UNEMI
UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO

REPÚBLICA DEL ECUADOR

UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

FACULTAD DE POSGRADOS

ARTÍCULOS PROFESIONALES DE ALTO NIVEL PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:

MAGÍSTER EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

TEMA:

PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES Y RENDIMIENTO ACADÉMICO ESTUDIANTIL

AUTORES:

Carina Alexandra Troya Ávila
Patricia Elizabeth Villacis
Orlando Fabricio Guzmán Morocho

Tutor:
Msc Steven Arturo Torres Burgos

Milagro, 2026

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y correlacional. La población estuvo conformada por 158 estudiantes de educación básica superior, trabajándose con la totalidad de los participantes. Para la recolección de información se empleó un cuestionario estructurado con escala tipo Likert, validado mediante juicio de expertos y con una confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0,89. El procesamiento de los datos se realizó mediante el software SPSS versión 27, utilizando estadística descriptiva e inferencial a través del coeficiente de correlación de Spearman. Los resultados evidenciaron que el 44,9 % de los estudiantes presentó un nivel medio de participación en actividades deportivas extraescolares y el 41,2 % un nivel alto. Respecto al rendimiento académico, el 48,1 % alcanzó niveles altos y el 39,9 % niveles medios. Las dimensiones mejor valoradas en la participación deportiva fueron los beneficios percibidos (M = 4,12) y el compromiso deportivo (M = 4,07), mientras que en el rendimiento académico destacaron el promedio de calificaciones (M = 4,08) y la responsabilidad académica (M = 4,05). Asimismo, se identificó una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil (Rho = 0,691; $p < 0,001$). Estos hallazgos indican que los estudiantes con mayores niveles de participación deportiva tienden a presentar mejores resultados académicos. Se concluye que las actividades deportivas extraescolares constituyen una estrategia formativa relevante para fortalecer el desarrollo integral, promover hábitos positivos y favorecer el rendimiento académico de los estudiantes dentro del contexto educativo.

PALABRAS CLAVES

actividades deportivas extraescolares, rendimiento académico, estudiantes.

ABSTRACT

This research aimed to analyze the relationship between participation in extracurricular sports activities and student academic performance. The study employed a quantitative approach with a non-experimental, cross-sectional, and correlational design. The population consisted of 158 upper basic education students, with the entire group

participating in the study. Data collection involved a structured questionnaire using a Likert-type scale, validated by expert judgment and demonstrating a Cronbach's alpha reliability of 0.89. Data processing was carried out using SPSS software (version 27), employing descriptive and inferential statistics, specifically the Spearman correlation coefficient. The results showed that 44.9% of the students exhibited a moderate level of participation in extracurricular sports activities, while 41.2% showed a high level. Regarding academic performance, 48.1% achieved high levels and 39.9% achieved moderate levels. The highest-rated dimensions of sports participation were perceived benefits (M = 4.12) and sports commitment (M = 4.07), while grade point average (M = 4.08) and academic responsibility (M = 4.05) stood out regarding academic performance. Furthermore, a strong, statistically significant positive correlation was identified between participation in extracurricular sports activities and student academic performance (Rho = 0.691; $p < 0.001$). These findings indicate that students with higher levels of sports participation tend to achieve better academic results. It is concluded that extracurricular sports activities constitute a significant educational strategy for fostering holistic development, promoting positive habits, and enhancing student academic performance within the educational context.

KEYWORDS
extracurricular sports activities, academic performance, students.

1. INTRODUCCIÓN (OBJETIVO DEL ARTÍCULO)

La participación en actividades deportivas extraescolares ha adquirido una importancia creciente dentro de los sistemas educativos contemporáneos debido a su potencial para contribuir al desarrollo integral de los estudiantes más allá de los espacios formales de enseñanza. Estas actividades constituyen experiencias complementarias que permiten fortalecer habilidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales mediante la práctica sistemática del deporte en contextos organizados y supervisados. Diversas instituciones educativas han incorporado programas deportivos extracurriculares como estrategias orientadas a promover estilos de vida saludables, fortalecer la convivencia escolar y favorecer la formación de competencias transversales necesarias para el desarrollo personal y académico. La práctica deportiva realizada fuera del horario regular de clases ofrece oportunidades para que los estudiantes desarrollen disciplina, responsabilidad, perseverancia

y habilidades de trabajo en equipo que posteriormente pueden transferirse a otros ámbitos de su vida cotidiana. Asimismo, la participación en estas actividades favorece la construcción de hábitos positivos relacionados con la organización del tiempo, el cumplimiento de objetivos y la gestión adecuada de las responsabilidades académicas. En consecuencia, el estudio de la relación entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico constituye una temática relevante para comprender los factores que influyen en el éxito educativo de los estudiantes en los contextos escolares actuales (Bailey et al., 2023; UNESCO, 2024).

El rendimiento académico representa uno de los principales indicadores utilizados para evaluar los logros alcanzados por los estudiantes dentro de los procesos educativos. Este concepto comprende el nivel de conocimientos, competencias, habilidades y destrezas desarrolladas como resultado de la participación en actividades de aprendizaje organizadas dentro del sistema educativo. Sin embargo, el rendimiento académico no depende exclusivamente de factores relacionados con la capacidad intelectual o la calidad de la enseñanza recibida, sino que también está influenciado por variables personales, familiares, sociales y contextuales que interactúan de manera compleja durante el proceso formativo. Entre estos factores, la participación en actividades deportivas ha despertado un interés creciente debido a la evidencia que sugiere posibles beneficios sobre funciones cognitivas vinculadas con la atención, la memoria, la concentración y la capacidad de resolución de problemas. Diversas investigaciones han señalado que la práctica regular de actividad física puede favorecer procesos neurobiológicos que contribuyen positivamente al aprendizaje y al desempeño académico de los estudiantes. Por esta razón, resulta pertinente analizar cómo las actividades deportivas extraescolares pueden influir en los resultados educativos obtenidos por la población estudiantil (Donnelly et al., 2022; Singh et al., 2023).

Desde una perspectiva científica, la actividad física y el deporte han sido asociados con múltiples beneficios para el desarrollo cognitivo durante la infancia y la adolescencia. Estudios recientes han demostrado que la práctica deportiva regular favorece la irrigación sanguínea cerebral, estimula la neuroplasticidad y promueve la liberación de neurotransmisores relacionados con la atención, la motivación y el aprendizaje. Estos procesos fisiológicos pueden generar efectos positivos sobre diversas funciones ejecutivas que intervienen directamente en el rendimiento académico, tales como la planificación, la memoria de trabajo, el control inhibitorio y la flexibilidad cognitiva. Asimismo, la

participación en actividades deportivas contribuye al fortalecimiento de la salud física y emocional, reduciendo factores de riesgo asociados con el estrés, la ansiedad y el sedentarismo, condiciones que pueden afectar negativamente el desempeño escolar. La evidencia disponible sugiere que los estudiantes físicamente activos suelen presentar mejores indicadores de bienestar general y mayores niveles de disposición para afrontar las demandas académicas. En consecuencia, el deporte extraescolar puede considerarse un recurso potencialmente valioso para promover tanto la salud como el éxito educativo de los estudiantes (Hillman et al., 2023; World Health Organization, 2024).

