

**Cultura física y su influencia de  
Habilidades académicas en educación Basic**

physical culture and its influence on academic skills in basic education.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17132644>

**AUTORES:** Reyes Campoverde Wellington David

Castro Cotto Michelle Elizabeth

Jiménez Martínez Rommel Daniel

Zambrano Fernández Nallely Susana

**DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA:** [wreyesc@fcjse.utb.edu.ec](mailto:wreyesc@fcjse.utb.edu.ec)

Fecha de recepción: 15 / 07 / 2025

Fecha de aceptación: 04 / 08 / 2025

**RESUMEN**

La presente investigación tiene como objetivo demostrar la influencia de la cultura física en el desarrollo de habilidades académicas de los estudiantes de sexto año de Educación Básica de la Unidad Educativa “Paulo Freire” durante el periodo académico 2025-2026. Para esta investigación se aplicó un enfoque mixto (cualitativo y cuantitativo). Además, se empleó un diseño de investigación descriptiva y de campo.

1. Estudiante de Educación Básica, Universidad Técnica de Babahoyo.

[wreyesc@fcjse.utb.edu.ec](mailto:wreyesc@fcjse.utb.edu.ec)

2. Estudiante de Educación Básica, Universidad Técnica de Babahoyo

[elizabethcastro7@gmail.com](mailto:elizabethcastro7@gmail.com)

3. Estudiante de Educación Básica, Universidad Técnica de Babahoyo.

[rjimenezm@fcjse.utb.edu.ec](mailto:rjimenezm@fcjse.utb.edu.ec)

4. Estudiante de Educación Básica, Universidad Técnica de Babahoyo.

[nzambrano783@fcjse.utb.edu.ec](mailto:nzambrano783@fcjse.utb.edu.ec)

---

Para recopilar datos e información se utilizó una encuesta estructurada la cual fue posible llevar a cabo mediante el cuestionario.

Los resultados evidenciaron una influencia significativa y positiva de la cultura física en el desarrollo de habilidades académicas de los estudiantes. En conclusión, impulsar un entorno escolar donde se promueva la cultura física de forma consciente ayuda a mejorar la calidad del proceso educativo, por lo tanto, la actividad física mejora la motivación de los estudiantes e incrementa el interés por participar activamente en el proceso educativo, permitiendo el desarrollo de habilidades académicas y obteniendo un mejor desempeño académico de los estudiantes.

**Palabras clave:** Cultura física, Educación, Motivación, Desempeño Académico, Influencia.

## ABSTRACT

This research aims to demonstrate the influence of physical education on the development of academic skills among sixth-grade students at the “Paulo Freire” Educational Unit during the 2025-2026 academic year. A mixed qualitative and quantitative approach was applied for this research. A descriptive and field research design was also employed. A structured survey was used to collect data and information, which was conducted using a questionnaire. The results showed a significant and positive influence of physical education on the development of students’ academic skills. In conclusion, fostering a school environment where physical education is consciously promoted helps improve the quality of the educational process. Therefore, physical activity improves students’ motivation and increases their interest in actively participating in the educational process, enabling the development of academic skills and achieving better academic performance.

**Keywords:** Physical culture, Education, Motivation, Academic performance, Influence.

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación aborda el análisis de la cultura física y su influencia en las habilidades académicas de los estudiantes de sexto año de Educación Básica de la Unidad Educativa Paulo Freire, durante el periodo lectivo 2025–2026. En este sentido, es importante considerar cómo la cultura física va más allá de lo académico y se transforma en un elemento clave en la formación individual y social del estudiante. Puede entenderse como una forma de vida, una manera de ser y de estar en el mundo. Implicando conciencia y valoración del propio cuerpo, disposición para el movimiento, responsabilidad en el

