



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA EN POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICA DE MAESTRÍA
EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del
ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAESTRO EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

AUTOR

Gomez Ortega, Levi Heracleo (ORCID: 0000-0002-6908-1000)

ASESORA

Dra. Leiva Torres, Jakline Gicela (ORCID: 0000-0001-7635-5746)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Atención integral del infante, niño y adolescente

LIMA - PERÚ

2021

Dedicatoria

A Dios el que me guía por el camino correcto, a mis padres, Heraclio y Vilma por apoyarme en los momentos más difíciles de vida.

A mis hermanas Mónica, Karla y Adaía.

A mi hijo Calev, que me llena de motivación para seguir sumando en el aspecto académico y así poder trascender en mi ciclo de vida.

Agradecimiento

A Dra. Jakline Gicela Leiva Torres profesora encargada del III ciclo de maestría, por el compromiso y asesoramiento en el desarrollo de esta investigación.

Índice de contenidos

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas	v
Índice de gráficos	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA.....	16
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	16
3.2. Variables y operacionalización	17
3.3. Población y muestra	17
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	18
3.5. Procedimiento.....	19
3.6. Método de análisis de datos	20
3.7. Aspectos éticos.....	20
IV. RESULTADOS	21
V. DISCUSIÓN.....	37
VI. CONCLUSIONES	41
VII. RECOMENDACIONES	42
REFERENCIAS.....	43
ANEXOS	50

Índice de tablas

Tabla 1	<i>Distribución de frecuencias de la actividad física en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte 2021.</i>	21
Tabla 2	<i>Distribución de frecuencias de la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria Ate Vitarte, 2021.</i>	21
Tabla 3	<i>Actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria Ate Vitarte, 2021.</i>	22
Tabla 4	<i>Intensidad de la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</i>	23
Tabla 5	<i>Frecuencia de la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</i>	24
Tabla 6	<i>Duración de la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</i>	25
Tabla 7	<i>Prueba de levene para decidir la estadística inferencial en las variables y dimensiones en estudio.</i>	26

Índice de gráficos

Figura 1	<i>Esquema de diseño correlacional Sánchez y Reyes (1998, p.79) ...</i>	16
-----------------	---	----

Resumen

Se realizó un estudio cuyo objetivo fue determinar la relación entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del IV ciclo de nivel primaria de una institución educativa estatal, en el distrito de Ate Vitarte. Se aplicó la metodología cuantitativa con diseño de investigación descriptivo correlacional en la cual participaron 174 educandos, se utilizó como instrumento la escala tipo Likert y el cuestionario de dependencia a los videojuegos Chóliz y Clara (2011). Los resultados de esta investigación evidencian que existe un grado moderado en correlación entre las dos variables y las dimensiones de estudio. Por lo tanto, se concluyó que el 86,2% de estudiantes están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los videojuegos y 46,6% señala que casi siempre practican actividad física. Lo cual indica que, a mayor tiempo de actividad física tendrán menos probabilidad de ser adictos a los videojuegos, esto beneficia significativamente en la calidad de vida de los educandos.

Palabras clave: Videojuego, adicción, educandos

Abstract

A study was carried out whose objective was to determine the relationship between physical activity and video game addiction in students of the IV cycle of primary level of a state educational institution, in the district of Ate Vitarte. The quantitative methodology was applied with a correlational descriptive research design in which 174 students participated, the Likert-type scale and the video game dependency questionnaire were used as instrument Choliz and Clara (2011). The results of this research show that there is a moderate degree of correlation between the two variables and the study dimensions. Therefore, it is concluded that 86.2% of students totally disagree that they are addicted to video games and 46.6% indicate that they usually practice physical activity. This indicates that, the longer they are physically active, they will be less likely to be addicted to video games, this significantly benefits the quality of life of the students.

Keywords: Video Game, Addiction, leerde

I. INTRODUCCIÓN

Los videojuegos se convirtieron en una adicción latente sobre todo por la coyuntura actual. De inicios del año 2020 se dio el confinamiento social obligatorio producto del Covid-19, todo ello implicó cambios drásticos en el estilo de vida del ser humano, generando que los adolescentes se sumerjan al mundo de los juegos virtuales (Rodríguez y Garcia, 2021).

En Latinoamérica el aumento de contagios por el covid-19, ha generado que los países afectados tomen la drástica decisión de decretar el estado de emergencia sanitario, provocando una alteración significativa en el ciclo de vida del ser humano. Esto ha afectado con mayor énfasis a los niños y adolescentes, recordemos que estar encerrados en el hogar genera estrés, ansiedad y una vida sedentaria. Este confinamiento ha provocado que los niños y adolescentes enfoquen su tiempo de ocio al mundo virtual, llegando a sumergirse en el mundo de los videojuegos (Mobi Legend, Dota2, Wolf team, Rakion, entre otros) estos juegos han sido adaptados en los celulares móviles y se pueden descargar desde el aplicativo Play Store. Debido a estas prácticas virtuales se generó un abandono a las prácticas de actividades recreativas (juegos tradicionales, atletismo, fútbol, entre otros) llegando a provocar una vida sedentaria (Stuardo, 2021). Por un lado, existe el desorden mental por juegos en red el cual es una enfermedad cerebral que repercute con mayor frecuencia en niños y adolescentes Maturana (2019). Lo que explica, el comportamiento disfuncional de las personas adictas a esta clase de juegos, usualmente muestran una conducta agresiva y este se vuelve en un patrón constante que en pocos términos los videojuegos causan problemas mentales. En el Perú se han reportado un aumento excesivo al uso de aparatos electrónicos por parte de los niños, los cálculos del ministerio de salud mencionan que, en el año 2018, en todo el Perú se asistieron 2233 casos. Esta cifra escaló significativamente en 2019, con 3099 atendidos en los diversos establecimientos de salud del sector público Acuña (2020). Por lo tanto, se puede deducir que en el

Perú hay casos que no son registrados como tal, pero que existen indicios de que los videojuegos son muy peligrosos ya que incluso puede llegar a ser mortales.

En Lima Metropolitana, prevalecía la práctica deportiva y la buena convivencia vecinal. Gradualmente este hábito que favorecía la salud de nuestros niños y adolescentes se ha ido perdiendo por el confinamiento nacional provocado por el Covid-19. La necesidad de suplantar las clases presenciales por las clases remotas, llevó a recurrir a los aparatos tecnológicos. El mal uso de estos aparatos electrónicos (celulares, Tablet, computadora, entre otros), ha causado que los menores de edad se aíslen en el mundo de los juegos virtuales y por consiguiente se perdió la buena práctica de la actividad física (MINSAs, 2019).

Esto ha llevado a la necesidad de conocer la relación que existe entre la actividad física y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de nivel primaria de Ate Vitarte, 2021. El problema principal propuesto, ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021?, en base a ello se plantearon los problemas específicos: ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021?, ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021?, ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física de duración y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021?

Ante el aumento de casos de adicción a los videojuegos en el ámbito escolar que se han dado a conocer en las noticias nacionales, ha generado un ambiente de temor y preocupación por parte de los padres de familia. Resulta de interés conocer las causas que genera la adicción al videojuego, así poder tomar medidas para prevenir el uso excesivo de los aparatos electrónicos.

Esta investigación nace de la necesidad de conocer la relación que existe entre la actividad física y la adicción a videojuegos, sabemos que la falta de

actividad física, provoca diversos tipos de enfermedades (obesidad, colesterol alto, diabetes, entre otros) en la actualidad es un problema latente por la coyuntura que nos encontramos. Este asunto abarca más allá de ser una simple preocupación, ya que este puede ocasionar problemas serios. Cabe mencionar que puede llegar a presentar problemas mentales como la bipolaridad, comportamientos agresivos y hasta la mortalidad. Para profundizar, la adicción a los videojuegos provoca alteraciones en el comportamiento del ser humano, llegando a generar cambios negativos en la vida cotidiana. En vista que no existen investigaciones sobre la relación entre la actividad física y la adicción a los videojuegos a nivel nacional, el presente trabajo es factible para dar a conocer la relación entre estas dos variables. Por otro lado, esta investigación tiene una utilidad metodológica, puesto que se puede utilizar para desarrollar futuras investigaciones en el contexto nacional e internacional, este trabajo de investigación es viable, pues se cuenta con los recursos necesarios para ser ejecutado.

El objetivo principal propuesto es, Determinar la relación que existe entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021, en base a ello se plantearon los objetivos específicos: establecer la relación que existe entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, establecer la relación que existe entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, establecer la relación que existe entre la actividad física de duración y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria.