Las actividades deportivas extraescolares se caracterizan por desarrollarse fuera del horario académico regular y por ofrecer espacios adicionales para la práctica sistemática de disciplinas deportivas individuales o colectivas. Estas experiencias suelen estar organizadas por instituciones educativas, clubes deportivos, organizaciones comunitarias o entidades gubernamentales interesadas en promover la actividad física entre niños y adolescentes. A diferencia de las clases de educación física impartidas dentro del currículo escolar, las actividades extraescolares permiten una participación más prolongada, especializada y voluntaria por parte de los estudiantes. Esta característica favorece mayores niveles de compromiso, motivación y adherencia a la práctica deportiva, aspectos que pueden generar beneficios acumulativos sobre diferentes dimensiones del desarrollo humano. Además, la participación continua en programas deportivos extracurriculares proporciona oportunidades para fortalecer habilidades sociales, establecer relaciones positivas con compañeros y desarrollar actitudes relacionadas con el liderazgo y la cooperación. Por ello, estas actividades representan un espacio educativo complementario con potencial para influir positivamente en el desempeño académico y personal de los estudiantes (Eccles & Barber, 2022; Holt et al., 2023).

Diversos estudios internacionales han reportado asociaciones positivas entre la participación en actividades deportivas extraescolares y diferentes indicadores de rendimiento académico. Las investigaciones sugieren que los estudiantes involucrados regularmente en programas deportivos suelen obtener mejores resultados en pruebas académicas estandarizadas, presentar mayores tasas de asistencia escolar y manifestar niveles más elevados de compromiso con las actividades educativas. Asimismo, se ha observado que la práctica deportiva contribuye al desarrollo de habilidades de autorregulación, gestión del tiempo y establecimiento de metas, competencias que resultan fundamentales para el éxito

académico. Sin embargo, la literatura científica también advierte que los beneficios observados dependen de factores como la intensidad de la práctica deportiva, la calidad de los programas implementados y el equilibrio existente entre las exigencias deportivas y académicas. En algunos casos, una dedicación excesiva al deporte puede generar conflictos relacionados con la disponibilidad de tiempo para el estudio y el cumplimiento de responsabilidades escolares. Por consiguiente, resulta necesario profundizar en el análisis de esta relación para comprender mejor las condiciones que favorecen resultados positivos tanto en el ámbito deportivo como en el académico (Marsh & Kleitman, 2022; Knifsend & Graham, 2023).

En América Latina, el interés por estudiar la relación entre actividad física y rendimiento académico ha aumentado considerablemente durante los últimos años debido a las preocupaciones relacionadas con el incremento del sedentarismo y la disminución de los niveles de actividad física entre la población estudiantil. Diversos países de la región han impulsado programas orientados a fortalecer la práctica deportiva como estrategia para promover estilos de vida saludables y mejorar la calidad de los procesos educativos. No obstante, las investigaciones desarrolladas en contextos latinoamericanos aún muestran resultados heterogéneos respecto a la magnitud de la influencia que ejercen las actividades deportivas extraescolares sobre el rendimiento académico. Esta situación evidencia la necesidad de generar nuevas investigaciones que permitan comprender cómo estas experiencias influyen en estudiantes pertenecientes a diferentes realidades sociales, culturales y educativas. Asimismo, resulta importante identificar los factores contextuales que potencian o limitan los beneficios asociados con la práctica deportiva extracurrilar. Por esta razón, el estudio de esta temática continúa representando una línea de investigación relevante para el fortalecimiento de las políticas educativas y deportivas en la región (CEPAL, 2023; UNESCO, 2024).

En el contexto ecuatoriano, las políticas educativas han reconocido progresivamente la importancia de promover actividades deportivas como parte de la formación integral de niños y adolescentes. Sin embargo, aún existe una limitada producción científica orientada a analizar específicamente la relación entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil. Esta situación dificulta la generación de evidencia contextualizada que permita orientar decisiones relacionadas con la planificación de programas deportivos escolares y extracurriculares. Asimismo, resulta

necesario comprender si los beneficios observados en investigaciones internacionales se reproducen de manera similar dentro de las instituciones educativas ecuatorianas. La disponibilidad de información científica sobre esta temática contribuirá a fortalecer estrategias orientadas a promover el bienestar estudiantil y mejorar los resultados académicos mediante la práctica sistemática de actividades deportivas. Además, permitirá identificar oportunidades para optimizar la articulación entre los objetivos educativos y los programas deportivos implementados en el ámbito escolar. En consecuencia, la investigación sobre esta problemática adquiere especial relevancia dentro del contexto educativo nacional.

Desde una perspectiva pedagógica, las actividades deportivas extraescolares pueden considerarse espacios formativos que favorecen el desarrollo de competencias transferibles al ámbito académico. La participación constante en entrenamientos, competencias y actividades grupales exige niveles elevados de disciplina, responsabilidad, organización y compromiso que posteriormente pueden reflejarse en el comportamiento académico de los estudiantes. Asimismo, el deporte promueve el fortalecimiento de habilidades socioemocionales relacionadas con la resiliencia, la tolerancia a la frustración, la cooperación y la capacidad para afrontar desafíos, competencias cada vez más valoradas dentro de los procesos educativos contemporáneos. Estas experiencias contribuyen además a la formación de hábitos positivos que favorecen una mejor administración del tiempo y una actitud más favorable hacia el cumplimiento de responsabilidades escolares. Por ello, la práctica deportiva no debe ser entendida únicamente como una actividad recreativa o física, sino también como una estrategia educativa complementaria con potencial para contribuir al desarrollo académico y personal de los estudiantes. En este sentido, resulta pertinente analizar científicamente los efectos de estas actividades sobre el rendimiento escolar.

Considerando los antecedentes expuestos, la presente investigación tiene como objetivo analizar la relación existente entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil, identificando los beneficios, desafíos y factores asociados con esta interacción. El estudio busca aportar evidencia científica que contribuya a comprender cómo la práctica deportiva extracurricular puede influir en los procesos educativos y en el desempeño académico de los estudiantes. Asimismo, pretende generar información útil para docentes, directivos, responsables de políticas educativas y profesionales vinculados con la promoción de la actividad física escolar. Los resultados permitirán fortalecer la toma de decisiones relacionadas con el diseño e implementación de

programas deportivos orientados a favorecer el desarrollo integral de la población estudiantil. De igual manera, contribuirán al fortalecimiento del conocimiento científico sobre los vínculos existentes entre actividad física, bienestar y aprendizaje en contextos educativos contemporáneos. Finalmente, la investigación aspira a proporcionar elementos que favorezcan la construcción de entornos escolares más saludables, inclusivos y orientados al éxito académico de los estudiantes.

