



Incidencia de las actividades físico recreativas en el rendimiento académico de los servidores policiales del Ecuador

Incidence of recreational physical activities in the academic performance of police officers in Ecuador

Incidência de atividades físicas recreativas no desempenho acadêmico de policiais no Equador

Juan Pablo Jiménez-Espín ^I
juanjimenez@espe.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-0561-3239>

Ariel Esteban Carvajal-Flores ^{II}
arielcarvajal@espe.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-6142-0728>

María Lorena Sandoval-Jaramillo ^{III}
mariasandoval@espe.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-1532-1862>

Correspondencia: juanjimenez@espe.edu.ec

Ciencias de la Educación
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 23 de julio de 2022 * **Aceptado:** 22 de agosto de 2022 * **Publicado:** 30 de septiembre de 2022

- I. Universidad de las Fuerzas Armadas de Ecuador, Sangolquí, Ecuador.
- II. Universidad de las Fuerzas Armadas de Ecuador, Sangolquí, Ecuador.
- III. Universidad de las Fuerzas Armadas de Ecuador, Sangolquí, Ecuador.

Resumen

En un mundo globalizado por la tecnología y paralizado por una pandemia, se puede evidenciar la falta de interés para la práctica de actividades físicas, sin distinción de edad, teniendo como repercusión el desempeño académico de los y las estudiantes de diferentes institutos y unidades educativas. Por esta razón, el presente estudio se basó como objetivo principal, la aplicación de diferentes actividades físico recreativas en estudiantes de primer nivel en la Escuela Superior de Policía “Gral. Alberto Enríquez Gallo”, ya que científicamente se ha comprobado que en este nivel la comunidad estudiantil de las I.E.S., sufren un violento cambio emocional, a causa de la metodología de aprendizaje y su auto responsabilidad, teniendo como resultado la afectación en su desempeño académico. Para alcanzar la ejecución de la investigación se elaboró un proyecto debidamente planificado y aprobado, que contiene diferentes sesiones de actividades físico recreativas, las mismas que se ejecutaron con las 11 secciones pertenecientes de primer año, culminando estas actividades se emitió una encuesta digital, permitiendo su aplicación la recopilación de información, la que fue procesada e interpretada como datos estadísticos y cuyos resultados permitieron su debido análisis. En consiguiente los resultados más relevantes de esta investigación son de aspectos positivos acerca de la incidencia de las actividades físicos recreativos en su rendimiento académico en diferentes ámbitos ya que nos indica que un 86% de nuestra población total demostraron una mejora al finalizar las sesiones de actividades físicos recreativos. Analizando los resultados en base a la técnica utilizada para recopilar la información de la población antes mencionada, se concluye que existe una incidencia positiva en el rendimiento académico al realizar actividades físico recreativas, y estas mismas se deberían implementar de manera profesional y permanente, en toda su formación policial.

Palabras clave: Actividades físicas recreativas; Desempeño académico,; Institutos de Educación Superior; Escuela Superior de Policía “Gral. Alberto Enríquez Gallo”; Aspirantes a servidores policiales nivel directivo.

Abstract

In a world globalized by technology and paralyzed by a pandemic, the lack of interest in practicing physical activities can be seen, regardless of age, having an impact on the academic

performance of students from different institutes and educational units. For this reason, the main objective of this study was based on the application of different recreational physical activities in first-level students at the “Gral. Alberto Enríquez Gallo”, since it has been scientifically proven that at this level the student community of the I.E.S. suffers a violent emotional change, due to the learning methodology and their self-responsibility, resulting in the affectation of their academic performance. To achieve the execution of the investigation, a duly planned and approved project was elaborated, which contains different sessions of recreational physical activities, the same ones that were executed with the 11 sections belonging to the first year, culminating these activities, a digital survey was issued, allowing its application the collection of information, which was processed and interpreted as statistical data and whose results allowed its due analysis. Consequently, the most relevant results of this research are positive aspects about the incidence of recreational physical activities on their academic performance in different areas, since it indicates that 86% of our total population showed an improvement at the end of the activity sessions. recreational fitness. Analyzing the results based on the technique used to collect the information of the aforementioned population, it is concluded that there is a positive impact on academic performance when performing recreational physical activities, and these should be implemented professionally and permanently, in all their police training.

Keywords: Recreational physical activities; academic performance; Higher Education Institutes; Superior School of Police “Gral. Alberto Enriquez Gallo”; Aspiring police officers managerial level.

Resumo

Em um mundo globalizado pela tecnologia e paralisado por uma pandemia, percebe-se o desinteresse em praticar atividades físicas, independente da idade, impactando no desempenho acadêmico de alunos de diferentes institutos e unidades educacionais. Por esta razão, o objetivo principal deste estudo baseou-se na aplicação de diferentes atividades físicas recreativas em alunos do primeiro nível do “Gral. Alberto Enríquez Gallo”, uma vez que está cientificamente comprovado que a este nível a comunidade estudantil do I.E.S. sofre uma violenta alteração emocional, devido à metodologia de aprendizagem e à sua autorresponsabilidade, resultando na afetação do seu desempenho acadêmico. Para alcançar a execução da investigação, foi elaborado um projeto devidamente planejado e aprovado, que contém diferentes sessões de atividades

físicas recreativas, as mesmas que foram executadas com as 11 seções pertencentes ao primeiro ano, culminando com essas atividades, uma pesquisa digital foi realizada emitidos, permitindo a sua aplicação a recolha de informação, que foi processada e interpretada como dados estatísticos e cujos resultados permitiram a sua devida análise. Consequentemente, os resultados mais relevantes desta pesquisa são os aspectos positivos sobre a incidência de atividades físicas recreativas em seu desempenho acadêmico em diferentes áreas, pois indica que 86% da nossa população total apresentou melhora ao final das sessões de atividade. . Analisando os resultados com base na técnica utilizada para coletar as informações da referida população, conclui-se que há um impacto positivo no desempenho acadêmico ao realizar atividades físicas recreativas, e estas devem ser implementadas profissional e permanentemente, em toda a sua formação policial.