cuidado de la salud, apreciación por la belleza y diversidad de las expresiones corporales (EUROINNOVA, 2022). Desde esta comprensión integral del cuerpo, el movimiento adquiere un papel fundamental, ya que permite explorar cómo las actividades físicas influyen positivamente en el desarrollo de habilidades académicas. “Las habilidades académicas son talentos y hábitos que benefician actividades académicas como el aprendizaje” (XCL, 2025). Estas habilidades mantienen a los estudiantes enfocados y motivados para desempeñarse bien, completar sus proyectos y administrar múltiples tareas a la vez, lo que aumenta su productividad y éxito en la escuela. Según (Reyes, 2023), las habilidades académicas son aquellas herramientas y destrezas que necesita una persona para desempeñarse exitosamente en el ámbito académico, tanto en el aula de clase como fuera de ella. (Avila y otros, 2022), sugieren que es fundamental comprender qué es la cultura física debido a que representa una influencia positiva en el rendimiento académico de los estudiantes, al contribuir a mejorar su concentración, memoria y capacidad de resolución de problemas o pensamiento crítico. También comprende aspectos relacionados con la salud, la buena alimentación y el descanso, los cuales forman parte esencial de sus prácticas (Jervis, 2020), afirma que “la cultura física promueve hábitos de vida saludables, fomentando la autorregulación, la prevención de enfermedades y el fortalecimiento de la autoestima”. La cultura física no solo beneficia al cuerpo, sino que también tiene un impacto significativo en la salud mental y emocional de las personas. La actividad física está asociada con la reducción de los niveles de estrés, ansiedad, depresión y promueve la liberación de endorfinas, conocidas como las hormonas de la felicidad. Estas sustancias químicas naturales mejoran el estado de ánimo y proporcionan una sensación de bienestar

general. En el entorno educativo, por ejemplo, los estudiantes que practican deportes o realizan ejercicios regularmente tienden a rendir mejor académicamente y a mostrar una mayor capacidad para enfrentar los desafíos intelectuales (Fadel, 2024). Esta influencia considerablemente positiva se puede demostrar mediante múltiples beneficios que aporta la actividad física al bienestar integral del estudiante. Algunos de ellos son: Reducción del estrés: La actividad física ayuda a disminuir los niveles de cortisol, la hormona del estrés, promoviendo una mente más tranquila y relajada. Aumento de la autoestima: Lograr metas físicas incrementa la confianza en uno mismo y mejora la percepción personal. Mejora del sueño: El ejercicio regular contribuye a patrones de sueño más saludables, esenciales para el bienestar mental. Estas consecuencias no solo benefician el rendimiento académico de los estudiantes de Educación Básica, sino que además fomentan hábitos y comportamientos que contribuyen a un estilo de vida saludable a largo plazo. Las habilidades académicas forman parte de un enfoque integral de la cultura física y el deporte, que contribuye significativamente a la formación de estilos de vida saludables en los jóvenes durante su etapa escolar (Arzube, 2024). En otro sentido, se considera que este impacto positivo no solo incide en lo cognitivo, sino que también aporta múltiples beneficios en aspectos como el emocional, social y físico. Algunos de estos beneficios son:

- Aumenta la confianza en uno mismo.
- Mejora la imaginación, la creatividad y la memoria.
- Mejora la concentración y la atención.
- Favorece la inclusión social, la empatía y la participación en la comunidad.

- Reduce los niveles de estrés.
- Favorece la recreación y el intercambio social.
- Ayuda a controlar los padecimientos emocionales (tristeza, soledad, depresión).
- Mejora la autoestima y promueve la motivación.
- Provee una mejor condición física.
- Favorece la respiración y estimula el crecimiento.
- Fortalece la capacidad de socializar.
- Mejora el estado muscular y cardiorrespiratorio.
- Reduce el riesgo de caídas, fracturas de cadera o vertebrales.
- Ayuda a mantener un peso corporal saludable (Mineduc, 2023).