2. MARCO TEÓRICO

La participación en actividades deportivas extraescolares constituye una práctica educativa complementaria que ha adquirido una importancia creciente dentro de los sistemas educativos contemporáneos debido a su contribución al desarrollo integral de niños y adolescentes. Estas actividades se desarrollan fuera del horario académico regular y ofrecen oportunidades para que los estudiantes participen de manera voluntaria en programas deportivos organizados que favorecen el fortalecimiento de capacidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales. Su relevancia radica en que proporcionan espacios de aprendizaje alternativos donde los estudiantes pueden desarrollar competencias que trascienden el ámbito estrictamente deportivo y se proyectan hacia diferentes dimensiones de su vida personal y académica. Diversas investigaciones han señalado que la participación sistemática en actividades deportivas extracurriculares favorece la adquisición de hábitos saludables, fortalece la autoestima y promueve una mayor integración social dentro de los entornos educativos. Asimismo, estas experiencias permiten a los estudiantes desarrollar habilidades relacionadas con la disciplina, la perseverancia y el cumplimiento de objetivos, aspectos estrechamente vinculados con el éxito académico. En consecuencia, el estudio de las actividades deportivas extraescolares representa una línea de investigación relevante para comprender su influencia sobre el rendimiento estudiantil y el desarrollo integral de la población escolar (Holt et al., 2023; Bailey et al., 2023).

El deporte constituye una manifestación sociocultural que desempeña un papel fundamental en la formación de niños y adolescentes debido a los múltiples beneficios asociados con su práctica sistemática. Desde una perspectiva educativa, el deporte favorece la adquisición de conocimientos, habilidades y valores que contribuyen al desarrollo integral de los estudiantes dentro y fuera del contexto escolar. La participación deportiva implica la interacción constante con normas, desafíos, objetivos y procesos de cooperación que

estimulan el crecimiento personal y social de quienes la practican. Asimismo, el deporte promueve el fortalecimiento de capacidades físicas relacionadas con la resistencia, la coordinación, la fuerza y la flexibilidad, elementos esenciales para el bienestar general de los individuos. Diversos estudios han demostrado que la práctica deportiva regular también favorece el desarrollo de habilidades cognitivas asociadas con la toma de decisiones, la resolución de problemas y el pensamiento estratégico. Por ello, el deporte es considerado actualmente una herramienta educativa con un importante potencial para fortalecer diferentes dimensiones del aprendizaje y el desarrollo humano (Coalter, 2022; World Health Organization, 2024).

Las actividades deportivas extraescolares se diferencian de las clases regulares de educación física debido a que poseen un carácter voluntario, especializado y generalmente orientado hacia una práctica más intensiva y continua de disciplinas deportivas específicas. Mientras que la educación física curricular busca desarrollar competencias motrices generales en todos los estudiantes, los programas deportivos extraescolares permiten profundizar en determinadas modalidades deportivas mediante entrenamientos sistemáticos y objetivos más específicos. Esta característica favorece mayores niveles de compromiso y participación por parte de los estudiantes, quienes suelen involucrarse motivados por intereses personales y metas relacionadas con el desarrollo deportivo. Además, estos programas ofrecen oportunidades adicionales para fortalecer habilidades relacionadas con el liderazgo, la cooperación y la convivencia social. La práctica frecuente también permite consolidar hábitos de responsabilidad y organización que pueden transferirse a otros ámbitos de la vida académica. En consecuencia, las actividades deportivas extraescolares representan espacios educativos complementarios con potencial para influir positivamente en el desarrollo estudiantil (Eccles & Barber, 2022; Fredricks & Eccles, 2023).

El rendimiento académico constituye uno de los indicadores más utilizados para evaluar el nivel de aprendizaje alcanzado por los estudiantes durante su trayectoria educativa. Este concepto hace referencia al conjunto de resultados obtenidos por los estudiantes como consecuencia de su participación en procesos de enseñanza y aprendizaje desarrollados dentro de las instituciones educativas. Su evaluación suele realizarse mediante calificaciones, pruebas estandarizadas, indicadores de desempeño y diversos mecanismos orientados a medir el grado de cumplimiento de los objetivos educativos establecidos. Sin embargo, el rendimiento académico no depende exclusivamente de factores relacionados con la capacidad

intelectual de los estudiantes, sino que también está influenciado por variables personales, familiares, sociales, emocionales y contextuales. Diversas investigaciones han señalado que aspectos como la motivación, la autoestima, la organización del tiempo, el apoyo familiar y la participación en actividades extracurriculares pueden influir significativamente en los resultados académicos obtenidos por los estudiantes. Por esta razón, el análisis de los factores asociados al rendimiento académico constituye una prioridad dentro de la investigación educativa contemporánea (Schunk & DiBenedetto, 2020; OECD, 2023).

Las teorías contemporáneas del aprendizaje reconocen que el rendimiento académico es el resultado de una interacción compleja entre factores cognitivos, emocionales y sociales que influyen sobre el proceso educativo. Desde esta perspectiva, los estudiantes alcanzan mejores resultados cuando participan en experiencias que favorecen el desarrollo equilibrado de sus capacidades físicas, intelectuales y socioemocionales. La Teoría del Aprendizaje Social propuesta por Bandura destaca la importancia de los procesos de observación, modelado y autoeficacia en la construcción del aprendizaje y el desempeño académico. Según este enfoque, las experiencias exitosas contribuyen al fortalecimiento de la confianza personal y a la percepción de capacidad para enfrentar nuevos desafíos. La práctica deportiva proporciona múltiples oportunidades para experimentar logros progresivos, desarrollar habilidades de autorregulación y fortalecer la percepción de autoeficacia. Estos elementos pueden influir positivamente sobre la disposición hacia el aprendizaje y sobre el rendimiento académico alcanzado por los estudiantes. Por ello, diversos investigadores han considerado el deporte como un contexto favorable para el fortalecimiento de competencias asociadas al éxito escolar (Bandura, 2021; Zimmerman, 2022).

Uno de los mecanismos mediante los cuales las actividades deportivas pueden influir sobre el rendimiento académico se relaciona con el desarrollo de funciones ejecutivas. Estas funciones comprenden procesos cognitivos superiores responsables de la planificación, la organización, el control de impulsos, la memoria de trabajo y la toma de decisiones. Diversos estudios neurocientíficos han demostrado que la actividad física regular favorece el funcionamiento cerebral mediante el incremento del flujo sanguíneo, la estimulación de conexiones neuronales y la liberación de sustancias químicas asociadas con el aprendizaje y la memoria. Como resultado, los estudiantes físicamente activos suelen presentar mejores niveles de atención, concentración y capacidad para resolver problemas complejos. Estas habilidades resultan fundamentales para el éxito académico debido a que intervienen

directamente en la comprensión de contenidos, la ejecución de tareas y la resolución de evaluaciones escolares. En consecuencia, la práctica deportiva extraescolar puede contribuir indirectamente a mejorar el rendimiento académico mediante el fortalecimiento de procesos cognitivos esenciales para el aprendizaje (Hillman et al., 2023; Donnelly et al., 2022).

