

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL  
DE HUAMANGA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**TESIS:**

**Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la  
institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho - 2024**

Para optar el título profesional de:  
**LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

PRESENTADO POR:

**Bach. Victor Yordiño ORIUNDO YUPANQUI**

**Bach. Jhonny Frank QUISPE GARCIA**

ASESOR:

**Dr. Óscar GUTIÉRREZ HUAMANÍ**

**AYACUCHO - PERÚ**

**2025**

### **Dedicatoria**

A mis padres, por el esfuerzo  
de educarme.

Víctor Yordiño

A mi madre, quien siempre  
creyó en mí.

Jhonny Frank

## **Agradecimientos**

A la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, por abrirnos sus puertas del conocimiento.

A los docentes de la Escuela Profesional de Educación Física, por sus enseñanzas.

A los estudiantes del nivel primario de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho – 2024, por participar en la presente investigación.

Los autores

## ÍNDICE

Dedicatoria .....	2
Agradecimientos .....	3
ÍNDICE DE TABLAS .....	6
ÍNDICE DE ANEXOS.....	7
RESUMEN.....	8
ABSTRACT .....	9
INTRODUCCIÓN .....	10
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	12
1.1. Identificación y descripción del problema.....	12
1.2 Formulación del problema .....	15
1.2.1. Problema General .....	15
1.2.2. Problemas Específicos.....	15
1.3 Formulación de objetivos.....	15
1.3.1. Objetivo General .....	15
1.3.2. Objetivos Específicos .....	15
1.4. Justificación (teórica, práctica y metodológica).....	15
1.4.1 Justificación teórica.....	15
1.4.2. Justificación Práctica .....	16
1.4.3. Justificación metodológica.....	17
II. MARCO TEÓRICO .....	19
2.1 Antecedentes de investigación .....	19
2.1.1 Antecedentes Internacionales .....	19
2.1.2 Antecedentes Nacionales .....	23
2.2. Bases teóricas .....	26
2.3. Bases conceptuales de las variables y dimensiones .....	29
III. METODOLOGÍA .....	32

3.1. Hipótesis.....	32
3.1.1. Hipótesis general.....	32
3.1.2. Hipótesis Específicas.....	32
3.2. Variables .....	32
3.3. Operacionalización de variables .....	33
3.4. Tipo y nivel de investigación .....	35
3.5. Métodos.....	35
3.6. Diseño metodológico .....	35
3.8. Muestra y técnica de muestreo.....	36
3.9. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.....	36
3.10. Validez y confiabilidad de los instrumentos .....	37
3.11. Técnicas para el procesamiento de la información .....	37
3.12. Aspectos éticos.....	38
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	39
4.1. Resultados a nivel descriptivo.....	39
<b>4.2. Resultados a nivel inferencial .....</b>	<b>42</b>
<b>4.3. Discusión de resultados .....</b>	<b>44</b>
CONCLUSIONES .....	47
SUGERENCIAS .....	48
REFERENCIAS.....	49
Anexo 1 .....	56
Matriz de consistencia.....	56
Anexo 2 .....	58
Anexo 3 .....	62
Anexo 4 .....	70
Anexo 5 .....	71
Anexo 6.....	76

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1 <i>Nivel de actividad física</i>	39
Tabla 2 <i>Inteligencia emocional</i>	39
Tabla 3 <i>Tabla cruzada del nivel de actividad física y el nivel de inteligencia emocional</i>	39
Tabla 4 <i>Tabla cruzada del nivel de actividad física y la dimensión intrapersonal</i>	40
Tabla 5 <i>Tabla cruzada del nivel de actividad física y la dimensión interpersonal</i>	40
Tabla 6 <i>Tabla cruzada del nivel de actividad física y la dimensión adaptabilidad</i>	41
Tabla 7 <i>Tabla cruzada del nivel de actividad física y la dimensión manejo de estrés</i>	41
Tabla 8 <i>Prueba de hipótesis general, relación del nivel de actividad física y la inteligencia emocional</i>	42
Tabla 9 <i>Prueba de hipótesis específica 1, relación del nivel de actividad física y la dimensión intrapersonal</i>	42
Tabla 10 <i>Prueba de hipótesis específica 2, relación del nivel de actividad física y la dimensión interpersonal</i>	43
Tabla 11 <i>Prueba de hipótesis específica 3, relación del nivel de actividad física y la dimensión adaptabilidad</i>	43
Tabla 12 <i>Prueba de hipótesis específica 4, relación del nivel de actividad física y la dimensión manejo de estrés</i>	44

## ÍNDICE DE ANEXOS

	Pág.
Anexo 1 Matriz de consistencia	56
Anexo 2 Instrumento	58
Anexo 3 Validación de instrumentos por juicio de experto	62
Anexo 4 Datos de las variables	70
Anexo 5 Estadística descriptiva e inferencial	71
Anexo 6 Fotos de las evaluaciones	76

## RESUMEN

El objetivo fue analizar de qué manera se relaciona el nivel de actividad física con la inteligencia emocional en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024, la metodología empleada fue de enfoque cuantitativo, tipo básico, diseño correlacional. La muestra estuvo conformada por 23 estudiantes del quinto grado de educación primaria de la institución educativa Tupac Amaru II. Se empleó el Cuestionario PAQ-C adaptado para evaluar la variable nivel de actividad física y el Cuestionario de Inteligencia Emocional de BAr-On (EQ-iYV) validados y confiables. Los resultados descriptivos muestran que el 54,2% de estudiantes se encuentran en un nivel moderado de actividad física, el 30,4% en bajo y el 17,4% en un nivel alto de actividad física. En cuanto a la inteligencia emocional se observa que el 56,5% de estudiantes tiene nivel alto de inteligencia emocional, el 39,1% regular y el 4,3% baja. En el cruce de los datos del nivel de actividad física y la inteligencia emocional, observando que el 56,5% de niño posee una buena inteligencia emocional, el 39,1% regular y el 4,3% baja. Mientras que en la actividad física el 52,2% de niños tienen un nivel moderado de actividad física, el 30,4% un nivel bajo y el 17,4% un nivel alto. Al contrastar la hipótesis con la prueba no paramétrica de Rho de Spearman se puede concluir que existe una correlación positiva y significativa entre el nivel de actividad física y la inteligencia emocional.

**Palabras clave:** actividad física, emoción, interpersonal, intrapersonal.

## **ABSTRACT**

The objective was.

**Keywords:** BMI, motor skills, motor competence.

## INTRODUCCIÓN

La actividad física es uno de los indicadores del estado de salud al ser la base para las condiciones físicas. La actividad física es parte de la vida cotidiana de todo ser humano. Según Espinoza (2023), se define como todo movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que requiere un consumo de energía. La evaluación permanente en los niños y adultos mayores es fundamental, pues son poblaciones vulnerables. Por otro lado, se sabe que el ejercicio y la actividad física tienen muchos beneficios en otros aspectos de la vida humana, entre ellos el desarrollo del conocimiento, la salud física y psicológica, así como en la inteligencia emocional.

Para Bar-On (1997), la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades personales e interpersonales que impactan nuestro entorno y nuestra percepción general reconociendo, identificando las expresiones que eviten conflictos. Sin embargo, Apaza et al. (2023), señala que la inteligencia emocional es un factor crucial para determinar nuestro éxito en la vida, ya que afecta directamente nuestra salud emocional y nuestro bienestar general.

La tesis tiene su importancia por haber estudiado las relaciones que existen entre estas dos variables: la actividad física y la inteligencia emocional, en un primer término detectando las características específicas en los estudiantes del quinto grado de educación primaria de la Institución Educativa Túpac Amaru II y, en un segundo momento, analizando la relación de ambas variables de trabajo. Se da énfasis en que ambas variables abarcan aspectos esenciales para el buen desarrollo de los niños de educación básica.

En el primer capítulo se presenta el planteamiento del problema, explicando e identificando la situación problemática. En el segundo capítulo se presenta el marco teórico, presentando los antecedentes de la investigación, teorías y bases conceptuales. En el tercer capítulo se presenta la metodología que respalda todo el procedimiento de la

investigación. En el cuarto capítulo se presenta los resultados tanto descriptivos como inferenciales, luego las conclusiones y recomendaciones; finalmente, las respectivas referencias bibliográficas del estudio. Por último, se adjuntan los anexos, que ilustran el rigor científico seguido por los investigadores.

Los autores.

## **I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. Identificación y descripción del problema**

La práctica constante de la Actividad Física (AF) es muy primordial para el desarrollo universal de los niños. La Organización Mundial de la Salud OMS (2021), indica que “los niños y adolescentes deben realizar al menos una media de 60 minutos de actividad física diaria principalmente aeróbica de intensidad moderada a vigorosa a lo largo de la semana” y para la población adulta la MINSA (2023), recomienda “150 minutos a la semana, 60 minutos al día en los adolescentes y 180 minutos” y para niños en edades establecidas de 3-5 años involucra “el desgaste calórico donde se requiere como mínimo de 10 minutos de actividad”. A pesar de las recomendaciones, actualmente en el Perú, “solo el 26% de la población adulta realiza actividad física (MINSA, 2024)”. En el caso de los niños y adolescentes, ellos han sido afectados por la pandemia, lo que conllevó a la poca práctica de la actividad física, causando problemas a nivel de la salud física y mental, por lo que se considera de vital importancia la práctica constante de la actividad física (MINSA, 2024).

Entonces, consideramos que la actividad física (AF) se refiere a todo tipo de movimiento corporal que generamos con nuestros músculos y, por ende, ocasiona un gasto energético. Existen varias investigaciones que indican que la AF es protectora, ya que promueve un estilo saludable y ayuda a prevenir las enfermedades no transmisibles (Villar Yáñez, 2022; Cervantes y otros, 2017). Según la OMS (2021), la AF genera muchos beneficios para la salud de los niños y adolescentes, entre ellas la mejora de la condición física (capacidad cardiorrespiratoria y muscular), ayuda en el metabolismo: resistencia a la insulina, tensión, glucosa, etc.; también favorece en lo cognitivo, ya que tendrán mejor desempeño académico y, por último, nos favorece en la salud mental; en el manejo de la depresión, ansiedad, etc.

Asimismo, sus beneficios de la AF van más allá de la salud física, también está íntimamente relacionada con el impacto positivo a nivel mental y social. Los

individuos que realizan regularmente la AF, llegan a desarrollar habilidades psicológicas, lo que conlleva la reducción de estrés y ansiedad (Acebes y otros, 2019). Así pues, Galdón y otros (2021), define a la AF como la capacidad que poseen las personas para poder reconocer, comprender, expresar y regular nuestras emociones, estas nos ayudan crear pensamientos lo cual nos permite tomar las decisiones pertinentes, manejar las emociones de manera efectiva.

Entonces, para conservar un estado óptimo de la salud general, no solamente es la práctica de la AF sino también de cultivar otras capacidades como es la Inteligencia Emocional (IE) (Ladino y otros, 2016). La IE se comprende como la capacidad de gestionar y moderar nuestras emociones y de los demás, para de ese modo conseguir resultados satisfactorios en cualquier situación (Goleman, 1998).

En la actualidad vivimos en un mundo globalizado, donde es primordial desarrollar 3 competencias: las personales, sociales y emocionales, para asegurarnos un adecuado funcionamiento en el ámbito sociocultural. La IE tiene un papel muy importante, porque permite al ser humano comprender sus propias emociones, así como de los demás, impulsando el bienestar social y físico (Fuentes y otros, 2024).

A nivel social es fundamental el buen manejo de nuestras emociones, entender las nuestras y de los demás para luego guiarlas para un buen desarrollo de una interacción social efectiva, (Hoz & Soledad, 2022). En el caso de los niños, la IE debe ser desarrollada porque que es fundamental, tanto en el entorno familiar, así como en su escuela, ya que promueve empatía, ayuda que el niño regule sus impulsos y sepa resolver los desafíos que se presentan de manera efectiva (Belenguer, 2023).

El no saber gestionar nuestras emociones puede ocasionarnos diversos efectos negativos en las personas, estos son algunos efectos: creamos emociones de enojo, de rencor, la frustración y la culpa, los que pueden, a que el niño o cualquier persona, llegar a desencadenar decisiones impulsivas, afectando vínculos con la sociedad y llevando a que este se aisle (Cano & Zea, 2012). Asimismo, el desarrollo de la educación emocional en los centros de estudio es muy importante, a fin de que los niños se sientan preparados para los retos que lleva consigo la era digital, ya que en el presente las emociones se muestran por medio de las redes sociales. Entonces, un aumento positivo de bienestar

emocional nos direcciona a más números de vínculos sociales, formándonos seres humanos íntegros y victoriosos (Puertas, 2022; Rodríguez, 2024). Esto nos indica la importancia de incluir talleres que enfatizen el desarrollo emocional en el Currículo Nacional desde las primeras etapas.

Hoy en día existen múltiples estudios que evidencian la relación que tiene la AF con la IE. Sánchez y Chacón (2020) demostraron que los niños que realizan AF aumentan la capacidad de percibir sus emociones y les ayuda a potenciar las diferentes áreas de la IE, más aún si practican AF de intensidad moderada o alta. Este tipo de estudios nos indican la importancia que tiene la AF, ya que es un componente efectivo para fomentar un óptimo desarrollo emocional y social en los menores de edad. Asimismo, Conde y Almagro (2013) indican que la primera etapa educativa es fundamental, pues en ella se originan y abundan estímulos que favorecen significativamente a la formación de habilidades de aprendizaje que se da para toda la vida.