Con gran relevancia, se debe destacar que el papel de las emociones en la educación es crucial. Los sentimientos pueden fomentar el aprendizaje en la medida en que intensifican la actividad de las redes neuronales y, por ende, refuerzan las conexiones sinápticas. Además, es muy importante un entorno educacional agradable. Se considera que, en gran medida, la emoción y la motivación dirigen el sistema de atención, el cual decide qué información se archiva en los circuitos neuronales y, por tanto, se aprende (López y otros, 2021). En las habilidades académicas se evidencia lo que el estudiante asimiló a lo largo de su proceso pedagógico; así como también, la capacidad que tiene para responder a los estímulos educativos (Gardey, 2022). En la unidad educativa mencionada, la enseñanza de la cultura física está a cargo de los docentes de Educación General Básica, quienes la imparten de forma autodidacta y lúdica. Esta modalidad limita el aprovechamiento de todos los beneficios que

una implementación adecuada de la cultura física puede brindar a los estudiantes. Por lo tanto, su correcta aplicación podría contribuir a un entorno más armónico y al mejoramiento del rendimiento académico. La actividad física constituye un medio esencial para mejorar la salud física y mental. Su impacto en aspectos cognitivos como la atención, la memoria y la concentración ha sido ampliamente estudiado, evidenciando una estrecha relación con el rendimiento académico. En este sentido, el estudio de (Castro-Sánchez, 2020), realiza una revisión sistemática sobre la relación entre la práctica de actividad física y el rendimiento académico en escolares. (Gimenez, 2023) , afirma que el pensamiento crítico implica evaluar la fortaleza y pertinencia de una afirmación, teoría o idea a través de un proceso de cuestionamiento y toma de perspectiva, lo cual puede o no resultar en una afirmación o teoría posiblemente novedosa. El pensamiento crítico es la capacidad manifestada por el ser humano para analizar y evaluar la información existente respecto a un tema determinado, intentando esclarecer la veracidad de dicha información y alcanzar una idea justificada al respecto, ignorando posibles sesgos externos. Es importante comprender como puede influir la cultura física en el desempeño académico de los estudiantes de Educación Básica, por lo tanto, esto permitirá, desde etapas tempranas, identificar estrategias metodológicas que favorezcan el desarrollo integral del estudiante (Mimenza, 2024). El desempeño de las habilidades académicas hoy en día es fundamental para determinar el nivel de conocimiento que posee un estudiante. Dependiendo de su nivel, el estudiante es encasillado en una categoría, siendo estas: sobresaliente, excelente, buena, entre otras. Por ello, el objetivo global es mejorar el rendimiento académico de las personas (López Bonilla, 2022). Como plantea Covington (2018), en la vida académica el sacrificio sí asegura el éxito, y la capacidad

comienza a cobrar igual importancia. Esto se debe a cierta habilidad cognitiva que le permite al estudiante elaborar una producción mental sobre las intervenciones causales relacionadas con el manejo de las autopercepciones de capacidad y esfuerzo. Según (Acevedo, 2023), la cultura física es una actividad que beneficia tanto la salud corporal como mental. Por ello, resulta esencial que los estudiantes de Educación Básica comprendan su influencia en el desempeño académico, lo cual permitirá implementar estrategias que favorezcan su formación integral desde temprana edad. Como parte de esta investigación, se realizó una revisión bibliográfica que respalda el desarrollo del presente estudio, así como la recolección de datos proporcionados por los estudiantes, permitiendo un seguimiento adecuado de la problemática planteada. Por lo tanto, la actividad física es fundamental para incentivar la motivación dentro del aula, estimulando funciones cognitivas de memoria, atención y concentración.

## **METODOLOGÍA.**

La presente investigación fue diseñada con la finalidad de analizar detalladamente la influencia de la cultura física en las habilidades académicas de los estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa “Paulo Freire” durante el periodo lectivo 2025-2026. Se aplicó un diseño de investigación descriptiva, el cual permitió detallar y describir las percepciones de los estudiantes.

Asimismo, se aplicó la investigación de campo, que permitió obtener información directa del entorno de los participantes sin manipular directamente el contexto estudiado. Se empleó un enfoque metodológico mixto, que combinó un enfoque cualitativo, dirigido a analizar y comprender las opiniones y perspectivas de los estudiantes sobre la influencia de la cultura física en sus habilidades académicas dentro del proceso educativo, y un enfoque cuantitativo, que permitió medir la frecuencia de la participación en actividades físicas.