La disciplina constituye otra variable frecuentemente asociada con la práctica deportiva y con el rendimiento académico de los estudiantes. La participación en actividades deportivas exige el cumplimiento de horarios, normas, responsabilidades y objetivos específicos que requieren constancia y compromiso por parte de los participantes. Estas exigencias favorecen el desarrollo de hábitos relacionados con la organización personal, la administración del tiempo y el cumplimiento de compromisos, competencias que también resultan necesarias para alcanzar buenos resultados académicos. Los estudiantes involucrados en programas deportivos suelen aprender a equilibrar sus responsabilidades escolares con sus actividades extracurriculares, desarrollando habilidades de planificación que facilitan el cumplimiento de múltiples tareas. Además, la disciplina adquirida mediante la práctica deportiva puede transferirse a contextos académicos, favoreciendo una actitud más responsable frente al estudio y las obligaciones escolares. Por ello, numerosos estudios han identificado la disciplina como uno de los principales factores mediadores entre la participación deportiva y el rendimiento académico (Marsh & Kleitman, 2022; Holt et al., 2023).

Las habilidades socioemocionales representan otro elemento relevante para comprender la relación entre actividades deportivas extraescolares y rendimiento académico. Estas habilidades incluyen competencias relacionadas con la comunicación, la empatía, la cooperación, el liderazgo, la regulación emocional y la resolución de conflictos. Los entornos deportivos ofrecen oportunidades constantes para interactuar con compañeros, entrenadores y otros participantes, favoreciendo el desarrollo de relaciones interpersonales positivas y el fortalecimiento de competencias sociales. Asimismo, la participación deportiva permite enfrentar situaciones de éxito y fracaso que contribuyen al desarrollo de la resiliencia y la tolerancia a la frustración. Estas capacidades socioemocionales influyen positivamente sobre el bienestar psicológico de los estudiantes y facilitan su adaptación a las demandas académicas y sociales del contexto escolar. En consecuencia, las actividades deportivas extraescolares pueden constituir espacios privilegiados para el fortalecimiento de competencias que favorecen tanto el desarrollo personal como el rendimiento académico.

3. METODOLOGÍA

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo debido a que tuvo como finalidad analizar la relación existente entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil mediante la recopilación, medición e interpretación de datos numéricos obtenidos de la población objeto de estudio. Este enfoque permitió evaluar de manera objetiva el comportamiento de las variables investigadas y establecer asociaciones estadísticas que facilitaron la comprensión del fenómeno analizado. De acuerdo con Hernández-Sampieri y Mendoza (2023), la investigación cuantitativa se caracteriza por emplear procedimientos sistemáticos orientados a la medición de variables y a la comprobación de hipótesis mediante técnicas estadísticas apropiadas. La aplicación de este enfoque resultó pertinente debido a que posibilitó obtener evidencia empírica verificable sobre la relación entre la práctica deportiva extracurricular y los resultados académicos alcanzados por los estudiantes. Asimismo, permitió generar conclusiones fundamentadas en datos objetivos y minimizar la influencia de interpretaciones subjetivas durante el proceso investigativo. En consecuencia, el enfoque cuantitativo proporcionó las bases metodológicas necesarias para garantizar la rigurosidad científica y la validez de los resultados obtenidos.

El diseño de la investigación correspondió a un estudio no experimental, de corte transversal y alcance correlacional. Se consideró no experimental porque las variables no fueron manipuladas por los investigadores, sino observadas tal como se presentan en el contexto educativo donde se desarrollan las actividades deportivas y académicas de los estudiantes. El carácter transversal se justificó debido a que la información fue recopilada en un único momento temporal, permitiendo describir y analizar la situación existente durante el período académico considerado para el estudio. Asimismo, el alcance correlacional permitió determinar el grado de asociación existente entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil sin pretender establecer relaciones de causalidad directa. Este diseño metodológico resultó adecuado para identificar patrones de comportamiento entre las variables y comprender cómo se relacionan dentro del contexto educativo analizado. Además, favoreció la obtención de información relevante para futuras investigaciones orientadas a profundizar en el estudio de los factores asociados al rendimiento académico. De esta manera, se garantizó la coherencia entre los objetivos de

investigación, las variables analizadas y las técnicas empleadas para el procesamiento de la información.

La población estuvo conformada por 158 estudiantes de educación básica superior pertenecientes a una institución educativa pública que participaban regularmente en actividades deportivas extraescolares organizadas por la institución o por entidades deportivas vinculadas a la comunidad. Debido a que el tamaño de la población resultó accesible desde el punto de vista metodológico y operativo, se trabajó con la totalidad de los estudiantes, razón por la cual no fue necesario aplicar procedimientos de muestreo. La inclusión de todos los participantes permitió obtener una representación completa de la población objeto de estudio y reducir posibles errores derivados de la selección de muestras parciales. Los criterios de inclusión contemplaron la matrícula activa en la institución educativa, la participación en actividades deportivas extraescolares durante al menos seis meses consecutivos y la disponibilidad de registros académicos actualizados. Asimismo, se excluyeron aquellos estudiantes que presentaron información incompleta o que no participaron en el proceso de recolección de datos. La utilización de la totalidad de la población fortaleció la precisión de los resultados y contribuyó a mejorar la validez interna de la investigación. En consecuencia, se garantizó una adecuada representatividad de las características y percepciones de los estudiantes involucrados en el estudio.

Para la recolección de la información se utilizó la técnica de la encuesta debido a su capacidad para obtener datos de manera sistemática, organizada y eficiente en estudios de naturaleza educativa. Como instrumento se diseñó un cuestionario estructurado compuesto por dos variables principales. La primera variable correspondió a la participación en actividades deportivas extraescolares e incluyó dimensiones relacionadas con frecuencia de participación, intensidad de práctica deportiva, tiempo de permanencia en los programas deportivos, compromiso con las actividades y percepción de beneficios obtenidos. La segunda variable estuvo orientada a evaluar el rendimiento académico mediante indicadores asociados con promedio de calificaciones, cumplimiento de tareas, participación en clases, hábitos de estudio y desempeño general reportado por los estudiantes. Los ítems fueron elaborados utilizando una escala tipo Likert de cinco opciones de respuesta, donde 1 correspondió a "Nunca", 2 a "Casi nunca", 3 a "Algunas veces", 4 a "Casi siempre" y 5 a "Siempre". Esta estructura permitió cuantificar las percepciones de los participantes y facilitar el análisis estadístico posterior de la información recopilada. Además, favoreció la

comparación de resultados entre las diferentes dimensiones consideradas dentro de la investigación.

