



Artes marciales y rendimiento académico en estudiantes de una universidad peruana

Martial arts and academic performance among students at a peruvian University
Artes marciais e rendimento acadêmico em estudantes de uma universidade peruana

Renato Antonio Ayllón Rivera

renato.wushu@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-4962-5840>

Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú

César Daniel Escuza Mesías

cescuzam@unmsm.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0003-2150-1173>

Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú

Benjamín Segundo Gutiérrez González

benjamin.gutierrez@unmsm.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0001-6659-1665>

Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú

Hernán Sánchez Sandoval

sasanchezsa2360@ucvvirtual.edu.pe

<https://orcid.org/0009-0009-0628-6787>

Universidad Nacional de Ingeniería. Lima, Perú

Leonardo Hernán Sánchez Laura

leonardo.sanchez1@unmsm.edu.pe

<https://orcid.org/0009-0006-3367-6658>

Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú

Artículo recibido 4 de noviembre 2025 | Aceptado 10 de diciembre 2025 | Publicado 7 de enero 2026

RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito determinar la relación entre la práctica de las artes marciales y el rendimiento académico en estudiantes universitarios de una universidad pública. El estudio de tipo básico, enfoque cuantitativo y diseño no experimental correlacional, tuvo como muestra de estudio a 80 estudiantes universitarios seleccionados bajo criterios de inclusión previamente establecidos. La técnica para la recolección de datos fue la encuesta, utilizando como instrumentos dos cuestionarios de escala tipo Likert, uno orientado a medir la práctica de las artes marciales en sus dimensiones física, espiritual y estratégica, otro destinado a evaluar el rendimiento académico en sus dimensiones cognitiva, procedimental y actitudinal. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y alta entre ambas variables ($p = 0,727$; $p < 0,05$), así como relaciones significativas entre cada dimensión de las variables propuestas. Se concluye que la práctica de las artes marciales se relaciona significativamente con un mejor desempeño académico en el contexto universitario.

Palabras clave: Artes marciales; rendimiento académico; deportistas; enseñanza

ABSTRACT

The present study aimed to determine the relationship between the practice of martial arts and academic performance among university students at a public university. This basic research, with a quantitative approach and a non-experimental correlational design, included a sample of 80 university students selected according to previously established inclusion criteria. Data were collected using the survey technique, employing two Likert-scale questionnaires as instruments: one designed to measure the practice of martial arts across its physical, spiritual, and strategic dimensions, and another intended to assess academic performance across its cognitive, procedural, and attitudinal dimensions. The results revealed a high and positive correlation between both variables ($r = 0.727$; $p < 0.05$), as well as significant relationships between each of the proposed dimensions. It is concluded that the practice of martial arts is significantly associated with better academic performance in the university context.

Keywords: Martial arts; academic performance; athletes; teaching

RESUMO

A presente pesquisa teve como objetivo determinar a relação entre a prática das artes marciais e o rendimento acadêmico de estudantes universitários de uma universidade pública. Trata-se de um estudo de natureza básica, com abordagem quantitativa e delineamento não experimental correlacional, cuja amostra foi composta por 80 estudantes universitários selecionados de acordo com critérios de inclusão previamente estabelecidos. A técnica de coleta de dados utilizada foi o questionário, empregando-se como instrumentos dois questionários em escala do tipo Likert: um destinado a mensurar a prática das artes marciais em suas dimensões física, espiritual e estratégica, e outro voltado à avaliação do rendimento acadêmico em suas dimensões cognitiva, procedimental e atitudinal. Os resultados evidenciaram uma correlação positiva e elevada entre ambas as variáveis ($r = 0,727$; $p < 0,05$), bem como relações significativas entre cada uma das dimensões propostas. Conclui-se que a prática das artes marciais está significativamente associada a um melhor desempenho acadêmico no contexto universitário.

Keywords: Artes marciais; desempenho acadêmico; atletas; ensino

INTRODUCCIÓN

El rendimiento académico en la educación superior constituye uno de los ejes centrales de análisis dentro de la investigación educativa contemporánea, debido a su estrecha relación con la calidad formativa, la permanencia estudiantil y el desarrollo integral del futuro profesional (Gozalo et al, 2022). De manera tradicional, el concepto de rendimiento académico ha sido abordado desde variables pedagógicas y curriculares; sin embargo, en las últimas décadas se ha ampliado el interés hacia factores extracurriculares que influyen de manera significativa en los procesos de aprendizaje (Figuerola, 2024). Para Cerón et al. (2023), la actividad física sistemática ha sido reconocida como un componente relevante para el desarrollo cognitivo, emocional y motivacional de los estudiantes universitarios, especialmente cuando se practica bajo enfoques formativos estructurados.