En el área de Educación Física (EF) se promueve diferentes contextos donde el estudiante pone a prueba sus habilidades sociales, es ahí donde se manifiestan distintas emociones entre estudiantes, brindando al estudiante la gestión de sus distintas emociones aplicadas en la práctica; el profesor de EF puede enseñar algunas formas eficaces de manejar las emociones, como el control personal o la mediación de conflictos. Sánchez y Chacón (2020), mencionan que la EF en los centros educativos brinda situaciones favorables para que los menores de edad desarrollen capacidades de gestión emocional. Los contextos deportivos que se presentan ayuda a los estudiantes a practicar y fortalecer el autocontrol, la resolución de conflictos, etc. Para ello es importante contar con profesores preparados que sean capaces de poder enseñar a gestionar sus emociones a los menores de edad y, de esta manera, facilitar una relación saludable con los miembros del salón (Ríos, 2021).

Finalmente, La IE es aspecto primordial desde las edades tempranas, ya que permite al niño relacionarse saludablemente en cualquier contexto con los retos y/o desafíos. Los profesores tienen la función de promover la IE en sus estudiantes, y estos puedan adquirir más habilidades emocionales que les ayuden a mejorar en el rendimiento académico y social (García, 2019).

## **1.2 Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema General**

¿Cómo se relaciona el nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

- ¿En qué medida se relaciona el nivel de actividad física con la dimensión intrapersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?
- ¿En qué medida se relaciona el nivel de actividad física con la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?
- ¿En qué medida se relaciona el nivel de actividad física con la dimensión adaptabilidad en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?
- ¿En qué medida se relaciona el nivel de actividad física con la dimensión manejo de estrés en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?

## **1.3 Formulación de objetivos**

### **1.3.1. Objetivo General**

Analizar de qué manera se relaciona el nivel de actividad física con la inteligencia emocional en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

### **1.3.2. Objetivos Específicos**

- Identificar en qué medida el nivel de actividad física se relaciona con la dimensión intrapersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.
- Identificar en qué medida el nivel de actividad física se relaciona con la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.
- Identificar en qué medida el nivel de actividad física se relaciona con la dimensión adaptabilidad en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.
- Identificar en qué medida el nivel de actividad física se relaciona con la dimensión manejo de estrés en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

## **1.4. Justificación (teórica, práctica y metodológica)**

### **1.4.1 Justificación teórica**

El vínculo entre la actividad física y el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños es un tema que ha generado interés en la psicología del desarrollo y la educación. Recientes estudios afirman que la actividad física no solo favorece el bienestar corporal, sino que también tiene un resultado positivo en el crecimiento emocional y social de los niños(as)

(Watson y otros, 2019). Asimismo, se ha vivenciado que la actividad física contribuye a la mejora del control emocional, al aumento de la confianza en sí mismo y a una mejora en sus habilidades para relacionarse con su entorno (Lubans y otros, 2016).

La teoría de la inteligencia emocional, difundida a su vez por Mayer y Salovey (1997) y demostrada a través de investigaciones recientes, plantea que las habilidades para identificar y reconocer las emociones propias y ajenas es la clave del éxito, tanto personal y social para el individuo (citado por Perdomo y otros, 2022). En esta línea, investigaciones como la de Bidzan-Bluma y Lipowska (2018) demostraron que los niños que realizan ejercicio de forma regular suelen presentar mayores habilidades cognitivas que regulen sus emociones y conllevan a la mejora del estrés y frustración de manera exitosa.

De la misma forma, los estudios realizados en neurociencia han demostrado que la actividad física puede influir de manera significativa en el cerebro, contribuyendo a la mejora del estado de ánimo y disminuir los síntomas de ansiedad y depresión (Hillman y otros, 2009). Esto, peculiarmente, ocurre debido a la liberación de neurotransmisores como las endorfinas y la serotonina, que actúan de manera positiva en la estabilidad emocional del ser humano.

En este sentido, particularmente en la Institución Educativa Túpac Amaru II, ubicada en Ayacucho, resulta favorable llevar a cabo una investigación que determine la influencia de los niveles de actividad física a través del desarrollo emocional de los niños. Por lo cual, es esencial tener en cuenta los factores culturales y socioeconómicos que puedan ser mediadores y que no puedan afectar a los niños. Esta investigación no solo proporcionará evidencia empírica sobre la conexión entre el ejercicio físico y el bienestar emocional en un entorno educativo peruano, además permitirá identificar estrategias para el desarrollo integral de los niños.

#### **1.4.2. Justificación Práctica**

El estudio realizado del "Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños" tiene relevancia práctica en el ámbito educativo, ya que facilita las intervenciones que fomenten no solo la salud física, sino también el bienestar emocional de los niños. Se ha demostrado que la actividad física durante

la infancia está relacionada con mejoras en la conducta social, el manejo del estrés y el rendimiento académico (Barrios y otros, 2024). La implementación de programas de actividad física pueden ser una estrategia efectiva para desarrollar habilidades emocionales, tales como la empatía, la autorregulación y la resolución de conflictos en el entorno escolar (Villalobos, 2022).

Asimismo, investigaciones recientes en el ámbito escolar peruano han demostrado que los niños que presentan un mayor nivel de actividad física suelen tener una adaptación emocional y social, lo que favorece y enriquece para un ambiente escolar más armonioso y, así, disminuye los problemas de conducta (Rojas, 2022). De la misma forma, esta investigación tiene repercusiones directas en el diseño de políticas educativas que reconozcan la actividad física como un plus esencial para el desarrollo integral de los niños en la I. E. Túpac Amaru II, Ayacucho.

El crecimiento de la inteligencia emocional genera beneficios a partir de un largo proceso que puedan garantizar y proporcionar beneficios en la mejora de su salud mental, que sus relaciones sean más proactivas y tengan un mayor éxito en sus vidas. Al investigar cómo la educación física puede contribuir a este desarrollo, la investigación puede tener un impacto duradero en la vida de los estudiantes.

### **1.4.3. Justificación metodológica**

La presente investigación adopta un enfoque correlacional para examinar la relación entre el nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños, permite identificar y describir la asociación existente entre ambas variables sin la necesidad de manipularlas. Este diseño es apropiado, ya que se centra en medir de qué manera una variable puede influir en la otra, sin necesidad de "manipular deliberadamente las variables independientes. En su lugar, se observan y registran de manera natural tal como existen en el entorno real o se recopilan datos preexistentes" (Vizcaíno et al., 2023, p. 9740). Este enfoque es común en estudios educativos, ya que nos permite obtener información sobre los comportamientos y actitudes en contextos naturales, etc.

El uso de cuestionarios validados para medir la actividad física y la inteligencia emocional es clave para garantizar la confiabilidad y validez de los datos recopilados en esta investigación 64 (Montes y otros, 2021). Este método

facilita la recopilación de información de un grupo amplio de estudiantes y enriquece el proceso de investigación al evaluar rigurosamente y, a su vez, obtener resultados significativos que conlleven a un impacto en contextos reales, asegurando la representatividad de los resultados en la I.E Túpac Amaru II.

## **II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Antecedentes de investigación**

#### **2.1.1 Antecedentes Internacionales**

Ladino y otros (2016) en su estudio “Ejercicio Físico E inteligencia Emocional en un Grupo de estudiantes Universitarias”. Realizó el estudio con enfoque cuantitativo, con metodología prospectiva, longitudinal y de intervención. Ejecutó un programa de ejercicio físico (EF) durante los años 2009 a 2012, donde participaron 25 estudiantes universitarias, el EF se realizó en un periodo de 6 semanas, 5 veces por semana y media hora diariamente. Las evidencias que obtuvieron tras finalizar el programa no tuvieron significancia; en comprensión  $p = 07$ , percepción  $p = .82$  y en regulación  $p = .14$ . Los resultados que obtuvieron concuerdan con algunas investigaciones, pero a su vez difieren con otros estudios que sí evidencian diferencias significativas al evaluar la IE al practicar EF a nivel medio-alto. El estudio concluye en que posiblemente las semanas de AF no fueron suficientes para lograr la significancia.

Puertas y otros (2022) realizaron su investigación titulada “Evolución de la producción científica del Síndrome de Burnout, inteligencia emocional y práctica de actividad físico-saludable en docentes”. El síndrome de Burnout es una patología que tiene presencia en el entorno del docente en el nivel primario, a causa de sobrecarga de responsabilidades o la constante comunicación con los trabajadores involucrados en el centro educativo. El estudio tuvo como objetivo analizar la evolución de las investigaciones científicas y la situación actual vinculada con el síndrome burnout, la inteligencia emocional y la realización de la AF en profesores. Se llevó a cabo una revisión de literatura científica en la base de datos Web of Science entre el 2018 y 2022, se tomaron como palabras claves “Burnout”, “emotional intelligence”, “physical activity” y “teacher\*”. Los resultados demostraron

un notable incremento de material científico en el área lo que indica la importancia del problema. El estudio concluye que la práctica constante de AF nos ayuda a desarrollar la capacidad de expresarnos, gestionar nuestras emociones y es esencial para el tratamiento preventivo del Síndrome de Burnout.

Asimismo, Sánchez y otros (2022), en su trabajo de investigación: “Inteligencia emocional, autoconcepto y práctica de actividad física en estudiantes universitarios”, propuso una investigación experimental, con un diseño descriptivo y exploratorio, de corte transversal. Teniendo como objetivo el análisis del nivel de grado de autoconcepto y de la inteligencia emocional, en los estudiantes de la universidad, se hizo la comparación de los resultados entre sí con la variable género y la variable práctica de actividad de física. Para el estudio utilizaron la escala Autoconcepto y la Escala Rasgo de Metaconocimientos de los estados emocionales, también hubo preguntas de forma personal, que servía para saber el sexo y la práctica de AF.

Los resultados que obtuvieron indica que el sexo femenino posee una mayor atención y autoconcepto académico, y el sexo masculino una mejor reparación y autoconcepto físico. En general, las personas que practican actividad física obtuvieron valores demasiado altos en reparación, autoconcepto físico y social a comparación de las personas que no practican AF. En conclusión, en su estudio encuentra una correlación positiva con los componentes de IE y las dimensiones del autoconcepto. Además, al involucrar la variable edad predice el autoconcepto físico.

En otra tesis denominada: “Influencia de un Proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada como promotora de la inteligencia emocional”, de tipo cualitativo, se tuvo como muestra a niños entre 4 y 12 años de edad, donde fueron partícipes del programa sobre recreación y el buen manejo de mi tiempo libre en El nido del GUFO, el trabajo tuvo como objetivo el análisis de la influencia del proceso de enseñanza basado en la actividad física musicalizada gamificada que fomente la IE en los mismos estudiantes.

Para ello, se realizó 3 etapas en base al método cualitativo de estudio participativo. En la primera etapa se identificó la forma en que los

menores de edad reconocen y expresan sus emociones de manera personalizada; en la siguiente etapa se elaboró el diseño y pilotaje del proceso pedagógico en base a la práctica de la actividad física musicalizada gamificada, como medio terapéutico de la recreación pedagógica cultural y artística. En la última etapa se estableció los aportes benéficos en este proceso pedagógico en base a la actividad física musicalizada. Finalmente, concluyen mencionando que el proceso pedagógico basado en actividad física musicalizada gamificada tienen muchos beneficios en varios campos como es en la inteligencia emocional, los resultados fueron hallados desde las mismas dinámicas de juegos que se aplican (Rojas, 2022).

Asimismo, Duque y otros (2022), en la investigación “Motivación, inteligencia emocional y carga de entrenamiento en función del género y categoría en baloncesto en edades escolares”, utilizaron el diseño descriptivo transversal correlacional. El objetivo fue reconocer las diferencias de las 3 variables: emocionales, motivacionales y la carga de entrenamiento en baloncesto, tomando en consideración el sexo y su nivel de formación. Teniendo como muestra a 61 adolescentes que oscilan entre 13 a 16 años ( $M= 14,23$ ) pertenecientes a un club de baloncesto ubicada en España. Midieron la carga interna y externa de los jóvenes deportistas en los entrenamientos que tuvieron utilizando dispositivos inerciales y aplicaron una escala de bienestar para evaluar variables como el estrés, la fatiga y el dolor muscular, junto con cuestionarios de auto reporte, para evaluar el esfuerzo percibido, la motivación, la inteligencia emocional y la percepción del rendimiento. Los resultados que obtuvieron demostraron que la categoría U14 y en especial las chicas, experimentaron mayor intensidad, una mayor percepción de esfuerzo y rendimiento, y niveles más altos de inteligencia emocional. En cambio, la categoría U16 y los varones presentaron más fatiga, mayores niveles de estrés y dolor muscular, y puntuaciones más bajas en inteligencia emocional y motivación autodeterminada. En conclusión, se demostró una relación directa entre la motivación autodeterminada y la inteligencia emocional con la intensidad de los entrenamientos, la percepción de rendimiento, y factores de bienestar como la fatiga, el estrés y el dolor muscular en deportistas

escolares.

Por otro lado, Domínguez y otros (2022) en su estudio: “Variables personales y escolares asociadas a la inteligencia emocional adolescente”, plantea como objetivo saber el nivel de la inteligencia emocional en la etapa de la adolescencia y evaluar las diferencias significativas que pudieran presentarse en las dimensiones de percepción, comprensión y regulación emocional, considerando factores personales y escolares. La muestra estuvo compuesta por 4467 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), donde participaron escolares con edades entre los 12 y 16 años, de la Comunidad Autónoma de Galicia. Trabajaron con el cuestionario *Trait Meta Mood Scale* (TMMS-24) para analizar la IE.

Los resultados que obtuvieron demostraron que los adolescentes mostraron niveles moderados de inteligencia emocional, priorizando una mayor capacidad de regulación emocional a comparación de la comprensión, especialmente con la percepción emocional. Los análisis multivariantes demostraron que sí hay diferencias significativas en función al género, las féminas tuvieron puntajes más altos en percepción emocional, mientras que los varones lo hicieron en comprensión y regulación emocional. Dependiendo a la edad se observó que los adolescentes mayores solían tener una mejor percepción emocional, mientras que los más jóvenes destacaron en comprensión y regulación emocional. En conclusión, se evidenció que la inteligencia emocional en adolescentes está influida por muchos factores personales y escolares, lo que enfatiza la relevancia de que el profesor tiene que considerar estos aspectos al crear estrategias educativas que promuevan en buen desarrollo de la inteligencia emocional en los entornos educativos.