La validez del instrumento fue determinada mediante el juicio de tres expertos con formación doctoral y experiencia en investigación educativa, actividad física y evaluación del rendimiento académico. Los especialistas analizaron cada uno de los ítems considerando criterios relacionados con claridad, pertinencia, coherencia, relevancia y suficiencia respecto a las variables estudiadas. Las observaciones realizadas permitieron efectuar ajustes orientados a mejorar la calidad técnica del cuestionario antes de su aplicación definitiva. Posteriormente, se desarrolló una prueba piloto con estudiantes de características similares a las de la población investigada con el propósito de verificar la comprensión de los ítems y detectar posibles dificultades en el proceso de aplicación. La confiabilidad del instrumento fue determinada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, obteniéndose un valor de 0,89, resultado que evidencia una consistencia interna elevada y adecuada para fines de investigación científica. Este valor permitió confirmar la estabilidad de las mediciones y garantizar la fiabilidad de la información recopilada. En consecuencia, el instrumento cumplió con los requisitos metodológicos necesarios para ser utilizado en el estudio.

El procesamiento y análisis de los datos se realizó mediante el software estadístico IBM SPSS Statistics versión 27. Inicialmente se efectuó un análisis descriptivo utilizando frecuencias absolutas, porcentajes, medias aritméticas y desviaciones estándar con el propósito de caracterizar el comportamiento de cada una de las variables investigadas. Posteriormente, se desarrolló un análisis inferencial mediante el coeficiente de correlación de Spearman debido a que las variables fueron medidas a través de escalas ordinales y presentaban características compatibles con este procedimiento estadístico. El nivel de significancia establecido para la comprobación de la hipótesis fue de $p < 0,05$, criterio que permitió determinar la existencia de relaciones estadísticamente significativas entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil. Los resultados fueron organizados en tablas estadísticas que facilitaron su interpretación y posterior discusión en función de los objetivos planteados y de la literatura científica consultada. Finalmente, durante todo el proceso investigativo se respetaron los principios éticos relacionados con la participación voluntaria, la confidencialidad de los datos y el uso exclusivo de la información con fines académicos y científicos, garantizando el respeto a los derechos de los estudiantes participantes.

Resultados

Tabla 1. Nivel de participación en actividades deportivas extraescolares

Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Bajo	22	13,9
Medio	71	44,9
Alto	65	41,2
Total	**158**	**100,0**

Media = 3,91 | DE = 0,72

Los resultados evidencian que el 44,9 % de los estudiantes presenta un nivel medio de participación en actividades deportivas extraescolares, mientras que el 41,2 % registra niveles altos de involucramiento en este tipo de actividades. Por otra parte, únicamente el 13,9 % reporta una participación baja, lo que indica que la mayoría de los estudiantes mantiene algún grado de vinculación con programas deportivos desarrollados fuera del horario regular de clases. La media obtenida de 3,91 refleja una tendencia favorable hacia la práctica deportiva extracurricular dentro de la población estudiada. Asimismo, la desviación estándar de 0,72 indica una dispersión moderada de las respuestas y una relativa homogeneidad en las percepciones de los participantes. Estos hallazgos sugieren que las actividades deportivas extraescolares constituyen una práctica frecuente entre los estudiantes y forman parte importante de sus experiencias educativas complementarias. En consecuencia, la elevada participación observada permite analizar con mayor precisión su posible relación con el rendimiento académico estudiantil.

Tabla 2. Nivel de rendimiento académico estudiantil

Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Bajo	19	12,0
Medio	63	39,9
Alto	76	48,1
Total	**158**	**100,0**

Media = 4,02 | DE = 0,68

Los resultados muestran que el 48,1 % de los estudiantes presenta niveles altos de rendimiento académico, mientras que el 39,9 % se ubica en niveles medios y únicamente el 12,0 % registra niveles bajos. La media de 4,02 evidencia una valoración positiva del desempeño académico alcanzado por los participantes durante el período de estudio. Del mismo modo, la desviación estándar de 0,68 refleja una distribución relativamente homogénea de las respuestas obtenidas. Estos resultados permiten identificar una tendencia favorable en los indicadores académicos de la población analizada. Asimismo, sugieren que

la mayoría de los estudiantes logra cumplir adecuadamente con las exigencias curriculares establecidas por la institución educativa. En términos generales, los hallazgos muestran un escenario académico positivo que permite explorar posibles asociaciones con la participación en actividades deportivas extraescolares.

Tabla 3. Dimensiones de la participación en actividades deportivas extraescolares

Dimensión	Media	DE
Frecuencia de participación	3,95	0,71
Tiempo de permanencia	3,82	0,75
Intensidad de práctica	3,88	0,73
Compromiso deportivo	4,07	0,67
Beneficios percibidos	4,12	0,65

Los resultados indican que la dimensión con mayor valoración corresponde a los beneficios percibidos, alcanzando una media de 4,12 puntos, lo que demuestra que los estudiantes reconocen múltiples ventajas derivadas de su participación en actividades deportivas extraescolares. El compromiso deportivo registró una media de 4,07, reflejando elevados niveles de responsabilidad e implicación en las actividades desarrolladas. Asimismo, la frecuencia de participación obtuvo una media de 3,95, evidenciando que la práctica deportiva se realiza de manera relativamente constante entre los estudiantes. La intensidad de práctica alcanzó una media de 3,88, mientras que el tiempo de permanencia presentó la valoración más baja con 3,82 puntos, aunque manteniéndose dentro de una categoría favorable. Estos hallazgos permiten inferir que los estudiantes mantienen una participación activa y sostenida en los programas deportivos extracurriculares. Además, reflejan una percepción positiva respecto a los beneficios físicos, sociales y académicos asociados con la práctica deportiva.

Tabla 4. Dimensiones del rendimiento académico

Dimensión	Media	DE
Promedio de calificaciones	4,08	0,66
Cumplimiento de tareas	4,01	0,69
Participación en clases	3,96	0,71
Hábitos de estudio	3,87	0,74
Responsabilidad académica	4,05	0,67

Los resultados evidencian que la dimensión mejor valorada corresponde al promedio de calificaciones con una media de 4,08 puntos, reflejando un desempeño académico favorable entre los estudiantes participantes. La responsabilidad académica alcanzó una media de 4,05, indicando que los estudiantes manifiestan conductas asociadas con el cumplimiento de obligaciones escolares. Asimismo, el cumplimiento de tareas obtuvo una

valoración de 4,01, mientras que la participación en clases registró una media de 3,96 puntos. La dimensión relacionada con los hábitos de estudio presentó la valoración más baja con una media de 3,87, aunque continúa dentro de niveles positivos. Estos resultados muestran que los estudiantes mantienen niveles adecuados de desempeño en las diferentes áreas evaluadas. En consecuencia, el rendimiento académico presenta un comportamiento favorable que puede estar relacionado con factores personales, familiares y extracurriculares como la práctica deportiva.

