



**UNIVERSIDAD PARTICULAR
DE CHICLAYO**



FACULTAD DE DERECHO Y EDUCACION

TESIS

**“LA EDUCACION FISICA COMO COMPONENTE DE MEJORA
ANTE LA OBESIDAD I.E. 00621 SAN MARTIN, 2021”**

**PARA OBTENER TÍTULO PROFESIONAL
DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

BACHILLER:

Bach. IMER LIZANA DIAZ.

ASESOR:

PATRICIA ELIZABETH RODRIGUEZ SIFUENTES

Chiclayo, Perú

2021

Dedicatoria

A DIOS

Por la vida, la salud y la familia que tengo.

Por que dirige mis pasos cada día, porque todo lo que

Tengo se lo debo a él. Es mi amparo y fortaleza mi pronto

Auxilio en las tribulaciones.

A MI FAMILIA

A mi esposa Edith, por su apoyo constante e incondicional.

, Por ayudarme a lograr mis sueños y estar siempre a mi lado.

A mis hijos: Jamil Astrid, Fabián Alejandro y Gabriel Mijaíl,
que cada día alegran mi existencia, con sus travesuras, sonrisas y ocurrencias.

Imer Iizana Díaz

Agradecimiento

Expreso mi agradecimiento a la universidad particular de Chiclayo y a mis maestros por sus enseñanzas que contribuyeron a mi formación profesional.

A mis compañeros por compartir cinco años de estudios juntos, por brindarme su amistad y compartir su cultura conmigo.

.

Índice

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento	iii
Índice	iv
Índice de tablas.....	v
Índice de figuras.....	v
Resumen	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	8
1.1. Realidad problemática:	8
1.2. Formulación del problema:.....	10
1.3. Justificación e importancia de la investigación:	10
1.4. Objetivos:.....	13
1.4.1. Objetivo General.....	13
1.4.2. Objetivos específicos.....	13
1.5. Hipótesis	13
II. DESARROLLO	14
2.1. Antecedentes de la investigación.	14
2.2. Base teórica.	18
2.2.1. Educación física	18
2.2.2. Obesidad	23
III. METODOLOGÍA.....	25
3.1. Tipo de investigación.	25
3.2. Diseño de investigación.	25
3.3. Variables, operacionalización.....	25
3.4. Escenario de estudio.....	26
3.5. Participantes	26
3.5.1. Población.....	26
3.5.2. Muestra	27
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.	27
3.7. Procedimientos de recolección de datos e informaciones.	28
3.8. Método de análisis de datos.	29
IV. RESULTADOS.....	30
V. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	33
VI. CONCLUSIONES.....	36
VII. RECOMENDACIONES	38
REFERENCIAS	39

Índice de tablas

Tabla 1. Operacionalización de las variables	26
Tabla 2. Correlación de las variables	32

Índice de figuras

Figura 1. Rendimiento sobre la educación física	30
Figura 2. Nivel de obesidad en estudiantes.....	31

Resumen

En el desarrollo y proceso de la presente investigación su objeto de estudio se centra en identificar la relación significativa que puede poseer “La educación física como componente de mejora ante la obesidad I.E. 00621 SAN MARTIN, 2021”, durante el proceso enseñanza y aprendizaje de la educación básica regular. El método fue desarrollado de forma no experimental - exploratoria con un método cuantitativo de corte. La investigación fue documentada y basada en una revisión de la literatura basada en investigaciones previas sobre las variables “La educación física y la obesidad” de estudiantes pertenecientes al nivel primario; asimismo, se tomó una población de 50 estudiantes, donde 25 de ellos formaron un grupo piloto y 25 como grupo experimental. Lo cual dejó en evidencia que los infantes presentan algunos porcentajes deficientes de acuerdo de acuerdo a su condición física, al enfrentarse actividades cuyas serán expuestas al desarrollo de sus destrezas físicas. Donde hay una fuerte relación con una valoración de 0.819, lo que indica que la educación física es un componente de mejora ante la obesidad I.E. 00621 San Martin debido al nivel de relación que existe entre las variables.

Palabras claves: Enfermedades, obesidad, rendimiento y educación física.

Abstract

In the development and process of this research, its object of study focuses on identifying the significant relationship that "Physical education as a component of improvement in obesity I.E. 00621 SAN MARTIN, 2021 ", during the teaching and learning process of regular basic education. The method was developed in a non-experimental - exploratory way with a quantitative cut-off method. The research was documented and based on a review of the literature based on previous research on the variables "Physical education and obesity" of students belonging to the primary level; Likewise, a population of 50 students was taken, where 25 of them formed a pilot group and 25 as an experimental group. This made it clear that infants present some deficient percentages according to their physical condition, when facing activities that will be exposed to the development of their physical skills. Where there is a strong relationship with an assessment of 0.819, which indicates that physical education is a component of improvement in the face of obesity I.E. 00621 San Martin due to the level of relationship that exists between the variables.

Keywords: Diseases, obesity, performance and physical education.

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática:

A nivel internacional:

Debido a la coyuntura de salud enfrentada nuestra sociedad, el gobierno no ha invertido en la implementación de sanatorios y nosocomios a nivel nacional y en estos tiempos de pandemia es en donde la sociedad sufre los estragos de dicho descuido; es por esta razón que nuestros niños estudiantes de los distintos niveles pues están propensos a sufrir enfermedades que no le permiten un desarrollo normal en su carrera académica, por lo que no pueden participar en clases en contexto de la educación mecánica debido al desconocimiento de salud, por lo que se sienten excluidos.

Según datos de la (OMS, 2017), estas enfermedades no transmisibles Sigue teniendo una poderosa influencia en los estados, y representa más del 75% (31000000) muertes. La propia OMS reconoce que estas enfermedades están beneficiando rápidamente a las personas que viven en las ciudades debido a estilos de vida poco saludables, dietas poco saludables e inactividad física.

El reporte de la OMS es muy claro, manifiesta que las enfermedades no trasmisibles están atacando con mayor fuerza en los países con bajo ingreso económico y por ende causando gran cantidad de muertes y que es un porcentaje muy alto, debido a su condición económica no tiene los medios suficientes para tratar dichas enfermedades en sus hijos.

La ignorancia, los prejuicios y la incomprensión de las enfermedades no transmisibles son comunes y generalizados, y los estudiantes son perseguidos durante mucho tiempo, pudiendo estos ser superados a través de un tratamiento médico adecuado y en el momento preciso, para evitar finales negativos. Por lo tanto, las ideas que los chicos tienen sobre sus compañeros con estos padecimientos dependerán en gran medida de qué tan bien comprendan su situación y limitarán su participación en las lecciones de educación física.

A nivel nacional:

Según el informe de (Huaranga, 2016), afirma que: Existen graves

problemas de salud en el Perú. El 35,2% de los hombres de 15 años o más tienen sobrepeso y son obesos, alrededor del 58,2% de la población son mujeres y el 61,6% se encuentran cerca de la costa. Hace dos años, en las escuelas públicas de todo el país, ausencia de horas para desarrollar la parte física y casi siempre no había forma. A esto se suma el desconocimiento del deporte competitivo, el avance de la educación física en la universidad y la infraestructura y el tiempo que brinda para estas actividades.

En realidad, la autora manifiesta que en nuestro país la mayor cantidad de su población tiene un gran problema pues, unos tienen sobrepeso y otros tienen obesidad y que la mayor cantidad son mujeres debido al sedentarismo y mala nutrición, agregó que el campo de la educación física era sólo dos horas a la semana en las escuelas hace unos años y en muchos de los casos se impartía parte teórica y muy poca práctica y en la actualidad es al contrario es más práctica que conocimiento teórico, y se les ha aumentado una hora más a la semana, dándole el valor que se merece a dicha área.

Por eso, este estudio se está realizando para identificar las enfermedades que afectan a nuestros alumnos de primaria, por ende no les permiten participar de estas clases que tanto aprecian los estudiantes, mientras no se sometan al tratamiento médico que requieren para curar sus dolencias y volver a participar de esta área sin ninguna limitante.

