Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Universidad del Perú. Decana de América
Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Física

La práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la Escuela Profesional de Educación Física de la UNMSM, año 2022

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Física

AUTOR

Ronaldinho JACINTO RAYMUNDO

ASESOR

Dr. Mitchell Alberto ALARCON DIAZ

Lima, Perú

2023

Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Jacinto, R. (2023). *La práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la Escuela Profesional de Educación Física de la UNMSM, año 2022.* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación Física]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Ronaldinho Jacinto Raymundo
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	63400488
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-0116-0642
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Mitchell Alberto Alarcon Diaz
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	09728050
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-0027-5701
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Hernando Diaz Andia
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	06045204
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Carlos Wyly Dextre Mendoza
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	10389035

Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Richard William Sandoval Magalhaes
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	06019634

Datos de investigación	
Línea de investigación	Pedagogía y didáctica
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Autofinanciado
Ubicación geográfica de la investigación	Universidad Nacional Mayor de San Marcos País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Lima Latitud: -12.05642315 Longitud: -77.0843326901621
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2022 - 2023
URL de disciplinas OCDE	Educación general http://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.03.01

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA
"Carlos Cáceres Álvarez"

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS
N° 009-2023-EPEF-FE/UNMSM

En la ciudad de Lima, a los 25 días del mes de setiembre de 2023, siendo las 11:00 horas, se reunió en acto público el Jurado Examinador para la sustentación de la Tesis titulada: **"LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, AÑO 2022', que presenta el Bachiller RONALDINHO JACINTO RAYMUNDO,** para optar el **Título Profesional de Licenciado en Educación Física.**

Luego de la exposición y absueltas las preguntas del Jurado Examinador se procedió a la calificación individual y secreta, habiendo sido evaluado EXCELENTE., con la calificación de DIECINUEVE. (..19.).

Como testimonio del acto realizado, cada uno de los miembros del jurado procedió a suscribir la presente ACTA para que sea remitida a las instancias correspondientes, a fin de que se expida previo trámite administrativo, el diploma que acredite al bachiller como Licenciado en Educación Física.

En señal de conformidad, siendo las ..11.:50... horas se suscribe la presente acta, dándose por concluido el acto.

Dr. HERNANDO DIAZ ANDIA
Presidente

Dr. MITCHELL ALBERTO ALARCON DIAZ
Asesor

Dr. CARLOS WYLY DEXTRE MENDOZA
Jurado Informante

Mg. RICHARD WILLIAM SANDOVAL MAGALHAES
Jurado Informante

Escaneado con CamScanner

CERTIFICADO DE SIMILITUD

RESOLUCIÓN RECTORAL-002616-2023-R/UNMSM
Adenda: RESOLUCIÓN RECTORAL-007284-2023-R/UNMSM

Yo **Mitchell Alberto Alarcon Diaz** en mi condición de asesor acreditado con la Dictamen N°014-2023-EPEF-FE/UNMSM de la tesis de investigación, cuyo título es "LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, AÑO 2022.' , presentado por el bachiller **Ronaldinho JACINTO RAYMUNDO** para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Física, **CERTIFICO** que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante el software de similitud textual, el documento evaluado cuenta con el porcentaje de 12 % de similitud, nivel **PERMITIDO** para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional.**

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del grado/ título/ especialidad correspondiente.

Firma del Asesor _____ DNI: 09728050

Nombres y apellidos del asesor: Mitchell Alberto Alarcon Diaz

Dedicatoria

Dedico esta tesis agradeciendo a Dios, resaltando en especial a mi querida madre Guillerma Raymundo Tadeo que me acompaña desde el cielo, a mi padre y hermanos que me brindaron su respaldo en este camino académico.

Resumen

El objetivo general de la investigación es determinar la relación entre la práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022. Basada en una metodología de enfoque cuantitativo, tipo de investigación básica, diseño descriptivo correlacional, no experimental y específicamente transeccional o transversal, el método utilizado es el hipotético deductivo. Contiene una población de 103 estudiantes de educación física de quinto año y con una muestra de 82 de los mencionados los cuales fueron seleccionados con muestreo probabilístico aleatorio simple, la técnica de aplicación fue la encuesta y el instrumento el cuestionario. Los resultados fueron presentados en tablas y gráficos, el resultado descriptivo indica que, alrededor del 80% de los estudiantes tienen una practica deportiva adecuada al igual que una formación integral y el resto de forma moderada, el resultado inferencial indica que ambas variables tienen una relación directa. Se concluyó que existe relación directa entre las variables de esta investigación.

Palabras claves: Práctica deportiva, formación integral, educación física.

Abstract

The general objective of the research is to determine the relationship between sports practice and the integral formation of fifth year students of the professional school of physical education of the UNMSM, year 2022. Based on a quantitative approach methodology, basic research type, descriptive correlational design, non-experimental and specifically transectional or transversal, the method used is the hypothetical deductive. It contains a population of 103 fifth year physical education students and a sample of 82 of those mentioned, which were selected with simple random probability sampling, the application technique was the survey and the instrument was the questionnaire. The results were presented in tables and graphs, the descriptive result indicates that about 80% of the students have an adequate sports practice as well as an integral formation and the rest moderately, the inferential result indicates that both variables have a direct relationship. It was concluded that there is a direct relationship between the variables of this research.

Key words: Sport practice, integral formation, physical education.

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE EDUCACIÓN
VICEDECANATO ACADÉMICO

ÍNDICE

Pág.

Dedicatoria ii
Resumen iii
Abstrac iv
Índice v
Índice de tablas vii
Índice de figuras viii
Introducción ix

I. Introducción
1.1. Planteamiento del problema 12
1.1.1. Determinación del problema 12
1.1.2. Formulación del problema 17
1.2. Objetivos de investigación 18
1.2.1. General 18
1.2.2. Específicos 18
1.3. Justificación o importancia 19
1.4. Limitaciones de la investigación 20

II. Revisión de la literatura
2.1. Marco teórico 22
2.2. Antecedentes del estudio 22
2.3. Bases teóricas 28
2.4. Definición de términos 44

III. Hipótesis y variables

3.1. Hipótesis ……. 46

3.2. Variables ……. 47

3.3. Operacionalización de las variables ……... 48

IV. Materiales y métodos

4.1. Áreas de estudio …….. 50

4.2. Diseño de investigación …….. 50

4.3. Población y muestra ……..... 52

4.4. Procedimientos, técnicas e instrumentos de recolección de información …… 53

4.5. Análisis estadístico ……. 57

V. Resultados

5.1. Presentación y análisis de los resultados …… 59

VI. Discusión ……. 77

VII. Conclusiones y recomendaciones ……. 81

Referencias bibliográficas ……... 86

Anexos ……... 96

Índice de tablas

			Pág.
Tabla	**1**	Operacionalización de la primera variable …….	48
Tabla	**2**	Operacionalización de la segunda variable ……	48
Tabla	**3**	Población de estudiantes del quinto año de la EPEF – UNMSM ……...	52
Tabla	**4**	Muestra seleccionada de estudiantes del quinto año de la EPEF – UNMSM …….	53
Tabla	**5**	Ficha técnica del instrumento práctica deportiva ……...	54
Tabla	**6**	Ficha técnica del instrumento formación integral ……..	55
Tabla	**7**	Validez del instrumento práctica deportiva ……	55
Tabla	**8**	Validez del instrumento formación integral ……...	56
Tabla	**9**	Fiabilidad del instrumento práctica deportiva ……	56
Tabla	**10**	Fiabilidad del instrumento formación integral ……...	56
Tabla	**11**	Niveles de la variable práctica deportiva ……	59
Tabla	**12**	Niveles de la dimensión práctica deportiva educativa ……...	60
Tabla	**13**	Niveles de la dimensión práctica deportiva recreativa ……...	61
Tabla	**14**	Niveles de la dimensión práctica deportiva competitiva ……	62
Tabla	**15**	Niveles de la variable formación integral ……...	63
Tabla	**16**	Niveles de la dimensión cognitiva ……..	64
Tabla	**17**	Niveles de la dimensión social ……...	65
Tabla	**18**	Niveles de la dimensión emocional ……	66
Tabla	**19**	Niveles de la dimensión físico ……	67
Tabla	**20**	Niveles de la dimensión estética …….	68
Tabla	**21**	Niveles de la dimensión espiritual ……..	69
Tabla	**22**	Contrastación de hipótesis general …….	70
Tabla	**23**	Contrastación de la primera hipótesis específica ……	71
Tabla	**24**	Contrastación de la segunda hipótesis específica ……...	72
Tabla	**25**	Contrastación de la tercera hipótesis específica …….	73
Tabla	**26**	Contrastación de la cuarta hipótesis específica ……..	74
Tabla	**27**	Contrastación de la quinta hipótesis específica ……..	75
Tabla	**28**	Contrastación de la sexta hipótesis específica ……	76

Índice de figuras

			Pág.
Figura	**1**	Niveles de la variable práctica deportiva …….	59
Figura	**2**	Niveles de la dimensión práctica deportiva educativa …….	60
Figura	**3**	Niveles de la dimensión práctica deportiva recreativa ……	61
Figura	**4**	Niveles de la dimensión práctica deportiva competitiva …….	62
Figura	**5**	Niveles de la variable formación integral ……	63
Figura	**6**	Niveles de la dimensión cognitiva ……...	64
Figura	**7**	Niveles de la dimensión social ……	65
Figura	**8**	Niveles de la dimensión emocional …….	66
Figura	**9**	Niveles de la dimensión físico …….	67
Figura	**10**	Niveles de la dimensión estética ……..	68
Figura	**11**	Niveles de la dimensión espiritual ……...	69

Introducción

En el estudio titulado "La Práctica Deportiva y la Formación Integral de estudiantes de quinto año de la Escuela Profesional de Educación Física de la UNMSM, Año 2022", el objetivo principal a investigar es la determinación de relación entre las variables propuestas. La perspectiva primordial de este trabajo se concentra en la importancia de la formación integral para los educadores y cómo la participación en actividades deportivas puede desempeñar un papel significativo en este proceso.

La tesis se estructura en siete capítulos que abarcan los siguientes aspectos:

1. El primer capítulo aborda la presentación del problema de investigación, la definición de los objetivos, la justificación de la relevancia del estudio y la identificación de las restricciones del proyecto.

2. El segundo capítulo se dedica al análisis del marco teórico, incluyendo la revisión de los antecedentes de la investigación, la presentación de las bases teóricas y la definición de los conceptos clave utilizados en el estudio.

3. En el tercer capítulo se presentan las hipótesis de investigación, se describen las variables en estudio y se elabora la matriz de operacionalización de dichas variables.

4. El cuarto capítulo se enfoca en las áreas de estudio, el diseño de la investigación, la selección de la población y la muestra, así como en los métodos, técnicas e instrumentos empleados para la recolección de datos, además de ofrecer una descripción detallada del análisis estadístico utilizado.

5. El quinto capítulo se centra en la presentación y análisis minucioso de los resultados obtenidos en la investigación.

6. En el sexto capítulo, se profundiza en la discusión de los hallazgos y resultados de la investigación.

7. Por último, en el séptimo capítulo, se desarrollan las conclusiones derivadas del estudio y se proporcionan recomendaciones para futuras investigaciones en esta área.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema

1.1.1. Determinación del problema

A nivel mundial el deporte es un fenómeno impactante y abrumadora en la sociedad, la llegada e influencia que tiene en cada persona suele cambiar la estructura social, educativa e incluso familiar al intervenir en niños, adolescentes, jóvenes o adultos. El deporte es partícipe de alguna manera ya sea de forma directa o indirecta en la vida de cada persona, cuando hablamos de la práctica deportiva está estrechamente relacionada a cada comunidad social y en este caso de la investigación también en la formación integral de los jóvenes universitarios, talvez en su práctica y dedicación un deporte sobresalga más que otros pero siempre está presente, y al decir práctica deportiva no sólo nos referimos al fútbol, vóley u otro similar sino también a toda actividad física; Así pues, se considera al deporte a diversas actividades que sean básicas o complejas, que ejerzan movimiento a través de la lúdica con el objetivo de superar metas a nivel personal o colectivo (Granados citado por Robles, 2009).

En la actualidad las universidades priorizan más las demandas del mercado laboral que las demandas que necesita la sociedad, hoy en día los egresados de las universidades tienen dificultades para desarrollarse en el mundo laboral, se debería tener una formación profesional ala altura de la sociedad actual y futura, eso significa entender lo amplio y complejo que es el mundo y tener las capacidades para poder darles solución y darle sentido a la educación (Alfonso citado por Méndez, 2018).

El gran crecimiento en el ámbito educativo, afectivo, social y sobre todo formativo llevaron la práctica del deporte a estar impregnadas en la vida de cada persona al fomentar una formación íntegra, ya sea dedicándose como deportista profesional de algún deporte, como entrenadores, personal médico, representantes o como en su gran mayoría siendo aficionados. Entonces si el

deporte y su práctica parece ser tan influyente y además necesaria para que el estudiante universitario tenga una formación integral habría que preguntarse el porqué del crecimiento, masificación y manifestación de resultados se da en diferentes niveles en cada nación.

A nivel de región, América Latina a encontrado en el deporte al gran aliado para cambiar la sociedad, el Banco de desarrollo de América Latina (CAF) por parte de la red del deporte para el desarrollo de América Latina en alianza con diversas organizaciones como UNICEF fue fomentando diversos proyectos como "deporte para el desarrollo" incentivando la participación en actividades deportivas entre niños y adolescentes latinoamericanos que enfrentan condiciones sociales desfavorables es una iniciativa importante. Más allá de los efectos positivos en la salud, el deporte desempeña un papel fundamental en la formación de ciudadanos con valores y en la promoción de la inclusión social. El deporte actúa como un catalizador para estimular y cultivar una educación integral, lo que lo convierte en un enfoque efectivo para promover valores y mejorar la calidad de vida. (Oteyza, 2017).

A nivel del país, el Perú es una sociedad en la que también se practica el deporte y cabe señalar que en gran magnitud pues se entiende que trae beneficios no sólo físicos sino también en el aspecto psicológico, emocional, social y afectivo es decir conduce a una formación integral que por ende hay un mejor desenvolvimiento y crecimiento académico por parte los estudiantes universitarios. Así pues, su práctica es una dimensión que brinda de forma completa a una formación integral pues a partir del deporte se forma el carácter y la disciplina lo cual conlleva a tener también una autoexigencia académica y profesional (Bobadilla, 2015).

Es importante resaltar también de la gran oportunidad que tuvo nuestro país en la organización de los juegos Panamericanos, uno de los eventos deportivos más importantes de América cuya repercusión fue sensacional y de gran magnitud en el año 2019 por el impulso que

generó en la población en muchos ámbitos socioculturales y participación de muchos estudiantes universitarios.

Según una encuesta presentado por la revista El comercio–IPSOS realizada a los pobladores de Lima sobre sus expectativas antes del inicio de los Panamericanos dieron como resultado que este magno evento traería muchos beneficios a nuestro país, el 47% refiere a nuevas oportunidades para que tanto niños como jóvenes estén inmersos en deportes, así mismo el 27% dice que uno de los puntos más beneficiosos sería el aumento del turismo y en consecuencia beneficios económicos para el país, dejará también como legado una mejor infraestructura para el 26% de los limeños una gestión que lamentablemente carece de inversión por parte del estado y por último un 21% de encuestados pensaron que dejaría mejores oportunidades para las personas con discapacidad fomentando la igualdad y equidad (El comercio, 2019).

La práctica físico-deportiva tienen beneficios físicos y psicológicas, los ejercicios cardiorrespiratorios fortalecen el corazón y los pulmones, también permite liberar el estrés influyendo de manera positiva en el estado de ánimo y el rendimiento académico elevando así la autoestima. La salud de los adultos será mucho mejor debido a que practicaron actividades físico-deportivas desde niños creando así un hábito saludable que condicionaron que los huesos sean más fuertes y los músculos más desarrollados, esto permite tener una mejor calidad de vida (Huaringa, 2016).

Fomentar y proporcionar la práctica deportiva de forma descentralizada es uno de los problemas comunes de nuestro país, podemos inferir que la política de estado o plan para masificar y divulgar el deporte a largo plazo es insuficiente, por ello el ministerio correspondiente debe realizarlo de forma óptima y sobre todo transparente.

Los estilos de vida son diversos y depende de las condiciones sociales y económicas del entorno en que se desarrollan, en el Perú se tiene un grave problema de salud pública, donde la gran mayoría de la población tiene una estructura de vida sedentaria, donde el 35.2% de los peruanos mayores de 15 años sufren de sobrepeso y obesidad (58.2% son mujeres) y el 61.6% viven en la costa peruana (Endes citado por Huaringa, 2016).

En el contexto local, Lima capital del país es donde se manifiesta la mayor masificación de la práctica deportiva donde se presenta casi todos los eventos deportivos además de contar con mayor accesibilidad a instalaciones y recursos, caso que a lo mejor no se evidencia en el interior del país pues no se disfruta de los mismos servicios y beneficios que se brinda en la capital limeña. La investigación se realiza en la prestigiosa Universidad Nacional Mayor de San Marcos por medio de los estudiantes de la carrera de Educación Física, teniendo como antecedente que se realizaron eventos recientes en la capital como los "Juegos Panamericanos Lima 2019" como la principal, donde algunos estudiantes fueron parte del staff en los diferentes roles de la organización y basándonos también que el deporte está relacionado a la educación física.

Por parte de los estudiantes, se observa la siguiente situación, muchos de ellos e incluso en su mayoría están dejando de lado esta práctica deportiva continua que llevaban anteriormente por una combinación de factores tales como estabilidad económica, alta exigencia de estudios y limitación de tiempo. La mayoría de los estudiantes trabaja para cubrir sus gastos personales durante la carrera, además cumplir con las responsabilidades académicas que genera que los estudiantes acorten tiempos de práctica físico-deportiva.

Por parte de la Escuela Profesional de Educación Física, la malla curricular podría ser mejorada con la implementación de más espacios para talleres deportivos y recreacionales de libre elección donde compense la reducción de la práctica deportiva de los estudiantes. Si se contara

con el incremento y regularidad de estos espacios tal vez se podría evidenciar mejores resultados en la formación de los futuros docentes.

Regresando a lo mencionado sobre los juegos panamericanos organizado en nuestro país, los estudiantes que asistieron a este evento tuvieron que ausentarse en algunas materias por el cruce de horarios, y otros desistieron al evento por priorizar sus estudios. Tal vez se pudo presentar una mejor proyección respecto a este evento de gran magnitud pues tendrían un gran impacto en ellos justamente porque se busca una formación integral y para ello es necesario que los estudiantes vivan nuevas experiencias significativas, por el hecho de que están relacionados directamente al deporte y a la actividad física.

Por ello nuestra escuela podría fomentar el incremento de más alianzas o convenios con entidades públicas o privadas donde se integre a todos los estudiantes para experimentar estos eventos deportivos nacionales y porque no internacionales. Mediante esto se fomentaría una visión panorámica mucho más amplia que beneficiaría a los estudiantes y a la escuela, donde al convivir en estas experiencias significativas complementaría la línea teórica que brinda la escuela en su formación.

A través de todo lo expuesto podremos conocer la relación que tiene las variables de este estudio, basadas en las evidencias previas del ámbito deportivo, las recientes experiencias en los Panamericanos, la pandemia que duramente golpeó a los estudiantes y entre otros factores que se mencionó, se espera realizar una investigación plena y sobre todo objetiva pues la casa universitaria se caracteriza por tener un pensamiento crítico, reflexivo y de análisis en busca de resultados que contribuyan a futuras investigaciones.

1.1.2. Formulación del problema

Problema general

¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?

Problemas específicos

- P1. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación cognitiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?
- P2. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación social de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?
- P3. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?
- P4. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación físico o corporal de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?
- P5. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación estético o artístico de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?
- P6. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación espiritual de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?

1.2. Objetivos de investigación

1.2.1. Objetivo General

Determinar la relación entre la práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022

1.2.2. Objetivos Específicos

- O1. Identificar la relación entre la práctica deportiva y la formación cognitiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- O2. Examinar la relación entre la práctica deportiva y la formación social de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- O3. Analizar la relación entre la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- O4. Examinar la relación entre la práctica deportiva y la formación físico o corporal de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- O5. Estimar la relación entre la práctica deportiva y la formación estético o artístico de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- O6. Estimar la relación entre la práctica deportiva y la formación espiritual de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.

1.3. Justificación o importancia

1.3.1. Justificación teórica

Las conclusiones de esta investigación permitirán reflexionar y plantear nuevas visiones e ideas sobre el perfil del estudiante de Educación Física en el ámbito educativo-deportivo, mediante la relación de la práctica deportiva con la formación integral del estudiante y las repercusiones que se fomenta en muchos ámbitos de sus vidas, dicha investigación se sustenta en un marco teórico para dar veracidad y reforzar los conocimientos que tratan la práctica deportiva como un fenómeno que mueve gran cantidad de personas hacia un camino de progreso, por supuesto que habrá también teorías que a lo mejor no estén de acuerdo o contradigan lo expuesto en esta investigación, lo que se busca es comprobar esta relación entre las variables, con los resultados obtenidos dirigirse a la escuela a tomar en cuenta la perspectiva planteada en la malla curricular, además de dejar información científica a investigaciones futuras.

1.3.2. Justificación práctica

El resultado de esta investigación podrá ser tomada como orientación para futuras investigaciones acerca de temas relacionados, involucrarse en el fomento y masificación de la práctica deportiva hacia los estudiantes, ya sea por medio de cursos o talleres electivos en los que sean partícipes y así estimular la actividad física y el deporte que es la herramienta principal para la salud y educación que nos conduce a una calidad de vida, plantear y ejecutar convenios con entidades relacionadas al deporte o integrarse a proyectos donde contribuya grandes experiencias profesionales para los estudiantes no sólo en el interior del país sino en el extranjero. Del mismo modo, implementar un enfoque de enseñanza-aprendizaje con el propósito de elevar el desempeño académico y la interacción social, es decir, un método que promueva un aprendizaje completo.

1.3.3. Justificación metodológica

La investigación tiene como propósito conocer la relación entre la práctica deportiva y el aprendizaje integral, tienen una base científica teórica en los antecedentes y fuentes citadas principalmente y sustento práctico en el proceso de aplicación del instrumento. Corresponde al enfoque cuantitativo de la línea de estudio pedagogía y didáctica, se hizo el planteamiento del problema basado en la pirámide del contexto mundial, región-país y local que será el punto de partida para la investigación, se menciona también las respectivas dimensiones de cada variable, además se presentó la validación y fiabilidad de los instrumentos como fundamento para realizar la aplicación de campo y obtener los resultados estadísticos. Todo ello con el objetivo de ayudar a otras investigaciones académicas de educación física e incluso a otras áreas que puedan servir para plantear nuevos enfoques de enseñanza y poder tener egresados con mayor conocimiento y experiencia profesional.

1.4. Limitaciones de la investigación

A continuación, se mencionan las limitaciones en este estudio:

- Respecto a la inversión del estudio, esta investigación no tiene remuneración económica o algún apoyo de la misma índole que haya fomentado la ampliación de la investigación.
- Limitadas investigaciones previas con enfoque al tema a nivel del país que pudieran ser de ayuda como fuente o antecedente de estudio e información, como si la hay a nivel mundial acerca del tema expuesto.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 Marco teórico

En esta investigación se busca determinar la existencia de relación entre las variables de esta investigación, para ello se medirá la variable practica deportiva presentada por Palomino (2021) quien refiere que ésta practica beneficia gratamente para un mejor rendimiento cognitivo en los estudiantes, es decir que canaliza y equilibra la estabilidad física y emocional durante los años de estudios. Así mismo en la variable formación integral Soacha (2018) menciona que para brindar una educación de calidad los futuros docentes deben ser formados acorde al contexto actual y proyectados a la educación futura, con enseñanzas que les permitan tener una amplia variedad de herramientas pedagógicas pues son aquellos docentes que formarán a futuras generaciones. Mediante estas fuentes principales mencionadas se podrá comprobar la relación de dichas variables, lograron adquirir los aprendizajes necesarios y suficientes para su formación profesional.

2.2. Antecedentes del estudio

2.2.1. Antecedentes internacionales

Acosta (2022) en su artículo pretende lograr como objetivo identificar los diferentes aportes y beneficios de esta actividad en la formación íntegro del alumnado. La metodología empleada fue el análisis y revisión de contenido documental y tuvo un enfoque cualitativo, la población por parte de esta investigación estuvo basada en noventa archivos documentarios de publicaciones científicas. Obtuvo como conclusión principal que la práctica deportiva aporta en el desarrollo psicológico, cognitivo y social de la persona. Esta investigación aportará en su descripción de enunciados donde la práctica deportiva fomenta a diferentes aspectos de la formación integral de los estudiantes.

