de un sistema integral como política educativa de las autoridades en la Institución.
3. En cuanto a los profesores de educación física, se sugiere fomentar la participación en actividades físicas a través de juegos recreativos, juegos clásicos y actividades en equipo durante las clases para promover la autoestima en los estudiantes. Esto puede lograrse integrando deportes tradicionales como una herramienta para fortalecer la autoestima en los alumnos.
4. En relación a los padres de familia promover la actividad física en sus hijos apoyándose de los programas deportivos organizados por la institución académica con el objetivo de complementar las enseñanzas realizadas por los docentes de educación física.
5. En futuras investigaciones, es importante seguir explorando y profundizando en el análisis de la actividad física y la autoestima, esto permitirá identificar causas y consecuencias que contribuyan a optimizar el rendimiento en la institución académica.

REFERENCIAS

- Alvarez et. al. (2020). *Sobrepeso, obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez centroamericana*. 2^{da} Retos
- Abellán ByO. Guía para la prescripción de ejercicio físico en pacientes con riesgo cardiovascular Abellán ByO, editor. España: Asociación de la sociedad Española de Hipertensión ; 2011.
- Alcantará, J.A. (2007). Educar la autoestima, métodos, técnicas y actividades. Barcelona, España: CEAC.
- Alvarado, A., Guerrero, E., y Llamas, I. (2018). La Activación Física para combatir la obesidad y el sobrepeso en universitarios. *Revista Iberoamericana de Las Ciencias de La Salud*, 3(5).
- Avendaño, A. (2019) La actividad física y su incidencia en la autoestima, la depresión y la ansiedad en deportistas de la Institución Educativa Liceo Nacional de Ibagué. [Tesis de Maestría, Universidad del Tolima] Repositorio de la UT.
<https://repository.ut.edu.co/server/api/core/bitstreams/1f944177-a433-4e63-b971-93ef31b8078b/content>
- Bazan, J. (2017). *Funcionalidad familiar, nivel de autoestima y actividad física en relación con el consumo de alcohol en adolescentes de la I.E. "Leoncio Prado Gutierrez" Huánuco, 2015*. [Tesis de maestría, Concytec]
Repositorio <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/1325>
- Bendezú y Manrique (2020) "La motivación escolar y su relación con la autoestima en los estudiantes de 3º grado de primaria de la I.E. fe y alegría N° 70 en Salas Guadalupe – Ica" Universidad Nacional de Huancavelica.
<https://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2410>
- Carrera, Y. (2017). Cuestionario Internacional de actividad Física . *Enfermería del Trabajo*, 3(6).
- Caso et. al. (2011). *Prueba de autoestima para adolescentes*. [Tesis de maestría, Universitas Psychologica] Repositorio <https://www.redalyc.org/pdf/647/64722451017.pdf>
- Condori, O. P. (2020) Universo, población y muestra.
<https://www.academica.org/cporfirio/18.pdf>
- Coopersmith, S. (1981). The antecedents of Self-Esteem. Palo Alto: Consulting Psychologists.
- Cruz et. al. (2017). Metodología para la construcción de instrumentos de medición en salud. *Alergia, Asma e Inmunología Pediátrica*, 3(7)
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=76977>
- Elías, J. & Martínez, L. (2021) *Influencia de las actividades físicas y recreativas en la autoestima de los estudiantes de San Judas Tadeo, Huacho, año 2021* [Tesis de

- Licenciatura, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión] Repositorio Institucional de la UNJFSC
<https://acortar.link/y3d7sF>
- Espíndola E, L (2019) La deserción escolar en américa latina: un tema prioritario para la agenda regional. 2002;25.
- Estévez, E., Martínez, B. y Musitu, G. (septiembre, 2006). La autoestima en adolescentes agresores y víctimas en la escuela: La perspectiva multidimensional. *Psicosocial intervención*, 15(2), 223-232.
- Feria, A. H., y Gonzáles, S. M., y Mantecón, L. S. (2020) La entrevista y la encuesta: ¿métodos o técnicas de indagación empírica? <https://acortar.link/Jjja3K>
- Franco, E., Coterón, J. y Gómez, V. (2017). Promoción de la actividad física en adolescentes: rol de la motivación y autoestima. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9(2), 1-15.
- Fuentes, J. A. (2014). *Actividad Física + salud hacia un estilo de vida activo*. España: Novograt.
- García, A (2018). Beneficios de la actividad física sobre la autoestima y la calidad de vida de personas mayores. *Retos*, doi:<https://doi.org/10.47197/retos.v0i33.50969>
- García, R., Canuto, I., & Cebrián, A. (2019). Alta capacidad y género: La autoestima como factor influyente en las diferencias entre sexos. *Educativos*, 77-93. <https://doi.org/10.18172/con.3934>
- Gonzáles, J., y Portolés, A. (2014). Actividad física extraescolar: relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista Iberoamericana de Psicología Del Ejercicio y El Deporte*, 9(1), 51–65.
- Gutiérrez et. al. (2007). *Autoestima, funcionalidad familiar y rendimiento escolar en adolescentes*. *Atención Primaria*, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656707709861>
- Hernández, R. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mc Graw Hill Education .
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2020) Reporte Estadístico: <https://www.inei.gob.pe/biblioteca-virtual/boletines/fecundidad-adolescente-9529/>
- Konstanze et. al. (2019). Competencias emocionales y autoestima en la adolescencia: impacto sobre el ajuste psicológico. *Revista de Psicología Clínica con niños y adolescentes*, 4(5) https://www.revistapcna.com/sites/default/files/07_3.pdf
- López, L. M. L., Pantoja, V. M. Á. B., & Miranda, M. A. V. (2020). Correlación entre actividad física y autoestima de escolares adolescentes: un análisis de tipo trasversal. *Revista virtual Universidad católica del norte*, (60), 95-115.

- López, F. & Quiñonez, J. (2019). *La actividad física y la autoestima de los estudiantes del sexto grado de primaria de la Institución Educativa "Nuestra Señora de Montserrat" de Trujillo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio de la UCV https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35793/lopez_af.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Loli, A., y López, E. (2001). Alpel inventario de autoestima.pdf. *Revista de Investigación En Psicología*, 4(1), 83.
- Martínez, R. (2022) *Actividad física y autoestima en estudiantes de Educación Secundaria del Colegio San Antonio de Huamanga, 2021* [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio Institucional de la UCV https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/82225/Martinez_GR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Martínez, Z. C. (2020) Diseño de investigación, muestreo y métodos de recolección de datos. <https://escueladedatos.online/tutorial/disenio-de-investigacion-muestreo-y-metodos-de-recoleccion-de-datos/>
- Massenzana, F. (2017). Autoconcepto y autoestima: ¿sinónimos o constructos complementarios? *Revista de Investigación En Psicología Social*, 3(1), 39–52.
- Maslow, A. (1968). *Toward a psychology of being*. Van Nostrand, Nueva York.
- Matsudo, S. (2012). Physical Activity: A Health Passport. *Revista Médica Clínica*
- Mesías, A. A. (2017). Propiedades Psicométricas del Inventario de Autoestima de Coopersmith en adolescentes de la provincia de Huallaga.
- Medianero, B. S. (2022) *Investigación en Gestión Pública: Conceptos Básicos y Clasificación General*. Universidad Mayor de San Marcos. Recuperado de: https://economia.unmsm.edu.pe/doc_trab/dt2022/DT-IEE-UNMSM-2022-01.pdf
- Mejía et. al. (2011). *La autoestima, factor fundamental para el desarrollo de la autonomía personal y profesional*. Barcelona.
- Mejía Bolaños et. al. (2020). Actividad Física y salud mental en la pandemia del Covid-19: *Una revisión Sistemática*. 5(10) <http://hdl.handle.net/10785/7213>
- Moral, L. (2017). *Teorías y modelo que explican y promueven la práctica de la actividad física en niños y adolescentes*. Educación y futuro.
- Montoya MÁ (2001). *Autoestima*. 1er ed. Mexico: Editorial Pax México;. 164 p.
- Moreno, J. (2019). *La influencia de la actividad física postural en la autoestima*. <http://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/4539>
- McKay M. Cree En ti, despierta tu autoestima. Ediciones Robinbook; 2000. 228 p.
- OMS (2021) *Suicidio*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Organización Mundial de la Salud. (2020a). *Actividad física*. <https://www.who.int/es/newsroom/fact-sheets/detail/physical-activity>

- OMS. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2020 [cited 2021 Julio 26. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/physical-activity>.
- Panescio et. al. (2017). *La autoestima, proceso humano*. Psyconex.
- Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). Preguntas y respuestas sobre la actividad física. <https://www.paho.org/es/file/88546/download?token=oAeTmSR1>
- Perales, C. (2021). Aportaciones sobre el autoconcepto y autoestima. Nunca es tarde para aceptarse. *Revista Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 68(1), 19-37.
- https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000600068&script=sci_arttext_plus&tIng=es
- Pérez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Alternativas psicología*.
- [https://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20persona](https://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20personal.pdf) l.pdf
- Quispe, Y. & Rodríguez D. (2022) *La actividad física deportiva y su influencia en los estilos de vida saludable en estudiantes del Tercer Grado de la Institución Educativa Secundaria A-28 Perú Birt de Azángaro, 2021* [Tesis de Licenciado, Instituto de Educación Superior Azángaro] Repositorio Institucional <https://acortar.link/5JjlzU>
- Rajiv S. Jhangiani, I-Chant A. Chiang, Carrie Cuttler, & Dana C. Leighton (2022). Métodos de investigación en psicología. <https://acortar.link/RPCosN>
- Rennie et. al. (2003). Association of the metabolic syndrome with both vigorous and moderate physical activity. *International Journal of Epidemiology*.
- Rentería, N. (2020). *Actividad física en adolescentes* . Alicia .
- Rhodes et. al. (2020). Theories of physical activity behaviour change: A history and synthesis of approaches. *ScienceDirect*.
- Robles, B. (2018). Índice de validez de contenido: *Coeficiente V de Aiken*. Pueblo continente.
- Rodas, A. (2013). Relación entre autoestima y compromiso organizacional en docentes de una institución educativa. Universidad Rafael Landívar.
- Rosas, G. (2021). La experiencia de caminar en ciudades latinoamericanas. *La Revista de la Arquitectura*.
- Rodrich, Z. P. (2020). Autoestima y ansiedad estado-rasgo en jóvenes universitarios de la ciudad de lima, [Tesis de Licenciatura, Universidad de Lima] Repositorio de la UDL. <https://acortar.link/0l0OSV>
- Rodríguez et. al. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological therapy*.

- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton.
- Rosselli et. al. (2018). *Ventajas y desventajas del ejercicio y el deporte en niños y adolescentes*. Diana
- Rubin et. al. (1977). Self-esteem and school performance. *Psychology in the Schools*, 503-507.
- Rus, A. E. (2020) Investigación correlacional. Obtenido de:
<https://economipedia.com/definiciones/investigacion-correlacional.html>
- Ruiz, N. (2020) El deporte como medio para mejorar la autoestima en estudiantes de educación primaria [Tesis de Segunda Especialidad, Universidad Nacional de Tumbes] Repositorio Institucional de UNT <https://acortar.link/CIIIMbE>
- Ruiz, A. (2013). <http://www.sietediasmedicos.com/el-equipo/item/1581-como-medirla-actividad-fisica-en-atencion-primaria#>
- Sanjuán, M. (2021) La relación entre deporte y autoestima o por qué ponerte en movimiento es bueno (también) para tu mente. *Revista VOGUE SPAIN* 3(12)
<https://acortar.link/fZz2fm>
- Salinas, A. (2021). *Actividad física en la autoestima de los estudiantes universitarios de la carrera de pedagogía de la actividad física y deporte de la universidad técnica de ambato durante el confinamiento* [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato] Repositorio de la UTA
<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33005/3/TRABAJO%20DE%20TITULACI%c3%93N%20AS-signed-signed-signed.pdf>
- Sánchez et. al. (2021). *Factores socioeconómicos que influyen en la salud nutricional y actividad física*. Retos.
- Schick, M. R., Nalven, T. y Spillane, N. (2020). The factor structure of self-esteem and its association with alcohol use in American Indian (AI) adolescents. *American Journal of Orthopsychiatry*, 90(6), 712–719. <https://doi.org/10.1037/ort0000504>
- Steve, S. (2009). *Mind games: let's play with the evolving association between physical activity and academic achievement*. VAHPERD.
- Tarqui et. al. (2017) Prevalencia y factores asociados a la baja actividad física. *Nutrición clínica y Dietética Hospitalaria*, 108-115.
- Tarqui Mamani, C., Alvarez Dongo, D., & Espinoza Orihundo, P. (2017). Prevalencia y factores asociados a la baja actividad física. *Nutrición clínica y Dietética Hospitalaria*, 108-115.
- Tello et. al. (2021). Afectividad, Regulación Emocional, Estrés y Salud Mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia. *Psicología de la Salud*, 1(9).
<https://revistas.innovacionumh.es/index.php/psicologiasalud/article/view/1370>

- Vasquez et. al. (2019). Analysis of Overweight and Obesity, Levels of Physical Activity, and Self-Esteem in School Children of San Pedro Sula, Honduras. *Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud*, 1(14).
- Wibowo et. al. (2021). Is Physical Activity Level in Physical Education Lesson Related to fundamental movement skills at elementary schools. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 31-37. doi:10.13189/saj.2021.091306
- Wong et. al. (2021). Examining the Exercise and Self-Esteem Model Revised with Self-Compassion among Hong Kong Secondary School Students Using Structural Equation Modeling. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 1(19). file:///C:/Users/HP/Downloads/ijerph-18-03661.pdf
- World Health Organization, WHO. (13 de septiembre de 2020). Coronavirus disease (COVID-19) pandemic. Numbers at a glance. Obtenido de <https://www.who.int/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Y, C. (2017). Cuestionario Internacional de Actividad Física . *Enfermería del trabajo*, 49-54.
- Zhang, R., Qiu, Z., Li, Y., Liu, L., & Zhi, S. (2021). Teacher support, peer support, and externalizing problems among left-behind children in rural China: Sequential mediation by self-esteem and self-control. *Children and Youth Services Review*, 121, Artículo número 105824 <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105824>
- Zavala, A. & Soto, J. & Laguna, N. (2022) *Actividad física y autoestima en estudiantes del Sexto Grado de Educación Primaria de la IE CRL. José Joaquín Inclán, Chorrillos, 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional del Callao] Repositorio Institucional de la UNAC <https://acortar.link/vjyV42>

ANEXOS

Anexo I. Matriz de consistencia.

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA	MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Problema General: ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física y la autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023?</p> <p>Problema Específico 01: ¿Cuál es la relación que existe entre la variable actividad física con la dimensión personal de la variable autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas?</p> <p>Problema Específico 02: ¿Cuál es la relación que existe entre la variable actividad física con la dimensión académica de la variable autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de</p>	<p>Objetivo General: Establecer la relación entre la actividad física y la autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas.</p> <p>Objetivo Específico 01: Identificar la relación de la variable actividad física con la dimensión personal de la variable autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas.</p> <p>Objetivo Específico 02: Identificar la relación de la variable actividad física con la dimensión académica de la variable autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas.</p>	<p>Hipótesis Investigación: La actividad física se relaciona significativamente con la autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.</p> <p>Hipótesis Nula: La actividad física no se relaciona significativamente con la autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023</p>	<p>Variable 1: Actividad Física</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intensidad. • Frecuencia. • Duración. <p>Variable 2: Autoestima</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personal • Académica. • Familiar. • Emocional. 	<p>Tipo de Investigación: Básica</p> <p>Nivel de Investigación: Descriptivo-Correlativo</p> <p>Método General: Científico</p> <p>Diseño: Diseño descriptivo simple no experimental de corte transversal.</p>	<p>Población: La población estuvo compuesta por un total de 46 estudiantes del quinto grado de educación primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023.</p> <p>Muestra: La muestra estuvo también conformada por los 46 estudiantes de la población, es decir, es una muestra censal.</p> <p>Muestreo: No aplica</p>	<p>Técnicas: Encuesta</p> <p>Instrumentos: Cuestionario</p>

<p>la IE. 17844, Región Amazonas?</p> <p>Problema Específico 03: ¿Cuál es la relación que existe entre la variable actividad física con la dimensión familiar de la variable autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas?</p> <p>Problema Específico 04: ¿Cuál es la relación que existe entre la variable actividad física con la dimensión emocional de la variable autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas?</p>	<p>Objetivo Específico 03: Identificar la relación de la variable actividad física con la dimensión familiar de la variable autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas.</p> <p>Objetivo Específico 04: Identificar la relación de la variable actividad física con la dimensión emocional de la variable autoestima en los estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas.</p>					
--	--	--	--	--	--	--

Anexo II. Operacionalización de variables.

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	TÉCNICA / INSTRUMENTO
Variable 1: Actividad Física	Según la OMS (2020) la actividad física se refiere a toda acción corporal, ya sea de intensidad moderada o intensa variada como caminar, correr, jugar deporte, actividad laboral, juego recreativo, de ocio, entre otras	La actividad física según el instrumento IPAQ Carrera (2017), presenta tres dimensiones: caminar, actividad física moderada, actividad física vigorosa.	Intensidad de la actividad física	<ul style="list-style-type: none"> - Participa en deportes de competencia - Realiza actividades físicas exigentes - Camina a buen ritmo grandes distancias - Trota o corre a buen ritmo distancias considerables 	Escala de Likert: Ordinal Siempre (5) Casi siempre (4) A veces (3) Casi nunca (2) Nunca (1)	Encuesta – Cuestionario
			Frecuencia de la actividad física	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza actividades físicas diariamente. - Desarrolla actividades más de tres veces por semana. - Practica algún deporte varias veces a la semana 		

			Duración de la actividad física	<ul style="list-style-type: none">- Desarrollan actividades físicas por períodos prolongados- Realiza actividades físicas muy poco espaciadas- Desarrolla diversas actividades físicas en una misma jornada		
--	--	--	---------------------------------	---	--	--

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	TÉCNICA / INSTRUMENTO
Variable 2: Autoestima	Mejía et al. (2011) define a la autoestima como la expresión de nuestros sentimientos, pensamientos, actitudes y comportamientos que se ha construido durante las vivencias de la vida diaria	La autoestima según caso et al. (2011) presenta cuatro dimensiones: personal, académica, familiar y emocional	Personal	Felicidad, Gustarse, Orgullosa, Opinión personal, Satisfacción personal	Escala de Likert: Ordinal Siempre (5) Casi siempre (4) A veces (3) Casi nunca (2) Nunca (1) (1)	Encuesta – Cuestionario
			Académica	Habilidad académica, Evaluación de aspectos negativos, Sentimiento positivo del trabajo académico		
			Familiar	Sentimiento familiar, Apreciación de los miembros de mi familia, Salida de casa		
			Emocional	Enojo de padres, Culpar de mis actos, Enojo con los demás		

Anexo III. Autorización de la Institución.

“Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo”

Epemimu, 05 de marzo del 2023

Señor

Lic. : Eliciano Magiano Bajit

Director de la I.E.N° 17844 – Epemimu

Presente. –

Asunto: Solicito autorización para desarrollo de trabajo de investigación (tesis), con los estudiantes de la I.E.

Referencia: Aplicación de cuestionarios a los estudiantes del quinto grado, para poder cumplir con la investigación y poder optar el Título profesional de Licenciado en Educación, especialidad Educación Física, de la Universidad Particular de Chiclayo.

Yo, Francisco Ruben Bustamante Roque, con DNI: 42230048, me dirijo a ud. con el debido respeto para poder solicitarle lo siguiente:

Que, con motivos de poder obtener mi título profesional de Licenciado en Educación, especialidad en Educación Física, es que recorro a su despacho, con el objetivo que me permita dar las facilidades de aplicar los instrumentos de mi investigación, correspondiente al llenado de dos cuestionarios y la posibilidad de realizar una visita a la institución con el objetivo de reforzar mi investigación.