Entre las diversas modalidades de actividad física, las artes marciales ocupan un lugar particular debido a su naturaleza integral (González et al, 2024). Asimismo, según Gavilanez et al. (2023), estas disciplinas no se limitan al desarrollo de capacidades físicas, sino que incorporan de manera explícita

principios de autodisciplina, control emocional, concentración, reflexión estratégica y respeto por normas y valores. Del mismo modo, desde una perspectiva educativa, dichas características las diferencian de otras prácticas deportivas convencionales, posicionándolas como sistemas formativos complejos con potencial incidencia en variables asociadas al rendimiento académico (Pereira et al, 2024).

Por otro lado, la literatura científica ha evidenciado que la práctica constante de disciplinas marciales se asocia con mejoras en funciones ejecutivas, tales como la atención sostenida, la memoria de trabajo y la planificación cognitiva (Terluk y Ruppel da Rocha, 2021). Estas funciones resultan fundamentales para el desempeño académico, en tanto permiten al estudiante organizar la información, gestionar su tiempo de estudio, resolver problemas complejos frente a exigencias académicas prolongadas (Gavilanez et al, 2023). Asimismo, según Nieto et al. (2025), diversos estudios han señalado que las artes marciales favorecen la autorregulación emocional y la gestión del estrés, aspectos especialmente relevantes en contextos universitarios caracterizados por altas demandas académicas y presiones psicosociales.

En el ámbito de la educación superior latinoamericana, los estudiantes de universidades públicas enfrentan condiciones particulares que inciden en su desempeño académico, asimismo, a las exigencias curriculares se suman, en muchos casos, limitaciones económicas, responsabilidades familiares y contextos institucionales con recursos restringidos (González, 2024). Para Mejía (2025), estas condiciones pueden generar elevados niveles de estrés académico, afectando tanto el rendimiento como la continuidad de los estudios, ante ello, la identificación de prácticas complementarias extracurriculares que contribuyan al bienestar integral del estudiante y potencien sus capacidades de aprendizaje adquiere especial relevancia para la comunidad educativa universitaria.

En la actualidad diversos estudios han centrado la investigación a la relación entre actividad física y rendimiento académico, gran parte de estos estudios aborda la actividad física de manera general, sin distinguir entre los distintos tipos de prácticas deportivas ni considerar sus componentes formativos específicos, limitando así la comprensión de los mecanismos a través de los cuales determinadas disciplinas pueden influir en el aprendizaje universitario (Malla, 2023). Respecto ello, las artes marciales han sido poco estudiadas desde una perspectiva educativa en estudiantes universitarios, a pesar de que su estructura formativa integra dimensiones físicas, mentales y estratégicas que podrían incidir de manera directa en el rendimiento académico (Pereira et al, 2023).

En el ámbito peruano, las investigaciones que abordan la relación entre artes marciales y rendimiento académico en estudiantes universitarios son escasas y, en muchos casos, presentan limitaciones metodológicas, como el uso de muestras reducidas o enfoques descriptivos que no profundizan en las dimensiones del rendimiento académico. Para Jiménez y Castillo (2025), esta situación evidencia un vacío en el conocimiento científico que requiere ser abordado mediante estudios empíricos rigurosos, capaces de aportar evidencia sólida para la toma de decisiones educativas y deportivas a nivel institucional

Por otro lado, dentro del contexto inmediato de estudiantes universitarios que integran selecciones deportivas, este grupo presenta características singulares, ya que combina entrenamientos deportivos sistemáticos de alta exigencia con responsabilidades académicas formales, lo que genera una interacción constante entre el ámbito deportivo y el académico. El análisis de esta interacción permite profundizar la comprensión del rendimiento académico desde una perspectiva integral (Terluk, y Ruppel da Rocha, 2021).