A nivel local:

En la región San Martín se desarrolló la investigación de (Falcón, 2020) donde su objetivo de este estudio, fue establecer la relación entre el proceso enseñanza del área de educación física y el problema de obesidad que presentan los estudiantes del segundo grado de secundaria. A partir de la educación física, es posible formar un concepto rudimentario y claro de dos variables: las estrategias lúdicas y el desarrollo de redes con las teorías más modernas y representativas. Al respecto, se desarrolló un estudio no empírico con una muestra de 35 estudiantes del Instituto de Educación Santa Rosa en Tarapoto San Martín. Los conceptos son descriptivos, interrelacionados e interrelacionados porque tienen cuatro legitimidades: teórica, práctica,

metodológica y social. Los métodos estadísticos utilizados son la tabla de frecuencias, la media, la desviación estándar, el coeficiente de variación y el coeficiente de correlación. Existe una relación débil entre la educación física y el problema de la obesidad en estudiantes de secundaria, en niveles de significancia 0.05 y 0.177, sugiriendo una aplicación particular de estas estrategias. Y de hecho, en las actividades paralelas que involucran estas dimensiones, minimizamos la adaptación a la ventaja funcional de un departamento sobre otro, y nuestro aspecto dominante está siempre en cada trabajo.

Esta investigación dejó en claro la vida sedentaria que conviven los diferentes entornos de los estudiantes, y que éstos son actitudes estimulantes para que ellos vayan formándose en comportamiento propios de la vida cotidiana. Los estudiantes de acuerdo a su talla y los estándares que propone el MINSA, determinan que se encuentran con kilos de más, tomando en cuenta su peso corporal, y esto debido que no practican ninguna actividad en común o cotidiana, además que no se siente motivado por alguna disciplina que implique el deporte. A esto hay que sumarle el contexto de la virtualidad y las clases a distancia, por lo tanto, esto conlleva que los espacios para actividades que requieran un esfuerzo físico sean mínimos o completamente nulo.

1.2. Formulación del problema:

¿Cómo evaluar la educación física como componente de mejora ante la obesidad I.E. 00621 San Martín, 2021?

1.3. Justificación e importancia de la investigación:

En el año del 2005, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) registró 170.000 muertes en el Caribe y América Latina, debido a la inactividad física. También mostró que la tasa de mortalidad de quienes realizaron actividades físicas en sus tiempos de ocio, manifestaron en porcentajes estadísticos que estos pudieron tener una vida plena varios años más, a diferencia de quien no practicaron algún deporte, por lo tanto se consideró que gran parte de la población conformada por los adultos, adolescentes y niños no se entrenan en suficiente actividad física para la recuperación y los beneficios

para la salud que toda persona debería obtener para el mejor funcionamiento posible del cuerpo humano.

En el año del 2011, la OPS, a través de una encuesta realizada en nuestro país, demostró con sus datos estadísticos que el Perú ocupaba el octavo puesto en la prevalencia mundial de obesidad infantil y que 15 niños y niñas menores de años padecían la enfermedad es obeso.

Además, según los datos del MINSA, a diferencian de años anteriores, los casos de obesidad en los niños, han incrementado en 1,4% de la población que conforma al estado peruano, por lo tanto el sobrepeso en nuestra sociedad cada año va en aumento, todo esto provocado por la ausencia de prácticas diarias o una buena educación de actividades físicas, como también de sus bondades que puede contribuir a la salud.

El estudio elaborado se basa por los resultados de bajo rendimiento físico de los alumnos de cada grado de estudios del nivel primario, con alguna enfermedad que le impide la práctica de algún deporte en Educación Física. La incidencia de enfermedades que dificulta la práctica de ejercicios en niños es de casi un 40%. En la cual la importancia de este trabajo es poder ver qué tipos de enfermedades inciden y dificultan la práctica de la educación física en escolares del nivel primario.

Al mismo tiempo, se debe tener el reconocimiento del área de educación física, en el proceso enseñanza y aprendizaje, de ser un factor necesario para poder combatir algunos padecimientos comunes en el contexto estudiado, además de los beneficios que proporcionará tanto en la parte cognitiva, mediante el desarrollo de sesiones de aprendizaje en la entidad educativa y además de la práctica frecuente de actividades que fomenten las destrezas físicas de los estudiantes, y éstos puedan ser los más beneficiados con el trabajo. Este trabajo radica su prioridad de estudio para poder servir como fuente de información en los actantes y gestores de educación, y que implementen nuevos programas, técnicas, estrategias, actividades con la finalidad de poder combatir enfermedades, padecimientos, malestares a largo plazo en los estudiantes de la educación básica regular del nivel primario San Ignacio, 2020.

Justificación Teórica

El ejercicio mediante el desarrollo del proceso enseñanza del área de educación física en la educación básica regular del nivel primario San Ignacio, 2020, se asocia con una sensación de bienestar y calidad de vida, lo cual es un aporte positivo que mejora la auto comprensión de los infantes, el nivel de satisfacción de las necesidades individuales en general y sus beneficios, reconoce el estilo de vida, la psicología y la educación, tomado en cuenta como prevención y desarrollo de enfermedades crónicas. Los propósitos del estudio permiten lograr el propósito de ver la incidencia de enfermedades que se dificultan en la práctica de educación física en la entidad educativa San Ignacio, 2020.

Justificación Práctica

De acuerdo a la recolección de datos que generará nuestros instrumentos de evaluación, según las muestras de estudio, podrá determinar desarrollar análisis confiable determinando qué enfermedades con frecuencia están padeciendo los estudiantes de la entidad San Ignacio, 2020, por consiguiente tener de conocimiento qué padecimientos biológicos atentan contra su salud, éstos generando una barrera, la cual no permitirle ser partícipe del desarrollo del proceso enseñanza y aprendizaje del área de educación física del nivel primario. Además el docente podrá discernir si el estudiante presenta factores negativos en su entorno que estimulen una sedentaria actividad, saber si sus hogares algunos de ellos prestan atención a las propiedades benéficas que contrae la actividad física, y que no sólo se tome en cuenta como un área efímera de colegio, sino como una práctica necesaria y diaria en la entidad educativa San Ignacio, 2020.

Justificación Metodológica

(Salgado, 2017) Los instrumentos de investigación poseen una validez y un sustento a los datos que el investigador quiere recolectar y procesar, para determinar la relación de las variables de estudio, además enfatizan una alta prioridad que va más allá de la investigación y define indirectamente a la población y confianza que participa en el proyecto. Se logra determinar y

describir conductas, actitudes y emociones relacionadas con el tema de investigación de interés. De acuerdo a este estudio presentado técnicamente, se aplicaron cuestionarios con la finalidad de verificación a este estudio. En la investigación se muestra, se desarrollaron prioridades y herramientas para la recopilación y el análisis de datos basados en variables: “La destreza de la enseñanza física por escolares de la educación básica regular primaria, institución educativa rural de San Ignacio, 2020”

Desarrollado en noción de tipo descriptivo – analítico, y se realizara a través de encuestas para así poder tener un porcentaje de escolares del nivel primario que tienen dificultad en la práctica de enseñanza física

1.4. Objetivos:

1.4.1. Objetivo General

Evaluar la educación física como componente de mejora ante la obesidad I.E. 00621 San Martin, 2021.

1.4.2. Objetivos específicos

Identificar el rendimiento sobre la educación física en estudiantes de la I.E. 00621 San Martin.

Determinar el nivel de obesidad en estudiantes de la I.E. 00621 San Martin.

Determinar la relación entre las prácticas de educación física y la obesidad en estudiantes de la I.E. 00621 San Martin.

1.5. Hipótesis

La educación física es un componente de mejora ante la obesidad I.E. 00621 San Martin, 2021.

II. DESARROLLO

2.1. Antecedentes de la investigación.

A nivel internacional.

Para corroborar los argumentos en la parte teórica de la presente indagación, se mencionan los siguientes estudios: Cristina (2016), su estudio titulado: "La relación entre actividad física, salud y bienestar" visión, bienestar personal, depresión y enfermedad crónica en ancianos edad ", dijo Un objetivo común: analizar la correlación entre la salud cognitiva, el progreso y la concavidad en la vejez. Según los resultados de presteza física y la presencia de padecimientos crónicos relacionadas con su desarrollo, a través de métodos de autoevaluación diferenciados reportero, quienes llegaron a las siguientes conclusiones: Datos de temas psicosociales, encontraron en general realizaban actividades físicas (caminar, ejercicio, etc.) nutrición etc. Los grupos de mujeres mostraron una mayor participación en el entrenamiento de los hombres, siendo las enfermedades musculares y cardíacas las más comunes.

En este estudio se nota claramente que en su gran mayoría realiza actividad física como caminar y algunos ejercicios para mantenerse en forma pero que a medida que pasan los años esta disminuye pues el cuerpo ya no reacciona de la misma manera, se ha demostrado que las mujeres son física y médicamente más activas físicamente que los hombres; en general io tienen algún tipo de afección crónica.