Mena y Perdomo (2019) en su investigación propuso como objetivo mejorar la formación ciudadana-social mediante la práctica deportiva en sesión de enfoque educativo. La metodología utilizada fue con instrumento y técnicas investigativas cualitativas con una entrevista semiestructurada y observación no participativa, la población fue conformada por 22 adolescentes y jóvenes entre varones y mujeres con una muestra de 17. Obtuvo como conclusión que mediante el proceso de práctica deportiva se fomenta la resolución de conflictos, participación activa, integración e inclusión mejorando la formación social. Este trabajo apoyará en sus resultados pues relaciona que mediante las prácticas deportivas se puede mejorar la convivencia social.

Ulloa y Pérez (2018) en su tesis propuso como finalidad conocer si se encuentra un nexo entre las variables investigadas. La metodología utilizada fue de estudio tipo cuantitativo, comparativo y descriptivo aplicando un cuestionario POMS, la población fue conformada por 178 estudiantes de entre 19 y 27 años y una muestra de 36 del mismo. Obtuvo como conclusión que mediante la frecuente practica de actividad físico-deportiva tiene una influencia positiva y equilibrada en el estado emocional de los estudiantes. En cuanto al aporte de esta investigación beneficiará en dar estructura teórica de fundamentación sobre los índices positivos de mejora en la formación emocional por medio de la práctica deportiva.

Ramírez, Raya y Ruiz (2018) en su artículo propuso como objetivo confirmar si los estudiantes que mantienen una práctica físico-deportiva tendrían un mejor autoconcepto corporal. La metodología utilizada fue diversos cuestionarios con escala de estrés percibido, AF5, y escala de Ryff, contó con una población de 30 estudiantes entre 18 a 25 años y una muestra de la misma cantidad. Obtuvo como conclusión que la practica físico-deportivo trae muchos beneficios como la mejora de su imagen corporal. Este estudio aportará en la reflexión sobre como la practica deportiva lleva a un mejor autoconcepto físico.

Guevara (2021) en su artículo propuso como objetivo diagnosticar el estado de expresión corpórea y el aporte de estas actividades en la formación del estudiante. La metodología empleada fue la revisión documental y entrevistas, la población fue basada en artistas, los entrenadores, promotores culturales y por supuesto los atletas de la facultad. Como conclusión obtuvo que las actividades culturales y deportivas tienen un impacto bastante positivo en diversos niveles del estudiante. Este trabajo apoyara a la teoría de este estudio de que la práctica de actividades culturales y deportivas benefician la expresión corporal.

Peña (2022) en su artículo propuso como objetivo realizar un análisis de la cultura deportiva como fuente de valores en la formación de estudiantes. Utilizó la metodología cualitativa con un diseño de enfoque de teoría fundamentada además usó instrumento de recolección de datos analíticos con una entrevista semiestructurada, la población fue basada por 67 estudiantes de cuarto y quinto año. Obtuvo como conclusión que la práctica deportiva promueve y fortalece los valores humanos así mismo establece principios de identidad propia. Este estudio aportará a reforzar la idea de este trabajo donde los valores son un fundamento indispensable en la formación espiritual de un profesional.

López et al (2021) en su investigación propuso como objetivo conocer e identificar los valores favorables que lleven a impregnar en el aprendizaje de los jóvenes y analizar el efecto que haya causado en su participación como deportistas y en su vida personal. La metodología empleada en este artículo es de manera empírica, con un conjunto total de 318 integrantes de edad estándar de 8 a 17 años, la muestra tuvo la participación de jóvenes que se dedican al deporte y entrenadores. Dicha investigación tubo como conclusiones importantes que el deporte y toda actividad física lleva a que las personas desarrollen valores que fomentan la interacción social y que el deporte formativo es imprescindible para un desarrollo completo en la educación de las personas ya que

no sólo trae beneficios físicos sino también aspectos cognitivos y sociales. El aporte por parte de esta investigación hacia mi trabajo es que será de respaldo para reforzar mis teorías el cual considera a priori similares conclusiones acerca del deporte y sus beneficios en el desarrollo de cada persona.

Ponce et al (2020) en su artículo propuso como objetivo precisar las posibles causas del contexto social que mas influencia tiene en el desarrollo de la identidad y su control emocional. El método científico utilizado es el diseño empírico y asociativo no experimental, con una población de 174 deportistas entre mujeres y varones de entre los 15 y 35 años donde la mayoría son varones con una muestra de 16 deportes. Como conclusión se llegó a que el deportista comprende que el entrenador y/o docente tienen un papel importante ya que son ellos que los lleva a desarrollar y construir una formación integral, por su lado la participación de los rivales fomenta a estar preparados y listos a afrontar desafíos imprevistos. El aporte que este estudio brindará es conocer los diversos contextos que se presentan en la sociedad y como el deporte puede intervenir en ello para un optimo desarrollo en los estudiantes.

Obispo (2022) en su tesis propuso como objetivo analizar si el tránsito durante la universidad tiene valores educativos y fomenta un cambio importante en su formación integral. Se usó una metodología mixta con diseño sin manipulación, transversal y también correlacional, la población participada fueron estudiantes universitarios de educación y la muestra comparativa en dos subpoblaciones en cuanto a su tipo de formación. Obtuvo como conclusiones que se debe tener conocimientos teóricos-prácticos, pero también valores humanísticos y que el docente no debe únicamente pasar información a los alumnos sino fomentar la transformación de la persona a ser un ciudadano que contribuya a la sociedad. El enfoque que brinda esta investigación llevará a observar la perspectiva de la formación integral y sus características.

2.2.2. Antecedentes nacionales

Romero (2019) en su tesis de maestría propuso la finalidad de encontrar la existencia de relación entre ambas variables. La metodología empleada ha sido la descriptiva correlacional con recolección de datos, aplicados con un cuestionario en escala de Likert además del análisis documental, estuvo conformado por una población de 27 estudiantes entre varones y mujeres del sexto ciclo, con una muestra de la misma cantidad. Obtuvo como conclusión que hay una relación bidireccional entre estas variables de investigación y por ende, existen beneficios de practicar actividad deportiva hacia la mejora de una formación cognitiva e incluso un mejor rendimiento académico. El resultado de dicho trabajo aportará a reforzar en cierta medida la teoría planteada en este estudio.

Gallardo, Fuentes, Oré y Blas (2021) en su investigación propuso como objetivo describir las actitudes de dichos alumnos hacia la actividad física y deporte. Usando como metodología tipo observacional y descriptivo teniendo como población total 546 estudiantes. Como conclusión obtuvo que los estudiantes de esta carrera presentan en mayoría una inclinación neutra hacia la actividad física y deporte es decir que le dan la importancia mínima. Esta investigación aportará información sobre las actitudes que muestran los alumnos sobre el deporte y la actividad física en esta universidad para tratar de hacer un análisis comparativo con la población de mi trabajo científico y plantear ciertos métodos de estudio que lleven a ejecutar beneficios en el desarrollo íntegro de los estudiantes.

Gutiérrez (2018) en su investigación propuso como objetivo hallar los motivos por las cuales el Gobierno peruano ha dejado en un segundo plano al desarrollo y masificación de la cultura deportiva dentro de la sociedad. La metodología realizada en esta investigación es análisis de datos informativos donde se busca examinar la experiencia del país entre el desarrollo

planificado y éxito que se generó, en cuanto a la población y muestra serán ejemplificados con la búsqueda de diferencias de dos países vecinos con nuestro país como Chile y Colombia. Obteniendo como conclusión que el deporte peruano carece de una política de estado e infraestructura de manera descentralizada acorde a las necesidades de la sociedad. Esta investigación tendrá un aporte de la rama de gestión deportiva pues brinda información valiosa acerca de la política referida al crecimiento del deporte, además nos ayuda comprender porque no hay un hábito de practica físico-deportiva en nuestra sociedad.

Montalvo (2021) en su tesis propuso como objetivo interpretar la educación integral. La metodología empleada es cualitativa con método de investigación con documental y realizando entrevistas, la muestra usada es intencional y de tipo teórica. Como conclusión menciona que el estudiante universitario debe desarrollar capacidades afectivas y emocionales además de las intelectuales. Como aporte contribuirá a mi investigación ya que también se debe priorizar dichos aspectos en su conclusión.

Manrique (2018) en su investigación propuso como objeto de indagación puntualizar los elementos educativos en relación con la formación integral. Utilizó el enfoque cualitativo descriptivo con análisis documental, la población será tomada con referencia a los estudiantes de centros preuniversitarios. Se concluyó que estos colegios preuniversitarios son un obstáculo para una educación estudiantil íntegra ya que no cuentan con alguna teoría pedagógica. Esta investigación podrá aportar en aquellos parámetros de razones de las cuales algunos estudiantes carecen de desenvolvimiento social al ingresar a las universidades.

2.3. Bases teóricas

2.3.1. Bases teóricas de la variable práctica deportiva

2.3.1.1 Definición de la variable práctica deportiva

La intervención de la práctica deportiva se ha convertido en una variable de estudio sumamente importante en el mundo deportivo y formativo e incluso en cualquier ámbito, contexto y tiempo en el que nos situemos porque, así como pasan los años, el deporte y la actividad física ha evolucionado conforme al contexto social por su práctica e importancia, por ello es necesario conocer la definición de esta palabra que según la literatura es difícil dar un concepto exacto y único. La práctica deportiva es cualquier actividad física el cual consiste en realizar diferentes movimientos músculo esqueléticos de forma controlada donde este manifiesto depende de la habilidad de cada persona por medio de interacción con el medio social que los rodea teniendo en cuenta que hay normas establecidas. (Castejón citado por Robles, 2009).

La práctica deportiva es expresada como un fenómeno social y cultural que interviene en el actuar de una sociedad pues demuestra valores mediante una socialización durante el transcurso del tiempo ya que sirve como fomento de desarrollo y crecimiento social (Bravo y Escobar, 2013). Mediante esta definición se entiende el valor del deporte manifestando conexión social, a pesar de que pasa el tiempo sigue teniendo influencia en las personas y en su desarrollo, y además se identifica fácilmente mostrando actividades lúdicas que lleven al disfrute al ser humano.

Como otra definición se da a entender que no hay un término limitado y específico en el cual el deporte esté encasillado, por el contrario, la información se amplía con la evolución de la sociedad y esto debido a que cada vez tiene mas repercusiones. A partir de lo comentado se define la práctica deportiva como las actividades que se caracterizan por la ejecución de ejercicios físicos en donde se da un enfoque competitivo en ciertas circunstancias y en otras mas relacionada al

disfrute libre en el cual está guiado por reglas para un desarrollo educativo y formativo (Corrales, 2010).

2.3.1.2 Dimensiones de la variable práctica deportiva

Según Palomino (2021) la variable mencionada tiene las siguientes dimensiones.

a) Educativo

La práctica deportiva es uno de los fenómenos más abrumadoras que hay no sólo en el país, sino que se extiende en todo el mundo y ha ido creciendo tanto que hasta se podría pensar que es uno de los fenómenos sociales más influyentes en el comportar de cada sector de las distintas sociedades, permite principalmente a tener un conocimiento referido a educación corporal y a la vez se caracteriza por fomentar la interacción y sociabilidad entre grupos de persona, además de producir salud el deporte en su práctica es una herramienta para fortalecer la educación integral ya que tener una buena condición física y afectiva puede suscitar que los estudiantes mejoren su rendimiento académico. La práctica del deporte se caracteriza en la interacción entre docente y estudiantes en el cual el deporte se transforma como un medio y no un fin donde el objetivo es conducir para su formación integral donde la inclusión y valores deben ser los actores primordiales (Palomino, 2021).

Lo resaltable claro está que el deporte trae un sin fin de beneficios como en la educación para los estudiantes universitarios en el que comúnmente conviven con el estrés por la alta exigencia que se requiere para el rendimiento académico, además fomenta las relaciones sociales al ser comúnmente juegos colectivos y de interacción.

b) Recreativo

Se considera la recreación a diversas actividades espontáneas que lleva a las personas que la practican placer y satisfacción de forma individual o colectivo que se generan durante su

ejecución, por ello el tiempo libre es de suma importancia pues fomenta la creatividad, integración y liderazgo (Palomino, 2021). Actualmente las necesidades de la sociedad pasan más por el mantener una economía familiar estable o tratar de juntar un buen patrimonio en edad de juventud, las personas están atrapados por el trabajo y la tecnología que han dejado en segundo plano la recreación y disfrutar de aquellos momentos familiares y amicales. Si reflexionamos justamente es la poca práctica de recreación que ha llevado la disfuncionalidad de las familias ya que entre padres e hijos hay poca e incluso nula relación de comunicación, sabiendo que es la recreación que puede llevar a la relajación, a desestresar la mente y a fomentar el diálogo por medio de diversos juegos colectivos.

c) Competitivo

El deporte es uno de los factores más importantes que nos conduce a una calidad de vida y a esto me refiero a tener una formación integral donde prima sobre todo los valores, el deporte en su práctica también es una exigencia individual y colectiva hacia el logro de una meta, por ello como práctica aficionada o profesional produce sensaciones de identificación y sentido de pertenencia y esto debido a la inmensa publicidad que se brinda mediante los medios de comunicación. La práctica deportiva tiene un objetivo principal el cual es tener reconocimiento deportivo, podría situarse a esta dimensión como antagonista pues prevalece el ganar o perder, pero también conlleva al individuo a estar preparado para asumir resultados negativos y crecer a partir de las derrotas, así se promueve la competitividad en todas las personas para asumir cualquier reto en la vida (Palomino, 2021).

La competitividad generalmente conduce a la exigencia y disciplina para que puedan tener un rendimiento óptimo en cada juego que practican, es importante que cada miembro desarrolle sus potencialidades y para ello es importante tener ciertos estándares de logros que debe esforzarse

para cumplir, esto lleva a la autoexigencia al deportista y al rendimiento máximo pero todo esto también es un proceso en el cual se dedica a la práctica y con especialistas al mando. En el deporte de alta competición el tiempo de remuneración y satisfacción es inmenso donde se conoce el disfrute al máximo, sin embargo, el límite de tiempo en el que un deportista puede estar en el podio de élite suele ser corto.

2.3.1.3 Barrera para la práctica del deporte

La familiarización con el binomio actividad física - deporte está relacionado lamentablemente con la economía de las familias; el nivel socioeconómico define en su gran mayoría en la vivencia digna y estable de las familias por el hecho de que es en edades tempranas donde comúnmente se establece una línea de vida deportiva. Hay una diferencia entre aquellos niños que practicaron deporte con frecuencia con los que no podían porque no tenían facilidad de acceso a las instalaciones, además tenían dificultad para desplazarse a estos ambientes por el tema de seguridad, por ende, había logros de una buena salud corporal y mental en aquellos niños que realizaban una práctica deportiva con regularidad, caso contrario con los que no podían disfrutar de estos accesos (Colley citado por Dosal, 2021). Y esto tiene consecuencias en la etapa formativa en las universidades porque gran parte de la comunidad universitaria debe trabajar para sustentar los gastos de sus estudios y pagar el lugar donde viven porque San Marcos alberga estudiantes de todo el Perú, por ello priorizan más lo expuesto que a la práctica del deporte.

Pero qué pasaría si realizar deporte no fuera electivo sino parte de la malla curricular de cada facultad, estaríamos fomentando la actividad deportiva en los jóvenes universitarios, y porque no hacerlo si tenemos la certeza de que trae beneficios físicos, psicológicos y emocionales que, por supuesto contribuirán a un mejor rendimiento académico al tener un mejor estado emocional y el nivel de estrés bajo, pero sobre todo estamos combatiendo desde los centros universitarios el

sedentarismo. La inactividad deportiva puede producir aquellas enfermedades conocidas como no transmisibles que en un futuro y sin aviso previo se convierten muchas veces en mortales pues es difícil de costear su tratamiento (Dosal, 2021).

2.3.1.4 El deporte formativo en las universidades

La práctica deportiva trae muchos beneficios a la progresión de la educación, los jóvenes universitarios conviven en gran parte con el estrés durante los años de estudio justamente porque en esta etapa hay una gran exigencia académica, por ello la importancia de promover el deporte en las distintas facultades y escuelas de la universidad en el cual ellos mediante la práctica de estas actividades podrán mejorar el desenvolvimiento social, cuidado de la salud y posiblemente una mejor formación. Brindar opciones de actividad deportiva para los estudiantes, fomenta mantener una buena composición corporal ejercitando la salud mental, también fomenta la interacción comunitaria que tendrá un gran aporte en el aprendizaje y es que no contribuye únicamente en la etapa estudiantil sino una formación para lo largo de su vida (Hernando y Chiva, 2012).

2.3.1.5 Los valores, la fuente de la formación espiritual que se desarrollan con la práctica del deporte

En los últimos tiempos el tema de los valores ha tenido muchas repercusiones y lamentablemente no del todo bueno, las últimas generaciones han ido declinando el respeto, la honestidad y muchos más valores carecen de su práctica, y se atribuye porque en la gran mayoría de las familias no se fomenta la práctica de estos, se ha descuidado este aspecto por motivos de que los padres ya no comparten el tiempo necesario por el trabajo, por motivos de disfuncionalidad familiar, o por que ocupan el espacio familiar para estar con los celulares u otro recurso tecnológico, los hijos prácticamente se están formando por los aparatos tecnológicos.

Como docentes la formación espiritual está arraigado con nuestra profesión, pero no en el aspecto religioso hacia el camino divino de Dios, sino que se basa como fundamento de los valores y la identidad de una persona que desarrolla durante el transcurso de sus vivencias. El contexto donde prima la práctica deportiva es una fuente donde se fomenta y desarrolla aquellos valores sociales e interpersonales para lo cual debe haber una intencionalidad para adquirirlos, de esta forma se desarrolla la autonomía de un estudiante en el contexto formativo (Ruíz y Cabrera, 2004).

Entonces debemos buscar una solución de recobrar esa esencia que se daba al formar a los estudiantes con valores, y ahí lo hermoso pero también el reto de los educadores donde se destaca la educación física en este aspecto como la fuente de promoción de valores, usando toda actividad lúdica ya sea de forma recreativo o deportivo se fomenta valores morales, por supuesto también un hábito para mejorar la salud física, un buen estado emocional y convivencia social que nos lleve a lograr una calidad de vida (Bravo y Escobar, 2013). Entonces comprendemos que el deporte es un enlace donde se fomenta valores por el propio hecho de que se realiza actividades grupales donde debe primar el respeto, tolerancia, disciplina cooperación, responsabilidad etc. donde se plantean normas que en cierta forma hacen cumplir el desarrollo de estos valores.

2.3.1.6 La convivencia social mediante la dedicación de la práctica deportiva

Es indudable que los estudiantes universitarios no puedan tener nexos de relaciones sociales y aún más si son estudiantes de educación física donde se fomenta aquella idea de una buena convivencia, primero hacia nuestras familias, nuestros amigos y hacia nuestros alumnos. Mediante la realización de la práctica deportiva ingresamos en un ambiente de proceso de socialización durante todo el transcurso de nuestras vidas generando hábitos de ver el contexto social donde cada vez se demuestra un valor positivo de los estudiantes que nace a partir del deporte (Águila, s.f). Es muy importante fomentar diversas maneras de socialización hacia los

estudiantes universitarios y no sólo a aquellos pertenecientes de educación física sino intervenir a todas las facultades y escuelas de nuestra casa de estudios, pues evidenciamos que cuando se realiza eventos deportivos donde los estudiantes participan se demuestra la interacción social.

2.3.1.7 Desequilibrio emocional de un estudiante universitario, el remedio la práctica deportiva

Los momentos que pasa un estudiante universitario es tan complicado y no en mal sentido sino por el hecho del agobio académico en el que convive, difícilmente dirá que se encuentra muy tranquilo y en un estado de confort. La práctica deportiva brinda efectos positivos y beneficios sobre el estado emocional debido a que libera endorfinas que conducen a la formación emocional desarrollando un equilibrio mental reduciendo el estrés y la ansiedad que viven los estudiantes (Barbosa y Urrea, 2018). Por ello es tan importante realizar actividades físico-deportivos pues ayuda a desarrollar la madurez emocional, así asumir desafíos y dificultades teniendo la capacidad de resiliencia en cada suceso.

2.3.1.8 La necesidad de la práctica deportiva para una buena condición física e imagen corporal

Cuando se ingresa a la etapa universitaria los estudiantes deben reestructurar su estilo de vida en la que estaban acostumbrados, nuevos horarios, nuevas rutas de movilización, muchas horas de estudio entre otros factores que reducen los tiempos que dedicaban a la práctica deportiva ya sea dedicándose a un deporte colectivo, individual, en los gimnasios u otros centros deportivos. La etapa universitaria acontece un momento sensible y crítico referente a la dedicación de la práctica deportiva, especialmente en las mujeres pues donde mayormente cae el peso familiar pues tienen más barreras para dicha práctica (Flores, 2020).

Comprendemos entonces que si bien es cierto la vida universitaria es complicada no se debe reducir la dedicación a la práctica deportiva pues brinda beneficios para un buen y saludable estado físico fortaleciendo la imagen corporal, pero también es cierto que la escuela de educación física debería plantearse la situación que pasan los estudiantes, darles herramientas, métodos adecuados y accesibilidad de talleres que fomenten la practica físico-deportiva dentro de las mallas curriculares para prevenir y evitar la reducción de esta importante herramienta para la salud, porque la práctica deportiva y todo método de actividad física no es una elección sino una necesidad.

2.3.2. Bases teóricas de la variable Formación integral

2.3.2.1 Definición de la variable formación integral

Es una secesión constante del logro del ser y actuar en base a lo aprendido, donde las personas van desarrollando todas sus dimensiones, capacidades, habilidades y potencialidades de uno mismo mediante la guía de personas especializadas y que contribuyan en su aprendizaje en beneficio para uno mismo y de la sociedad. (Martinez, 2009).

La formación integral es un estilo educativo que se brinda a los estudiantes para mejorar aspectos educativos de ciencia como lo cognitivo, metodológico y práctico que ejerce un estudiante durante su desempeño y además mejorar su actuar como persona socializando de manera adecuada (Gerra, Mórtigo y Berdugo, 2014).

La formación integral es aquella construcción general que fomenta el proceso de socializar del alumno, que mejora su formación mediante el desarrollo de sus capacidades sociales, intelectuales y el pensar de forma crítica con convicción (Orozco citado por Castillo y Arias, 2016).

2.3.2.2 Dimensiones de formación integral

Según Soacha (2018) esta variable tiene las siguientes dimensiones.

a) Cognitiva

Esta dimensión refiere a aquellas concepciones que el ser humano comprende las diversas situaciones que se pueden presentar en la vida de cada persona y que además estas situaciones son cambiantes. Es aprender a desarrollar la capacidad del pensamiento de forma estratégica integrando la ciencia como medio de información para poder comprender los problemas y dificultades de la cultura de cada sociedad en la actualidad, además de interactuar en el contexto y realidad para hacer un cambio o aporte en ella (Soacha, 2018). Entonces podemos comprender que para lograr esta comprensión de la realidad del contexto social es necesario tener información científica, claro está que la adquisición de la experiencia es fundamental también pero este aspecto es algo más natural ya que todo ser humano está rodeado de contextos imprevistos que se encuentra obligado a convivir y darle solución a ellos, esto lleva a obtener las experiencias significativas para su formación integral.

b) Social

Para una formación integral claramente es necesario la convivencia social porque por naturaleza somos seres sociales que día a día interactuamos con diferentes tipos de comportamientos, diversas clases sociales, con una variedad de culturas y religiones. La dimensión social desarrolla un sentido de interacción y trabajo en equipo donde se fomenta los valores y virtudes, las cuales mediante la responsabilidad individual y colectiva conducen hacia una buena convivencia comunitaria, en el cual se promueve la integración, participación y cooperación e incluso se tiene una responsabilidad ambiental (Soacha, 2018). Por ello la importancia que tiene el ámbito social en la vida de las personas, debemos tener en cuenta que se debe mejorar y valorar

la convivencia y promover los valores en una sociedad que cada vez es más complejo de comprender, sobre todo, a partir de las nuevas generaciones.

c) Emocional o afectiva

Como acabamos de mencionar en la dimensión anterior que es bastante importante hay una relación directa con este aspecto, lo social está estrechamente relacionado con las emociones de las personas, el desarrollo emocional es importante no solo en la etapa de la infancia sino en cada etapa, en la adolescencia, juventud y adultez es decir es una constancia de regularidad durante toda la vida. En esta dimensión se fomenta la autoestima que nos conduce a una seguridad y autonomía emocional, para un buen estado emocional se requiere una comprensión interna del mismo individuo para poder manifestar sus sentimientos y emociones con la finalidad de adecuarse dentro de un contexto social (Soacha, 2018).