Debo señalar que mi trabajo de investigación se denomina "Actividad Física y Autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844 – Epemimu Nazareth, Región Amazonas, Año 2023", pretende establecer la relación entre ambas variables y plantear mejoras en la educación de los niños y niñas de la institución.

Agradeciendo por la atención brindada, me despido de usted, esperando que sigan los éxitos en su gestión.

Francisco Ruben Bustamante Roque

DNI: 42230048



CARTA DE ACEPTACIÓN

Epemimu, 13 de marzo del 2023

Señor:

Francisco Ruben Bustamante Roque

DNI: 42230048

Presente. –

Asunto: conformidad para la aplicación del trabajo de investigación en nuestra institución.

Reciba el saludo de la plana docente de la institución educativa y el presente es para hacerle de su conocimiento que su solicitud para realizar su proyecto de tesis "Actividad Física y Autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la I.E. N° 17844 – Epemimu Nazareth, Región Amazonas, Año 2023", a sido aprobada para fines académicos, por lo cual podrá acceder a los ambientes de nuestra institución.

Atentamente:

 Elriciano Magiano Bajit
DNI N° 33763474
DIRECTOR

Anexo IV. Declaración jurada de consentimiento informado

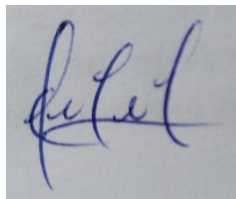
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado participante de la I.E. N°17844, solicito su apoyo para la realización de la investigación denominada “Actividad Física y Autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023”.

Se detalla que:

- La encuesta está conformada por dos cuestionarios de 24 ítems para la primera variable actividad física y de 21 ítems para la segunda variable autoestima, las cuales deberán ser respondidas con total honestidad.
- La información que se me brinde será utilizada únicamente para esta investigación, además de que los datos obtenidos con la encuesta serán tratados de manera anónima.
- La participación en la mencionada encuesta es totalmente voluntaria, en el cual el encuestado tiene la libertad de responder las preguntas que considere.
- Si surgen dudas acerca de la investigación, el cliente puede realizar las consultas que considere necesarias.

Chiclayo, 27 de setiembre del 2023.



Francisco Rubén Bustamante Roque
DNI: 42230048

Anexo V. Instrumentos de recolección de datos.

Anexo I.

CUESTIONARIO SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA

Instrucciones: Este cuestionario contiene serie de afirmaciones que permiten identificar, evaluar y comprobar el grado de actividad física, ante ello deberás contestar con mucha sinceridad cada ítem eligiendo la respuesta que creas más adecuado

Nunca	Casi Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

DIMENSIONES/INDICADORES		ESCALAS - VALORES				
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
		1	2	3	4	5
1	Corre durante 30 minutos 5 veces por semana					
2	Corre 50 metros sin detenerse					
3	Se desplaza rebotando balón de básquet					
4	Conduce el balón de básquet en sig. Zag					
5	Conduce el balón de futbol con el pie					
6	Se desplaza lanzando y recibiendo el balón					
7	Baila durante 10 minutos con ritmos rápidos.					
8	Sube y baja 3 gradas (6 repeticiones con intervalos de 30 segundos)					
9	Barre el patio de manera adecuada.					
10	Barre el aula de su grado.					
11	Riega las plantas con un balde.					
12	Realiza caminatas por 20'3 veces a la semana					
13	Camina transportando objeto					

14	Lava su plato después de almorzar					
15	Baila cuando escucha música con ritmos lentos.					
16	Camina al sonido de la pandereta					
17	Pinta un dibujo sentado en una silla.					
18	Arma rompecabezas sentado					
19	Ayuda a cortar verduras para preparar ensalada					
20	Descansa después de almorzar.					
21	Ve televisión por más de una hora					
22	Se desplaza a su casa en vehículo.					
23	Permanece quieto cuando escucha música					
24	Se sienta y no participa del juego en el recreo.					

CUESTIONARIO SOBRE EL AUTOESTIMA

Instrucciones: Este cuestionario contiene serie de afirmaciones que permiten identificar, evaluar y comprobar el grado de autoestima, ante ello deberás contestar con mucha sinceridad cada ítem eligiendo la respuesta que creas más adecuado

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Usualmente	Siempre
1	2	3	4	5

Dimensiones	N°	Ítems	5	4	3	2	1
Personal (Factor 1: Cogniciones sobre sí mismo)	1	Estoy feliz de ser como soy					
	2	Me gusta como soy					
	3	Estoy orgulloso (a) de mí					
	4	Me gusta la forma como me veo					
	5	Tengo una mala opinión de mí mismo					
	6	Me gustaría ser otra persona					
Académica (Factor 2: Cogniciones de competencia)	7	Soy tonto(a) para hacer los trabajos de la escuela					
	8	Soy muy lento para realizar mi trabajo escolar					
	9	Me siento fracasado					
	10	Soy malo para muchas cosas					
	11	Estoy orgulloso (a) del trabajo que hago en la escuela					
	12	Soy un(a) buen(a) amigo(a)					
Familiar (Factor 3: Relación familiar)	13	Me siento bien cuando estoy con mi familia					
	14	Tengo una de las mejores familias de todo el mundo					
	15	Mi familia está decepcionada de mí					
	16	Siento ganas de irme de mi casa					
	17	Pienso que mis padres serían felices si yo fuera diferente					
Emocional (Factor 4: Enojo)	18	Hago enojar a mis padres					
	19	Me enojo cuando mis padres no me dejan hacerlo que yo quiero					
	20	Les echo la culpa a otros de cosas que yo hago mal					
	21	Si me enojo con un amigo (a) lo(a) insulto					

Anexo VI. Juicio de Expertos

UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO FACULTAD DE DERECHO Y EDUCACIÓN

Informe de opinión de expertos del instrumento de Investigación

I.- DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y Nombres : Dr. GARCIA MERINO LUIS SANTIAGO
1.2. D.N.I : 18799025
1.3. Institución donde labora : INSTITUTO INVESTIGACION INNOVACION
CIENCIA Y TECNOLOGIA IIICyT
1.4. Autor del Instrumento : Francisco Bustamante Roque
1.5. Título de la Investigación : Actividad Física y Autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844 – Epemimu Nazareth, Región Amazonas, Año 2023

II.- ASPECTOS DE VALIDACION

Evalúe cada ítem y coloque la puntuación que usted crea conveniente. La puntuación debe ser entre: 01 – 40 DEFICIENTE; 41 – 90 REGULAR; 91 – 100 EXCELENTE.

N°	ITEMS	INDICACIONES	DEFICIENTE (01 - 40)	REGULAR (41 - 90)	EXCELENTE (91 - 100)
1	Claridad	Está formulada con lenguaje apropiado			X
2	Objetividad	Está expresado en capacidades observables			X
3	Actualidad	Adecuado con la innovación y la mejora continua de los servicios educativos.			X
4	Organización	Existe organización lógica en el instrumento			X
5	Suficiencia	Comprende los aspectos de cantidad y calidad con respecto a las variables de investigación			X
6	Intencionalidad	Adecuado para valorar aspectos de las variables de investigación			X
7	Consistencia	Basado en aspectos teóricos de conocimiento			X
8	Coherencia	Existe coherencia entre los índices e indicadores y dimensiones			X
9	Metodología	La estrategia responde al propósito de la investigación			X

III.- OPINION DE APLICABILIDAD : Aplicación a la población de estudio.

IV.- PROMEDIO DE VALORACION : 100%



Santiago García Merino
C.I. 18799025
M. D. INVESTIGACION INNOVACION
CIENCIA Y TECNOLOGIA IIICyT
07-0102
09/10/2023

Chiclayo, octubre 2023

UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO
FACULTAD DE DERECHO Y EDUCACIÓN

FICHA TECNICA/OPINION DE EXPERTOS

I.- DATOS GENERALES:

- 1.1 Apellidos y Nombres del Experto : Eva Liliana Perez Vigil
 1.2 Cargo : Docente
 1.3 Institución o Centro Laboral : I.E.I. "El Constructor"
 1.4 Nombre del Instrumento : Cuestionario
 1.5 Título de la Investigación : ACTIVIDAD FISICA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE EDUCACION PRIMARIA DE LA IE. 17844 – EPEMIMU NAZARETH, REGIÓN AMAZONAS, AÑO 2023.
 1.6 Autor(a): Francisco Bustamante Roque Bach.: En Educación Física.

II.- ASPECTOS A VALIDAR

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE 00-20%	REGULAR 21-40%	BUENO 41-60%	MUY BUENO 61-80%	EXCELENTE 81-100%
CLARIDAD	Esta expresado con un lenguaje apropiado.				X	100%
OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.				X	100%
ACTUALIDAD	Adecuado con la innovación y la mejora continua.				X	100%
ORGANIZACION	Se denota organización lógica.				X	100%
SUFICIENCIA	Comprende aspectos en calidad y cantidad.				X	100%
INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar múltiples aspectos en la investigación.				X	100%
CONSISTENCIA	Sustentados en aspectos teórico-científicos.				X	100%
COHERENCIA	Entre las variables, dimensiones e indicadores.				X	100%
METODOLOGIA	Responde a los propósitos de la investigación				X	100%
PERTINENCIA	El instrumento es adecuado para el propósito de la investigación.				X	100%
PROMEDIO						100%

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN

El instrumento está valorado al 100%.

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

(X) El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.

() El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado.

Chiclayo, septiembre del 2023

Eva Liliana Perez Vigil
DNI N°16792173

Figura 1. Opinión de experto – Validación de Guia de entrevista



UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO FACULTAD DE DERECHO Y EDUCACIÓN

Informe de opinión de expertos del instrumento de Investigación

I.- DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y Nombres : Arévalo Castillo Jossie Mirella
1.2. D.N.I : 48454519
1.3. Institución donde labora : Clínica Líder Médica
1.4. Autor del Instrumento : Francisco Ruben Bustamante Roque
1.5. Título de la Investigación : Actividad Física y Autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844 – Epemimu Nazareth, Región Amazonas, Año 2023

II.- ASPECTOS DE VALIDACION

Evalúe cada ítem y coloque la puntuación que usted crea conveniente. La puntuación debe ser entre: 01 – 40 DEFICIENTE; 41 – 90 REGULAR; 91 – 100 EXCELENTE.



Nº	ITEMS	INDICACIONES	DEFICIENTE (01 - 40)	REGULAR (41 - 90)	EXCELENTE (91 - 100)
1	Claridad	Está formulada con lenguaje apropiado			X
2	Objetividad	Está expresado en capacidades observables			X
3	Actualidad	Adecuado con la innovación y la mejora continua de los servicios educativos.			X
4	Organización	Existe organización lógica en el instrumento			X
5	Suficiencia	Comprende los aspectos de cantidad y calidad con respecto a las variables de investigación			X
6	Intencionalidad	Adecuado para valorar aspectos de las variables de investigación			X
7	Consistencia	Basado en aspectos teóricos de conocimiento			X
8	Coherencia	Existe coherencia entre los índices e indicadores y dimensiones			X
9	Metodología	La estrategia responde al propósito de la investigación			X

III.- OPINION DE APLICABILIDAD : Aplicación a la población de estudio.

IV.- PROMEDIO DE VALORACION : 100%

Chiclayo, agosto 2023

Mg. Jossie Mirella Arévalo Castillo
DNI:48454519

Anexo VII. Declaratoria de Autenticidad

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD - ASESOR

Yo, Víctor Manuel Castañeda Salazar, docente de la Universidad Particular de Chiclayo, asesor de la Tesis titulada: “Actividad Física y Autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023”, del autor Francisco Rubén Bustamante Roque, constato que la investigación cumple con el índice de similitud establecido y verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Particular de Chiclayo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad Particular de Chiclayo.

Chiclayo, diciembre del 2023.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD - AUTOR

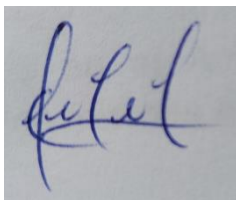
Yo, Bach. Francisco Rubén Bustamante Roque perteneciente a la Facultad de Derecho y a la Escuela Profesional de Educación de la Universidad Particular de Chiclayo, identificado con DNI N° 42230048, cuyo informe de tesis se denomina “Actividad Física y Autoestima en estudiantes del quinto grado de Educación Primaria de la IE. 17844, Región Amazonas, Año 2023”

DECLARO BAJO JURAMENTO QUE:

- 1) La tesis es de mi autoría.
- 2) He respetado las normas internacionales APA de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por lo tanto, en el desarrollo de la presente tesis no se ha realizado plagio alguno.
- 3) La tesis no ha sido auto plagiada, es decir, no ha sido publicada con anterioridad para la obtención de algún grado académico o título profesional.
- 4) Los datos que se han presentado en los resultados son reales, no han sido falseados, duplicados ni copiados, por lo tanto, los resultados que se presentan en este informe de tesis se han obtenido realizando la investigación pertinente.

De identificarse alguna falta de fraude como datos falsos, plagio (información sin citar los autores que corresponden), auto plagio (presentar como nuevo un trabajo de investigación propio publicado anteriormente), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Particular de Chiclayo.

Chiclayo, diciembre del 2023.



Francisco Rubén Bustamante Roque
DNI: 42230048

Anexo VIII. Base de Datos de Prueba Piloto (Alfa de Cronbach).

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z													
1	PRUEBA PILOTO PARA HALLAR EL GRADO DE CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTOS A APLICAR EN LA TESIS:																																						
2																																							
3																																							
4	ACTIVIDAD FÍSICA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA																																						
5	DE LA IE. 17844 – EPEMIMU NAZARETH, REGIÓN AMAZONAS, AÑO 2023.																																						
6																																							
7	VARIABLE: ACTIVIDAD FISICA																																						
8	N°	Dimensión Intensidad de la actividad física										Dimensión Frecuencia de la actividad física							Duración de la actividad física																				
9		P2	P3	P4	P5	P6	P15	P16	P17	P18	P22	P23	P1	P9	P10	P11	P12	P19	P20	P21	P7	P8	P13	P14	P24														
10	E1	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	3	3	5	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3														
11	E2	5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	2	4	5	2	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5														
12	E3	5	4	4	4	4	5	4	4	3	5	5	4	5	5	5	4	4	4	3	4	5	5	5	5														
13	E4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	5	5	3	4	4	4	4	5	4	5	3														
14	E5	4	4	4	5	4	3	3	2	4	2	2	2	4	4	4	4	3	2	4	4	5	4	5	5														
15	E6	5	4	4	4	3	3	3	5	5	4	2	2	3	4	5	4	3	5	5	3	5	5	4	5														
16	E7	4	4	5	4	5	2	3	5	5	2	3	5	3	3	4	4	3	5	5	5	5	4	4	4														
17	E8	5	4	5	5	2	5	5	4	2	4	4	4	4	4	5	4	5	4	2	2	5	5	5	5														
18	E9	5	4	4	4	5	4	3	3	4	4	2	4	4	5	5	4	3	3	4	5	4	3	3	4														
19	E10	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5														
20	E11	5	5	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4														
21	E12	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4														
22	E13	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5														
23	E14	4	5	5	5	5	4	3	4	3	4	4	5	4	5	4	5	3	4	3	5	5	5	4	4														
24	E15	5	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	3	5	5	4	4														
25	E16	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5														
26	E17	5	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	5														
27	E18	5	4	5	4	4	5	4	4	3	5	5	4	5	5	5	4	4	4	3	4	5	4	4	4														
28	E19	5	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4														
29	E20	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5														
30																																							
31	Escala de medición:												→ Fiabilidad																										
32	Nunca (1)																																						
33	Rara vez (2)																																						
34	Algunas veces (3)												Escala: VARIABLE: ACTIVIDAD FISICA																										
35	Usualmente (4)												Resumen de procesamiento de casos																										
36	Siempre (5)												<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>N</th> <th>%</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Casos Válido</td> <td>20</td> <td>100,0</td> </tr> <tr> <td>Excluido^a</td> <td>0</td> <td>,0</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>20</td> <td>100,0</td> </tr> </tbody> </table>																N	%	Casos Válido	20	100,0	Excluido ^a	0	,0	Total	20	100,0
	N	%																																					
Casos Válido	20	100,0																																					
Excluido ^a	0	,0																																					
Total	20	100,0																																					
37													a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.																										
38													Estadísticas de fiabilidad																										
39													<table border="1"> <thead> <tr> <th>Alfa de Cronbach</th> <th>N de elementos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>,756</td> <td>24</td> </tr> </tbody> </table>															Alfa de Cronbach	N de elementos	,756	24								
Alfa de Cronbach	N de elementos																																						
,756	24																																						
40																																							
41																																							
42																																							
43																																							
44																																							
45																																							
46																																							
47																																							
48																																							
49																																							
50																																							
51																																							

IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Informes
Estadísticos descriptivos
Estadísticas Bayesianas
Tablas
Comparar medias
Modelo lineal general
Modelos lineales generalizados
Modelos mixtos
Correlacionar
Regresión
Loglineal
Redes neuronales
Clasificar
Regulación de dimensiones
Escala
Pruebas no paramétricas
Predicciones
Superviv.
Respuesta múltiple
Análisis de valores perdidos...
Imputación múltiple
Muestras complejas
Simulación...
Control de calidad
Modelado espacial y temporal...
Marketing directo
IBM SPSS Amos...