Seguidamente se citó a Castillo, et al. (2016), en su tesis, posee una meta general: Representar la incitación de los educandos de sexto grado con exceso de masa en las asignaturas de educación física que completaron: a) La población de estudio encontró que las asignaturas estaban calificadas. Según las características de la muestra del estudio, es muy alta. Porque el 52% de la población tiene sobrepeso (a una edad muy temprana) y obesidad, en línea con los datos previos presentados en varios estudios de sobrepeso y obesidad, obesidad prepuberal; b) se puede identificar en los datos analizados primero como un factor de motivación para las sesiones de formación deportiva y salud el uso de diferentes materiales en términos de estilo y funcionalidad y segundo exigir a los docentes que lo piensen es algo bueno cuando los estudiantes ven

que está activo en Asiste a clases. Esto está relacionado con la teoría de Maslow (1945) y muestra el deseo de responsabilidad personal. (Amistad, pertenencia a un grupo) y por orgullo (reputación, autoaceptación - respeto, amor).

Según los resultados del estudio, encontraron que más de la mitad de los participantes eran primarios a una edad temprana lo cual no le permite tener un buen rendimiento, también manifiesta que la buena motivación del docente hace que este participe de muy buena manera en la clase utilizando un material adecuado hacerlo que se sienta bien y que piense que él puede hacerlo por lo tanto crea que es un buen estudiante.

De la misma manera, González (2014), en su tesis, los objetivos generales son: Identificar la patología crónica que tienen los estudiantes de ESO y (CAM) y a) sacar las siguientes conclusiones: la muestra experimentada. La ceguera es el padecimiento más importante que aumenta con la edad de un individuo. b) La enfermedad más común en el estudio refleja una situación que es totalmente compatible con las asignaturas de educación física porque carece de tratamiento y cuidados que requieren ausentismo escolar o tiene un carácter que interfiere con el encargo frecuente.

Los autores de este estudio manifiestan que las enfermedades con mayor frecuencia que atacan a los estudiantes es la miopía y que esta va aumentando conforme avanza la edad del estudiante, además manifiestan que esta enfermedad no es causal para que el estudiante no participe de sus clases de educación física, pues este puede realizar el trabajo diario sin ningún problema, salvo que se complique y llegue a la ceguera, pero tendría que realizar otro tipo de actividades.

De la misma manera se consultó Labanda (2015), en su tesis, tiene por objetivo general: Evaluar formación deportiva y el exceso de masa corporal en niños de 7º de Educación Primaria del Colegio Miguel Riofrío. Llegó a las siguientes conclusiones: b) Promoción inadecuada de la actividad física, provocando un aumento del sobrepeso y el sobrepeso en los niños.

Según el autor manifiesta que al culminar su investigación logró comprobar que los estudiantes tienen sobre peso y obesidad, Debido a que no se fomentó el entrenamiento en actividad física, los estudiantes fueron llevados a un estilo

de vida sedentario que les permitió ganar masa corporal.

A nivel nacional.

Seguidamente se citó a: Ccahuana y Flores (2019) en su tesis “La actividad física y el equilibrio en alumnos de primaria de la Institución Educativa particular Santo Domingo el predicador, San Martín de Porres – 2018”, tiene por objetivo general: Descubra a relación de la formación deportiva afecta la moderación general a la educación primaria. Quienes tomaron las siguientes decisiones: a) "La educación especial tiene un fuerte, moderado y fuerte impacto de la actividad física en el equilibrio general de los alumnos de primaria" Santo Domingo al Predicador b) "La educación especial incide en un muy buen, moderado y consistente equilibrio entre actividad física.

Es esta investigación tiene como conclusión que la práctica de la educación física mantiene su equilibrio emocional no permitiendo que este tenga algún ataque de ansiedad o este estresado, y hasta los psicólogos lo recomiendan como terapia por el mismo hecho que estos utilizan la educación física para relajarse.

También se consultó el estudio realizado por Ariste, et al. (2018), en su estudio” tiene como propósito: La correspondencia entre la formación física y el indicador de peso corporal de las escuelas de sexto grado del lector de Tambo RadA, llegaron a las siguientes conclusiones: a) Hay una conexión moderada entre la física de la actividad y la masa corporal. Detected Miklaela fue más alta que el índice del sexto grado de Tamba, la Escuela Huancayo en Khuancayo en Khuancayo en Khuancayo. Después de usar el equipo de investigación, tenemos RS Spearman = 0.431, donde muestra un P P de 0.000, él = por debajo de 0.05 nivel. Significa que los estudiantes participan regularmente en la actividad física, e igualmente son obesos. B) Hay una baja correlación entre el ejercicio de diversión y el índice masivo del cuerpo en los educandos de educación primaria de Mikaela. Después de usar las herramientas de investigación, encontramos que Spearman tiene RHO RS = 0.202, en el que P confirma 0.683, que notorio de importancia A = 0.05. Esto significa que educandos hacen un desenvolvimiento físico en su tiempo libre y de la misma manera que son el contexto de la participación.

Posteriormente se citó el trabajo de Ayhuasi (2017) denominado: “Nivel de interés por la educación física en estudiantes del VII ciclo de la institución educativa secundaria emblemática Tawantinsuyo de la ciudad de desaguadero – 2017”; Su propósito general es: Establecer el nivel de utilidad de los estudiantes por la actividad mecánica. VII. Quién puede determinar que: a) Los estudiantes de la UE tienen una pasión por la educación física, donde los estudiantes descubren la planificación estratégica, clases sólidas, actividades proactivas ocho, equipos deportivos, lo cual es importante. b) Los estudiantes de educación física aprenden sobre algunos de los pasatiempos que están aprendiendo y expresan sus intereses personales para estas actividades y todo el tiempo en la competencia.

El autor manifiesta que los estudiantes si tienen interés por la educación física y lo disfrutan cuando estas clases son dinámicas y practican deportes colectivos lo que le permite al estudiante interactuar con los demás. También expresa que el estudiante tiene un interés individual por participar en las diferentes competencias donde siempre quiere salir ganador.

A nivel regional.

En nuestra Región se consultó el trabajo de: Aguilar y Yopla (2018), Su intención general es conocer la correspondencia del ejercicio y el bienestar hacia los educandos de secundaria de la institución educativa Cajamarca. Quiénes llegaron a estas conclusiones: a) En cuanto a la actividad física en las mujeres jóvenes, el 86% son muy bajas y el 15% bajas, el 81% de los niños evaluados son muy bajos y el 35% son muy bajos nivel bajo. b) En cuanto al estado de salud mental, el 99% de los jóvenes evaluados son muy bajos, el 0,5% en nivel bajo y el 0,5% en nivel normal.

Los datos corroboraron a las féminas que tenían una mayor tasa de actividad física y los hombres trabajaban más físicamente, pero con un estado de ánimo positivo.

Del mismo modo en el trabajo de (Falcón, 2020) , en la región de San Martín Se diagnosticó que los impedimentos y que impiden la realización de la actividad física son la falta de tiempo con un porcentaje del 87%, la falta de fuerza de voluntad con un porcentaje del 75% y la falta de energía con un porcentaje del

75%. La falta de actividad física es un riesgo potencial para la salud, por lo que se recomienda tener presente este problema y no dejarlo pasar. Estos factores fueron claves para generar el desgano por la realización de actividades que presenten el esfuerzo de las destrezas físicas de los estudiantes, que conformaron la muestra de estudio de esta investigación.

2.2. Base teórica.

2.2.1. Educación física

La formación deportiva es el entrenamiento del cuerpo humano para ser utilizado con fines deportivos. La educación física incluye todo el conocimiento sobre el ejercicio, sus efectos y métodos de recuperación. (Editorial Definición MX, 2014).

Este tipo de entrenamiento está diseñado para proporcionar retroalimentación a los entusiastas del deporte y gimnastas. Por eso, es importante ver a personas calificadas trabajando en gimnasios, resorts, escuelas, etc. (Editorial Definición MX, 2014)

Debido a los problemas de la vida en general, los problemas de la educación se han vuelto muy importantes en la actualidad. Este tipo de situaciones relacionadas con determinadas condiciones sociales que provocan variantes de estilo de salud y hacen de la educación física un hábito que necesita dar respuesta a nuevos problemas. (Editorial Definición MX, 2014).

2.2.1.1. El papel de la educación física.

Se considera un campo necesario, pero aún no hay suficientes horas a la semana. En comparación con otras áreas, este es un factor importante a considerar en el proceso de aprendizaje. (Sánchez, 2016).

Incluso la sociedad lo considera "gimnasia". Quizás esto se deba al hecho de que la educación física sigue siendo parte del enfoque de higiene del concepto de higiene. (Sánchez, 2016).

Salirse de las relaciones sociales no es una tarea fácil. Esto significa dar nuevos enfoques en el campo de la formación deportiva para contrarrestar su

concepto de deporte. (Sánchez, 2016).