Las emociones son vivencias momentáneas, pero no en el sentido de que se siente una vez y no se repetirá, sino que se siente diversas emociones como el enojo, tristeza, alegría etc. En diferentes momentos y con diferente intensidad, las emociones nos conducen a fortalecer la personalidad y eso en gran magnitud se da en los centros de educación con las vivencias y también las experiencias que se adquieren dentro de él, y eso fomenta una evaluación propia que también es importante para el desarrollo de la autoestima.

d) Físico o corporal

Una formación integral consiste en tener una buena formación cognitiva y emocional, pero también es importante mantener una vida saludable y condición física, alimentarse de forma balanceada, tratar de evitar todo consumo en exceso que hace daño al cuerpo y realizar toda actividad física como desde el simple hecho de salir a caminar, correr o hasta el caso de más preparación y disposición de tiempo y economía de asistir a gimnasios que a largo plazo nos

conduce a una calidad de vida y evita el sedentarismo. En esta dimensión se refiere a una combinación de practicar actividad física, una nutrición balanceada, e higiene que es uno de los factores a considerar más importantes en el contexto en el que nos encontramos, para un buen desarrollo de la motricidad (Soacha, 2018).

e) Estético o artístico

Se considera el arte como una expresión que nace del alma, donde se promueve la capacidad de la expresión y sensibilidad humana y se manifiesta de diferentes maneras como la expresión verbal y corporal como las principales (Soacha, 2018). La expresión corporal es una de las capacidades donde notamos una formación integral porque se expresa mediante los movimientos del cuerpo, entendemos así que para una formación integral es importante la expresión artística, dedicarnos a la danza y al teatro fomenta a expresar de forma libre nuestros pensamientos e incluso nos ayuda a reconocer y valorar nuestra cultura. La dimensión artística y estético favorece al desarrollo de la sensibilidad humana que hoy en día parece estar perdiéndose en nuestra sociedad, fomenta la imaginación y creatividad que se va perdiendo en los niños ya que conviven con la televisión y las nuevas tecnologías.

f) Dimensión espiritual

Esta dimensión se centra en lo espiritual, en dar sentido a la vida en la que cada ser humano tiene un propósito durante su permanencia en este mundo, muchos lo relacionan con un ser supremo Dios donde que siguen un patrón de vida que los conduce a la sanidad y felicidad. Se caracteriza por tener un amor completo donde se valora a todos por igual, se entiende que cada individuo se considera la totalidad y que somos la esencia del mundo donde la finalidad es dar sentido a la vida propia (Soacha, 2018). Por ello es importante comprender y valorar que hay una trascendencia de los seres humanos, trasciende una historia que se debe respetar para poder

estimular el crecimiento y desarrollo de la sociedad disponiendo de tiempos en el cual haya una reflexión de las acciones que realizan los seres humanos y como afectan de buena o mala manera, es decir la dimensión espiritual está relacionado a la identidad propia donde se promueve los valores y virtudes que son la base de un proyecto de vida.

2.3.2.3 Importancia del desarrollo de una preparación íntegra durante la etapa universitaria

Durante la universidad se consolida la formación académica con mucha amplitud al adquirir nuevas informaciones en forma teórica y práctica con los diferentes enfoques científicos que se brinda, la capacidad de investigación puede fomentar un buen desarrollo y sobre todo preparación profesional en la que se logra ciertos estándares que se consiguen con la práctica y con las enseñanzas que los docentes les brinda con su experiencia para que ellos puedan aplicarlos posteriormente en sus labores y puedan aportar una educación de calidad a la sociedad con una formación integral.

Las universidades deben plantear misiones en las que se prepare a los estudiantes de acuerdo con las necesidades y contextos presentes y futuros que puede requerir la sociedad, conociendo que la educación superior es fundamental para que el país logre un nivel de desarrollo social y económico, para poder conservar e incluso mejorar el patrimonio cultural (Unesco citado por Olguín, 2014). Por ello la necesidad de brindarles a los futuros profesionales una preparación de manera íntegra en donde se forme estudiantes que puedan enfrentar los retos de la vida, poder convivir en armonía y brindar las herramientas cognitivas que fomente su fortaleza mental, creatividad, capacidad de análisis y asumir cualquier reto y responsabilidad de liderazgo.

2.3.2.4 Características de un docente con formación integral

El docente es uno de los artífices de promover la educación porque es capaz de identificar las situaciones del contexto social actual, así podrá plantear soluciones, evaluarlas y ejecutarlas de una manera transparente y ética, justamente por que ha sido formado con valores morales que un profesional debe poseer, por supuesto que no se infravalora al resto de las profesiones por el hecho de que la sociedad esta constituida por los diferentes ámbitos profesionales. Sin embargo, se considera que no se valora la educación como debería serlo, entendemos que el aprendizaje nace de un docente, por ende, debería darse el mérito correspondiente, brindándole recursos y materiales de primer nivel, una infraestructura decente e innovador, y un respaldo del estado que considere la educación como base del desarrollo y progreso del país.

Un docente se forma por amor a su profesión, pero también se debe tener en cuenta lo mencionado en el párrafo anterior valorando al docente por su gran formación profesional, la escuela de educación física de la UNMSM forma y orienta con estas virtudes a los estudiantes, y no enfocar su preparación y posterior labor por retribuciones económicas, sino por vocación a la educación. Dedicarse a la labor formativa es un compromiso con la sociedad donde comunica y trasmite sus ideas con amor, ejecutando la motivación no solo en sus horas pedagógicas, debe intervenir en su etapa escolar dentro y fuera del colegio si es necesario para brindar conocimiento y experiencia que los ayude a dar soluciones a las dificultades cotidianas con las que conviven los alumnos (Remolina citado por Soacha, 2018).

El docente con una formación integral tiene la capacidad de crear contextos de aprendizaje en el que los alumnos pueden dar soluciones a los conflictos cognitivos que el mismo docente les plantea, fomenta la creatividad libre de paradigmas, realiza un diálogo de comunicación de forma permanente, brinda las facilidades de aprendizaje con distintas didácticas y recursos. El docente

integral es capaz de aceptar sus equivocaciones porque comprende que se puede aprender de todos y que el aprendizaje es continuo, y por supuesto considera a sus alumnos como seres humanos y los trata como un compañero y amigo de aprendizaje donde no discrimina y excluye a ninguno, y principalmente forma a los estudiantes con valores que lleven a desarrollarse como personas que contribuyan a la sociedad (Soacha, 2018).

2.3.2.5 La intervención de la sociedad en el proceso de formación

Si bien es cierto el estudiante en la etapa universitaria recibirá informaciones de todo tipo, clase y cantidad, a partir de ello deberá aprender como recibirlo, valorarlo y aplicarlo en su actuar cotidiano, y esto tomará tiempo ya que en la educación superior se relaciona mas a la ciencia y tecnología, a comprender como transformar informaciones y aprendizajes que puedan ser llevada como objeto de investigación, aspecto que se observa con poca frecuencia en los colegios en nuestro país, por ello es que la universidad se hace complejo para gran mayoría de ingresantes porque tienen que adaptarse a nuevas circunstancias y método en un corto tiempo de familiarización.

La familia es también responsable de que los hijos en su etapa escolar hayan tenido una preparación adecuada de aprendizaje, de haberles dado una educación de calidad, de velar por el bienestar de ellos durante su permanencia en este nivel académico, pero aún mas importante es que hayan sido partícipes en sus experiencias cotidianas, de haberles dado el tiempo necesario de atención y compartir momentos importantes junto con ellos, de educarlos con valores para ser personas de bien al crecer y esto se logra con el compartir de momentos familiares.

La sociedad debe tener un compromiso con la educación, en donde las escuelas y las familias son pilares fundamentales para el desarrollo de un estudiante, por una parte, las escuelas deben brindar una educación de calidad en la etapa escolar y por otra las familias deben ser

partícipes durante esta etapa, además de ser ejemplos idóneos para generar valores en la población. (Tobón, 2013). Estos dos aspectos resaltados en esta parte de la investigación son fundamentales para un desarrollo íntegro de una persona, pues la educación nace de la casa, se fomenta y desarrolla en los centros de estudios y se refuerza en la sociedad.

2.3.2.6 El valor de la práctica deportiva en la formación integral

Las actividades deportivas que realizamos a lo largo de nuestra etapa de formación sin duda alguna son fundamental para el desarrollo de nuestras capacidades físicas y para mantener un estado físico como las mas comunes, pero no queda ahí, sino que engloba también la parte cognitiva, afectiva, social y más dimensiones. La participación en actividades deportivas abarca diversas dimensiones humanas, ya que tiene un impacto tanto en la salud física como en las funciones mentales y sociales. Esto contribuye a la formación integral de la persona en su desarrollo educativo y profesional (Gutiérrez, 2004). Por ello la importancia de fomentar la práctica de actividad físico-deportiva y la recreación colectiva desde temprana edad en los niños, e incluso la competitividad cuando el niño ya puede asimilar un mayor desarrollo y compromiso.

2.3.2.7 La intervención de la práctica deportiva en el crecimiento cognitivo

En el tránsito de la vida universitaria se manifiestan sucesos realmente difíciles para un estudiante, en esta etapa usualmente se presenta el popular término de la “crisis existencial” y justamente aparece en esta etapa superior por el hecho de que el estudiante universitario se encuentra contra un muro académico y de razonamiento que a lo mejor jamás había experimentado, pero como se menciona en este trabajo que la práctica deportiva es el fundamento del crecimiento del ser humano, es la ayuda idónea para sobreponerse a estos sucesos. En ese mismo sentido el cerebro de los seres humanos realiza la recepción de muchos beneficios por parte de la actividad deportiva y es así como expande funciones vinculadas con el razonamiento, análisis crítico, y

fomentar el pensamiento de juicios con visión investigativa (Pina, 2021). La práctica deportiva en conexión con el desarrollo cognitivo lleva a los jóvenes universitarios a un estatus de madurez tanto como estudiantes y aún más como personas.

2.3.2.8 El fortalecimiento de la expresión corporal mediante las actividades artísticas y deportivas

Una de las bases de nuestra especialidad es la expresión corporal donde transmitimos emociones, sentimientos e ideas, se dice que el carisma y sensibilidad humana es nuestra característica principal y se puede afirmar que así es por el hecho de que un docente de educación física llega a un colegio y los alumnos lo reciben con mucho cariño transmitido en abrazos. La expresión corporal es el resultado de la dedicación a la práctica deportiva pues mediante sus contenidos, y experiencias socioafectivas permiten el desenvolvimiento profesional y humanístico llevando a lograr componentes quinestésicos y proxémicos que fomentan una mejor gestualidad y postura corporal (Cuéllar y Pestano, 2013). Un elemento fundamental del docente de educación física es la creatividad artística que se consigue con teoría, pero sobre todo con experiencias que va adquiriendo durante el transcurso de su formación profesional, debe aprovechar y disfrutar de ello, porque la espontaneidad, el carisma y aún más la personalidad que transmite es natural.

2.4. Definición de términos básicos

a) Autonomía: Logro de habilidades y capacidades tanto creativa, crítica y productiva además de independizarse del núcleo familiar para desarrollar una identidad de libertad individual y social para enfrentar las diversas situaciones que se presentan en la sociedad (Maldonado, 2017).

b) Calidad de vida: Es una manifestación que se presenta en un ambiente donde se basa el bienestar físico, psicológico y social en una persona o grupo social donde prima la satisfacción por medio de la alegría y felicidad (Levy y Anderson citado por Ardila, 2003).

c) Educación física: Es una disciplina pedagógica basada en el desarrollo de la corporeidad y motricidad, que da respuestas a las necesidades de la persona en el contexto que se puede presentar en una sociedad cambiante, donde se presenta conflictos ideológicos y culturales (Gómez citado por Gonzáles y Gonzáles, 2010).

d) Rendimiento cognitivo: Es aquella capacidad que adquiere el estudiante fruto del aprendizaje que ha recibido en los centros educativos mediante una sucesión de enseñanza y experiencia, en donde que el alumno demuestra estas capacidades de acuerdo con las exigencias del entorno social (Minedu citado por Venegas, 2016).

e) Valores: Son estructuras o patrones de esencia que una persona asume, interpreta y manifiesta mediante actitudes que lo desempeñen a elegir y realizar acciones de un determinado modo en cada situación (Medina, 2007).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis

Hipótesis General

Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.

Hipótesis Específicas

- H1. Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación cognitiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- H2. Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación social de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- H3. Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- H4. Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación físico o corporal de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- H5. Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación estético o artístico de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
- H6. Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación espiritual de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.

3.2. Variables

3.2.1. Variable práctica deportiva

Definición conceptual

Es la ejecución de alguna actividad físico-deportiva de manera continua, que proporciona satisfacción personal y social aportando a las dimensiones del ser humano calidad de vida por medio de su motricidad (Palomino, 2021).

Definición operacional

La práctica deportiva se medirá con una encuesta semiestructurada, en un cuestionario de 34 ítems, se mide las dimensiones educativo, recreativo y competitivo. Es una prueba que puede medirse de manera virtual o presencial. La autoría pertenece a (Sarmiento, 2014 y Cabrejos, 2016).

3.2.2. Variable formación integral

Definición conceptual

Es la capacidad de comprender la dimensión del conocimiento teórico y dar sentido de lo que se aprende desarrollando la facultad de la práctica, así mismo usa la inteligencia para entender, interpretar y comprender el contexto social interviniendo de forma competente en su medio (Soacha, 2018).

Definición operacional

Se medirá a través de instrumento propuesto por Soacha (2018). Ficha de encuesta para identificar los elementos presentes de la variable, se usará un cuestionario de 37 ítems en escala Likert. Este instrumento es una herramienta que mide actitudes o el nivel de conformidad en escala, se miden las dimensiones: Cognitiva, social, emocional o afectivo, físico o corporal, estético o artístico y espiritual.

3.3 Operacionalización de las variables

3.3.1 Operacionalización de la variable práctica deportiva

Tabla 1

Operacionalización de la primera variable

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles
Práctica deportiva	Educativa	• Rendimiento cognitivo • Bienestar psicológico • Transmisión de valores	1-13	1: Nunca 2: Casi nunca 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre.	A: Adecuada B: Moderada C: Inadecuada
	Recreativa	• Satisfacción de necesidades y expectativas • Salud integral • Frecuencia de práctica	14-24		
	Competitiva	• Superación personal • Respeto a los adversarios • Tipo de actividad deportiva	25-34		

3.3.2 Operacionalización de la variable formación integral

Tabla 2

Operacionalización de la segunda variable

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles
Formación integral	Cognitiva	• Identificación de diferentes enfoques • Aprendizajes y experiencias • Planificación según los contextos	1-6	1: Nunca 2: Casi nunca 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre.	A: Adecuada B: Moderada C: Inadecuada
	Social	• Conocimiento del contexto social, cultural y deportivo • Intervención de la familia • Participación, integración y cooperación	7-13		
	Emocional o afectiva	• Predisposición para diferentes perspectivas • Relacionarse consigo mismo y otros • Actividades socioafectivas	14-19		
	Físico o corporal	• Esquema corporal • Dominio de competencias del área • Hábitos saludables	20-25		
	Estético o artístico	• Expresiones artísticas • Experiencias culturales • Desarrollo de talentos	26-31		
	Espiritual	• Promueve el diálogo • Influencia de acciones y decisiones • Importancia de eventos de identidad	32-37		

CAPÍTULO IV

MATERIALES Y MÉTODOS

4.1. Área de estudio

Este estudio está relacionado a la línea investigativa de la pedagogía y didáctica, ya que se basa en la práctica deportiva como medio de aprendizaje para los estudiantes, brindando enseñanza de calidad en el rol de docentes de educación física, es decir una formación de manera íntegra que se debe adquirir durante el tránsito universitario con nuevas informaciones y experiencias de aprendizaje, el docente de educación física debe tener los conocimientos teóricos, técnicos y prácticos que se requiere para poder conducir a las nuevas generaciones.

El deporte cubre las diversas necesidades indispensables que se requieren para una calidad de vida, engloba las dimensiones humanas, pues logra cumplir el equilibrio en una persona en aspectos físicos, psicológicos, emocionales y espirituales (Paredes, 2002). Esto significa que la práctica deportiva debe ser un proyecto cultural en cada persona pues debemos tener en cuenta que su práctica no es una elección sino una necesidad, conociendo pues estos beneficios el docente de educación física debe ser consciente de su formación académica, mantenerse actualizado e innovar siempre sus conocimientos, tener un desempeño ejemplar como profesional y aún más importante como ser humano en la sociedad.

4.2. Diseño de investigación

El enfoque de investigación pertinente es el cuantitativo; para Delgado, Federico y Vera (2018) este enfoque consiste en el desarrollo de teorías que ya están hechas y surgieron a partir de varias hipótesis, donde fue necesario alcanzar una muestra que represente a una población, es decir para el desarrollo de esta metodología debe haber ya una teoría construida.

El tipo de investigación será básica; para Sánchez et. al (2018) el tipo de estudio básica se basa esencialmente en mejorar y ampliar el conocimiento con las nuevas informaciones que se van recolectando y no tanto a generar resultados inmediatos que ayuden a la sociedad con nuevos

métodos o tecnologías, es decir tiene una proyección a largo plazo y no es tanto una investigación directa para el uso de la tecnología.

El nivel de investigación será relacional; para Hernández citado por Gallardo (2017) este nivel se entiende como aquel nivel en la que se analiza las posibles asociaciones, pero no de relaciones causales donde hay un factor de cambio o intervención directo con la otra variable de estudio, en este nivel siempre existe dos variables para que haya una relación.

El diseño utilizado es descriptivo correlacional y no experimental, específicamente transeccional o transversal. Será descriptivo correlacional pues tiene el propósito de medir el grado de relación estadística de las variables de la investigación en un momento determinado (Hernández et. al, 2014). Así mismo para Hernández et. al (2014) el diseño no experimental se caracteriza porque el investigador ejecuta su investigación sin manipular, cambiar las variables o designar al sujeto de estudio aleatoriamente a ciertas condiciones, es decir que la población es observada sin intervención alguna en su hábitat natural y en su contexto real. Será transeccional o transversal porque según Liu y Tucker citado por Hernández et. al (2014) se busca aplicar el instrumento y recolectar los datos propuestos en un sólo momento y tiempo único que puede demorar un día, una semana etc.

El método de estudio empleado será el hipotético deductivo, para Klimovsky (1971) este método se caracteriza por tener teorías y conceptos básicos de hipótesis que ya han sido sustentada por una ciencia determinada, de este modo siguiendo normas lógicas de deducción conducen a nuevas conclusiones y predecir empíricamente que por supuesto se somete a verificación para buscar solucionar nuevos problemas.

4.3. Población y muestra

Se entiende por población a un conjunto de elementos finito o en su caso infinito que tienen características similares para un objeto de estudio en el que cumple una serie de criterios para su elección. (Arias, 2012). Muestra es un subconjunto de la población seleccionada para poder delimitar y establecer parámetros en la investigación y así obtener resultados (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Por su parte el muestreo es una técnica con base estadística para escoger la parte que representa a la muestra y así aplicar la encuesta (Ortiz, 2003).

Población

Se considerará como población a todos los estudiantes del décimo ciclo del quinto año de la Escuela Profesional de Educación Física de la UNMSM, con un total de 103 estudiantes.

Tabla 3

Población de estudiantes del quinto año de la EPEF – UNMSM

Ciclo	Número de estudiantes
X	103
Total	103

Muestra

La muestra estará constituida por 82 estudiantes del décimo ciclo del quinto año de la Escuela Profesional de Educación Física de la UNMSM.

Tabla 4

Muestra seleccionada de estudiantes del quinto año de la EPEF – UNMSM

Ciclo y sección	Número de estudiantes	Muestra
X - sección 1	40	
X - sección 2	33	
X - sección 3	30	
Total	103	82

Muestreo

El muestreo empleado será el probabilístico y también será aleatorio simple; el muestreo probabilístico consiste en que todos los elementos de la población tienen las mismas posibilidades de ser objetos de estudio de la muestra, es decir no hay intervención por parte del investigador (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). El muestreo aleatorio simple se basa en seleccionar los objetos de muestra con las mismas posibilidades que el resto, así mismo se puede seleccionar en repetidas ocasiones, usadas mayormente en poblaciones reducidas (Portela y Villeta, 2007).

4.4. Procedimientos, técnicas e instrumentos de recolección de información

La técnica refiere a un conjunto de procedimientos metodológicos organizados de manera sistemática para guiar al investigador en su labor de profundizar en nuevas teorías y resolver dudas (Maya, 2014). El instrumento de recolección es considerado como las herramientas o fuentes de apoyos para que las técnicas cumplan su función y propósito planteado por el investigador (Baena, 2017).

La técnica empleada es la encuesta. Para Baena (2017) la encuesta es el proceso de aplicación de un cuestionario e interrogantes a un grupo que represente a la población delimitada que fueron previamente planteadas o recogidas por el investigador con la finalidad de obtener datos. El instrumento utilizado es el cuestionario. Para Chasteauneuf citado por Hernández et. al (2014) este instrumento consiste en una variedad de preguntas planteadas en fichas referente a la o las variables a medir en la investigación.

4.4.1 Fichas técnicas de los instrumentos

Tabla 5

Ficha técnica del instrumento práctica deportiva

Criterio	Observación
Nombre del instrumento	Formato evaluativo de prácticas deportivas
Autor	Alvaro Sarmiento Tirado y Juan C. Cabrejos Ramos
Año	2014 y 2016
País	Perú
Adaptación	Ronaldinho Jacinto Raymundo
Año	2022
País	Perú
Institución	Universidad Nacional Mayor de San Marcos – Escuela Profesional de Educación Física
Dimensiones	Posee 3 dimensiones: Dimensión educativa, dimensión recreativa y dimensión competitiva. La escala utilizada es de 1 (nunca), 2 (casi nunca), 3 (a veces), 4 (casi siempre) y 5 (siempre).
Número de ítems	34

Tabla 6

Ficha técnica del instrumento formación integral

Criterio	Observación
Nombre del instrumento	Cuestionario formación integral
Autor	Yeimy Alexandra Soacha Beltrán
Año	2018
País	Colombia
Adaptación	Ronaldinho Jacinto Raymundo
Año	2022
País	Perú
Institución	Universidad Nacional Mayor de San Marcos – Escuela Profesional de Educación Física
Dimensiones	Posee 6 dimensiones: Dimensión cognitiva, dimensión social, dimensión emocional o afectiva, dimensión físico o corporal, dimensión estético o artístico y dimensión espiritual. La escala utilizada es de 1 (nunca), 2 (casi nunca), 3 (a veces), 4 (casi siempre) y 5 (siempre).
Número de ítems	37

4.4.2 Validez de los instrumentos

Se dice a la validez al nivel en que un método o técnica empleada es de utilidad para medir con efectividad la cuestión a medir. Informa que el resultado obtenido a través de la aplicación del instrumento cumple con medir el objetivo de la investigación (Sánchez, Reyes y Mejía, 2018).

Tabla 7

Validez del instrumento práctica deportiva

Nombre del validador	Institución	Puntaje
César Daniel Escuza Mesías	UNMSM	85 %
Marco Antonio Morales Bedoya	UNMSM	85.6 %
Ramiro Norberto Quintana Otero	UNMSM	89.4 %

Tabla 8

Validez del instrumento formación integral

Nombre del validador	Institución	Puntaje
César Daniel Escuza Mesías	UNMSM	85 %
Marco Antonio Morales Bedoya	UNMSM	84.6 %
Ramiro Norberto Quintana Otero	UNMSM	89.6 %

4.4.3 Fiabilidad del instrumento

La fiabilidad se refiere a la medida o habilidad de un instrumento para generar resultados uniformes y coherentes cuando se aplica repetidamente a la misma población, garantizando una consistencia en los datos y las técnicas utilizadas. (Sánchez, Reyes y Mejía, 2018).

Tabla 9

Fiabilidad del instrumento práctica deportiva

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,902	34

Tabla 10

Fiabilidad del instrumento formación integral

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,969	37

Los resultados muestran que los instrumentos presentan fiabilidad estadística.