Por último, tenemos la hipótesis general: existe relación significativa entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021. Las hipótesis específicas son: existe relación significativa entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, existe relación significativa entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, existe relación significativa entre la actividad física de duración y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria.

II. MARCO TEÓRICO

Para el desarrollo de este capítulo, se ha revisado diferentes antecedentes nacionales e internacionales en relación del tema de investigación y sus variables. En cuanto al antecedente internacional se tiene a Calleja, Reueda y Barbosa (2021) en su trabajo de investigación tuvieron como objetivo verificar si hay una conexión entre el entrenamiento y la mejora de la impulsividad. El diseño fue de caso control y la muestra estuvo conformada por 110 estudiantes que comprendían las edades de 8 y 14 años. Como instrumentos se utilizaron las pruebas estandarizadas (test de atención y test de inteligencia y el test de caras). Los resultados indican que los dos grupos tienen similares efectos y se pudo concluir que las prácticas de actividad deportiva en los distintos clubes, desarrollan su salud mental llegando a mejorar el control de su impulsividad.

Lozano y otros (2019) en su investigación tuvieron como objetivo examinar el nivel de obesidad en los escolares de Granada. Asimismo, se desarrolló una investigación no experimental, estuvo conformada por 261 niños de ambos sexos con promedios de edad entre diez y doce años y se utilizó como instrumento el cuestionario de Experiencias Relacionadas con los Videojuegos. El resultado llegó a determinar que los casos de sobrepeso eran escasas en dichos escolares, debido a que la mayoría de estudiantes realizaban actividades físicas recreativas y deportivas.

Sanchez, Ramirez, Beez, Moreno y Fernández (2019) en su investigación tuvieron como objetivo principal estudiar si el entrenamiento físico puede reducir los problemas causado por el uso continuo de los videojuegos. El estudio fue de corte transversal. La muestra lo conformaron 220 alumnos del III ciclo de nivel primaria. Para poder lograr los objetivos propuestos se utilizaron hojas de auto registro y el cuestionario de experiencia relacionado con los videojuegos. Se llegó a concluir que la actividad física ayuda a reducir las horas de practica dedicadas a los videojuegos, generando una vida saludable.

Sánchez, Zurita, Ramírez, Puertas y Gonzáles (2019) en su investigación tuvo como objetivo relacionar las nuevas tecnologías y los niveles psicosociales. Se

utilizó el diseño no experimental, la muestra estuvo conformada por 170 adolescentes que oscilaban entre los 10 y 12 años, se utilizaron 3 instrumentos (AF-5, el CERV y una hoja de autoregistro). El resultado llegó a determinar que la mayoría de escolares no presentan problemas con los videojuegos, mientras una aguda minoría presenta a la dependencia de videojuegos. Se llegó a concluir que los escolares presentan un nivel de autoconcepto muy bajo.

Gil, Roman y Nielsen (2018) en su investigación tuvieron como objetivo: (I) Estudiar a ciencias las leyes relacionadas con el uso de juegos a través del juego infantil, (II) Estudiar ciencias y leyes relacionadas con la movilidad física en la edad infantil y (III) desarrollar una propuesta de aplicación para la destreza. La investigación fue de diseño no experimental, se utilizó los métodos educativos, la literatura científica española relacionados con el juego y el ejercicio en la educación infantil, con el objetivo de integrar los estudios publicados en relación a su importancia. Concluyendo que el juego y el ejercicio son dos fuentes claves para lograr un diseño global significativo y dinámico que propicie la formación de los estudiantes a nivel PAUD, con recursos digitales para el aprendizaje y que se pueda mejorar mediante la tecnología.

En cuanto al antecedente nacional se tiene a Peralta y Torres (2020) en la investigación desarrollada tuvieron como objetivo determinar si hay una relación entre sus dos variables (adicción a los videojuegos y conducta antisocial), el diseño fue correlacional de corte transversal. La muestra fue de 196 estudiantes de ambos sexos, entre los 11 y 14 años. Para ello, se utilizó el test de antisociales- Delictivas. Los resultados evidenciaron que si hay una relación minuciosa entre las variables y se llegaron concluir que la adicción a videojuegos no se relaciona con las conductas antisociales-delictivas, debido a la muestra de esta investigación no muestra patologías de adicción, se evidencia un porcentaje muy bajo que muestran una conducta antisocial.

Flores (2020) en su trabajo de investigación tuvo como finalidad determinar la relación de sus dos variables (dependencia de videojuegos y agresividad), el diseño fue no experimental de corte transversal y la muestra fue conformada 297

adolescentes de ambos géneros, con edades promedio de 11 a 17 años. Se utilizaron dos test (test de dependencia de los videojuegos y el cuestionario de agresión de Buss y Perry). Como resultado se obtuvo la existencia de una correlación significativa entre dependencia de videojuegos y agresividad. Se llegó a concluir que, en relación a los objetivos establecidos, hay una correlación baja y significativa entre las dos variables.

Mayca (2019) en su tesis de doctorado tuvo como objetivo determinar si el rango de la conducta adictiva aumentaba con la prolongación de los videojuegos. El método utilizado fue observacional, prospectiva y transversal. La población estuvo conformada por 1121 estudiantes del nivel secundario. Se utilizaron los cuestionarios de actividad física (PAQ-A) y los cuestionarios relacionados a los videojuegos (CERV). Los resultados indican que los videojuegos repercuten en el 50% de estudiantes generando una actitud agresiva y también se detectó que el 61% de los participantes dedican pocas horas a la ejecución de actividades físicas. Se pudo concluir que los videojuegos influyen en los niveles de agresividad y de actividad física de los estudiantes.

Díaz (2018) en su tesis para optar el grado de maestro, tuvo como objetivo de estudio comparar las dos variables (Coordinación, motora gruesa y actividad física) y se utilizó el diseño no experimental de tipo transversal, correlacional, descriptivo. La muestra estuvo conformada por 204 estudiantes, para ello se utilizó el test de KTK y el cuestionario de Godin y Shepard (1995). Llegó a concluir lo siguiente: existe diferencias significativas en sus variables (actividad física y coordinación motora), no existe diferencia en la coordinación motora.

Morales (2016) en su trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar si existe una relación entre sus variables (nivel de actividad física, hábitos alimentarios y el uso de la tecnología). Se realizó una investigación de tipo descriptivo y analítico, se emplearon las herramientas de medición (TIC, HA y IPAQ) y su población estuvo conformada por 472 adolescentes. Los resultados indican que no hay relación significativa entre sus variables. Se llegó a concluir que hay una escala

predominante y significativa de la práctica de actividad física y no se localizó la relación entre las dos variables.

En relación a las bases teóricas se plantea que la actividad física se conceptualiza como "el movimiento del cuerpo", es toda acción de movimiento corporal que se genera durante el desarrollo de las actividades cotidianas, recreativas, deportivas, entre otros. La actividad física mejorar las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad y coordinación), la convivencia social y la salud mental (Gonzales, 2005, p.7). Asimismo, la Organización mundial de la Salud (2020) conceptualiza a la actividad física como "cualquier movimiento que se realiza con el cuerpo, generando un desgaste de energía corporal". Esta organización recomienda realizar actividad física desde una edad temprana, con un tiempo escalonado de 30 minutos a más (dependiendo de la edad). Por otro lado, Hill (2019) define a la actividad física como el total desplazamiento del cuerpo dirigidos al gasto energético mediante deportes, actividades escolares, juegos recreacionales, juegos tradicionales, ya sea en el contexto familiar, comunidad o ámbito escolar. Este autor recomienda que la práctica de actividad física tiene que realizarse de sesenta minutos a más.

También Lozano y otros (2019) indica que la actividad física con forma una de las columnas base para la formación precisas del desarrollo como psicológico y físico del ser humano, pero con mayor énfasis en los niños(a), adolescentes y jóvenes. Se considera un camino esencial para prevenir enfermedades y tener una vida saludable. Así mismo, Rosselli y Arévalo (2018) llega a conceptualizar a la actividad física que es todo movimiento que aumenta la frecuencia cardíaca, a la vez activa todos los paquetes musculares implicados en la actividad física estructurada y no estructurada. Los autores consideran que la actividad física es cualquier movimiento realizado por una persona mientras mueve la parte superior, media o débil del cuerpo esquelético generando un gasto energético.