Palavras-chave: Atividades físicas recreativas; performance acadêmica; Institutos de Ensino Superior; Escola Superior de Polícia “Gral. Alberto Enriquez Gallo”; Aspirantes a policiais de nível gerencial.

Introducción

En la actualidad se ha observado un bajo desempeño académico en estudiantes de todas las edades y en diferentes unidades educativas de la región; por lo tanto, como futuros profesionales en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, comprometidos con la ciudadanía en contribuir una labor significativa, es de nuestro agrado e interés principal el desarrollo del presente proyecto, para conocer la incidencia de la práctica de actividades físico recreativas en el desempeño académico.

Se puede señalar, en particular que la E.S. tiene un papel fundamental en el desarrollo de todos los países, contribuyendo específicamente al acrecentamiento de las áreas empresariales, económicas y productivas en cada uno de sus estados (Valero & Van Reenen, 2019). Por lo tanto, la educación es un pilar principal de toda nación y que se debe adoptar normativas y políticas públicas con el fin de cambiar las estrategias para lograr el objetivo propuesto, ya que se puede considerar un gasto público para el estado, pero su propósito es la inversión para el futuro del país.

Se puede agregar que, en base al estudio científico de (Medina et al., 2021), realizado en una I.E.S. del Ecuador, en la sección de resultados y discusión, indica que:

“Respecto al desempeño académico por grupo de edad, se consideraron dos grupos: uno conformado por estudiantes de hasta 21 años (Grupo 1), y otro conformado por estudiantes mayores de 21 años (Grupo 2). Se ha realizado esta diferenciación puesto que es alrededor de esta edad que los estudiantes superan los tres primeros semestres de su carrera (en los cuales se conoce que existen altos índices de repetición). Los resultados muestran que en todas las carreras el rendimiento promedio del Grupo 2 supera al del Grupo 1.”

En concordancia, se podría mencionar que aquellos resultados podrían deberse ya que, en los primeros niveles de estudios superiores, los y las estudiantes sufren un cambio rotundo en la metodología de aprendizaje que reciben, y como resultado es la afectación en su desempeño académico.

Sin embargo, el desempeño académico de los y las estudiantes, influye por varios factores ya se han estos exógenos como endógenos, con respecto al primero es esencial que el tutor o docente aplique en su metodología de aprendizaje - enseñanza, el modelo de pedagogía constructivista, debido que este, se encuentra basado en la teoría de que todas las personas, activamente, construyen su propio conocimiento.

Es necesario también explicar cómo se reflejan aquellos factores en el organismo de las personas, uno de ellos es el estrés como una expresión con mayor frecuencia en la actualidad, determinando de manera particular en cada individuo, introduciendo factores como la autoestima, la resiliencia, la personalidad, el carácter, etc. Según (Sánchez-Villena, 2018) menciona “que el estrés académico es mayor en estudiantes de educación superior debido a la mayor cantidad de exigencias académicas”.

Si apelamos a un ejemplo de estudio de (Peña-Paredes et al., 2018), nos menciona que las situaciones de estrés que se generaron en estudiantes de E.S., fueron el 25% en la incomprensión de temas abordados, el 23.4% por tiempo ilimitado para la entrega de trabajos, el 20% evaluaciones de los docentes, 15% participación en clase, 11% actitud - carácter del docente y 8% por competencia con los compañeros. Como resultado, de aquellas situaciones estresantes los estudiantes manifestaron reacciones físicas como dolores de cabeza o migraña, reacciones psicológicas como inquietud - ansiedad y angustia o desesperación, y reacciones comportamentales como el desgano para continuar realizando las diferentes actividades escolares (Silva-Ramos et al., 2020).

En este sentido, de acuerdo con (Jean, 2019), considera en el modelo de aprendizaje constructivista que “el juego representa la asimilación provechosa del contexto como periodo paulatino de la persona y por ende es esencial en el intelecto”, en otras palabras el origen del juego tiene un papel muy importante en el desarrollo del ser humano, ya que este establece en su etapa evolutiva determinadas capacidades sensorio motrices.

Marco Teórico

Según la(Organización Mundial de la Salud, s/f) nos menciona qué la actividad física es cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. Lo que nos da a entender que la actividad física es cualquier movimiento ya sea grande o pequeño que represente un gasto energético, entre las actividades más comunes tenemos el caminar, ciclear, realizar actividades deportivas, juego, recreación.

Es necesario mencionar que la recreación, de acuerdo con (Jordán & Revilla, 2021), nos indican qué se expresa en su objeto social y aspiraciones de los actores sociales a través de las actividades físico-recreativas, así como las maneras de satisfacerlas o manifestarlas. Lo que nos da entender que las actividades físico recreativas son aquellas que se realizan en el tiempo libre estas podrán ser de forma física y mentales la recreación es primordial para la salud física y mental. Por esta explicación, es recomendable practicar actividades recreativas de vez en cuando que nos faciliten la facilidad de despejar la mente y ocupar nuestro tiempo libre a cosas que gocemos realmente. En esta dirección, la recreación ayuda a cambiar nuestra rutina y las responsabilidades cotidianas, y así aliviar el estrés acumulado.

Tomando referencia qué actividad física es cualquier movimiento que requiera un gasto energético éstas pueden tomar diferentes guías ya sea como deporte, recreación, ejercicio físico, educación física. Por ello se tomara la recreación como la guía para las actividades que se realizaran tomando en cuenta que son actividades que van guiadas a la ejecución de actividades lúdico-recreativas, de deportes recreativos y de espectáculos deportivos, como uno de los factores esenciales de la actividad física, que se ejecutan en nuestro tiempo libre de las demás personas, de una manera espontánea y opcional, al generar gozo, distracción o prosperidad, que cumple un

cargo educativa y de auto instrucción, a la vez que su cumplimiento implica un progreso psíquico físico social de la personalidad de la persona, por lo que debe estar a la magnitud de todos indistintamente de la edad, sexo y discapacidad

Es importante mencionar que para realizar actividades físico recreativas hay que tomar en cuenta diferentes guías, principios los cuales nos ayudaran a tener una eficaz y productiva sesión de trabajo, por ello cabe mencionar los siguientes principios que se deben cumplir que son los siguientes:

- Ocupar un lugar adecuado para realizar las actividades recreativas en el tiempo libre de la persona.
- Es una actividad libre, voluntaria y de manera opcional ya que no se obligar a a realizar las mismas.
- Estas actividades deben estar al alcance y a la capacidad de todos sin discriminar o excluir a una persona dependiendo sexo, etnia, edad o discapacidad que presente.
- Todas las actividades que se vayan a realizar en una sesión deben cumplir un mismo objetivo que se desee alcanzar mediante dichas actividades.