Fuentes y otros (2024), en su trabajo de investigación titulada “Nivel de actividad física e inteligencia emocional en estudiantes chilenos de Pedagogía en Educación”, realizó un estudio transversal cuantitativo. El objetivo de esta investigación fue analizar la relación de la inteligencia emocional con el nivel de actividad física de los estudiantes de segundo año de la carrera de Educación Física en la Universidad Central de Chile, en un lapso de 4 meses 2024. Tuvo como muestra a 26 estudiantes, adultos jóvenes con edades promedio de  $21.89 \pm 3.85$  años, clasificados como

eutróficos. Los participantes se agruparon según su nivel de actividad física, un grupo fue de actividad moderada (IPAQ =  $1315.83 \pm 56.55$ ) y actividad alta intensidad (IPAQ =  $2153.20 \pm 449.20$ ). Para medir la inteligencia emocional, utilizó la versión reducida de la Escala de Rasgo de Metaconocimientos sobre Estados Emocionales (TMMS-19). Los resultados del estudio mostraron que el grupo de actividad física en un nivel alto presenta un nivel de significancia muy bajo en la reparación emocional ( $p = 0.01$ ;  $d = 1.14$ ) y un mayor gasto energético ( $p < 0.001$ ;  $d = 2.64$ ) en relación con el grupo de actividad física moderada. También, la actividad física se relacionó positivamente con la atención ( $r = 0.41$ ;  $p = 0.04$ ) e inversamente con la reparación emocional ( $r = -0.42$ ;  $p = 0.03$ ). Se concluyó, que el grupo de estudiantes con mayor nivel de actividad física tienen menor nivel de reparación emocional y mayor gasto energético. A pesar de ello, aún se requiere más investigaciones para entender mejor estos hallazgos en diferentes contextos socioculturales.

Por último, tenemos a Galdón y otros (2021), cuyo estudio “Importancia de la actividad física sobre la inteligencia emocional y diferencias de género”, fue realizado en la provincia de Granada. Su objetivo principal fue la descripción del nivel de práctica constante de la actividad física, la inteligencia emocional, y las diferencias que existen con los sexos femenino y masculino en estudiantes del nivel primario, el trabajo fue descriptivo correlacional de corte transversal. Usaron dos cuestionarios, Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) y el ad-hoc, tuvo como muestra a 281 alumnos con edades que oscilan de 10 a 12 años. Los resultados indican que los estudiantes que realizan mayor actividad física, mayormente los niños, logran un buen control de sus emociones en diferentes dimensiones, ya sea en la capacidad de reparación, claridad emocional, etc. También se encontró diferencias significativas entre el sexo, deporte y con las dimensiones de la inteligencia emocional. Se concluyó que la práctica de actividad física está estrechamente vinculada con la gestión de las emociones, lo que conlleva directamente en el desempeño deportivo.

### **2.1.2 Antecedentes Nacionales**

Arteaga (2022) en su estudio “Actividad física y desarrollo

emocional en estudiantes del noveno ciclo de una universidad privada, Trujillo – 2022”, planteó como objetivo determinar la influencia que tiene la actividad física en el desarrollo emocional de los estudiantes de la universidad privada. El objetivo de la presente investigación fue el determinar cómo influye la actividad física en el desarrollo emocional de los alumnos del noveno ciclo de una universidad privada. Para la validación de la hipótesis el estudio empleó un diseño descriptivo relacional no experimental y tuvo como muestra a 46 alumnos. La recolección de datos fue a través de dos cuestionarios. Después del procesamiento de datos se llegó a la conclusión que hay una conexión significativa entre la práctica de actividad física y el desarrollo emocional en los estudiantes de la universidad donde se hizo el estudio.

Por otro lado, Vasquez y Meza (2022) en su tesis titulada “Inteligencia emocional y estilos de vida saludable en trabajadores de Lima Metropolitana, 2022”, plantean como objetivo de estudio analizar la existencia de la relación entre inteligencia emocional y un estilo de vida saludable en empleados de Lima metropolitana. El estudio fue descriptivo correlacional de carácter no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 359 personas, emplearon dos instrumentos: el Bar-On ice en versión abreviado (para evaluar la Inteligencia emocional) y el cuestionario específico del estilo de vida saludable (para evaluar el estilo de vida saludable). Los resultados mostraron una relación negativa ( $Rho = .093$ ;  $p = .078$ ) entre ambas variables. A pesar de ello, se hallaron correlaciones significativas entre el manejo de estrés y la actividad deportiva ( $Rho = .139$ ,  $p = .008$ ), el manejo de estrés y sueño/ reposo ( $Rho = 0,210$ ,  $p < .001$ ) y por último el manejo de estrés y el consumo de alimentos positiva ( $Rho = .232$ ,  $p < .001$ ). Luego de los resultados se concluyó que sí existe una relación significativa entre la inteligencia y el estilo de vida saludable, asimismo existe una relación significativa en el manejo de estrés con las actividades deportivas.

Asimismo, Velasquez (2022), en su estudio “Actividad física y desarrollo socioemocional en el estudiantado del v ciclo de una institución de San Martín de Porres, 2022”, tuvo como objetivo la determinación de la relación que hay entre la actividad física y el desarrollo socioemocional

en los alumnos de 5to y 6to grado de primaria del centro educativo San Martín de Porres. En el estudio se utilizó un enfoque cuantitativo de tipo básico y teórico, con un diseño relacional no experimental con corte transversal, el método que empleó fue el hipotético-deductivo y para analizar los datos se utilizó la prueba no paramétrica Rho de Spearman. Los resultados obtenidos mostraron que la práctica de actividad física tiene una relación muy baja con desarrollo socioemocional. En relación con los resultados, se determinó que la actividad física tiene una muy baja relación con el desarrollo socioemocional, obteniendo un valor de significancia de ( $p 0.147 > 0.05$ ). Se concluye que el planteamiento de la hipótesis es nulo, en los alumnos del V ciclo en el nivel primario.

De manera similar, en el estudio de Choquehuanca (2022), “Juegos cooperativos en el desarrollo de la inteligencia emocional en niños y niñas 4 y 5 años de la Institución Educativa Particular John Nash de Juliaca, 2022”, tuvo como finalidad determinar cómo los juegos cooperativos influyen en la inteligencia emocional. La hipótesis planteaba que la inteligencia emocional se influencia por dichos juegos. La investigación fue cuasiexperimental, el estudio se realizó con un solo grupo compuesto por 14 niños. Para la recolección de datos se realizó un pre y post test empleándose 4 sesiones de aprendizaje. El análisis de datos se midió con la prueba T para la distinción de medias en muestras apareadas, empleando el software estadístico Statgraphics XVI. Los resultados, con un nivel de significancia 0.05, concluyen que los juegos cooperativos tienen un impacto en la inteligencia emocional de los participantes, mostrando que en el pre test el 50% tuvo una calificación B y el otro 50%, calificación C. Tras emplear los juegos cooperativos el 71.43% alcanzó la calificación A y el 28.57% la calificación B. Asimismo se evidenció una mejora en las dimensiones de autoconocimiento, autocontrol y empatía tras aplicar los juegos cooperativos.

También Carreon (2022), en su investigación “Actividad física y bienestar psicológico en adolescentes del segundo grado de secundaria en la institución educativa Comercio 41 del Cusco, 2021”, planteó el objetivo de determinar la relación entre actividad física y bienestar psicológico en los estudiantes de segundo de secundaria. Se utilizó un diseño estadístico

descriptivo relacional. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes, con edades que oscilan de 12 a 13 años. Se emplearon el cuestionario de la Actividad Física PAQ- A y la Escala de Bienestar Psicológico (BIESP-j). Los resultados hallados en los estudiantes muestran que hay una relación significativa entre la actividad física y el bienestar psicológico.

Por último, encontramos a Villalobos (2022) que en su trabajo de tesis titulado “Actividad física e inteligencia emocional de estudiantes de la especialidad de Educación Física de un Instituto Superior Pedagógico Público, Cajamarca”, realizó el estudio de tipo básico, cuantitativo, de diseño no experimental relacional simple. La muestra estaba conformada por 81 personas de edades que oscilan entre 17 a 35 años. Para el estudio se utilizó instrumentos como el test TMMS-24 para analizar el nivel de la inteligencia emocional y el cuestionario de actividad física, la hipótesis planteada fue que hay una relación significativa entre la actividad física y la inteligencia. Lo resultados mostraron que no hay significancia entre las variables actividad física e inteligencia emocional con un porcentaje representativo de 43.2% afirmando que el coeficiente Rho de Spearman fue 0,093. Concluyendo que la actividad física e inteligencia emocional tienen una relación positiva muy baja, es por ello por lo que rechazan a la hipótesis nula.

## **2.2. Bases teóricas**

### **Actividad física y salud**

Según la OMS (2024) la AF es primordial para el desarrollo integral de los menores de edad, no solo a nivel físico sino también se debe poner énfasis en su salud emocional y psicológica. Galdón y otros (2021) indican que la AF está relacionada con la mejora de la gestión emocional, buena para reducir el estrés y, además, ayuda a interactuar con la sociedad.

### **El Cuestionario de Actividad Física para Niños (PAQ-C)**

Este cuestionario se utilizará en la investigación, lleva por nombre IPAQ-C, es un cuestionario que fue diseñado para medir el nivel de actividad física desde nivel moderado hasta vigoroso, ya sea en niños o en adolescentes, en los últimos 7 días. Consta de 10 ítems, 9 ítems se usan para medir el nivel actividad física y el otro restante evalúa si el niño sufrió algún hecho o padeció de alguna enfermedad que le impidió realizar sus actividades regulares en los

últimos 7 días. El resultado general del cuestionario puntúa del 1 al 5, lo que indican que la mayor puntuación conlleva a un nivel mayor de AF (Manchola y otros, 2017).

Este cuestionario está diseñado para evaluar el nivel de actividad física en los niños y para analizar el cómo estos niveles de AF pueden tener influencia en el bienestar emocional. Esto nos permite analizar la posible relación entre los niveles de actividad física y la inteligencia emocional en sus diferentes dimensiones: adaptabilidad, el control del estrés, intrapersonal, interpersonal; componentes esenciales para un buen desarrollo equilibrado.

### **Modelo de Inteligencia Emocional de Bar-On**

El modelo de Bar-On (2000) describe que la inteligencia emocional no es un concepto único, más bien es un conjunto de habilidades interconectadas que ayudan al ser humano a afrontar los retos y exigencias de la vida cotidiana. Este enfoque tiene 5 componentes clave, estas son: el área intrapersonal que involucra a la autoestima y autoconocimiento, el área interpersonal que tiene que ver con la empatía y las relaciones interpersonales, el manejo del estrés que incluye a la tolerancia al estrés y al control de impulsos, la adaptabilidad que tiene que ver con la capacidad para resolver problemas y ser flexibles y. por último, encontramos al estado de ánimo general que involucra al optimismo y felicidad (Bar-On y Parker, 2018).

### **Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On (ICE: NA), abreviada**

Este cuestionario se usará en la investigación para medir la IE, consta con 4 componentes importantes: *intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés* en menores de edad, en niños y tiene 30 ítems, (Ugarriza y Pajare, 2005). Este cuestionario nos ayudará a analizar cómo el nivel de actividad física puede afectar a la IE. La relación entre la actividad física y la inteligencia emocional es fundamental, ya que investigaciones anteriores muestran que los niños que son más activos a nivel físico suelen desarrollar mayores habilidades emocionales (Galdón y otros, 2021).

### **Teoría del Aprendizaje Social de Bandura**

Bandura en 1977, plantea que en las primeras etapas de la vida los infantes aprenden mediante la observación y la imitación, ya sea de comportamientos, actitudes, habilidades emocionales, etc. (Rodríguez & Cantero, 2020). En el ámbito de la actividad física, la práctica de deportes y juegos en equipo brinda

beneficios en los niños, ya que les permite que los menores de edad puedan desarrollar diferentes habilidades como empatía cooperación y gestión del estrés, elementos esenciales para la IE (Choquehuanca, 2022). Esta teoría resulta importante para comprender cómo la actividad física en entornos escolares puede influir en la IE y sus elementos.

### **La Neuroeducación Física**

Estudios recientes en neurociencia demuestran que la práctica de actividad física en un nivel regular en niños en edades escolares trae muchos beneficios, como en el cerebro, impactando positivamente en las funciones ejecutivas y el aprendizaje, en otras palabras, ayuda a desarrollar niños íntegros, (Guillén, 2018). Asimismo, el ejercicio regular mejora las funciones cognitivas y la autorregulación emocional, ambos elementos esenciales. En este contexto, la relación entre la actividad física y la inteligencia emocional podría estar explicada por los cambios neuroquímicos que el ejercicio genera en el cerebro de los menores de edad. Esta base neurocientífica ofrece un marco sólido para comprender que el ejercicio no solo brinda beneficios para la salud física, sino que también favorece al desarrollo emocional de los menores de edad (Díaz & García, 2022).

### **IPAQ-C**

Cuestionario diseñado para medir el nivel de actividad física en niños y adolescentes; el **nivel de actividad física muy baja** representa a una puntuación de 1 a 1.99 puntos, significa, que la actividad que realiza el niño es un nivel “Muy Baja”; **nivel de actividad física baja** es cuando se obtiene la puntuación de 2 a 2.99 puntos, indica, que la actividad que el niño realiza es un nivel “Baja”; **nivel de actividad regular** es cuando se da una puntuación de 3 a 3.99 puntos, indica, que la actividad realizada por el niño es un nivel “Regular”; **nivel de actividad física intenso** cuando obtiene puntuación de 5 puntos, indica que la actividad que realiza el niño es un nivel “muy intenso” (Villar & Yáñez, 2022).