4.5. Análisis estadístico

En la presente investigación se empleará la estadística descriptiva para procesar y analizar los datos recolectados. La estadística descriptiva consiste en aquel conjunto de métodos estadísticos que tratan de sintetizar los datos describiéndolos en tablas y gráficas en un análisis por medio de cálculos (Córdova, 2003). Asimismo, se empleará la estadística inferencial para contrastar las hipótesis de investigación. La estadística inferencial consiste en aquel conjunto de métodos en el que se aplica la inferencia sobre el objeto de estudio utilizando una muestra, dicha inferencia puede ser no absoluta en su certeza por ello debe ser aplicada con la probabilidad que es una medida de confiabilidad (Córdova, 2003).

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1. Presentación y análisis de los resultados

5.1.1 Resultados descriptivos

5.1.1.1 Resultados descriptivos de la variable práctica deportiva

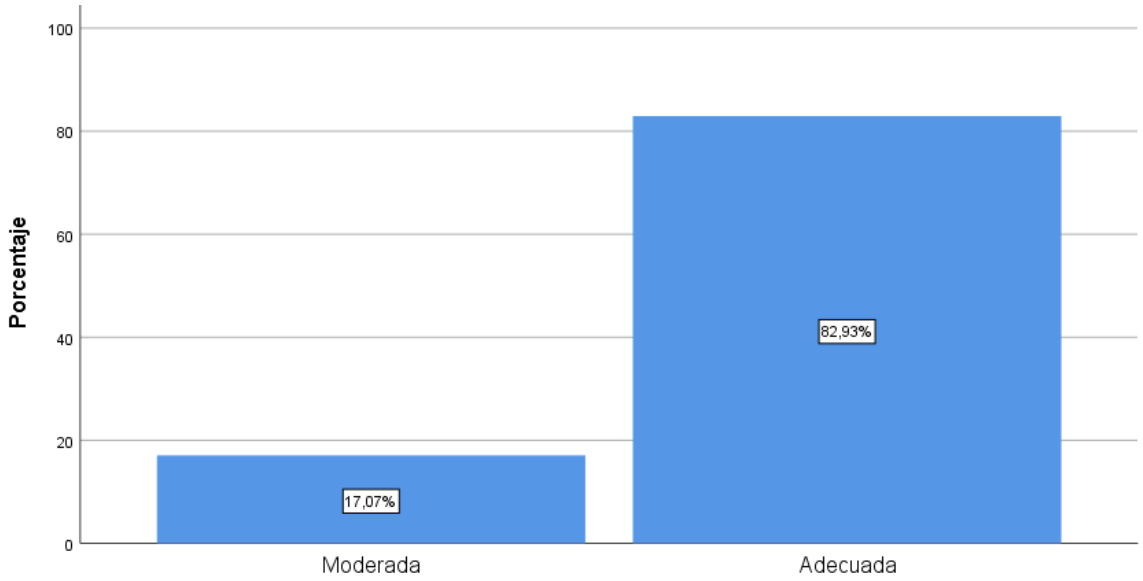
Tabla 11

Niveles de la variable práctica deportiva

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	14	17,1
	Adecuada	68	82,9
	Total	82	100,0

Figura 1

Niveles de la variable práctica deportiva



Interpretación

En la tabla 11 y figura 1 se observa que el 82,93% de estudiantes tiene una práctica deportiva adecuada y el 17,07% se encuentra en el nivel moderada.

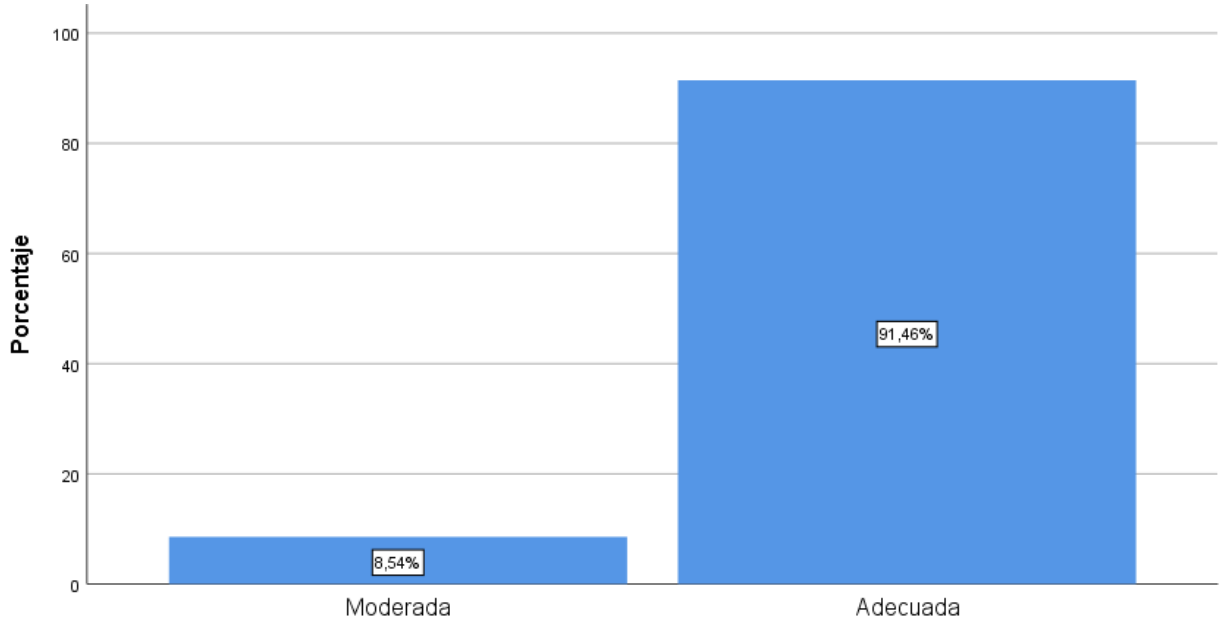
Tabla 12

Niveles de la dimensión práctica deportiva educativa

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	7	8,5
	Adecuada	75	91,5
	Total	82	100,0

Figura 2

Niveles de la dimensión práctica deportiva educativa



Interpretación

En la tabla 12 y figura 2 se observa que el 91,46% de estudiantes tiene una práctica deportiva educativa adecuada y el 8,54% se encuentra en el nivel moderada.

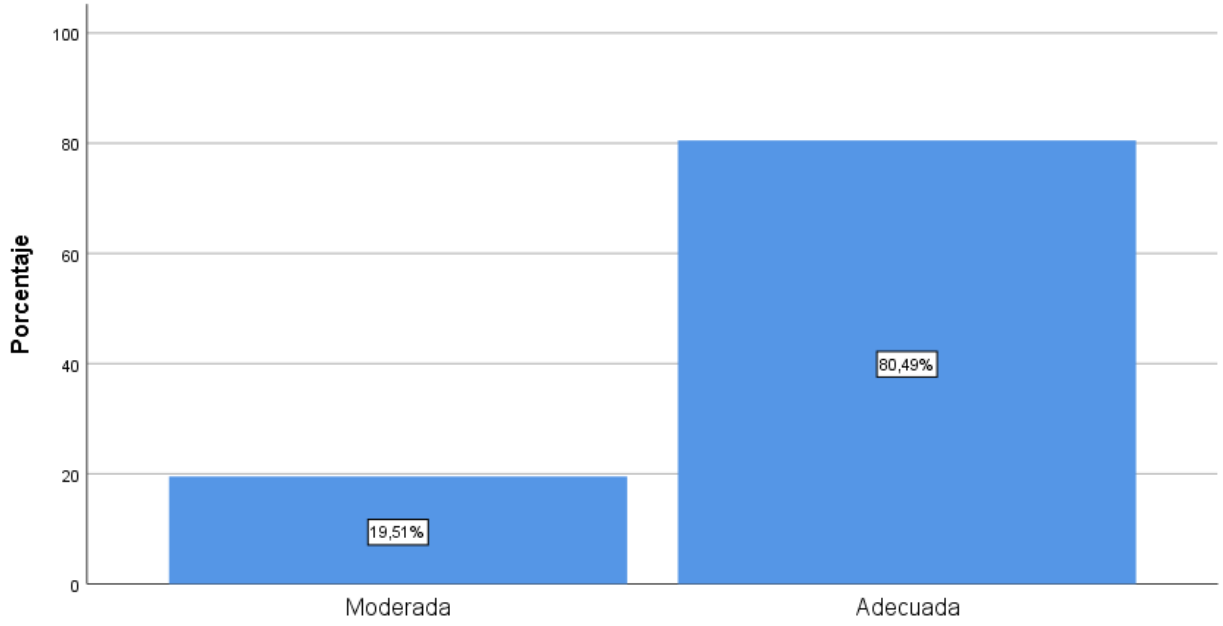
Tabla 13

Niveles de la dimensión práctica deportiva recreativa

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	16	19,5
	Adecuada	66	80,5
	Total	82	100,0

Figura 3

Niveles de la dimensión práctica deportiva recreativa



Interpretación

En la tabla 13 y figura 3 se observa que el 80,49% de estudiantes tiene una práctica deportiva recreativa adecuada y el 19,51% se encuentra en el nivel moderada.

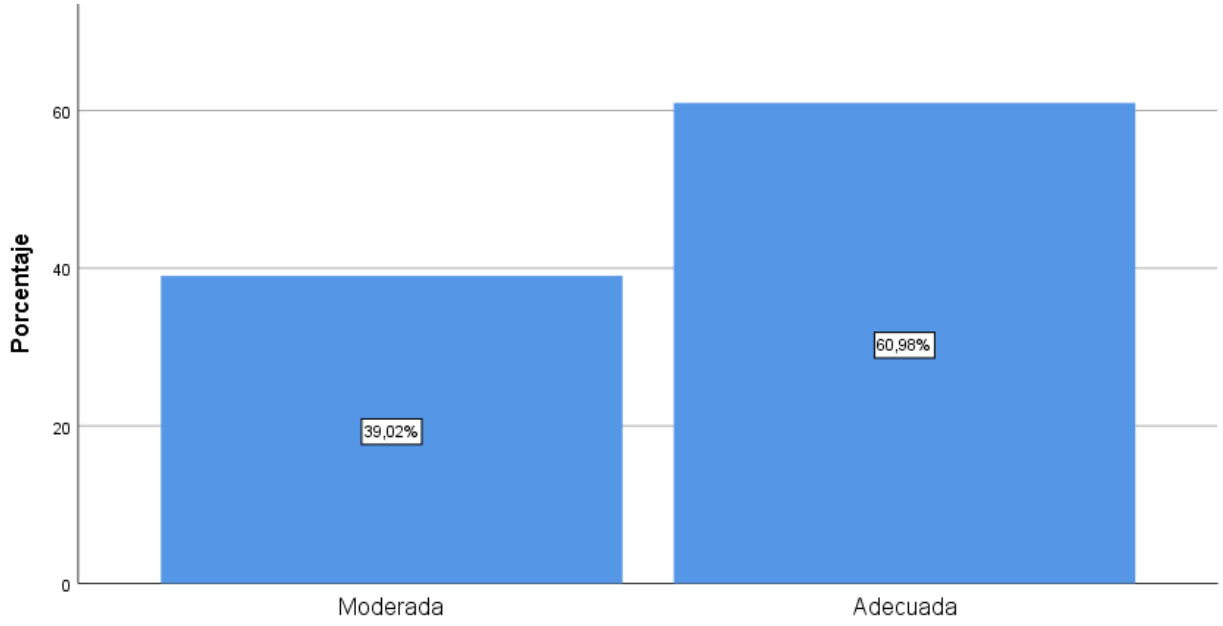
Tabla 14

Niveles de la dimensión práctica deportiva competitiva

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	32	39,0
	Adecuada	50	61,0
	Total	82	100,0

Figura 4

Niveles de la dimensión práctica deportiva competitiva



Interpretación

En la tabla 14 y figura 4 se observa que el 60,98% de estudiantes tiene una práctica deportiva competitiva adecuada y el 39,02% se encuentra en el nivel moderada.

5.1.1.2 Resultados descriptivos de la variable formación integral

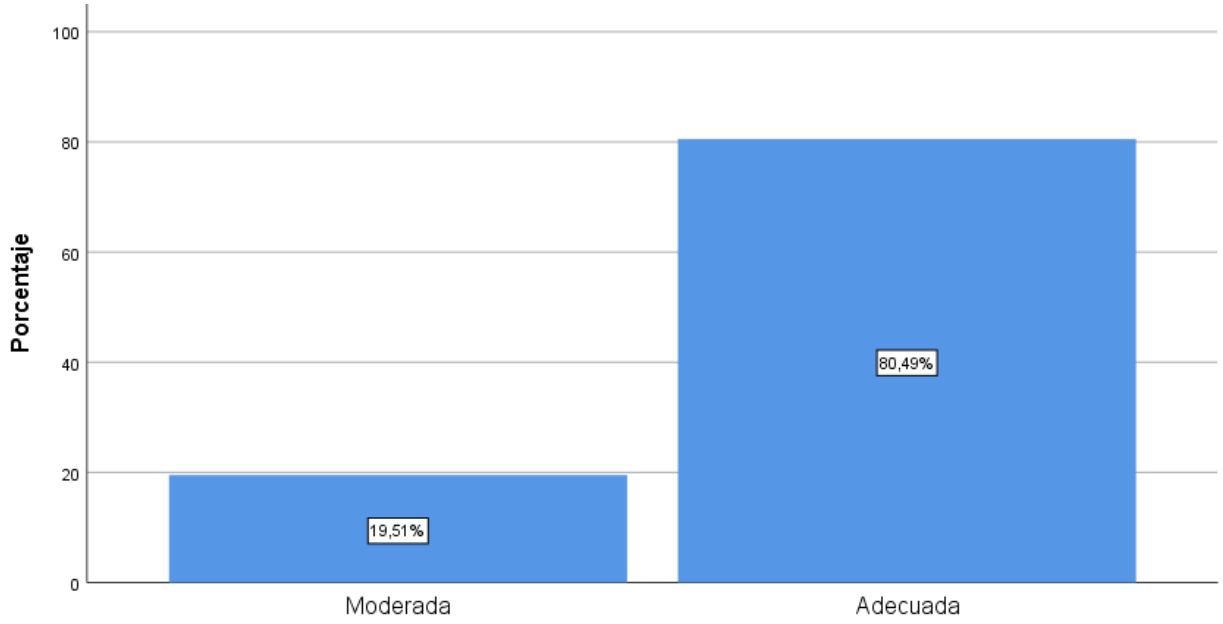
Tabla 15

Niveles de la variable formación integral

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	16	19,5
	Adecuada	66	80,5
	Total	82	100,0

Figura 5

Niveles de la variable formación integral



Interpretación

En la tabla 15 y figura 5 se observa que el 80,49% de estudiantes tiene una formación integral adecuada y el 19,51% se encuentra en el nivel moderada.

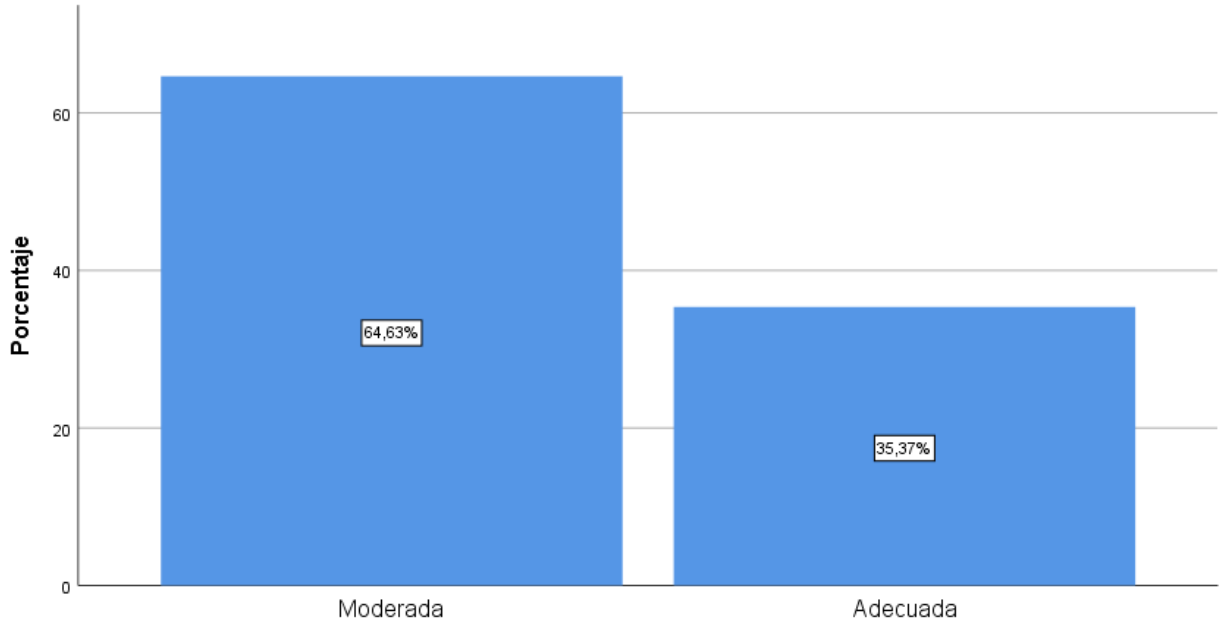
Tabla 16

Niveles de la dimensión cognitiva

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	53	64,6
	Adecuada	29	35,4
	Total	82	100,0

Figura 6

Niveles de la dimensión cognitiva



Interpretación

En la tabla 16 y figura 6 se observa que el 64,63% de estudiantes tiene una formación cognitiva moderada y el 35,37% se encuentra en el nivel adecuada.

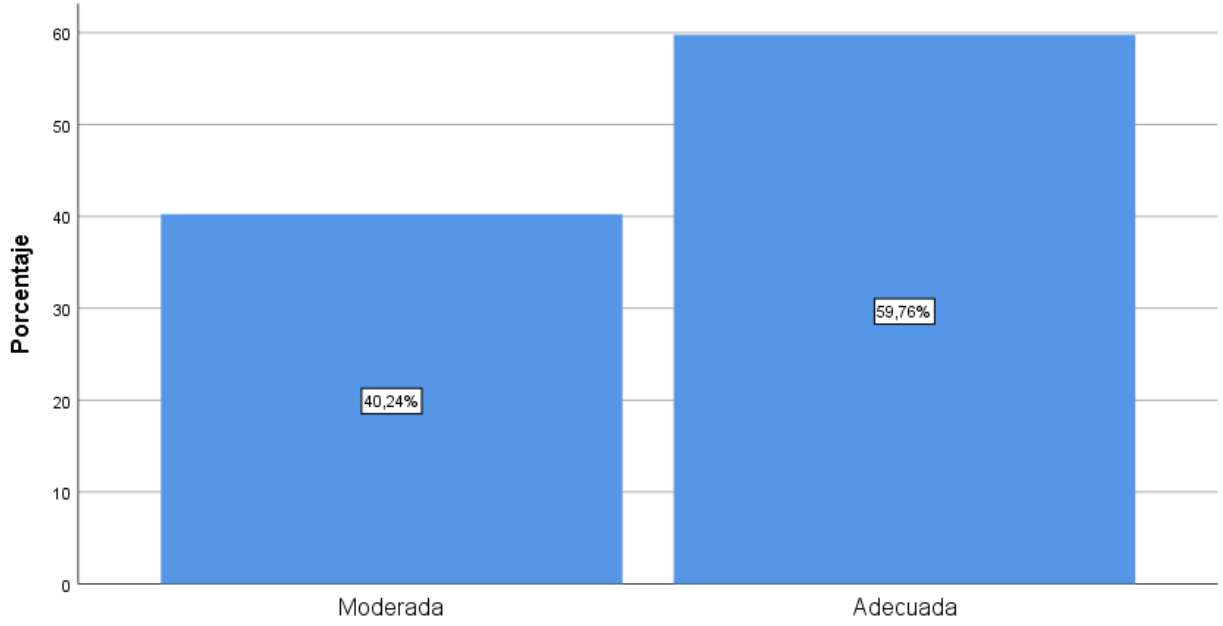
Tabla 17

Niveles de la dimensión social

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	33	40,2
	Adecuada	49	59,8
	Total	82	100,0

Figura 7

Niveles de la dimensión social



Interpretación

En la tabla 17 y figura 7 se observa que el 59,76% de estudiantes tiene una formación social adecuada y el 40,24% se encuentra en el nivel moderada.

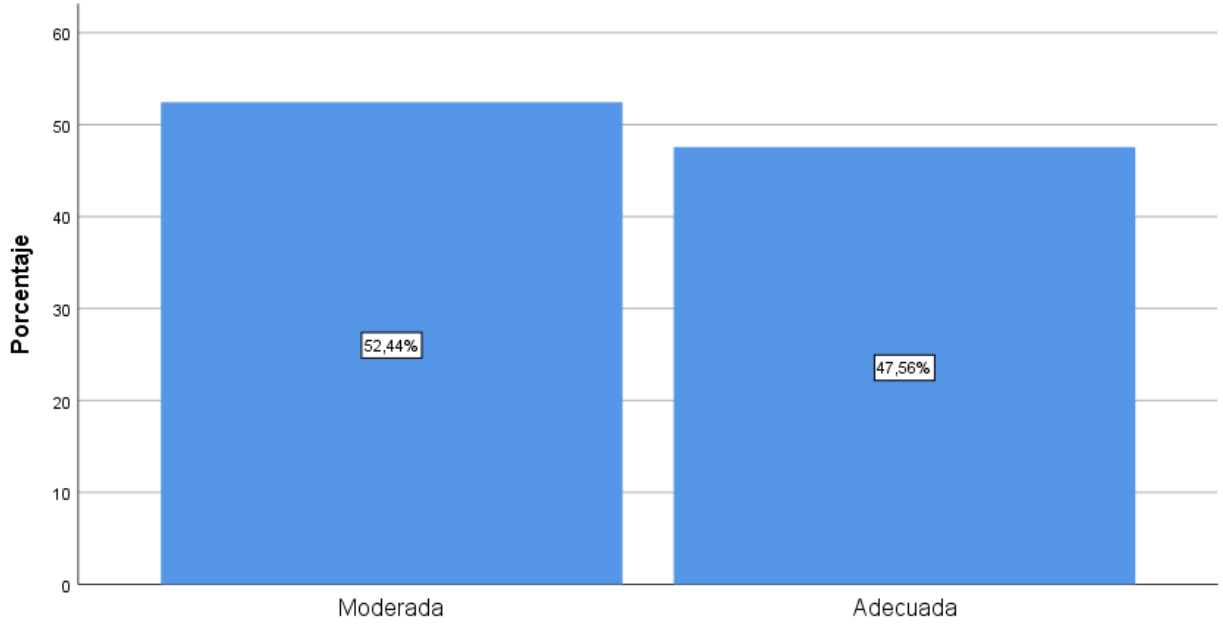
Tabla 18

Niveles de la dimensión emocional

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	43	52,4
	Adecuada	39	47,6
	Total	82	100,0

Figura 8

Niveles de la dimensión emocional



Interpretación

En la tabla 18 y figura 8 se observa que el 52,44% de estudiantes tiene una formación emocional moderada y el 47,56% se encuentra en el nivel adecuada.

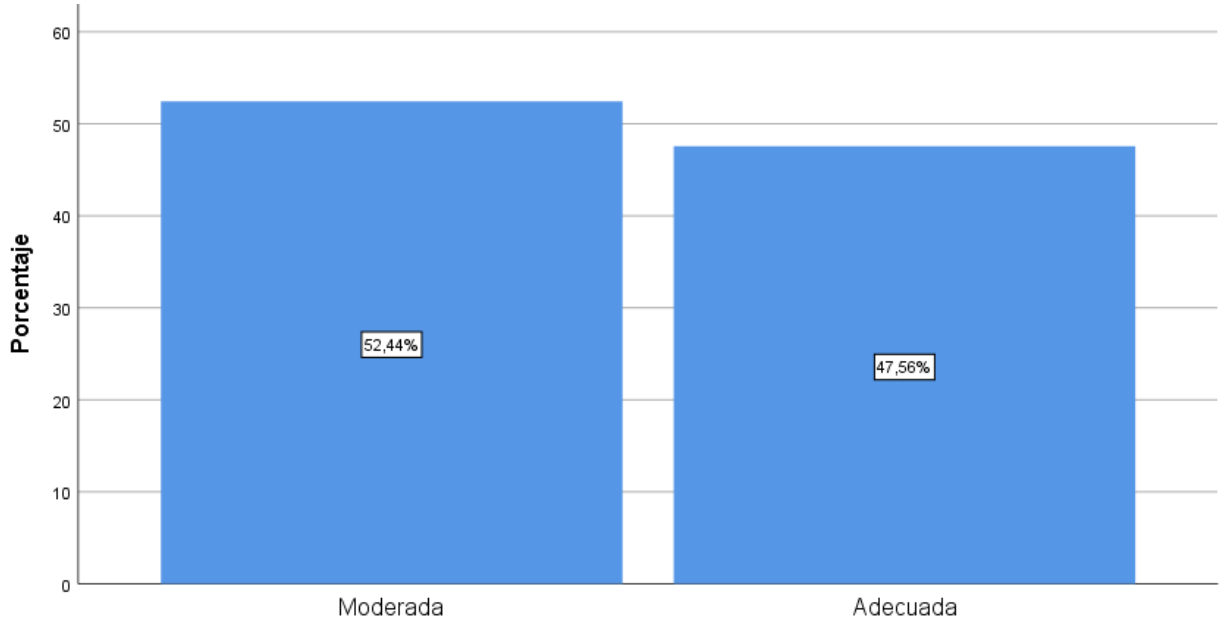
Tabla 19

Niveles de la dimensión físico

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	43	52,4
	Adecuada	39	47,6
	Total	82	100,0

Figura 9

Niveles de la dimensión físico



Interpretación

En la tabla 19 y figura 9 se observa que el 52,44% de estudiantes tiene una formación física moderada y el 47,56% se encuentra en el nivel adecuada.