Visible: 24 de 24 variables

	Enunciado_01	Enunciado_02	Enunciado_03	Enunciado_04	Enunciado_05	Enunciado_06	Enunciado_07	Enunciado_08	Enunciado_09	Enunciado_10	Enunciado_11	Enunciado_12	Enunciado_13	Enunciado_14	Enunciado_15	Enunciado_16	Enunciado_17	Enunciado_18
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	5	5	4	4	4	4	4
2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	4	5	2	5	5	5	5	4
3	5	4	4	4	4	4	4	3	5	5	4	5	5	5	4	4	4	4
4	5	3	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	5	5	3	4	4	4
5	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	2	4	4	4	4	3	2	2
6	5	4	4	4	4	4	3	5	5	4	2	2	3	4	5	4	3	5
7	4	4	4	5	5	5	2	3	5	3	3	4	4	4	4	3	5	5
8	5	4	4	5	5	4	2	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4
9	5	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	5	5	4	3	3	3
10	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5
11	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4
12	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4
13	4	5	4	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5
14	4	5	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	3	4
15	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4
17	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5
18	5	4	4	5	5	4	4	3	5	5	4	5	5	5	4	4	4	4
19	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	5	5	4	4	4	4
20	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4
21																		
22																		
23																		
24																		
25																		
26																		
27																		
28																		

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

01:50 26/10/2023

IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 24 de 24 variables

	Enunciado_01	Enunciado_02	Enunciado_03	Enunciado_04	Enunciado_05	Enunciado_06	Enunciado_07	Enunciado_08	Enunciado_09	Enunciado_10	Enunciado_11	Enunciado_12	Enunciado_13	Enunciado_14	Enunciado_15	Enunciado_16	Enunciado_17	Enunciado_18
1	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	3	3	5	5	4	4	4	4
2	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	5	2	5	5	4
3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4
4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	5	3	4	4	4
5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2
6	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	4	5	4	3	5
7	4	4	4	5	5	5	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	5	5
8	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4
9	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	3	3	3
10	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4
11	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4
12	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4
13	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5
14	4	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	3	4	4	4	4
15	5	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4
17	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5
18	5	4	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	4	4
19	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4
20	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4
21																		
22																		
23																		
24																		
25																		
26																		
27																		
28																		

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

01:51 26/10/2023

Análisis de fiabilidad

Elementos:
Enunciado_01
Enunciado_02
Enunciado_03
Enunciado_04
Enunciado_05
Enunciado_06

Puntuaciones:

Modelo: Alfa

Etiqueta de escala: VARIABLE: ACTIVIDAD FISICA

Aceptar Pegar Restablecer Cancelar Ayuda

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W														
1																																					
2	PRUEBA PILOTO PARA HALLAR EL GRADO DE CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTOS A APLICAR EN LA TESIS:																																				
3																																					
4	ACTIVIDAD FÍSICA Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA IE. 17844 – EPEMIMU NAZARETH, REGIÓN AMAZONAS, AÑO 2023.																																				
5																																					
6																																					
7		VARIABLE: AUTOESTIMA																																			
8	N°	Dimensión Personal						Dimensión Académica						Dimensión Familiar					Dimensión Emocional																		
9		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21															
10	E1	3	3	4	3	4	5	4	4	4	4	3	3	5	5	4	4	4	4	3	4	3															
11	E2	3	3	4	4	4	4	5	4	5	5	2	4	5	2	5	5	5	5	5	5	5															
12	E3	5	4	3	4	4	5	4	4	3	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5																
13	E4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	5	3	4	5	4	5	3																
14	E5	5	3	2	5	4	3	3	2	4	2	2	2	4	4	4	4	4	5	4	5																
15	E6	5	2	2	4	3	3	3	5	5	4	2	2	3	4	5	4	4	5	4	5																
16	E7	5	5	2	4	5	2	3	5	5	2	3	5	3	3	4	4	5	5	4	4																
17	E8	4	5	4	5	2	5	5	4	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5																
18	E9	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	2	4	4	5	5	4	4	3	3	4																
19	E10	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4																
20	E11	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4																
21	E12	5	5	3	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4																
22	E13	4	5	3	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4																
23	E14	4	5	5	5	5	4	3	4	3	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4																
24	E15	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4																
25	E16	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5																
26	E17	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5																
27	E18	5	4	4	4	4	5	4	4	3	5	5	4	5	5	4	5	5	4	4	4																
28	E19	4	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4																
29	E20	4	5	5	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5																
30																																					
31		Escala de medición:					Escala: Prueba De Confiabilidad																														
32		Nunca (1)																																			
33		Rara vez (2)																																			
34		Algunas veces (3)																																			
35		Usualmente (4)																																			
36		Siempre (5)																																			
37		Resumen de procesamiento de casos																																			
38		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="2"></th> <th style="text-align: center;">N</th> <th style="text-align: center;">%</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3" style="background-color: #e0e0e0;">Casos</td> <td style="background-color: #e0e0e0;">Válido</td> <td style="text-align: center;">20</td> <td style="text-align: center;">100,0</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e0e0e0;">Excluido^a</td> <td style="text-align: center;">0</td> <td style="text-align: center;">,0</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #e0e0e0;">Total</td> <td style="text-align: center;">20</td> <td style="text-align: center;">100,0</td> </tr> </tbody> </table>																								N	%	Casos	Válido	20	100,0	Excluido ^a	0	,0	Total	20	100,0
		N	%																																		
Casos	Válido	20	100,0																																		
	Excluido ^a	0	,0																																		
	Total	20	100,0																																		
39		a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.																																			
40		Estadísticas de fiabilidad																																			
41		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Alfa de Cronbach</th> <th style="text-align: center;">N de elementos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">,735</td> <td style="text-align: center;">21</td> </tr> </tbody> </table>																						Alfa de Cronbach	N de elementos	,735	21										
Alfa de Cronbach	N de elementos																																				
,735	21																																				
42																																					
43																																					
44																																					
45																																					
46																																					
47																																					
48																																					
49																																					
50																																					
51																																					
52																																					
53																																					

IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar **Analizar** Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 21 de 21 variables

	Enunciad_o_01	Enunciad_o_02	Enunciad_o_03	Enunciad_o_04	Enunciad_o_05	Enunciad_o_06	Enunciad_o_07	Enunciad_o_08	Enunciad_o_09	Enunciad_o_10	Enunciad_o_11	Enunciad_o_12	Enunciad_o_13	Enunciad_o_14	Enunciad_o_15	Enunciad_o_16
1	3	3	4	3	4	5	4	4	4	4	3	3	5	5	4	4
2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4	5	2	5	5
3	5	4	3	4	4	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4
4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	5	4	5	3
5	5	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4
6	5	2	2	3	5	5	4	2	2	2	3	4	5	4	4	4
7	5	5	2	3	5	5	2	3	5	3	3	4	4	4	4	4
8	4	5	4	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
9	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	5	4	4
10	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4
11	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
12	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	4	5	3	5	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	5	4
14	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5
15	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4
17	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5
18	5	4	4	4	4	4	4	3	5	5	4	5	5	5	4	4
19	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	5	5	5	4
20	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5

Analisis de fiabilidad...

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

19:51 16/10/2023

IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar **Analizar** Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 21 de 21 variables

	Enunciad_o_01	Enunciad_o_02	Enunciad_o_03	Enunciad_o_04	Enunciad_o_05	Enunciad_o_06	Enunciad_o_07	Enunciad_o_08	Enunciad_o_09	Enunciad_o_10	Enunciad_o_11	Enunciad_o_12	Enunciad_o_13	Enunciad_o_14	Enunciad_o_15	Enunciad_o_16
1	3	3	4	3	4	5	4	4	4	4	3	3	5	5	4	4
2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4	5	2	5	5
3	5	4	3	4	4	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4
4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	3	3
5	5	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4
6	5	2	2	3	5	5	4	2	2	2	3	4	5	4	4	4
7	5	5	2	3	5	5	2	3	5	3	3	4	4	4	4	4
8	4	5	4	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
12	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	4	5	3	5	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	5	4
14	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5
15	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4
18	5	4	4	4	4	4	4	3	5	5	4	5	5	5	4	4
19	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	5	4	5	5	4	4
20	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4	4

Analisis de fiabilidad

Elementos: Enunciado_01, Enunciado_02, Enunciado_03, Enunciado_04, Enunciado_05, Enunciado_06

Puntuaciones:

Modelo: Alfa

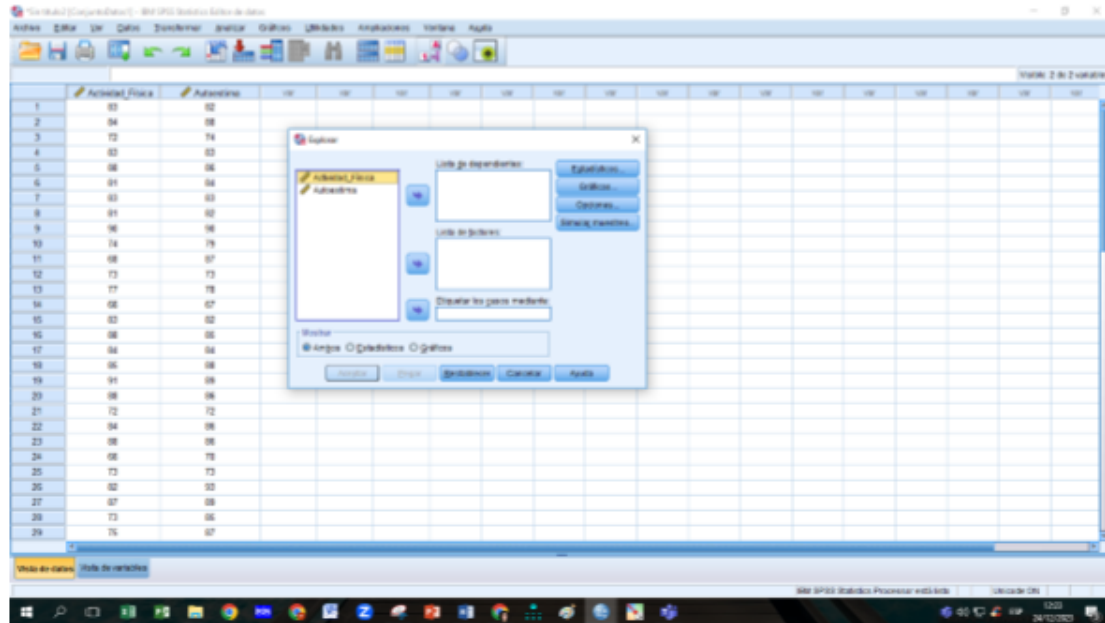
Etiqueta de escala: Prueba De Confiabilidad

Aceptar Pegar Restablecer Cancelar Ayuda

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

19:51 16/10/2023

Anexo IX. Evidencia de la aplicación de la Prueba de Normalidad



Pruebas de normalidad

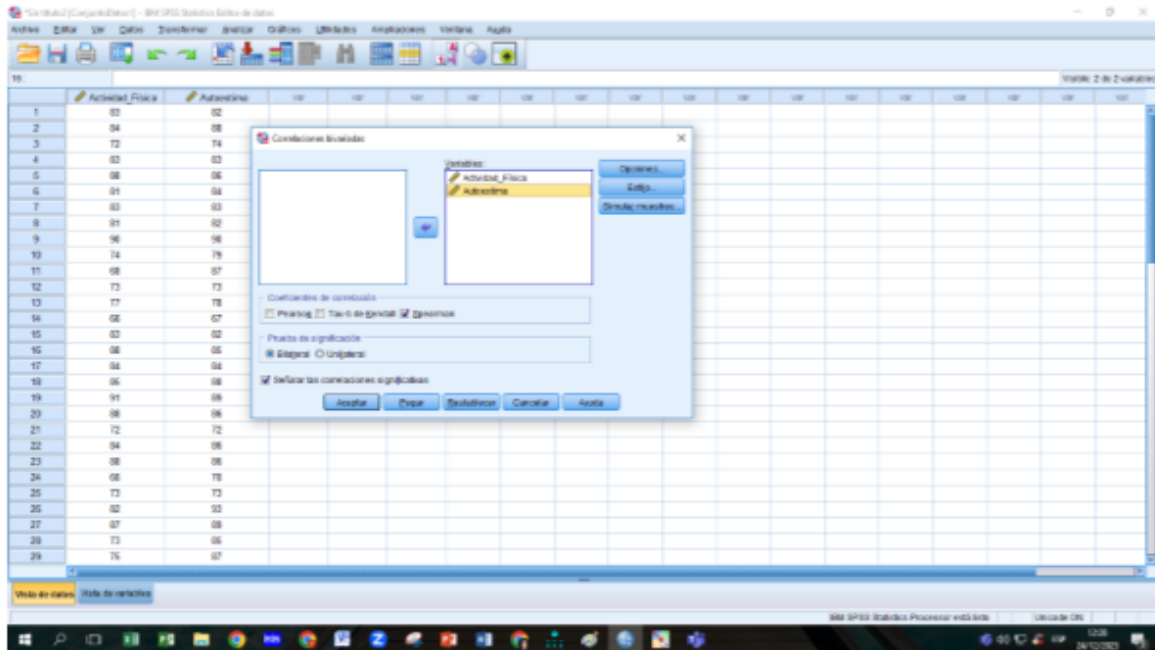
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Actividad_Física	,143	46	,019	,956	46	,023
Autoestima	,111	46	,200*	,976	46	,463

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Anexo X. Evidencia de la contrastación de la hipótesis general y específicas.

Correlación entre actividad física y autoestima



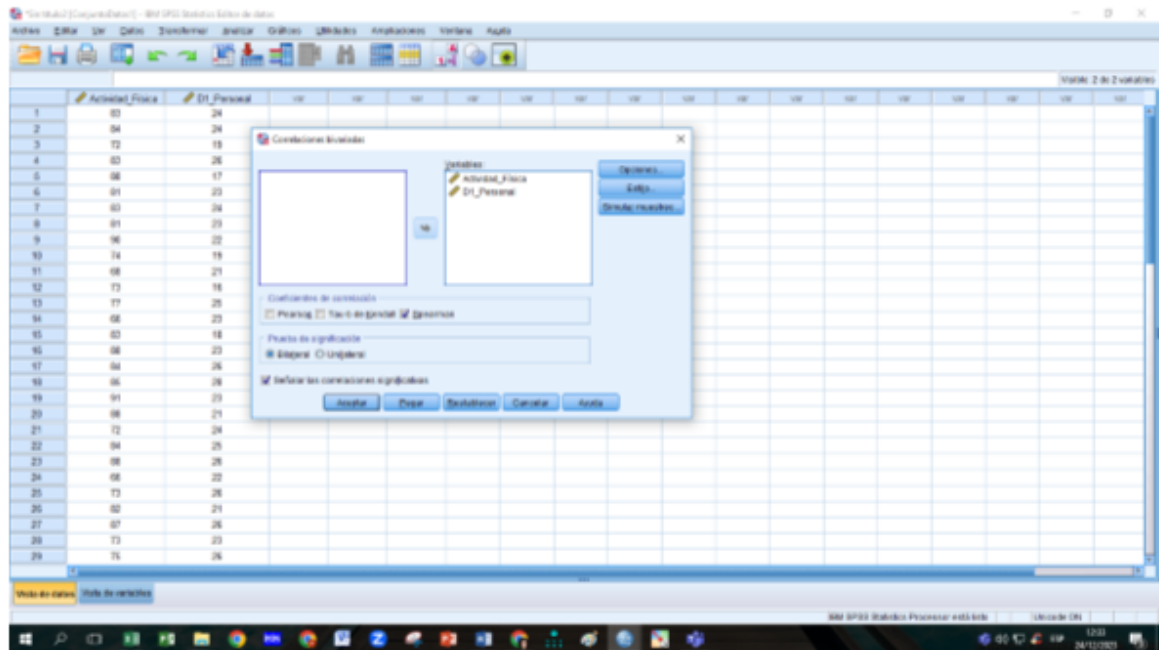
➔ Correlaciones no paramétricas

Correlaciones

			Actividad_Física	Autoestima
Rho de Spearman	Actividad_Física	Coefficiente de correlación	1,000	,463**
		Sig. (bilateral)	.	,001
		N	46	46
	Autoestima	Coefficiente de correlación	,463**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	46	46

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Correlación entre la variable actividad física y la dimensión personal de la variable autoestima

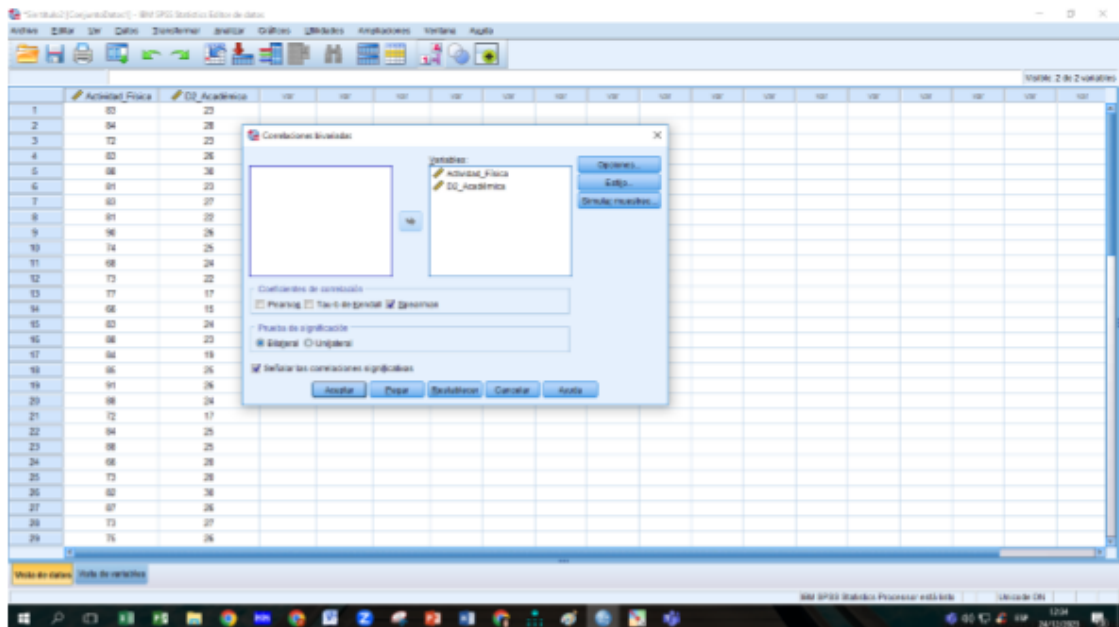


➔ Correlaciones no paramétricas

Correlaciones

			Actividad_Fisica	D1_Personal
Rho de Spearman	Actividad_Fisica	Coefficiente de correlación	1,000	-,064
		Sig. (bilateral)	.	,670
		N	46	46
	D1_Personal	Coefficiente de correlación	-,064	1,000
		Sig. (bilateral)	,670	.
		N	46	46

Correlación entre la variable actividad física y la dimensión académica de la variable autoestima

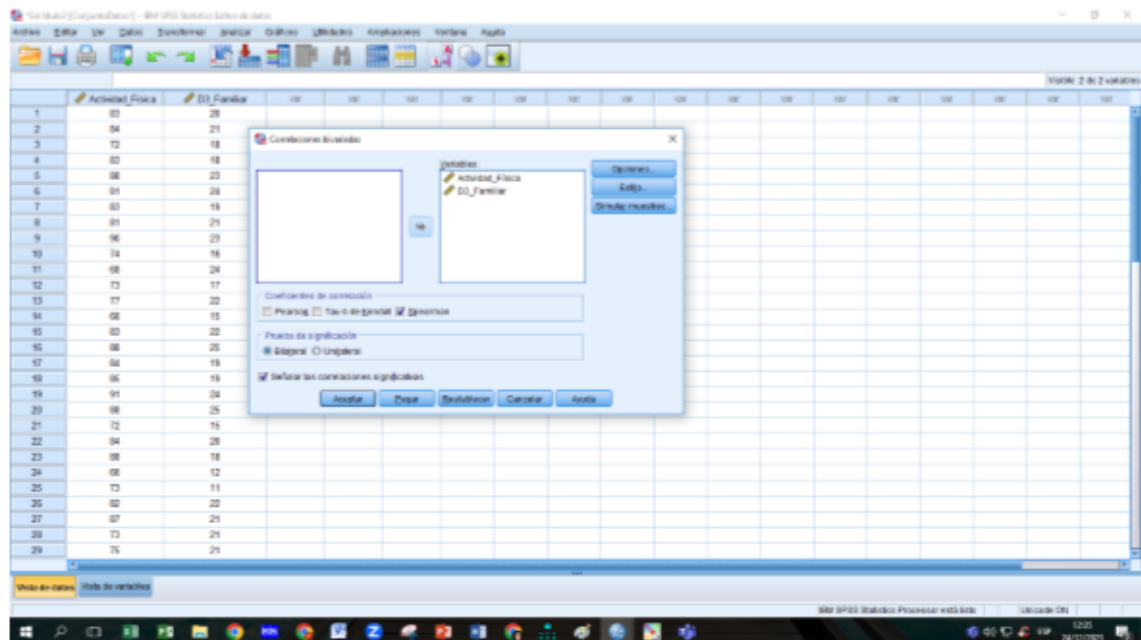


→ Correlaciones no paramétricas

Correlaciones			Actividad_Física	D2_Académica
Rho de Spearman	Actividad_Física	Coefficiente de correlación	1,000	,294*
		Sig. (bilateral)	.	,047
		N	46	46
	D2_Académica	Coefficiente de correlación	,294*	1,000
		Sig. (bilateral)	,047	.
		N	46	46

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Correlación entre la variable actividad física y la dimensión familiar de la variable autoestima