### **Inteligencia Emocional**

Goleman (1995) fue uno de los pioneros en profundizar y difundir el concepto de inteligencia emocional (IE), lo define como la capacidad de reconocer tanto las emociones propias como las de los demás, de igual forma es un constructo que ayuda entender de forma que se adapta nuestras emociones. A su vez, es importante resaltar su relevancia de la automotivación para establecer

relaciones interpersonales e intrapersonales adecuadas y sostenidas. Estas relaciones conllevaron a reconocer de manera que aprendamos a identificar y comprender nuestras propias emociones y sentimientos, así como los de los demás para así tomar decisiones de acuerdo a ese enfoque racional, (citado por Hoz & Soledad, 2022). Por su parte, Bar-On (1997), de la misma forma, trata la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades personales e interpersonales que impactan nuestro entorno y nuestra percepción general reconociendo, identificando las expresiones que eviten conflictos. Sin embargo, la inteligencia emocional es un factor crucial para determinar nuestro éxito en la vida, ya que afecta directamente nuestra salud emocional y nuestro bienestar general (Apaza et al., 2023).

#### **BarOn ICE: NA inventario adaptado por Ugarriza & Pajare ( 2005)**

Se miden cuatro componentes importantes:

**Intrapersonal.** Involucra a la medición de la autocomprensión de sí mismo, la habilidad para ser asertivo y la habilidad para visualizarse a sí mismo de manera positiva.

**Interpersonal.** Involucra a la empatía y a la responsabilidad social, ayudan a tener una buena comunicación, a mantener vínculos interpersonales exitosos, el saber escuchar y ser capaces de entender y tomar en cuenta los sentimientos de los demás, vínculos saludables y efectivos por medio de la socialización.

**Adaptabilidad.** Involucra a la habilidad para solucionar los conflictos ante contextos reales, incluye ser flexibles, realistas y capaces de manejar desafíos y aprender de ellos. Ser eficaces para enfrentar los problemas cotidianos ya que facilita el logro en diferentes entornos y contextos.

**Manejo del estrés.** Involucra a la tolerancia al estrés y el control de los impulsos que una persona enfrenta a través de efectos negativos, por lo general controlarnos, minimizar y trabajar bien bajo presión, lidiar con estas situaciones desafiantes, ser rara vez impulsivo y responder a eventos estresantes sin desmoronarse emocionalmente y que puedan afectar nuestra salud física mental y emocional.

### **2.3. Bases conceptuales de las variables y dimensiones**

#### **Actividad física**

La actividad física es parte de la vida cotidiana de todo ser humano. Según Espinoza (2023), se define como todo movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que requiere un consumo de energía, tal como menciona la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024). Al hablar de actividad física nos referimos al trabajo del cuerpo humano en diferentes manifestaciones y contextos.

La práctica de esta actividad genera un conjunto de movimientos, realizado incluso durante el tiempo de ocio, que se efectúa para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, para trabajar o para llevar a cabo las actividades domésticas es así que está presente en el contexto real.

### **Inactividad Física**

Cuando una persona no hace actividad física o en general no cumplen con los patrones de las recomendaciones mundiales de realizar al menos 150 minutos de actividad física moderada a la semana, se enfrentan severamente a muchas consecuencias que perjudicialmente afecta a su salud. En este contexto, la inactividad física se convierte en uno de los principales factores de riesgo de mortalidad y que puedan contraer enfermedades no transmisibles. Además, las personas que no realizan suficiente ejercicio presentan un riesgo de mortalidad de entre un 20% y un 30% superior en comparación con aquellas que son suficientemente activas (OMS, 2024). Por otro lado, una vida inactiva puede ser un riesgo de padecer diferentes factores humanos en su totalidad como la obesidad, enfermedades del corazón, pérdida de masa, el metabolismo, aumento del peso corporal, dolores y lesiones.

### **Ejercicio físico**

Según Chodzko y otros (2009) citado por (Araque et al., 2021), el ejercicio físico se refiere al movimiento planeado, estructurado y repetitivo que se realiza con el propósito de mejorar o mantener uno o más componentes de la condición física. A su vez estos movimientos voluntarios pierden energía en el cuerpo humano por realizar variedad de gestos corporales y repetitivos con el objetivo de mantener su forma física.

### **Condición Física**

La condición física se define como el estado físico en el que nos

encontramos en cada momento, capacidad de realizar un esfuerzo físico dependiendo de su intensidad. El adecuado funcionamiento de todos los sistemas del organismo nos permite mantener un buen estado de salud desde la edad preescolar. Por lo tanto, la condición física es de vital importancia para la calidad de vida de las personas. El nivel de condición física determina en gran medida la capacidad de las personas para manejarse con autonomía dentro del contexto social, al ser partícipe en distintos acontecimientos, visitar a amigos o familiares, utilizar los servicios y facilidades que se les ofrecen y, en general, enriquecer sus propias vidas y las de las personas más cercanas a ellas.

Sin embargo, la condición física funcional se da de manera eficiente y presentes en las actividades cotidianas manteniendo un buen nivel moderado centrado en mantener las habilidades físicas, “tiene cinco componentes principales: composición corporal, fuerza muscular, resistencia cardio-respiratoria, flexibilidad y equilibrio “(Valdés et al., 2020, p. 2).

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Hipótesis**

##### **3.1.1. Hipótesis general**

El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la inteligencia emocional en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

##### **3.1.2. Hipótesis Específicas**

- El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión intrapersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.
- El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.
- El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión adaptabilidad en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.
- El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión manejo de estrés en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024

#### **3.2. Variables**

**V<sub>1</sub>:** Nivel de actividad física

Dimensiones

- Muy baja
- Baja
- Regular
- Intenso
- Muy intenso

**V<sub>2</sub>:** Inteligencia emocional

Dimensiones

- Intrapersonal
- Interpersonal
- Adaptabilidad
- Manejo de estrés

### 3.3. Operacionalización de variables

VARIABLES	DESCRIPCIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
V1: Nivel de actividad física	Es el movimiento de cuerpo generado por los músculos de tipo esquelético que necesita consumir energía (OMS, 2024).	Se evaluará con el IPAQ-C instrumento validado para niños, evalúa el movimiento activo corporal que genera gasto de energía durante la última semana	Actividades en la Institución educativa  Tiempo libre  Transporte	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clases de educación física, actividades en el transcurso y después de la escuela y fines de semana</li> <li>- Actividades en el transcurso de su tiempo libre</li> <li>- Actividades para desplazarse</li> <li>- Frecuencia de actividad física en el transcurso de los 7 días de la semana</li> </ul>	Ordinal  Bajo Moderado Alto
V2: Inteligencia emocional	BarOn (1997), citado por Ugarriza y Pajare (2005), menciona que la IE se asemeja a un conjunto de competencias específicas,	Se evaluará con el inventario de inteligencia emocional de BarOn EQ-iYV, que contiene cuatro dimensiones:	Intrapersonal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidad del ser humano de auto comprenderse, aceptarse y respetarse y entender los sentimientos de los demás.</li> </ul>	Ordinal  (Bareado)  Baja Regular Alta

	<p>socioemocionales y habilidades que influyen en nuestra capacidad para adaptarnos y enfrentar las exigencias y desafíos del entorno.</p>	<p>intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y manejo de estrés. Instrumento validado y confiable</p>	<p>Interpersonal  Adaptabilidad  Manejo de estrés</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad de escuchar y entender los sentimientos de las demás, incluyendo la empatía.</li> <li>- Capacidad de adaptarse y poder resolver dificultades, abriéndose al cambio</li> <li>- Capacidad del manejo de impulsos y tolerabilidad al estrés.</li> </ul>	
--	--	---	---	---	--

### **3.4. Tipo y nivel de investigación**

#### **Tipo**

La investigación fue de tipo básica. La investigación básica se conoce también como investigación pura o fundamental, se centra en la expansión y desarrollo del conocimiento científico y teórico en un campo específico sin tomar en cuenta su enfoque en su aplicación práctica. Su objetivo principal es generar nuevos conocimientos que contribuyan a una mejor comprensión teórica de un fenómeno, sin que necesariamente se busquen aplicaciones inmediatas de dichos descubrimientos (Vizcaíno y otros, 2023).

#### **Nivel**

El trabajo fue de nivel correlacional. Las investigaciones correlacionales se orientan a identificar y analizar la relación entre las variables, sin que estas sean manipuladas. En la investigación, se buscará analizar si existe una relación significativa entre la actividad física y la inteligencia emocional. De acuerdo Vizcaíno y otros (2023) las correlacionales se utilizan para la recolección de datos relacionados con las variables de estudio. En este proceso puede intervenir la observación directa, la aplicación de encuestas y cuestionarios, así como el análisis de registros y bases de datos preexistentes.

### **3.5. Métodos**

El método hipotético-deductivo se basa en formular hipótesis derivadas de teorías previamente establecidas, que posteriormente se someten a verificación a través de la observación y el análisis de datos recopilados. Según Alan y Cortez (2017), se indica que este tipo de método es un proceso investigativo que empieza con la observación de un fenómeno o problema, lo cual lleva a plantear una hipótesis provisional que lo justifique. Mediante la deducción, se derivan las que podrían ser las consecuencias de la hipótesis, que posteriormente se someten a evaluaciones para confirmar o rechazar la hipótesis planteada inicialmente.

### **3.6. Diseño metodológico**

Se empleó el diseño descriptivo correlacional, que tiene como objetivo examinar y describir la relación de las variables sin ejercer ninguna manipulación en ellas. En nuestra investigación, se describirá la relación que existe entre la actividad física y la inteligencia emocional. Para Vizcaíno y otros (2023) este diseño es muy bueno para estudios que pretenden analizar las

interacciones entre variables sin intervenir directamente en ellas.

### **3.8. Muestra y técnica de muestreo**

#### **Población**

Condori (2020) menciona que son “elementos accesibles o unidad de análisis que pertenecen al ámbito especial donde se desarrolla el estudio” (p. 3). La población del estudio incluye a todos los niños matriculados en la institución educativa primaria Túpac Amaru II durante el periodo 2023-2024.

#### **Muestra**

Para muestra se empleó 23 estudiantes del nivel primario de la I.E. Túpac Amaru II. Para Condori (2020), es la parte representativa de la población y tienen las mismas características generales de la población.

Según Neftali & Díaz (2016) “el muestreo es un proceso de extracción de una muestra a partir de la población “(p. 15).

Para Condori (2020) el **muestreo no probabilístico intencional** es cuando la muestra se selecciona respetando algunos parámetros como disponibilidad, talla, peso, etc.

Para esta investigación, se aplicó un **muestreo no probabilístico**, ya que fueron escogidos intencionalmente los que participaron, tomando en cuenta algunos criterios específicos. Entonces se tuvo como objetivo incluir a los niños que se encuentran matriculados en la **I.E. Túpac Amaru II, Ayacucho** en el año 2024, priorizando a los estudiantes que cumplieran con lo requerido para aplicar los cuestionarios. Aunque no todos los estudiantes tuvieron la misma probabilidad de ser seleccionados, se aseguró de que la muestra sea representativa de la población objetivo.

### **3.9. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos**

#### **Técnicas**

Para llevar a cabo esta investigación, se utilizó la técnica cuantitativa de recolección de datos a través de encuestas. Para Medina y otros (2023), la encuesta es una técnica utilizada para reunir datos de un amplio grupo de personas. Es una herramienta flexible y fácil de usar que permite a los que investigan conseguir información ya sea sobre: opiniones, actitudes, conductas, etc.

#### **Instrumentos**

Según Medina y otros (2023), El cuestionario es una herramienta

fundamental para la recolección de datos y se emplea de manera extensa en diversos ámbitos, como la investigación, la evaluación y la educación, entre otros.

Los cuestionarios que se emplearon fueron el Cuestionario PAQ-C adaptado por Villar & Yáñez (2022), que permitió medir el nivel de actividad física y el cuestionario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE: NA, abreviado y adaptado por Ugarriza y Pajares (2005), para evaluar la inteligencia emocional en los estudiantes. Ambos cuestionarios son reconocidos mundialmente por su uso múltiple en investigaciones.

### 3.10. Validez y confiabilidad de los instrumentos

#### Validez

En el juicio de expertos consideramos cuatro expertos para cada instrumento:

Nº	Nombre del experto	IPAQ-C	EQ-iYV
1	Carlos Alberto Auccapuclla Paz	86,5	81,5
2	Edwin Héctor Eyzaguirre Maldonado	80,0	80,0
3	Jaime Adrián Vargas Jerí	83,2	83,6
4	Yuri Gutiérrez Jerí	83,2	83,6
Promedio		83,225	82,175

#### Confiabilidad

El instrumento PAQ-C ha sido validado con un Coeficiente de Correlación Intraclase (CCI) de hasta 0.73, con un intervalo de confianza del 95% y presenta una consistencia interna de 0.83. Además, otro estudio de confiabilidad reportó un  $\alpha$  de Cronbach de 0.73 y 0.78 en dos aplicaciones consecutivas, lo que asegura su fiabilidad para su uso en niños (Villar & Yáñez, 2022).

Mientras el Inventario de inteligencia emocional BarOn, evaluación de la inteligencia emocional y de sus diferentes componentes socioemocionales por medio de varias escalas (intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, Manejo del estrés y Estado de ánimo general) y un índice de inteligencia emocional total. Cuenta además con dos escalas de control de las respuestas: Inconsistencia e Impresión positiva con un  $\alpha$  de Cronbach de 0.873 (García et al., 2000).

### 3.11. Técnicas para el procesamiento de la información

Para el procesamiento de datos se utilizó la sábana de datos en Excel, luego se

interpretó los datos de manera descriptiva para el que se empleó el programa estadístico de SPSS, así como para el análisis estadístico inferencial. Se sometió los datos a verificar el comportamiento de los datos para constatar su normalidad, al no cumplir con el supuesto de normalidad y ser un número reducido, se procedió el análisis con pruebas no paramétricas: Rho de Spearman.