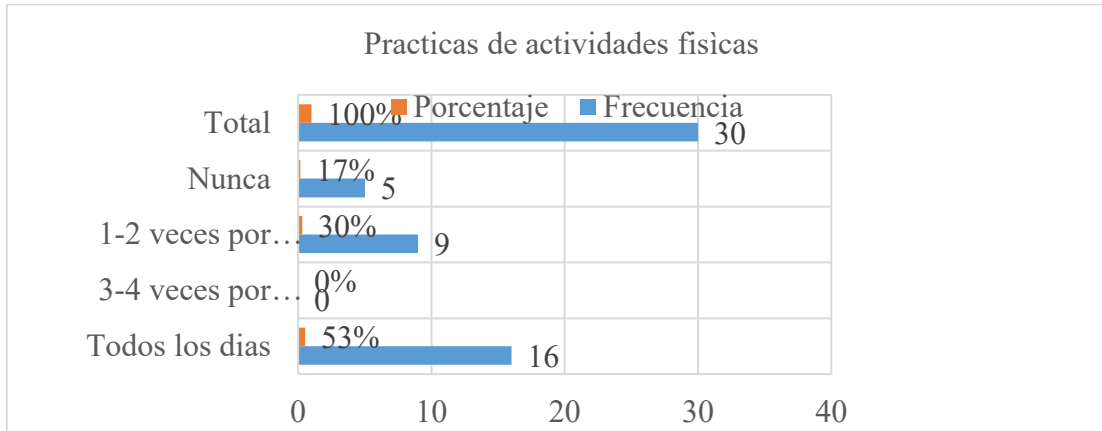
### ***Técnicas e instrumentos de recolección de datos.***

***Encuestas estructuradas*** Las encuestas se aplicaron a los estudiantes con el propósito de determinar cómo la cultura física influye en el desarrollo de sus habilidades académicas. El instrumento empleado se basó en un cuestionario cerrado, de 10 preguntas de opción múltiple, elaborado con el objetivo de recopilar datos sobre las experiencias y percepciones que los estudiantes asignan a la actividad física y la relación de esta con su desempeño académico. Los resultados recopilados mediante la encuesta fueron analizados y tabulados, logrando un análisis profundo de las experiencias y opiniones de los estudiantes respecto a la influencia de la cultura física en el desarrollo de sus habilidades académicas, el enfoque mixto empleado en las encuestas permitió llevar a cabo la tabulación de los datos recolectados mediante encuestas estructuradas, lo cual facilitó la organización de la información en porcentajes y gráficos estadísticos.

### **RESULTADOS.**

Después de aplicar la encuesta en el aula, se evidenció una influencia significativa de la cultura física en el desarrollo de habilidades académicas de los estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa Paulo Freire. Los estudiantes encuestados manifestaron que realizan actividad física todos los días en un 53%, de 3 a 4 veces por semana, el 0%, 1 a 2 veces por semana, el 30% y nunca, el 0%, por lo tanto, los encuestados tienden a realizar actividad física al menos 1 a 2 veces por semana, lo que resulta favorable, debido a que contribuye a la formación de un estilo de vida saludable, obteniendo beneficios de la actividad física en el ámbito educativo.