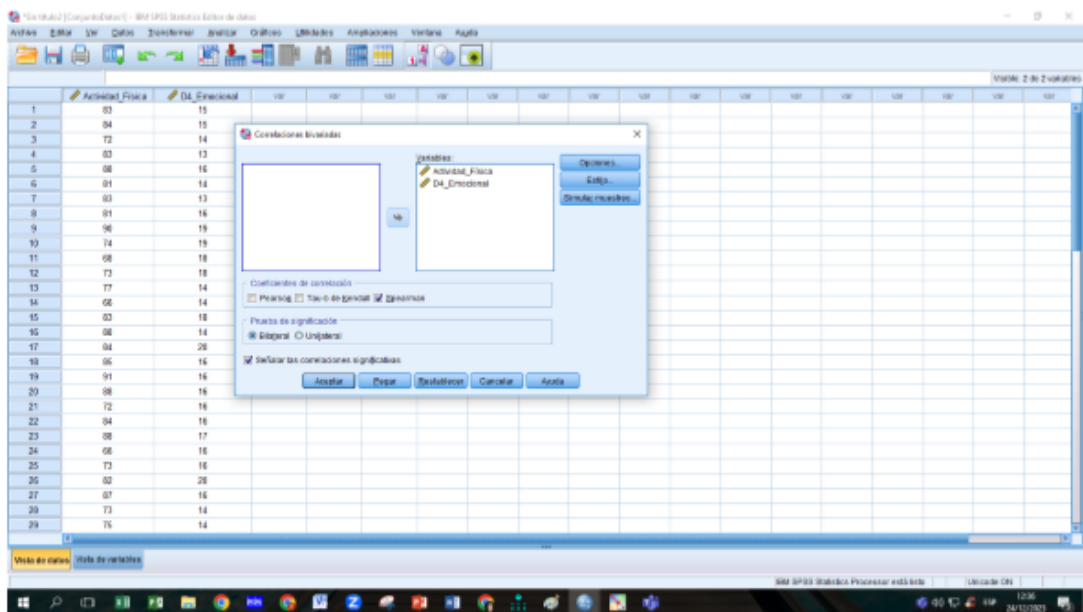


→ Correlaciones no paramétricas

Correlaciones			Actividad_Física	D3_Familiar
Rho de Spearman	Actividad_Física	Coefficiente de correlación	1,000	,385**
		Sig. (bilateral)	.	,008
		N	46	46
	D3_Familiar	Coefficiente de correlación	,385**	1,000
		Sig. (bilateral)	,008	.
		N	46	46

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Correlación entre la variable actividad física y la dimensión emocional de la variable autoestima



→ Correlaciones no paramétricas

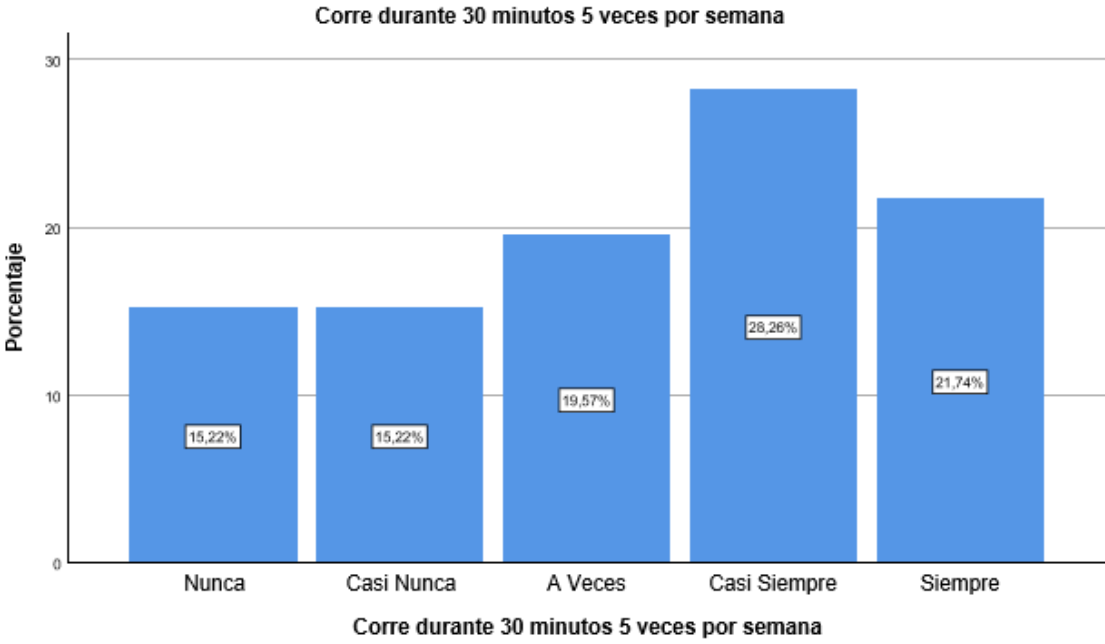
Correlaciones			Actividad_Física	D4_Emocional
Rho de Spearman	Actividad_Física	Coefficiente de correlación	1,000	,320*
		Sig. (bilateral)	.	,030
		N	46	46
	D4_Emocional	Coefficiente de correlación	,320*	1,000
		Sig. (bilateral)	,030	.
		N	46	46

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

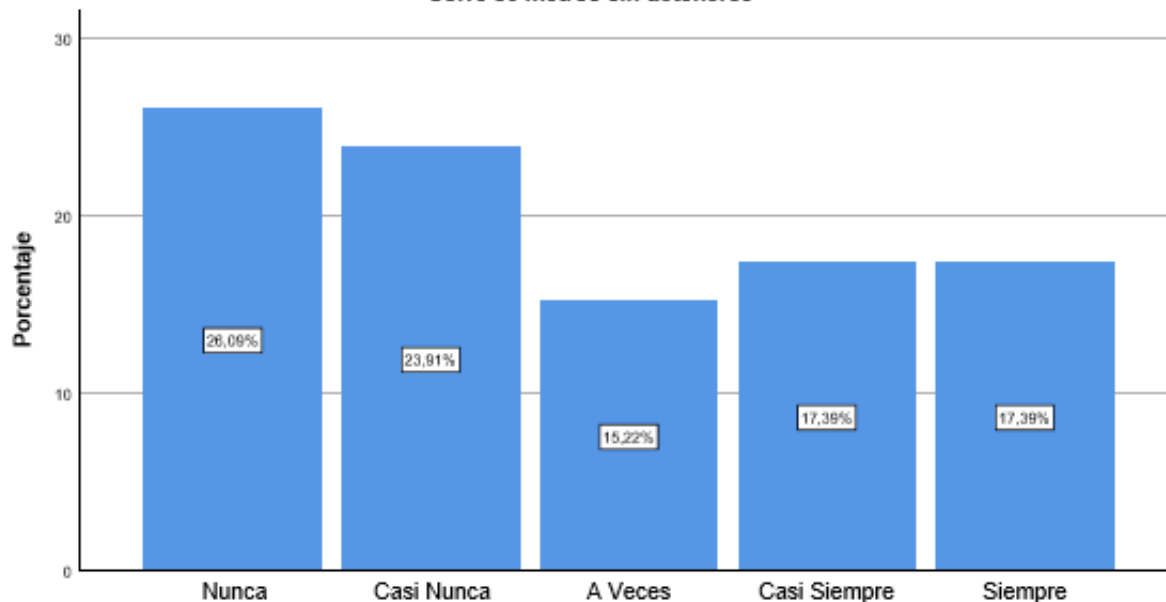
Anexo XI. Tabla de interpretación del coeficiente de correlación de Sperman.

Valor de ρ	Significado
-1	Correlación negativa grande y perfecta
-0.9 a -0.99	Correlación negativa muy alta
-0.7 a -0.89	Correlación negativa alta
-0.4 a -0.69	Correlación negativa moderada
-0.2 a -0.39	Correlación negativa baja
-0.01 a -0.19	Correlación negativa muy baja
0	Correlación nula
0.01 a 0.19	Correlación positiva muy baja
0.2 a 0.39	Correlación positiva baja
0.4 a 0.69	Correlación positiva moderada
0.7 a 0.89	Correlación positiva alta
0.9 a 0.99	Correlación positiva muy alta
1	Correlación positiva grande y perfecta

Anexo XII. Gráficos de frecuencias de la variable actividad física

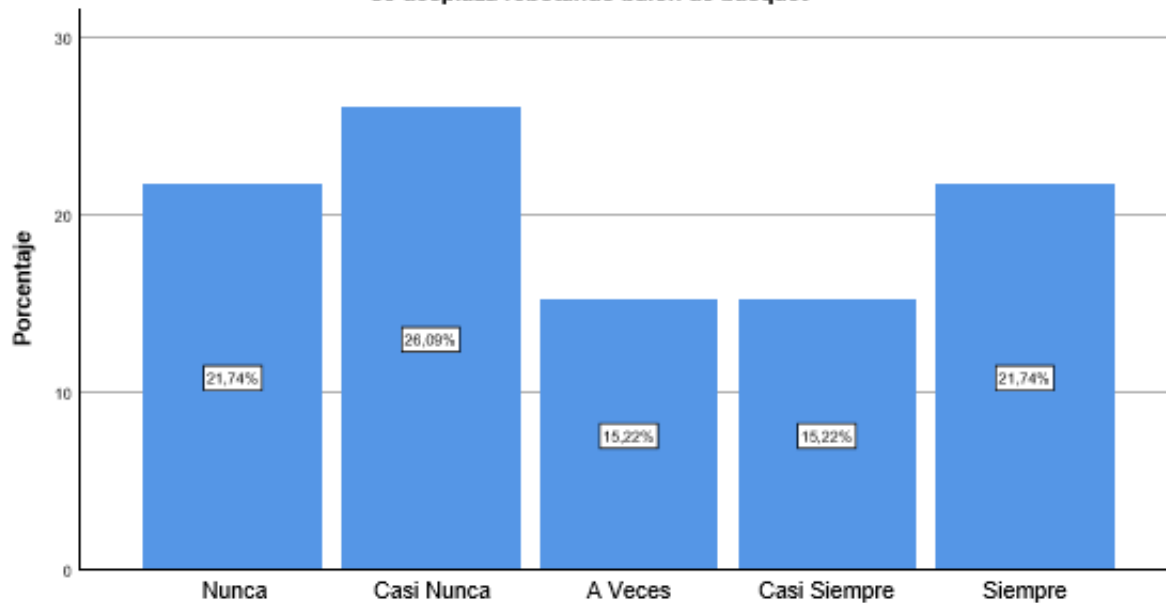


Corre 50 metros sin detenerse

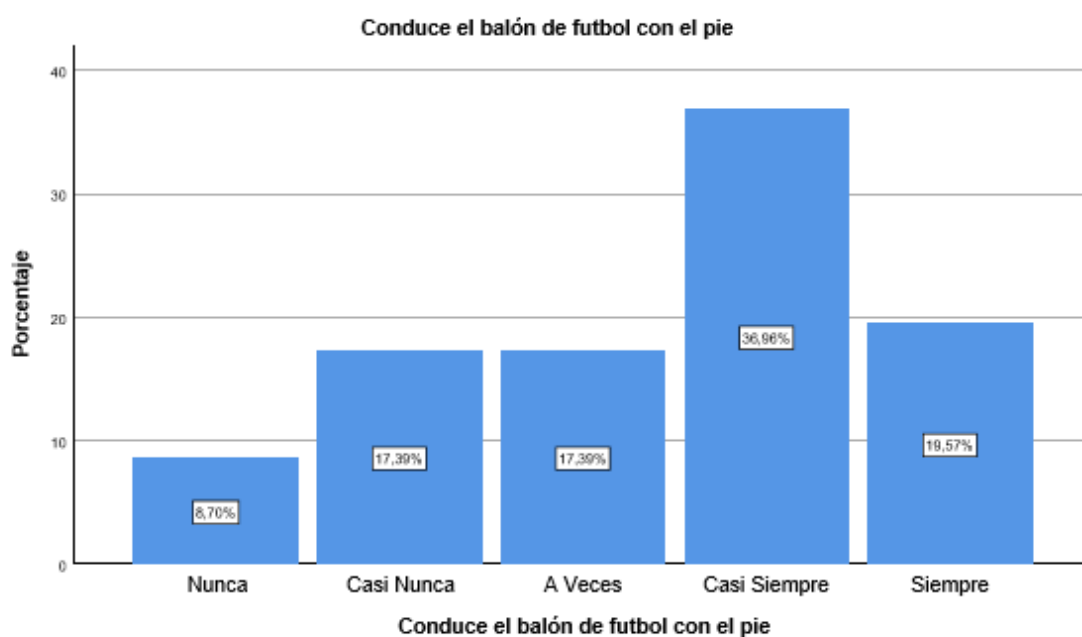
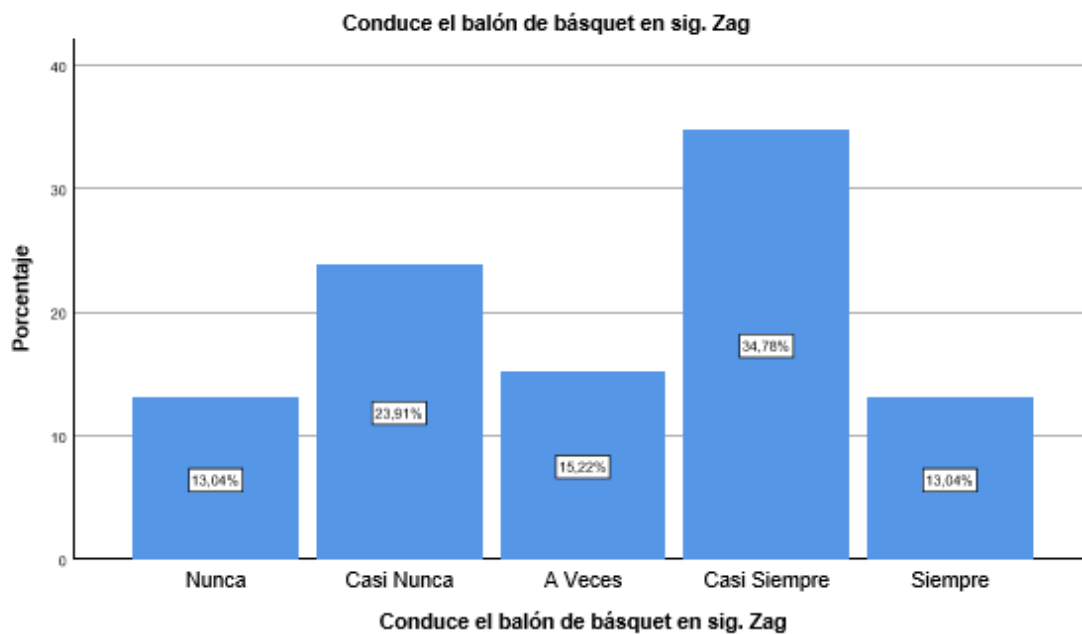


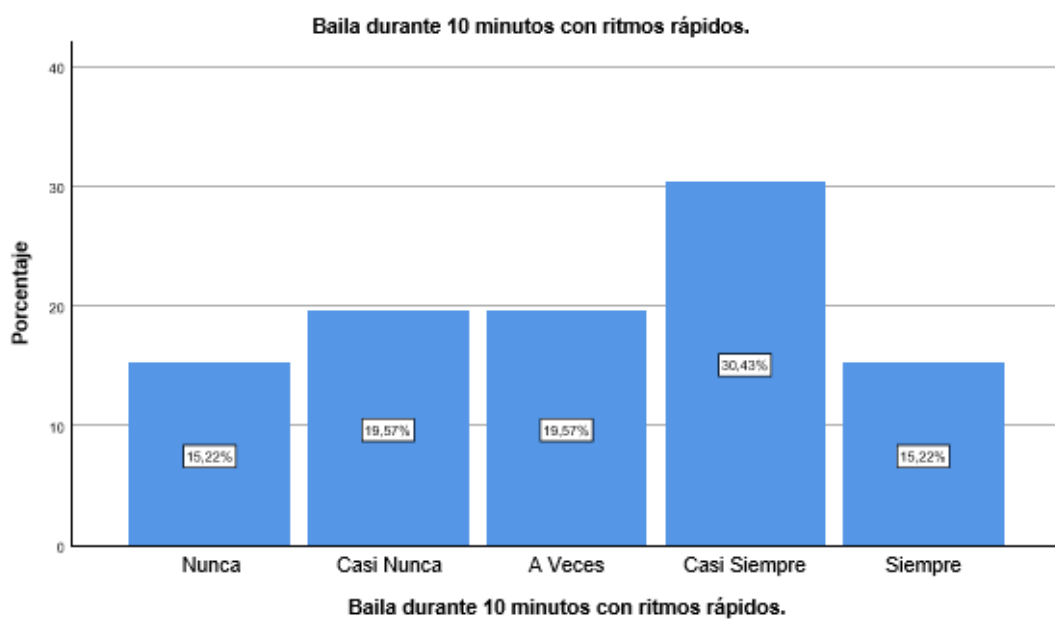
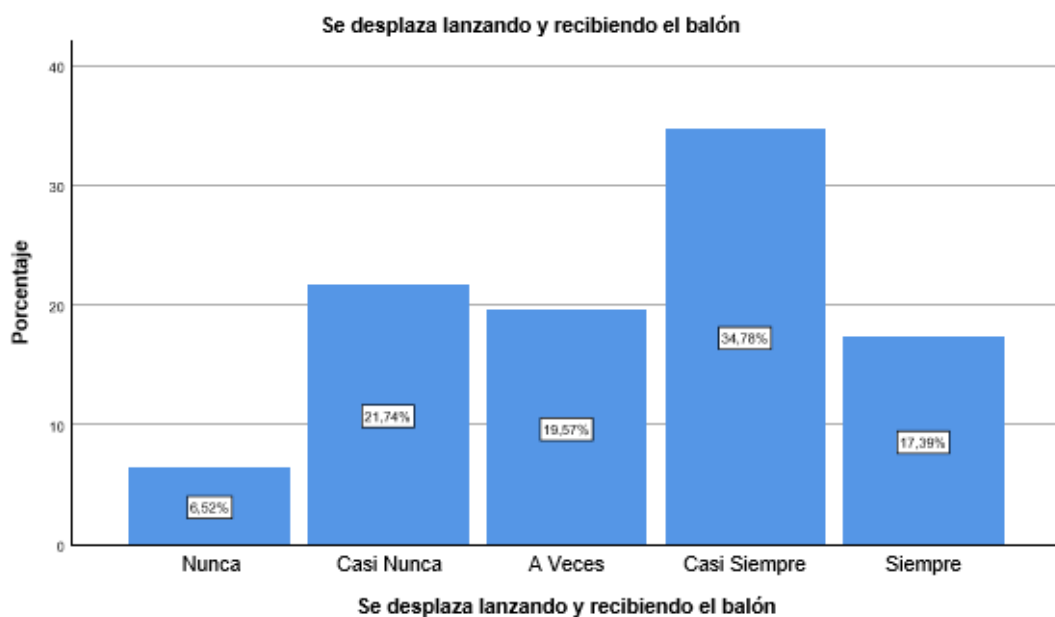
Corre 50 metros sin detenerse