En base a los autores consultados, para este trabajo de investigación se definió a la actividad física como todo movimiento corporal que realiza el ser humano durante

su vida cotidiana. La ejecución de movimientos corporales puede ser de baja intensidad, mediana o de alta intensidad y todo ello implica un desgaste energético.

La práctica constante de actividad física es un camino primordial para lograr la plenitud del desarrollo de nuestras capacidades básicas y el aspecto mental de la persona. Fortalece el sistema inmunológico de nuestro cuerpo y beneficia a la población en general aumentando la cohesión social. Practicar actividad física durante el ciclo de vida, aumenta la probabilidad de tener un cuerpo menos vulnerable por cualquier tipo de enfermedades Cintra y Balboa (2011). El beneficio de la actividad física enriquece la calidad de vida y ayudara a tener una vida longeva en su mayor expresión. De la misma manera García, Carbonell y Delgado (2010) menciona que realizar actividad física fortalece el sistema inmune, tonifica los paquetes musculares, combate el estrés y regula la adiposidad del cuerpo.

La OMS, (2020) “Considera los subsiguientes modelos de la actividad física: Actividad física intensa, actividad física moderada y actividad física sedentaria”. La Organización mundial de la salud clasifica en 3 los tipos de la actividad física. Actividad Física Intensa, La OMS (2020) estimó que “este tipo de actividad física necesita de un esfuerzo de alta intensidad, llegando a provocar en la persona una respiración rápida y un aumento considerable de la frecuencia cardíaca”. Esto implica realizar actividades de alta intensidad o la práctica de algunas disciplinas deportivas, llevando al organismo a una exigencia máxima. Por lo tanto, la actividad física de alta intensidad favorecerá y fortalece el funcionamiento del cuerpo de la persona que practica de dicha actividad. Asimismo, Bravo (2012) indica que la actividad física intensa es toda acción que involucre el máximo esfuerzo de la persona, generando mayor demanda energética y mayor demanda de oxígeno. Por tal razón, el autor recomienda realizar actividad intensa respetando los rangos de edad y sugiere que los menores de 5 a 17 años deben realizar actividad física intensa no mayor a 30 minutos. De igual manera Valdés (2021) indica que la actividad física de exigencia vigorosos requiere una respiración adecuada que implica soportar a una demanda máxima de oxígeno, aumentando la frecuencia cardiaca. Por último, Rosselli (2018) puntualizó que el desarrollo o la práctica de actividad física, es intensa cuando hay una demanda considerable de oxígeno,

provocando que los pulmones tengan mayor capacidad de abastecimiento y mayor oxigenación cerebral y todo ello implica un gasto energético considerable en el cuerpo humano.

Actividad Física Moderada, Según Rosselli (2018), la práctica actividad física moderado si requiere esfuerzo 3-5 veces más que descansar. Aparece con un aumento de la pulsación, demanda de mayor oxígeno, en algunos casos sudoración esto se da por las actividades que se realizan constantemente. El escritor indicó que realizar actividad física de forma moderada genera una intensidad media, esto implica una activación fisiológica completa en el organismo, aumento de temperatura, mayor cantidad de pulsaciones por minuto y presencia de sudoración. De igual manera Matsudo (2012) precisa que realizar sesiones continuas durante una semana o alternada con una duración de 10 a 15 minutos, es beneficioso para la salud y previene las enfermedades cardiovasculares. Por lo tanto, los científicos del deporte recomiendan a las personas practicar actividad deportiva diaria y así mantener una vida saludable.

Actividad Física Sedentaria Madrid, (2018) indica que el sedentarismo es la falta de actividad física regular, precisa como: menos de treinta minutos diarios de entrenamiento regular y menos de tres días por semana. Por ejemplo, estar sentado mientras se traslada al trabajo o al centro de estudio, el tiempo que se utiliza en ver un programa de televisión o la práctica de juegos virtuales, consume poca energía y esto implica una vida sedentaria ya que los movimientos que se realizan son mínimas. En la misma línea Pérez (2014) enfatiza que las personas con sobrepeso, enfermedades cardiovasculares, problemas respiratorios son aquellas que tienen una vida sedentaria y que consumen alimentos altos en calorías, generando que estas se conviertan en reservas energéticas, estas reservas al no ser catalizados se convierten en grasa (esto se distribuye en los diferentes partes del cuerpo).

En respecto a las dimensiones tenemos a Ruiz (2013) el escritor precisó que la actividad física es muy complicada de medir, considera a la intensidad, la frecuencia y la duración como los elementos a tener en cuenta: Intensidad, es el nivel de esfuerzo que realiza la persona cuando realiza esfuerzo físico. Esta variante es la más importante y a la vez complicado de evaluar. El escritor menciona

que la intensidad es la fuerza máxima que demanda realizar actividad física y requiere de una corta duración no mayor a tres minutos con una pulsación de 170-220 por minuto, generando un mayor desgaste energético; Frecuencia, es la suma de reanudaciones que se da durante el esfuerzo físico, para ello se considera el espacio y tiempo. Numerosos estudios han demostrado que, si el consumo de energía es constante, la consecuencia de la actividad física sobre la condición corporal es el mismo en el tiempo que se realiza dicha actividad; Duración, cantidad de minutos de esfuerzo físico en un lugar determinado, se puede ejecutar de forma prolongada o de forma discontinua, en una actividad recreativa o deportiva. Por último, También precisa la duración como el tiempo fijado para el ejercicio. Hay dos formas de hacer ejercicio: el primero es continua que se ejecuta en un tiempo establecido de treinta minutos por cuatro repeticiones y el segundo es intermitente y se puede desarrollar periódicamente en diez minutos con tres minutos de descanso.

En cuanto a la segunda variable adicción a los videojuegos, se inició de la revisión bibliográfica para definir las bases de la variable en estudio, guardándose relación con la actividad física. Asimismo, estas posturas son afianzadas por autores que han demandado su tiempo en el desarrollo de las variables. Cuando hablamos de adicción en forma global imaginamos el consumo de la marihuana, tabaco, alcohol, coca, etc. Sin embargo, en la actualidad los vicios o adicciones no solo se determina por el uso de elementos nocivos para la vitalidad. Hay estudios científicos que llegaron a concluir, que cualquier vicio de actividad placentera para un niño, adolescente, joven o adulto puede transformarse en una conducta adictiva (Castell, 2003).

Teorías generales, según Caro (2017) indica que el causante principal de la dependencia a los juegos virtuales, es el uso inadecuado y descontrolado de los aparatos tecnológicos por parte de los niños, adolescentes y jóvenes. En la misma línea, Navarro y Rueda (2017) indica que la adicción a los videojuegos es una “dependencia psicológica” y esto se caracteriza por la sujeción y el aumento de actividades que se desarrollan por medios virtuales, llegando a provocar malestares en la persona cuando no está conectado por este medio. Finalmente, Peralta y Torres (2021) enfatiza que los videojuegos son fuertemente adictivos y esto ha

causado un conjunto de problemas como hurtos, violencia física, sicarito y en muchos casos llevar hasta el suicidio. Por lo tanto, podemos decir que la adicción a los videojuegos es un malestar que provoca en la persona el apuro incontrolable de jugar de forma desesperante los juegos electrónicos.

Uso de los Videojuegos, según González, Espada y Tejeiro (2017) se refiere al uso aislado, temporal y/u ocasional que no provoca adicción ni problemas de salud, esto no descarta la posibilidad de generar un posible daño si se sobrepasa la cantidad de horas recomendadas. Beltrán, Valencia y Molina (2011) indica que los videojuegos también pueden ser utilizados como tips para el aprendizaje escolar y medio de rehabilitación. Con esto nos da a entender que el buen uso de los videojuegos puede ser muy beneficiosos para para los escolares, este tiene que ser planificado y controlado por el docente o la persona encargada.