Otro aspecto relevante que justifica la presente investigación es la perspectiva actual del rendimiento académico como un constructo que integra diversos factores, desde este enfoque, el rendimiento no se reduce únicamente a las calificaciones obtenidas, sino que incluye la capacidad para retener y aplicar conocimientos, resolver problemas, trabajar de manera colaborativa y autorregular el aprendizaje (Cancino et al, 2024). Para Giordano et al. (2021), estas dimensiones se vinculan estrechamente con las competencias que las artes marciales promueven, tales como la perseverancia, la disciplina, la atención a los detalles y la planificación estratégica, lo que refuerza la pertinencia de analizar su relación en el contexto universitario

Desde el punto de vista teórico, el análisis de esta relación se inscribe en enfoques integradores del aprendizaje, que reconocen la influencia de factores físicos, emocionales y cognitivos en el desempeño académico (Calderón et al, 2025). Bajo esta perspectiva, las artes marciales pueden ser comprendidas como una práctica formativa que trasciende el ámbito deportivo, contribuyendo al desarrollo de competencias transferibles al contexto académico y profesional (De Jesús et al, 2025) (Zhang, 2024).

Desde una dimensión social, el estudio de las artes marciales en el ámbito universitario permite revalorizar el deporte como un componente educativo estratégico, capaz de contribuir al desarrollo integral del estudiante y a la formación de ciudadanos responsables, disciplinados y comprometidos con su entorno (Reyes, 2023) (Pereira et al, 2024). Asimismo, para Tao y Li (2025), las artes marciales aportan elementos para promover estilos de vida saludables y estrategias de afrontamiento del estrés académico, aspectos de creciente preocupación en la educación superior contemporánea.

A partir de lo expuesto, se plantea como problema ¿De qué manera la práctica de las artes marciales se relaciona con el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de selecciones deportivas? Donde las dimensiones físicas, espirituales y estratégicas cumplen un rol asociado al rendimiento académico.

A partir del problema planteado, el presente artículo tiene como objetivo determinar de qué manera la práctica de las artes marciales se relaciona con el rendimiento académico en estudiantes universitarios de selecciones deportivas, considerando las dimensiones físicas, espirituales y estratégicas de la práctica marcial y su vinculación con los componentes cognitivos, procedimentales y actitudinales del rendimiento académico, esto con el propósito de aportar evidencia científica relevante para la comunidad educativa universitaria.

MÉTODO

El presente estudio se enmarca dentro del enfoque de investigación básica, ya que busca profundizar la comprensión teórica de la problemática planteada, asimismo, ampliar el conocimiento existente sobre las variables de interés (Vizcaíno et al, 2023). Desde el punto de vista metodológico, la investigación adopta un enfoque cuantitativo, ya que el análisis de los datos se realizó mediante procedimientos estadísticos que permitirán describir y analizar las relaciones entre las variables estudiadas (Ruiz et al, 2021). Por otro lado, el diseño de la investigación responde a un diseño no experimental de tipo correlacional simple, dado que no se manipulan las variables y se pretende identificar el grado de asociación existente entre la práctica de las artes marciales y el rendimiento académico en un contexto específico (Blanco, 2024). Asimismo, la investigación es de corte transversal, puesto que la recolección de la información se llevará a cabo en un único momento temporal.

La población de estudio estuvo conformada por estudiantes universitarios del segundo al décimo ciclo que integran las selecciones deportivas de artes marciales de la Universidad Nacional de Ingeniería. La muestra estuvo constituida por 80 estudiantes de ambos géneros, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando criterios de accesibilidad y disponibilidad de los participantes. Este tipo de muestreo resulta pertinente en investigaciones de carácter descriptivo y correlacional desarrolladas en contextos educativos específicos (Vizcaíno et al., 2023).

Para la recolección de los datos se empleó la técnica de la encuesta, utilizando como instrumentos dos cuestionarios estructurados. El primer cuestionario estuvo orientado a recoger información sobre la práctica de las artes marciales y su relación con el desarrollo integral, considerando dimensiones físicas, emocionales y estratégicas. El segundo instrumento evaluó aspectos vinculados al rendimiento académico. La aplicación se realizó de forma virtual a través de la plataforma Google Forms, lo que permitió sistematizar automáticamente la información y exportarla para su procesamiento estadístico en el software SPSS versión 26. Por otro lado, la validez de contenido de ambos instrumentos fue determinada mediante juicio de expertos, procedimiento que permite evaluar la claridad, coherencia y pertinencia de los ítems antes de su aplicación definitiva (Ruiz et al, 2021). Respecto la validación de los instrumentos, participaron tres especialistas en educación y metodología de la investigación, cuyas observaciones fueron incorporadas en la versión final de los cuestionarios. La confiabilidad se estableció a través de una prueba piloto aplicada a 28 estudiantes con características similares a la muestra de estudio. El análisis de consistencia interna mediante el coeficiente alfa de Cronbach arrojó valores de 0,805 para el cuestionario de práctica de artes marciales y 0,790 para el de rendimiento académico, lo que evidencia niveles adecuados de fiabilidad según los criterios establecidos en investigaciones cuantitativas (Ruiz y Valenzuela, 2022).