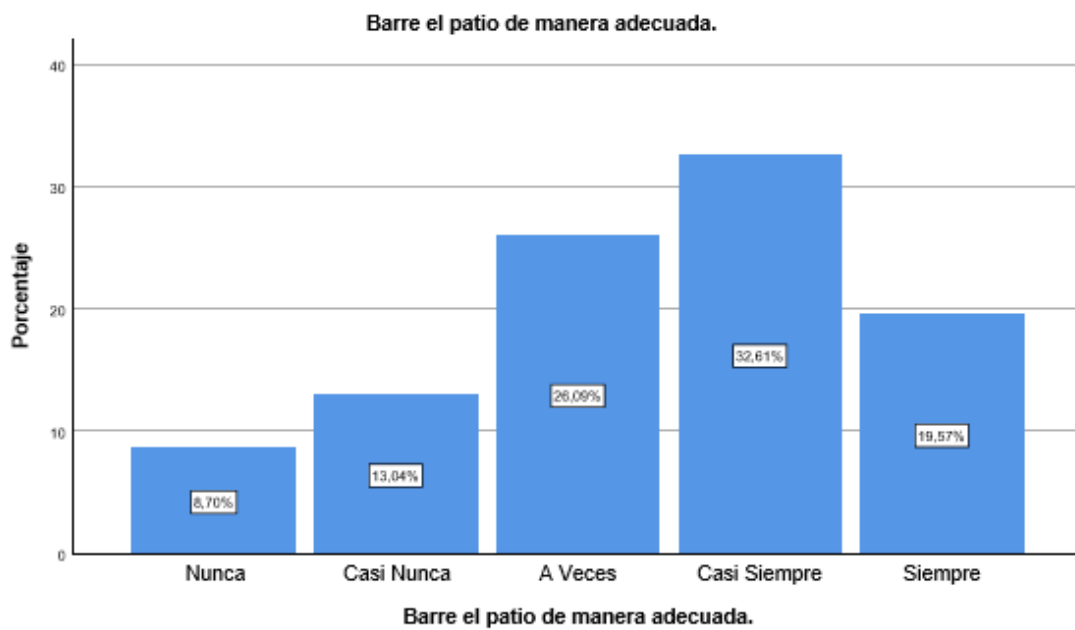
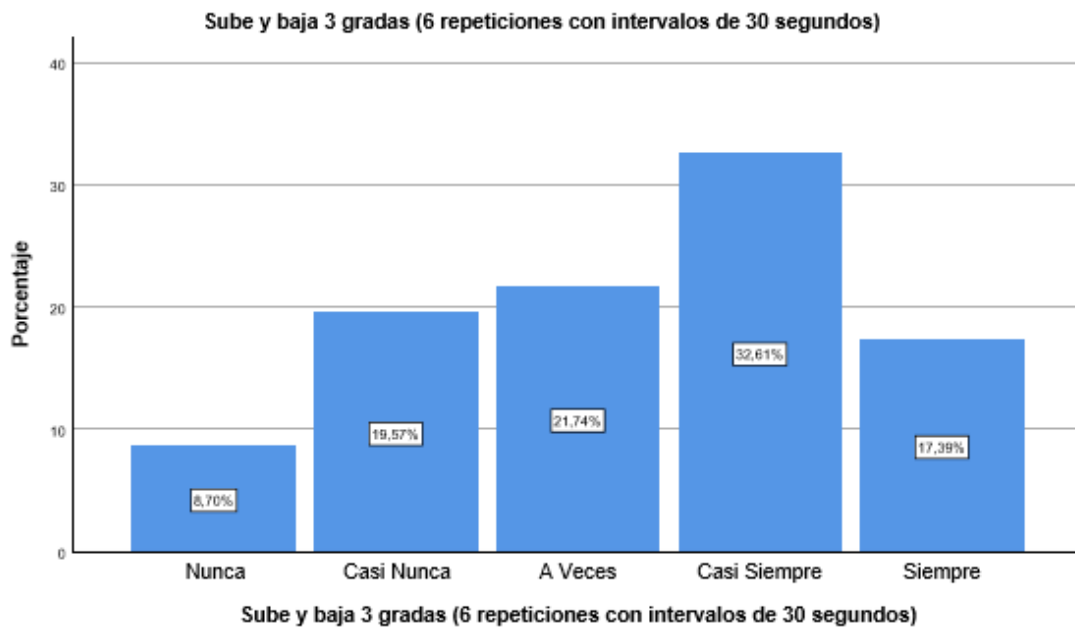
Se desplaza rebotando balón de básquet

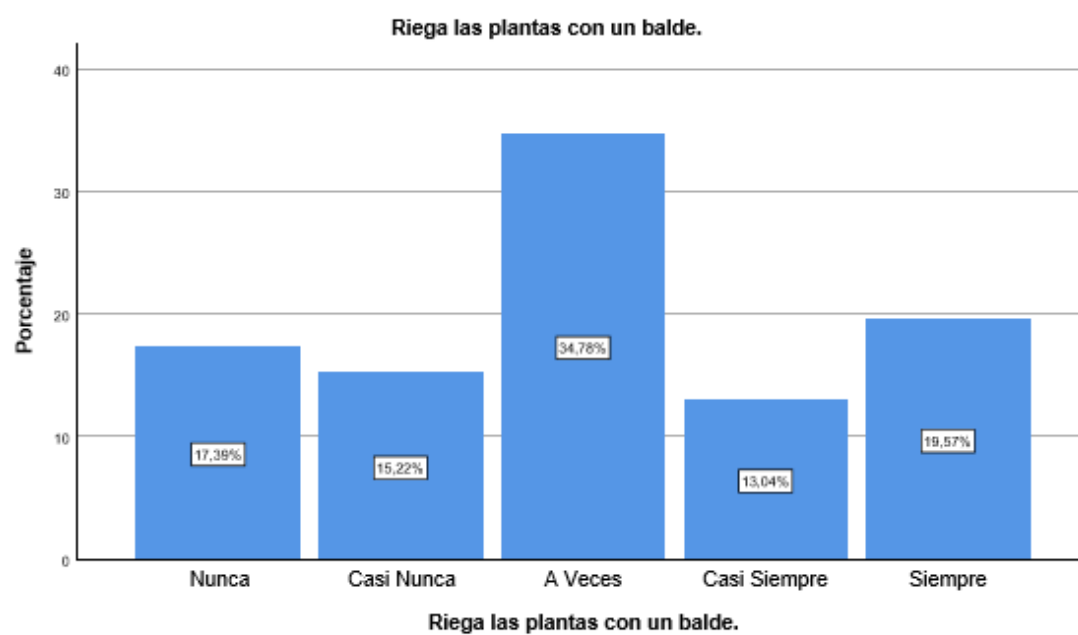
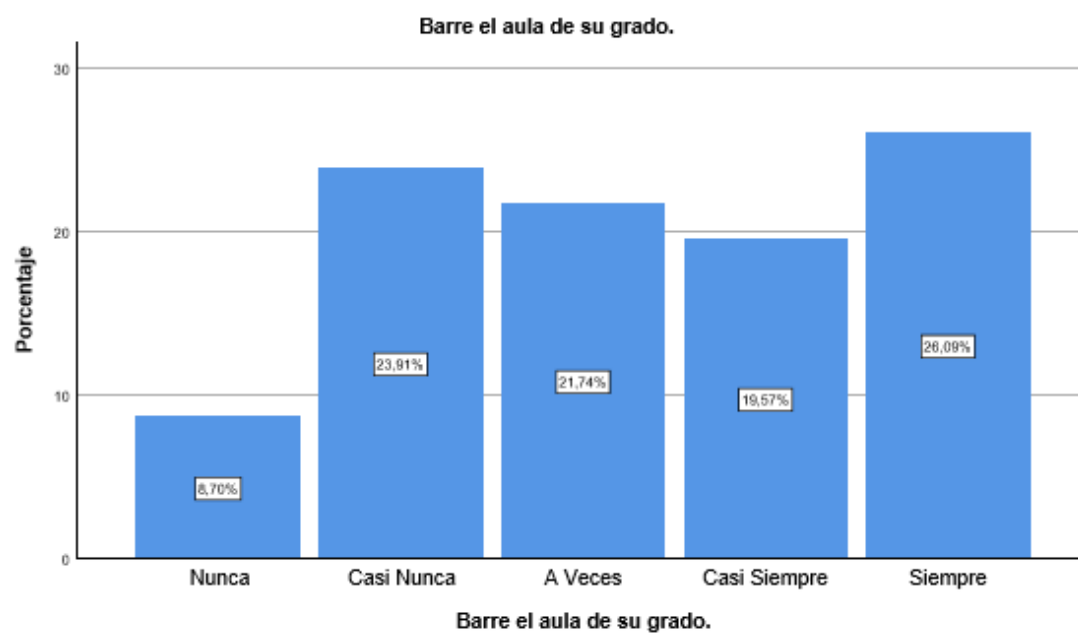


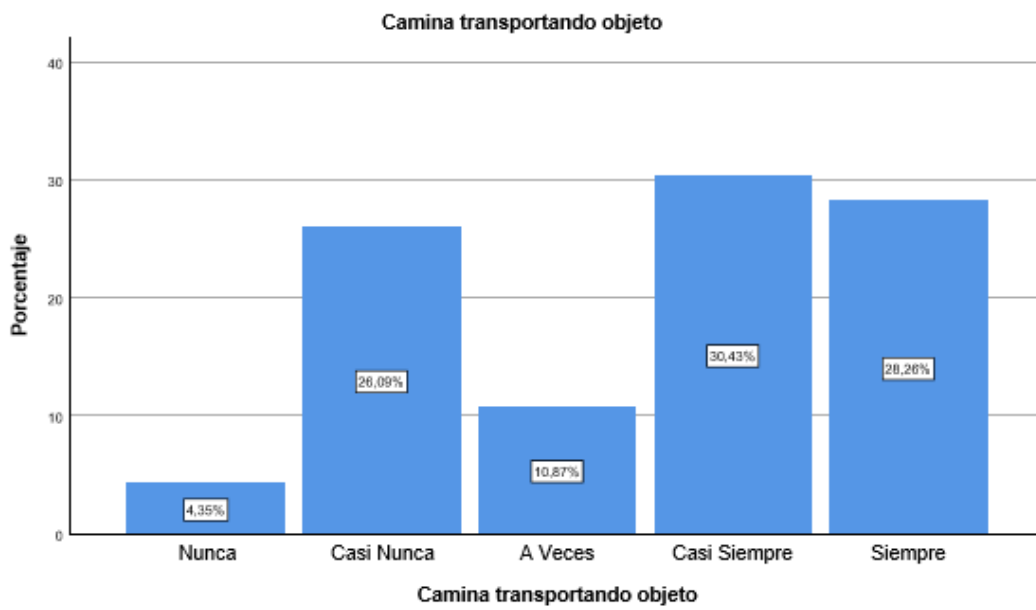
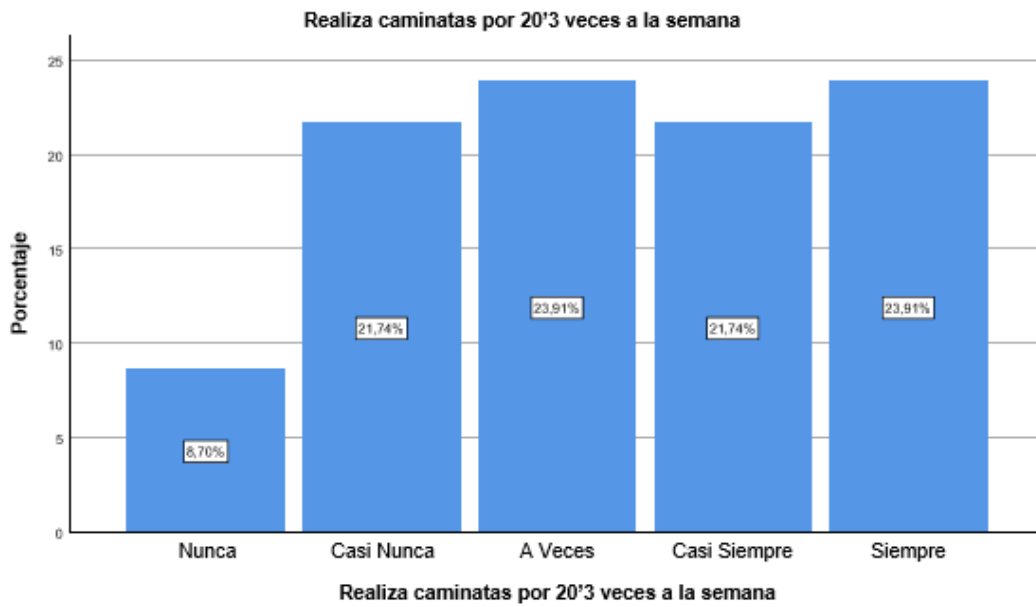
Se desplaza rebotando balón de básquet

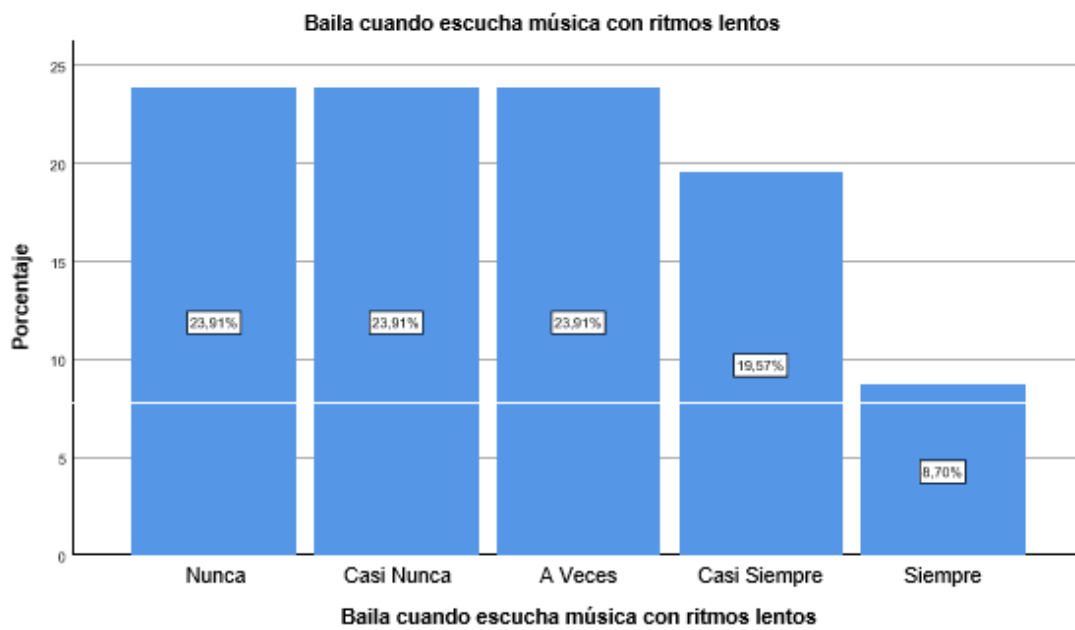
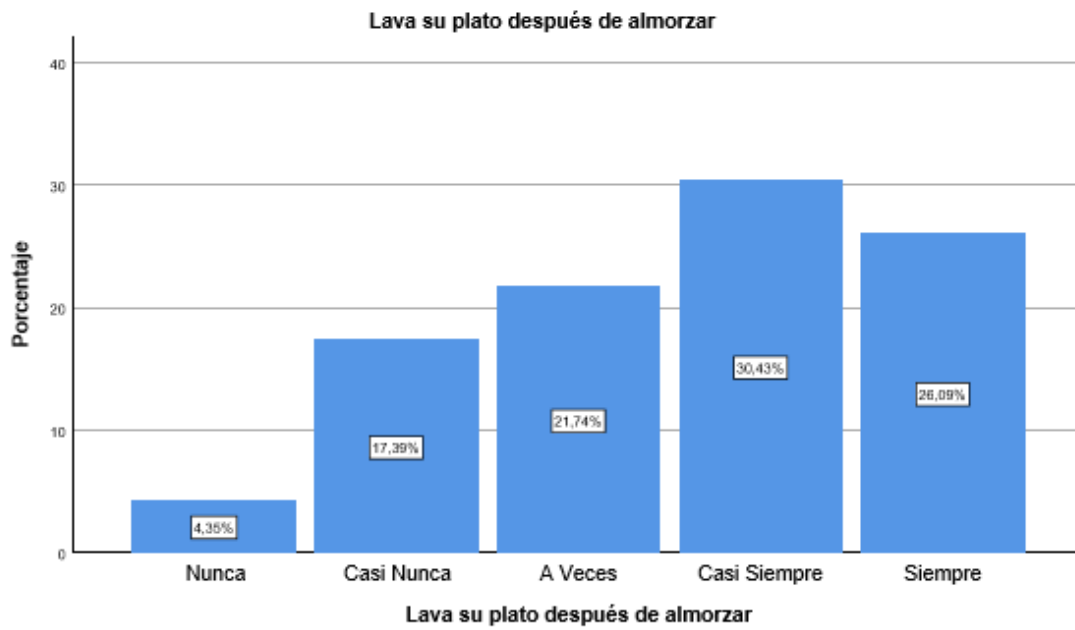


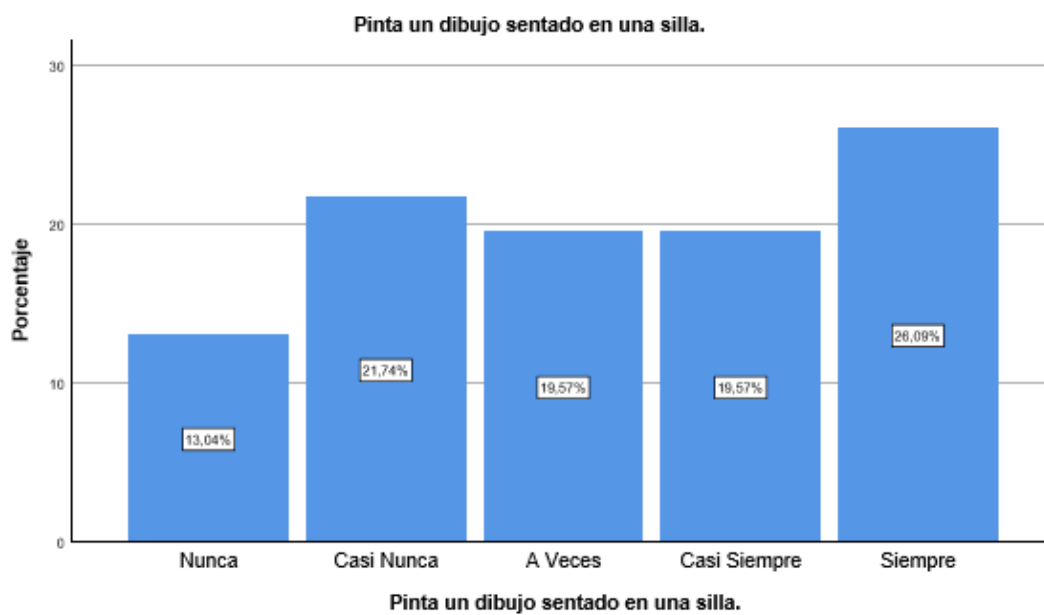
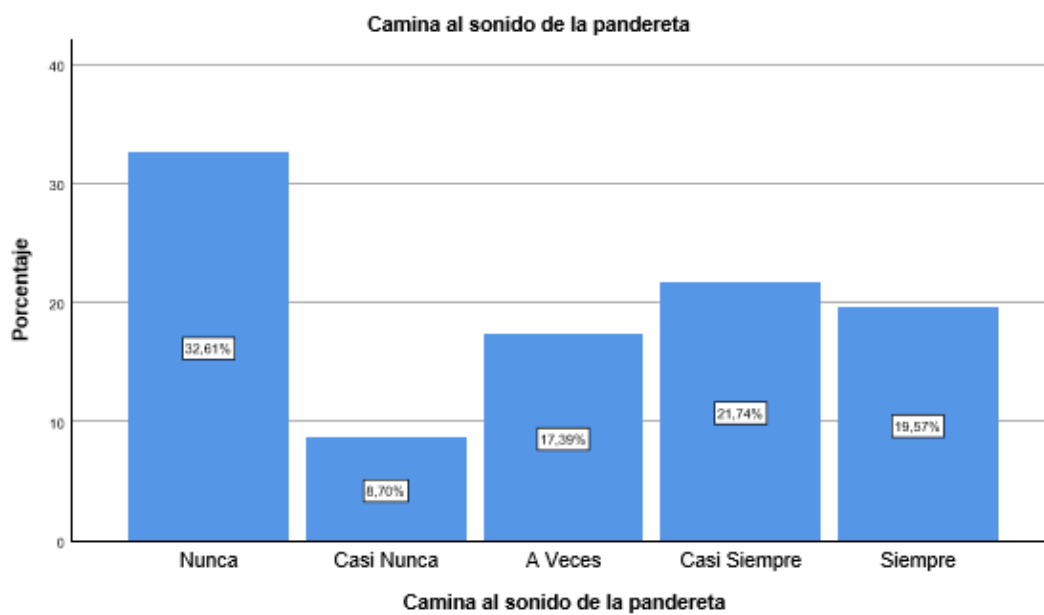