Abuso de los Videojuegos El exceso de la práctica de los videojuegos, genera que la persona se vuelva dependiente al juego practicado. Esto lleva a que el contexto y estilo de vida del individuo cambie por completo, generando rechazo social y familiar por el impacto negativo que produce el uso excesivo de los videojuegos (López, Uc-Cohuo y Taylor, 2015). En la misma línea, Escribano (2012), indica que el abuso de videojuegos genera dependencia, pero esta no se puede comparar con las otras adicciones como el alcohol, drogas, entre otros puesto que la dependencia a video se puede controlar con el uso correcto y planificado

Adicción a los Videojuegos, se da cuando los usuarios dedican la mayor cantidad de horas a la práctica de videojuegos y esto distorsiona el desarrollo natural de sus actividades cotidianas, generando alteraciones en su estado de ánimo, trabajos no concluidos y poca practica de actividades recreativas (Carbonell, 2020). En la misma línea, Rodríguez Rodríguez & Garcia Padilla (2021) menciona que “el trastorno por videojuego de web (adicción a videojuegos) se determina por un patrón de comportamiento, cuando el sujeto es insistente y recurrente con la práctica del juego, esto nos indica que ya es un malestar clínico y relevante por un periodo de doce meses”. Algunos investigadores indican que los videojuegos muestran escenas muy violentas y esto podría generar mayor tolerancia a la agresividad. También, la dependencia de los videojuegos puede provocar descuido

en sus hábitos saludables, como no usar ropa limpia, no bañarse, comer en horarios no correspondientes, perturbar las horas de sueño y en otros casos hasta la deserción familiar.

La adicción a los videojuegos está siendo fuertemente cuestionado por muchos autores. Esto se debe a que los niños y adolescentes les dedican muchas horas de práctica, cabe mencionar que es una de las actividades preferidas por esta generación. Esto implica detectar el proceso adictivo, ya que los adolescentes adictos a los videojuegos se sienten muy competentes y adaptados al ámbito virtual, percepción que se deteriora en un contexto real (Peralta y Torres, 2020). Por último Buiza, Garcia y Alonso (2017) indica que la adicción a los videojuegos, es altamente perjudicial para el ser humano, la dependencia a los juegos virtuales genera un cambio negativo en el comportamiento de la persona (irritabilidad, cansancio, enfado) y todo ello genera sedentarismo provocando las enfermedades cardiovasculares.

En relación las dimensiones de adicción a los videojuegos, tiene sustento en el autor Chóliz & Clara (2011) quien considera las siguientes dimensiones: Dimensión de abstinencia, es un estado emocional desagradable, por un tiempo corto o prolongado; dimensión de tolerancia, se aumenta las horas de juego con la finalidad de lograr los efectos de satisfacción que se lograba antes de acabar las partidas; dimensión problemas asociados a los videojuegos, todos estos son los efectos negativos del mal uso de los videojuegos. La presencia de actividades sociales, profesionales o de ocio disminuidas provocadas por los videojuegos y por último la dimensión dificultad de control: esto hace referencia a una pérdida de control sobre el uso de un videojuego que llevará más tiempo de lo esperado originalmente en términos de tiempo y demanda.

En cuanto a los tipos de videojuegos, en la actualidad las empresas creadoras de los videojuegos están en constante competencia, esto les ha llevado a crear juegos de diferentes tipos y utilizan criterios muy diferentes. Organización sencilla de Juegos de internet es la propuesta por Kuss y Griffiths (2012) quienes lo categorizan en juegos por navegador; por ejemplo, Minicraft Classic, juegos de primera persona; por ejemplo, Wolf Team, Rakion; los juegos simulación, como Bus

Simulator 2015; por último, los juegos de roles, como Mobi legend que consiste en destruir el nexo del rival y se juega 5 vs 5. Asimismo, estos juegos de multijugador, de roles y primera persona generan conductas adictivas. Entre ellos tenemos los juegos de fantasía que consiste en comprar sus equipamientos con dinero real, esto genera más dependencia hacia el juego llevando al jugador a un estado deplorable de estrés, ansiedad, depresión y entre otros. Según Fajardo (2021) el juego con mayor usuario es PUBG, tiene más de 1,037 millones de jugadores. La magnitud social que alcanzan estos juegos, permite la identidad grupal, el trabajo en equipo y algunos encuentros en la vida real.

Factores que Incitan a la Adicción de Videojuegos Buiza Agudo (2018) considera los siguientes factores como causantes a la adicción de los videojuegos: rasgos de la persona, algún aspecto personal específicamente se relaciona con el desarrollo de juegos.

Los videojuegos son más practicados por hombres que por mujeres, el 90% es practicado por el género masculino desde una edad temprana que el sexo femenino. El tipo de juego varía de acuerdo a las edades, la mayoría de los juegos están programados para los más jóvenes, debido a que disponen con mayor tiempo de ocio. Los jugadores virtuales pueden generar una baja autoestima, baja inteligencia emocional y ansiedad:

- a) Rasgos del entorno. Los rasgos más frecuentes que incitan al mundo de los video juegos son: los aspectos físicos del dispositivo móvil, el entorno social en el cual están involucrados los amigos realizando dicha práctica y la accesibilidad al juego. Este último es un factor determinante para generar un hábito al videojuego.
- b) Rasgos estructurales del juego. Los juegos con estructuras graficas de alta calidad, con características de semejanza (creación y desarrollo de avatares), narración del juego (tema, género, historia, entre otros), son los más demandados por los jugadores jóvenes y se podría decir que son los juegos más adictivos.
- c) Motivación para jugar. Existen factores personales y ambientales para la estimulación del juego. Entre ellas están algunas sincronizaciones de drama, que incluye: emociones negativas, entretenimiento, estrés, amistad, miedo, relación virtual y recompensa. En resumen, el logro y la satisfacción personal obtenido en

el juego, motivará a que el jugador continúe dedicándole más tiempo de ocio, todo ello con la finalidad de avanzar y ser el mejor en dicha práctica.

Orígenes de la Adicción a los Videojuegos.

Miguel y Soriano (2021) menciona que orígenes de la adicción a los videojuegos son diferentes en cada paciente, pero se pueden mencionar las siguientes:

- Problemas familiares. Por lo general ocurre en las familias disfuncionales, debido a la falta de comunicación con el menor, peleas constantes. Esto lleva al menor a aislarse en el mundo de las consolas.
- Problemas sociales o académicas. Tendrá poco interés en relacionarse con su entorno social a nivel académico y personal. Esto se debe a la práctica excesiva de los juegos electrónico que implica mayor tiempo en el mundo virtual, generando la falta de adaptación en la vida real.
- Debido a que cada paciente tiene una causa diferente, no es posible ponerse de acuerdo sobre la causa de la enfermedad, pero es necesario distinguir cada caso específico para cada paciente. En particular, un estudio caso por caso proporcionará un diagnóstico más preciso (Miguel y Soriano, 2021).

Características.

Según Cruz y Vivian (2016) las personas adictas, tienen una tolerancia baja a situaciones frustrantes a las cuales actúan impulsivamente mostrando irritabilidad y poca paciencia que hace que los sujetos busquen soluciones fáciles y que requieran rapidez. Cabe mencionar que estas personas toman decisiones apresuradas y muchas veces las decisiones son incorrectas. Por ejemplo, en los niños y adolescentes, estos dejan de lado los estudios académicos, se unen a grupos de personas que no son adecuados para su buen desarrollo social. También, genera que las personas no se den cuenta de su forma de actuar, se mantiene muchas horas frente a la consola y estos piensan que solo fueron minutos, en ocasiones.

Marcano (2012) detalla de que los jugadores virtuales se caracterizan por estar horas y horas frente a la pantalla de la computadora o el celular móvil, son antisociales ya que solo se comunican a través del juego, se enojan con mayor

frecuencia, están subidos de pesos, tienen mala higiene, entre otros. Estas características mencionadas por el autor se pueden apreciar en las cabinas de internet, cabinas de consola y hasta en su propio cuarto. Estas características son comunes en niños, adolescentes y adultos que dependen del videojuego.

Efectos Psicológicos de la Adicción de Videojuegos.

La adicción a los videojuegos genera varios problemas psicológicos que le afectan sobre todo a nivel social. Los problemas psicológicos a causa de la adicción a los videojuegos son similares a los síntomas de los adictos al alcohol y drogas. Uno de los síntomas es el síndrome de abstinencia, la cual está relacionado con la ansiedad, irritabilidad e ira (García Cernaz, 2018). En la misma línea Brenes y Pérez (2013) mencionan que el comportamiento de los niños va cambiando de acuerdo al tiempo dedicado a los videojuegos, esto se puede reflejar negativamente en la escuela y el hogar. Estos niños tienen más probabilidad de volverse adictos a los videojuegos y sobre todo en futuros agresores.

Niñez y Videojuegos.