Tomando en cuenta los principios ya mencionados de lugar, libertad, alcance y antidiscriminatorio hay que establecer los objetivos que se desea alcanzar mediante las actividades físico recreativas por ello los objetivos deben cumplir los siguientes parámetros que se van a mencionar:

- Las actividades deben satisfacer y cumplir con las expectativas de mi población con los que voy a trabajar
- Las actividades deben contribuir al desarrollo integral de la persona.
- Las actividades deben proporcionar requerimientos físicos, técnicos y fomentar el vínculo de amistad o camaradería del grupo con el que se está trabajando

En nuestra sociedad actual la educación es un pilar fundamental ya que a base de esta se puede dar una mejor calidad de vida por ello la importancia de educación Universitaria esta es de mucha repercusión ya que tiene la obligación de formar profesionales tanto en la parte académica y moral por ello la calidad de la educación debe ser de alto rango para poder intervenir de una forma eficaz dentro de la sociedad.

Por este motivo (Ramírez-Fernández et al., 2019)nos menciona que calidad en la educación Universitaria es un proceso complejo que puede ser visto de distintas variables que se

complementan entre sí para dar un acercamiento más exacto a lo que significa la calidad. Lo que nos da entender que el significado de calidad Universitaria es un conjunto de factores los cuales serán los indicadores que tendremos para identificar la misma, los factores a tomar en cuenta son los siguientes:

- La calificación y estudios del profesorado
- La programación, calidad y cantidad de los docentes
- Las tecnologías de comunicación e Información
- Estructura de la organización educativa
- La índole en el currículum
- La calidad y eficaz de la enseñanza

Tomando en cuenta lo ya mencionado de la calidad de la un Universitaria la más eficaz es los resultados en el rendimiento académico hace referencia a la evaluación del entendimiento adjuntado en el ámbito escolar, terciario o universitario. Un estudiante con buen rendimiento académico es aquél que alcanza calificaciones positivas en las evaluaciones que debe acatar a lo largo de un periodo educativo.

Por este motivo la importancia que tiene las actividades ya sean deportivas, recreativas físicas, lúdicas ya que tienen una gran incidencia dentro de nuestro rendimiento académico ya que estás nos ayudan a lidiar con el estrés que presentamos al estar estudiando una carrera de tal importancia para la sociedad.

Metodología

El presente trabajo tiene una investigación de tipo descriptivo-correlacional, con un enfoque cuantitativo y diseño de corte transversal, en el que todas las variables serán evaluadas al mismo tiempo, el mismo que consiste la aplicación de actividades físico recreativas, con el fin de conocer la incidencia que este conlleva con el rendimiento académico, en aspirantes a servidores policiales directivos de primer nivel. Además es una investigación de carácter social, porque trata de una problemática en la educación superior del Ecuador, por lo tanto su desarrollo beneficiará a los discentes de las IES del país.

Muestra

El presente estudio investigativo se ha realizado en 311 aspirantes a servidores policiales directivos de primer nivel, de los cuales 233 de ellos son hombres y 78 mujeres. Por tanto, los sujetos de estudio se encuentran en edades comprendidas desde los dieciocho a veintidós años de edad.

Figura 1: Cantidad de aspirantes servidores policiales directivos de primer nivel, variables sexo y sección

Nivel al que pertenece (Todas)														
Cuenta de Sección	Etiquetas de fila	Etiquetas de columna	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	Total general
Hombre			20	20	22	23	17	25	20	21	26	17	22	233
Mujer			9	5	6	8	7	8	7	8	5	7	8	78
Total general			29	25	28	31	24	33	27	29	31	24	30	311

Nota. El número de estudiantes que conforman el primer nivel en la ESP.

Como se puede observar en la tabla 1, la cual hace referencia a la muestra categorizada por sexo en los diferentes paralelos que la conforman, obteniendo la participación de 29 aspirantes de la sección “A” (20 hombres y 9 mujeres), con 25 aspirantes de la sección “B” (20 hombres y 5 mujeres), con 28 aspirantes de la sección “C” (22 hombres y 6 mujeres), con 31 aspirantes de la sección “D” (23 hombres y 8 mujeres), 24 aspirantes de la sección “E” (17 hombres y 7 mujeres), con 33 aspirantes de la sección “F” (25 hombres y 8 mujeres), con 27 aspirantes de la sección “G” (20 hombres y 7 mujeres), con 29 aspirantes de la sección “H” (21 hombres y 8 mujeres), con 31 aspirantes de la sección “I” (26 hombres y 5 mujeres), con 24 aspirantes de la sección “J” (17 hombres y 7 mujeres), con 30 aspirantes de la sección “K” (22 hombres y 8 mujeres), todos ellos aspirantes a servidores policiales nivel directivo de primer nivel de la ESP.