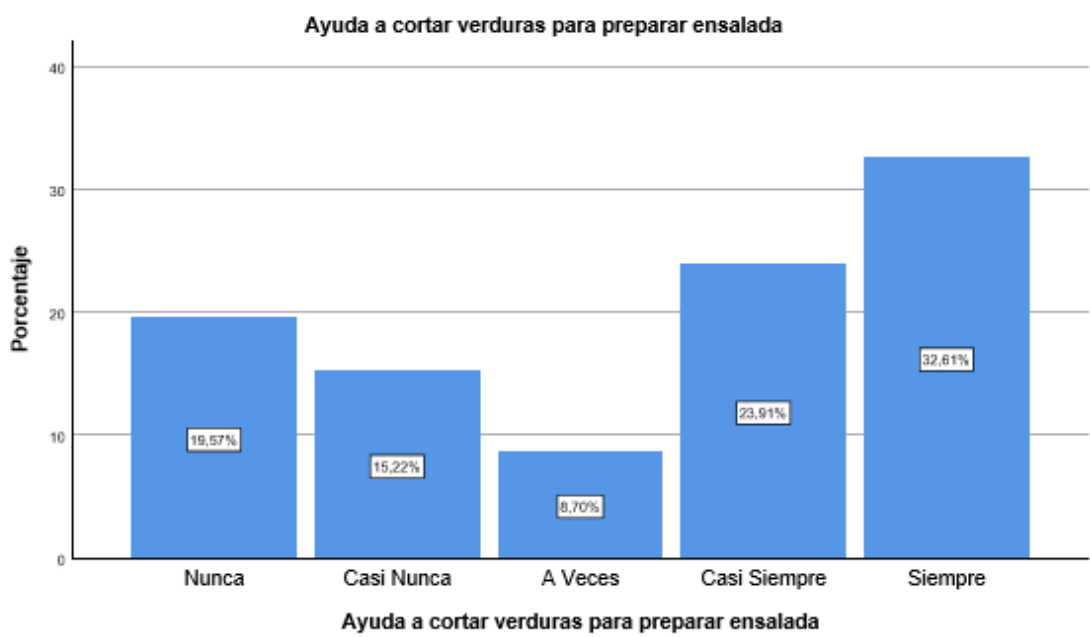
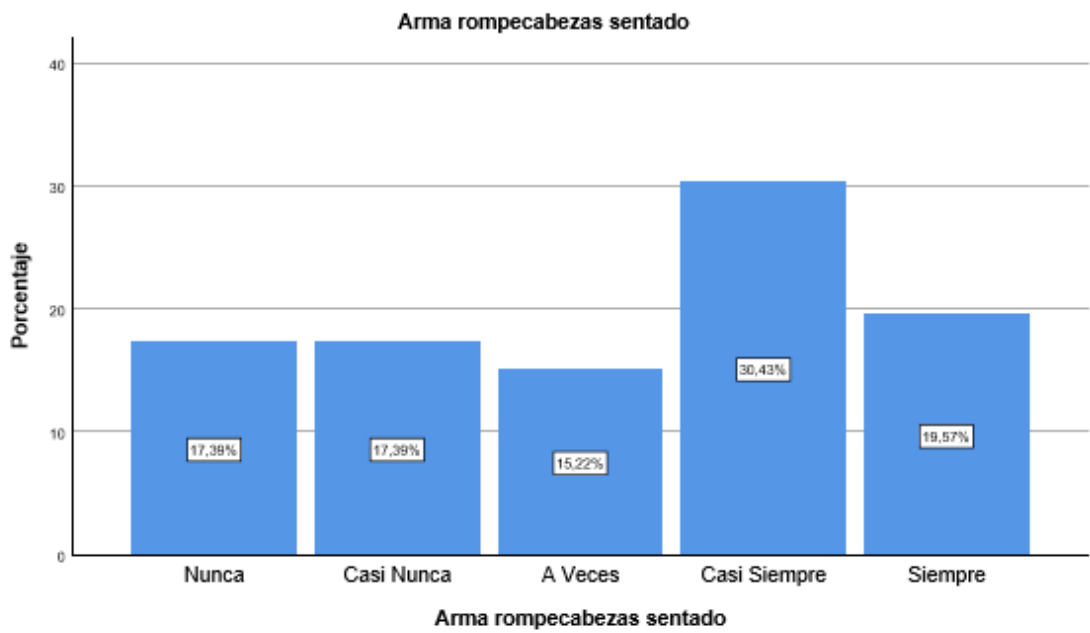


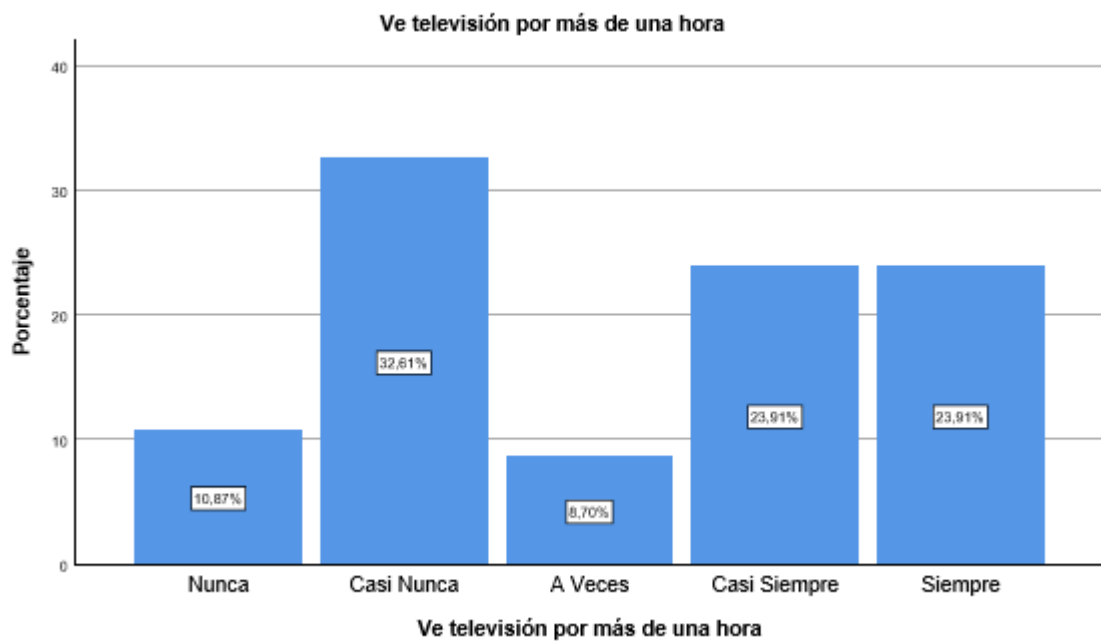
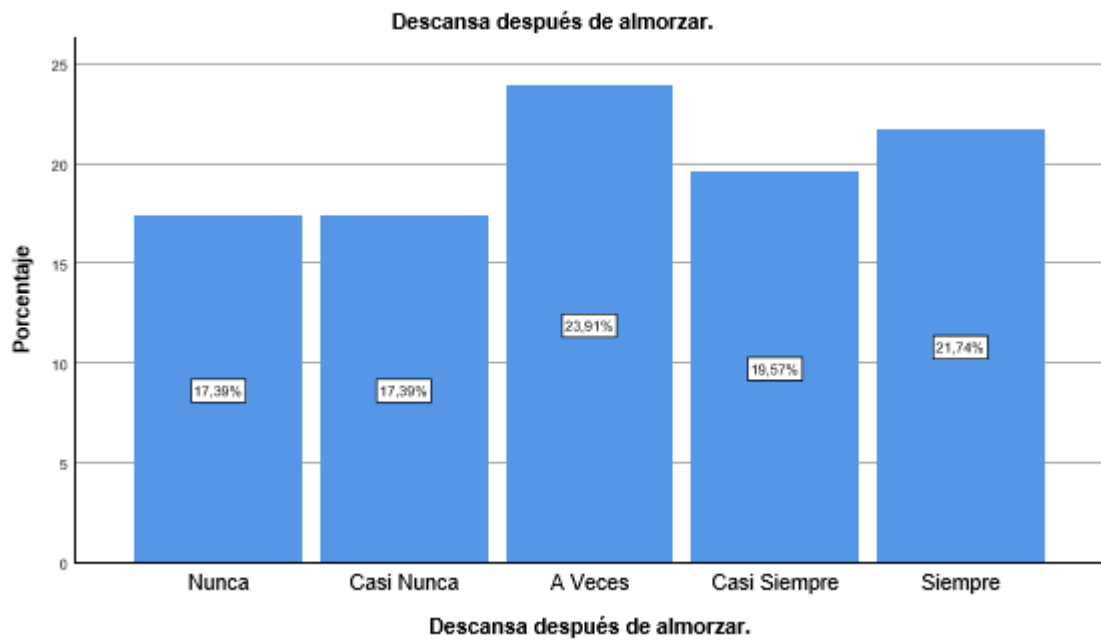


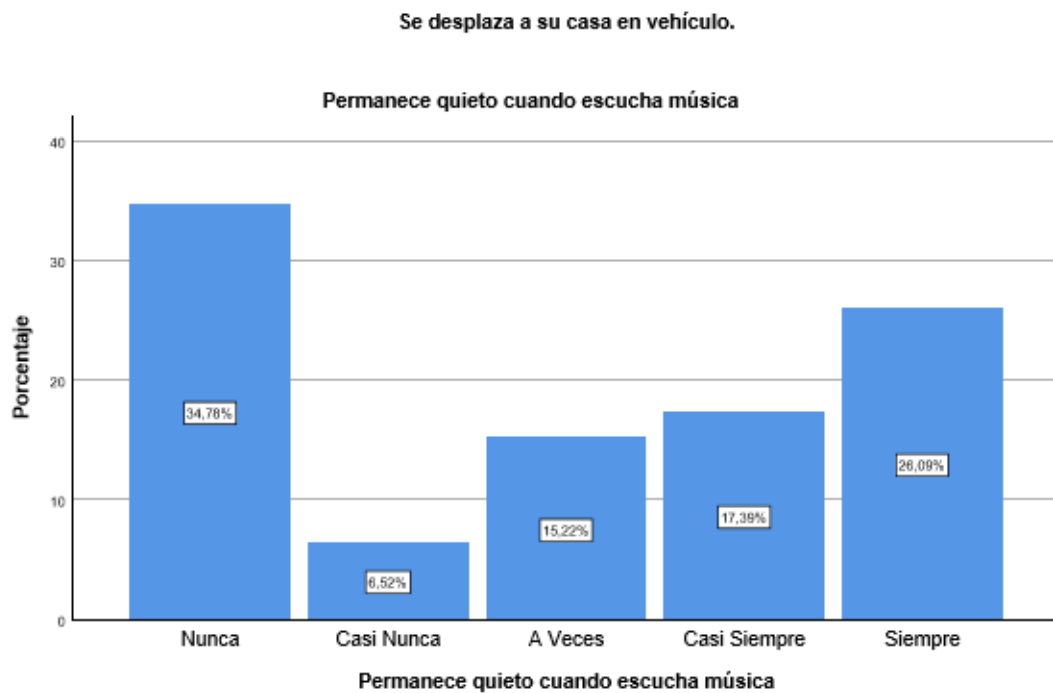
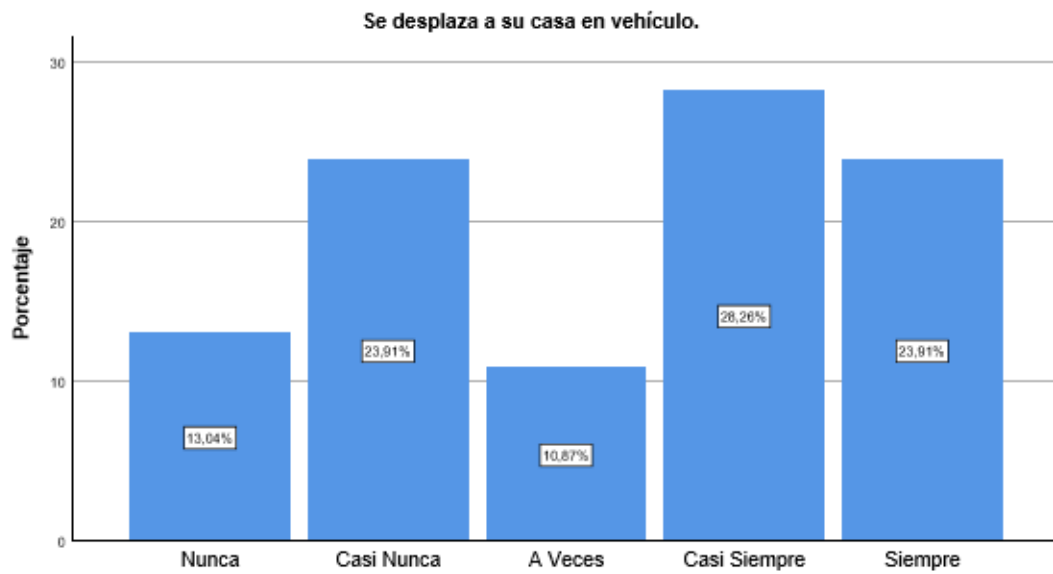