Gracias por las ventajas de la educación física, los jóvenes pueden evaluar su creatividad y automatización a sí mismos y otros (Sánchez, 2016).

Por lo tanto, las diferentes y las experiencias de diferentes actividades en el juego, el juego y los deportes son indispensables para hacerlos generalmente, jugar jugando a la obra pedagógica. (Sánchez, 2016).

Actualmente se desconoce como cualquier otro campo del conocimiento, este movimiento juega un papel importante en el desarrollo humano, promueve el bienestar de las personas y la sociedad y protege la cultura. (Sánchez, 2016).

2.2.1.2. Beneficios de la educación física.

La enseñanza deportiva produce a los infantes a trabajar físicamente y en mente y los mantiene saludables y mantienen un estilo de vida saludable para sus vidas. (Sánchez, 2016).

Un beneficio importante del entrenamiento físico es que te permite quemar calorías y controlar el peso. Además, ayuda a reducir la grasa y la presión arterial alta. (Sánchez, 2016).

Si hace ejercicio con regularidad, reducirá su riesgo de enfermedad cardíaca y diabetes. Con mucho esfuerzo, sentirá un poco de dolor. Sí, el ejercicio no debería doler tanto como tu cuerpo necesita (Sánchez, 2016).

Además, la práctica de la educación real ayuda a fortalecer los huesos y los músculos de nuestro cuerpo. Las personas físicamente activas son tan bajas como el cáncer, como el cáncer de mama, el colon y los pulmones.

Especificamos algunos de los beneficios: Incremento de capacidad física, desarrolla capacidades motoras, aumenta la aptitud académica (2, 3), bienestar físicos, fomenta estereotipos subjetivos positivos, reduce y desprende la carga o tensión, desarrollo de habilidades socioemocionales (Sánchez, 2016).

2.2.1.3. Importancia de la educación física en la escuela.

Ha habido tantos cambios en la actividad física y el ejercicio en el pasado que hemos llegado al concepto de enseñanza deportiva tal como la conocemos hoy. La introducción al sistema es congruentemente nueva y el proceso no es difícil. (Sigüenza, 2015).

Según el MINEDU, la enseñanza física ahora se considera esencial para la primaria. Se desarrolló como una disciplina para el aprendizaje y el desarrollo humano, especialmente cuando se usa a una edad temprana, dando a los estudiantes valores físicos, emocionales y vitales para sus vidas. Sigue tu plan de vida (Sigüenza, 2015).

La enseñanza deportiva, los estudiantes manifiestan su naturalidad, alientan su ingenio y, sobre todo, para ser reconocidos, respetuosos y valiosos. Por lo tanto, las ventas continuas en el aula o en los proyectos educativos requieren una variedad y experiencia de diversas actividades en el juego, el juego, el ocio y los deportes (Sigüenza, 2015).

En general, las instituciones educativas no son muy conscientes, en cuanto a su relevancia de la enseñanza deportiva, porque como otras ciencias, también ayuda en el proceso de creación humana en el interés público y social. (Sigüenza, 2015).

Está diseñada como un proceso de aprendizaje y vivir una vida sostenible, es posible sentar una base sólida que permita la integración y la resiliencia y asegure el desarrollo y funcionamiento continuo en sus vidas futuras. (Sigüenza, 2015).

Las lecciones de formación deportiva, los estudiantes asimilan, realizan y juzguen nuevos tipos de movimientos a través de una variedad de juegos, diversión y juegos. En estas clases, los estudiantes se convierten en seres que quieren encontrar muchas alternativas que les serán útiles en su vida social en el futuro y no son fáciles de lograr en otras áreas del conocimiento, son creativos y saben mostrar su franqueza (Sigüenza, 2015).

Un sistema educativo parcial en el que no se deja al mundo ninguna parte

del ser humano, hay que mirar al cuerpo y al individuo como un todo, para que la educación física no se dé como una hermana menor en el centro del sistema. de los otros temas, pero al mismo tiempo que uno contribuirá al desarrollo de un mayor éxito en la industria con el otro (Sigüenza, 2015).

Por supuesto, ninguno de nuestros estudiantes se convertirá en deportista de élite y el deporte no se convertirá en su forma de vida. Sin embargo, sin la actividad física adecuada cuando se trabaja en la oficina sin dolor de espalda, hormigueo constante en las piernas debido a problemas circulatorios diarios, y varices provocadas por estar de pie por mucho tiempo. (Sigüenza, 2015).

Esto también se ha vuelto cada vez más importante en nuestra vida sedentaria diaria en los últimos años, lo que significa que suena la alarma debido a la alta tasa de obesidad. (Sigüenza, 2015).

Por eso, al ajustar el tiempo suficiente para una dieta saludable y el ejercicio adecuado, el tiempo para estudiar y el tiempo necesario para jugar o practicar deportes, perfecciona las mejores prácticas para el desarrollo humano que son importantes tanto mental como físicamente. (Sigüenza, 2015).

2.2.1.4. El nuevo Currículo Nacional y la Educación Física

La idea actual del Programa Nacional de Educación Básica es que el alumno sea parte activa del currículo y desde su conexión pueda enfrentar desafíos de la posición actual, comunidad, nación familia y su mundo actual, para ello es importante que los alumnos son vistos como “seres” hoy, no mañana, en su vida diaria, con su historia e identidades y es importante que se sientan satisfechos desde sus entornos cercanos y recurrentes, afirmándose unos a otros con sus experiencias, antecedentes y con un docente que apoya actitudes y situaciones, para que estén verdaderamente comprometidos (Heber, 2016, pág. 2).

En este proceso hay una continuidad de ideas y prácticas adecuadas para el estudiante, la familia y el currículo humano, que se puede ver en una pequeña mente, la educación corporal, que es, separada, dividida, dividiendo, el cerebro que hace juntos de una manera diferente (Heber, 2016, pág. 2).

Se desarrolla un enfoque colaborativo que ve al alumno como una persona en todas sus dimensiones, una unidad integrada, funcional, donde todos sus elementos están plenamente integrados e integrados entre sí, no puede existir sin, esta es la base actual. Entre la educación y la salud, y mucho menos dos mentes, que tenemos un cuerpo, comienza con el hecho de que somos un cuerpo en todos sus aspectos. (Heber, 2016, pág. 2).

La educación física en el plan de estudios nacional actual debe ayudarlo a desarrollar el placer de jugar, jugar, jugar en la vida diaria con el alumno, dejando de lado la plantilla y la actividad fuerte de ejercicios sin sentido, repetitivos y repetitivos. Trabajar, explorar, explorar, conocer la naturaleza con los demás, donde la empresa pueda experimentar sus pensamientos, palabras, movimientos, historias y pensamientos. (Heber, 2016, pág. 3).

Este sistema de cambio, que ayuda al alumno dependiente, personal, interesado, vulnerable, ha crecido para ganar apoyo, cooperación, respeto, independencia y seguridad, y la promoción de procesos sociales y educativos. (Heber, 2016, pág. 3).

Las competencias promovidas en el ámbito del atletismo están vinculadas a tres pilares clave relacionados con la motricidad y la concentración física: independencia, salud y bienestar social. (Heber, 2016, pág. 3).

Autonomía; habilidad de aprender y desarrollar la motricidad, sentir el éxito y desarrollar experiencias positivas. (Heber, 2016, pág. 3).

Vida saludable; Como el potencial del estudiante para pasar del campo de la educación física la capacidad deportiva en sus mayores niveles de resistencia, su promoción y prevención en el ejercicio físico. (Heber, 2016, pág. 3).

Lo social; Ese desarrollo a través de la formación deportiva, donde hay una interacción con los demás, logra un equipo fuerte que ama los proyectos personales y comunitarios (Heber, 2016, pág. 3).

Las competitividades se detallan en el plan de estudios nacional de 2016:

Desarrollar la independencia a través de las habilidades motoras.

Responsable de una vida sana.

El desenvolvimiento de sus habilidades socioemocionales con el entorno.

En el currículo nacional de educación primaria didáctica que posibilita al estudiante, se libere de la necesidad de participar en su desarrollo personal, familiar y social. (Heber, 2016, pág. 4).

El mayor reto es que cada una de estas ideas se refleja en diferentes niños en desarrollo que tienen en cuenta el estilo de vida, las actitudes y la diversidad de los ciudadanos comunes. La escuela es que el estudiante debe enfrentar discapacidad, religión, religión, economía, racismo, estado de género, etc., la participación significa que el estudiante puede ser discriminado. Crea este espacio y tiempo para todos en educación física. (Heber, 2016, pág. 4).