Instrumentos

Para ejecutar la investigación acerca de la incidencia de las actividades físico recreativas que vamos a indagar a lo largo del documento, se ejecutará una “Planificación de Actividades Físico Recreativas” de elaboración propia (anexo 1), basado principalmente en la realización de actividad físico recreativas antes, durante y después de la jornada académica. Al tratarse de una planificación de elaboración propia, para que tenga validez y fiabilidad, ha tenido que ser revisada, analizada, y aprobada por el señor Gral. de Distrito Freddy Goyes Director Nacional de

Educación de la Policía Nacional del Ecuador, y demás departamentos de la Escuela Superior de Policía “Gral. Alberto Enríquez Gallo”

En cuanto a la planificación realizada, esta permitirá conocer la incidencia de las mismas en el rendimiento académico según el sexo y el curso en el que se encuentran. Por último, se conocerá la nota académica, así como la nota media del alumnado, la cual nos permitirá establecer la relación buscada a lo largo de este proyecto de investigación: si la realización de actividades físico recreativas influye en el rendimiento académico.

Variables

Entorno al análisis de la variable actividades físicas-recreativas, podemos citar que de acuerdo con (Armenteros, 2008), mencionada actividad es un conjunto puesta en práctica no solamente a una comunidad específica sino que debería trascender en todas las edades y etapas de la vida, ya que se puede evidenciar aquella mejora en el funcionamiento fisiológico de las personas, favoreciendo la socialización, trabajo en equipo, y un estilo de vida saludable.

Adicional, la variable desempeño académico, según (Jordán & Revilla, 2021) relaciona como la expresión de capacidades y demás características cognitivas de los estudiantes, desarrollado en un contexto de aprendizaje - enseñanza, que posibilita la obtención de un nivel de funcionamiento y alcances académicos en transcurso de un periodo educativo.

Ejecución

En primera instancia, se realizó una investigación acerca de una planificación que permitiera extraer la información necesaria de las actividades que se realizan a los aspirantes. Tras indagar en diferentes actividades físico recreativas se ejecutó la creación de una planificación de elaboración propia, la cual tuvo que ser valorada por el señor Gral. de Distrito Freddy Goyes Director Nacional de Educación de la Policía Nacional del Ecuador.

Una vez que la planificación fue aprobada se acudió a la Escuela Superior de Policía “Gral. Alberto Enríquez Gallo”, para la ejecución de la misma durante el mes de agosto de 2022. Tras obtener todos los resultados de la muestra se traslada a una hoja de cálculo de Excel para poder interpretar los datos y extraer las conclusiones pertinentes.

Análisis Estadístico

Con el fin de alcanzar los objetivos propuestos al inicio de este proyecto, se analizarán los resultados obtenidos en los rendimientos académicos después de la ejecución de la planificación de las actividades, comparándolos entre sí. Además, esta investigación también permitirá conocer la aptitud y actitud de los aspirantes.

Resultados

Ejecución de Actividades

Se puede señalar que se desarrolló y se presentó por parte de los autores del presente estudio (Jiménez & Carvajal, s/f-a), el Proyecto denominado “actividades físico recreativas, para aspirantes a servidores policiales directivos de primer nivel de la e.s.p., con el interés de conocer la incidencia en su rendimiento académico”, el mismo que tuvo la aprobación por parte del Sr. Director Nacional de Educación de la Policía Nacional del Ecuador, para luego su ejecución, conforme a la planificación establecida.

Finalizando los respectivos permisos para la ejecución de la investigación se empezó con la práctica de la planificación de actividades físico recreativas con los aspirantes de primer año, la ejecución se realizó por cada sección en total se realizó 11 sesiones donde se realizaron diferentes actividades según la planificación estas tuvieron una duración aproximadamente de 20 min cada una, terminada las respectivas actividades con cada sección se realizó una encuesta digital la cual consta con datos personales de los aspirantes, en la segunda sección consta de 6 preguntas cerradas de “SI”o“NO”, en la tercera y última sección se realizó 8 preguntas cerradas utilizando una Escala de Likert siendo (1)DEFICIENTE, (2)REGULAR, (3)BUENO, (4)MUY BUENO, (5)EXCELENTE, (Jiménez & Carvajal, s/f-c)

Por tal motivo se adjunta el enlace de la encuesta digital por parte de (Jiménez & Carvajal, s/f-b), el mismo que se aplicó a toda la población de aspirantes a servidores policiales directivos de primer nivel, por consiguiente se presentan los resultados obtenidos de la misma, (Jiménez & Carvajal, 2022):

Figura 2: Enlaces del formulario realizado por los aspirantes de primer año

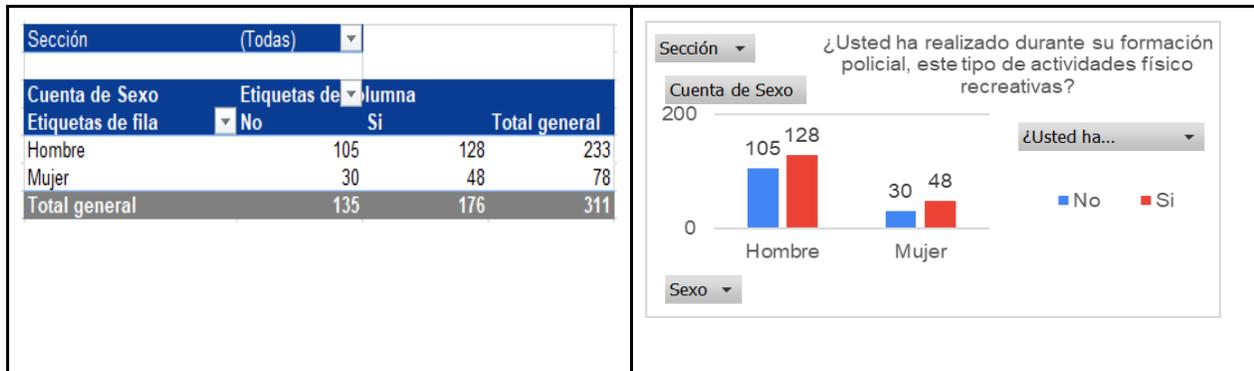
Enlace para la encuesta tipo formulario	Código Qr encuesta tipo formulario
https://forms.gle/tThkTdiEs7FARNEx8	

Nota. El enlace se encuentra en forma de link y de código QR

Preguntas Cerradas

¿Usted ha realizado durante su formación policial, este tipo de actividades físico recreativas?