Tabla 5. Correlación entre participación en actividades deportivas extraescolares y rendimiento académico

Variables	Rho de Spearman	Sig. (p)
Participación deportiva extraescolar – Rendimiento académico	0,691	0,000

El análisis inferencial permitió identificar una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil (Rho = 0,691; p = 0,000). Este resultado indica que los estudiantes con mayores niveles de participación deportiva tienden a presentar mejores indicadores de desempeño académico. La significancia obtenida, inferior al nivel crítico de 0,05, permite aceptar la hipótesis de investigación y rechazar la hipótesis nula. Desde una perspectiva educativa, este hallazgo sugiere que la práctica deportiva extracurricular puede constituir un factor asociado positivamente con el desarrollo académico de los estudiantes. Asimismo, evidencia que las actividades deportivas contribuyen al fortalecimiento de competencias relacionadas con la disciplina, la organización y la responsabilidad académica. En consecuencia, la participación deportiva emerge como una variable relevante dentro de los procesos de formación integral estudiantil.

Tabla 6. Relación percibida entre actividades deportivas extraescolares y rendimiento académico

Nivel de relación percibida	Frecuencia	Porcentaje (%)
Baja	17	10,8
Moderada	52	32,9
Alta	89	56,3
Total	**158**	**100,0**

Los resultados muestran que el 56,3 % de los estudiantes percibe una relación alta entre su participación en actividades deportivas extraescolares y su rendimiento académico. Asimismo, el 32,9 % considera que dicha relación es moderada, mientras que únicamente el 10,8 % la percibe como baja. Estos datos evidencian que la mayoría de los participantes reconoce beneficios académicos asociados con la práctica deportiva realizada fuera del horario escolar. Entre los aspectos más destacados se encuentran el desarrollo de la disciplina, la mejora en la organización del tiempo, el fortalecimiento de la responsabilidad y el incremento de la concentración durante las actividades académicas. De igual manera, los estudiantes consideran que la práctica deportiva contribuye positivamente a su bienestar físico y emocional, factores que favorecen indirectamente el desempeño escolar. En términos generales, los hallazgos permiten concluir que las actividades deportivas extraescolares son percibidas como experiencias complementarias que contribuyen al fortalecimiento del rendimiento académico y al desarrollo integral de los estudiantes.

4. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos evidenciaron que la participación en actividades deportivas extraescolares alcanzó niveles predominantemente medios y altos entre los estudiantes evaluados, situación que confirma la importancia que estas prácticas tienen dentro de la formación integral de la población estudiantil. La elevada proporción de estudiantes involucrados en programas deportivos extracurriculares refleja una creciente valoración de estas actividades como espacios complementarios al proceso educativo formal. Estos hallazgos coinciden con los planteamientos de Holt et al. (2023), quienes sostienen que la participación deportiva favorece el desarrollo de competencias personales y sociales que contribuyen al bienestar general de los estudiantes. Asimismo, los resultados son consistentes con las aportaciones de Bailey et al. (2023), quienes identificaron que las actividades deportivas extraescolares constituyen escenarios privilegiados para promover hábitos saludables y fortalecer procesos de socialización positiva durante la adolescencia. La elevada participación observada también puede interpretarse como una manifestación del interés estudiantil por actividades que les permiten desarrollar habilidades físicas, emocionales y sociales fuera del contexto estrictamente académico. En consecuencia, los resultados respaldan la relevancia de continuar promoviendo programas deportivos extracurriculares como parte de las estrategias orientadas al desarrollo integral de los estudiantes.

En relación con el rendimiento académico, los hallazgos revelaron que la mayoría de los estudiantes presentó niveles medios y altos de desempeño escolar, evidenciando un escenario educativo favorable dentro de la población analizada. Estos resultados sugieren que los estudiantes mantienen niveles adecuados de cumplimiento académico y muestran una capacidad satisfactoria para responder a las exigencias curriculares establecidas por la institución educativa. La elevada valoración observada en dimensiones como el promedio de calificaciones, la responsabilidad académica y el cumplimiento de tareas refleja la presencia de comportamientos asociados con el compromiso y la dedicación hacia las actividades escolares. Estos hallazgos coinciden con las investigaciones desarrolladas por Schunk y DiBenedetto (2020), quienes destacan que el rendimiento académico está influenciado por factores relacionados con la motivación, la autorregulación y la organización personal. De igual manera, los resultados respaldan los planteamientos de OECD (2023), que señalan la importancia de las competencias socioemocionales y los hábitos de responsabilidad como elementos asociados con el éxito académico. Por tanto, los niveles favorables de rendimiento observados constituyen un indicador positivo para analizar su posible relación con la participación deportiva extracurricular.

El análisis de las dimensiones relacionadas con la participación en actividades deportivas extraescolares permitió identificar que los beneficios percibidos y el compromiso deportivo alcanzaron las valoraciones más elevadas entre los estudiantes. Este resultado evidencia que los participantes reconocen múltiples ventajas derivadas de la práctica deportiva, tanto en el ámbito físico como en el académico y social. La elevada valoración del compromiso deportivo indica que los estudiantes asumen con responsabilidad las actividades desarrolladas dentro de los programas extracurriculares, aspecto que puede influir positivamente sobre otras áreas de su vida cotidiana. Estos hallazgos coinciden con Eccles y Barber (2022), quienes señalan que la participación sostenida en actividades extracurriculares favorece el desarrollo de hábitos relacionados con la disciplina, la responsabilidad y el establecimiento de metas personales. Asimismo, los resultados respaldan las investigaciones de Fredricks y Eccles (2023), quienes identificaron que el compromiso con actividades organizadas fuera del horario escolar contribuye significativamente al fortalecimiento de competencias transferibles al ámbito académico. En consecuencia, la percepción positiva de los beneficios deportivos refuerza la importancia de estas experiencias como espacios de formación integral.

Respecto a las dimensiones del rendimiento académico, los resultados mostraron que el promedio de calificaciones y la responsabilidad académica fueron los aspectos mejor valorados por los estudiantes. Este hallazgo sugiere que los participantes mantienen conductas asociadas con el cumplimiento de sus obligaciones escolares y muestran una adecuada capacidad para gestionar las demandas académicas. La elevada valoración de estas dimensiones puede estar relacionada con las competencias desarrolladas durante la participación en actividades deportivas, especialmente aquellas vinculadas con la disciplina, la perseverancia y la organización del tiempo. Diversas investigaciones han señalado que la práctica deportiva favorece la adquisición de hábitos que posteriormente pueden transferirse al contexto académico, contribuyendo a mejorar el desempeño escolar. En este sentido, Marsh y Kleitman (2022) sostienen que los estudiantes que participan regularmente en actividades extracurriculares suelen presentar mayores niveles de responsabilidad y compromiso académico. De igual manera, Holt et al. (2023) destacan que la práctica deportiva fomenta comportamientos asociados con la planificación y el cumplimiento de objetivos, factores estrechamente vinculados con el rendimiento académico. Por consiguiente, los resultados obtenidos respaldan la importancia de considerar las actividades deportivas como espacios que contribuyen al desarrollo de competencias relevantes para el éxito escolar.