### **3.12. Aspectos éticos**

En cuanto a los aspectos éticos, se garantizó respetando el código de investigador de la CONCYTEC, en el que se detalla específicamente la conducta ética que debe asumir cada investigador.

## IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1. Resultados a nivel descriptivo

Se presentan los resultados descriptivos con tablas cruzadas de acuerdo con los objetivos planteados en la investigación.

**Tabla 1**

*Nivel de actividad física*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	7	30,4
Moderado	12	54,2
Alto	4	17,4
Total	23	100

Nota: Elaboración propia

En la tabla 1, se observa el nivel de actividad física de los niños del quinto grado de primaria, donde el 54,2% se ubican en un nivel moderado, el 30,4% en un nivel bajo y el 17,4% en nivel alto.

**Tabla 2**

*Inteligencia emocional*

	Frecuencia	Porcentaje
Baja	1	4,3
Regular	9	39,1
Alto	13	56,5
Total	23	100

Nota: Elaboración propia

En la tabla 2, se observa el nivel de inteligencia emocional de los niños del quinto grado de primaria, donde el 56,5% se ubican en un nivel alto, el 39,1% en un nivel regular y el 4,34% en nivel bajo.

**Tabla 3**

*Tabla cruzada del nivel de actividad física y el nivel de inteligencia emocional*

Nivel de actividad física		Nivel de inteligencia emocional			Total
		Baja	Regular	Buena	
Bajo	Recuento	1	6	0	7
	% del total	4,3%	26,1%	0,0%	30,4%
Moderado	Recuento	0	3	9	12
	% del total	0,0%	13,0%	39,1%	52,2%
Alto	Recuento	0	0	4	4
	% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total	Recuento	1	9	13	23
	% del total	4,3%	39,1%	56,5%	100,0

Nota: Elaboración propia

En la tabla 3, se observa el cruce de los datos del nivel de actividad física y la inteligencia emocional, observando que el 56,5% de niños poseen una buena inteligencia emocional, el 39,1% regular y el 4,3% baja. Mientras que en la actividad física el 52,2% de niños tienen un nivel moderado de actividad física, el 30,4% un nivel bajo y el 17,4% un nivel alto.

**Tabla 4**

*Tabla cruzada del nivel de actividad física y la dimensión intrapersonal*

Nivel de actividad física		Dimensión intrapersonal			Total
		Baja	Regular	Buena	
Bajo	Recuento	7	0	0	7
	% del total	30,4%	0,0%	0,0%	30,4%
Moderado	Recuento	6	5	1	12
	% del total	26,1%	21,7%	4,3%	52,2%
Alto	Recuento	0	0	4	4
	% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total	Recuento	13	5	5	23
	% del total	56,5%	21,7%	21,7%	100,0

Nota: Elaboración propia

En la tabla 4, se observa el cruce de los datos del nivel de actividad física y la dimensión intrapersonal, observando que el 56,5% de niños poseen una baja inteligencia emocional intrapersonal, el 21,7% regular y el 21,7% buena. Mientras que en la actividad física el 52,2% de niños tienen un nivel moderado de actividad física, el 30,4% un nivel bajo y el 17,4% un nivel alto.

**Tabla 5**

*Tabla cruzada del nivel de actividad física y la dimensión interpersonal*

Nivel de actividad física		Dimensión interpersonal			Total
		Baja	Regular	Buena	
Bajo	Recuento	7	0	0	7
	% del total	30,4%	0,0%	0,0%	30,4%
Moderado	Recuento	1	7	4	12
	% del total	4,3%	30,4%	17,4%	52,2%
Alto	Recuento	0	0	4	4
	% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total	Recuento	8	7	8	23
	% del total	34,8%	30,4%	34,8%	100,0

Nota: Elaboración propia

En la tabla 5, se observa el cruce de los datos del nivel de actividad física y la dimensión interpersonal, observando que el 34,8% de niños poseen una baja inteligencia emocional interpersonal, el 30,4% regular y el 34,8% buena.

interpersonal y buena respetivamente, y el 30,4% baja. Mientras que en la actividad física el 52,2% de niños tienen un nivel moderado de actividad física, el 30,4% un nivel bajo y el 17,4% un nivel alto.

**Tabla 6**

*Tabla cruzada del nivel de actividad física y la dimensión adaptabilidad*

Nivel de actividad física		Dimensión adaptabilidad			Total
		Baja	Regular	Buena	
Bajo	Recuento	7	0	0	7
	% del total	30,4%	0,0%	0,0%	30,4%
Moderado	Recuento	3	4	5	12
	% del total	13,0%	17,4%	21,7%	52,2%
Alto	Recuento	0	0	4	4
	% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total	Recuento	10	4	9	23
	% del total	43,5%	17,4%	39,1%	100,0

Nota: Elaboración propia

En la tabla 6, se observa el cruce de los datos del nivel de actividad física y la dimensión adaptabilidad, observando que el 43,5% de niños poseen una baja inteligencia de adaptabilidad, 39,1% buena adaptabilidad, y el 17,4% regular adaptabilidad. Mientras que en la actividad física el 52,2% de niños tienen un nivel moderado de actividad física, el 30,4% un nivel bajo y el 17,4% un nivel alto.

**Tabla 7**

*Tabla cruzada del nivel de actividad física y la dimensión manejo de estrés*

Nivel de actividad física		Dimensión manejo de estrés			Total
		Baja	Regular	Buena	
Bajo	Recuento	7	0	0	7
	% del total	30,4%	0,0%	0,0%	30,4%
Moderado	Recuento	1	3	8	12
	% del total	4,3%	13,0%	34,8%	52,2%
Alto	Recuento	0	0	4	4
	% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total	Recuento	8	3	12	23
	% del total	34,8%	13,0%	52,2%	100,0

Nota: Elaboración propia

En la tabla 7, se observa el cruce de los datos del nivel de actividad física y la dimensión manejo de estrés, observando que el 52,2% de niños poseen una buena inteligencia de manejos de estrés, 34,8% baja, y el 13,0% regular manejo de estrés. Mientras que en la actividad física el 52,2% de niños tienen un nivel moderado de actividad física, el 30,4% un nivel bajo y el 17,4% un nivel alto.

## 4.2. Resultados a nivel inferencial

### Prueba de hipótesis general

Ho = El nivel de actividad física no se relaciona significativamente con la inteligencia emocional en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

Ha = El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la inteligencia emocional en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

### Tabla 8

*Prueba de la hipótesis general, relación del nivel de actividad física y la inteligencia emocional*

Rho de Spearman		Inteligencia emocional
Nivel de actividad física	Coefficiente de correlación	,756**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	23

Nota: \*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

### Regla de decisión

Si el valor  $p < 0,05$  se rechaza la hipótesis nula (Ho)

### Interpretación

La significancia bilateral es de 0.000 ( $p < 0,05$ ), lo que nos permite rechazar la hipótesis nula; en consecuencia, existe una relación significativa entre el nivel de actividad física y la inteligencia emocional.

### Prueba de hipótesis específica 1

Ho = El nivel de actividad física no se relaciona significativamente con la dimensión intrapersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

Ha = El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión intrapersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

### Tabla 9

*Prueba de la hipótesis específica 1, relación del nivel de actividad física y la dimensión intrapersonal*

Rho de Spearman		Dimensión intrapersonal
Nivel de actividad física	Coefficiente de correlación	,754**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	23

Nota: \*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

### Regla de decisión

Si el valor  $p < 0,05$  se rechaza la hipótesis nula (Ho)

## Interpretación

La significancia bilateral es de 0.000 ( $p < 0,05$ ), lo que nos permite rechazar la hipótesis nula; en consecuencia, existe una relación significativa entre el nivel de actividad física y la dimensión intrapersonal.

## Prueba de hipótesis específica 2

Ho = El nivel de actividad física no se relaciona significativamente con la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

Ha = El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

**Tabla 10**

*Prueba de la hipótesis específica 2, relación del nivel de actividad física y la dimensión interpersonal*

Rho de Spearman		Dimensión interpersonal
Nivel de actividad física	Coefficiente de correlación	,844**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	23

Nota: \*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

## Regla de decisión

Si el valor  $p < 0,05$  se rechaza la hipótesis nula (Ho)

## Interpretación

La significancia bilateral es de 0.000 ( $p < 0,05$ ), lo que nos permite rechazar la hipótesis nula; en consecuencia, existe una relación significativa entre el nivel de actividad física y la dimensión interpersonal.

## Prueba de hipótesis específica 3

Ho = El nivel de actividad física no se relaciona significativamente con la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

Ha = El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

**Tabla 11**

*Prueba de la hipótesis específica 3, relación del nivel de actividad física y la dimensión adaptabilidad*

Rho de Spearman		Dimensión adaptabilidad
Nivel de actividad física	Coefficiente de correlación	,772**
	Sig. (bilateral)	,000

Nota: \*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

### Regla de decisión

Si el valor  $p < 0,05$  se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ )

### Interpretación

La significancia bilateral es de 0.000 ( $p < 0,05$ ), lo que nos permite rechazar la hipótesis nula; en consecuencia, existe una relación significativa entre el nivel de actividad física y la dimensión adaptabilidad.

### Prueba de hipótesis específica 4

$H_0$  = El nivel de actividad física no se relaciona significativamente con la dimensión manejo de estrés en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

$H_a$  = El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión manejo de estrés en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.

### Tabla 12

*Prueba de la hipótesis específica 4, relación del nivel de actividad física y la dimensión interpersonal*

Rho de Spearman	Dimensión manejo de estrés
Nivel de actividad física	Coefficiente de correlación
	Sig. (bilateral)
	N

,812\*\*

,000

23

Nota: \*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

### Regla de decisión

Si el valor  $p < 0,05$  se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ )

### Interpretación

La significancia bilateral es de 0.000 ( $p < 0,05$ ), lo que nos permite rechazar la hipótesis nula; en consecuencia, existe una relación significativa entre el nivel de actividad física y la dimensión manejo de estrés.

### 4.3. Discusión de resultados

En nuestra tabla N° 8, comprobamos la existencia de una relación positiva ( $Rho = 0,7$ ) con una significancia de  $p = 0,000$ . Según la OMS (2024) la AF es primordial para el desarrollo integral de los menores de edad y no solo anivel físico, sino tambien se debe poner énfasis en su salud emocional y psicológico. Asimismo, Duque y otros (2022)

demonstró una relación directa entre la motivación autodeterminada y la inteligencia emocional con la intensidad de los entrenamientos. Por su parte, Villalobos (2022) demostró que hay relación significativa muy baja entre las variables actividad física e inteligencia emocional. Por lo que, concordamos con las conclusiones de Duque y otros (2022) y Villalobos (2022).

Nuestro trabajo no fue experimental, pero sí encontramos una correlación significativa entre el nivel de actividad física y la inteligencia emocional. Por su parte, Galdón y otros (2021) indican que la AF está relacionada con la mejora de la gestión emocional, buena para reducir el estrés y ayuda a interactuar con la sociedad. Así, Ladino y otros (2016), luego de experimentar un programa de ejercicio físico, señalan, que no obtuvieron significancia sobre la inteligencia emocional, posiblemente las semanas de AF no fueron suficientes para lograr la significancia. En un trabajo experimental se requiere controlar las variables de carga y otros factores como la alimentación y hábitos de los participantes.

Nuestros resultados demuestran que existe relación positiva ( $Rho = 0,812$ ) entre el nivel de actividad física y la dimensión manejo del estrés, lo que significa que a mayor actividad física mejor el control del estrés. Por su parte, Bar-On (2000) señala que la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades interconectadas que ayuda al ser humano a afrontar los retos y exigencias de la vida cotidiana. También Carreon (2022), encontró que hay una relación significativa entre la actividad física y el bienestar psicológico en los estudiantes. Puertas y otros (2022) precisan que la práctica constante de AF nos ayuda a desarrollar la capacidad de expresarnos, gestionar nuestras emociones y es esencial para el tratamiento preventivo del Síndrome de Burnout. Por lo que, concordamos con los resultados de Puertas y otros, ya que, a mayores niveles de actividad física, mejor el manejo de factores estresores para evitar el síndrome de burnout.

En cuanto a nuestros resultados de relación de la actividad física y la adaptación ( $Rho = 0,77$ ) se observa que los niños que tienen nivel alto de actividad física se adaptan con mayor facilidad. Según Choquehuanca (2022) en el ámbito de la actividad física, la práctica de deportes y juegos en equipo brinda beneficios en los niños, ya que les permite que los menores de edad puedan desarrollar diferentes habilidades como la empatía, la cooperación y la gestión del estrés. Arteaga (2022) señaló que hay una conexión significativa entre la práctica de actividad física y el desarrollo emocional en los estudiantes. Asimismo, Sánchez y otros (2022), aporta que el sexo femenino posee una mayor atención y autoconcepto académico, y el sexo masculino una mejor reparación y

autoconcepto físico, encontrando una correlación positiva con los componentes de inteligencia emocional y las dimensiones del autoconcepto.

En cuanto a la relación del nivel de actividad física y la dimensión interpersonal la relación fue positiva y significativa ( $Rho = 0,844$ ), lo que indica que las actividades físicas tienen una estrecha relación con la manera de interactuar con los demás, es decir una relación de tener procesos pedagógicos sociales. Asimismo, Díaz & García (2022) señalan que el ejercicio regular mejora las funciones cognitivas y la inteligencia emocional, generando cambios neuroquímicos en el cerebro de los menores de edad. Rojas (2022) menciona que el proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada tiene muchos beneficios en la inteligencia emocional.