Para el análisis estadístico, se realizó un tratamiento descriptivo mediante frecuencias y porcentajes para la categorización de niveles. Asimismo, se aplicó la prueba de normalidad para determinar el tipo de estadístico inferencial pertinente. Dado que los datos no presentaron distribución normal, se utilizó el coeficiente Rho de Spearman para establecer el grado de correlación

entre las variables y sus respectivas dimensiones, considerando un nivel de significancia de 0,05, criterio ampliamente empleado en estudios correlacionales de enfoque cuantitativo (Vizcaíno et al., 2023).

Finalmente, en concordancia con los aspectos éticos de la investigación, se respetaron los principios de voluntariedad, confidencialidad y anonimato de la información, en concordancia con los lineamientos éticos para investigaciones en ciencias sociales (Ruiz y Valenzuela, 2022). Los participantes fueron informados sobre los objetivos del estudio y otorgaron su consentimiento informado antes de completar los cuestionarios, garantizándose que los datos serían utilizados exclusivamente con fines académicos y científicos, asegurando rigor científico, coherencia técnica y condiciones adecuadas para la replicabilidad del estudio en contextos universitarios similares.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los hallazgos obtenidos tras la en torno a: Niveles en la práctica de las artes marciales y sus dimensiones y Niveles del rendimiento académico y sus dimensiones en estudiantes universitarios se presentan a continuación.

Tabla 1. Resultado de los niveles en la práctica de las artes marciales y sus dimensiones

Niveles	Artes marciales					
	de carácter físico		de carácter espiritual		de carácter estratégico	
	f	%	f	%	f	%
Básico	4	5%	1	1%	1	1%
Intermedio	29	36%	31	39%	33	41%
Avanzado	47	59%	48	60%	46	58%
Total	80	100%	80	100%	80	100%

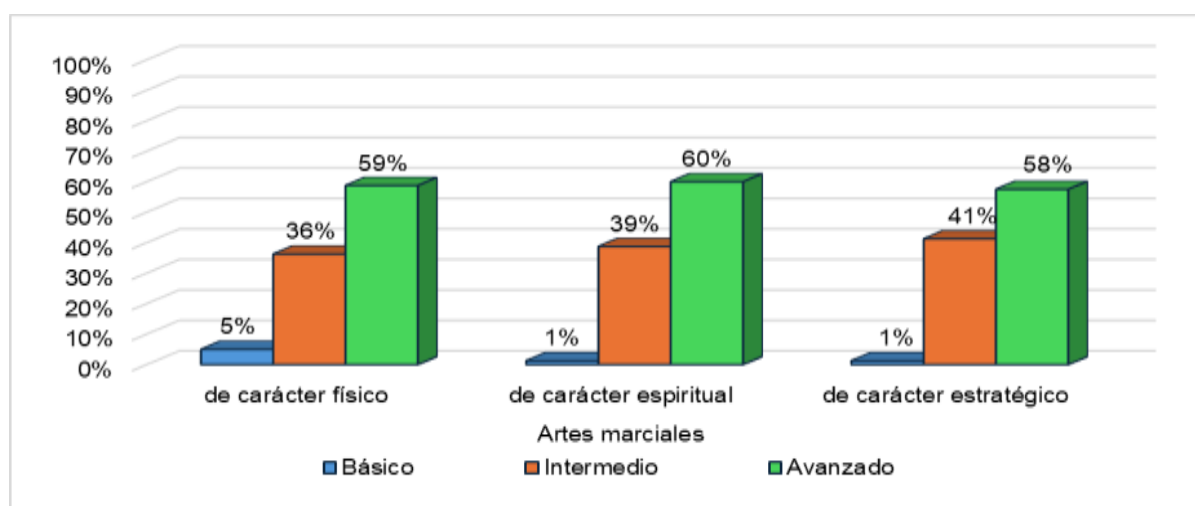


Figura1. Frecuencias en la práctica de las artes marciales y sus dimensiones

La tabla 1 y figura 1 muestran que, en la práctica de las artes marciales de carácter físico, el 5% está en nivel básico, e 36% está en nivel intermedio y el 59% se encuentra en nivel avanzado. Por otro lado, en la práctica de las artes marciales de carácter espiritual, el 1% se encuentra en nivel básico, el 39% se encuentra en nivel intermedio y el 60% se encuentra en nivel avanzado. Finalmente, en la práctica de

las artes marciales de carácter estratégico, el 1% se encuentra en nivel básico, el 41% se encuentra en nivel intermedio y el 58% se encuentra en nivel avanzado.