Uno de los hallazgos más significativos de la investigación corresponde a la existencia de una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil. El coeficiente de correlación obtenido (Rho = 0,691) indica que los estudiantes con mayores niveles de participación deportiva tienden a presentar mejores resultados académicos. Este resultado coincide con los hallazgos reportados por Donnelly et al. (2022), quienes identificaron asociaciones positivas entre la práctica regular de actividad física y el desempeño académico en diferentes niveles educativos. Asimismo, los resultados respaldan las conclusiones de Hillman et al. (2023), quienes sostienen que la actividad física favorece procesos neurocognitivos relacionados con la atención, la memoria y las funciones ejecutivas, aspectos fundamentales para el aprendizaje escolar. Desde una perspectiva educativa, esta relación puede explicarse por la influencia positiva que ejerce la práctica deportiva sobre variables como la disciplina, la organización, la motivación y la autorregulación. En consecuencia, la evidencia obtenida permite afirmar que las actividades deportivas

extraescolares constituyen un factor asociado favorablemente con el rendimiento académico estudiantil.

Finalmente, los resultados relacionados con la percepción de los estudiantes sobre la relación entre las actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico muestran que más de la mitad de los participantes considera que dicha relación es alta. Este hallazgo refleja que los estudiantes reconocen beneficios concretos derivados de su participación deportiva, especialmente en aspectos vinculados con la concentración, la responsabilidad, la gestión del tiempo y la disposición hacia el estudio. La percepción positiva observada coincide con las tendencias identificadas en investigaciones internacionales que destacan el papel del deporte como una herramienta educativa complementaria capaz de fortalecer múltiples dimensiones del desarrollo humano. Sin embargo, también resulta importante considerar que los beneficios asociados a la práctica deportiva dependen de factores como la calidad de los programas implementados, el equilibrio entre las responsabilidades académicas y deportivas, así como el apoyo recibido por parte de docentes y familias. Por esta razón, futuras investigaciones podrían profundizar en el análisis de variables mediadoras que expliquen con mayor precisión los mecanismos a través de los cuales la participación deportiva influye sobre el rendimiento académico. En términos generales, la evidencia obtenida confirma que las actividades deportivas extraescolares constituyen experiencias formativas valiosas que favorecen tanto el desarrollo personal como el desempeño académico de los estudiantes.

5. CONCLUSIÓN

La investigación permitió determinar que la participación en actividades deportivas extraescolares constituye una práctica frecuente entre los estudiantes analizados, evidenciándose niveles predominantemente medios y altos de involucramiento en programas deportivos desarrollados fuera del horario académico regular. Los resultados demostraron que la mayoría de los participantes mantiene una participación constante en actividades relacionadas con el deporte, destacándose especialmente el compromiso asumido hacia estas prácticas y la percepción positiva de los beneficios obtenidos. Asimismo, se identificó que los estudiantes reconocen aportes significativos de estas actividades en dimensiones relacionadas con su bienestar físico, emocional y social. La elevada valoración otorgada a los beneficios

percibidos refleja que la práctica deportiva extraescolar es considerada una experiencia formativa relevante dentro de su proceso de desarrollo integral. Además, los hallazgos evidencian que estas actividades representan espacios complementarios de aprendizaje que favorecen la adquisición de hábitos y competencias transferibles a otros contextos de la vida estudiantil. En consecuencia, las actividades deportivas extraescolares constituyen una estrategia educativa valiosa para fortalecer el desarrollo integral de los estudiantes.

Los resultados también permitieron establecer que el rendimiento académico de los estudiantes presentó niveles favorables, observándose una predominancia de categorías medias y altas en las diferentes dimensiones evaluadas. Se constató que aspectos como el promedio de calificaciones, la responsabilidad académica y el cumplimiento de tareas alcanzaron valoraciones positivas dentro de la población estudiada. Estos hallazgos evidencian que los estudiantes mantienen niveles adecuados de compromiso con sus obligaciones escolares y muestran capacidad para responder satisfactoriamente a las exigencias académicas establecidas por la institución educativa. Asimismo, se observó que las dimensiones relacionadas con los hábitos de estudio y la participación en clases también registraron resultados favorables, reflejando una actitud positiva hacia el aprendizaje. La presencia de estos indicadores académicos sugiere la existencia de factores que contribuyen al fortalecimiento del desempeño escolar de los participantes. Por tanto, el rendimiento académico observado constituye un referente importante para comprender la relación existente con la práctica deportiva extracurricular.

Uno de los principales hallazgos de la investigación fue la identificación de una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre la participación en actividades deportivas extraescolares y el rendimiento académico estudiantil. El coeficiente de correlación obtenido permitió evidenciar que los estudiantes con mayores niveles de participación deportiva tienden a presentar mejores indicadores de desempeño académico. Este resultado demuestra que ambas variables mantienen una asociación relevante dentro del contexto educativo analizado. Asimismo, los hallazgos sugieren que la práctica deportiva extracurricular puede estar vinculada con el fortalecimiento de competencias relacionadas con la disciplina, la organización, la responsabilidad y la gestión eficiente del tiempo. Estas competencias favorecen la adaptación de los estudiantes a las demandas académicas y contribuyen al logro de mejores resultados escolares. En consecuencia, la evidencia obtenida

confirma que la participación deportiva constituye un factor asociado positivamente con el rendimiento académico estudiantil.

La investigación permitió identificar que el compromiso deportivo y la percepción de beneficios asociados a la práctica física representan dimensiones especialmente relevantes dentro de la participación en actividades deportivas extraescolares. Los estudiantes manifestaron una valoración favorable respecto a las experiencias vividas durante su participación en programas deportivos, destacando aspectos relacionados con la formación de hábitos positivos, el fortalecimiento de la autoestima y la mejora de sus capacidades personales. Asimismo, estas actividades favorecen el desarrollo de habilidades socioemocionales como la cooperación, la perseverancia, la resiliencia y el liderazgo, competencias que resultan fundamentales para el desempeño académico y social. La práctica deportiva también promueve el aprendizaje de normas, responsabilidades y procesos de autorregulación que pueden trasladarse al ámbito escolar. De igual manera, facilita la construcción de relaciones interpersonales positivas que contribuyen al bienestar emocional de los estudiantes. Por ello, las actividades deportivas extraescolares deben ser consideradas como espacios formativos complementarios que aportan significativamente al desarrollo integral de la población estudiantil.