2.2.2. Obesidad

Según los lineamientos teóricos de (Pérez, 2019) considera a la obesidad considerada como un padecimiento complejo y multifactorial caracterizada por una acumulación excesiva de venas adiposas, lo que determina un estilo de vida saludable en función de su espacio y repartimiento. Así también (Pereda, 2019) este padecimiento físico y de salud generalmente tiene un impacto significativo sobre algunas causas de muertes en las personas adultas o de la tercera edad. Se han identificado algunos aspectos estadísticos de la enfermedad y factores de riesgo relacionados con el estilo de vida tantos en la infancia como en la edad adulta.

Conforme con las dimensiones:

Medidas Antropométricas: De acuerdo con (Infantes, 2017) La evaluación antropométrica estudia y aplica métodos, métodos y herramientas de evaluación nutricional basados en características antropométricas a nivel de individuos y diferentes grupos de edad en la atención primaria de salud. Su contenido es teórico y práctico. Esta es una decisión de evaluación nutricional para adolescentes utilizando el peso, la altura, la circunferencia de la cintura y otras medidas antropométricas. La obesidad es una enfermedad caracterizada por una acumulación excesiva de grasa corporal debido a un desequilibrio entre la

ingesta calórica excesiva y el bajo gasto energético. Por lo tanto en cuanto a sus criterios de evaluación según

De acuerdo con (Martínez, 2019) considera que actualmente en el contexto que concierne a la salud, se considera un gravísimo problema de inmunidad que afecta a infantes y las demás edades. Incluso si tiene sobrepeso, no aumentará de peso porque tiene demasiada grasa corporal. En la mocedad, en la infancia, todavía se encuentran en un período de decadencia, por lo que es difícil juzgar cuándo están sufriendo. Un infante se considera obeso si el IMC promedio de un niño o niña de la misma edad supera el 95%. Un IMC superior al 85% se considera sobrepeso. La obesidad puede deberse a varias razones. Flaco puede estar dentro del rango normal de su gen. Sin embargo, la pérdida de peso también puede indicar una variedad de condiciones médicas, particularmente aquellas que resultan de la pérdida de peso.

Por lo tanto, según los lineamientos de (Ampuero, 2017) Los parámetros antropométricos dietéticos se pueden dividir en dos grupos: peso y altura. Esto permite la masa total, el perímetro del antebrazo y los pliegues de la piel, la evaluación de los compartimentos musculares y la prevención de la grasa. El peso corporal es un indicador de la composición corporal y es una composición que fluctúa rápidamente debido a causas no alimentarias como el agua y los intestinos. La altura es menos sensible a la desnutrición a corto plazo, pero puede ser un signo de desnutrición crónica, ya que disminuye con la edad. Sin embargo, la pérdida de peso en relación con la altura puede reflejar la situación de desnutrición aguda.

Rendimiento sobre educación física: La educación física ha sido parte del currículo escolar durante muchos años y puede que no esté bien definida por alguna razón, pero hoy se reconoce no solo por su importancia sino también por su importancia, su movimiento, que es parte de la realidad de existencia. Una serie de tutoriales básicos para todos los que tienen una empresa y un entorno en el que prosperan. El movimiento es incesante en la vida del hombre, por lo tanto, sin movimiento, su vida es imposible. Este campo se centra en el estudio del movimiento humano. (Morales, 2019)

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo de investigación.

La metodología es cuantitativo, representativo, observacional e intersectorial, es decir, no tiene efecto direccional. Su propósito es determinar la incidencia de enfermedades o rasgos en una muestra de población dada en un momento dado.

3.2. Diseño de investigación.

La delineación seleccionada para la prueba actual es experimental o descriptivo de la siguiente manera:



Donde:

M = Muestra de estudio.

O = Observación al grupo.

3.3. Variables, operacionalización

Variables:

VI: Educación física

VD: Obesidad.

Operacionalización de variables

Tabla 1.

Operacionalización de las variables

Variables	Dimensiones	Ítems	Categoría	Instrumento
Educación física	Rendimiento sobre educación física:	¿De qué manera El calentamiento que realiza el niño (a) es?	Malo	Cuestionario
		¿El peso que tiene el niño(a) con respecto a su edad es?	Regular	
		¿La talla que tiene el niño con respecto a su edad es?	Bueno.	
		¿La Flexibilidad que tiene el niño con respecto a su edad es?	Excelente.	
		¿La resistencia que tiene el niño en las diferentes pruebas de educación física es?		
		¿La fuerza que tiene el niño con respecto a las pruebas d educación física es?		
		¿La velocidad que muestra el niño con respecto a su edad es?		
		Con respecto al rendimiento en la prueba de salto es?		
		Con respecto a la prueba lanzamiento de bala y jabalina es?		
		Peso		
Obesidad.	Medidas Antropométricas	Talla	Nivel de obesidad	Ficha Antropométrica

3.4. Escenario de estudio.

Entidad educativa primaria N° 16520 Ricardo Palma del distrito San José de Lourdes, provincia San Ignacio, región Cajamarca.

3.5. Participantes

3.5.1. Población

De acuerdo a los lineamientos teóricos y la estadística, se le define a la población, como universo, donde está conformado por un grupo de datos que

cumple con alguna descripción. Por esta razón, la población está representada por todos los alumnos de Ricardo Palma, la escuela primaria del número 16520, ubicada en la zona de San José de Lourdes, en el distrito de Cajamarca de la provincia de San Ignacio; Según el salario que prevé registrar para 2020, hay 150 niños.

3.5.2. Muestra

El desarrollo de la investigación se laboró con una muestra no probabilística, o lo que se conoce como modelo guiado, en el que “el subconjunto de la población no tiene en cuenta la posibilidad de selección de los participantes, por el contrario, depende de las necesidades del estudio, de esta manera la muestra es la misma que la población concerniente a los efectos de esta encuesta, la muestra constituirá el 20% de la población, es decir, 30 niños.

Criterios de inclusión:

- Niños debidamente matriculados en la institución educativa rural sujeta a estudio, en el año lectivo 2020.

Criterios de exclusión:

- Niños que presentan discapacidad física innata o adquirida antes de iniciar el nivel primario.

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Observación. Salgado (2017) los instrumentos de investigación poseen una validez y un sustento a los datos que el investigador quiere recolectar y procesar, para determinar las relaciones de las variables de estudio, además enfatizan una alta prioridad que va más allá de la investigación y define indirectamente a la población y confianza que participa en el proyecto. Se logra determinar y describir conductas, actitudes y emociones relacionadas con el tema de investigación de interés. De acuerdo a este estudio presentado técnicamente, se aplicó la observación y un cuestionario con la finalidad de verificación a este estudio. En la investigación se muestra, se desarrollaron

prioridades y herramientas para la recopilación y el análisis de datos basados en variables. Se sabe que el proceso de conocimiento sobre el hecho de que el caso o fenómeno no entiende principalmente la escena, el oído, el tacto y el olor. Sin embargo, es necesario determinar que la observación no es lo mismo que ver, vea si son las funciones principales del hombre.

Cuestionario. Es un método de técnica de Encuesta, donde la formulación de preguntas se estructura en preguntas escritas, basadas en tarjetas, relacionadas con las proyecciones de trabajo y, por lo tanto, los cambios y grados de investigación. Su propósito es recopilar información para validar las prácticas laborales. (Ñaupas, P.; Mejía, M.; Novoa, R. y Villagomez, P., 2014).

Encuesta. Se define como los criterios que tiene el investigador para poder observar a la población investigada, estas dimensiones están relacionadas con las variables de estudio, donde se podrá determinar el comportamiento de ellas en función a las variables que se están observando y detallando en la investigación pertinente. Estos criterios están minuciosamente elaborados, concordando a los objetivos del investigador y la escala de valoración que aquel determine, de acuerdo a la variable estudiada. Bajo un proceso de recolección de datos obtenidos los procesa y busca alguna correlación o similitud entre las variables de estudio. (Fidias, 2012).

3.7. Procedimientos de recolección de datos e informaciones.

Se manipuló los consiguientes procesos:

a) Inductivo. Ha ayudado a definir la teoría de la realidad humana en relación con la teoría para resumir los datos.

b) Deductivo. Con este método sabemos lo que está sucediendo en el mundo en función de la realidad del mundo complejo, es decir, la dificultad de la lectura.

c) Analítico. Nos permite descomponer la variable en sus dimensiones e indicadores.

d) Sintético. Permite establecer relaciones, conclusiones y argumentos, así como el resumen de la tesis.

3.8. Método de análisis de datos.

La publicación es desarrollada a través del estudio estadístico en tres fases.

Primera fase: Validación y confiabilidad del instrumento.