Recalquemos que los más propensa a generar adicciones son los de la etapa de la niñez, pubertad y adolescencia. Ya que, estos menores se encuentran más afectados por los cambios que se dieron a causa de la pandemia el estado de emergencia dado que en estas edades la socialización tiene gran relevancia en su desarrollo social. Es por ello, que en estos menores se provocan problemas académicos, se apartan de la sociedad, no soportan que los padres o tutores controlen sus horarios y por eso que se encuentran menos comprometidos a nivel familiar (Ferrer y Ruiz, 2006).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación.

La investigación se realizó bajo el enfoque cuantitativo, ya que valoró conseguir información con la aplicación de instrumentos que permitieron calcular los resultados logrados, así mismo “el uso de estadísticos para ostentar que las hipótesis propuestas son correctas o falsas con la finalidad llegar a las conclusiones y plantear respuestas o una posibilidad de solución al problema contemplado” (Hernández, Fernández y Baptista, 2018).

El tipo de investigación es básica, debido a que busca adquirir nuevas cogniciones. En cuanto a ello, Hernández, Fernández y Baptista (2018) expresa que este tipo de investigación no tiene determinación ya que busca ampliarse y ahondar con causas de cognición científica que son ciertos de la propia realidad.

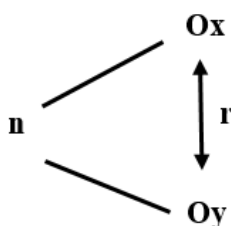
La investigación se realizó bajo un diseño no experimental porque “no existe manipulación voluntaria ya que solo se explican los fenómenos en su medio habitual para examinarlos” (Hernández, Fernández y Baptista, 2018, p. 152). Asimismo, fue transversal ya que se recolectaron todos los datos en una sola oportunidad, en un tiempo único (Hernández, Fernández y Baptista 2018, p. 155). De la misma manera, el nivel de investigación es correlacional ya que busca la relación entre dos o más variables en una situación determinado. (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2018, p.154).

Por lo tanto, la investigación aconteció un nivel correlacional debido a que busca la relación entre las dos variables en estudio. Asimismo, la investigación abarcó un método de tipo hipotético deductivo.

La investigación quedó ilustrada por el siguiente esquema:

Figura 1

Esquema de diseño correlacional Sánchez y Reyes (1998, p.79)



n: Población de estudiantes de IV ciclo de primaria, de una institución educativa.

r: Relación

Ox: Variable: Actividad Física

Oy: Variable: Adicción a los videojuegos

3.2. Variables y operacionalización

Variable 1: Actividad Física

Definición conceptual: Ruíz (2013) sostiene que “la actividad física es todo movimiento que aumenta la frecuencia cardiaca, causando la activación de todos los paquetes musculares implicados en la ejecución de las actividades físicas estructuradas y no estructuradas”. (p.1).

Definición operacional: Para efectos de análisis la variable se medirá en escala de tipo Likert a través de un cuestionario de la actividad física, los mismos que serán asignados con valores desde uno a cinco, con niveles alta, modera y baja, tanto para variable y, las dimensiones siguientes: dimensión intensidad, dimensión frecuencia y dimensión duración.

Variable 2: Adicción a los videojuegos

Definición conceptual: Chóliz y Clara (2011) indica que la adicción a los videojuegos es una dependencia psicológica y esto se caracteriza por la sujeción y el aumento las actividades que se desarrollan por el medio virtual, generando malestar cuando la persona no está activa por este medio.

Definición operacional: para el estudio de la variable, se medirá en escala de tipo likert a través del test de dependencia a videojuegos (TDV) Chóliz (2011) adaptado en el Perú por Salas Blas, Merino Soto , & Chóliz Mariano (2017), consiste en 25 ítems y con las dimensiones siguientes: dimensión abstinencia, dimensión abuso y tolerancia, dimensión problemas asociados a los videojuegos y dimensión dificultad de control.

3.3. Población y muestra

La población estuvo constituida por 216 educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte 2021, con edades entre 8 a 12 años, que están en dependencia de sus padres y que la mayoría cuenta con datos de internet en su celular móvil. De los 174 educandos, 94 son mujeres y 122 son varones. Con relación a mencionado Hernández, Fernández, Baptista (2018) mantiene que la población es la suma total

de todos los individuos que se encuentran en el lugar establecido para realizar la investigación.

Criterio de inclusión: Los educandos que fueron tomados como muestra corresponden a tercer y cuarto grado de nivel primaria de las secciones A, B y C de entre 8 y 12 años, Los educandos contaban con internet en su celular móvil para responder los cuestionarios.

Criterios de Exclusión: No se consideró a los educandos que están con descanso médico, educandos que no completaron los ítems, educandos que no pertenezcan a tercer y cuarto grado.

En cuanto a la muestra estuvo conformado por 174 educandos del ciclo IV del nivel primaria que corresponde a tercer y cuarto grado.

Para la obtención de la muestra se utilizó el muestreo no probabilístico, también conocido como muestreo por conveniencia. Asimismo, la elección de los individuos no depende de la posibilidad, sino de las causas relacionadas con las particularidades del estudio o el objetivo que persigue el investigador.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se empleó para la recopilación de datos fue la encuesta Casas, Repullo y Donado (2021) indica que “esta técnica se usa ampliamente como método de búsqueda porque permite la recuperación y el procesamiento de datos de manera rápida y eficiente”. El instrumento que se utilizó para recolectar los datos fue el cuestionario de tipo Likert, ya que van a estar vinculados con las variables y los indicadores de la investigación. Mejía (2005), quien indica que el instrumento es todas las herramientas que se pueda usar para medir una variable, recopilar datos sobre una variable o simplemente monitorear un comportamiento.

El primer instrumento recolectó información referente a la primera variable actividad física, cuenta con 24 ítems, 3 dimensiones (intensidad, frecuencia y duración; el segundo instrumento que se utilizó para la recolección de datos de adicción a los videojuegos fue el test de dependencia a videojuegos (TDV), que fue creado por Chóliz (2011) en la universidad de Murcia, España. Esta prueba fue adaptado en el Perú por Salas, Merino y Chóliz (2017) el TDV es un instrumento de valoración

de la necesidad a videojuegos, consiste de 25 ítems, así mismo en la adecuación que realizaron no demandaba de realizar cambios en el texto primario y presenta una estabilidad interna alzada.

Validez

Para la validez del instrumento de la actividad física se sometió a la opinión de jueces de expertos, siendo aprobado satisfactoriamente por los tres jueces expertos. En cuanto a la validez del instrumento dependencia de videojuegos, utilizó el instrumento de Salas, Merino y Choliz (2017) quien realizó la validez en una población peruana, los resultados 0.94 demostraron que el instrumento es confiable y válido.

Confiabilidad

En el estudio de prueba piloto aplicado a estudiantes del nivel primaria, obtuvo para un total de 24 ítems, un coeficiente de Cronbach de 0,733, que indica que la herramienta empleada ha sido confiable para la obtención de datos del estudio.

Salas, Merino y Choliz (2017) el instrumento test de dependencia a videojuegos, es confiable ya que el índice de alfa de Cronbach del conjunto de ítems es de 0.94.

3.5. Procedimiento

Para la aplicación del instrumento se utilizaron cuestionarios elaborados en Microsoft Forms, los mismos que para ser aplicados fueron solicitados previo permiso de la dirección. Luego de ello, la dirección brindó la autorización de ejecución del instrumento, con el fin de aplicarse a los educandos del ciclo IV del nivel primaria, considerando las condiciones de inclusión correspondiente y acatando su información por principios de confidencialidad.

3.6. Método de análisis de datos

Para abordar el análisis de datos, se sitúan los datos en la base de datos mencionada para que con ello la organización sea más precisa, en torno a este aspecto es necesario indicar el puntaje, para que luego se pueda establecer las dimensiones acorde a las variables en estudio en el Software Estadístico SPSS V. 25; donde el análisis descriptivo se realizó con tablas de frecuencia y gráficos; mientras que la parte inferencia se realizó con la prueba de normalidad de Levene de Kolmogorov-Smirnov y decidir el tipo de comprobación de correlación en las hipótesis.

3.7. Aspectos éticos

El presente estudio no trasgredió ni atentó los derechos de los docentes, porque no se hizo una prueba deliberada para manipular las variables. También, por la coyuntura actual se solicitó el permiso para poder compartir el cuestionario por el formulario virtual. Asimismo, se respetó los parámetros exigidos en la guía de elaboración de tesis de la UCV actualizada al 2020. Por tal razón, cumplió con las normas APA según el contenido, forma y aporte del investigador. Honestidad, objetividad, mantener la información en anonimato son aquellas conductas éticas que se llevó a cabo en esta investigación.