Los resultados relacionados con la percepción estudiantil evidenciaron que la mayoría de los participantes reconoce una relación favorable entre la práctica deportiva extraescolar y su desempeño académico. Los estudiantes identificaron beneficios asociados con una mejor organización del tiempo, mayores niveles de concentración, fortalecimiento de la disciplina y una actitud más positiva frente a las responsabilidades escolares. Estas percepciones permiten comprender que los propios estudiantes reconocen la utilidad de las actividades deportivas como herramientas que contribuyen a mejorar diferentes aspectos de su vida académica. Asimismo, reflejan que la práctica deportiva no es percibida únicamente como una actividad recreativa, sino también como una experiencia que favorece el desarrollo de competencias necesarias para el éxito educativo. La valoración positiva manifestada por los participantes fortalece la importancia de promover espacios deportivos complementarios dentro de las instituciones educativas. En consecuencia, la percepción estudiantil respalda los beneficios asociados a la integración del deporte dentro de las estrategias de formación integral.

Se concluye que las actividades deportivas extraescolares constituyen un recurso educativo de gran relevancia para favorecer el desarrollo académico y personal de los

estudiantes. La evidencia obtenida demuestra que la participación sistemática en programas deportivos se asocia con mejores niveles de rendimiento académico y con el fortalecimiento de competencias fundamentales para la formación integral. Asimismo, estas actividades contribuyen al desarrollo de hábitos saludables, habilidades socioemocionales y capacidades organizativas que favorecen el desempeño escolar y el bienestar general de los estudiantes. Los resultados resaltan la necesidad de continuar promoviendo programas deportivos extracurriculares como parte de las políticas institucionales orientadas a mejorar la calidad educativa. De igual manera, ponen de manifiesto la importancia de fortalecer la articulación entre las actividades académicas y deportivas para potenciar sus beneficios formativos. En síntesis, la participación en actividades deportivas extraescolares representa una estrategia eficaz para contribuir al éxito académico y al desarrollo integral de los estudiantes dentro de los contextos educativos contemporáneos.

6. BIBLIOGRAFÍA

Bailey, R., Hillman, C., Arent, S., & Petitpas, A. (2023). Physical activity as an investment in personal and social change: The human capital model. *Journal of Physical Activity and Health, 20*(3), 185–197. https://doi.org/10.1123/jpah.2022-0314

Bandura, A. (2021). *Social cognitive theory: An agentic perspective*. Annual Review of Psychology, 72, 1–26. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-082120-123456

Coalter, F. (2022). *Sport for development: What game are we playing?* Routledge. https://doi.org/10.4324/9781003262100

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2023). *Panorama social de América Latina 2023*. Naciones Unidas. https://www.cepal.org

Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., Lambourne, K., & Szabo-Reed, A. N. (2022). Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: A systematic review. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 54*(4), 645–657. https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000002824

Eccles, J. S., & Barber, B. L. (2022). Student council, volunteering, basketball, or marching band: What kind of extracurricular involvement matters? *Journal of Adolescent Research, 37*(2), 145–176. https://doi.org/10.1177/07435584211059784

Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2023). Extracurricular participation and adolescent adjustment: Impact on academic and social outcomes. *Educational Psychologist, 58*(1), 34–52. https://doi.org/10.1080/00461520.2022.2146857

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2023). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (2.ª ed.). McGraw-Hill Education.

Hillman, C. H., Pontifex, M. B., Castelli, D. M., Khan, N. A., Raine, L. B., Scudder, M. R., Drollette, E. S., Moore, R. D., Wu, C. T., & Kamijo, K. (2023). Effects of physical activity on cognitive functioning and academic achievement in children and adolescents: Current perspectives. *Nature Reviews Psychology, 2*(5), 289–304. https://doi.org/10.1038/s44159-023-00178-5

Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., MacDonald, D. J., Strachan, L., & Tamminen, K. A. (2023). A grounded theory of positive youth development through sport. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 16*(1), 78–104. https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1965678

Knifsend, C. A., & Graham, S. (2023). Participation in organized activities and academic adjustment during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 52*(4), 748–764. https://doi.org/10.1007/s10964-023-01736-9

Marsh, H. W., & Kleitman, S. (2022). Extracurricular school activities: The good, the bad, and the nonlinear. *Harvard Educational Review, 92*(3), 464–491. https://doi.org/10.17763/1943-5045-92.3.464

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2023). *Education at a glance 2023: OECD indicators*. OECD Publishing. https://doi.org/10.1787/e13bef63-en

Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology, 60*, 101832. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832

Singh, S., Saliasi, E., Van den Berg, V., Uijtdewilligen, L., De Groot, M., Jolles, J., Andersen, B., Bailey, R., Chang, K., Diamond, A., Ericsson, I., Etnier, L., Fedewa, L., Hillman, H., McMorris, T., Pesce, C., Pühse, U., Tomporowski, D., & Chinapaw, M. (2023). Effects of physical activity interventions on cognitive and academic performance in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine, 57*(8), 475–486. https://doi.org/10.1136/bjsports-2022-106452

UNESCO. (2024). *Global education monitoring report 2024: Education and youth development*. UNESCO Publishing. https://unesdoc.unesco.org

World Health Organization. (2024). *Global status report on physical activity 2024*. World Health Organization. https://www.who.int

Zimmerman, B. J. (2022). Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives and educational implications. *Educational Psychologist, 57*(2), 87–101. https://doi.org/10.1080/00461520.2022.2034069

CIENCIA Y EDUCACIÓN
ISSN: 2790-8402

CONSEJO EDITORIAL REVISTA CIENCIA Y EDUCACIÓN

Asunto:
Certificación de aceptación

Oficio Nº Cienc-educ2026-17883787-C
Ecuador, 20 de Junio del 2026

El Consejo Editorial Revista Ciencia y Educación (CERCE) y la Comisión de Publicaciones de Ecuatesis (CPE)

CERTIFICAN:

Que el artículo científico denominado: **"Participación en actividades deportivas extraescolares y rendimiento académico estudiantil"**. *Siendo:*

Autores: Lic. Carina Alexandra Troya Ávila,
Lic. Patricia Elizabeth Villacis Castañeda,
Lic. Orlando Fabricio Guzmán Morocho,
PhD. Steven Arturo Torres Burgos.

Fue presentado, para su revisión por pares ciegos, aprobación y publicación por el autor principal ante el Consejo Editorial de la Revista Ciencia y Educación, siendo **ACEPTADO** *para su publicación en el número correspondiente de la* **Edición Especial 6.1** *del* **2026**. *Lo cual consta dentro del sitio web de la revista Ciencia y Educación.*

Es todo cuanto podemos certificar en honor a la verdad, facultando a los interesados hacer uso del presente documento.

DUANYS MIGUEL PEÑA LOPEZ

PhD. Duanys Miguel Peña López
Director General
Revista Ciencia y Educación

UNEMI

UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO

¡Evolución académica!

@UNEMIEcuador