Tabla 2. Resultado de los niveles de rendimiento académico y sus dimensiones

Niveles	Rendimiento académico					
	Cognitivo		Procedimental		Actitudinal	
	f	%	f	%	f	%
Bajo	5	6%	4	5%	2	3%
Medio	40	50%	43	54%	32	41%
Alto	35	44%	33	41%	46	58%
Total	80	100%	80	100%	80	100%

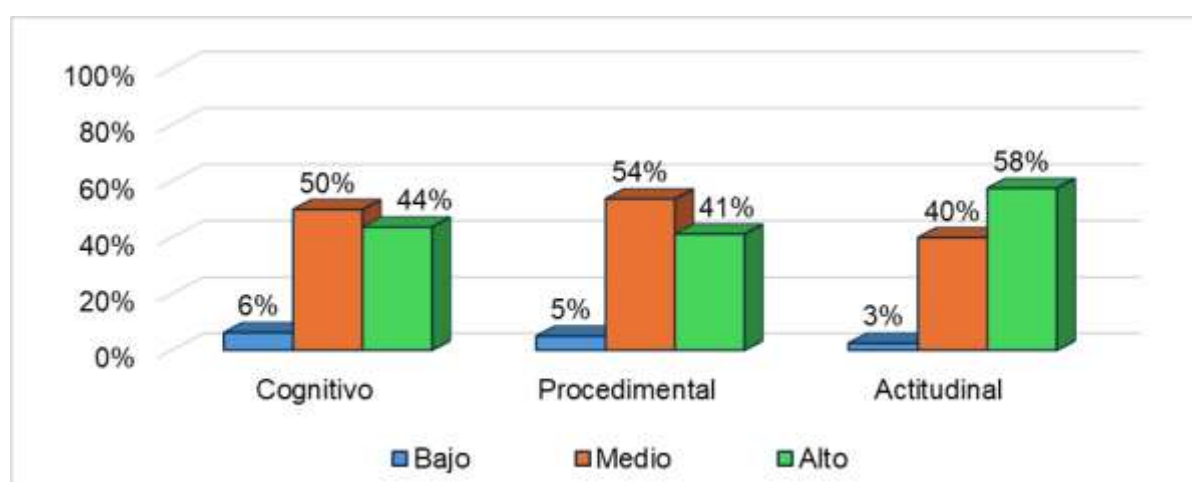


Figura 2. Frecuencia del rendimiento académico y sus dimensiones

Nota. Fuente: Elaboración propia.

La tabla 2 y figura 2 evidencian el nivel de rendimiento académico en las tres dimensiones propuestas en la investigación. En la dimensión cognitiva del rendimiento académico, el 6% de los participantes se encuentra en nivel bajo, el 50% se encuentra en nivel medio y el 44% se encuentra en nivel alto. Asimismo, en la dimensión procedimental del rendimiento académico, el 5% de los participantes se encuentra en nivel bajo, el 54% se encuentra en nivel medio y el 41% se encuentra en nivel alto. Finalmente, en la dimensión actitudinal del rendimiento académico, el 3% de los participantes se encuentra en nivel bajo, el 40% se encuentra en nivel medio y el 58% se encuentra en nivel alto.

Tabla 3. Correlación Rho de Spearman entre la práctica de las artes marciales y el rendimiento académico

			Rendimiento académico	Práctica de artes marciales
Rho de	Rendimiento académico	Coefficiente de correlación	1,000	,727**
		Sig. (bilateral)	.	,000

Spearman	N	80	80
	Coeficiente de correlación	,727**	1,000
Práctica de las artes marciales	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	80	80

La tabla 3 muestra a través de los resultados inferenciales de contrastación de hipótesis que la significancia bilateral o p valor es igual a 0,000 siendo menor que 0,05, entre las variables propuestas en la investigación. Asimismo, el coeficiente de correlación de Spearman (0,727).

Tabla 4 Correlación Rho de Spearman entre la práctica de las artes marciales de carácter físico, espiritual, estratégico y el rendimiento académico.