IV. RESULTADOS

A continuación, muestran los resultados a razón de los objetivos planteados; en ese sentido de acuerdo al objetivo general se narra lo obtenido a nivel de correlación de la tabla 1.

Tabla 1

Distribución de frecuencias de la actividad física en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte 2021.

VALIDO	Niveles	Baremo	Frecuencia n (fi)	Porcentaje valido (%)
1	Nunca	24 --43	1	1%
2	Casi Nunca	44--62	11	6%
3	A veces	63--81	75	43%
4	Casi Siempre	82--100	81	47%
5	Siempre	101--119	6	3%
	TOTAL		174	100%

Descripción:

En la tabla 01, podemos observar la encuesta realizada en la práctica de la actividad física en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte; en la que el 47,0% de estudiantes señala que casi siempre practican las actividades físicas, el 43,0% de estudiantes señala que a veces practica actividades físicas, el 6,0% de estudiantes casi nunca practican actividades físicas, el 3,0% de estudiantes manifiestan que siempre practican las actividades físicas y solo el 1,0% de estudiantes nunca practican actividades físicas.

Tabla 2

Distribución de frecuencias de la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria Ate Vitarte, 2021.

VALIDO	Niveles	Baremo	Frecuencia n (fi)	Porcentaje valido (%)
0	Totalmente en desacuerdo	25--45	150	86%
1	En Desacuerdo	46--65	23	13%
2	Neutral	66--85	1	1%
3	De Acuerdo	86--105	0	0%

4	Totalmente de acuerdo	106--125	0	0%
TOTAL			174	100%

Descripción:

En la tabla 02, podemos observar la encuesta realizada respecto a la adicción a videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte; de los cuales el 86,0% de estudiantes precisan que están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los video juegos, así mismo el 13,0% de estudiantes señalan que están en desacuerdo a que son adictos a los video juegos; por otra parte, se aprecia que el 1.0% de estudiantes precisa que es neutral respecto a su opinión.

Tabla 3

Actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria Ate Vitarte, 2021.

		ACTIVIDAD FÍSICA*ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS tabulación cruzada				
		ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS				
		Totalmente en	En	Neutral	Total	
		Desacuerdo	Desacuerdo			
ACTIVIDAD FÍSICA	Nunca	Recuento	1	0	0	1
		% del total	,6%	0,0%	0,0%	,6%
	Casi Nunca	Recuento	11	0	0	11
		% del total	6,3%	0,0%	0,0%	6,3%
	A veces	Recuento	75	0	0	75
		% del total	43,1%	0,0%	0,0%	43,1%
	Casi Siempre	Recuento	63	18	0	81
		% del total	36,2%	10,3%	0,0%	46,6%
	Siempre	Recuento	0	5	1	6
		% del total	0,0%	2,9%	,6%	3,4%
Total		Recuento	150	23	1	174
		% del total	86,2%	13,2%	,6%	100,0%

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes respecto a la *actividad física y adicción a los videojuegos*.

Interpretación: En la tabla 3, podemos observar la actividad física y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte; de los cuales el 86,2% de estudiantes precisan que están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los videojuegos, 13,2% de estudiantes señalan que están en desacuerdo a que son adictos a los videojuegos; por otra parte se aprecia que el 0.6% de estudiantes precisa que es neutral respecto a su opinión; por otra parte el 46,6% de estudiantes señala que casi siempre practican las actividades físicas, el 43,1% de estudiantes señala que a veces practica actividades físicas, el 6,3% de

estudiantes casi nunca practican actividades físicas, el 3,0% de estudiantes manifiestan que siempre practican las actividades físicas y solo el 0,6% de estudiantes nunca practican actividades físicas.

Tabla 4

Intensidad de la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.

		ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS				Total
		Totalmente en Desacuerdo	En desacuerdo	Neutral		
INTENSIDAD DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	Nunca	Recuento	2	0	0	2
		% del total	1,1%	0,0%	0,0%	1,1%
	Casi Nunca	Recuento	24	0	0	24
		% del total	13,8%	0,0%	0,0%	13,8%
	A veces	Recuento	107	0	0	107
		% del total	61,5%	0,0%	0,0%	61,5%
	Casi Siempre	Recuento	17	22	0	39
		% del total	9,8%	12,6%	0,0%	22,4%
	Siempre	Recuento	0	1	1	2
		% del total	0,0%	,6%	,6%	1,1%
Total		Recuento	150	23	1	174
		% del total	86,2%	13,2%	,6%	100,0%

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes respecto a la intensidad de la actividad física y adicción a los videojuegos.

Interpretación: En la tabla 4, podemos observar la intensidad de la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte; de los cuales se aprecia que el 61,5% de estudiantes a veces practica actividad física intensa, el 39,0% casi siempre practica actividad física intensa, el 13,8% casi nunca practica actividad física intensa, el 1,1% nunca practica actividad física intensa y solo el 1,1% practica actividad física intensa; en relación a la adicción a los videojuegos, se aprecia que el 86,2% de estudiantes precisan que están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los videojuegos, 13,2% de estudiantes señalan que están en desacuerdo a que son adictos a los videojuegos; por otra parte se aprecia que el 0.6% de estudiantes precisa que es neutral respecto a su opinión.

Tabla 5

Frecuencia de la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.

FRECUENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA*ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS tabulación cruzada			ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS			
			Totalmente en Desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	Total
FRECUENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	Casi	Recuento	8	0	0	8
	Nunca	% del total	4,6%	0,0%	0,0%	4,6%
	A veces	Recuento	63	0	0	63
		% del total	36,2%	0,0%	0,0%	36,2%
	Casi Siempre	Recuento	67	0	0	67
		% del total	38,5%	0,0%	0,0%	38,5%
	Siempre	Recuento	12	23	1	36
		% del total	6,9%	13,2%	,6%	20,7%
Total		Recuento	150	23	1	174
		% del total	86,2%	13,2%	,6%	100,0%

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes respecto a la frecuencia de la actividad física y adicción a los videojuegos.

Interpretación: En la tabla 5, podemos observar la frecuencia de la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte; de los cuales se aprecia que el 38,5% de estudiantes casi siempre es frecuente en la actividad física, el 36,2% a veces es frecuente en la actividad física, el 20,7% siempre es frecuente en la actividad física, el 4,6% casi nunca es frecuente en su actividad física; en relación a la adicción a los video juegos, se aprecia que el 86,2% de estudiantes precisan que están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los videojuegos, 13,2% de estudiantes señalan que están en desacuerdo a que son adictos a los video juegos; por otra parte se aprecia que el 0.6% de estudiantes precisa que es neutral respecto a su opinión.

Tabla 6

Duración de la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.

		ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS				Total
		En			Total	
		Desacuerdo	Neutral	De Acuerdo		
DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	Nunca	Recuento	3	0	0	3
		% del total	1,7%	0,0%	0,0%	1,7%
	Casi Nunca	Recuento	16	0	0	16
		% del total	9,2%	0,0%	0,0%	9,2%
	A veces	Recuento	64	0	0	64
		% del total	36,8%	0,0%	0,0%	36,8%
	Casi Siempre	Recuento	67	11	0	78
		% del total	38,5%	6,3%	0,0%	44,8%
	Siempre	Recuento	0	12	1	13
		% del total	0,0%	6,9%	,6%	7,5%
	Total	Recuento	150	23	1	174
		% del total	86,2%	13,2%	,6%	100,0%

Fuente: Encuesta realizada a los estudiantes respecto a la duración de la actividad física y adicción a los videojuegos.

Interpretación: En la tabla 6, podemos observar la duración de la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte; de los cuales se observa que el 44,8% de estudiantes casi siempre se mantiene en la actividad física, el 36,8% a veces se mantiene en la actividad física, el 09,2% casi nunca se mantiene en la actividad física, el 7,5% siempre se mantiene en actividad física y solo el 1,7% nunca se mantiene en actividad física; en relación a la adicción a los video juegos, se aprecia que el 86,2% de estudiantes precisan que están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los video juegos, 13,2% de estudiantes señalan que están en desacuerdo a que son adictos a los video juegos; por otra parte se aprecia que el 0.6% de estudiantes precisa que es neutral respecto a su opinión.

4.2. Pruebas de normalidad

Tabla 7

Prueba de Levene para decidir la estadística inferencial en las variables y dimensiones en estudio.

		Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra				
		ACTIVIDAD FÍSICA	ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS	INTENSIDAD DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	FRECUENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
N		174	174	174	174	174
Parámetros normales ^{a,b}	Media	3,4598	1,1437	3,0862	3,7529	3,4713
	Desviación estándar	,69356	,36784	,67020	,83415	,83061
Máximas diferencias extremas	Absoluta	,282	,514	,316	,225	,261
	Positivo	,246	,514	,316	,225	,192
	Negativo	-,282	-,348	-,299	-,208	-,261
Estadístico de prueba		,282	,514	,316	,225	,261
Sig. asintótica (bilateral)		,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c	,000 ^c

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. Corrección de significación de Lilliefors.

Interpretación: En la tabla 7, podemos observar los resultados de la prueba Levene de Kolmogorov-Smirnov, en una unidad muestral de 174 educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte 2021, en las variables de actividad física y adicción a los videojuegos, así como en las dimensiones de intensidad, frecuencia y duración de la actividad física; de las cuales se observa los significados asintóticos bilaterales para cada caso son $< 0,05$, con resultados de p valor = $0,00$, en consecuencia, los datos configuran una distribución no normal, por lo tanto se trata de una estadística no paramétrica en investigaciones correlacionales.

Decisión estadística:

La Corrección de significación de datos configura una distribución no paramétrica y como mis variables de estudio son de tipo ordinal con escalas iguales para cada instrumento, es decir 5 escalas para actividad física y 5 escalas para adicción a los videojuegos, entonces el procedimiento estadístico a seguir en las pruebas de hipótesis corresponde al estadístico tau_b de Kendall

4.3. Resultados estadísticos a nivel inferencial

Prueba de la hipótesis general

Hipótesis alterna (Ha)

Existe relación entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021.

Hipótesis nula (Ho)

No existe relación entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021.



Correlaciones				
			ACTIVIDAD FÍSICA	ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS
tau_b de Kendall	ACTIVIDAD FÍSICA	Coeficiente de correlación	1,000	,436**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	174	174
	ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS	Coeficiente de correlación	,436**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	174	174

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Regla: Si el valor $p \geq 0.05$, se acepta hipótesis nula. Si valor $p < 0.05$, se acepta HA.

Nota: Nivel de

significancia $\alpha=0,05$

Fuente: Cuestionario

Elaboración: Propia.

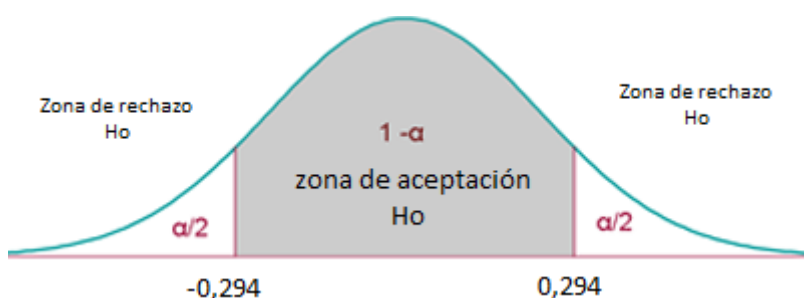
INTERPRETACIÓN:

La tabla de asociación de correlaciones no paramétricas para la hipótesis principal, nos permite colegir que el valor tau_b de Kendall = 0,436, lo cual precisa una correlación débil moderada en las variables estudiadas.

Nivel de significancia

$\alpha = 0,05$ (5%)

Región de rechazo y aceptación



Decisión estadística

Valor de la tabla = 0,294

Valor teórico = 0,436

El valor hipotético se sitúa en la zona de descarte de H_0 , en la tabla de asociación el significado asintótico (bilateral) obtenido es de 0,000 y es menor que al nivel de significancia (α : 0,05); entonces existen razones estadísticas para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna:

Conclusión estadística: “Existe relación entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021”.

El coeficiente de asociación de variabilidad es de 0,436, por lo tanto existe una correlación débil y moderada entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos (Kendall: 0,436; $p < 0,05$)

Prueba de la hipótesis específica 1

Hipótesis alterna (Ha)

Existe relación entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021.

Hipótesis nula (Ho)

No existe relación entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte 2021.



Regla: Si el valor $p \geq 0.05$, se acepta hipótesis nula. Si valor $p < 0.05$, se acepta HA.

Correlaciones				
			INTENSIDAD DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS
tau_b de Kendall	INTENSIDAD DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	Coefficiente de correlación	1,000	,590**
		Sig. (bilateral)		,000
	ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS	N	174	174
		Coefficiente de correlación	,590**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	174	174

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Nota: Nivel de

significancia $\alpha=0,05$

Fuente: Cuestionario

Elaboración: Propia.

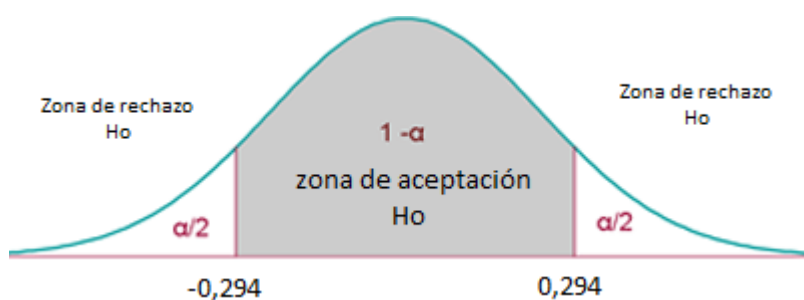
INTERPRETACIÓN:

La tabla de asociación de correlaciones no paramétricas para la hipótesis específica 1, nos permite colegir que el valor tau_b de Kendall = 0,590, lo cual precisa una correlación moderada entre intensidad de la actividad física y adicción a los videojuegos.

Nivel de significancia

$\alpha = 0,05$ (5%)

Región de aceptación



Decisión estadística

Valor de la tabla = 0,294

Valor teórico = 0,590

El valor hipotético se sitúa en la zona de descarte de H_0 , en la tabla de asociación el significado asintótico (bilateral) obtenido es de 0,000 y es menor que al nivel de significancia (α : 0,05); entonces existen razones estadísticas para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna:

Conclusión estadística: "Existe relación entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021.

El coeficiente de asociación de variabilidad es de 0,590, por lo tanto existe una correlación moderada entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos (Kendall: 0,590; $p < 0,05$)

Prueba de la hipótesis específica 2

Hipótesis alterna (Ha)

Existe relación entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de la primaria de, Ate Vitarte 2021.

Hipótesis nula (Ho)

No existe relación entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de la primaria de, Ate Vitarte 2021.



Correlaciones				
			ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS	FRECUENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
tau_b de Kendall	ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS	Coeficiente de correlación	1,000	,544**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	174	174
	FRECUENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	Coeficiente de correlación	,544**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	174	174

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Regla: Si el valor $p \geq 0.05$, se acepta hipótesis nula. Si valor $p < 0.05$, se acepta HA.

Nota: Nivel de significancia $\alpha=0,05$

Fuente: Cuestionario

Elaboración: Propia.

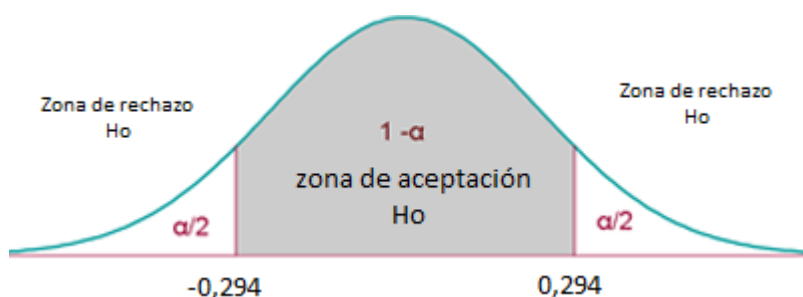
INTERPRETACIÓN:

La tabla de asociación de correlaciones no paramétricas para la hipótesis específica 2, nos permite colegir que el valor tau_b de Kendall = 0,544, lo cual precisa una correlación moderada entre frecuencia de la actividad física y adicción a los video juegos.

Nivel de significancia

$$\alpha = 0,05 (5\%)$$

Región de rechazo y aceptación



Decisión estadística

Valor de la tabla = 0,294

Valor teórico = 0,544

El valor hipotético se sitúa en la zona de descarte de H_0 , en la tabla de asociación el significado asintótico (bilateral) obtenido es de 0,000 y es menor que al nivel de significancia (α : 0,05); entonces existen razones estadísticas para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna:

Conclusión estadística: “Existe relación entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de la primaria, Ate Vitarte 2021.