El equipamiento actual será entregado a un equipo de tres expertos, los mismos con una solución de práctica y buen comportamiento con maestrías, científico y profesional

Físicamente, que les darán su decisión final. El instrumento se prueba analizando los datos obtenidos al conducir utilizando el modelo matemático alfa de Crombach.

Segunda fase: análisis descriptivo simple.

El proceso de los datos obtenidos a partir del uso de la investigación por muestreo se analizará mediante estadística simple y descriptiva, que se presentará en forma de tablas y gráficos estadísticos según los parámetros.

Tercera fase: estadística descriptiva inferencial.

Los antecedentes obtenidos serán procesados mediante programa SPSS y EXCEL.

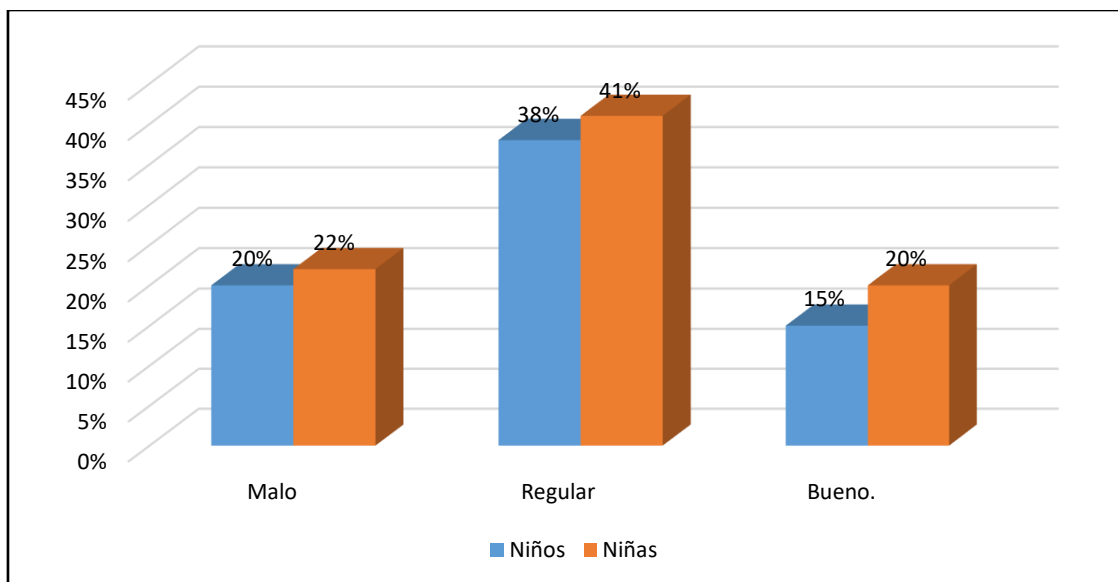
IV. RESULTADOS

4.1. Resultados sobre antecedentes personales y patológicos.

Objetivo 1: Identificar el rendimiento sobre la educación física en estudiantes de la I.E. 00621 San Martin.

Figura 1.

Rendimiento sobre la educación física.

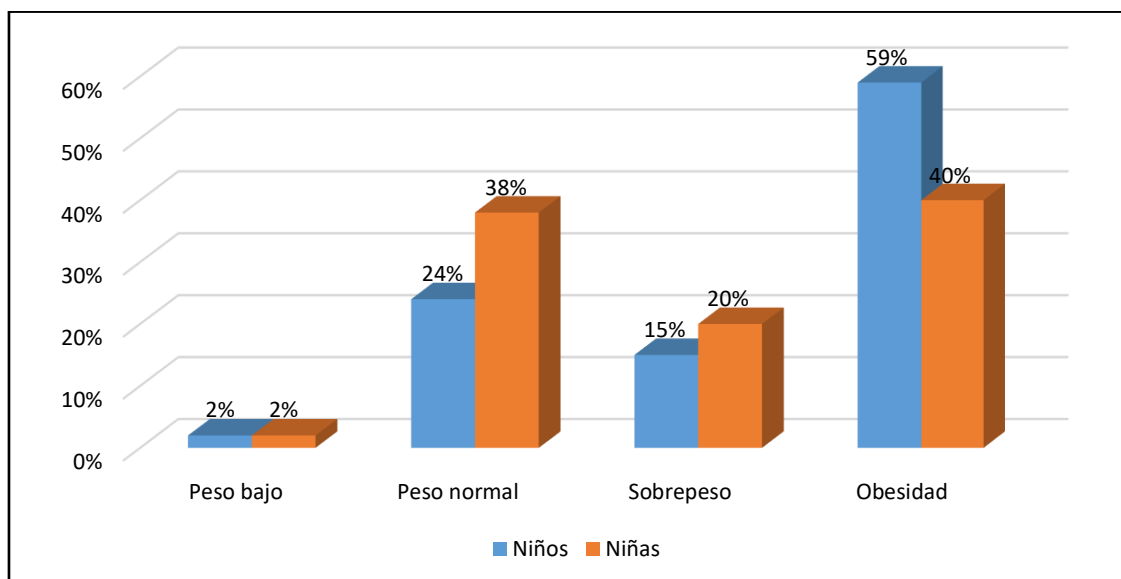


En la figura número 1 correspondiente a la dimensión de “Rendimiento sobre la educación física”: se puede observar el nivel más elevado es el indicador “Regular” con un porcentaje que oscila en (41%) del género femenino, conformado por el grupo de niñas, seguido el grupo de niños con un porcentaje de (38%), luego se presenta el segundo “Malo” con el grupo de niñas (22%) y el grupo de niño (20%) y finalmente el indicador “Bueno” con el grupo de muestra de niñas con un (20%) y los niños manifiestan un (15%). Con estos datos estadísticos se logra corroborar que las destrezas y capacidades físicas que pueden manifestar los estudiantes están por debajo de los criterios y estándares de la educación básica regular que demanda, por lo tanto sus capacidades y competencias en esta área de estudio, aún se encuentra en un proceso de formación en los infantes.

Objetivo 2: Determinar el nivel de obesidad en estudiantes de la I.E. 00621 San Martín.

Figura 2.

Nivel de obesidad en estudiantes



En la figura número 2 correspondiente a la dimensión de “Nivel de obesidad según el sexo”: se puede observar el nivel más elevado es el indicador “Obesidad” con un porcentaje que oscila en (59%) del género masculino, conformado por el grupo de niños, seguido el grupo de niñas con un porcentaje de (40%), luego se presenta el segundo “Peso normal” con el grupo de niñas (38%) y el grupo de niño (24%) ; consiguientemente el indicador “Sobrepeso” con el grupo de muestra de niñas con un (20%) y los niños manifiestan un (15%) y finalmente el indicador con menos porcentaje se presenta “Peso bajo” donde ambos géneros arrojaron el (2%). Con estos datos estadísticos se logra corroborar que los estudiantes se encuentran en unos niveles de sobre peso de acuerdo a su edad y talla corporal, de acuerdo a los indicadores estandarizados por el Ministerio de Salud (MINSA), por lo cual el exceso de masa corporal a un futuro en el desarrollo de alguna actividad física imposibilita su destreza, volviéndola más tediosa, complicada, difícil y agotadora.

Objetivo 3: Determinar la relación entre las prácticas de educación física y la obesidad en estudiantes de la I.E. 00621 San Martin.

Tabla 2.

Correlación de las variables

		Obesidad en estudiantes
Práctica de educación física	Correlación de Pearson	,819**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	30

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

De acuerdo al resultado que se ha obtenido de la correlación de Pearson, se tiene una relación moderada, tendiendo a ser fuerte con una valoración de 0.819, lo que indica que la educación física es un componente de mejora ante la obesidad I.E. 00621 San Martin debido al nivel de relación que existe entre las variables.

V. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En relación al objetivo general

De acuerdo a las inquietudes, conjeturas en el desarrollo del proceso enseñanza y aprendizaje, de la educación básica regular del nivel primario, los maestros de formación deportiva tienen como objetivo primordial: evaluar la educación física como componente de mejor ante la obesidad I.E. 00621 San Martín, 2021. Para tal efecto tiene que realizar un buen diagnóstico sobre la salud de sus estudiantes, pues asume la responsabilidad de mantener en buen estado de salud a sus estudiantes al momento de efectuar su clase y no exigirles más de lo debido, pues pueden sufrir algún percance y poner en peligro la salud de sus estudiantes.