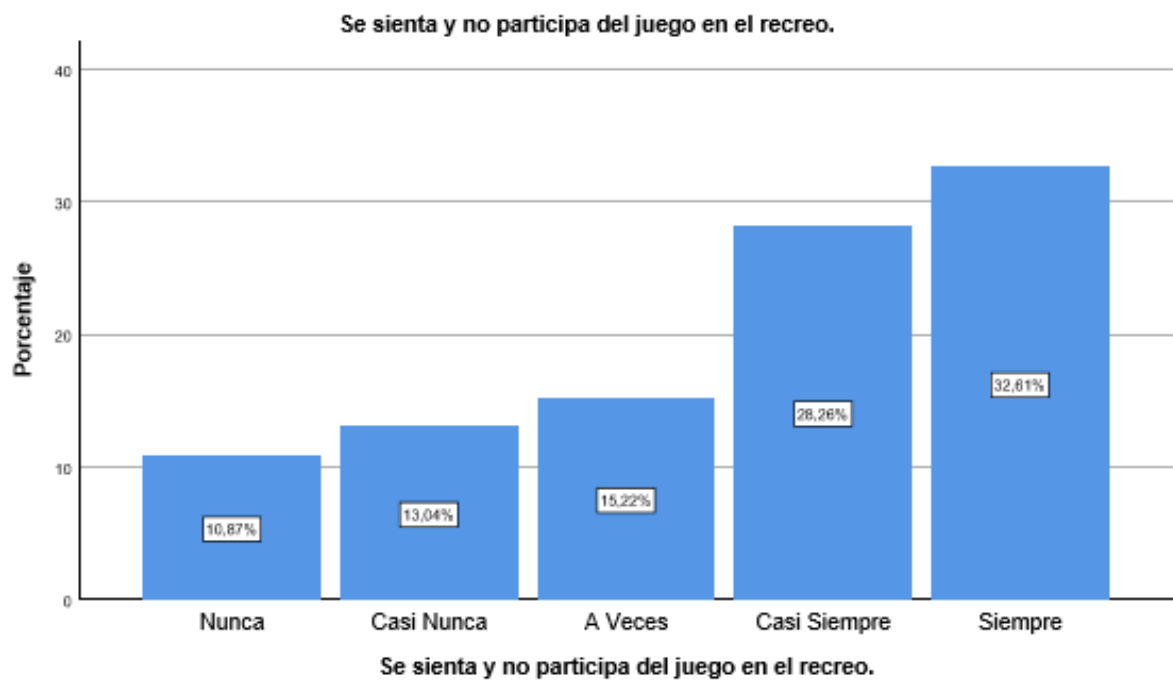




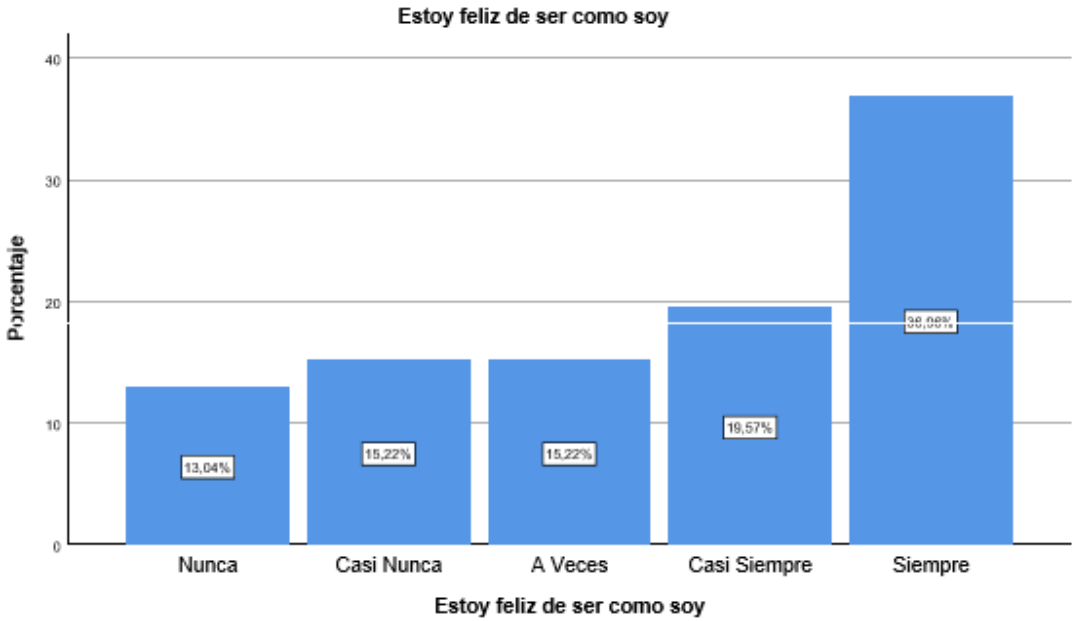


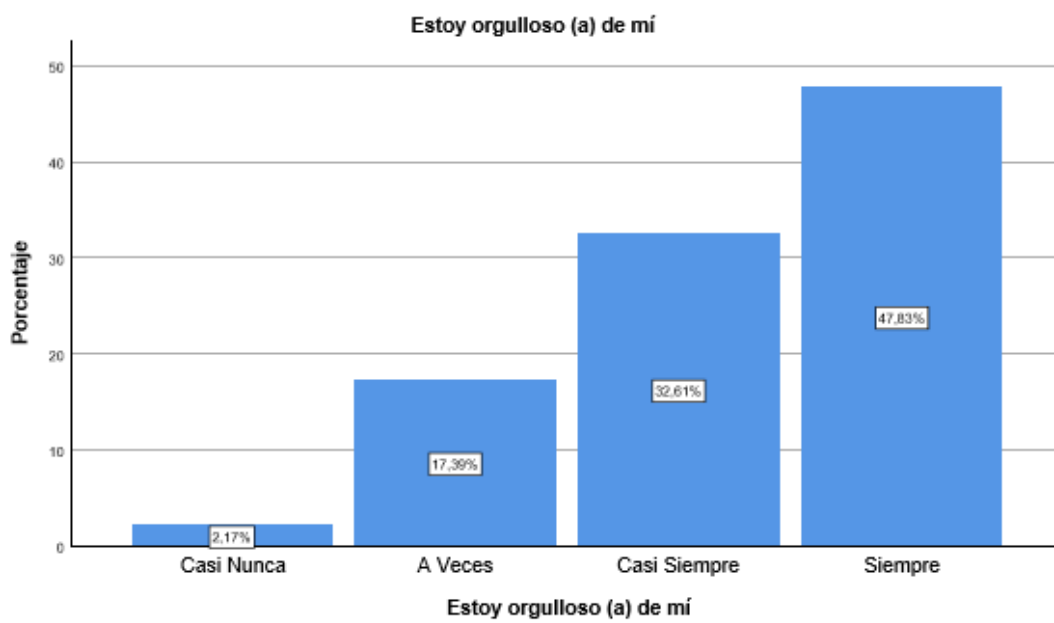


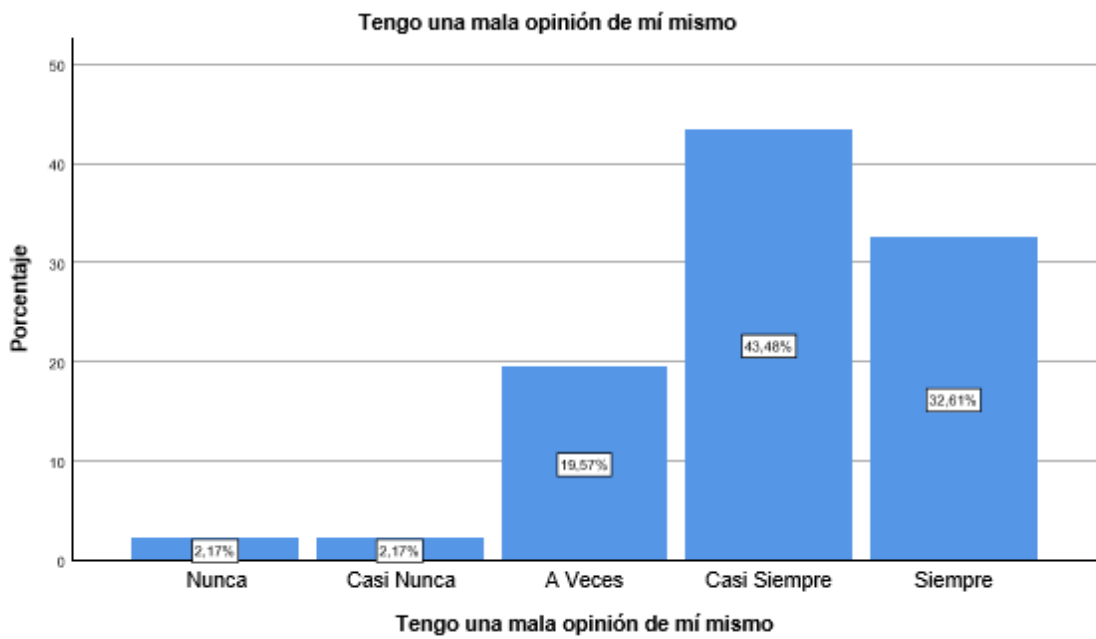
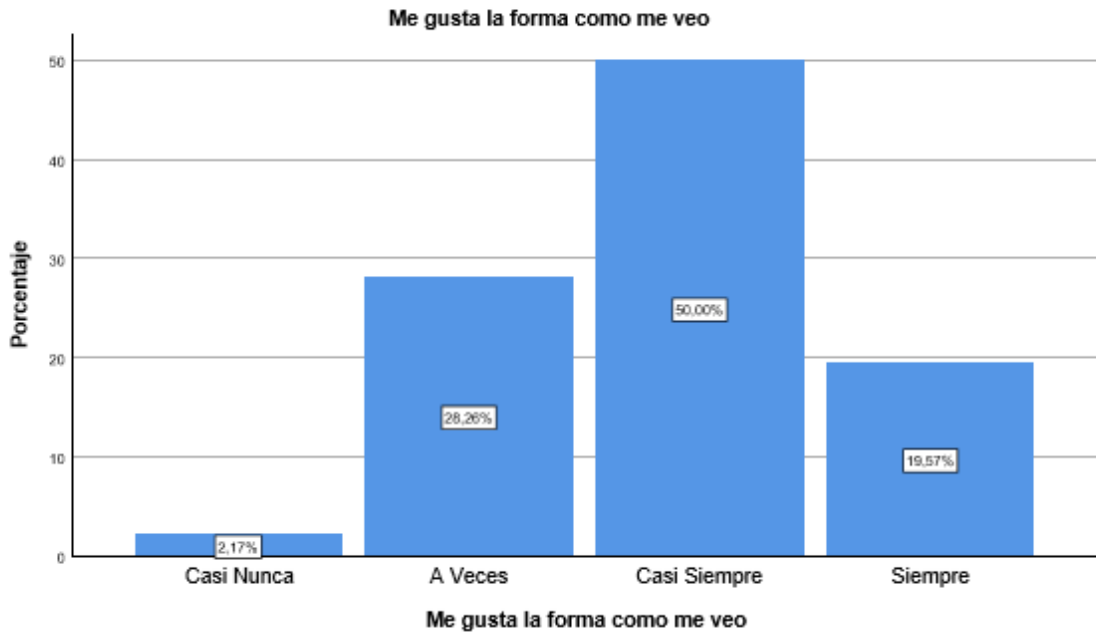


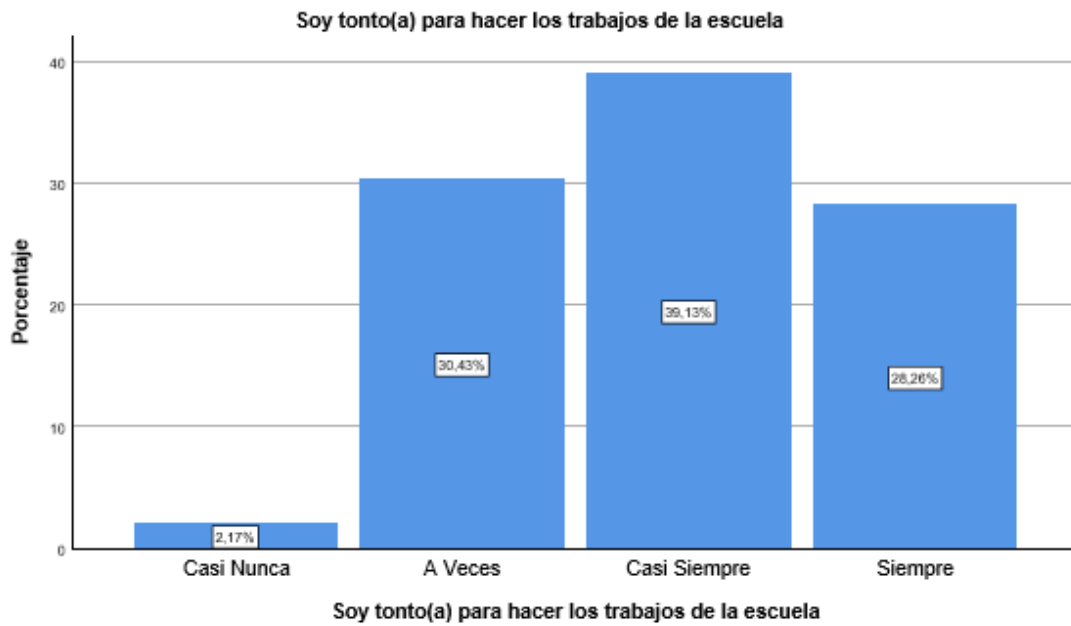
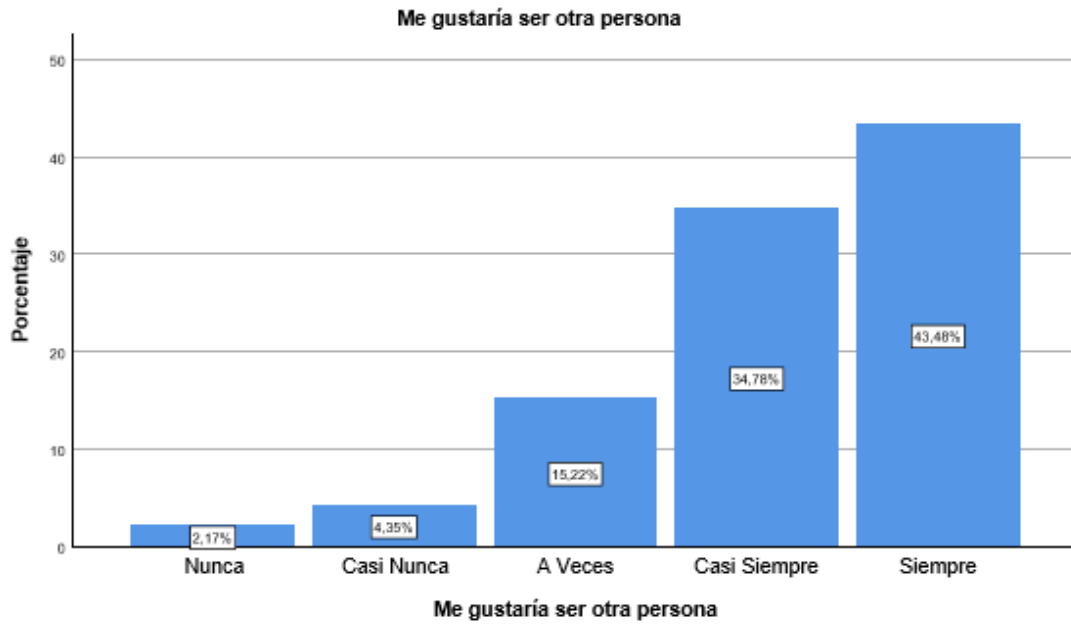


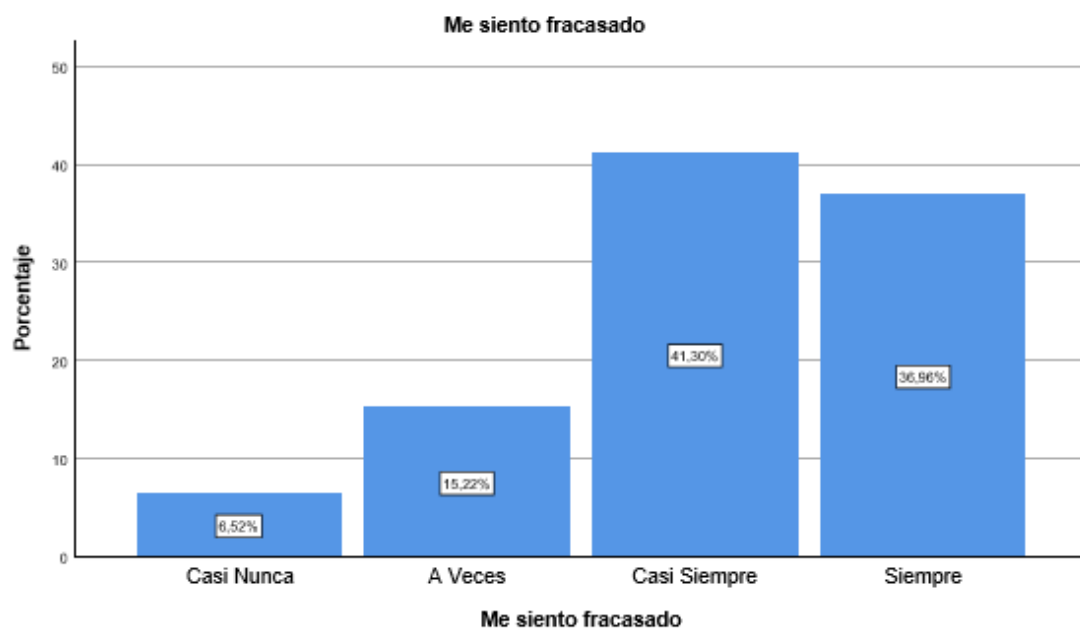
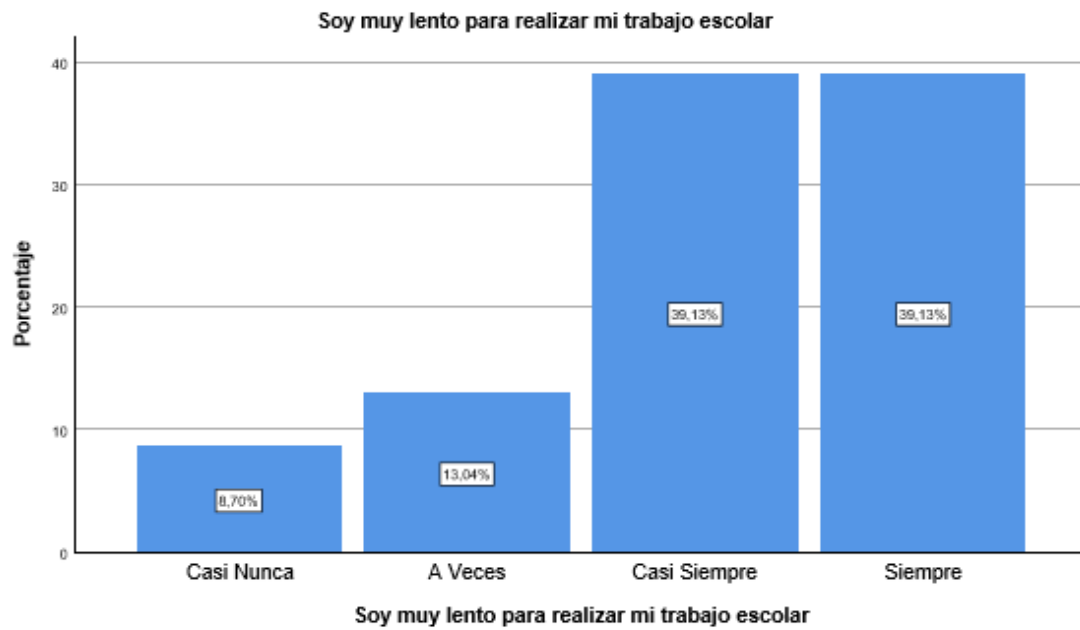
Anexo XIII. Gráficos de frecuencias de la variable autoestima

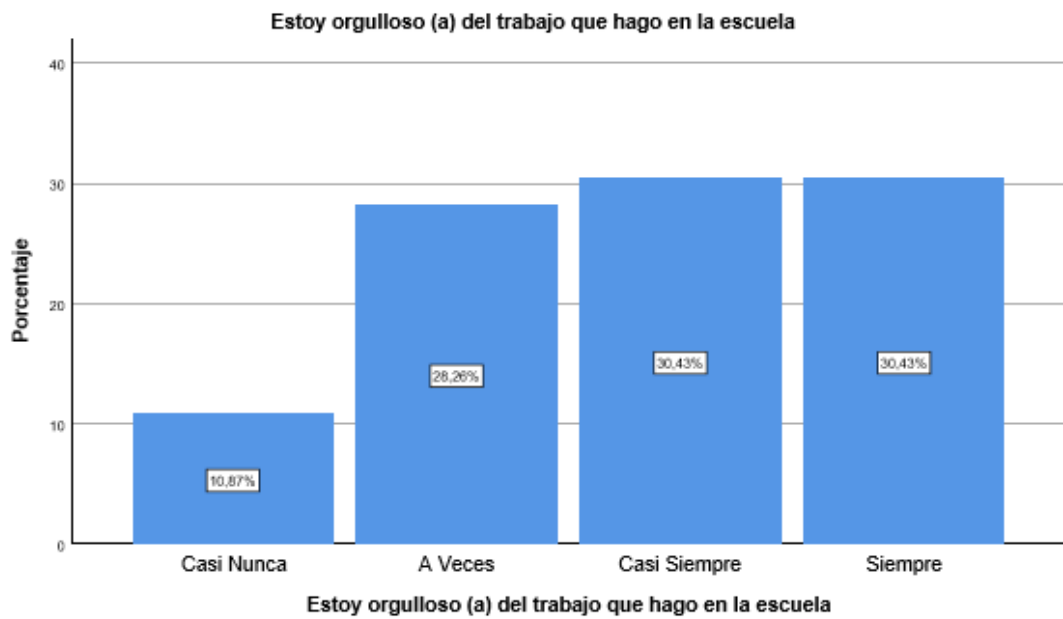
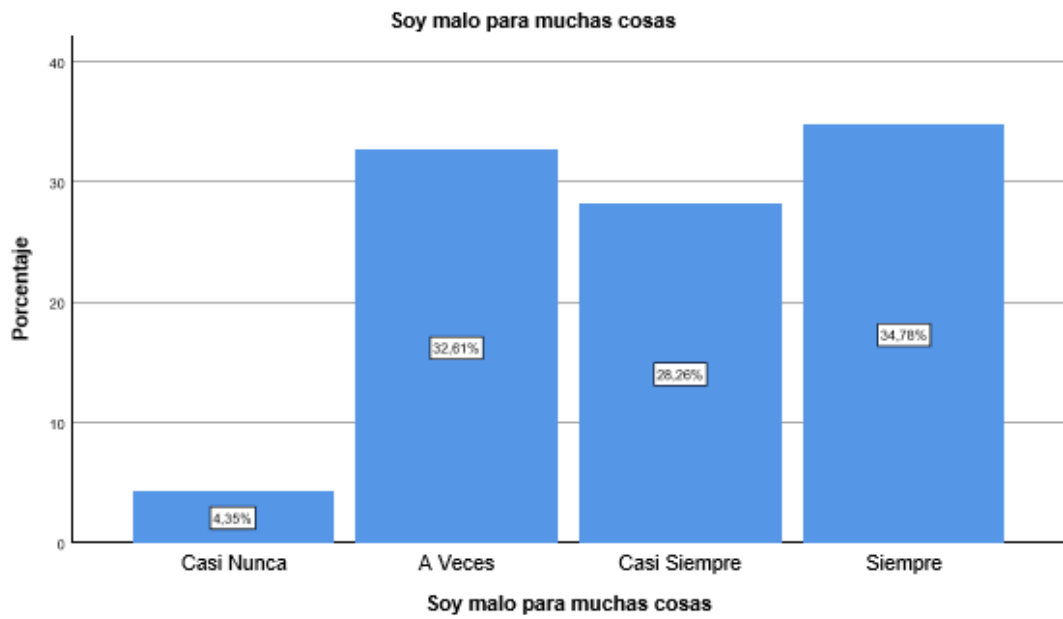