**Figura 1****1. Ejemplo de figura grafica de Barras, Prácticas de actividades físicas.**

**Fuente:** Elaboración Propia.

**Tabla 1.** Prácticas de actividades físicas. ¿Cuántas veces a la semana práctica alguna actividad física?

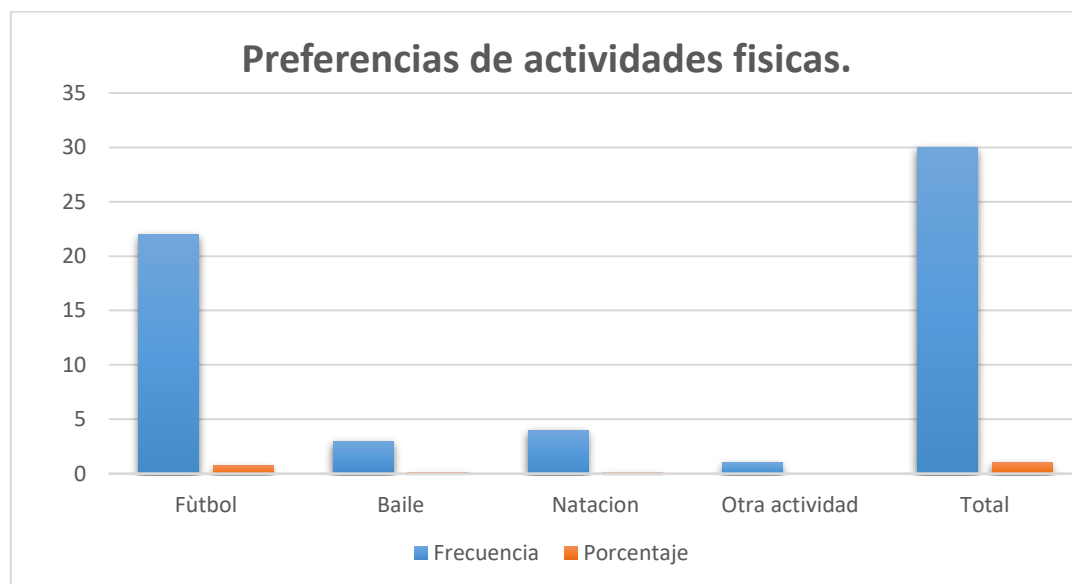
Opción	Frecuencia	Porcentaje
Todos los días	16	53%
3-4 veces por semana	0	0%
1-2 veces por semana	9	30%
Nunca	5	17%
Total	30	100%

*Nota.* La tabla muestra la frecuencia con la que los estudiantes practican actividades físicas. La mayoría (53 %) realiza actividad física todos los días, mientras que un 17 % indicó no practicarla nunca.

El 30 % la realiza de una a dos veces por semana y no se registraron respuestas en la opción de tres a cuatro veces por semana. Se planteó la interrogante para conocer la preferencia de los estudiantes al realizar actividad física. A lo que respondieron lo siguiente: fútbol el (73%), natación el (13%), baile (10%) y en otras actividades físicas (3%). Estos datos muestran una clara preferencia por el fútbol como la actividad física favorita entre los encuestados, seguido de la natación.

**Figura 2**

**2. Ejemplo de figura grafica de Columnas, Preferencias de actividades físicas.**



**Fuente:** *Elaboración Propia.*

**Tabla2****¿Qué actividad física prefiere realizar en su tiempo libre?**

<i>Opción</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
<i>Fútbol</i>	<i>22</i>	<i>73.33%</i>
<i>Baile</i>	<i>3</i>	<i>10%</i>
<i>Natación</i>	<i>4</i>	<i>13.33%</i>
<i>Otra actividad</i>	<i>1</i>	<i>3.33%</i>
<i>Total</i>	<i>30</i>	<i>100%</i>

*Nota.* La tabla presenta las actividades físicas preferidas por los estudiantes en su tiempo libre. La mayoría (73.33 %) prefiere jugar fútbol, seguido por natación (13.33 %) y baile (10 %). Solo un (3.33 %) indicó realizar otra actividad distinta a las mencionadas.

***Fuente:*** *Elaboración propia.*

***Análisis de datos.*** El análisis de los datos obtenidos mediante la encuesta se llevó a cabo a través de técnicas de estadística descriptiva, que permitió detallar los resultados de la influencia de la cultura física en el desarrollo de habilidades académicas. Estos datos cuantitativos fueron interpretados para obtener porcentajes y promedios en la relación entre la práctica de actividades físicas y el rendimiento académico de los estudiantes de Educación Básica. Los resultados sobre la frecuencia de práctica física muestran que más de la mitad de los estudiantes realiza actividades físicas diariamente, lo cual refuerza la regularidad con la que se vinculan estas prácticas al mejoramiento del rendimiento académico.