Correlaciones	Valor Rho de Spearman	Sig.
artes marciales de carácter físico y el rendimiento académico.	,657	,000
artes marciales de carácter espiritual y el rendimiento académico.	,729	,000
artes marciales de carácter estratégico y el rendimiento académico.	,664**	,000

Los resultados de la Tabla 4, respecto el análisis inferencial de la variable rendimiento académico y las dimensiones, físico, espiritual y estratégico de la variable artes marciales. En el caso de la relación entre la práctica de las artes marciales y el rendimiento académico. Los resultados de la dimensión física de las artes marciales y el rendimiento académico tuvieron un p valor de 0,000, asimismo, el valor de correlación Rho Spearman fue de 0,657. Respecto dimensión espiritual de las artes marciales y el rendimiento académico tuvieron un p valor de 0,000, asimismo, el valor de correlación Rho Spearman fue de 0,729. Finalmente, dimensión estratégica de las artes marciales y el rendimiento académico tuvieron un p valor de 0,000, asimismo, el valor de correlación Rho Spearman fue de 0,664.

Discusión

Los resultados obtenidos permiten confirmar la hipótesis general del estudio, al evidenciarse una relación estadísticamente significativa, alta y positiva entre la práctica de las artes marciales y el rendimiento académico en estudiantes universitarios que integran selecciones deportivas. El análisis correlacional realizado mediante el coeficiente de Spearman mostró un valor de $\rho = 0,727$, acompañado de un nivel de significancia bilateral $p = 0,000$, menor a 0,05, lo que demuestra la existencia de una asociación relevante entre ambas variables. Estos hallazgos coinciden con investigaciones previas que han reportado efectos positivos de las artes marciales sobre el rendimiento cognitivo y académico, destacando su impacto en diversos ámbitos del aprendizaje universitario. Respecto lo mencionado, Cerón et al. (2023), en su investigación de enfoque cuantitativo aplicada a 486 estudiantes universitarios demostró que la actividad física moderada o

vigorosa aumenta dos veces la posibilidad de que un estudiante obtenga un promedio académico superior a 3.7 (en una escala de 0 - 5).

En relación con las hipótesis específicas, la dimensión física de la práctica marcial presentó una relación significativa y positiva con el rendimiento académico, con un coeficiente de Spearman de $\rho = 0,657$ y un p valor de 0,000, lo que indica una correlación moderada. Para, Zhang (2024). En su investigación aplicada a 379 estudiantes, considera que la eficacia de las artes marciales en la educación superior depende de un diseño cuidadoso del programa, que aborde las diferencias individuales y académicas de los estudiantes, evaluando el comportamiento en el entrenamiento, orientación a metas y desafío físico, los cuales, registraron valores de r de .189, .192, .293, .263, .213, .219 y .207, respectivamente, con valores de $p < .001$, donde, los valores positivos de r indican una relación directa, lo que significa que, a mayor nivel de implicación de los participantes en estos factores, mayor será su rendimiento académico.

Por su parte, la dimensión espiritual evidenció la relación más elevada, con un coeficiente de $\rho = 0,729$ y un nivel de significancia $p = 0,000$, lo que resalta la importancia del autocontrol, la concentración y la regulación emocional en los procesos de aprendizaje. Según De Jesús et al. (2025), la práctica de artes marciales incorpora técnicas de autocontrol, disciplina y enfoque, que favorecen la estabilidad emocional, la capacidad de afrontar el estrés y la autorregulación conductual, elementos esenciales para la adaptación al entorno educativo, asimismo, según, Tao y Li (2025), en su investigación aplicada a 1291 participantes entre varones y mujeres, considera que la práctica de artes marciales se correlacionó significativamente de forma positiva con la resiliencia psicológica ($r = 0,447$, $p < 0,01$), el autocontrol ($r = 0,478$, $p < 0,01$) y el apoyo social percibido ($r = 0,201$, $p < 0,01$).

Asimismo, la dimensión estratégica mostró una relación significativa y positiva de magnitud moderada ($\rho = 0,664$; $p = 0,000$), vinculada a habilidades de planificación, análisis y toma de decisiones. Respecto lo mencionado, Giordano et al. (2021), en su estudio aplicado a 102 estudiantes adolescentes, considera que la práctica regular de deportes extracurriculares, como las artes marciales mejora el desarrollo de las funciones ejecutivas y, en consecuencia, influye en el rendimiento académico. Los estudiantes que practicaban artes marciales mostraron un mejor desempeño en memoria de trabajo [$F(2,102) = 3,680$; $p = 0,029$; $\eta^2p = 0,073$], inhibición [$F(2,102) = 10,891$; $p = 0,000$; $\eta^2p = 0,188$], atención distribuida [$F(2,102) = 6,410$; $p = 0,002$; $\eta^2p = 0,120$], atención distribuida auditiva [$F(2,102) = 5,120$; $p = 0,008$; $\eta^2p = 0,098$], cuyos resultados sugieren que la participación deportiva y, en particular, la práctica de las artes marciales contribuyen al fortalecimiento de las habilidades educativas.