En la tabla 2 sobre la inteligencia emocional, nuestra investigación encontró que el 56,5% de niños tiene una inteligencia emocional alta, el 39,1% regular. Goleman (1995) conceptúa a la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer tanto las emociones propias como las de los demás, de igual forma es un constructo que ayuda entender de forma que se adapta nuestras emociones. Por otro lado, Domínguez y otros (2022) encontró que los adolescentes mostraron niveles moderados de inteligencia emocional, priorizando una mayor capacidad de regulación emocional a comparación de la comprensión, especialmente con la percepción emocional. Galdón y otros (2021) precisaron que la práctica de actividad física está estrechamente vinculada con la gestión de las emociones, lo que conlleva directamente en el desempeño deportivo. Los niveles de desarrollo de la inteligencia emocional pueden variar por diversos factores, por lo que nuestro trabajo encontró mayor porcentaje en el nivel alto.

Por otro lado, Vasquez y Meza (2022) encontraron que sí existe una relación significativa entre la inteligencia y el estilo de vida saludable, asimismo existe una relación significativa en el manejo de estrés con las actividades deportivas. Asimismo, Velasquez (2022), mostró que la práctica de actividad física tiene una relación muy baja con el desarrollo socioemocional. De manera similar en otro estudio de Choquehuanca (2022), se demostró que los juegos cooperativos impactan en la inteligencia emocional de los participantes.

## CONCLUSIONES

- Primera: Existe una relación directa ( $Rho = 0,756$ ) significativa ( $p= 0,000$ ) entre el nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la Institución Educativa Túpac Amaru II, 2024.
- Segunda: Existe una relación directa ( $Rho = 0,754$ ) significativa ( $p=0,00$ ) entre el nivel de actividad física y la dimensión intrapersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.
- Tercera: Existe una relación directa ( $Rho =0,852$ ) significativa ( $p 0 0,000$ ) entre el nivel de actividad física y la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.
- Cuarta: Existe una relación directa ( $Rho = 0,772$ ) significativa ( $p=0,00$ ) entre el nivel de actividad física y la dimensión adaptabilidad en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.
- Quinta: Existe relación directa ( $Rho = 0,812$ ) significativa ( $p=0,00$ ) entre el nivel de actividad física y la dimensión manejo de estrés en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024

## **SUGERENCIAS**

A los docentes de educación física de la educación básica regular, fomentar espacios de actividades físicas con los niños para formar el hábito de la vida activa, lo que repercutirá en la inteligencia emocional.

A los directores de la educación básica regular, implementar en sus instituciones educativas programas de actividad física entre los docentes, padres de familia y estudiantes para el desarrollo adecuado de la inteligencia emocional de los estudiantes.

A los estudiantes de la escuela profesional de educación física, realizar trabajos de investigación desde diseños experimentales para ver el impacto de la actividad física sobre la inteligencia emocional.

A los estudiantes de la educación básica regular, adquirir el hábito de la vida activa a través de la práctica deportiva orientadas o en forma informal.

## REFERENCIAS

- Acebes, J., Diez, I., Gonzalo, S. E., & Romo, G. R. (2019). Physical activity and emotional intelligence among undergraduate students: a correlational study. *BMC Public Health*, 19(1241), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7576-5>
- Alan, D., & Cortez, L. (2017). *Procesos y Fundamentos de la Investigación Científica*. Editorial UTMACH. Obtenido de <https://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/12498/1/Procesos-y-FundamentosDeLainvestiacionCientifica.pdf>
- Apaza, Y., Laruta, M. V., & Rojas, Y. F. (2023). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de una institución educativa estatal, Arequipa-2021. [Tesis para optar Licenciatura]. Universidad Continental, Arequipa. Obtenido de [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13150/1/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Apaza\\_Laruta\\_Rojas\\_2023.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13150/1/IV_FHU_501_TE_Apaza_Laruta_Rojas_2023.pdf)
- Araque, Á., Ruiz, P., & Artés, E. M. (2021). Efectos de un programa de ejercicio físico multicomponente sobre la condición física, la autoestima, la ansiedad y la depresión de personas adultas-mayores. *Revista Retos*(39), 2-5. Obtenido de <file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/Dialnet-EfectosDeUnProgramaDeEjercicioFisicoMulticomponent-8029540.pdf>
- Arteaga, M. B. (2022). Actividad física y desarrollo emocional en estudiantes del noveno ciclo de una universidad privada, Trujillo – 2022. [Tesis para optar Maestría]. Universidad César Vallejo, Trujillo. Obtenido de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/107167/Arteaga\\_GMB-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/107167/Arteaga_GMB-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Bar-On, R., & Parker, J. D. (2018). *Inventario de Inteligencia emocional de BarOn: Versión para jóvenes*. Madrid: TEA Ediciones. Obtenido de [https://web.teaediciones.com/ejemplos/baron\\_extracto-web.pdf](https://web.teaediciones.com/ejemplos/baron_extracto-web.pdf)
- Barrios, J. A., Cahuaya, S. M., & Chicchon, G. T. (2024). Las estrategias lúdicas y su influencia en el desarrollo socioemocional en estudiantes de primaria. [Tesis para optar al Grado Académico de Bachiller]. Innova Teaching School, Lima. Obtenido de <https://repositorio.its.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14360/97/10.%20Archivo>

- %20digital%20del%20Trabajo%20de%20Investigaci%C3%B3n%20%28PDF%29%20%2834%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Belenguer, M. (2023). Inteligencia Emocional en educación infantil: Diseño de una clase dua. *[Tesis para optar grado]*. Universidad de Valladolid. Obtenido de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/67328/TFG-O-2366.pdf?sequence=1>
- Bidzan-Bluma, I., & Lipowska, M. (2018). Actividad física y funcionamiento cognitivo de los niños: una revisión sistemática. *International journal of environmental research and public health*, 15(3), 800. <https://doi.org/10.3390/ijerph15040800>
- Cano, S. R., & Zea, M. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. *Revista Logos, Ciencia & Tecnología*, 4(1), 58-67. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/5177/517751763003.pdf>
- Carreon, A. (2022). Actividad física y bienestar psicológico en adolescentes del segundo grado de secundaria en la institución educativa Comercio 41 del Cusco, 2021. *[Tesis para optar Maestría]*. Universidad César Vallejo, Lima. Obtenido de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81445/Carreon\\_SAG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81445/Carreon_SAG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cervantes, K., Amador, E., & Arrazola, M. (2017). Nivel de actividad física en niños de edades 6-12 años en algunos colegios de Barranquilla- Colombia, en el año 2014-2015. *Biociencias*, 12(1), 17-23. Obtenido de <file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/Dialnet-NivelDeActividadFisicaEnNinosDeEdadesDe6A12AnosEnA-6228794.pdf>
- Choquehuanca, Y. Z. (2022). Juegos cooperativos en el desarrollo de la Inteligencia Emocional en niños y niñas 4 y 5 años de la institución educativa particular John Nash de Juliaca, 2022. *[Tesis para optar Licenciatura]*. Universidad José Carlos Mariátegui, Moquegua. Obtenido de [https://repositorio.ujcm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12819/1285/Yanett-Alipio\\_tesis\\_titulo\\_2022.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.ujcm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12819/1285/Yanett-Alipio_tesis_titulo_2022.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Conde, C., & Almagro, B. (2013). Estrategias para desarrollar la inteligencia emocional y la motivación en el alumnado de educación Física. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*(1), 212-220. Obtenido de [https://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/8060/Estrategias\\_para\\_desarrollar\\_la\\_estrategia.pdf?sequence=2](https://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/8060/Estrategias_para_desarrollar_la_estrategia.pdf?sequence=2)

- Condori, P. (2020). Universo, población y muestra. *Curso Taller*, 1-16. Obtenido de <https://www.aacademica.org/cporfirio/18.pdf>
- Díaz, B., & García, J. (2022). Neuroacción: la neurociencia aplicada a la educación física. *Papeles Salmantinos de Educación*(6), 1-32. Obtenido de <https://revistas.upsa.es/index.php/papeleseducacion/article/view/606/464>
- Domínguez, J., Nieto, B., & Portela, I. (2022). Variables personales y escolares asociadas a la inteligencia emocional adolescente. *Educación XXI*, 25(1), 335-355. <https://doi.org/10.5944/educXX1.30413>
- Duque, V., Mancha, D., Ibáñez, S., & Sáenz, p. (2022). Motivación, inteligencia emocional y carga de entrenamiento en función del género y categoría en baloncesto en edades escolares. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(2), 15-32. Obtenido de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/450341/322741>
- Espinoza, M. d. (2023). Nivel de actividad física según el cuestionario PAQ-C en niños de dos escuelas de Huacanyo-2022. [Tesis para optar Licenciatura]. Universidad Peruana Los Andes, Huancayo. Obtenido de <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/6966>
- Fuentes, H., Aguilera, R., Maureira, J., López, O. P., Herrera, Y., & Alarcón, M. (Noviembre de 2024). Nivel de actividad física e inteligencia emocional en estudiantes chilenos de Pedagogía en Educación. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)*(60), págs. 911-917. Obtenido de [https://www.researchgate.net/profile/Hector\\_Fuentes-Barria/publication/384015940\\_Level\\_of\\_physical\\_activity\\_and\\_emotional\\_intelligence\\_in\\_Chilean\\_Physical\\_Education\\_teaching\\_students\\_a\\_cross-sectional\\_study/links/66e480cb64f7bf7b19abe227/Level-of-physical](https://www.researchgate.net/profile/Hector_Fuentes-Barria/publication/384015940_Level_of_physical_activity_and_emotional_intelligence_in_Chilean_Physical_Education_teaching_students_a_cross-sectional_study/links/66e480cb64f7bf7b19abe227/Level-of-physical)
- Galdón, S., Zurita, F., Ubago, J., & Gonzáles, G. (2021). Importancia de la actividad física sobre la inteligencia emocional y diferencias. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)*(42), 636-642. Obtenido de [file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/Dialnet-ImportanciaDeLaActividadFisicaSobreLaInteligenciaE-7986326%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/Dialnet-ImportanciaDeLaActividadFisicaSobreLaInteligenciaE-7986326%20(2).pdf)
- García, P. A. (2019). Evaluación de la inteligencia emocional en niños del nivel inicial de 5 años de edad. [Título para optar Maestría]. Universidad Nacional de Tumbes, Tumbes. Obtenido de <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/1158/GARCIA%20ROBLES%20PEDRO%20ANTONIO.pdf?sequence=1>

- Guillén, J. C. (2018). Beneficios cognitivos de la actividad física: bueno para el corazón, bueno para el cerebro. En F. Alarcón, D. Cárdenas, V. J. Clemente, J. A. Collado, J. C. Guillén, M. Jiménez, . . . M. Sánchez, *Neurociencia, deporte y educación* (págs. 54-73). Wanceulen. Obtenido de <http://www.esfmjuanmisaelsaracho.edu.bo/libros/edu7.pdf>
- Hillman, C., Pontitex, M., Raine, L., Catelli, D., Hall, E., & Kramer, A. (2009). The effect of acute treadmill walking on cognitive control and academic achievement in preadolescent children. *Neuroscience*, *159*(3), 1044-1054. <https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2009.01.057>
- Hoz, L., & Soledad, T. (2022). Inteligencia emocional y desarrollo de competencias del área de comunicación en niños de tercer grado de primaria, Lince – 2022. [Tesis para optar Maestría]. Universidad César Vallejo, Lima. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/97376>
- Ladino, P. K., Gonzáles, C. H., Augusto, G. C., & Caicedo, J. C. (2016). Ejercicio Físico e inteligencia Emocional en un Grupi de estudiantes Universitarias. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, *11*(1), 31-36. Obtenido de: [http://vip.ucaldas.edu.co/GRUPOS%20DE%20INVESTIGACION/Grupos\\_2018/Grupos781\\_AVALADOS/55.%20GruCalPro\\_COL0158171/06.%20Carpeta%20Digital%20Soportes%20Nueva%20Produccion/Paola\\_Karina\\_LADINO\\_CA%20D1AS/Productos\\_Gener\\_de\\_Nuevo\\_Con/Articulos%20\\_de\\_investigacion/](http://vip.ucaldas.edu.co/GRUPOS%20DE%20INVESTIGACION/Grupos_2018/Grupos781_AVALADOS/55.%20GruCalPro_COL0158171/06.%20Carpeta%20Digital%20Soportes%20Nueva%20Produccion/Paola_Karina_LADINO_CA%20D1AS/Productos_Gener_de_Nuevo_Con/Articulos%20_de_investigacion/)
- Lubans, D., Richards, J., Hillman, C., Faulkner, G., Beauchamp, M., Nilson, M., . . . Biddle. (2016). Actividad física para la salud cognitiva y mental en los jóvenes: una revisión sistemática de los mecanismos. *American Academy of Pediatrics*, *138*(3), 743-755. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1642>
- Manchola, J., Bagur, C., & Girabent, M. (2017). Fiabilidad de la versión española del cuestionario de actividad física PAQ-C / Reliability Spanish Version of Questionnaire of Physical Activity PAQ-C. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, *17*(65), 139-152. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2017.65.008>
- Medina, M., Rojas, R., Bustamente, W., Loaiza, R., Martel, C., & Castillo, R. (2023). *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C. <https://doi.org/https://doi.org/10.35622/inudi.b.080>