Para lograr aplicar la encuesta a los respectivos estudiantes, se tuvo que entrevistar a los padres de familia, pues, son las personas idóneas para responder el cuestionario, se encuestó a 30 estudiantes donde se obtuvo los siguientes resultados; en lo que respecta a los antecedentes personales y patológicos. Se obtuvo el 80.0% de la muestra responde que sufre algunas enfermedades como: Anemia, parasitosis intestinal, diarrea, infecciones respiratorias, infecciones a la piel, viruela, sarampión y el 20.0%, responde que sufre siempre algunas de las enfermedades antes mencionadas, las mismas que no permiten la práctica continua de esta área tan importante como es la educación física. En lo que respecta al rendimiento en la educación física el 80.0% tiene un rendimiento físico bueno, el 13,3% tiene un rendimiento regular debido a las enfermedades que estos padecen y solo el 6.7% tiene un excelente rendimiento físico.

En relación a los objetivos específicos:

Objetivo 1: Para Identificar el rendimiento sobre la educación física en estudiantes de la I.E. 00621 San Martín. De acuerdo al resultado que se ha obtenido de la correlación de Pearson, se tiene una relación moderada, tendiendo a ser fuerte con una valoración de 0.819, lo que indica que la educación física es un componente de mejora ante la obesidad, estos mismo

lineamientos son compartidos por (Falcón, 2020) en su investigación destacó la vida sedentaria donde los estudiantes viven juntos, y es una característica inspiradora para que desarrollen comportamientos normales en la vida diaria. De acuerdo con las medidas y criterios propuestos por el MINSA, el alumno se define como el que tiene kilos de más, teniendo en cuenta su peso corporal, y esto se debe a que no realiza actividades regulares o cotidianas, el ejercicio sin sentirse bien es impulsado por todas las disciplinas. Por lo cual deja claro que las destrezas físicas realizadas en las sesiones de aprendizaje en el área de educación física es un factor importante para el mejoramiento y aprovechamiento de las condiciones físicas de los estudiantes.

Objetivo 2 Para determinar el nivel de obesidad en estudiantes de la I.E. 00621 San Martín. Se logró determinar el “Nivel de obesidad según el sexo”, donde los datos estadísticos nos corroboran que el nivel más elevado es el indicador “Obesidad” con un porcentaje que oscila en (59%) del género masculino, conformado por el grupo de niños, seguido el grupo de niñas con un porcentaje de (40%), por lo tanto se tienen una población de investigación donde está sufre un alto incremento de masa corporal, la cual imposibilita desarrollar actividades físicas con regularidad. En la misma línea en cuanto al objetivo Castillo (2016), logró determinar El 52% de la población tiene sobrepeso (sobre todo a edad temprana) y es obesa, según varios estudios sobre obesidad, obesidad, obesidad, obesidad. El uso de diferentes materiales en cuanto a tamaño y rendimiento. Como factor de motivación para el estilo y el rendimiento en el deporte y el entrenamiento para la salud, los profesores deben tener la oportunidad de pensar cuando son buenos. Los estudiantes pueden ver que participan activamente en la clase.

Objetivo 3 Para Determinar la relación entre las prácticas de educación física y la obesidad en estudiantes de la I.E. 00621 San Martín. Se puede observar el nivel más elevado es el indicador “Regular” con un porcentaje que oscila en (41%) del género femenino, conformado por el grupo de niñas, seguido el grupo de niños con un porcentaje de (38%). Esto corrobora que los estudiantes no están familiarizados con hábitos los cuales establezcan un tiempo para poder desarrollar alguna actividad física, asimismo no reconocen los beneficios de ellas, y

finalmente desconocen el problema que tienen en cuanto al exceso de masa corporal y el daño que les podría acarrear en un futuro. Aguilar y Yopla (2018), en sus datos, determina que el 86% de los adolescentes tiene un nivel muy bajo de actividad física, el 15% tiene un nivel bajo y el 81% de los niños evaluados tiene un nivel muy bajo y el 35% tiene un nivel muy bajo. En términos de salud mental, el 99% de los adolescentes evaluados se encuentran en un nivel muy bajo, el 0,5% en un nivel bajo y el 0,5% en un nivel medio. Los datos confirmaron que las mujeres tenían niveles más altos de actividad física y que los hombres eran más activos físicamente pero con un estado de ánimo positivo.

VI. CONCLUSIONES

Al culminar el estudio, se afirmó:

1. De acuerdo a los resultados obtenidos en la estadística y el desarrollo de la investigación se logró evaluar la educación física como componente de mejora ante la obesidad I.E. 00621 San Martin, 2021. Según los resultados obtenidos de la red Pearson, existe una relación moderada, que suele ser fuerte en 0,819 puntos, lo que indica que la educación física forma parte del desarrollo de la obesidad. Por la naturaleza de la relación que existe entre especies. Por lo cual la hipótesis de investigación fue aceptada, la cual propone una relación significativa en nuestras variables, por lo tanto en cuanto se desarrolle el área de formación deportiva, los cambios de reducción de masa corporal serán más frecuentes y explícitos en las destrezas de los estudiantes del nivel primario.
2. De acuerdo a los resultados obtenidos en la estadística y el desarrollo de la investigación se logró identificar el rendimiento sobre la educación física en estudiantes de la I.E. 00621 San Martin. Se logra corroborar que el (41%) de la muestra estudiada, está considera entre el nivel más alto del indicador "Regular" con un porcentaje de oscilación en el género femenino, que incluye un grupo de niñas y uno por ciento de niños (38%). Con estos datos estadísticos se puede demostrar que las habilidades y destrezas físicas que pueden manifestar los estudiantes están por debajo de las normas y estándares de educación básica general que demandan, por lo que aún se pueden identificar sus habilidades y destrezas en este campo de estudio.
3. De acuerdo a los resultados obtenidos en la estadística y el desarrollo de la investigación se logró determinar el nivel de obesidad en estudiantes de la I.E. 00621 San Martin. Se puede observar un nivel más alto cuando la "obesidad" es un cierto porcentaje que fluctúa en los hombres (59%),

constituido por un grupo de niños, seguido de un grupo de niñas (40%). Esta estadística puede confirmar que los estudiantes tienen sobrepeso de acuerdo a su edad y tamaño corporal, según indicadores aprobados por el Ministerio de Salud, para quienes el exceso de masa corporal hace alguna destreza de actividad física en el futuro.

4. De acuerdo a los resultados obtenidos en la estadística y el desarrollo de la investigación se logró determinar la relación entre las prácticas de educación física y la obesidad en estudiantes de la I.E. 00621 San Martín. Se logró determinar un nivel de significativo con un 0,819, por lo cual ambas variables están positivamente relacionadas, conforme a los datos obtenidos en la encuesta.

VII. RECOMENDACIONES

Para los actantes del entorno educacional, especializados en el proceso de enseñanza y aprendizaje en el área de educación física, se les hace la siguiente recomendación, buscando la óptima labor de sus sesiones, cuanto al tema y trabajo de “Rendimiento físico y la obesidad”, el actante de este trabajo de buscar incentivar, motivar y fomentar hábitos saludables, complementados con actividades físicas constantes en el desarrollo de la clase; este debe estar apoyado por algún programa, el cual esté estructurado con estrategias tanto para los maestros y los estudiantes que les facilite su labor en frente a casos con sobrepeso. Asimismo el maestro debe formalizar y convocar reuniones con los padres de familia, y determinar un sondeo de los hogares que impulsan y motivan a los pequeños a llevar una vida saludable, y explicarle los beneficios, además lo que traerá a futuro en el aprendizaje de los infantes.

Para el docente, tomar en cuenta en el desarrollo del proceso enseñanza y aprendizaje, cuando labora actividad física debe mantener la estrategia de la motivación y la participación activa, complementada con la práctica de una alimentación sana y responsable, donde puedan clasificar los alimentos, de acuerdo a las propiedades alimenticias, generando reacciones positivas a nuestro organismo. Además este trabajo también se debe buscar desarrollarlo en forma colectiva, para que sus aprendizajes sean complementados por las ideas, entendimientos y argumentos expuestos de todos sus compañeros de trabajo.

Asimismo, Los gestores y los actantes del proceso enseñanza y aprendizaje de la institución de la I.E. 00621 San Martín., debe de implementar actividades recreativas y de participación colectiva en sus programaciones anuales y de experiencias de aprendizaje, en la distintas áreas de la educación básica regular, donde tengan como objetivo buscar fortalecer y promover el favorecimiento del rendimiento físico y evitar el sobrepeso de los estudiantes. Además lograr la concientización de los padres de familia sobre las bondades de desarrollar el hábito deportivo. Estas actividades deben desarrollarse durante cada término de bimestre a través de “El día de logro”, ferias, concursos y etc. Actividades en el entorno escolar.