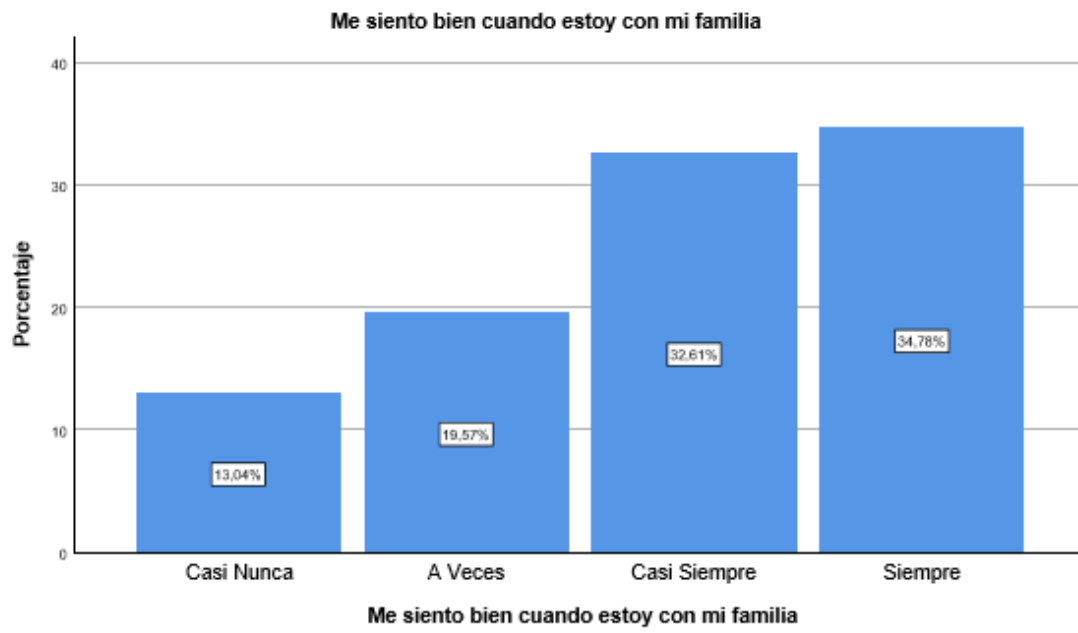
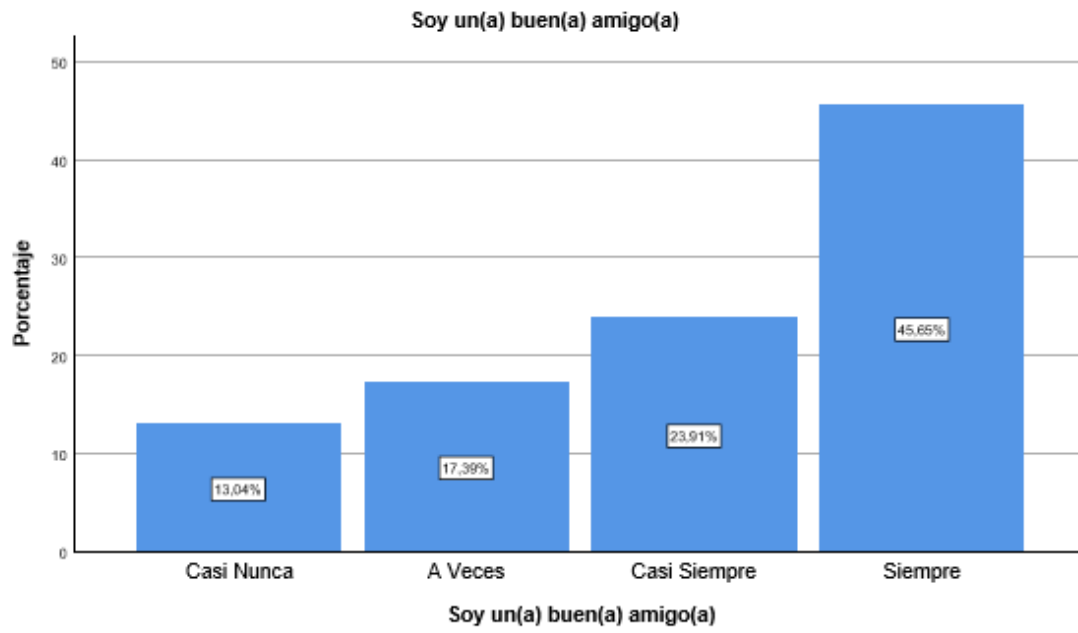


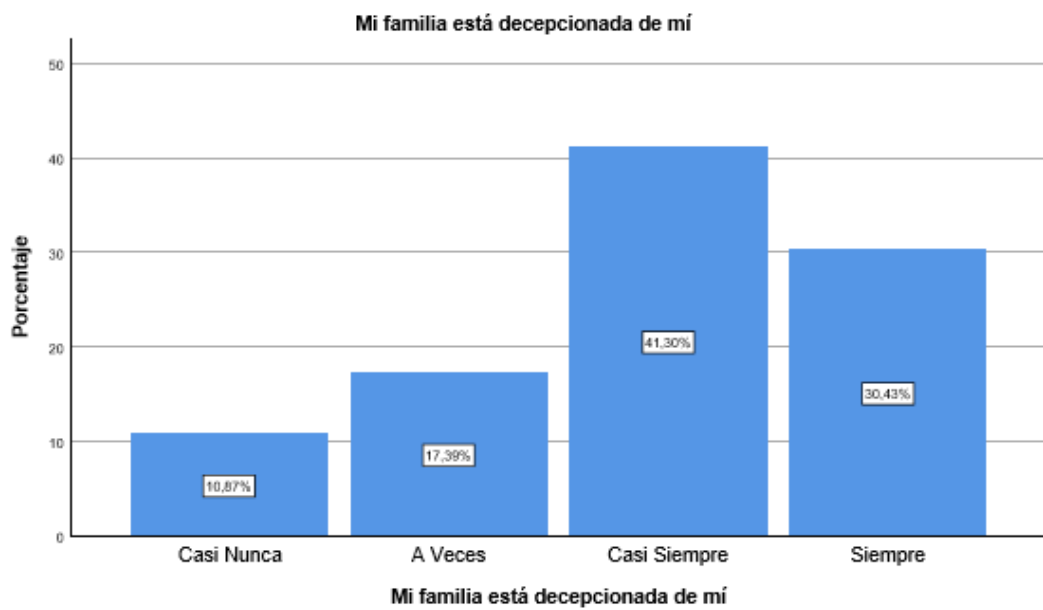
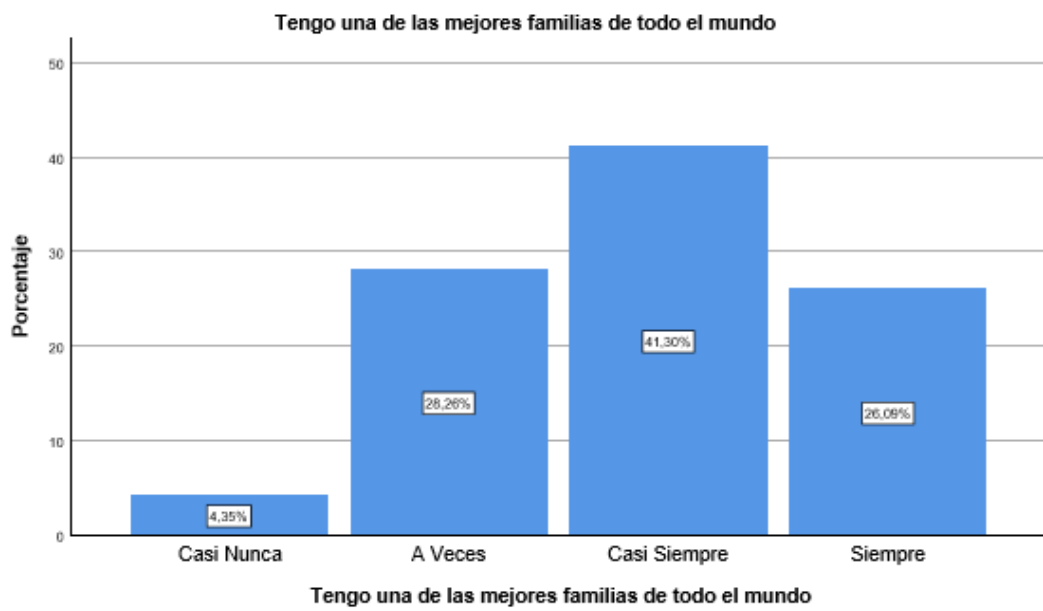


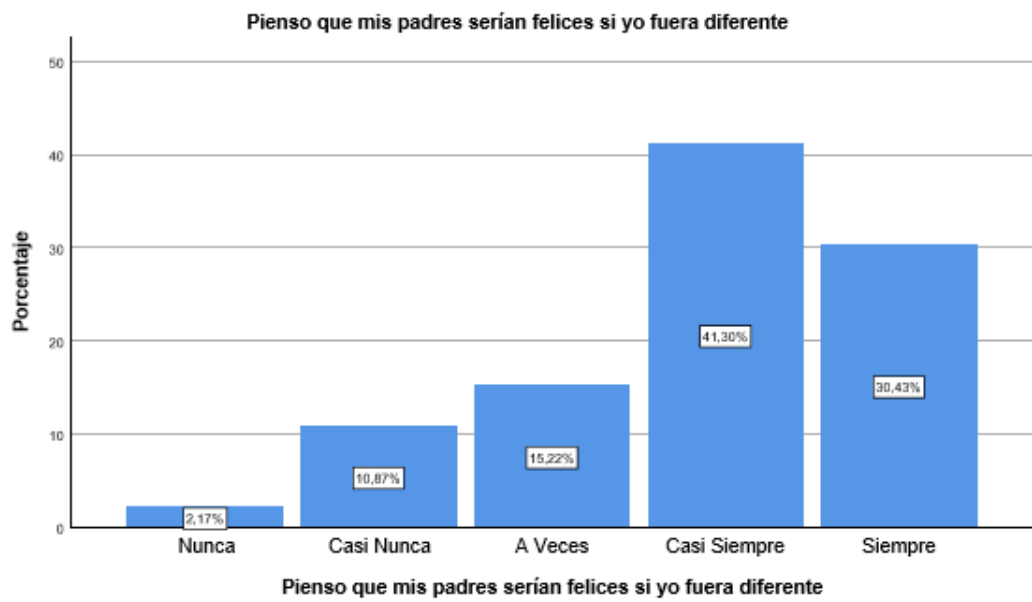
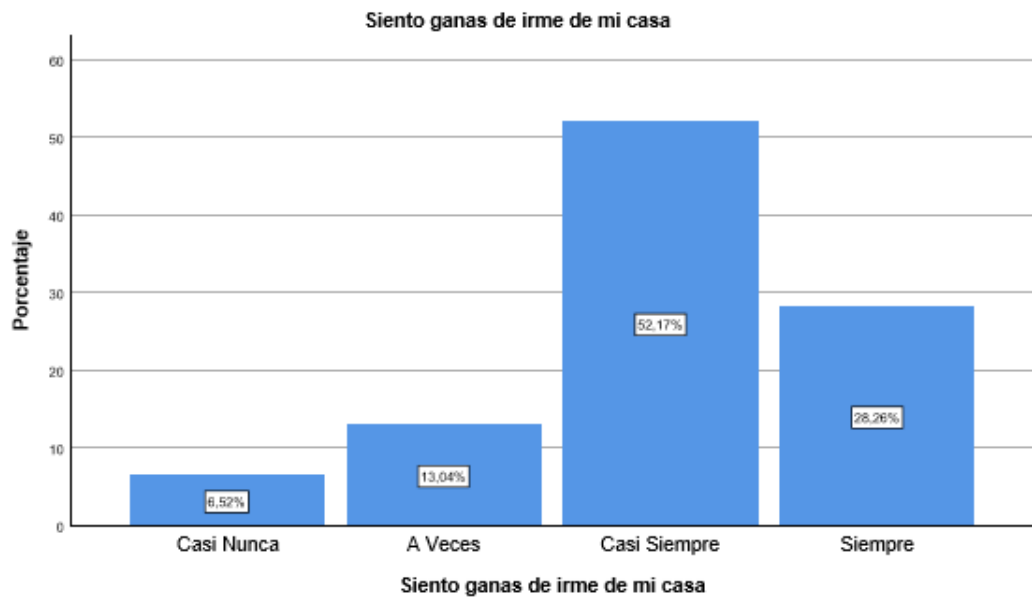


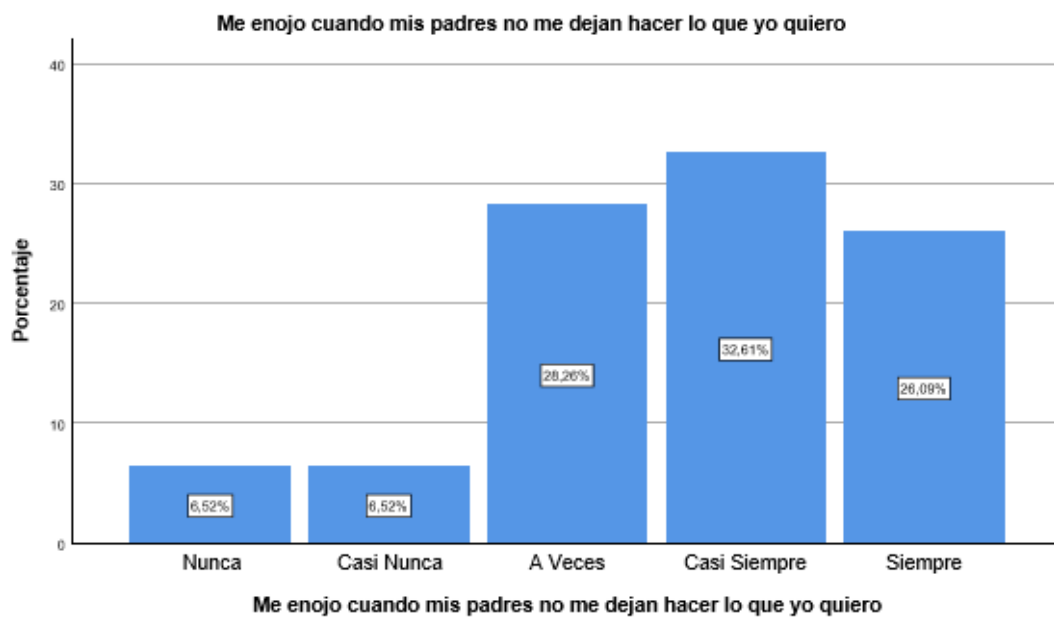
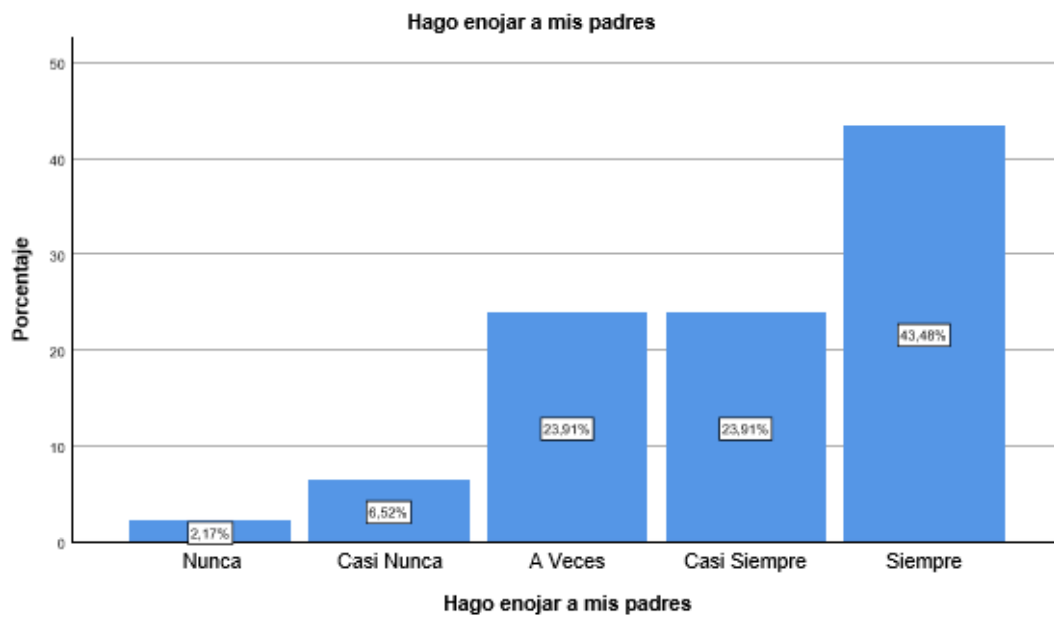


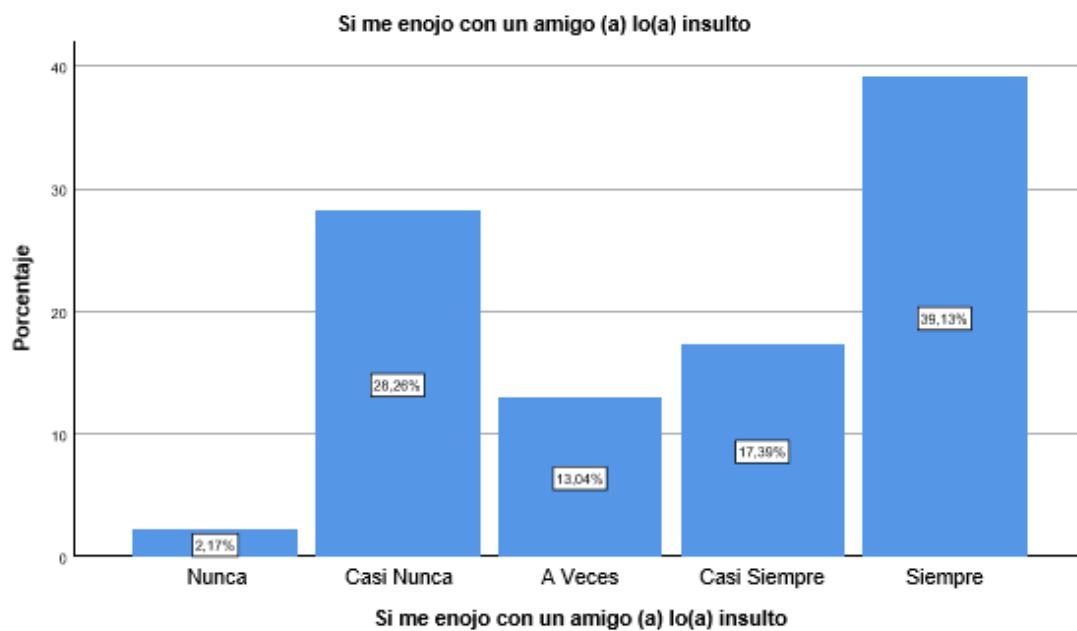
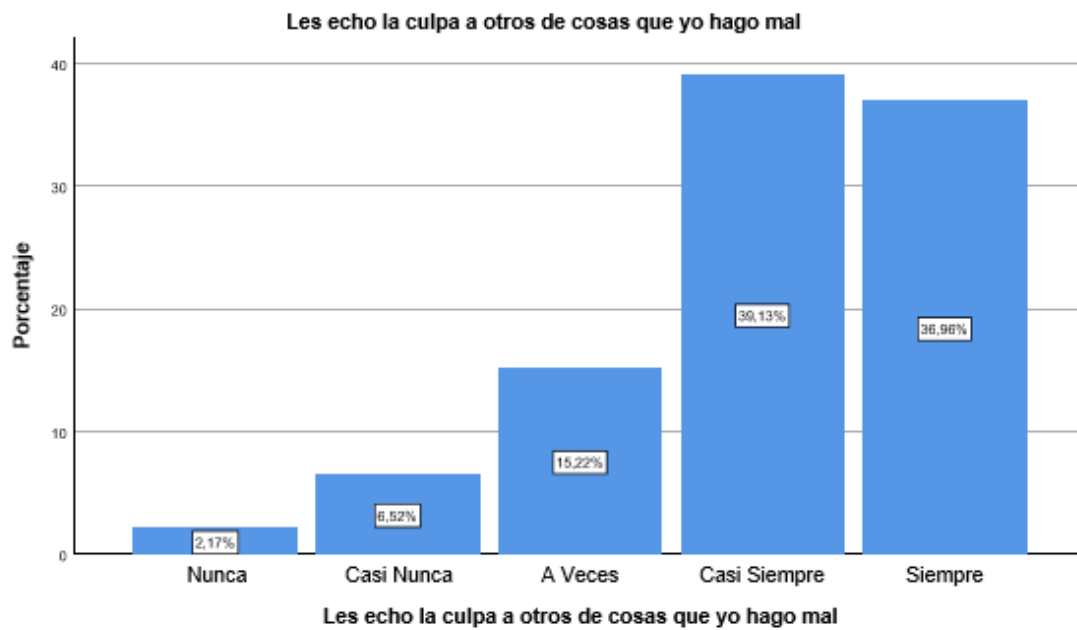












Anexo XIV. Capturas de pantalla del trabajo de investigación aplicado.