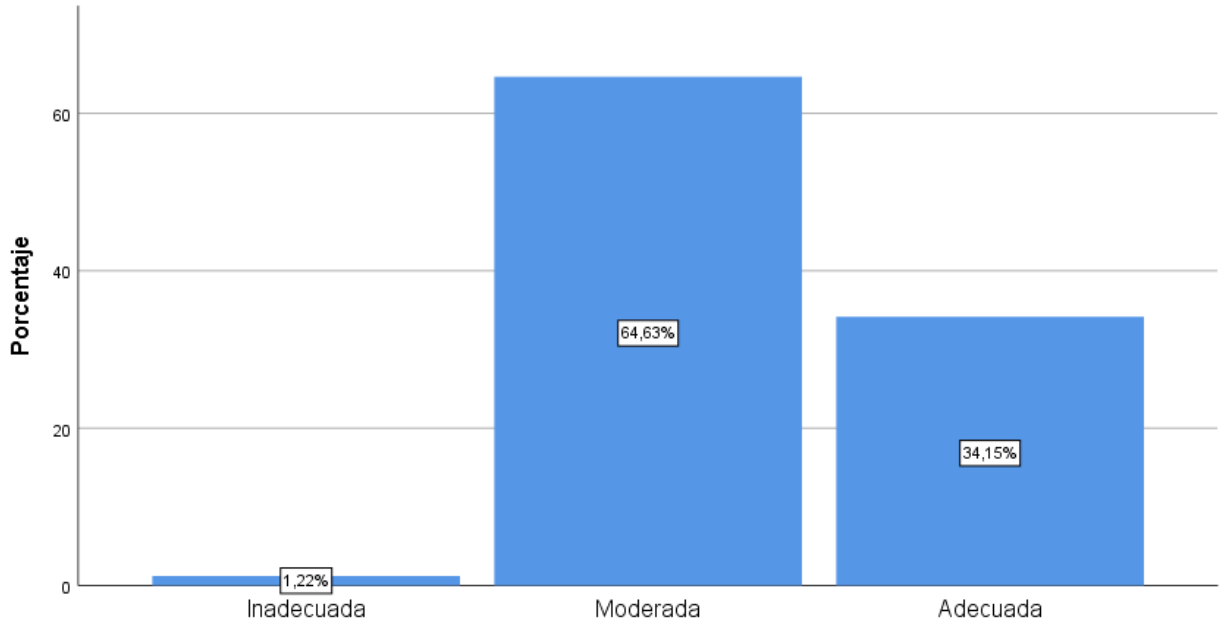
Tabla 20

Niveles de la dimensión estética

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Inadecuada	1	1,2
	Moderada	53	64,6
	Adecuada	28	34,1
	Total	82	100,0

Figura 10

Niveles de la dimensión estética



Interpretación

En la tabla 20 y figura 10 se observa que el 64,63% de estudiantes tiene una formación estética moderada, el 34,15% se encuentra en el nivel adecuada y el 1,22% se encuentra en el nivel inadecuada.

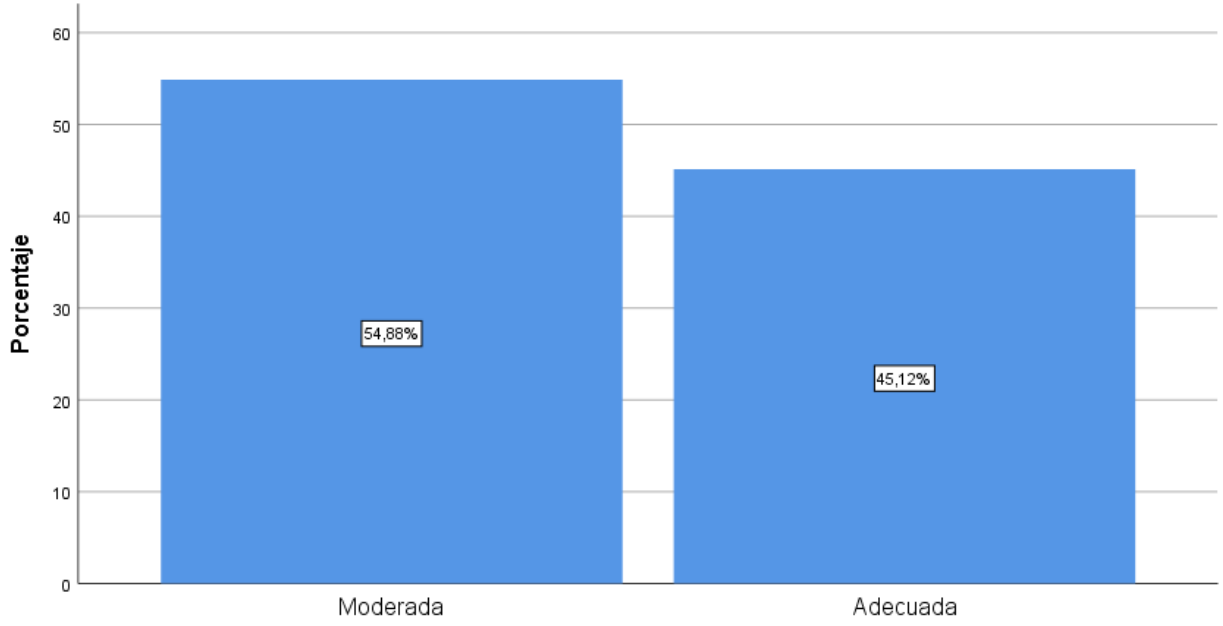
Tabla 21

Niveles de la dimensión espiritual

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Moderada	45	54,9
	Adecuada	37	45,1
	Total	82	100,0

Figura 11

Niveles de la dimensión espiritual



Interpretación

En la tabla 21 y figura 11 se observa que el 54,88% de estudiantes tiene una formación espiritual moderada y el 45,12% se encuentra en el nivel adecuada.

5.1.2 Resultados inferenciales

Hipótesis General

H0: No existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Ha: Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Regla de decisión

Si P < ,05 => H0 se rechaza

Si P > = ,05 => H0 se acepta

Tabla 22

Contrastación de hipótesis general

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	V2_Formacion_integral
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,604**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	V2_Formacion_integral	Coeficiente de correlación	,604**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Interpretación

En los resultados mostrados en la tabla 22, se aprecia que el nivel de significancia p= ,000 es menor que ,05 y el valor Rho de Spearman es ,604; en tal sentido se rechaza la hipótesis nula, comprobándose de este modo que: la práctica deportiva y la formación integral tienen una relación directa.

Primera hipótesis específica

H0: No existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación cognitiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Ha: Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación cognitiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Regla de decisión

Si P < ,05 => H0 se rechaza

Si P > = ,05 => H0 se acepta

Tabla 23

Contrastación de la primera hipótesis específica

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D1_Cognitiva
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,610**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D1_Cognitiva	Coeficiente de correlación	,610**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Interpretación

En los resultados mostrados en la tabla 23, se aprecia que el nivel de significancia p= ,000 es menor que ,05 y el valor Rho de Spearman es ,610; en tal sentido se rechaza la hipótesis nula, comprobándose de este modo que: la práctica deportiva y la formación cognitiva tienen una relación directa.

Segunda hipótesis específica

H0: No existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación social de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022

Ha: Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación social de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022

Regla de decisión

Si P < ,05 => H0 se rechaza

Si P > = ,05 => H0 se acepta

Tabla 24

Contrastación de la segunda hipótesis específica

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D2_Social
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,567**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D2_Social	Coeficiente de correlación	,567**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Interpretación

En los resultados mostrados en la tabla 24, se aprecia que el nivel de significancia p= ,000 es menor que ,05 y el valor Rho de Spearman es ,567; en tal sentido se rechaza la hipótesis nula, comprobándose de este modo que: la práctica deportiva y la formación social tienen una relación directa.

Tercera hipótesis específica

H0: No existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Ha: Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Regla de decisión

Si P < ,05 => H0 se rechaza

Si P > = ,05 => H0 se acepta

Tabla 25

Contrastación de la tercera hipótesis específica

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D3_Emocional
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,523**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D3_Emocional	Coeficiente de correlación	,523**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Interpretación

En los resultados mostrados en la tabla 25, se aprecia que el nivel de significancia p= ,000 es menor que ,05 y el valor Rho de Spearman es ,523; en tal sentido se rechaza la hipótesis nula, comprobándose de este modo que: la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva tienen una relación directa.

Cuarta hipótesis específica

H0: No existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación físico o corporal de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Ha: Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación físico o corporal de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Regla de decisión

Si P < ,05 => H0 se rechaza

Si P > = ,05 => H0 se acepta

Tabla 26

Contrastación de la cuarta hipótesis específica

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D4_Fisico
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,556**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D4_Fisico	Coeficiente de correlación	,556**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Interpretación

En los resultados mostrados en la tabla 26, se aprecia que el nivel de significancia p= ,000 es menor que ,05 y el valor Rho de Spearman es ,556; en tal sentido se rechaza la hipótesis nula, comprobándose de este modo que: la práctica deportiva y la formación físico o corporal tienen una relación directa.

Quinta hipótesis específica

H0: No existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación estético o artístico de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Ha: Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación estético o artístico de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Regla de decisión

Si P < ,05 => H0 se rechaza

Si P > = ,05 => H0 se acepta

Tabla 27

Contrastación de la quinta hipótesis específica

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D5_Estetica
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,470**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D5_Estetica	Coeficiente de correlación	,470**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Interpretación

En los resultados mostrados en la tabla 27, se aprecia que el nivel de significancia p= ,000 es menor que ,05 y el valor Rho de Spearman es ,470; en tal sentido se rechaza la hipótesis nula, comprobándose de este modo que: la práctica deportiva y la formación estético o artístico tienen una relación directa.

Sexta hipótesis específica

H0: No existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación espiritual de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Ha: Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación espiritual de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, 2022.

Regla de decisión

Si P < ,05 => H0 se rechaza

Si P > = ,05 => H0 se acepta

Tabla 28

Contrastación de la sexta hipótesis específica

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D6_Espiritual
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,539**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D6_Espiritual	Coeficiente de correlación	,539**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Interpretación

En los resultados mostrados en la tabla 28, se aprecia que el nivel de significancia p= ,000 es menor que ,05 y el valor Rho de Spearman es ,539; en tal sentido se rechaza la hipótesis nula, comprobándose de este modo que: la práctica deportiva y la formación espiritual tienen una relación directa.

CAPÍTULO VI

DISCUSIÓN

Discusión

La contrastación de hipótesis general intenta conocer si la práctica deportiva está relacionada con la formación integral; los resultados muestran un p= ,000 y un Rho Spearman ,604. En base a este resultado se afirma que si existe una relación directa entre dichas variables de estudio. Este resultado coincide con Acosta (2022) quien en su artículo obtuvo hallazgos de enunciados que tienen relación entre ambas variables, además de describir aportes de la práctica deportiva a la formación integral. Estos resultados se explican según la teoría de Gutiérrez (2004), para quien la práctica deportiva es partícipe de la formación integral de una persona, ya que no solo se limita únicamente a las repercusiones físicas del quien las practica sino también tiene influencias psicológicas y sociales en su formación.

La contrastación de la primera hipótesis específica intenta conocer si la práctica deportiva está relacionada con la formación cognitiva; los resultados muestran un p= ,000 y un Rho Spearman ,610. En base a este resultado se afirma que si existe una relación directa entre lo planteado. Este resultado coincide en cierta medida con Romero (2019) quien en su tesis obtuvo una relación con el objetivo de estudio con un valor Spearman de 0,668. Estos resultados se explican según la teoría de Pina (2021), para quien también hay relación pues mediante la práctica deportiva el cerebro obtiene múltiples beneficios extendiendo funciones vinculadas con la inteligencia, el razonamiento y pensamiento crítico como las principales estableciendo redes cognitivas que fomentan a nuevos conocimientos que mejoran el rendimiento académico de los estudiantes.

La contrastación de la segunda hipótesis específica intenta conocer si la práctica deportiva está relacionada con la formación social; los resultados muestran un p= ,000 y un Rho Spearman ,567. En base a este resultado se afirma que si existe una relación directa entre lo planteado. Este

resultado coincide en alguna medida con Mena y Perdomo (2019) quien en su tesis encuentra un vínculo entre las variables por medio de su población. Estos resultados se explican según la teoría de Águila (s.f) quien menciona que el practicar deporte lleva a cada ser humano a la socialización formándose con carácter y valores morales ya que incluye a agentes fundamentales como la familia, compañeros, los amigos y todo el entorno social en que se rodea generando hábitos de interacción, emociones y nuevas formas de pensar que contribuyen al desarrollo de su personalidad.

La contrastación de la tercera hipótesis específica intenta conocer si la práctica deportiva está relacionada con la formación emocional o afectiva; los resultados muestran un p= ,000 y un Rho Spearman ,523. En base a este resultado se afirma que si existe una relación directa entre lo planteado. Este resultado coincide en cierta medida con Ulloa y Pérez (2018) quien en su investigación de titulación menciona relación beneficiosa entre las variables de estudio manifestando que cumple un papel fundamental en el estado emocional. Estos resultados son explicados según la teoría de Barbosa y Urrea (2018) quienes mencionan que la práctica deportiva también trae beneficios para un buen estado emocional ya que disminuye la ansiedad y el estrés académico mejorando así el autoconcepto afectivo y desarrollo de su autoestima.

La contrastación de la cuarta hipótesis específica intenta conocer si la práctica deportiva está relacionada con la formación físico o corporal; los resultados muestran un p= ,000 y un Rho Spearman ,556. En base a este resultado se afirma que si existe una relación directa entre lo planteado. Estos resultados coinciden con Ramírez, Raya, Ruíz (2018) quienes en su artículo menciona la relación entre ambas variables de este estudio. Estos resultados son explicados según la teoría de Flores (2020) quien su artículo indica la existencia de efectos significativos mediante

la práctica de actividad físico-deportiva en la mejora de la condición física de los estudiantes universitarios y por ende una mejora en su imagen corporal.

La contrastación de la quinta hipótesis específica intenta conocer si la práctica deportiva está relacionada con la formación estético o artístico; los resultados muestran un p= ,000 y un Rho Spearman ,470. En base a este resultado se afirma que si existe una relación directa entre lo planteado. Estos resultados coinciden en cierto aspecto con Guevara (2021) quien en su investigación no menciona específicamente una relación entre las variables, pero si obtiene conclusiones donde se manifiesta un gran impacto en el desenvolvimiento artístico del estudiante. Estos resultados son explicados según la teoría de Cuéllar y Pestano (2013) quien su artículo infiere que mediante la expresión corporal perteneciente a ramas de la actividad deportiva se desarrolla los componentes quinésicos que genera una mejor gestualidad y postura corporal y por ende el desarrollo y formación artística de los estudiantes.

La contrastación de la sexta hipótesis específica intenta conocer si la práctica deportiva está relacionada con la formación espiritual; los resultados muestran un p= ,000 y un Rho Spearman ,539. En base a este resultado se afirma que si existe una relación directa entre lo planteado. Estos resultados se relacionan en cierta medida con Peña (2022) quien en su investigación concluyen que la práctica deportiva promueve el fundamento principal de la formación espiritual a los valores e identidad. Estos resultados son explicados según la teoría de Ruíz y Cabrera (2004) quien en su artículo menciona la transmisión de valores humanos a través de esta práctica llevando a una construcción y fortalecimiento de la identidad del estudiante.

CAPÍTULO VII

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

PRIMERA:

Conforme al objetivo general, se concluye que existe relación directa entre la práctica deportiva y formación integral en los estudiantes de quinto año de la EPEF de la UNMSM, año 2022 (p=,000 y Rho= ,604).

SEGUNDA:

Conforme al primer objetivo específico, se concluye que existe relación directa entre la práctica deportiva y la formación cognitiva en los estudiantes de quinto año de la EPEF de la UNMSM, año 2022 (p=,000 y Rho= ,610).

TERCERA:

Conforme al segundo objetivo específico, se concluye que existe relación directa entre la práctica deportiva y la formación social en los estudiantes de quinto año de la EPEF de la UNMSM, año 2022 (p=,000 y Rho= ,567).

CUARTA:

Conforme al tercer objetivo específico, se concluye que existe relación directa entre la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva en los estudiantes de quinto año de la EPEF de la UNMSM, año 2022 (p=,000 y Rho= ,523).

QUINTA:

Conforme al cuarto objetivo específico, se concluye que existe relación directa entre la práctica deportiva y la formación físico o corporal en los estudiantes de quinto año de la EPEF de la UNMSM, año 2022 (p=,000 y Rho= ,556).

SEXTA:

Conforme al quinto objetivo específico, se concluye que existe relación directa entre la práctica deportiva y la formación estético o artístico en los estudiantes de quinto año de la EPEF de la UNMSM, año 2022 (p=,000 y Rho= ,470).

SÉPTIMA:

Conforme al sexto objetivo específico, se concluye que existe relación directa entre la práctica deportiva y la formación espiritual en los estudiantes de quinto año de la EPEF de la UNMSM, año 2022 (p=,000 y Rho= ,539).

Recomendaciones

PRIMERA:

Se sugiere a la EPEF, incrementar en la malla curricular más espacios para talleres deportivos y así mantener la actividad deportiva de los estudiantes. Así mismo fomentar más convenios con entidades deportivas que generen experiencias significativas para una mejor concepción de las dimensiones del ser humano.

SEGUNDA:

Se sugiere a los estudiantes, realizar la práctica deportiva de forma continua pues ayuda reducir el estrés fomentando así un mejor rendimiento cognitivo, ya que el deporte lleva a la mente a la predisposición de comprender y resolver diversas situaciones del contexto.

TERCERA:

Se sugiere a la EPEF y estudiantes, promover la práctica deportiva pues mediante la práctica de diversos juegos, actividades lúdicas y deportes se desarrolla una interacción social que fortalece la integración entre compañeros, amigos y colegas.

CUARTA:

Se sugiere a los estudiantes, dedicar tiempo a la práctica de juegos, actividad física y deportiva pues ello beneficia el equilibrio y la estabilidad del estado emocional.

QUINTA:

Se sugiere promover una alimentación saludable y equilibrada pues genera una buena condición física y tonicidad muscular en el estudiante reduciendo el sedentarismo, conduciendo así a una calidad de vida.

SEXTA:

Se sugiere a la EPEF, seguir promoviendo las actividades artísticas pues es un elemento que conlleva a mejorar la capacidad de comprensión y expresión, por ejemplo, la danza, el teatro, la música entre otros fomenta la expresión corpórea, la sensibilización humana y creatividad, además de valorar nuestra cultura.

SÉPTIMA:

Se sugiere a los estudiantes, relacionarse con la práctica deportiva pues fomenta la identidad espiritual basada en valores humanos, por ejemplo, mediante el deporte se comprende el sentido de vida, de pertenencia, a superar retos, a lograr los sueños, anhelos y sobre todo a aprender a ganar y perder valorando los momentos experimentados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Acosta, D. (10 de septiembre de 2022). Aportes de la formación deportiva a la formación integral. Una revisión de experiencias investigativas. *revista multidisciplinar Ciencia Latina, 6*(5), 121-136. https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/3062/4506

Águila, C. (s.f). Del deporte a la sociedad: sobre valores y desarrollo del ser humano. *Universidad de Almería*, 1-31. https://blogs.ua.es/georgescu78/files/2019/03/Del-deporte-a-la-sociedad.pdf

Ardila, R. (2003). Calidad de vidad: Una definición integradora. *Revista Latinoamericana de Psicología, 35*(2), 161-164. https://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf

Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación, introducción a la metodología científica.* Editorial Episteme, C.A. 6ta edición. https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf-1.pdf

Baena, G. (2017). *Metodología de la investigación.* Grupo Editorial Patria. Tercera edición ebook. https://universoabierto.org/2020/08/25/metodologia-de-la-investigacion_-serie-integral-por-competencias/

Barbosa, S., & Urrea, Á. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental, una revisión bibliográfica. *Katharsis: Revista de ciencias sociales*, 141-160. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6369972

Bobadilla, F. (16 de Julio de 2015). *Blog UDEP-Universidad de Piura*. https://www.udep.edu.pe/hoy/2015/07/el-deporte-es-una-dimension-de-la-formacion-integral-que-ofrece-la-udep/

Bravo, N., & Escobar, S. (2013). El deporte como medio de inclusión en condiciones de vulnerabilidad. *Repositorio digital Universidad del Valle*, s.p. http://hdl.handle.net/10893/4366

Cabrejos, J. (2016). Actividades físico - deportivas desde una perspectiva de la educación para la salud en estudiantes del nivel secundaria, de la Institución Educativa Parroquial Santísima Trinidad, UGEL 03, Cercado de Lima. *Universidad Nacional Mayor de San Marcos*, 1-156. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/5940/Cabrejos_rj.pdf

Castillo, L., & Arias, R. (2016). Formación integral : hallazgos de investigación y reflexiones para la docencia. *Red de Bibliotecas Virtuales de CLACSO*, 1-141. http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/fce-unisalle/20170131043106/formacion.pdf

Córdova, M. (2003). *Estadística descriptiva e inferencial.* Editorial MOSHERA S.R.L. Quinta edición. https://es.slideshare.net/victorchacon13/estadistica-descriptivamanuelcordovazamorapdf-libro-518-pg

Corrales, A. (2010). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *Revista digital de educación física EmásF*(4), 23-36. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3233220

Cuéllar, M. J., & Pestano, M. (2013). Formación del Profesorado en Expresión Corporal, planes de estudio y Educación Física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*(24), 123-128. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4482503

Delgado, K., Federico, W., & Vera, S. (2018). *Rompiendo barreras en la investigación.* Editorial Utmach. https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=778887

Dosal, R. (2021). Identificación de variables que afectan la práctica deportiva en muestra mexicana. *Tesis Doctorales en Xarxa*, 1-142. https://www.tesisenred.net/handle/10803/671735#page=1

El comercio. (22 de Agosto de 2019). El impacto positivo de Lima 2019: ¿qué legado dejan los Juegos Panamericanos? *El Comercio - IPSOS*. https://bit.ly/3PEBotH

Flores, A. (2020). Efectos del programa de actividad física y deportes en estudiantes de medicina. *Scielo Perú, Comuni@ccion: Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo, 11*, 142-152. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2219-71682020000200142&script=sci_abstract&tlng=es

Gallardo et al. (2021). Actitud hacia la actividad física y deporte en los estudiantes de Tecnología Médica de la Universidad Peruana Cayetano Heredia durante la pandemia por COVID-19. *Universidad Peruana Cayetano Heredia*, 1-31. https://hdl.handle.net/20.500.12866/9677

Gallardo, E. (2017). *Metodología de la investigación primera edición* (Vol. 3). Universidad continental. https://hdl.handle.net/20.500.12394/4278

Gerra, Y., Mórtigo, A., & Berdugo, N. (2014). Formación integral, importancia de formar pensando en todas las dimensiones del ser. *Revista Educación y desarrollo social, 8*(1), 48-69. https://revistas.unimilitar.edu.co/index.php/reds/article/view/585

Gonzáles, A. M., & Gonzáles, C. H. (2010). Educación física desde la corporeidad y la motricidad. *Revista Hacia la Promoción de la Salud, 15*(2), 173-187. https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126694012.pdf

Guevara, W. (2021). La extensión artística-cultural y deportiva en la formación integral de los estudiantes universitarios. *Revista de la UNAN-Managua, Extensión Universitaria*(5), 142-150. https://lamjol.info/index.php/recoso/article/view/13051