Finalmente, estos resultados deben interpretarse considerando ciertas limitaciones metodológicas, entre ellas el empleo de un muestreo no probabilístico y un diseño transversal, lo que restringe la generalización de los hallazgos y la posibilidad de establecer relaciones causales (Vizcaíno et al, 2023). En este sentido, futuras investigaciones podrían incorporar diseños longitudinales o cuasiexperimentales, así como ampliar el tamaño y la diversidad de la muestra, con el fin de profundizar en el análisis del impacto de las artes marciales sobre el rendimiento académico en distintos contextos universitarios y disciplinas deportivas.

CONCLUSIONES

Esta investigación permite sostener que la práctica constante de las artes marciales mantiene una asociación significativa con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. El análisis por dimensiones de las artes marciales evidencia que los componentes físico, espiritual y estratégico se vinculan con los componentes cognitivos, procedimental y actitudinal del rendimiento académico, destacando la relevancia de los procesos de autodisciplina, regulación emocional, concentración y planificación en el desempeño académico.

En contraste con investigaciones previas, las cuales están orientadas principalmente a poblaciones escolares o al análisis general de la actividad física, este estudio ofrece evidencia empírica focalizada en el contexto universitario peruano, donde los deportistas universitarios articulan simultáneamente responsabilidades académicas y demandas competitivas de alto nivel. Asimismo, esta investigación contribuye a cubrir una limitada producción investigativa nacional que articula de manera sistemática las artes marciales concebidas desde una perspectiva integral que incluye componentes físicos, espirituales y estratégicos con un modelo multidimensional del rendimiento académico. La literatura existente ha privilegiado enfoques centrados en beneficios físicos o cognitivos aislados, sin integrar de manera simultánea los aspectos formativo deportivo y académico en la educación superior.

La evidencia nueva que ofrece este estudio radica en demostrar que no solo la dimensión física del entrenamiento, sino también, la dimensión espiritual y estratégica, presentan asociaciones relevantes con el desempeño académico. Ello sugiere que los efectos formativos de las artes marciales trascienden el acondicionamiento corporal y se vinculan con procesos de autorregulación, toma de decisiones y organización estratégica transferibles al ámbito académico.

Finalmente, esta investigación permite ampliar el marco interpretativo sobre la relación entre deporte formativo y rendimiento académico, aportando fundamentos empíricos para el diseño de programas institucionales que integren disciplinas marciales como estrategias complementarias para el desarrollo integral de la comunidad educativa universitaria.

REFERENCIAS

- Blanco, J. (2024). La revisión sistemática como metodología para la investigación en E/LE. *Círculo de Lingüística Aplicada a la Comunicación* 97 (2024), 157-193. <https://dx.doi.org/10.5209/clac.88711>
- Calderón, C., Ramírez, D., y Santillan, L. (2025). Beneficios de la práctica del Tai Chi para la salud: una revisión sistemática. *Salud y Amp; Ciencias Médicas*, 4(7), 70–85. <https://doi.org/10.56124/saludcm.v4i7.004>
- Cancino, E., Párraga, J., y Castillo, D. (2024). Revisión Sistemática Sobre Salud Mental Y Rendimiento Académico. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 1833-1851. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10623
- Cerón, J., González, W., Mora, D., y Fernández, E. (2023). Relación entre el nivel de actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de una institución universitaria. *Estudio multicéntrico. Multicentric Study. Retos*, 47, 775-782. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.94795>
- De Jesús, M., Gonzalez, M., Cortes, E., Ruiz, F., y Huerta, C. (2025). Análisis de la inteligencia emocional en deportistas de artes marciales mixtas de 16 a 22 años. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/10.59614/acief52025205>
- Figueroa, A. (2024). La motivación intrínseca y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de Ecuador. *Revista Cátedra*, 7(1), 53-75. <https://doi.org/10.29166/catedra.v7i1.5431>

