

Influencia de la Actividad Físico-Deportiva Extraescolar en el Rendimiento Académico del Alumnado de Educación Primaria: Una Revisión Sistemática.

Influence of Extracurricular Physical-Sports Activity on the Academic Performance of Primary Education Students: A Systematic Review.

Galloso-Cordero, P.,¹ Roldán-Ramos, F.J.,¹ Rodríguez-Cano, A.,¹ & Raya-González, J.¹

1. Grupo de Investigación en Deporte y Educación Física para el Desarrollo Personal y Social (GIDEPSO), Departamento de Didácticas Específicas, Facultad de Ciencias de la Educación y Psicología, Universidad de Córdoba, Córdoba, España

Resumen. La influencia de la actividad físico-deportiva realizada en el contexto extraescolar y el rendimiento académico son elementos interrelacionados en el desarrollo del alumnado, aunque, debido a las diferentes metodologías utilizadas en los estudios originales, resulta difícil extraer conclusiones robustas. Por ello, se elabora la presente revisión sistemática, cuyo objetivo fue analizar sistemáticamente la evidencia científica disponible sobre la influencia de la actividad físico-deportiva extraescolar en el rendimiento académico del alumnado de Educación Primaria. Para ello, se seleccionaron diferentes estudios, publicados entre 2015 y 2025, y extraídos de bases de datos como Web of Science, Scopus, PubMed y Human Kinetics Journal. Se aplicaron los principios PRISMA y la metodología de PICO para asegurar la calidad y pertinencia de los estudios que se incluyeron. Tras la búsqueda y filtrado de artículos, se seleccionaron 14 artículos, los cuales mostraron una tendencia general positiva, destacando mejoras en calificaciones escolares, funciones ejecutivas y variables psicosociales en el alumnado que practica actividad física fuera del horario lectivo. No obstante, la heterogeneidad metodológica limita la generalización de hallazgos. Los resultados obtenidos subrayan la necesidad de promover políticas educativas que favorezcan la práctica físico-deportiva en contextos extraescolares como vía de apoyo educativo.

Palabras Clave: actividad física, rendimiento académico, educación primaria, actividad extraescolar, revisión sistemática.

Abstract. For the development of this master's thesis, we start from the idea that the influence of extracurricular physical-sports activity and academic performance are interrelated elements in student development. However, due to the different methodologies used in original studies, it is difficult to draw robust conclusions. Therefore, this systematic review was conducted with the aim of systematically analysing the available scientific evidence on the influence of out-of-school physical-sports activity on the academic performance of primary education students. For this purpose, the present systematic review was conducted with the aim of systematically analysing the available scientific evidence on the influence of extracurricular physical-sports activity on the academic performance of primary education students. To achieve this, various studies published between 2015 and 2025 were selected from databases such as Web of Science, Scopus, PubMed, and Human Kinetics Journal. The PRISMA principles and the PICO methodology were applied to ensure the quality and relevance of the included studies. After searching and filtering the articles, 14 studies were selected, these showed a general positive trend, highlighting improvements in school grades, executive functions, and psychosocial variables among students who engage in physical activity outside school hours. However, methodological heterogeneity limits the generalization of the findings. The results underline the need to promote educational policies that support physical-sports practice in extracurricular contexts as a means of educational support.

Key Words: physical activity, academic performance, primary education, extracurricular activity, systematic review

Autor de correspondencia: Ana Rodríguez Cano

Filiación: Grupo de Investigación en Deporte y Educación Física para el Desarrollo Personal y Social (GIDEPSO), Departamento de Didácticas Específicas, Facultad de Ciencias de la Educación y Psicología, Universidad de Córdoba, Córdoba, España.

E-mail: m12rocan@uco.es