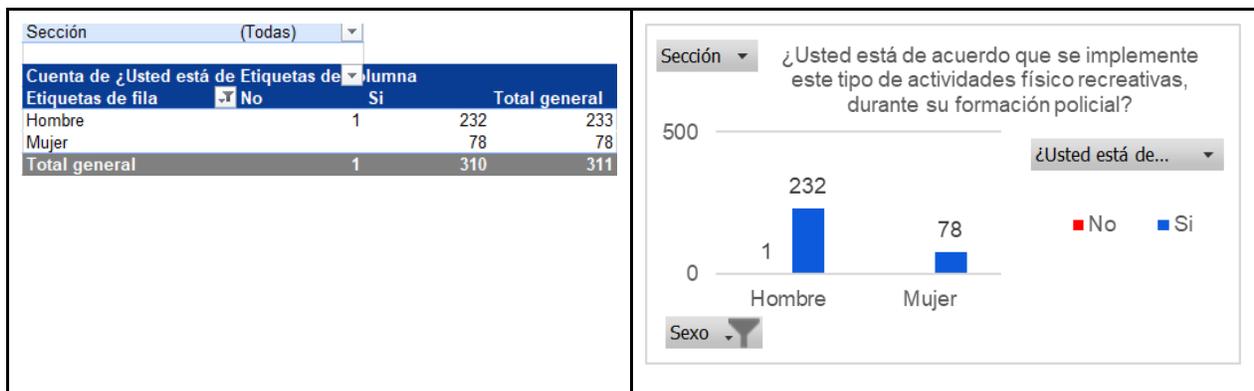
Figura 3: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas



Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Usted está de acuerdo que se implemente este tipo de actividades físico recreativo, durante su formación policial?

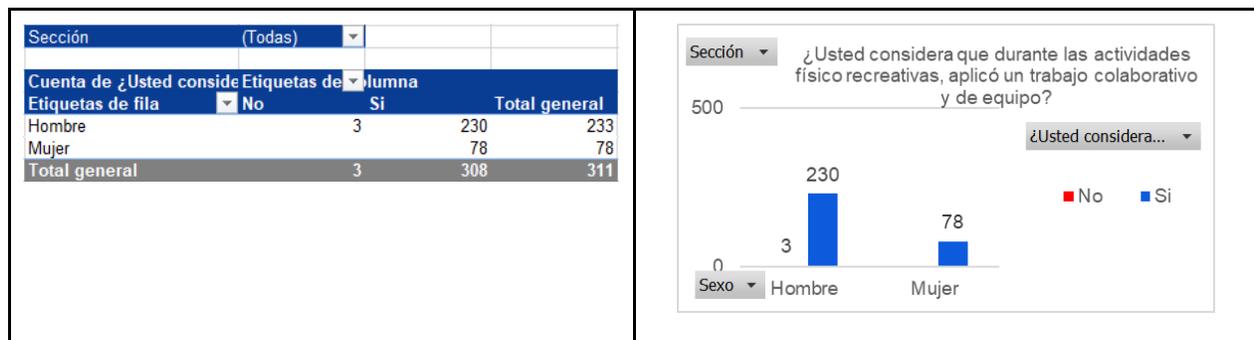
Figura 4: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas



Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Usted considera que, durante las actividades físico recreativas, aplicó un trabajo colaborativo y de equipo?

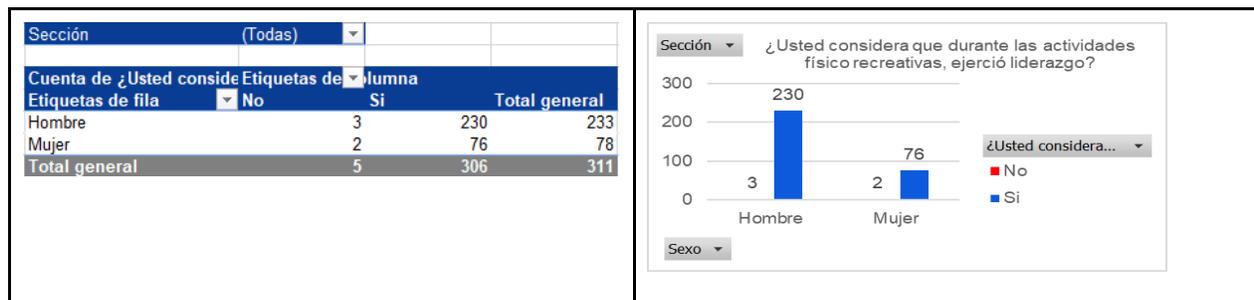
Figura 5: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas



Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Usted considera que, durante las actividades físico recreativas, ejerció liderazgo?

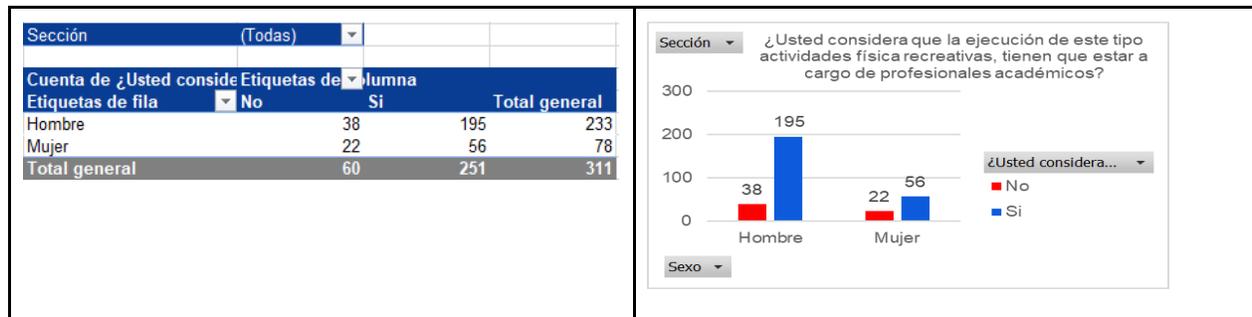
Figura 6: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas



Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Usted considera que la ejecución de este tipo actividades física recreativas, tienen que estar a cargo de profesionales académicos?