- Gavilanez, J., Calderón, A., Bonilla, V., Navarro, A., y Paredes, F. (2023). Efectividad de las artes marciales sobre la conducta de personas con (TEA): Revisión sistemática. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 2 (6), 1087–1103. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i6.6607>
- Giordano, G., Gómez, M., y Alesi, M. (2021). Sports, Executive Functions and Academic Performance: A Comparison between Martial Arts, Team Sports, and Sedentary Children. *International journal of environmental research and public health*, 18(22), 11745. <https://doi.org/10.3390/ijerph182211745>
- González, L. (2024). Desafíos y estrategias para superar la brecha digital en entornos universitarios: una revisión sistemática. *Revista Multidisciplinaria Voces De América Y El Caribe*, 1(1), 217–243. <https://doi.org/10.69821/REMUUVAC.v1i1.33>
- González, V., González, C., Montalva, F., Nanjarí, R., Cataldo, M., De Barca, P., Pérez, H., Olivares, J., y Castillo, A. (2024). Artes marciales, deportes de contacto o combate en la mejora de parámetros de cognición, comportamiento social y condición física en escolares diagnosticados con trastorno del espectro autista: Una revisión sistemática. *Journal of Movement y Health*, 21(1). [https://doi.org/10.5027/jmh-Vol21-Issue1\(2024\)art213](https://doi.org/10.5027/jmh-Vol21-Issue1(2024)art213)
- Gozalo, M., León, B. y Romero, M. (2022). Buenas prácticas del estudiante universitario que predicen su rendimiento académico. *Educación XX1*, 25(1), 171-195. <https://doi.org/10.5944/educXX1.30565>
- Jiménez, Y., y Castillo, J. (2025). Revisión teórica: Terapia cognitivo-conductual para la reducción de la ansiedad en taekwondistas. *Revista de Investigación en Psicología Básica y Aplicada*, 7 (13), 26–32. <https://doi.org/10.29057/jbapr.v7i13.7765>
- Malla, A. (2023). Actividad física y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Revisión sistemática. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 2 (5), 281–299. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i5.5694>
- Mejía, R. (2025). Habilidades blandas en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática. *Horizontes Revista De Investigación En Ciencias De La Educación*, 9(40), 848–861. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v9i40.1179>
- Nieto, D., Nieto, I. y Pardo, G. (2025). Beneficios de la práctica del Karate Do en educación física: revisión de literatura. *Ciencias Sociales y Educación*, 13(26), 1-19. <https://doi.org/10.22395/csye.v13n26a4651>
- Pereira, A., De Oliveira, M., y Prodócimo, E. (2024). La enseñanza de luchas/artes marciales como práctica educativa liberadora: intercalando círculos en los cultivos, cuestiones situacionales y juegos. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. 46(1). <https://doi.org/10.1590/rbce.45.e20230068>
- Pereira, L., Morales, P., Pacheco, R., Pesantez, R., Rivera, J. (2023). Las competencias profesionales en el taekwondo: Evaluación de su desarrollo desde una revisión teórica. *GADE: Revista Científica*, 3(1), 90–117. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8878527&info=resumen&idioma=ENG>
- Reyes, S. (2023). Relación entre el rendimiento físico y el desempeño en karatecas adultos: Revisión sistemática. *GADE: Revista Científica*, 3(1), 141-163. <https://doi.org/10.63549/rg.v3i1.162>
- Ruiz, C., Valenzuela, M. (2022). Metodología de la investigación. Fondo Editorial, Universidad Nacional Autónoma de Tayacaja. 1(1), 1-110. <https://doi.org/10.56224/EdiUnat.4>
- Ruiz Espinoza, F. H., y Estrada Cervantes, R. (2021). Revisión Bibliográfica: La Metodología del Aprendizaje basado en la Investigación. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(1), 1079-1093. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i1.312
- Salazar, M., y Mahecha, S. (2025). Efectos del karate en la función cognitiva, física y bienestar emocional de adultos mayores de 60 años: una revisión sistemática. *Retos*, 72, 346-358. <https://doi.org/10.47197/retos.v72.112897>
- Terluk, M., y Ruppel da Rocha, R. (2021). Metodologias e estratégias pedagógicas para o ensino das lutas, artes marciais e esportes de combate: uma revisão integrativa. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 19(1), 49–54. <https://doi.org/10.36453/cefe.2021191.a26445>
- Tao, C., y Li, Y. (2025). The relationship between martial arts practice experience and psychological resilience among Chinese college freshmen: the mediating role of self-control and the moderating role of perceived social support. *Frontiers in Psychology*, 16, 2025. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1686000>
- Vizcaíno, P., Cedeño, R. J., y Maldonado, I. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723-9762.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658

Zhang, H. (2024). Efficacy of Martial Arts in Higher Education Affecting Students' Psychosocial Behavior and Academic Performance. *Journal of Education and Educational Research*, 9(1), 155–159. <https://doi.org/10.54097/mxxk4807>