REFERENCIAS

- Aguilar, A. J. y Yopla, S. J. (2018). *Actividad física y bienestar psicológico de los adolescentes escolares*. Cajamarca - Perú.
- Ampuero, G. (2017). *Estado nutricional asociado al rendimiento académico en estudiantes de enfermería Técnica del Instituto Educativo Superior Tecnológico Público "Manuel Arévalo Cáceres"*. Los Olivos, 2017. Universidad César Vallejo , Lima . Lima: UCV. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/20070>
- Ariste, M. M; Caro, G. C y Matos O. M. (2018). *La actividad física y su relación con el índice de masa corporal en los alumnos del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa 30129 "Micaela Bastidas" del Tambo Huancayo-2018*. Huancayo - Perú.
- Ayhuasi, F. A. (2017). *Nivel de interés por la educación física en estudiantes del VII ciclo de la institución educativa secundaria emblemática Tawantinsuyo de la ciudad de desaguadero - 2017*. Puno - Perú.
- Castillo, N. K; Cid, R. F; Flores, V. C; Sandoval, E. F y Serry, T.E. (2016). *Motivación y obesidad en la clase de educación física y salud en estudiantes de sexto año básico de tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén*. Concepción - Chile.
- Ccahuana, Q. F. M. y Flores, H. A. E. (2019). *"La actividad física y el equilibrio en alumnos de primaria de la Institución Educativa particular santo domingo el predicador, San martín de Porres - 2018"*. Callao- Lima - Perú.
- CMED. (06 de mayo de 2013). *Causas de la diarrea*. Obtenido de https://www.cmed.es/actualidad/diarrea-causas-sintomas-y-prevencion_133.html
- Cristina, S. A. (2016). *Relación entre la actividad física, salud percibida, bienestar subjetivo, depresión y enfermedades crónicas en personas mayores*. León - España.
- Discapanet. (2018). *definición de enfermedad*. Obtenido de <https://www.discapanet.es/areas-tematicas/salud/enfermedades>
- Discapanet. (26 de 04 de 2019). *Definición de enfermedad*. Obtenido de

- <https://www.discapnet.es/areas-tematicas/salud/enfermedades>
- Editorial Definición MX. (14 de abril de 2014). *Definición de educación física*.
Obtenido de <https://definicion.mx/educacion-fisica/>.
- Fábrega, H. (1972). . *“Medical anthropology”*. *Biennial Review of Anthropology*.
- Falcón, O. (2020). *Las estrategias lúdicas y el desarrollo de la lateralidad en los estudiantes del segundo grado del nivel secundaria en el área de educación física de la Institución Educativa Santa Rosa, Tarapoto, 2019*. Universidad César Vallejo, Lima. Lima: UCV. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/45305/Falc%C3%B3n_AO-SD.pdf?sequence=8&isAllowed=y
- Fidias, G. A. (2012). *El proyecto de investigación*. Venezuela: Episteme.
- Fumadó, V. (2015). Definición de parasitosis intestinal. *Pediatría integral*, 58 - 65. Obtenido de <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-01/parasitos-intestinales/>
- González, M. J. (2014). *Epidemiología de la enfermedad crónica de los alumnos de educación física de la comunidad de Madrid en las etapas de ESO y Bachillerato*. Madrid - España.
- Heber, V. R. (12 de junio de 2016). *El nuevo currículo nacional y la educación física*. Obtenido de Educación.: www.educaccionperu.org
- Huaringa, S. (29 de 08 de 2016). *Cuál es la situación del deporte en el Perú*. Obtenido de Puntoedu: Pucp: <https://puntoedu.pucp.edu.pe/noticia/informe-de-puntoedu-sobre-la-situacion-del-deporte-en-el-peru/>
- Infantes, L. (2017). *Hábitos Alimentarios y Valoración Antropométrica en estudiantes de la Institución Educativa N° 80821 “Cesar Vallejo Mendoza” La Esperanza - Trujillo. Julio – Noviembre 2016*. Universidad César Vallejo, La Libertad. Trujillo: UCV. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11394/infantes_ul.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Labanda, O. M. (2015). *La actividad física y la prevención de la obesidad en los niños de la escuela Miguel Riofrio numero dos Loja*. Loja - Ecuador.
- Martínez, C. (2019). *Estado nutricional de la gestante adolescente y medidas antropométricas del recién nacido*. *Hospital Regional Docente de Trujillo 2018*. Universidad César Vallejo , La Libertad . Trujillo: UCV. Obtenido

- de
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36195/martinez_sc.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Minsalud. (02 de mayo de 2021). *Infecciones respiratorias agudas*. Obtenido de [https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/Infecciones-Respiratorias-Agudas-\(IRA\)](https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/Infecciones-Respiratorias-Agudas-(IRA))
- Morales, M. (2019). *PLAN DE FORTALECIMIENTO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA EN I.E. "SAN MARTIN DE PORRES" DIST. PORVENIR - TRUJILLO*. Universidad César Vallejo, La libertad. Trujillo: UCV. Obtenido de <https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/7954/BC-4328%20MORALES%20HINOSTROZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ñaupas, P.; Mejía, M.; Novoa, R. y Villagomez, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Bogotá - Colombia: Ediciones de la U.
- OMS. (2017). *Enfermedades no transmisibles*. Obtenido de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/>
- OMS. (2018). *Definición de diarrea*. Obtenido de <https://www.who.int/topics/diarrhoea/es/>
- OMS. (21 de setiembre de 2018). *Definición de enfermedad*. Obtenido de <https://www.significados.com/enfermedad/>
- Pereda, J. (2019). *Obesidad pregestacional como factor de riesgo para obtención de APGAR bajo al minuto de nacimiento en el Hospital Regional de Lambayeque*. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Lambayeque. Chiclayo: UNPRG. Obtenido de <https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/4088/BC-TES-TMP-2906.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pérez, C. (2019). *Perfil epidemiológico de la obesidad y el sobrepeso, principales comorbilidades en adultos, Hospital Referencial Ferreñafe 2018*. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Lambayeque. Lambayeque: UNPRG. Obtenido de <https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/4076/BC-TES-TMP-2894.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Salgado, A. .. (2017). *Manual de Investigación. Teoría y práctica para hacer la*

tesis según la metodología cuantitativa. Lima: Lima: Fondo Editorial de la Universidad Marcelino Champagnat, 2017.

Sánchez, P. (14 de 12 de 2016). *El papel de la educación física*. Obtenido de mundo de enrenamiento.: <https://mundoentrenamiento.com/beneficios-de-la-educacion-fisica/>

Significados.com. (22 de noviembre de 2019). *Definición de educación física*. Obtenido de <https://www.significados.com/educacion-fisica/>

Sigüenza, I. (13 de octubre de 2015). *Importancia de la educación física en la escuela*. Obtenido de <https://ined21.com/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela/>

Topdoctors. (15 de marzo de 2021). *Definición enfecciones de la piel*. Obtenido de <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/infecciones-cutaneas>



ANEXOS

UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO

FACULTAD DE DERECHO Y EDUCACION

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION FISICA



Encuesta

“Enfermedades que dificultan práctica de educación física en escolares del nivel primario de una ii. ee rural de san Ignacio, 2020”

I. Instrucciones: El propósito de este dispositivo anónimo es recopilar información real sobre el estado de salud de un estudiante de primaria, lo que nos permitirá lograr nuestro objetivo. Usando la escala de abajo, marque la opción apropiada para cada declaración con "X":

- **Nunca (1) malo**
- **Casi nunca. (2) regular**
- **A veces (3) bueno**
- **Siempre (4) excelente**

II. DATOS ESPECÍFICOS:

1. ¿El calentamiento que realiza el niño (a) es?

- a) malo b) regular c) bueno d) excelente

2. ¿El peso que tiene el niño(a) con respecto a su edad es?

- a) malo b) regular c) bueno d) excelente

3. ¿La talla que tiene el niño con respecto a su edad es?

- a) malo b) regular c) bueno d) excelente

4. ¿La Flexibilidad que tiene el niño con respecto a su edad es?

- a) malo b) regular c) bueno d) excelente

5. ¿La resistencia que tiene el niño en las diferentes pruebas de educación física es?

- a) malo b) regular c) bueno d) excelente

6. ¿La fuerza que tiene el niño con respecto a las pruebas de educación física es?

- a) malo b) regular c) bueno d) excelente

7. ¿La velocidad que muestra el niño con respecto a su edad es?

- a) malo b) regular c) bueno d) excelente

8. Con respecto al rendimiento en la prueba de salto es?

- a) malo b) regular c) bueno d) excelente

9. Con respecto a la prueba lanzamiento de bala y jabalina es?

- a) malo b) regular c) bueno d) excelente

Muchas gracias por su colaboración.