Gutiérrez R. (2018). El deporte: el gran ausente en la agenda política del estado peruano. *Pontificia Universidad Católica del Perú*, 1-61. http://hdl.handle.net/20.500.12404/12479

Gutiérrez, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de educación, Universidad de Valencia*(335), 105-126. https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/67978

Hernández, C., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación sexta Edición.* McGRAW - Hill education. https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf

Hernando, C., & Chiva, O. (2012). El deporte en la universidad como formación integral a lo largo de la vida. *Universidad Jaume I*. https://acortar.link/vtQsxz

Huaringa, S. (29 de Agosto de 2016). *edu_PUCP*. cuál es la situación del deporte en el país: https://puntoedu.pucp.edu.pe/noticia/informe-de-puntoedu-sobre-la-situacion-del-deporte-en-el-peru/

Klimovsky, G. (1971). *El método hipotético deductivo y la lógica.* Memoria académica UNLP-FaHCE. https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/libros/pm.177/pm.177.pdf

López C., Flores M., Valdivia P., Olivares C., & Gonzáles J. (2021). Enseñando valores y potenciando las prosocialidad. Lo que promueven los entrenadores y lo que interiorizan los deportistas. *Cuadernos de psicología del deporte, 21*(2), 59-71. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232021000200007&lang=es

Maldonado, C. (2017). El rol del docente como favorecedor del desarrollo de la autonomía en los niños de tres años de una I. E. de Miraflores. *Pontificia Universidad Católica del Perú*, 1-62. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/8914

Manrique, A. (2018). Factores de la educación preuniversitaria vinculados a la formación integral de los estudiantes del nivel secundario de la educación básica regular. *Repositorio Institucional Digital UCSS*, 1-129. https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/566

Martinez, F. (2009). Formación integral: compromiso de todo proceso educativo. *Revista docencia universitaria, 10*(1), 123-135. https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistadocencia/article/view/1393

Maya, E. (2014). *Métodos y técnicas de investigación.* Universidad Nacional Autónoma de México, delegación Coyoacán Primera edición electrónica. http://www.librosoa.unam.mx/handle/123456789/2418

Medina, D. (2007). Estudio de la conceptualización de valor y las estrategias de transmisión y/o construcción de valores utilizadas por los maestros en centros públicos y privados del primer ciclo del nivel Básico. Santo Domingo 2003. *Ciencia y sociedad, XXXII*(3), 364-420. https://www.redalyc.org/pdf/870/87032301.pdf

Mena, G., & Perdomo, J. (2019). el deporte social una posibilidad para mejorar la formación ciudadana en adolescentes y jóvenes del parque portales del norte II. *Universidad Pedagógica Nacional, Bogota*, 1-160. http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/10169/TE-23214.pdf?sequence=1

Méndez, J. (2018). Significado de la formación integral para docentes de enfermería de una Universidad Privada de Lima. *Repositorio UPCH*, 1-106. https://bit.ly/3QM2OPe

Montalvo, C. (2021). La educación integral en el enfoque de Julián De Zubiría Samper. *Repositorio de Tesis Universidad Peruana Unión*, 1-277. https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4676

Obispo, B. (2022). La formación integral en el ámbito universitario: un estudio empírico sobre la importancia de los valores y las actitudes ético-profesionales. *E-Prints Complutense, Repositorio Institucional de la UCM*, 1-434. https://eprints.ucm.es/id/eprint/69773/

Olguín, C. (2014). Formación integral: Una mirada desde los intereses de los estudiantes universitarios. *Universidad del Bío-Bío. Red de Bibliotecas - Chile*, 1-150. http://repobib.ubiobio.cl/jspui/handle/123456789/426

Ortiz, F. (2003). *Diccionario de metodología de la investigación científica.* Editorial Limusa grupo Noriega editores. https://dariososafoula.files.wordpress.com/2017/01/diccionario-de-metodologia-de-la-investigacion-cientifica_ortiz_uribe.pdf

Oteyza, S. (21 de marzo de 2017). *CAF*. El deporte, gran aliado del desarrollo de América Latina: https://www.caf.com/es/actualidad/noticias/2017/03/el-deporte-gran-aliado-del-desarrollo-de-america-latina/

Palomino, J. A. (2021). Infraestructura y práctica deportiva en instituciones educativas públicas del nivel secundario del distrito de Satipo. *Repositorio UNCP*, 1-78. https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/6952

Paredes, J. (2002). El deporte como juego: un análisis cultural. *Universidad de Alicante*, 1-409. https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/10115/1/Paredes-Ortiz-Jesus.pdf

Peña, B. (2022). Cultura deportiva como dispositivo axiológico en la formación secundaria. Caso de estudio: Politécnico Padre Fantino. *Revista educare, 26*(1), 139-159. https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1653

Pina, M. (2021). Práctica deportiva: Influencia en el desarrollo cognitivo de los escolares. *Universidad de Zaragoza*, 1-59. https://zaguan.unizar.es/record/100965/files/TAZ-TFG-2021-086.pdf

Ponce N., Tristán J., Jaenes J., Rodenas L., & Peñaloza R. (2020). El impacto del contexto social sobre la personalidad resistente en deportistas universitarios de México. *Cuadernos de psicología del deporte, 20*(2), 201-217. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232020000200016&lang=es

Portela, J., & Villeta, M. (2007). *Técnicas básicas de muestreo con SAS.* E-Prints Complutense, repositorio institucional de la UCM. 1era edición. https://eprints.ucm.es/id/eprint/47107/

Ramírez, L. (2013). El deporte como medio de formación integral en la universidad del Valle: del altruismo a la contradicción. *Biblioteca digital universidad del Valle*, 1-129. https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/5702/0461897-p.pdf?sequence=1

Ramírez, M., Raya, M., & Ruiz, M. (2018). sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física en estudiantes universitarios. *Reidocrea, 7*, 79-84. https://www.ugr.es/~reidocrea/7-7.pdf

Robles, J. (2009). Tratatimiento del deporte dentro del área de Educación Física durante la etapa de educación secundaria obligatoria en la provincia de Huelva. *Repositario Institucional de la Universidad de Huelva Arias Montano*, 1-604. http://hdl.handle.net/10272/153

Romero, C. (2019). las actividades físicas y el rendimiento cognitivo de los estudiantes de la escuela de educación física – UNJFSC – Huacho. *Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión*, 1-75. https://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/3715

Ruíz, G., & Cabrera, D. (2004). Los valores en el deporte. *Revista de educación Dialnet*(335), 9-19. https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:61fac5cf-2550-463c-947e-6462de143872/re33503-pdf.pdf

Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos de investigación cientifica, tecnológica y humanística primera edición.* Bussiness Support Aneth S.R.L. https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf

Sarmiento, A. (2014). Influencia de la práctica deportiva en el rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Educativa Vanegas de Municipio de Lebrija, Santander-Colombia. *Universidad Privada de Norbert Wiener*, 1-162. https://hdl.handle.net/20.500.13053/398

Soacha, Y. (2018). Concepciones y prácticas educativas de los docentes sobre formación integral en el Ciclo uno. *Biblioteca digital Universidad Externado de Colombia*, 1-232. https://bdigital.uexternado.edu.co/handle/001/969

Tobón, S. (2013). Formación integral y competencias. Pensamiento complejo, currículo, didáctica y evaluación. *Editorial ECOE 4ta Ed. Bogotá*, 1-370. https://cife.edu.mx/recursos/formacion-integral-y-competencias-pensamiento-complejo-curriculo-didactica-y-evaluacion/

Ulloa, C., & Pérez, B. (2018). la actividad física y su relación con la salud emocional en los estudiantes de los grupos ASU-deportes de la Universidad Politécnica Salesiana. *Universidad Politécnica Salesiana*, 1-41. https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/16520/1/UPS-CT008013.pdf

Venegas, A. (2016). Rendimiento académico en matemática de los estudiantes del VI ciclo del Liceo Naval Almirante Guise, San Borja, 2016. *Repositorio UCV*, 1-82. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/13966

Anexo 1: Matriz de consistencia

Tesis titulada:

LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, AÑO 2022.

Datos del autor:

Nombres y apellidos:
Ronaldinho Jacinto Raymundo

Código de estudiante:
18060302

Correo:
ronaldinho.jacinto@unmsm.edu.pe

Código ORCID:
(ORCID: 0000-0003-0027-5701)

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES/ INDICADORES	METODOLOGÍA	POBLACIÓN/ MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Problema general ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?	**Objetivo general** Determinar la relación entre la práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022	**Hipótesis general** Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación integral de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.	**Práctica deportiva**	**Educativo** • Rendimiento cognitivo • Bienestar psicológico • Transmisión de valores **Recreativo** • Satisfacción de necesidades y expectativas • Salud integral • Frecuencia de práctica **Competitivo** • Superación personal • Respeto a los adversarios • Tipo de actividad deportiva	**Enfoque de investigación:** Cuantitativo **Tipo:** Básica **Nivel:** Relacional **Diseño:** No experimental **Método:** Hipótesis deductiva	**Población** Estará conformada por 103 estudiantes del quinto año de la Escuela Profesional de Educación Física de la UNMSM. **Muestra** Estará conformada por 82 estudiantes del quinto año de la Escuela Profesional de Educación Física de la UNMSM. **Muestreo** Aleatorio simple	**Técnica:** Encuesta **Instrumento:** Cuestionario
Problemas específicos **P1.** ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación cognitiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022? **P2.** ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y	**Objetivos específicos** **O1.** Identificar la relación entre la práctica deportiva y la formación cognitiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022. **O2.** Examinar la relación entre la práctica deportiva y	**Hipótesis específicas** **H1.** Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación cognitiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022. **H2.** Existe una relación directa entre la práctica deportiva	**Formación integral**	**Cognitiva** • Identificación de diferentes enfoques • Aprendizajes y experiencias • Planificación según los contextos			

la formación social de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?	la formación social de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.	y la formación social de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
P3. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?	**O3.** Analizar la relación entre la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.	**H3.** Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación emocional o afectiva de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
P4. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación físico o corporal de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?	**O4.** Examinar la relación entre la práctica deportiva y la formación físico o corporal de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.	**H4.** Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación físico o corporal de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
P5. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación estético o artístico de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?	**O5.** Estimar la relación entre la práctica deportiva y la formación estético o artístico de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.	**H5.** Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación estético o artístico de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.
P6. ¿Cuál es la relación entre la práctica deportiva y la formación espiritual de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022?	**O6.** Estimar la relación entre la práctica deportiva y la formación espiritual de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.	**H6.** Existe una relación directa entre la práctica deportiva y la formación espiritual de los estudiantes de quinto año de la escuela profesional de educación física de la UNMSM, año 2022.

Social
- Conocimiento del contexto social, cultural y deportivo
- Intervención de la familia
- Participación, integración y cooperación

Emocional o afectiva
- Predisposición para diferentes perspectivas
- Relacionarse consigo mismo y con los demás
- Actividades socioafectivas

Físico o corporal
- Esquema corporal
- Dominio de competencias del área
- Hábitos saludables

Estético o artístico
- Expresiones artísticas
- Experiencias culturales
- Desarrollo de talentos

Espiritual
- Promueve el diálogo
- Influencia de acciones y decisiones
- Importancia de eventos de identidad

Anexo 2: Matriz de Operacionalización de las variables

Operacionalización de la primera variable

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles
Práctica deportiva	Educativa	• Rendimiento cognitivo • Bienestar psicológico • Transmisión de valores	1-13	1: Nunca 2: Casi nunca 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre.	A: Adecuada B: Moderada C: Inadecuada
	Recreativa	• Satisfacción de necesidades y expectativas • Salud integral • Frecuencia de práctica	14-24		
	Competitiva	• Superación personal • Respeto a los adversarios • Tipo de actividad deportiva	25-34		

Operacionalización de la segunda variable

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles
Formación integral	Cognitiva	• Identificación de diferentes enfoques • Aprendizajes y experiencias • Planificación según los contextos	1-6	1: Nunca 2: Casi nunca 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre.	A: Adecuada B: Moderada C: Inadecuada
	Social	• Conocimiento del contexto social, cultural y deportivo • Intervención de la familia • Participación, integración y cooperación	7-13		
	Emocional o afectiva	• Predisposición para diferentes perspectivas • Relacionarse consigo mismo y otros • Actividades socioafectivas	14-19		
	Físico o corporal	• Esquema corporal • Dominio de competencias del área • Hábitos saludables	20-25		
	Estético o artístico	• Expresiones artísticas • Experiencias culturales • Desarrollo de talentos	26-31		
	Espiritual	• Promueve el diálogo • Influencia de acciones y decisiones • Importancia de eventos de identidad	32-37		

Anexo 3: Validación de los instrumentos

FICHA DE VALIDACIÓN PARA JUICIO DE EXPERTOS

UNMSM

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN

JUICIO DE EXPERTOS

VARIABLE PRÁCTICA DEPORTIVA

I. DATOS INFORMATIVOS

Apellido y Nombre del Informante	Especialidad del evaluador(a)	Cargo o Institución donde Labora	Nombre del Instrumento de Evaluación	Autor(a) del Instrumento
ESCUZA MESÍAS, CÉSAR DANIEL	EDUCACION FÍSICA	UNMSM	FORMATO EVALUATIVO DE PRÁCTICAS DEPORTVAS	ALVARO SARMIENTO TIRADO Y JUAN C. CABREJOS RAMOS

Título de la tesis:
LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, 2022.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente0 - 20%	Regular21 - 40%	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80%	Excelente 81 - 100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					X
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					X
4. ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organización lógica.					X
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					X
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las estrategias.					X
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos.					X
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.					X
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					X
10. PERTINENCIA	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.					X

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN

Aplicable **[x]** Aplicable después de corregir **[ ]** No aplicable **[ ]**

IV. PROMEDIO DE VALIDACIÓN: .....85.....%

Ciudad universitaria 10 de Octubre Del 2022	40818404		975044286
Lugar y fecha	**DNI**	**Firma del experto**	**Teléfono**

FICHA DE VALIDACIÓN PARA JUICIO DE EXPERTOS

UNMSM

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN

JUICIO DE EXPERTOS

VARIABLE FORMACIÓN INTEGRAL

I. DATOS INFORMATIVOS

Apellido y Nombre del Informante	Especialidad del evaluador(a)	Cargo o Institución donde Labora	Nombre del Instrumento de Evaluación	Autor(a) del Instrumento
ESCUZA MESÍAS, CÉSAR DANIEL	EDUCACION FÍSICA	UNMSM	CUESTIONARIO FORMACIÓN INTEGRAL	SOACHA BELTRÁN, YEIMY ALEXANDRA

Título de la tesis:
LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, 2022.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 - 20%	Regular 21 - 40%	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80%	Excelente 81 - 100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					X
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					X
4. ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organización lógica.					X
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					X
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las estrategias.					X
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos.					X
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.					X
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					X
10. PERTINENCIA	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.					X

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN

Aplicable **[x]** Aplicable después de corregir **[ ]** No aplicable **[ ]**

IV. PROMEDIO DE VALIDACIÓN: .....85.....%

Ciudad universitaria 10 de Octubre Del 2022	40818404		975044286
Lugar y fecha	**DNI**	**Firma del experto**	**Teléfono**

FICHA DE VALIDACIÓN PARA JUICIO DE EXPERTOS

UNMSM

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN

JUICIO DE EXPERTOS

VARIABLE PRÁCTICA DEPORTIVA

I. DATOS INFORMATIVOS

Apellido y Nombre del Informante	Especialidad del evaluador(a)	Cargo o Institución donde Labora	Nombre del Instrumento de Evaluación	Autor(a) del Instrumento
MORALES BEDOYA, MARCO ANTONIO	EDUCACION FÍSICA	UNMSM	FORMATO EVALUATIVO DE PRÁCTICAS DEPORTVAS	ALVARO SARMIENTO TIRADO Y JUAN C. CABREJOS RAMOS

Título de la tesis:
LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, 2022.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente0 - 20%	Regular21 - 40%	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80%	Excelente 81 - 100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					x
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					x
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					x
4. ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organización lógica.					x
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					x
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las estrategias.					x
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos.					x
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.					x
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					x
10. PERTINENCIA	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.					x

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN

Aplicable **[X]** Aplicable después de corregir **[ ]** No aplicable **[ ]**

IV. PROMEDIO DE VALIDACIÓN: 85.6 %

Ciudad universitaria 10 de octubre Del 2022	07266867		997938340
Lugar y fecha	**DNI**	**Firma del experto**	**Teléfono**

FICHA DE VALIDACIÓN PARA JUICIO DE EXPERTOS

UNMSM

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN

JUICIO DE EXPERTOS

VARIABLE FORMACIÓN INTEGRAL

I. DATOS INFORMATIVOS

Apellido y Nombre del Informante	Especialidad del evaluador(a)	Cargo o Institución donde Labora	Nombre del Instrumento de Evaluación	Autor(a) del Instrumento
MORALES BEDOYA, MARCO ANTONIO	EDUCACION FÍSICA	UNMSM	CUESTIONARIO FORMACIÓN INTEGRAL	SOACHA BELTRÁN, YEIMY ALEXANDRA

Título de la tesis:
LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, 2022.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente0 - 20%	Regular21 - 40%	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80%	Excelente 81 - 100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					x
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					x
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					x
4. ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organización lógica.					x
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					x
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las estrategias.					x
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos.					x
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.					x
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					x
10. PERTINENCIA	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.					x

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN

Aplicable **[X]** Aplicable después de corregir **[ ]** No aplicable **[ ]**

IV. PROMEDIO DE VALIDACIÓN: 84.6 %

Ciudad universitaria 10 de octubre Del 2022	07266867		997938340
Lugar y fecha	**DNI**	**Firma del experto**	**Teléfono**

FICHA DE VALIDACIÓN PARA JUICIO DE EXPERTOS

UNMSM

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN

JUICIO DE EXPERTOS

VARIABLE PRÁCTICA DEPORTIVA

I. DATOS INFORMATIVOS

Apellido y Nombre del Informante	Especialidad del evaluador(a)	Cargo o Institución donde Labora	Nombre del Instrumento de Evaluación	Autor(a) del Instrumento
QUINTANA OTERO, RAMIRO NORBERTO	EDUCACION FÍSICA	UNMSM	FORMATO EVALUATIVO DE PRÁCTICAS DEPORTVAS	ALVARO SARMIENTO TIRADO Y JUAN C. CABREJOS RAMOS

Título de la tesis:
PRÁCTICA DEPORTIVA Y FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, 2022.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 - 20%	Regular 21 - 40%	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80%	Excelente 81 - 100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					90%
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					90%
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					88%
4. ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organización lógica.					90%
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					88%
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las estrategias.					90%
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos.					88%
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.					90%
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					90%
10. PERTINENCIA	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.					90%

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN

Aplicable **[X]** Aplicable después de corregir **[ ]** No aplicable **[ ]**

IV. PROMEDIO DE VALIDACIÓN: .....89.4%.....%

Ciudad universitaria 04 de diciembre Del 2022	**08756733**		**997248537**
Lugar y fecha	**DNI**	**Firma del experto**	**Teléfono**

FICHA DE VALIDACIÓN PARA JUICIO DE EXPERTOS

UNMSM

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOJO DE INFORMACIÓN

JUICIO DE EXPERTOS

VARIABLE FORMACIÓN INTEGRAL

I. DATOS INFORMATIVOS

Apellido y Nombre del Informante	Especialidad del evaluador(a)	Cargo o Institución donde Labora	Nombre del Instrumento de Evaluación	Autor(a) del Instrumento
QUINTANA OTERO, RAMIRO NORBERTO	EDUCACION FÍSICA	UNMSM	CUESTIONARIO FORMACIÓN INTEGRAL	SOACHA BELTRÁN, YEIMY ALEXANDRA

Título de la tesis:
PRÁCTICA DEPORTIVA Y FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, 2022.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 - 20%	Regular 21 - 40%	Buena 41 - 60 %	Muy buena 61 - 80%	Excelente 81 - 100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					90%
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					90%
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					88%
4. ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organización lógica.					90%
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					90%
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de las estrategias.					90%
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos.					88%
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.					90%
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					90%
10. PERTINENCIA	El instrumento es funcional para el propósito de la investigación.					90%

III. OPINIÓN DE APLICACIÓN

Aplicable **[X]** Aplicable después de corregir **[ ]** No aplicable **[ ]**

IV. PROMEDIO DE VALIDACIÓN: .....89.6.....%

Ciudad universitaria 09 de diciembre Del 2022	**08756733**		**997248537**
Lugar y fecha	**DNI**	**Firma del experto**	**Teléfono**

Anexo 4: Fiabilidad de los instrumentos

Fiabilidad de práctica deportiva

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,902	34

Fiabilidad de formación integral

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,969	37

Anexo 5: Matriz de datos de la prueba piloto

V A R I A B L E P R Á C T I C A D E P O R T I V A

	D. educativa													D. recreativa										D. competitiva									
	ÍTEM 1	ÍTEM 2	ÍTEM 3	ÍTEM 4	ÍTEM 5	ÍTEM 6	ÍTEM 7	ÍTEM 8	ÍTEM 9	ÍTEM 10	ÍTEM 11	ÍTEM 12	ÍTEM 13	ÍTEM 14	ÍTEM 15	ÍTEM 16	ÍTEM 17	ÍTEM 18	ÍTEM 19	ÍTEM 20	ÍTEM 21	ÍTEM 22	ÍTEM 23	ÍTEM 24	ÍTEM 25	ÍTEM 26	ÍTEM 27	ÍTEM 28	ÍTEM 29	ÍTEM 30	ÍTEM 31	ÍTEM 32	ÍTEM 33	ÍTEM 34
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	2	1	3	2	1	1
2	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4	5	5	5	4	3	4	5	5	5	5	4	3	4	3	4	5
3	4	4	5	5	5	2	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	3	5	4	5	4	5	5	4	4	1	4
4	1	4	5	5	4	4	4	5	3	5	3	4	5	2	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	1	4	4	5	5	3	1	1	1	1	4
5	3	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	3	2	3	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2
6	2	4	5	4	4	3	3	4	5	5	3	4	4	2	2	4	2	4	4	4	1	4	1	1	3	4	4	5	4	5	5	4	1	1
7	2	4	5	5	4	4	3	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	3	5	4	5	3	5	4	5	5	5	5	4	4	4	1	1	1
8	3	5	5	5	5	4	4	5	3	5	4	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	1	5	1	5	5	5	5	5	2	5	5	1	5
9	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
10	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	5	3	5	5	5	4	1	4	1	5	5	5	5	5	1	5	1	1	5
11	3	5	5	5	5	5	4	5	3	5	2	5	5	4	3	5	2	5	5	5	4	1	5	1	5	5	5	5	4	5	3	1	1	1

1	NUNCA
2	CASI NUNCA
3	A VECES
4	CASI SIEMPRE
5	SIEMPRE

V A R I A B L E F O R M A C I Ó N I N T E G R A L

	D. cognitiva						D. social							D. emocional o afectiva						D. físico o corporal						D. estética o artística						D. espiritual					
	ÍTEM 1	ÍTEM 2	ÍTEM 3	ÍTEM 4	ÍTEM 5	ÍTEM 6	ÍTEM 7	ÍTEM 8	ÍTEM 9	ÍTEM 10	ÍTEM 11	ÍTEM 12	ÍTEM 13	ÍTEM 14	ÍTEM 15	ÍTEM 16	ÍTEM 17	ÍTEM 18	ÍTEM 19	ÍTEM 20	ÍTEM 21	ÍTEM 22	ÍTEM 23	ÍTEM 24	ÍTEM 25	ÍTEM 26	ÍTEM 27	ÍTEM 28	ÍTEM 29	ÍTEM 30	ÍTEM 31	ÍTEM 32	ÍTEM 33	ÍTEM 34	ÍTEM 35	ÍTEM 36	ÍTEM 37
1	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4
2	4	5	5	5	4	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4
3	4	4	5	4	4	4	4	5	3	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	3	4	4	4	5	4	5	4	4	4
4	4	3	4	4	3	4	3	5	4	3	4	5	5	4	4	3	4	4	3	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	3	3
5	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	2	1	4	3	2	3	3	4	4	4	4
6	4	4	5	4	4	4	4	5	5	3	5	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	3	5	4	4	3	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3
7	4	5	4	5	5	4	5	5	4	3	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4
8	3	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9	4	4	5	5	5	5	3	4	4	3	4	5	5	5	4	5	3	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5
10	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
11	4	2	4	4	4	4	2	5	5	2	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	3	4	4	4	4	3	2	5	4	5	5	5	3