Por otra parte, un grupo menor aún no incluye la actividad física en su rutina, lo que podría estar relacionado con diferencias observadas en el desempeño académico. En cuanto a las actividades preferidas, predominan deportes como el fútbol y la natación, que los estudiantes identifican como aquellos que más contribuyen a mejorar su concentración y desempeño escolar. Los datos cualitativos recopilados mediante la encuesta, analizados con un enfoque descriptivo, evidencian que la mayoría de los estudiantes experimenta beneficios emocionales y motivacionales derivados de la práctica habitual de cultura física. Se observa que estas actividades contribuyen a una mayor concentración, motivación y participación durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, además de favorecer la reducción del estrés y mejorar el estado emocional. El enfoque mixto permitió integrar estos hallazgos, evidenciando que la práctica recurrente de actividad física favorece tanto el aprendizaje como el equilibrio emocional, lo que a su vez facilita el desarrollo de habilidades académicas en los estudiantes durante su proceso educativo.

### ***Análisis de investigación***

Luego de recopilar datos mediante la encuesta aplicada, y tras realizar el debido análisis de la misma, así como reunir información de diferentes fuentes, se puede comprobar con esta investigación que la cultura física influye de manera positiva y significativa en el desarrollo de habilidades académicas de los estudiantes de sexto año de Educación Básica. Esto se debe a que aquellos estudiantes que practican actividad física constantemente sienten motivación y energía durante las jornadas de clases, lo que les

permite estar activos en el proceso de aprendizaje, logrando así desarrollar habilidades académicas como la participación activa, la resolución de problemas y la atención, las cuales son esenciales para tener un mejor desempeño académico durante el periodo lectivo. Además, esta investigación permitió demostrar que se puede promover un entorno escolar activo y saludable, por lo tanto, los estudiantes muestran mayor disposición para aprender y, por ende, se sienten más seguros y comprometidos. La cultura física contribuye al desarrollo de habilidades que van más allá del aula, como la confianza, la disciplina y el autocontrol. Finalmente, se pudo demostrar que integrar la cultura física como parte del proceso educativo beneficia de manera directa el desarrollo académico, emocional y social de los estudiantes, generando un impacto positivo en su formación integral.

### ***Replicabilidad del estudio.***

La metodología garantiza que los resultados sean considerablemente capaces para que cualquier profesional del ámbito educativo pueda replicar el estudio en contextos similares. Se proporcionó una descripción precisa de los instrumentos utilizados para recolectar los datos, así como de las técnicas empleadas, garantizando la claridad y transparencia a lo largo de todo el proceso. La combinación de métodos cuantitativos y cualitativos permitió obtener una visión completa sobre cómo la cultura física influye en el desempeño académico de los estudiantes y por ende les ayuda en el desarrollo de sus habilidades académicas.

Esta metodología facilita su implementación en otras instituciones, aportando el entendimiento del papel de la actividad física en el aprendizaje y en el bienestar de los estudiantes.

## **DISCUSIÓN**

Los resultados obtenidos en esta investigación concuerdan con estudios previos que demuestran el impacto positivo de la cultura física en el desarrollo de habilidades académicas en la Educación Básica. (Reyes, 2023, párr. 2), Afirma que “estas habilidades son esenciales para cualquier estudiante que aspire a sobresalir, así como para aquellos que buscan destacar en sus trabajos y proyectos”. (Chancusig Chancusig, 2023) menciona que “la motivación es un proceso que estimula y orienta a los estudiantes a realizar todos los esfuerzos necesarios para lograr un aprendizaje productivo”. Se puede decir que esta investigación permitió demostrar que la motivación es un elemento importante a considerar en el proceso de enseñanza. La relación entre cultura física y habilidades académicas es un tema ampliamente estudiado, y los resultados confirman que el ejercicio no solo mejora la salud física, sino también potencia el desarrollo cognitivo y el desempeño escolar. En un mundo donde la tecnología juega un papel clave en la educación, es fundamental equilibrarla con el movimiento para optimizar el aprendizaje de los estudiantes. De igual modo, la práctica de actividad física durante el tiempo libre demostró ser efectiva en la motivación de los estudiantes durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, esto se puede corroborar con lo propuesto por (Feria, 2023). Pese a algunos desafíos que aún persisten en torno a la práctica constante de actividades físicas, los resultados han demostrado que los estudiantes que incorporan deportes en su rutina diaria se sienten motivados y activos

durante el proceso educativo, lo que permite a los estudiantes desarrollar habilidades académicas con mayor eficiencia y potenciar su crecimiento académico e integral.