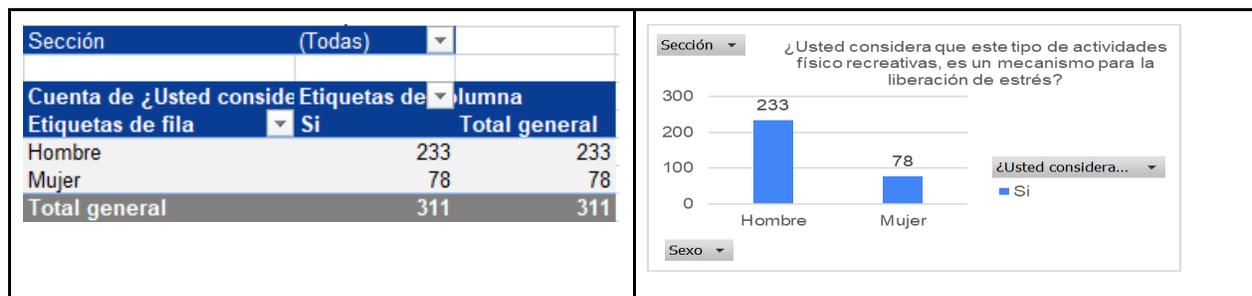
Figura 7: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas



Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Usted considera que este tipo de actividades físico recreativas, es un mecanismo para la liberación de estrés?

Figura 8: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas



Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

Escala de Likert

¿Cómo influyó este tipo de actividades físicas recreativas en su participación en el aula clase?

Figura 9: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas

Sección	(Todas)					
Cuenta de ¿Cómo influyó	Etiquetas de columna					
Etiquetas de fila	1. DEFICIENTE	2. REGULAR	3. BUENO	4. MUY BUENO	5. EXCELENTE	Total general
Hombre		3	3	18	59	150
Mujer			1	7	27	43
Total general		3	4	25	86	193

Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿La práctica de las actividades físico recreativas, fueron de su agrado?

Figura 10: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas

Sección	(Todas)								
Cuenta de ¿La práctica de	Etiquetas de columna								
Etiquetas de fila	1. DEFICIENTE	2. REGULAR	3. BUENO	4. MUY BUENO	5. EXCELENTE	Total general			
Hombre	1			7	40	185			233
Mujer		1		5	14	58			78
Total general	1	1	12	54	243	311			

Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Existió un cambio en su estado anímico (humor o tono sentimental), después de practicar las actividades físico recreativas?

Figura 11: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas

Sección	(Todas)								
Cuenta de ¿Existió un ca	Etiquetas de columna								
Etiquetas de fila	1. DEFICIENTE	2. REGULAR	3. BUENO	4. MUY BUENO	5. EXCELENTE	Total general			
Hombre	1		3	16	48	165			233
Mujer	1	4		6	17	50			78
Total general	2	7	22	65	215	311			

Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Cuál es su percepción de la actividad física recreativa?

Figura 12: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas

Sección	(Todas)								
Cuenta de ¿Cuál es su pe	Etiquetas de columna								
Etiquetas de fila	1. DEFICIENTE	3. BUENO	4. MUY BUENO	5. EXCELENTE	Total general				
Hombre	2	10	54	167	233				
Mujer		7	18	53	78				
Total general	2	17	72	220	311				

Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Después de la práctica de actividades físicas recreativas, mejoró su creatividad en el aula de clases?

Figura 13: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas

Sección	(Todas)						
Cuenta de ¿Después de la práctica de actividades físicas recreativas, mejoró su atención en la cátedra del profesor?		Etiquetas de columna					
Etiquetas de fila		1. DEFICIENTE	2. REGULAR	3. BUENO	4. MUY BUENO	5. EXCELENTE	Total general
Hombre		2	6	23	70	132	233
Mujer			2	9	28	39	78
Total general		2	8	32	98	171	311

Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Después de la práctica de actividades físicas recreativas, mejoró su atención en la cátedra del profesor?

Figura 14: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas

Sección	(Todas)						
Cuenta de ¿Después de la práctica de las actividades físicas recreativas, mejoró su trabajo colaborativo en el aula de clases?		Etiquetas de columna					
Etiquetas de fila		1. DEFICIENTE	2. REGULAR	3. BUENO	4. MUY BUENO	5. EXCELENTE	Total general
Hombre		1	5	20	62	145	233
Mujer			3	8	25	42	78
Total general		1	8	28	87	187	311

Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Después de la práctica de las actividades físicas recreativas, mejoró su trabajo colaborativo en el aula de clases?

Figura 15: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas

Sección	(Todas)						
Cuenta de ¿Si usted se considera una persona hiperactiva, este tipo de actividades física recreativas le permiten ser un apoyo favorable para su desempeño académico?		Etiquetas de columna					
Etiquetas de fila		1. DEFICIENTE	2. REGULAR	3. BUENO	4. MUY BUENO	5. EXCELENTE	Total general
Hombre		1	1	24	69	138	233
Mujer			1	11	23	43	78
Total general		1	2	35	92	181	311

Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

¿Si usted se considera una persona hiperactiva, este tipo de actividades física recreativas le permiten ser un apoyo favorable para su desempeño académico?

Figura 16: Análisis de las respuestas de la pregunta en tablas dinámicas

Sección	(Todas)						
Cuenta de ¿ Si usted se c		Etiquetas de columna					
Etiquetas de fila		1. DEFICIENTE	2. REGULAR	3. BUENO	4. MUY BUENO	5. EXCELENTE	Total general
Hombre		1	3	29	56	144	233
Mujer			5	11	17	45	78
Total general		1	8	40	73	189	311

Nota. El análisis de las respuestas de la pregunta se realiza a base de toda nuestra población.

Discusión

En primer lugar, el objetivo de la investigación es conocer la incidencia de las actividades físicas recreativas con el desempeño académico de los y las aspirantes a servidores policiales de primer nivel de la ESP “Gral. Alberto Enríquez Gallo”, por esta razón se ejecutó la planificación realizada y aprobada, conforme al cronograma previsto.

