

Relación de la actividad física con el rendimiento académico

F. Javier Guerrero, David Aguilar y Pablo Méndez

9607475@alu.murciaeduca.es



RESUMEN

Tanto en los deportes como en los estudios siempre ha existido un permanente interés por los logros y los resultados, además sabemos que la realización de actividad física regular promueve mejoras en ciertos procesos cognitivos los cuales son esenciales para enfrentarse con éxito a las demandas que trae el aprendizaje.

OBJETIVOS

Concluir si la relación que se da entre la práctica de actividad física contribuye positivamente en los resultados escolares dependiendo de si ésta práctica es regular, irregular o ausente.

METODOLOGÍA

1. Documentación

Se realizó una búsqueda y análisis de artículos anteriores que respondieran a la pregunta de si existe relación entre la actividad física y el ámbito académico.

2. Diseño de la experimentación

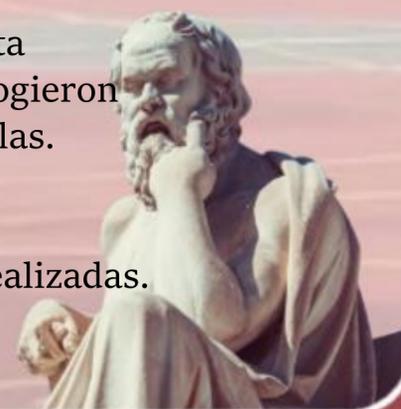
Se diseñó una encuesta, y seleccionamos de forma aleatoria estratificada a 112 sujetos para que respondieran a ésta.

3. Recogida de datos

Se distribuyó una encuesta de forma digital, y se recogieron los datos en forma de tablas.

4. Análisis de datos

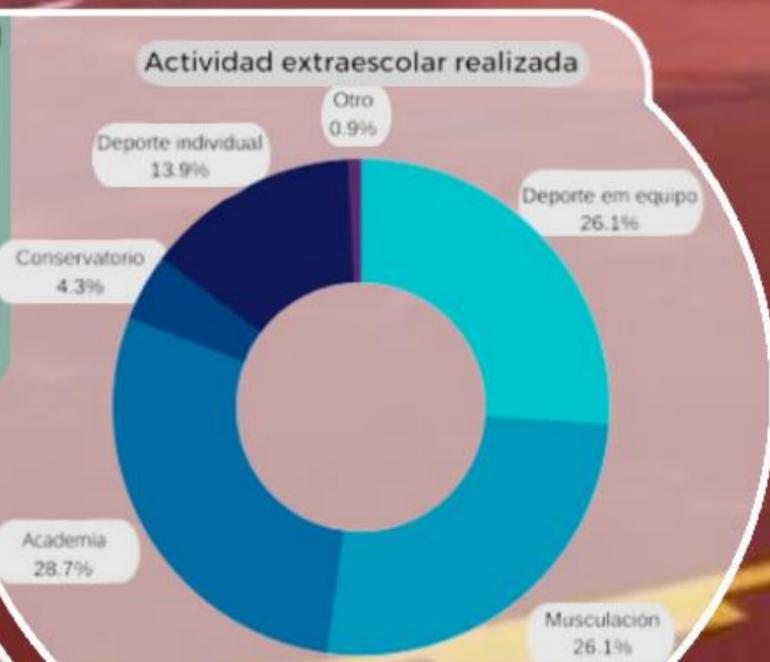
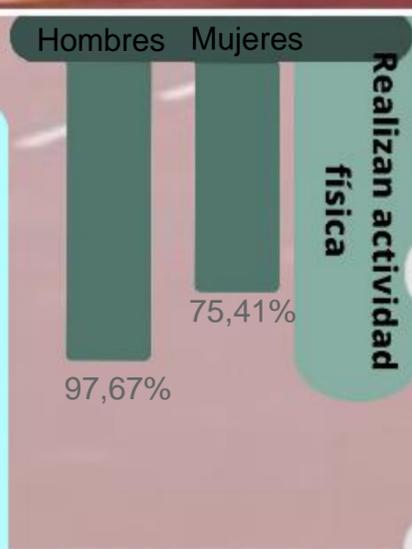
Obtuvimos las respuestas estudiando las gráficas realizadas.



MATERIALES

Los materiales utilizados fueron:

- PowerPoint
- Google Forms
- Excel
- Google Académico



Conclusiones

La práctica deportiva o realización de actividades extraescolares afecta de manera positiva respecto a los resultados académicos.

Referencias

-J.RATEY y E.HAGERMAN (2010). Spark. Estados Unidos: Quercus

-Artículo de PINTO, T. y MARTÍNEZ, O. Diez minutos de actividad física interdisciplinaria mejoran el rendimiento académico.