- MINSA. (12 de Setiembre de 2023). *Minsa conmemora la "Semana de Bienestar 2023" realizando múltiples actividades a nivel nacional*. Obtenido de MINSA: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/833016-minsa-conmemora-la-semana-del-bienestar-2023-con-multiples-actividades-a-nivel-nacional>
- MINSA. (24 de Setiembre de 2024). *El Peruano*. Obtenido de Diario Oficial del Bicentenario El Peruano: <https://www.elperuano.pe/noticia/206945-minsa-solo-el-26-de-la-poblacion-peruana-adulta-realiza-actividad-fisica#:~:text=El%20tiempo%20recomendado%20en%20las,de%2010%20minutos%20de%20actividad>.
- Montes, I., Sánchez, A., Cánepa, R., & Tapia, O. (2021). *Investigación educativa: técnicas para el recojo y análisis de la información*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Obtenido de <https://posgrado.pucp.edu.pe/wp-content/uploads/2021/10/LIBRO-INVESTIGACION-final.pdf>
- Neftali, M., & Díaz, E. (2016). Población y Muestra. *Universidad Autónoma de Estado de México*, 1-67. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/80531608.pdf>
- OMS. (2021). *Directrices de la OMS sobre actividad física y comportamientos sedentarios [WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour]*. Obtenido de National Library of Medicine: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK581973/#:~:text=En%20los%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes,la%20salud%20%C3%B3sea%20los%20resultados>
- OMS. (26 de Junio de 2024). *Actividad Física*. Obtenido de OMS: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Perdomo, A. M., Gómez, C. A., Valencia, C., Varela, D., N., C. H., Guerrero, I., . . . Libreros, J. (2022). Análisis comparativo de los resultados obtenidos en el test TMMS-24 de inteligencia emocional realizado a estudiantes de psicología de la Universidad Cooperativa de Colombia, Campus Cali. *Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ciencias Sociales, Psicología*, 1-10. Obtenido de <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/86d5ca3f-0751-450b-b7ae-96e883cb3276/content>
- Puertas, P., Gonzáles, G., Melquizo, E., Valvede, M., Ortega, M., & Ubago, J. L. (2022). Evolución de la producción científica del síndrome de Burnout, Inteligencia emocional y práctica de actividad físico-saludable en docentes. *INFAD Revista de*

- Psicología*, 2(1), 359-368. Obtenido de <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/2364/2044>
- Rios, K. Y. (2021). Importancia de la educación emocional en la formación de estudiantes. [*Tesis para obtener grado de bachiller*]. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Obtenido de [https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/23255/RIOS\\_HUARICACHI\\_KIMBERLY\\_YAHAYRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/23255/RIOS_HUARICACHI_KIMBERLY_YAHAYRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Rodriguez. (2024). Inteligencia Emocional como Factor Determinante en el Rendimiento Académico en Estudiantes. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*. <https://doi.org/10.37843/rted.v17i1.496>
- Rodríguez, R., & Cantero, M. (2020). Albert Bandura: impacto en la educación de la teoría cognitiva social del aprendizaje. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*(384), 72-76. <https://doi.org/10.14422/pym.i384.y2020.011>
- Rojas, N. F. (2022). Influencia de un Proceso pedagógico basado en la actividad física musicalizada gamificada como promotora de la inteligencia emocional. [*Tesis para optar grado*]. Universidad Santo Tomás, Bogotá. Obtenido de <http://hdl.handle.net/11634/45267>
- Sánchez, G., & Chacón, R. (2020). Estudio de la inteligencia emocional en escolares de educación primaria: Alcance en el área de educación física. *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 10(1), 87-94. Obtenido de <http://revistas.um.es/sportk>:
- Sánchez, M., Cachón, J., Sanabrias, D., Lara, A., Shmatkov, D., & Zagalaz, M. L. (2022). Inteligencia emocional, autoconcepto y práctica de actividad física en estudiantes universitarios. *Journal of Sport and Health Research*, 14(1), 135-148. Obtenido de <https://pdfs.semanticscholar.org/e258/a435e0af96fb8e386871293449e7e69fcc8a.pdf>
- Ugarriza, N., & Pajare, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Persona*(8), 11-58. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001.pdf>
- Valdés, Y., Calderón, Y., Carmenate, Y., & Tejera, J. F. (2020). Condición física funcional en adultos mayores hipertensos. *Revista Conrado*, 16(77), 451-460. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v16n77/1990-8644-rc-16-77-451.pdf>

- Vasquez, F., & Meza, A. X. (2022). Inteligencia emocional y estilos de vida saludable en trabajadores de Lima Metropolitana, 2022. [Título para obtal Licenciatura]. Universidad César Vallejo. Obtenido de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/101934/Lescano\\_VF-Meza\\_MAX-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/101934/Lescano_VF-Meza_MAX-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Velasquez, A. M. (2022). Actividad Física y Desarrollo Socioemocional en el Estudiantado del V Ciclo de una Institución de San Martín de Porres, 2022. [Tesis para obtener Maestría]. Universidad Cesar Vallejo, Lima. Obtenido de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/96830/Velasquez\\_AAM-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/96830/Velasquez_AAM-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Villalobos, C. O. (2022). Actividad física e inteligencia emocional de estudiantes de la especialidad de Educación Física de un Instituto Superior Pedagógico Público, Cajamarca. [Tesis para obtar Maestría]. Universidad César Vallejo, Chiclayo. Obtenido de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/121742/Villalobos\\_GCO-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/121742/Villalobos_GCO-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Villar, C. C., & Yáñez, M. P. (2022). Nivel de actividad física según el cuestionario PAQ-C en niños de dos colegios de cercado de Lima. [Tesis para obtar Licenciatura]. Universidad Cayetano Heredia, Lima. Obtenido de [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RPCH\\_fc687e89d6c59d7f43c02985d0873609/Details](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RPCH_fc687e89d6c59d7f43c02985d0873609/Details)
- Vizcaíno, P., Cedeño, R. J., Maldonado, I. A., & Cedeño, R. J. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723-9762. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i4.7658](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658)
- Watson, A., Timperio, A., Brown, H., Hinkley, T., & Hesketh, K. (2019). Associations between organised sport participation and classroom behaviour outcomes among primary school-aged children. *Revista PLOS ONE*, 14(1), 1-12. <https://doi.org/doi.org/10.1371/>

## Anexo 1

### Matriz de consistencia

Título: Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho - 2024

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables y dimensiones	Diseño metodológico
<p><b>General:</b> ¿Cómo se relaciona el nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?</p> <p><b>Específicos:</b> ¿En qué medida se relaciona el nivel de actividad física con la dimensión en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?</p> <p>¿En qué medida se relaciona el nivel de</p>	<p><b>General:</b> Analizar de qué manera se relaciona el nivel de actividad física con la inteligencia emocional en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p> <p><b>Específicos:</b> Identificar en qué medida el nivel de actividad física se relaciona con la dimensión intrapersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p> <p>Identificar en qué medida el nivel de actividad</p>	<p><b>General:</b> El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la inteligencia emocional en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p> <p><b>Específicos</b> El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión intrapersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p>	<p><b>V<sub>1</sub>:</b> Nivel de actividad física</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades en la Institución educativa</li> <li>• Actividades en el tiempo libre</li> <li>• Transporte</li> </ul> <p><b>V<sub>2</sub>:</b> Inteligencia emocional</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Intrapersonal</li> <li>• Interpersonal</li> <li>• Adaptabilidad</li> <li>• Manejo de estrés</li> </ul>	<p><b>Tipo de investigación</b> Básica</p> <p><b>Nivel de investigación</b> Correlacional</p> <p><b>Método de investigación</b> Hipotético- deductivo</p> <p><b>Diseño</b> Descriptivo correlacional</p> <p><b>Población</b> Los niños matriculados de la institución educativa primaria Túpac Amaru II, en el periodo 2023 -2024.</p>

<p>actividad física con la dimensión en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?</p>	<p>física se relaciona con la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p>	<p>El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión interpersonal en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p>		<p><b>Muestra</b></p> <p>23 estudiantes del nivel primario de la I.E Túpac Amaru II</p>
<p>¿En qué medida se relaciona el nivel de actividad física con la dimensión adaptabilidad en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?</p>	<p>Identificar en qué medida el nivel de actividad física se relaciona con la dimensión adaptabilidad en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p>	<p>El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión adaptabilidad en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p>		<p><b>Muestreo:</b> En la investigación se utiliza muestreo no probabilístico.</p>
<p>¿En qué medida se relaciona el nivel de actividad física con la dimensión manejo de estrés en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024?</p>	<p>Identificar en qué medida el nivel de actividad física se relaciona con la dimensión manejo de estrés en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p>	<p>El nivel de actividad física se relaciona significativamente con la dimensión manejo de estrés en niños de la I.E. Túpac Amaru II, 2024.</p>		<p><b>Técnica de recolección de datos</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumentos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario PAQ - C</li> <li>- Inventario de inteligencia emocional de Baron ICE: NA</li> </ul> <p><b>Análisis e interpretación de datos</b> Estadística descriptiva Estadística inferencial</p>

## Anexo 2

### Instrumentos



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



### CUESTIONARIO DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA NIÑOS (PAQ-C)

Estimado (a) estudiante, deseamos saber cuál es el **tipo\***, **frecuencia\*\*** e **intensidad\*\*\*** de actividad física que practicaste en los últimos 7 días de la semana que pasó.

Recuerda:

1. No hay preguntas buenas o malas.
2. Este cuestionario NO es un examen.
3. ES MUY IMPORTANTE que marques con una (X) la respuesta, pero de manera sincera.

**Definimos los siguientes términos para que te ayude a responder adecuadamente:**

<b>* Tipo de actividad física</b>	Practicar deportes, caminar, correr, realizar clases de educación física, bailar, realizar actividades en casa, transportarse al colegio, entre otras.
<b>** Frecuencia de actividad física</b>	Es el número de veces (días) durante la semana que practicas actividad física.
<b>*** Intensidad de actividad física</b>	<b><i>No me sentí cansado</i></b> (Es cuando no desgastas energía, ni provoca ninguna sudoración en tu cuerpo) <b><i>Me sentí un poco cansado</i></b> (Es cuando desgastas poca energía provocando poca sudoración) <b><i>Me sentí bastante cansado</i></b> (Es cuando desgastas energía y provocas bastante sudoración en todo tu cuerpo)

A continuación, iniciamos con las preguntas...

#### I. ACTIVIDAD FÍSICA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

1. En los últimos 7 días, durante la clase de educación física, recuerdo que:

No me sentí cansado	
Me sentí un poco cansado	
Me sentí bastante cansado	

(Marca sólo una respuesta).

2. ¿Cómo te sentiste después de caminar o jugar después del recreo?

No me sentí cansado	
Me sentí un poco cansado	
Me sentí bastante cansado	

(Marca sólo una respuesta).

## II. ACTIVIDAD FÍSICA EN EL TIEMPO LIBRE

3. En la tarde, después de hacer deporte, bailar o jugar ¿Cómo te sentiste? (marca solo una).

No me sentí cansado	
Me sentí un poco cansado	
Me sentí bastante cansado	

(Marca sólo una respuesta).

4. En la noche, después de hacer deporte, bailar o jugar ¿cómo te sentiste? (Señala sólo una).

No me sentí cansado	
Me sentí un poco cansado	
Me sentí bastante cansado	

5. En los últimos 7 días, durante los días sábado y domingo, después de hacer deporte, bailar o jugar ¿cómo te sentiste? (Señala sólo una).

No me sentí cansado	
Me sentí un poco cansado	
Me sentí bastante cansado	

## III. TRANSPORTE

6. Al llegar a tu colegio ¿cómo te sentiste?

No me sentí cansado	
Me sentí un poco cansado	
Me sentí bastante cansado	

(Marca sólo una respuesta).

7. Al llegar a tu casa ¿cómo te sentiste?

No me sentí cansado	
Me sentí un poco cansado	
Me sentí bastante cansado	

(Marca sólo una respuesta).

**Gracias por su atención.**



**INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE: NA- COMPLETA**

**Adaptado por**  
**Nelly Ugarriza Chávez**  
**Liz Pajares del Águila**

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

1. Muy rara vez
2. Rara vez
3. A menudo
4. Muy a menudo

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LOS LUGARES. Elige una, y solo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es "Rara vez", haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuesta buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
2	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
3	Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
4	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
5	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
6	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1	2	3	4
7	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
8	Peleo con la gente.	1	2	3	4
9	Tengo mal genio.	1	2	3	4
10	Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
11	Nada me molesta.	1	2	3	4
12	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
13	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
14	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4

15	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4
16	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
17	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
18	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
19	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas	1	2	3	4
20	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
21	Para mí es fácil decirles a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
22	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
23	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos	1	2	3	4
24	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
25	No tengo días malos.	1	2	3	4
26	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
27	Me disgusto fácilmente.	1	2	3	4
28	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
29	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
30	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada	1	2	3	4

### Anexo 3

#### Validación de los instrumentos

#### Validación del IPAQ-C



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



#### FICHA DE VALIDACIÓN INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

**Título de la Investigación:** Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho - 2024

**Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación:** PAQ-C

#### ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																		X		
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																			X	
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																		X		
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																		X		
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																		X		
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																		X		
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																		X		
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																		x		
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																			X	
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																			x	

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

Buena

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

<b>Nombres y Apellidos</b>	Carlos Alberto <del>ayacucho</del> Paz	<b>DNI</b>	43021822
<b>Título Profesional</b>	Licenciado en Educación Física		
<b>Especialidad</b>	Educación Física		
<b>Grado Académico</b>	Maestro		
<b>Mención</b>	Gestión educacional		

Lugar y Fecha: 14 de octubre de 2024

Firma .....