Cómo se logra evidenciar a través de la encuesta realizada, que el 74.9% (233) son de sexo hombre y el 25.1% (78) son de sexo mujer, quienes representan a la población de servidores policiales directivos de primer nivel, siendo un total de 311 sujetos de estudio en un rango etario de 18 a 25 años de edad, observando con mayor relevancia el 43.4% representa en la categoría de 19 años de edad.

Dentro de este orden de ideas, se ha verificado que el 56.6% (176) de la población, si ha realizado actividades físico recreativas durante su formación policial, a diferencia del 43.4% (135) sujetos de estudio que mencionaron que no han practicado, por lo cual se puede inferir que existe un desconocimiento en la conceptualización y diferencia de la actividad física, deportiva y recreativa.

Notablemente se observa que el 99.7% de los sujetos de estudio, se encuentran de acuerdo para que se implemente este tipo de actividades físico recreativas, durante su preparación policial, coincidiendo en un 99% que su práctica desarrolló un trabajo colaborativo y de equipo, y sin duda algunos 306 sujetos de estudio que representan el 98.4% de la población mencionaron que específicamente este tipo de actividades pudieron ejecutar liderazgo.

Por su parte, 251 aspirantes a servidores policiales directivos de primer nivel, los mismos que representan el 80.7% de la población considera, que la práctica y ejecución de este tipo de actividades físico recreativas, tienen que ser dirigidas y/o responsables por profesionales académicos de la propia asignatura.

Sin duda alguna, el 100% de la población tiene conocimiento y se encuentra muy claro con el beneficio que conlleva este tipo de actividades, en contra de algunas ENT, en especial el estrés, ya que al practicar actividades recreativas, actúa en nuestro organismo con algunas ventajas fisiológicas, entre ellas la segregación de endorfina, hormona que produce en nuestro cuerpo aquella sensación de placer.

Por lo consiguiente, en la sección de la encuesta de preguntas con Escala Likert, se puede mencionar que 193 sujetos de estudio, los cuales representan el 62.1% de la población, señalaron como EXCELENTE, su participación en el aula de clases después de la práctica de las actividades físicas recreativas, al igual que 86 aspirantes que representan el 27.7%, señalaron como MUY BUENO.

De modo idéntico, la práctica de actividades físico recreativas por parte de los sujetos de estudio, fué de su agrado, en un 78.1% (243 aspirantes) mencionó como EXCELENTE, adicional el 17.4% (54 aspirantes) señaló como MUY BUENO. Por esta razón, el 69.1% que representa a 215 aspirantes sintieron un cambio anímico o de humor, después de realizar las prácticas en estas actividades, quienes señalan como EXCELENTE, seguido del 20.9% (65 aspirantes) como MUY BUENO.

En concordancia con la percepción de las actividades físicas recreativas, es notable que 220 sujetos de estudio perciben como EXCELENTE su práctica, representando el 70.7% de la población del primer nivel de la ESP “Gral. Alberto Enríquez Gallo”, seguido por 72 aspirantes que representan el 23.2% cuya percepción es MUY BUENO, por otro lado se evidencia que 02 sujetos de estudio señalan su práctica como DEFICIENTE, esto significa que el 0.6% de toda la población presenta algún inconveniente ya sea endógeno como exógeno, lo más seguro esta última ya que se podría decir que desarrollaron la encuesta en contra del tiempo.

En el modelo constructivista la metodología de aprendizaje y enseñanza exige como factor fundamental la creatividad para un desarrollo significativo en el estudiantado, en tal sentido es evidente que más de la mitad de la población experimentó en las demás asignaturas que reciben en el aula de clases este tipo de mejora en su creatividad, alcanzado a 171 sujetos de estudio que representan el 55% de toda la población e indican como EXCELENTE, seguido por 98 aspirantes que representan el 31.5% señalando como MUY BUENO. Por lo tanto, estas dos categorías en la escala de Likert son de alto nivel, y sumados se obtendría un 86% aproximadamente de la población que experimentó un cambio significativo en la creatividad durante su desempeño

académico en otras asignaturas. De modo similar, sucede con la mejora de atención a la cátedra del profesor, factor fundamental que aporta al desarrollo de un modelo constructivista y perfil de salida del estudiante, siendo así el 60.1% (187) aspirantes evidenciaron aquel cambio y señalaron como EXCELENTE, seguido por el 28% (87) sujetos de estudio como MUY BUENO. De igual modo, se evidencia que notablemente 181 sujetos de estudio que representan el 58.2% de la población, indican que obtuvieron una mejora en el trabajo colaborativo en el desarrollo del aula de clases, seguido de 92 aspirantes que representan el 29.6% mencionan como MUY BUENO el cambio.

Por último, más de la mitad de la población asegura que este tipo de actividades física recreativas, permiten en aquellas personas que tienen hiperactividad con una técnica de apoyo favorable para su desempeño académico, siendo así el 60.8% (189) de la población indica como EXCELENTE, seguido por el 23.5% (73) como MUY BUENO y en tercer lugar el 12.9% (40) menciona como BUENO.

Conclusión

- Resumiendo lo planteado en la investigación tanto teórica como práctica del estudio se pudo concluir que, se ejecutó con una población de 311 aspirantes a servidores policiales de los cuales 233 son hombres y 78 son mujeres respectivamente cada aspirante en sus diferentes secciones.
- Según la evidencia presentada anteriormente se puede concluir que, la mitad de la población de nuestro estudio ha realizado durante su formación policial, este tipo de actividades físico recreativas y la mitad restante no han realizado durante su formación policial, este tipo de actividades físico recreativas
- Terminada la planificación de actividades físico recreativas se pudo concluir que estas tuvieron una incidencia positiva en su participación en el aula clase ya que se pudo evidenciar una intervención más activa tanto de forma grupal e individual.
- Concluyendo las actividades físicas recreativas con las diferentes secciones de primer año se pudo evidenciar que un factor esencial se mejoró la cual es primordial para los cadetes que es la atención en la cátedra del profesor ya que con ella habrá un mejoramiento en su rendimiento académico.