### **CONCLUSIONES.**

Los resultados obtenidos demostraron que la cultura física influye de manera directa y positiva en el desempeño académico de los estudiantes de sexto año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Paulo Freire. Realizar actividad física constantemente fortalece habilidades cognitivas y emocionales que favorecen el aprendizaje, demostrando que existe una relación entre el ejercicio físico y un mejor desempeño académico. Además, se pudo observar mejoras en la autoestima, confianza y capacidad de relacionarse con otras personas, lo que favorece la disposición para participar activamente en el proceso educativo, potenciar habilidades académicas y, por ende, obtener un mejor rendimiento académico. Los datos obtenidos evidenciaron que existe una relación entre la actividad física y el desarrollo de habilidades académicas de los estudiantes de Educación Básica. Esto se debe a que la práctica continua de ejercicios físicos favorece la motivación, mejora la concentración y fortalece habilidades esenciales para el aprendizaje, como la comprensión, la participación activa y la resolución de problemas. La investigación reveló que la práctica diaria de actividad física contribuye a reducir los niveles de estrés y ansiedad en los estudiantes de Educación Básica, practicar deporte o actividades lúdicas con regularidad ayudan a liberar tensiones acumuladas por las exigencias escolares, generando un ambiente más relajado, motivador y adecuado para el aprendizaje, lo cual representa un mayor nivel de atención y compromiso en tareas escolares. Finalmente, de acuerdo con la información recopilada, se identificó que la influencia de la cultura física en las habilidades académicas de los estudiantes de Educación Básica varía según la frecuencia, el tipo de actividad y el nivel de

participación del estudiante. Aquellos estudiantes que dedican más tiempo a la actividad física presentan avances más notables en habilidades como la memoria, la resolución de problemas y el trabajo en equipo dentro del contexto escolar. Por otro lado, aquellos estudiantes que tienden a participar menos en este tipo de actividades, demuestran un desarrollo más limitado en dichas áreas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Acevedo, A. L. (2023).** Actividad física y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes. *Revista de investigacion Educativa y Deportiva*, Vol. 2(Núm. 5), 4.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.56200/mried.v2i5>
- Arzube, W. A. (28 de ENERO de 2024).** *Ciencia y Educaciòn*. La Cultura Física como base de las actividades saludables de los estudiantes ecuatorianos.  
<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/zenodo.10578656>
- Avila, F., Mendez, J., Silva, J., & Gomez, O. (18 de Julio de 2022).** *Actividad física y su relación con el rendimiento académico*.  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-74672021000200125#:~:text=En%20efecto%2C%20la%20consulta%20de,et%20al.%2C%202020\).](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74672021000200125#:~:text=En%20efecto%2C%20la%20consulta%20de,et%20al.%2C%202020).)
- Castro-Sánchez, M. (1 de enero de 2020).** *Revista apunts*. Revista apunts. <https://revista-apunts.com/actividad-fisica-y-rendimiento-academico-en-la-infancia-y-la-preadolescencia-una-revision-sistemica/>



**Chancusig Chancusig, L. H. (2023).** *La motivación como beneficio en las clases de educación física: Revisión sistemática.* REPOSITORIO INSTITUCIONAL.

**EUROINNOVA. (11 de julio de 2022).** *EUROINNOVA* . EUROINNOVA .

<https://www.euroinnova.com/docencia-y-formacion-para-el-profesorado/articulos/diferencia-educacion-fisica-cultura-fisica>

Fadel, M. (20 de Diciembre de 2024). *Pinta PARC.* Pinta PARC.