DNI: 43021822

Celular: 961988988





FICHA DE VALIDACIÓN  
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho - 2024

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: PAQ-C

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno							
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96				
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100				
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																				81				
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																					81			
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																						83		
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																						83		
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																						82		
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																						82		
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																						85		
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																						85		
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																						85		
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																						85		

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 83.2

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

Nombres y Apellidos	JAIME ADRIAN VARGAS JERI	DNI	28297942
Título Profesional	Lic. en Educación Física		
Especialidad	Educación Física		
Grado Académico	Doctor		
Mención	En Educación		

Lugar y Fecha: 14 de octubre de 2024

Firma  
DNI: 28297942  
Celular: 999996429



FICHA DE VALIDACIÓN  
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho - 2024  
Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: PAQ-C

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno							
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96				
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100				
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																				81				
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																					81			
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																					83			
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																					83			
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																					82			
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																					82			
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																					85			
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																					85			
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																					85			
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																					85			

PROMEDIO DE VALORACIÓN: **83.2**

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

Nombres y Apellidos	Yuri Gutiérrez Jeri	DNI	43940690
Título Profesional	Licenciado en Educación Física		
Especialidad	Educación Física		
Grado Académico	Magister		
Mención	Administración de la educación		

Lugar y Fecha: 14 de octubre de 2024

Firma

DNI: 43940690

Celular: 966133567







UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION FISICA



FICHA DE VALIDACIÓN  
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho - 2024  
Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: BarOn EQ-i:YV Inventario de inteligencia Emocional de BarOn

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno							
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96				
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100				
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																				82				
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																					82			
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																					83			
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																					83			
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																					83			
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																					85			
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																					85			
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																					84			
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																					84			
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																					85			

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 83.6

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

Nombres y Apellidos	Jaime Adrián Vargas Jeri	DNI	28297942
Título Profesional	Lic. en Educación Física		
Especialidad	Educación Física		
Grado Académico	Doctor		
Mención	En Educación		

Lugar y Fecha: 14 de octubre de 2024

Firma  
DNI: 28297942  
Celular: 999996429



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION FISICA



FICHA DE VALIDACIÓN  
INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

Título de la Investigación: Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho - 2024

Nombre de los instrumentos motivo de la evaluación: BarOn EQ-IVV Inventario de inteligencia Emocional de BarOn

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																	82			
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																	82			
4. ORGANIZACION	Existe una organización lógica																	83			
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																	83			
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																	85			
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																	85			
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																	84			
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación																	84			
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																	85			

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 83.6

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy buena

Nombres y Apellidos	Yuri Gutiérrez Jeri	DNI	43940690
Título Profesional	Licenciado en Educación Física		
Especialidad	Educación Física		
Grado Académico	Magister		
Mención	Administración de la educación		

Lugar y Fecha: 14 de octubre de 2024

Firma

DNI: 43940690

Celular: 966133567



## Anexo 5

### Estadística descriptiva e inferencial

#### Nivel de actividad física

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	7	30,4	30,4	30,4
	Moderado	12	52,2	52,2	82,6
	Alto	4	17,4	17,4	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

#### Nivel de Inteligencia emocional

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja	1	4,3	4,3	4,3
	Regular	9	39,1	39,1	43,5
	Buena	13	56,5	56,5	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

#### Intrapersonal

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja	13	56,5	56,5	56,5
	Regular	5	21,7	21,7	78,3
	Buena	5	21,7	21,7	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

### Interpersonal

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja	8	34,8	34,8	34,8
	Regular	7	30,4	30,4	65,2
	Buena	8	34,8	34,8	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

### Adaptabilidad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja	10	43,5	43,5	43,5
	Regular	4	17,4	17,4	60,9
	Buena	9	39,1	39,1	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

### Manejo de estrés

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja	8	34,8	34,8	34,8
	Regular	3	13,0	13,0	47,8
	Buena	12	52,2	52,2	100,0
	Total	23	100,0	100,0	

### Tabla cruzada Nivel de actividad física\*Nivel de Inteligencia emocional

		Nivel de Inteligencia emocional			Total	
		Baja	Regular	Buena		
Nivel de actividad física	Bajo	Recuento	1	6	0	7
		% del total	4,3%	26,1%	0,0%	30,4%
	Moderado	Recuento	0	3	9	12
		% del total	0,0%	13,0%	39,1%	52,2%
	Alto	Recuento	0	0	4	4
		% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total	Recuento	1	9	13	23	
	% del total	4,3%	39,1%	56,5%	100,0%	

**Tabla cruzada Nivel de actividad física\*Intrapersonal**

			Intrapersonal			Total
			Baja	Regular	Buena	
Nivel de actividad física	Bajo	Recuento	7	0	0	7
		% del total	30,4%	0,0%	0,0%	30,4%
	Moderado	Recuento	6	5	1	12
		% del total	26,1%	21,7%	4,3%	52,2%
	Alto	Recuento	0	0	4	4
		% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total		Recuento	13	5	5	23
		% del total	56,5%	21,7%	21,7%	100,0%

**Tabla cruzada Nivel de actividad física\*Interpersonal**

			Interpersonal			Total
			Baja	Regular	Buena	
Nivel de actividad física	Bajo	Recuento	7	0	0	7
		% del total	30,4%	0,0%	0,0%	30,4%
	Moderado	Recuento	1	7	4	12
		% del total	4,3%	30,4%	17,4%	52,2%
	Alto	Recuento	0	0	4	4
		% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total		Recuento	8	7	8	23
		% del total	34,8%	30,4%	34,8%	100,0%

**Tabla cruzada Nivel de actividad física\*Adaptabilidad**

			Adaptabilidad			Total
			Baja	Regular	Buena	
Nivel de actividad física	Bajo	Recuento	7	0	0	7
		% del total	30,4%	0,0%	0,0%	30,4%
	Moderado	Recuento	3	4	5	12
		% del total	13,0%	17,4%	21,7%	52,2%
	Alto	Recuento	0	0	4	4
		% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total		Recuento	10	4	9	23
		% del total	43,5%	17,4%	39,1%	100,0%

**Tabla cruzada Nivel de actividad física\*Manejo de estrés**

		Manejo de estrés			Total	
		Baja	Regular	Buena		
Nivel de actividad física	Bajo	Recuento	7	0	0	7
		% del total	30,4%	0,0%	0,0%	30,4%
	Moderado	Recuento	1	3	8	12
		% del total	4,3%	13,0%	34,8%	52,2%
	Alto	Recuento	0	0	4	4
		% del total	0,0%	0,0%	17,4%	17,4%
Total	Recuento	8	3	12	23	
	% del total	34,8%	13,0%	52,2%	100,0%	

**Correlaciones**

				Nivel de actividad física	Nivel de Inteligencia emocional
Rho de Spearman	Nivel de actividad física	Coeficiente de correlación		1,000	,756**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		23	23
	Nivel de Inteligencia emocional	Coeficiente de correlación		,756**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		23	23

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

**Correlaciones**

				Nivel de actividad física	Intrapersonal
Rho de Spearman	Nivel de actividad física	Coeficiente de correlación		1,000	,754**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		23	23
	Intrapersonal	Coeficiente de correlación		,754**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		23	23

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

### Correlaciones

			Nivel de actividad física	Interpersonal
Rho de Spearman	Nivel de actividad física	Coeficiente de correlación	1,000	,852**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	23	23
	Interpersonal	Coeficiente de correlación	,852**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	23	23

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

### Correlaciones

			Nivel de actividad física	Adaptabilidad
Rho de Spearman	Nivel de actividad física	Coeficiente de correlación	1,000	,772**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	23	23
	Adaptabilidad	Coeficiente de correlación	,772**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	23	23

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

### Correlaciones

			Nivel de actividad física	Manejo de estrés
Rho de Spearman	Nivel de actividad física	Coeficiente de correlación	1,000	,812**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	23	23
	Manejo de estrés	Coeficiente de correlación	,812**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	23	23

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

## Anexo 6

### Fotos de la evaluación







EL DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA, QUE SUSCRIBE,

**HACE CONSTAR:**

Que de conformidad con lo dispuesto en el Reglamento de Trabajos de Investigación de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, aprobado con la Resolución del Consejo Universitario N° 039-2021-UNSCH-CU, a solicitud escrita de los interesados, se ha realizado el análisis, valoración y verificación del contenido de la tesis titulada: **Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho - 2024**, presentado por los estudiantes: **Victor Yordño ORIUNDO YUPANQUI** y **Jhonny Frank QUISPE GARCIA**, "sin depósito" en la **Escuela Profesional de Educación Física** y en segunda instancia "con depósito" de trabajo estándar en la **Facultad de Ciencias de la Educación**, con **resultado de informe final del software turnitin de 24% de índice de similitud, por tanto, aprobado**. Trabajo realizado por los profesores ordinarios Dr. Indalecio MUJICA BERMÚDEZ y Dr. Óscar GUTIÉRREZ HUAMANÍ, adscritos del Departamento Académico de Educación y Ciencias Humanas.

En consecuencia, estando al informe favorable de los profesores instructores de la primera y segunda instancia, designados con la Resolución de Consejo de Facultad N° 003-2021-FCE-CF, Resolución Decanal N° 020-2021-FCE-D y avalado por el director de la Escuela Profesional de Educación Física, se expide la presente constancia para los fines que estimen conveniente, a petición de parte con solicitud de fecha 03 de abril de 2025 y boleta de venta electrónica N° 10 – 00026733 y N° 10 – 00026734.

Se anexan el resultado final del reporte del software turnitin en cinco folios.

Ayacucho, 15 de abril de 2025

c.c.: Archivo  
VRTH/mqa

UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
  
DE VÍCTOR RAÚL TUMBALOBOS HUAMANÍ  
DECANO

# Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho – 2024

*por* Victor Yordiño ORIUNDO YUPANQUI y Jhonny Frank QUISPE GARCIA

---

**Fecha de entrega:** 12-abr-2025 12:56p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2643645230

**Nombre del archivo:** el\_de\_actividad\_f\_sica\_y\_la\_inteligencia\_emocional\_en\_ni\_os.docx (1.82M)

**Total de palabras:** 15786

**Total de caracteres:** 88628

# Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho – 2024

## INFORME DE ORIGINALIDAD

24%

INDICE DE SIMILITUD

24%

FUENTES DE INTERNET

15%

PUBLICACIONES

18%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga Trabajo del estudiante	9%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	4%
3	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Héctor Fuentes-Barría, Raúl Aguilera-Eguía, Juan Maureira-Sánchez, Olga Patricia López-Soto et al. "Nivel de actividad física e inteligencia emocional en estudiantes chilenos de Pedagogía en Educación Física. Estudio transversal (Level of physical activity and emotional intelligence in Chilean Physical Education teaching students: a cross-sectional study)", Retos, 2024 Publicación	1%

6	<a href="http://repositorio.upch.edu.pe">repositorio.upch.edu.pe</a> Fuente de Internet	1 %
7	<a href="http://repositorio.une.edu.pe">repositorio.une.edu.pe</a> Fuente de Internet	1 %
8	<a href="http://ruja.ujaen.es">ruja.ujaen.es</a> Fuente de Internet	1 %
9	<a href="http://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	1 %
10	<a href="http://biblioteca.copmadrid.org">biblioteca.copmadrid.org</a> Fuente de Internet	<1 %
11	<a href="http://repositorio.uct.edu.pe">repositorio.uct.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
12	<a href="http://es.slideshare.net">es.slideshare.net</a> Fuente de Internet	<1 %
13	<a href="http://inba.info">inba.info</a> Fuente de Internet	<1 %
14	<a href="http://www.efdeportes.com">www.efdeportes.com</a> Fuente de Internet	<1 %
15	<a href="http://repositorio.continental.edu.pe">repositorio.continental.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
16	<a href="http://revistas.uned.es">revistas.uned.es</a> Fuente de Internet	<1 %
17	<a href="http://repository.usta.edu.co">repository.usta.edu.co</a> Fuente de Internet	<1 %

18	<a href="http://www.investigacion.biblioteca.uvigo.es">www.investigacion.biblioteca.uvigo.es</a> Fuente de Internet	<1 %
19	<a href="http://revistaneque.org">revistaneque.org</a> Fuente de Internet	<1 %
20	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1 %
21	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	<1 %
22	Submitted to Universidad Santo Tomas Trabajo del estudiante	<1 %
23	<a href="http://archive.org">archive.org</a> Fuente de Internet	<1 %
24	<a href="http://codopsi.com.do">codopsi.com.do</a> Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 30 words

Excluir bibliografía

Activo



FACULTAD DE  
**CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL  
DE HUAMANGA

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS DE LOS BACHILLERES VICTOR YORDIÑO ORIUNDO YUPANQUI Y JHONNY FRANK QUISPE GARCIA, PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA.**

En la ciudad de Ayacucho, siendo a horas las once de la mañana, del día jueves veintidós de mayo del año dos mil veinticinco, se reunieron en el auditorio "José María Arguedas" de la Facultad de Ciencias de la Educación, los miembros del jurado el Dr. Víctor Raúl Tumbalobos Huamaní (Presidente), el Dr. Juan Pariona Cahuana, el Dr. Indalecio Mujica Bermúdez y el Mg. Edwin Héctor Eyzaguirre Maldonado (Miembros), bajo la presidencia del primero de los nombrados con la finalidad de recepcionar la sustentación de Tesis Titulada: **Nivel de actividad física y la inteligencia emocional en niños de la institución educativa Túpac Amaru II, Ayacucho - 2024**, presentado por los bachilleres en Ciencias de la Educación alumnos: **VICTOR YORDIÑO ORIUNDO YUPANQUI Y JHONNY FRANK QUISPE GARCIA**, para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación Física.

Seguidamente, constatado el quórum de Reglamento por invocación del presidente del Jurado, el secretario dio lectura al expediente presentado por los recurrentes, acto seguido el Presidente del Jurado invitó a los aspirantes al Título a exponer su tesis, finalizada la exposición los miembros del jurado proceden a formular las preguntas, las mismas que fueron absueltas por los sustentantes en forma satisfactoria, a continuación previa deliberación en privado, han obtenido un promedio de la nota aprobatoria de **QUINCE (15)**.

Siendo a horas las doce con cuarenta y cinco minutos de la tarde, se dio por concluido este acto académico. En fe de lo cual firmaron los miembros del jurado el Dr. Víctor Raúl Tumbalobos Huamaní (Presidente), el Dr. Juan Pariona Cahuana, el Dr. Indalecio Mujica Bermúdez y el Mg. Edwin Héctor Eyzaguirre Maldonado (Miembros).

Es todo cuanto transcribo, para conocimiento y demás fines.

Ayacucho, 04 de junio de 2025.

  
UNIVERSIDAD NACIONAL  
DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
DE VÍCTOR RAÚL TUMBALOBOS HUAMANÍ  
DECANO

Registro N° 940 y 942-2025  
Recibo de Tesorería N° 005-00052897 y 005-00052896  
Libro N° 05, folios 149 y 150  
VRTH/acc.