- Finalizando y recopilando la información pertinente a base de la investigación se pudo evidenciar que un factor primordial mejoró la cual es el estado anímico después de la práctica de las actividades físico recreativas planificadas
- Al finalizar todas las actividades físico recreativo planificado se evidencio una constante en todas las secciones la cual es una aceptación de la implementación de este tipo de actividades físicos recreativos, durante su formación policial.

Aplicaciones Prácticas

Tomando en cuenta la investigación realizada se puede ejecutar aplicaciones prácticas de la misma como son: planificación y ejecución de actividades físico recreativas durante su formación policial, incentivar a los docentes a ejecutar pausas activas en el transcurso de sus cátedras. Estas aplicaciones prácticas tienen como fin la ayuda del aspirante ya que estas con una correcta ejecución son de gran apoyo ya que inciden con diferentes aspectos como son la participación en clases ya sea individual y grupal, el estado anímico del aspirante, la atención dentro del salón de clase y diferentes ámbitos que den como consecuencia una mejora en el rendimiento académico del aspirante. Otra de las aplicaciones prácticas que se puede concordar es para lo que se desempeña este artículo científico. Esta investigación puede convenir de una manera muy útil para aquel marco de profesores de un plantel educativo ya sea escuela, colegio, universidad, por lo que la ejecución de actividades físico recreativas tiene una incidencia primordial en el rendimiento académico, por ello es de mucha importancia que el marco de profesores sea competente de implementar la práctica de actividades físico recreativas durante la formación profesional de los estudiantes.

Recomendaciones

- Implementar y fomentar la importancia de la realización de este tipo de actividades físicos recreativos durante su formación policial.
- Incentivar a los docentes a realizar pausas activas de una manera recreativa durante las clases ya que así se tendrá una participación más activa ya sea grupal o individual.

- Priorizar siempre que los cadetes estén con la atención debida a la cátedra ya que esta mejorará su rendimiento académico podemos emplear diferentes actividades como vías para llegar al objetivo.
- Inmiscuirse con el estado anímico de los cadetes a través de actividades físico recreativas ya que al tener un estado anímico positivo tendrán mejores resultados en los diferentes ámbitos de su formación policial.
- Planificar y ejecutar un plan para poder implementar actividades físico recreativas a los cadetes durante su formación policial.

Referencias

1. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2018.09.001>
2. Armenteros, B. A. (2008, noviembre 20). *Actividades físicas recreativas en la comunidad universitaria*. gestiopolis. <https://www.gestiopolis.com/actividades-fisicas-recreativas-en-la-comunidad-universitaria/>
3. Jean, P. (2019). *La formación del símbolo en el niño: Imitación, juego y sueño. Imagen y representación*. Fondo de Cultura Económica.
4. Jiménez, J., & Carvajal, A. (s/f-a). *Doc Aprobados DNE PNE - Google Drive*. Recuperado el 15 de agosto de 2022, de <https://drive.google.com/drive/u/0/folders/1LgDbFWcaIaA4BH4JZWmoJfPN1pnmVS3s>
5. Jiménez, J., & Carvajal, A. (s/f-b). *Encuesta tipo formulario digital, estudio de campo*. Google Docs. Recuperado el 20 de agosto de 2022, de https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdu1Z9xLyGkdbzswypgSuhwsRB5SILKnX92Xxpsv8aBYYGOCQ/viewform?usp=sharing_eil_se_dm&ts=62fefe0a&usp=embed_facebook
6. Jiménez, J., & Carvajal, A. (s/f-c). *Recopilación de Datos_Estudio_ESP_ESPE (respuestas).xlsx*. Google Docs. Recuperado el 20 de agosto de 2022, de https://docs.google.com/spreadsheets/d/1MZKcd3mqzMQ6jzZ6agI5rth_Sh2Vhfvw/edit?usp=drive_web&oid=101196483640211171538&rtpof=true&usp=embed_facebook
7. Jiménez, J., & Carvajal, A. (2022). *Resultado Global Encuesta Digital ESP*. <https://drive.google.com/drive/u/0/my-drive>
8. Jordán, R. F., & Revilla, A. B. (2021). La recreación física como contenido educativo en

- el contexto comunitario. *Sociedad & Tecnología*, 4(1), 47–55.
<https://doi.org/10.51247/st.v4i1.75>
9. Medina, J., Pinzón, K., Salazar-Méndez, Y., Medina, J., Pinzón, K., & Salazar-Méndez, Y. (2021). Determinantes del Rendimiento Académico de los Estudiantes de una Universidad Pública Ecuatoriana. *Revista Politécnica*, 47(2), 53–62.
<https://doi.org/10.33333/rp.vol47n2.05>
 10. *Organización Mundial de la Salud*. (s/f). Recuperado el 27 de julio de 2022, de <https://www.who.int/es>
 11. Peña-Paredes, E., Mendoza, L. I. B., Cabañas, R. P., Ávila, L. R., & Sales, K. G. G. (2018). Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. *NURE investigación: Revista Científica de enfermería*, 15(92), 1.
 12. Ramírez-Fernández, R., Machado-Licon, J., & Fernández-Ramírez, O. E. (2019). Calidad en la educación universitaria, desde el programa de ingeniería de sistemas: Una visión cualitativa de la educación superior. *Revista científica anfibios*, 2(2), 41–50.
<https://doi.org/10.37979/afb.2019v2n2.49>
 13. Sánchez-Villena, A. (2018). *RELACIÓN ENTRE ESTRÉS ACADÉMICO E IDEACIÓN SUICIDA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS*. 15.
 14. Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Meza-Zamora, M. E. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75–83.
 15. Valero, A., & Van Reenen, J. (2019). The economic impact of universities: Evidence from across the globe. *Economics of Education Review*, 68, 53–67.
<https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2018.09.001>