1	NUNCA
2	CASI NUNCA
3	A VECES
4	CASI SIEMPRE
5	SIEMPRE

Anexo 6: Matriz de datos de la aplicación de instrumentos a la muestra

VARIABLE PRÁCTICA DEPORTIVA																																		
	D. educativa													D. recreativa											D. competitiva										
	ÍTEM 1	ÍTEM 2	ÍTEM 3	ÍTEM 4	ÍTEM 5	ÍTEM 6	ÍTEM 7	ÍTEM 8	ÍTEM 9	ÍTEM 10	ÍTEM 11	ÍTEM 12	ÍTEM 13	ÍTEM 14	ÍTEM 15	ÍTEM 16	ÍTEM 17	ÍTEM 18	ÍTEM 19	ÍTEM 20	ÍTEM 21	ÍTEM 22	ÍTEM 23	ÍTEM 24	ÍTEM 25	ÍTEM 26	ÍTEM 27	ÍTEM 28	ÍTEM 29	ÍTEM 30	ÍTEM 31	ÍTEM 32	ÍTEM 33	ÍTEM 34
1	4	5	5	5	4	3	3	5	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	4	5	3	2	3	3	4	4	4	4	5	4	4	3	1	5
2	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	3	1	5	5	5	5	5	1	5	1	1	1
3	3	5	4	5	5	2	3	4	5	5	3	4	5	2	4	5	5	3	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	3	1	3	3	3	3
4	4	5	5	5	5	4	4	5	3	5	4	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	1	5	1	5	5	5	5	5	3	5	5	3	5
5	3	4	4	3	4	3	4	5	5	5	5	5	3	5	4	5	5	4	5	4	3	3	5	5	5	4	4	5	3	1	5	5	5	5
6	3	5	5	5	4	3	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	3	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1
7	3	5	5	5	4	3	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3	3	1	5	5	5	5	4	1	1	1	1	3
8	3	5	5	5	4	3	3	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3	4	4	5	5	5	4	4	2	2	2	2	2
9	4	5	5	5	4	3	3	5	4	5	5	5	4	5	3	5	5	5	5	5	3	2	3	5	4	3	3	5	4	5	5	3	4	4
10	3	5	5	5	5	4	3	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	3	3	2	2	4
11	3	5	5	5	5	3	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4
12	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
13	2	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	2	4	4	5	2	5	5	4	5	5	5	1	5
14	3	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	1	4
15	3	4	4	4	4	4	4	5	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	5	4	3	4	4	4	3	3	4	4	1	4	1	1	1
16	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
17	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	1	2	2	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5
18	3	5	4	5	3	3	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	4
19	1	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	4	5	5	5	5	5	1	5	1	2	3
20	3	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5
21	3	5	5	5	4	3	4	5	3	5	3	5	5	3	3	3	3	3	5	5	5	4	4	3	5	5	5	4	3	1	2	1	1	5
22	3	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	5	3	3	5	3	5	5	5	4	2	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5	1	5
23	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	1	3	3	5	5	5	5	5	1	2	2	1	5
24	2	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	3	2	2	3	4	5	5	5	5	5	5	3	1	5
25	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4
26	3	5	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	5	5	2	3	4	4	5	2	1	1
27	3	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	3	5	4	5	5	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	1	5
28	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	2	2	3	4	4	4	4	4	5	4	4	3	3
29	2	5	4	5	4	4	3	5	4	5	5	5	5	3	3	5	3	5	5	5	3	5	2	3	5	5	5	5	2	1	3	1	1	1
30	3	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	3	2	3	3	4	5	5	5	4	1	5	1	1	1
31	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	4	5	5	5	2	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	4
32	3	4	4	4	5	3	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4
33	5	5	5	5	5	2	4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	2	3	5	4	5	5	5	5	5	5	4	1	3
34	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	1	1	5	5	5	5	5	5	1	5	5	1	5
35	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
36	1	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	1	5	5	1	5	1	5	5
37	4	4	4	4	3	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4
38	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4
39	3	5	5	5	4	3	4	4	5	4	5	4	4	2	2	2	3	4	4	5	4	1	3	4	5	5	5	5	4	1	4	1	1	5
40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
41	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	4	2	1	5
42	2	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	4	3	5	3	4	4	5	3	3	3	4	5	5	5	3	3	2	3	2	2	3
43	2	4	5	5	3	3	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	3	5	4	3	3	3	3	3	3	4	4	1	2	1	1	5
44	2	4	4	4	5	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	2
45	4	5	5	5	5	3	3	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	2	2	1	1

46	3	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	1	3	3	5	5	5	5	5	3	5	5	1	5
47	3	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3	2	3	3	5	5	5	5	2	1	2	1	1	3
48	3	5	5	5	5	5	3	5	3	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	1	1	5
49	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	2	4	3	5	4	5	4	5	5	5	4	1	5
50	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	1	1	1	5	5	5	5	5	5	1	5	5	1	5
51	5	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	3	3	3	5	5	5	5	5	5	1	2	1	1	2
52	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4
53	2	5	5	5	4	3	4	5	4	5	4	5	5	3	4	5	4	5	5	5	1	2	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5
54	4	5	5	5	5	4	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	3	1	1	1	5	5
55	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	3	2	4	4	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2
56	3	5	5	5	5	4	4	5	3	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	3	5	1	4	5	5	5	5	1	1	1	5	5
57	5	5	5	5	4	4	3	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	3	5	5	4	3	5	4
58	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	3	5	5	5	5	3	3	3	3	1	5
59	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	5	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	5	4	4	5	5	3	4	2	2	4
60	3	5	5	5	5	5	3	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	2	3	1	1	1
61	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	2	4	4	4	5	4	1	5	4	1	1
62	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	3	3	4	5	5	5	5	5	5	2	3	3	5	5
63	5	4	5	4	3	1	3	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	4
64	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
65	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
66	3	5	5	5	5	4	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	1	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
67	4	5	5	5	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	3	3	3	4	1	1	1	1	5
68	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	1	1	1	1	5	5	5	5	5	1	5	4	1	4
69	4	4	5	3	3	4	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2
70	3	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	2	4	5	4	4	4	1	3	1	1	4
71	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	3	2	1	5	5	5	5	4	4	5	4	2	5
72	2	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	3	3	5	4	4	5	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	4
73	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	2	1	5	5	5	5	5	3	3	3	2	5
74	2	5	4	4	4	2	3	4	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	3	4	5	1	4	2	4	4	3	3	3	2	4	5	4	4
75	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	3	1	4	4	4	2	3	1	2	4	1	1
76	2	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5
77	3	4	5	4	4	3	3	5	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	5	5	1	5	2	2	3
78	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
79	3	5	3	4	5	3	4	5	3	4	3	4	3	2	4	5	3	4	4	5	3	2	3	4	4	4	4	5	4	1	4	1	1	1
80	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	1	2	4	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5
81	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
82	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	3	3	5	5	5	5	5	5	3	2	3	2	5

	ESCALAS
1	NUNCA
2	CASI NUNCA
3	A VECES
4	CASI SIEMPRE
5	SIEMPRE

VARIABLE FORMACIÓN INTEGRAL

	D. cognitiva						D. social							D. emocional o afectiva						D. físico o corporal						D. estética o artística						D. espiritual					
	ÍTEM 1	ÍTEM 2	ÍTEM 3	ÍTEM 4	ÍTEM 5	ÍTEM 6	ÍTEM 7	ÍTEM 8	ÍTEM 9	ÍTEM 10	ÍTEM 11	ÍTEM 12	ÍTEM 13	ÍTEM 14	ÍTEM 15	ÍTEM 16	ÍTEM 17	ÍTEM 18	ÍTEM 19	ÍTEM 20	ÍTEM 21	ÍTEM 22	ÍTEM 23	ÍTEM 24	ÍTEM 25	ÍTEM 26	ÍTEM 27	ÍTEM 28	ÍTEM 29	ÍTEM 30	ÍTEM 31	ÍTEM 32	ÍTEM 33	ÍTEM 34	ÍTEM 35	ÍTEM 36	ÍTEM 37
1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	5	4	4	4	5	4	4	5
2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	3	3	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4
4	4	4	5	5	5	5	3	3	5	3	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	4	3	3	2	4	3	3	5	5	4	4	5	3	5	5	3	3	3	2	4	4	3	4	2	2	2	3	4	3	2	4	3	2	2	4	4	3
6	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	4	3	3	4	5	4	4	4	5	5	4	4	2	2	4	4	3	4	5	5	4	4	4
7	4	5	4	4	5	4	4	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	2	5	5	4	5	3	3
8	4	5	5	5	4	4	4	5	5	3	4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9	4	4	3	4	3	4	5	5	4	2	4	5	5	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	3	3	2	2	2	4	4	5	3	2	5	4	3	5
10	4	4	4	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5
11	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
12	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
13	3	2	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	1	1	1	5	5	5	5	2	5	5	5	4
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
15	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	1	3	3	4	4	4	4
16	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
17	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	5	5	5	4	5
18	4	3	4	3	3	3	3	5	5	4	4	4	4	5	3	3	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	5
19	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
20	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
21	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	5	5	5	5
22	3	4	3	3	4	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	5	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	4	5	3	4
23	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
24	4	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5
26	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2	4
27	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	5	5
28	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
29	3	3	3	4	5	4	2	4	4	1	3	5	5	4	4	4	2	4	4	4	5	5	4	4	3	3	3	2	5	3	1	3	2	5	3	1	4
30	4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	3	5	5	4	3	4	5	5	5	5
31	4	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4
32	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5
33	4	5	4	5	4	4	4	4	4	2	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5	5	5	3	4	2	3	5	4	4	5	4	4	5	4	4
34	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
35	4	3	4	4	3	5	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	3	5	3	5	4	5	4	3	5	3	5	5	4	4	4	4	5	4	3	5
36	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
37	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
38	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3
39	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5
40	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
41	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	3	5
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
43	2	3	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	5	3	4	5	4
44	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	1	1	3	4	3	2	3	4	4	3	4
45	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

46	3	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5
47	4	4	4	5	4	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	3	4	4	4	4	4
48	3	4	4	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5
49	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5
50	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	2	3	2	5	5	5	5	4	5	5	2
51	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4
52	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3
53	4	4	4	4	4	5	4	4	2	2	3	3	4	5	3	3	3	3	3	4	4	4	5	5	5	2	2	2	5	3	5	3	4	5	3	5
54	4	4	4	4	4	3	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	4	5	4	5	5	5	5	4	4
55	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
56	4	4	4	5	5	3	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	3	3	4	5	5	3
57	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	3	5	5	4	4	5	3	5	4	5	5	5	4	4
58	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5
59	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4
60	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5
61	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4
62	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5
63	4	5	4	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	5	4
64	3	3	3	5	5	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
65	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	3	5	3	4	4	5	4	5
66	4	5	5	5	4	5	4	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4
67	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
68	4	4	4	4	4	4	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
69	4	5	5	4	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
70	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	5	4	3	2	3	5	4	4	4	4	4	5	4
71	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5
72	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	5	3	3	3	2	5	4	4	3	4	4	4	3
73	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
74	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	5
75	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
76	5	5	5	5	4	5	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	3	2	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4
77	3	4	4	5	4	5	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	5	4	3	4	3	3
78	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
79	2	3	2	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	5	4	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	5	3
80	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5
81	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
82	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4

ESCALAS	
1	NUNCA
2	CASI NUNCA
3	A VECES
4	CASI SIEMPRE
5	SIEMPRE

Anexo 7: Capturas pantalla de los resultados descriptivos (spss)

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

V1_Practica_deportiva (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

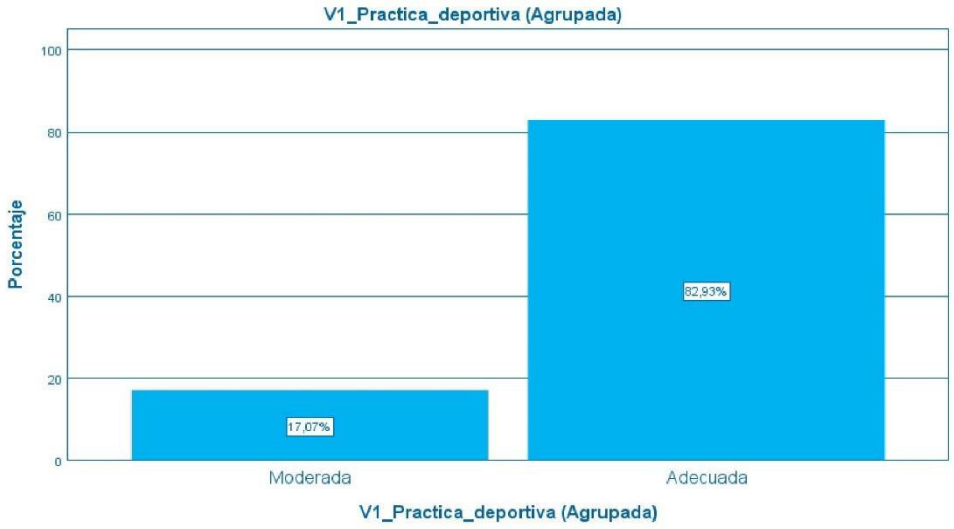
Frecuencias - V1_Practica_deportiva (Agrupada) - diciembre 26, 2022

V1_Practica_deportiva (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	14	17,1	17,1	17,1
	Adecuada	68	82,9	82,9	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

D1_Pract.deport.educativa (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

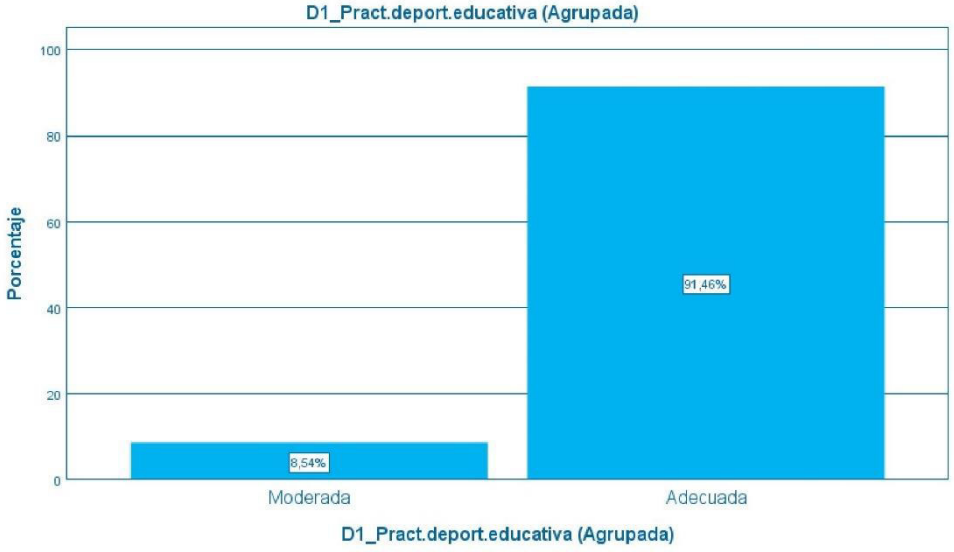
Frecuencias - D1_Pract.deport.educativa (Agrupada) - diciembre 26, 2022

D1_Pract.deport.educativa (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	7	8,5	8,5	8,5
	Adecuada	75	91,5	91,5	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

D2_Pract.deport.recreativa (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

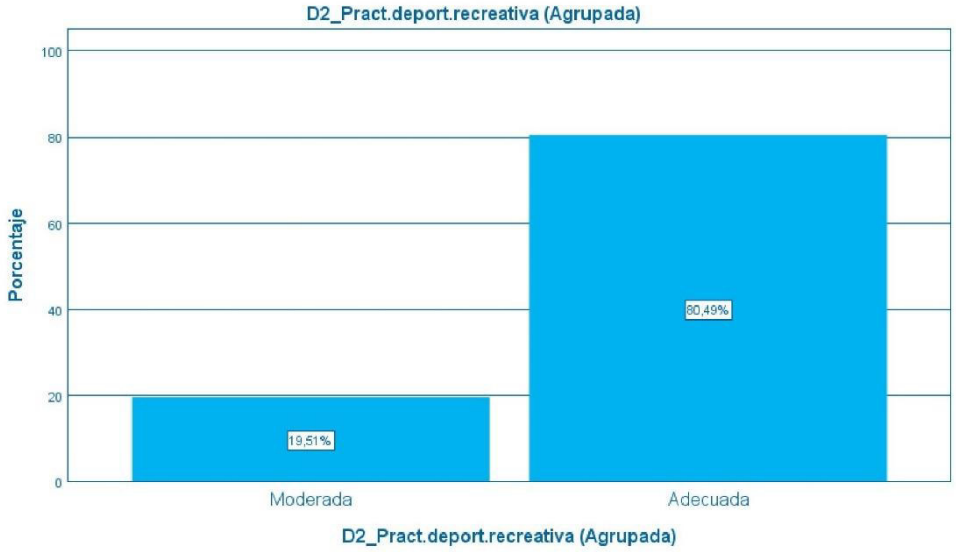
Frecuencias - D2_Pract.deport.recreativa (Agrupada) - diciembre 26, 2022

D2_Pract.deport.recreativa (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	16	19,5	19,5	19,5
	Adecuada	66	80,5	80,5	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

```
FREQUENCIES VARIABLES=D3_Pract.deporti.competi
  /BARCHART PERCENT
  /ORDER=ANALYSIS.
```

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

D3_Pract.deport.competitiva (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

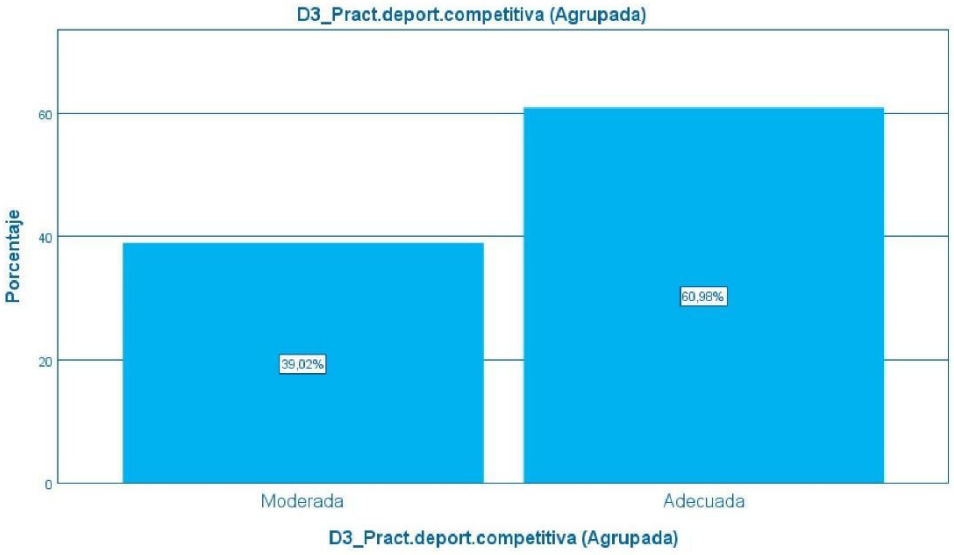
Frecuencias - D3_Pract.deport.competitiva (Agrupada) - diciembre 26, 2022

D3_Pract.deport.competitiva (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	32	39,0	39,0	39,0
	Adecuada	50	61,0	61,0	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

V2_Formacion_integral (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

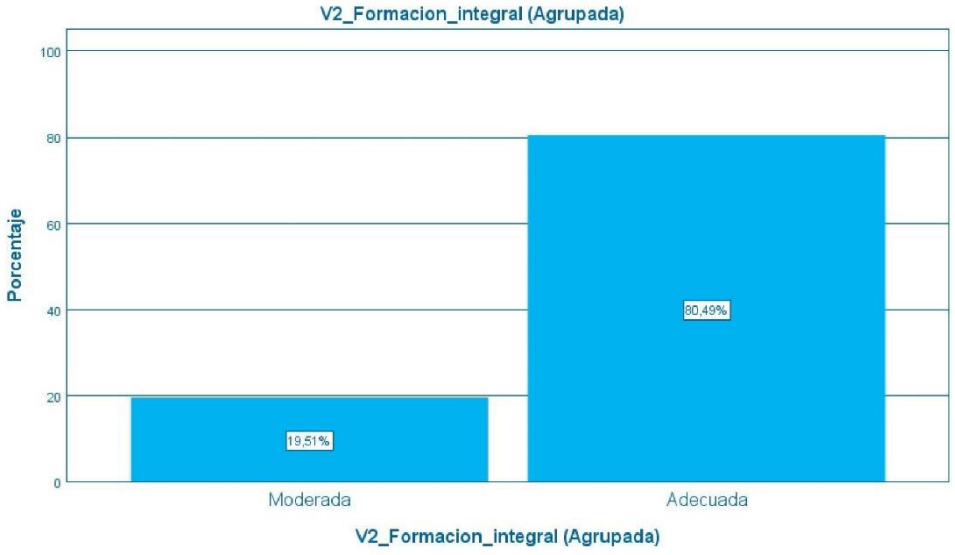
Frecuencias - V2_Formacion_integral (Agrupada) - diciembre 26, 2022

V2_Formacion_integral (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	16	19,5	19,5	19,5
	Adecuada	66	80,5	80,5	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

D1_Cognitiva (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

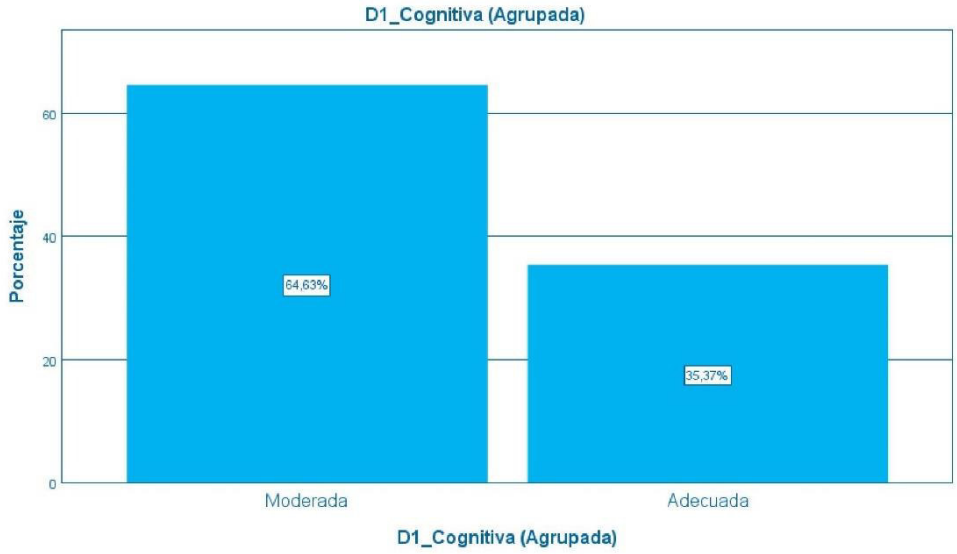
Frecuencias - D1_Cognitiva (Agrupada) - diciembre 26, 2022

D1_Cognitiva (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	53	64,6	64,6	64,6
	Adecuada	29	35,4	35,4	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

D2_Social (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

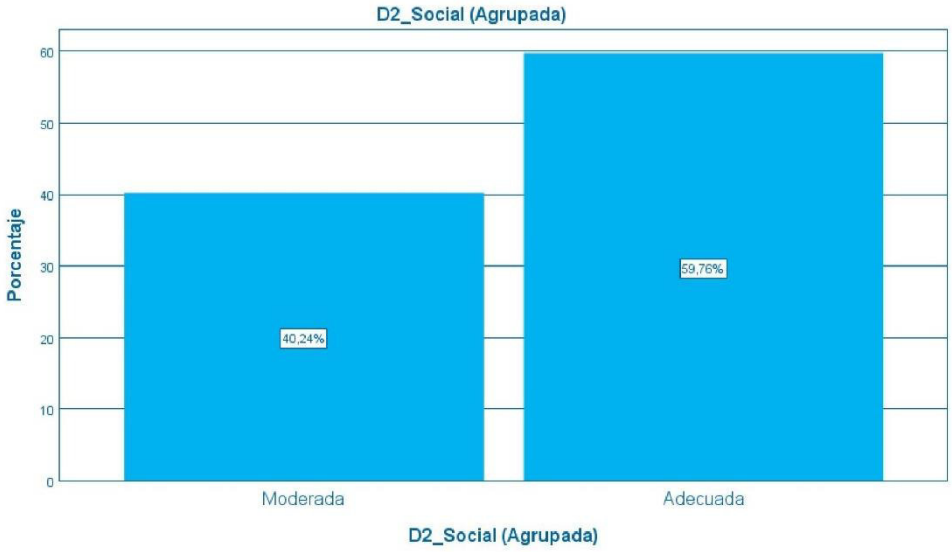
Frecuencias - D2_Social (Agrupada) - diciembre 26, 2022