[https://parc.com.pe/cultura/para-que-sirve-la-cultura-fisica/?utm\\_source=chatgpt.com](https://parc.com.pe/cultura/para-que-sirve-la-cultura-fisica/?utm_source=chatgpt.com)

**Feria, M. (06 de Mayo de 2023).** *La Pasión de Educar.* Actividad física y rendimiento académico: un vínculo indispensable para el desarrollo integral.

<https://www.gaztelueta.com/lapasiondeeducar/educacion-global/actividad-fisica-y-rendimiento-academico/>

**Gardey. (2022).** *Problemas familiares y rendimiento académico.* Universidad del Azuay.

<https://www.uazuay.edu.ec/prensa/problemas-familiares-y-rendimiento-academico>

**Gimenez, V. (18 de Diciembre de 2023).** *Enfoque Educaciòn.* Enfoque Educaciòn.

<https://blogs.iadb.org/educacion/es/que-es-pensamiento-critico/>

Instituto de Ciencias deportivas. (s.f.). *¿Qué es la motivación deportiva?* Instituto de

Ciencias deportivas

[https://cienciasdeportivas.com/mobanzulesg@fcjsctivacio\\_banzulesg@fcjsc](https://cienciasdeportivas.com/mobanzulesg@fcjsctivacio_banzulesg@fcjsc)

[deportiva/#:~:text=La%20motivaci%C3%B3n%20en%20el%20deporte,competir%20en%20su%20disciplina%20deportiva.](#)

[disciplina%20deportiva.](#)

**Jervis, T. M. (02 de Julio de 2020).** *Cultura física: concepto, historia, beneficios, importancia.* Lideder. <https://www.lifeder.com/cultura-fisica/>

**López Bonilla, I. A. (2022).** *“LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS DE QUINTO, SEXTO Y SÉPTIMO AÑO EN LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GREGOIRE GIRARD. UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO.*  
<https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/1115079a-ce24-473a-81a8-9c40bd5e329e/content>

**López, J., Lalama, J., Rubio, O., Álvarez, C., López, P., & Vahos, A. (2021).**  
*Aprendizaje y rendimiento academico* (1 ed.). New Jersey: MAWIL.  
<https://mawil.us/wp-content/uploads/2019/02/Aprendizaje-2-18-06-2018.pdf>

**Luque, A., Gálvez, A., Gómez, L., Escámez, C., Tárraga, L., & Tárraga, P. (2021).**  
*¿Mejora la Actividad Física el rendimiento académico en escolares? Una revisión bibliográfica.* [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2529-850X2021000100007#:~:text=Adem%C3%A1s%2C%20existe%20una%20relaci%C3%B3n%20directa,capacidad%20de%20resoluci%C3%B3n%20de%20problemas.](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2021000100007#:~:text=Adem%C3%A1s%2C%20existe%20una%20relaci%C3%B3n%20directa,capacidad%20de%20resoluci%C3%B3n%20de%20problemas.)

**Mimenza, O. C. (12 de Diciembre de 2024).** *Psiocologia y Mente.* Psiocologia y Mente.  
<https://psicologiaymente.com/inteligencia/pensamiento-critico>

**Mineduc. (2023).** *Importancia y beneficios de la actividad física.*

<https://www.mineducacion.gov.co/portal/micrositios-institucionales/Actividad-Fisica/414961:Importancia-y-beneficios-de-la-actividad-fisica#:~:text=Fortalece%20la%20capacidad%20de%20socializar,de%20ansiedad%20y%20estr%C3%A9s%20infantil.&text=Reduce%20el%20>

**Reyes, M. C. (18 de Mayo de 2023).** *San Marcos.* Habilidades de un estudiante.

<https://www.usanmarcos.ac.cr/blogs/habilidades-academicas-para-exito>

**Rodríguez, A., Bohorquez, N., & Aimara, J. (2022).** *El impacto de la actividad física en el rendimiento académico en estudiantes de secundaria.*

<http://dx.doi.org/10.23857/dc.v8i2.2667>

**XCL, A. M. (19 de Marzo de 2025).** *Academia Mundial XCL.* Academia Mundial XCL.

<https://www.xwa.edu.sg/es/blog/tips-guides/tips-improve-child-academic-skills/#>