D2_Social (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	33	40,2	40,2	40,2
	Adecuada	49	59,8	59,8	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

D3_Emocional (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

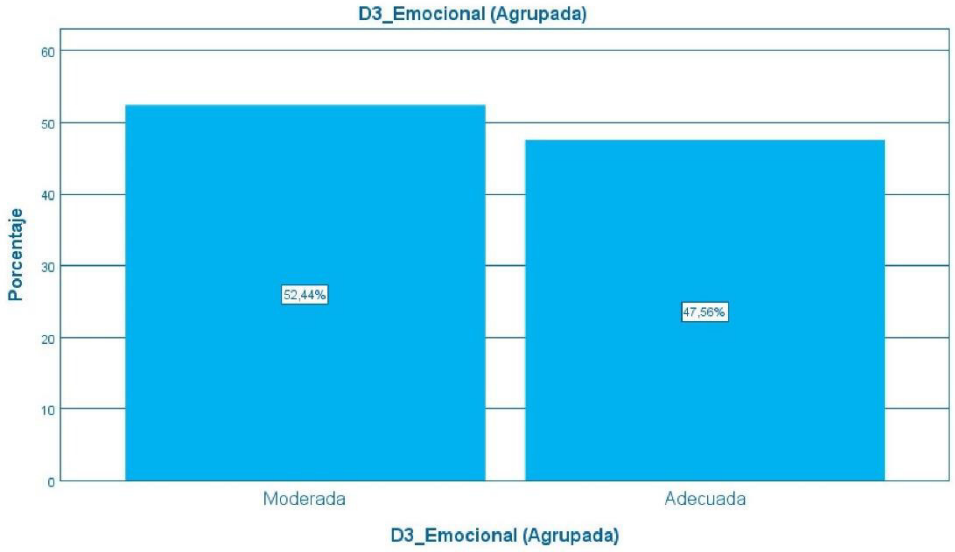
Frecuencias - D3_Emocional (Agrupada) - diciembre 26, 2022

D3_Emocional (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	43	52,4	52,4	52,4
	Adecuada	39	47,6	47,6	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

D4_Fisico (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

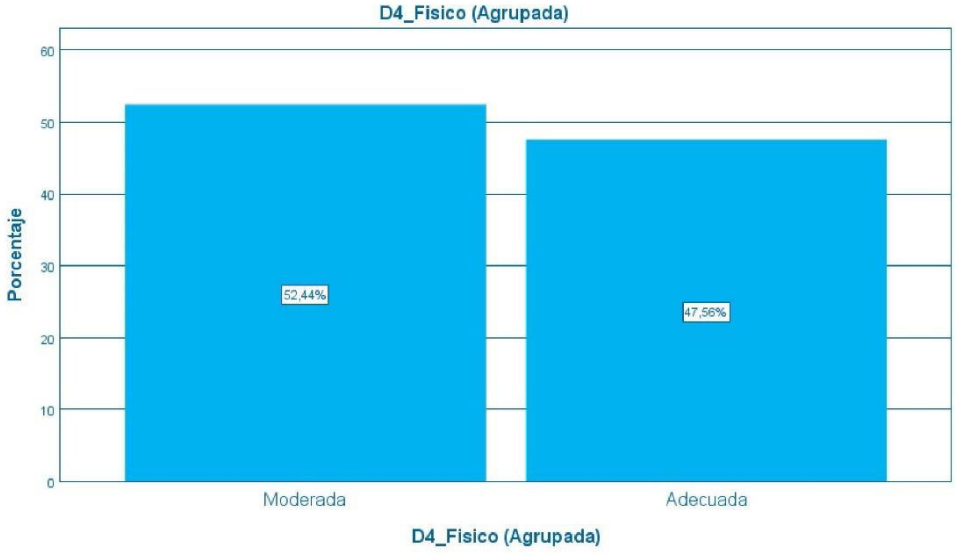
Frecuencias - D4_Fisico (Agrupada) - diciembre 26, 2022

D4_Fisico (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	43	52,4	52,4	52,4
	Adecuada	39	47,6	47,6	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

D5_Estetica (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

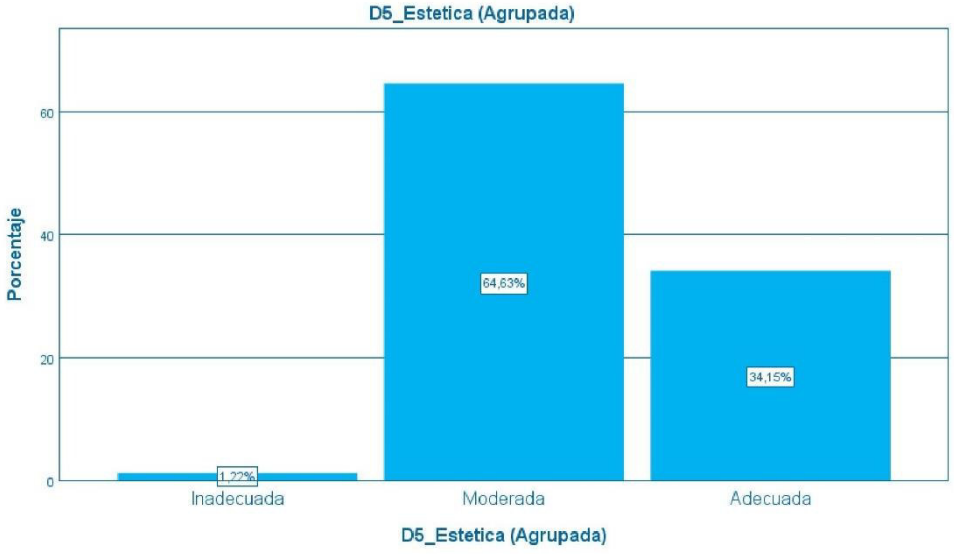
Frecuencias - D5_Estetica (Agrupada) - diciembre 26, 2022

D5_Estetica (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Inadecuada	1	1,2	1,2	1,2
	Moderada	53	64,6	64,6	65,9
	Adecuada	28	34,1	34,1	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Frecuencias

Frecuencias - Estadísticos - diciembre 26, 2022

Estadísticos

D6_Espiritual (Agrupada)

N	Válido	82
	Perdidos	0

Frecuencias

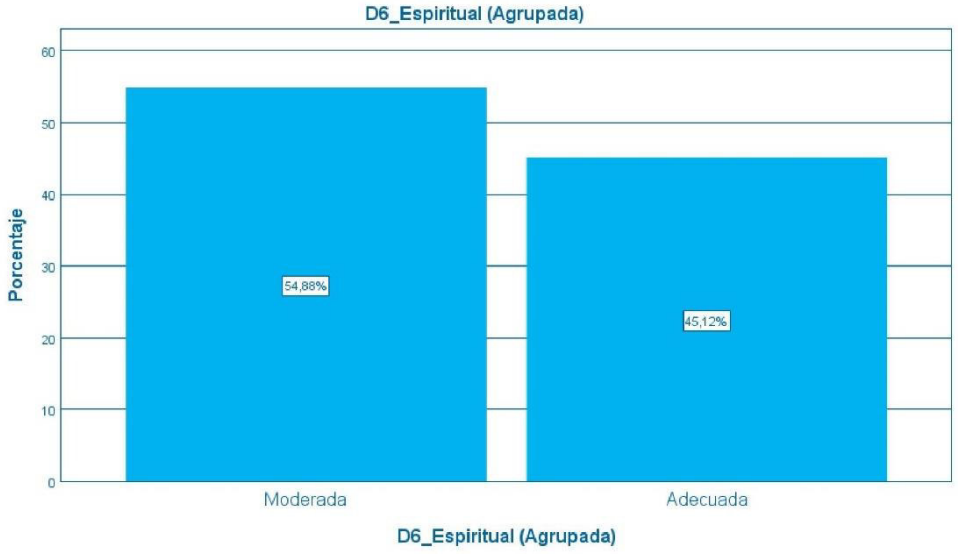
Frecuencias - D6_Espiritual (Agrupada) - diciembre 26, 2022

D6_Espiritual (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Moderada	45	54,9	54,9	54,9
	Adecuada	37	45,1	45,1	100,0
	Total	82	100,0	100,0	

Frecuencias

Frecuencias - Gráfico de barras - diciembre 26, 2022



Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

Anexo 8: Capturas pantalla de los resultados inferenciales (spss)

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Correlaciones no paramétricas
Correlaciones no paramétricas - Conjunto de datos activo - diciembre 26, 2022

[ConjuntoDatos0] C:\Users\USUARIO\Desktop\ESTADISTICA DE TESIS II- 2022\RONALDINHO

Correlaciones no paramétricas
Correlaciones no paramétricas - Correlaciones - diciembre 26, 2022

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	V2_Formacion_integral
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,604**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	V2_Formacion_integral	Coeficiente de correlación	,604**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Registro
Registro - Registro - diciembre 26, 2022

Correlaciones no paramétricas
Correlaciones no paramétricas - Correlaciones - diciembre 26, 2022

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D1_Cognitiva
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,610**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D1_Cognitiva	Coeficiente de correlación	,610**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Registro
Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Correlaciones no paramétricas

Correlaciones no paramétricas - Correlaciones - diciembre 26, 2022

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D2_Social
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,567**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D2_Social	Coeficiente de correlación	,567**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

Correlaciones no paramétricas

Correlaciones no paramétricas - Correlaciones - diciembre 26, 2022

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D3_Emocional
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,523**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D3_Emocional	Coeficiente de correlación	,523**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

Correlaciones no paramétricas

Correlaciones no paramétricas - Correlaciones - diciembre 26, 2022

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D4_Fisico
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,556**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D4_Fisico	Coeficiente de correlación	,556**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

IBM SPSS Informe web - Resultado2.spv

Correlaciones no paramétricas

Correlaciones no paramétricas - Correlaciones - diciembre 26, 2022

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D5_Estetica
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,470**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D5_Estetica	Coeficiente de correlación	,470**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

Correlaciones no paramétricas

Correlaciones no paramétricas - Correlaciones - diciembre 26, 2022

Correlaciones

			V1_Practica_deportiva	D6_Espiritual
Rho de Spearman	V1_Practica_deportiva	Coeficiente de correlación	1,000	,539**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	82	82
	D6_Espiritual	Coeficiente de correlación	,539**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	82	82

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

Registro

Registro - Registro - diciembre 26, 2022

Anexo 9: Dictamen de proyecto y asesor

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA
"Carlos Cáceres Álvarez"

CARTA DE ACEPTACIÓN DE ASESORÍA DE TESIS

Yo, **ALARCON DÍAZ MITCHELL ALBERTO**, docente de la Escuela Profesional de Educación Física de la Facultad de Educación de la UNMSM, identificado(a) con código docente **Nº 0A5914,** he revisado el proyecto de tesis titulado:

"LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, AÑO 2022"

Del alumno (a) **JACINTO RAYMUNDO RONALDINHO**, con código de matrícula **N° 18060302** para la obtención del título profesional de Licenciado en Educación Física.

En tal sentido, doy fe que el proyecto cumple con los requisitos exigidos por la R.D. N° 000389-2021-D-FE/UNMSM Directiva de la Facultad de Educación para la obtención del Grado Académico de Bachiller y Título Profesional.

Por lo tanto, acepto asesorar la referida tesis.

Lima 20 de diciembre del 2022

Docente de la EPEF - UNMSM

Anexo 10: Instrumentos de recolección de datos

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE PRÁCTICA DEPORTIVA EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. DECANA DE AMÉRICA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
Escuela Profesional de Educación Física

DATOS INFORMATIVOS:
BASE: ☐

DATOS BÁSICOS DEL ENCUESTADO:
SEXO: Masculino ☐ Femenino ☐ EDAD: ☐

INSTRUCCIONES

La encuesta es anónima. Contesta con toda sinceridad ya que sus respuestas nos ayudarán a establecer relación que existe entre práctica deportiva y la formación integral.
Marca y/o selecciona según lo que consideres conveniente:

1= Nunca 2= Casi nunca 3= A veces
4= Casi siempre 5= Siempre.

N°	PRÁCTICA DEPORTIVA	1	2	3	4	5
	Práctica deportiva educativa					
1	¿Practicas actividades lúdicas (Juegos mentales, juegos de mesa, sudokus, otros) regularmente?					
2	¿Consideras que la práctica deportiva favorece el desarrollo de la capacidad cognitiva y reduce el estrés académico?					
3	¿Consideras importante que se promueva talleres deportivos de especialidad en la EPEF?					
4	¿Consideras que la EPEF debe tener convenios con entidades que incluyan a los estudiantes en la organización de grandes eventos deportivos?					

5	¿Identificas los ejercicios específicos de activación y vuelta a la calma según la actividad deportiva?					
6	¿Tienes conocimientos sobre nutrición básica para una dieta equilibrada y beneficiosa?					
7	¿Consumes alimentos sanos y nutritivos que permitan fortalecer tu bienestar personal?					
8	¿Consideras que la práctica deportiva ayuda en los estudiantes a obtener un estilo de vida saludable?					
9	¿Mantienes el hábito de rehidratación de manera continua?					
10	¿Consideras que la práctica educativa deportiva mejora tu actitud y estado de ánimo para desarrollar con las actividades académicas?					
11	¿Realizas actividades deportivas para mejorar la integración con los demás?					
12	¿Consideras que la práctica deportiva promueve valores en tu formación profesional?					
13	¿Consideras que la práctica deportiva modifica positivamente la conducta de valores en los estudiantes universitarios?					
	Práctica deportiva recreativa					
14	¿Practicas actividades deportivas de recreación (caminar, trotar, bailar, aeróbicos, otros) de manera grupal?					
15	¿Realizas con frecuencia actividades de recreación en tu tiempo libre?					
16	¿Consideras que la práctica de actividades recreativas favorece el desarrollo de la capacidad creativa?					
17	¿Realizas actividades deportivas recreativas para divertirte e integrarte con los demás?					
18	¿Tienes interés por el deporte y lo practicas lo suficiente como para estar en un estado óptimo de condición física?					
19	¿Consideras que la práctica deportiva recreativa fomenta un mejor desenvolvimiento psicosocial?					
20	¿Eres consciente que la práctica deportiva beneficia tu salud para una calidad de vida?					
21	¿Redujiste o dejaste de practicar alguna actividad deportiva por motivos de trabajo y/o economía?					
22	¿Redujiste o dejaste de practicar alguna actividad deportiva por pereza y desgano?					
23	¿Redujiste o dejaste de practicar alguna actividad deportiva porque no dispones de tiempo?					
24	¿Redujiste o dejaste de practicar alguna actividad deportiva por lesiones?					
	Práctica deportiva competitiva					
25	¿Consideras que la práctica deportiva competitiva favorece el desarrollo de tus capacidades físicas?					

26	¿Consideras que la práctica deportiva competitiva favorece el desarrollo del liderazgo?					
27	¿Consideras que la competencia deportiva fomenta la disciplina de una persona?					
28	¿Realizas actividades deportivas competitivas de manera sana y ética?					
29	¿Las derrotas y/o desilusiones te han servido para sobreponerte y superar las adversidades en todos los aspectos de tu vida?					
30	¿Perteneces a algún equipo representativo de la facultad o de la universidad?					
31	¿Practicas actividades deportivas competitivas (Futbol, baloncesto, atletismo, voleibol, otros)?					
32	¿Participas en ligas o competiciones deportivas locales, provinciales o nacionales?					
33	¿Perteneces a una federación deportiva?					
34	¿Te desempeñas laboralmente en entidades deportivos públicos o privados (academias, federaciones, y otros)?					

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE FORMACIÓN INTEGRAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. DECANA DE AMÉRICA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
Escuela Profesional de Educación Física

DATOS INFORMATIVOS:

BASE: ☐

DATOS BÁSICOS DEL ENCUESTADO:

SEXO: Masculino ☐ Femenino ☐ EDAD: ☐

INSTRUCCIONES

La encuesta es anónima. Contesta con toda sinceridad ya que sus respuestas nos ayudarán a establecer relación que existe entre práctica deportiva y la formación integral.

Marca y/o selecciona según lo que consideres conveniente:

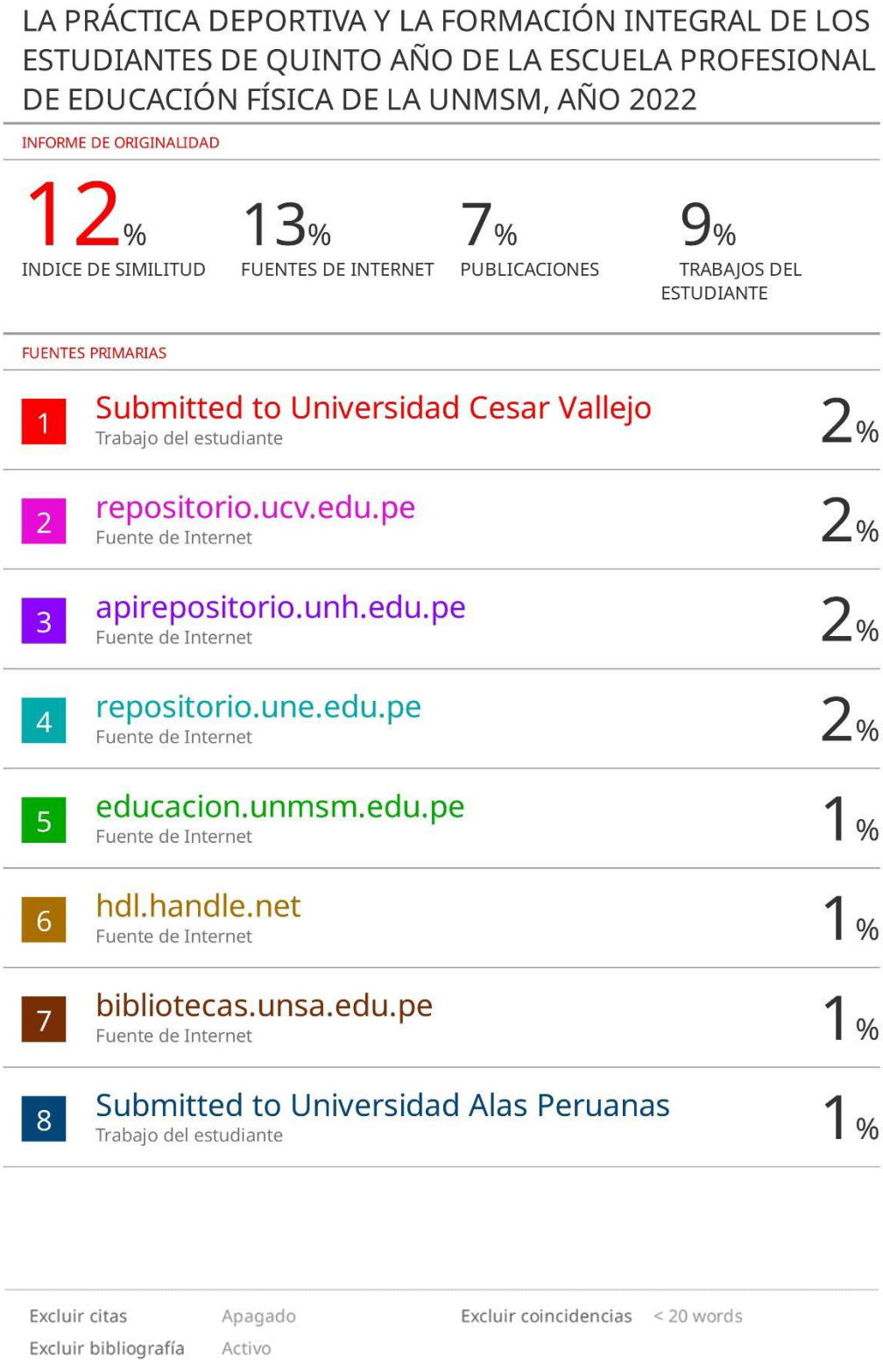
1= Nunca total 2= Casi nunca 3= A veces
4= Casi siempre 5= Siempre.

N°	FORMACIÓN INTEGRAL	1	2	3	4	5
	Dimensión cognitiva					
1	¿Consideras que tienes una amplia variedad de herramientas didácticas para desarrollar aprendizajes significativos?					
2	¿Estimulas la evaluación cooperativa y continua en clases?					
3	¿Comprendes las diferentes situaciones a través de la observación, la comparación y reflexión?					
4	¿Promueves el uso de aprendizajes obtenidos y experiencias para resolver situaciones problemáticas en la vida?					
5	¿Aplicas los procesos de enseñanza-aprendizaje para afianzar las capacidades cognitivas (atención, percepción, observación, memoria y lenguaje)?					
6	¿Interpretas con criterio las diversas situaciones y contextos de forma adecuada?					
	Dimensión social					

7	¿Promueves acciones en los estudiantes para reciclar y cuidar el medio ambiente?					
8	¿Promueves el diálogo para dar solución a situaciones conflictivas en los diversos contextos sociales?					
9	¿Estimulas la participación estudiantil en las diferentes actividades escolares, eventos recreativos y deportivos?					
10	¿Promueves la participación e integración de los padres y/o apoderados en la convivencia de los estudiantes?					
11	¿Fomentas en los estudiantes el uso de cualidades positivas hacia sí mismo y otros?					
12	¿Promueves el trabajo en grupo para el desarrollo de aprendizajes cooperativos?					
13	¿Fomentas la participación, integración y la cooperación entre los estudiantes para afirmar su autoestima?					
	Dimensión emocional o afectiva					
14	¿Muestras predisposición para escuchar y entender a otros (estudiantes, docentes, padres de familia, compañeros, etc.)?					
15	¿Propones actividades para promover el auto reconocimiento y respeto por el otro?					
16	¿Procuras fomentar espacios para el diálogo y así conocer dificultades y vivencias de nuevas experiencias?					
17	¿Motivas a los estudiantes a reflexionar sobre sus acciones a partir de la autoevaluación y coevaluación?					
18	¿Generas actividades lúdicas para que los estudiantes expresen emociones, sentimientos y vivencias?					
19	¿Motivas a los estudiantes a conocer sus propias emociones y a expresarse mediante actividades colectivas?					
	Dimensión físico o corporal					
20	¿Fomentas el reconocimiento del esquema corporal en los estudiantes?					
21	¿Fomentas la expresión corporal de emociones, situaciones y experiencias en tus clases?					
22	¿Propones actividades que implican coordinación motriz fina y gruesa?					
23	¿Desarrollas las competencias, capacidades y desempeños de manera adecuada para tus clases?					
24	¿Promueves hábitos de aseo, orden y presentación personal?					
25	¿Inculcas conocimiento en los estudiantes sobre la buena alimentación y dieta equilibrada?					
	Dimensión estética o artística					
26	¿Fomentas el desarrollo de la sensibilidad, la imaginación y la creatividad a través de expresiones artísticas?					
27	¿Utilizas diferentes expresiones artísticas como la danza, teatro y la plástica para que los estudiantes comuniquen su visión del mundo?					
28	¿Utilizas experiencias culturales propias de la comunidad como fiestas patronales, tradiciones, narraciones y costumbres para comprender y revalorar la realidad e identidad?					
29	¿Comprendes la participación y rol que cumple un docente de educación física en la organización de actividades recreativas, actividad físicas y deportivas?					

30	¿Reconoces y orientas a los estudiantes en promover sus talentos particulares?					
31	¿Promueves actividades predeportivas y deportivas extracurriculares?					
	Dimensión espiritual					
32	¿Promueves la comunicación continua con otros docentes para conocer la situación de los estudiantes?					
33	¿Propicias tiempos para que los estudiantes reflexionen sobre la importancia de valorarse a sí mismos y a los otros como seres humanos?					
34	¿Reconoces que tus acciones y mensajes como docente tienen influencia en los estudiantes?					
35	¿Fomentas en los estudiantes la reflexión sobre sus propias acciones y las consecuencias de estas?					
36	¿Promueves la celebración de diferentes eventos (día del niño, estudiante, la familia, convivencia, fiestas culturales) para fortalecer la identidad del estudiante con la institución y comunidad?					
37	¿Reconoces e interactúas con los estudiantes sobre sus planes y el sentido de la vida?					

Anexo 11: Informe de Originalidad de Turnitin



LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO AÑO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNMSM, AÑO 2022

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%	13%	7%	9%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	apirepositorio.unh.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	educacion.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
7	bibliotecas.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	1%

Excluir citas	Apagado	Excluir coincidencias	< 20 words
Excluir bibliografía	Activo		