El coeficiente de asociación de variabilidad es de 0,544, por lo tanto existe una correlación moderada entre la actividad física con frecuencia y adicción a los videojuegos en educandos (Kendall: 0,544; $p < 0,05$)

Prueba de la hipótesis específica 3

Hipótesis alterna (Ha)

Existe relación entre la actividad física de duración y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021.

Hipótesis nula (Ho)

No existe relación entre la actividad física de duración y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021.



Correlaciones				
			ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS	DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
tau_b de Kendall	ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS	Coeficiente de correlación	1,000	,482**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	174	174
	DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	Coeficiente de correlación	,482**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	174	174

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Regla: Si el valor $p \geq 0.05$, se acepta hipótesis nula. Si valor $p < 0.05$, se acepta HA.

Nota: Nivel de

significancia $\alpha=0,05$

Fuente: Cuestionario

Elaboración: Propia.

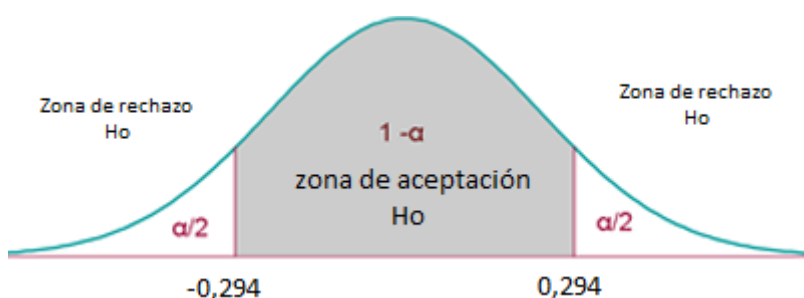
INTERPRETACIÓN:

La tabla de asociación de correlaciones no paramétricas para la hipótesis específica 3, nos permite colegir que el valor tau_b de Kendall = 0,482, lo cual precisa una correlación moderada débil entre duración de la actividad física y adicción a los video juegos.

Nivel de significancia

$\alpha = 0,05$ (5%)

Región de rechazo y aceptación



Decisión estadística

Valor de la tabla = 0,294

Valor teórico = 0,482

El valor hipotético se sitúa en la zona de descarte de H_0 , en la tabla de asociación el significado asintótico (bilateral) obtenido es de 0,000 y es menor que al nivel de significancia (α : 0,05); entonces existen razones estadísticas para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna:

Conclusión estadística: “Existe relación entre la actividad física de duración y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte 2021. El coeficiente de asociación de variabilidad es de 0,482, por lo tanto, existe una correlación moderada débil entre la actividad física de duración y adicción a los videojuegos en educandos (Kendall: 0,482; $p < 0,05$)”

V. DISCUSIÓN

En el presente estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación que existe entre la actividad física y adicción a los videojuegos; de acuerdo a este objetivo en las tablas 1,2, y 3 podemos observar que el ochenta y seis por ciento de estudiantes precisan que están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los video juegos; por otra parte, el cuarenta y seis por ciento de estudiantes señala que casi siempre practican las actividades físicas. Estos resultados estadísticos llevados a cabo a la prueba inferencial, nos permite colegir que el valor tau_b de Kendall = 0,436, lo cual precisa una correlación débil moderada en las variables estudiadas, concluyendo de esta manera que existe relación entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte en el presente año.

Estos resultados investigativos se asemejan con los estudios de Lozano y otros (2019) en su investigación tuvieron como objetivo examinar el nivel de obesidad en los escolares de Granada. Asimismo, se desarrolló una investigación no experimental, estuvo conformada por 261 niños de ambos sexos con promedios de edad entre diez y doce años y se utilizó como instrumento el cuestionario de Experiencias Relacionadas con los Videojuegos. El resultado llegó a determinar que los casos de sobrepeso eran escasas en dichos escolares, debido a que la mayoría de estudiantes realizaban actividades físicas recreativas y deportivas. Según la encuesta realizada, la mayoría de escolares coinciden en responder que casi siempre realizan actividades físicas y una mayoría niega ser adicto a los videos juegos; sin embargo la realidad en este mundo de la cibernética a firma lo contrario, una investigación realizada por el comercio los adolescentes y niños pasan más de 19 horas semanales a la semana, el Foro económico Mundial en Perú los niños de 8 a 12 años y de 13 y 14 años invierte de 28 a 32 horas semanales en internet y el mayor tiempo está relacionado a los video juegos.

En relación al objetivo específico 1 nos planteamos determinar la relación que existe entre la actividad física intensa y la adicción a los videojuegos en

educandos del ciclo IV. Los resultados descriptivos revelan que el sesenta y uno por ciento de estudiantes a veces practica actividad física intensa; en relación a la adicción a los video juegos, se aprecia que el ochenta y seis por ciento de estudiantes precisan que están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los video juegos. Este resultado llevado a cabo a la prueba de inferencia nos revela la asociación de correlaciones con el valor tau_b de Kendall = 0,590, lo cual precisa una correlación moderada entre intensidad de la actividad física y adicción a los video juegos, por lo que concluimos que existe relación entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria.

Estos resultados estadísticos, se asemejan a los estudios de Gil y Román (2018), el objetivo de su investigación fue integrar los estudios publicados en relación a su importancia. Concluyendo que el juego y el ejercicio son dos fuentes claves para lograr un diseño global significativo y dinámico que propicie la formación de los estudiantes, con recursos digitales para el aprendizaje y que se pueda mejorar mediante la tecnología, sin embargo es preciso señalar que las redes de internet y el uso del internet bien dosificadas controladas y aprovechadas con fines educativos traen más beneficios y fortalezas que amenazas y debilidades; también dese tener en cuenta que la tecnología y el internet debe ir relacionado con la intensidad de la actividad física, habituar a los escolares desde muy niños a combinar la actividad física y el uso del internet.

En relación al objetivo específico 2, nos planteamos determinar la relación que existe entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, del objetivo planteado podemos señalar que el 38,5% de estudiantes casi siempre es frecuente en la actividad física; en relación a la adicción a los video juegos, se aprecia que el 86,2% de estudiantes precisan que están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los video juegos. Estos resultados descriptivos llevados a cabo a la prueba de inferencias nos demuestran la asociación de correlaciones del valor tau_b de Kendall = 0,544, lo cual precisa una correlación moderada entre frecuencia de la actividad física y adicción a los video juegos, por lo que asumimos que existe relación entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV.

A similares resultados a llegado los estudios de Sanchez, Ramirez, Beez, Moreno y Fernández (2019) en su investigación tuvieron como objetivo principal estudiar si el entrenamiento físico puede reducir los problemas causado por el uso continuo de los videojuegos. Para poder lograr los objetivos propuestos se utilizaron hojas de auto registro y el cuestionario de experiencia relacionado con los videojuegos. Llegando a concluir que la actividad física ayuda a reducir las horas de práctica dedicadas a los videojuegos, generando una vida saludable: por otra parte, contradice los resultados en los estudios de Morales (2016 en su trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar si existe una relación entre sus variables (nivel de actividad física, hábitos alimentarios y el uso de la tecnología). Se realizó una investigación de tipo descriptivo y analítico, se emplearon las herramientas de medición (TIC, HA y IPAQ) y su población estuvo conformada por 472 adolescentes. Los resultados indican que no hay relación significativa entre sus variables. Se llegó a concluir que hay una escala predominante y significativa de la práctica de actividad física y no se localizó la relación entre las dos variables. Efectivamente sin un plan de alimentación adecuada el juego como entrenamiento físico no se relacionará como tal, por lo que la actividad física va de la mano con la alimentación adecuada.

Finalmente, en relación al objetivo específico 3 nuestros resultados muestran que el cuarenta y cuatro por ciento de estudiantes casi siempre se mantiene en la actividad física; en relación a la adicción a los video juegos, se aprecia que el ochenta y seis por ciento de estudiantes precisan que están totalmente en desacuerdo a que son adictos a los video juegos. Este resultado llevado a la prueba de inferencias nos permite comprobar la asociación de correlaciones valor tau_b de Kendall = 0,482, lo cual precisa una correlación moderada débil entre duración de la actividad física y adicción a los video juegos. Estos resultado tienen similitud y mucha relación con los estudios de Flores (2020) en su trabajo de investigación tuvo como finalidad determinar la relación de sus dos variables (dependencia de videojuegos y agresividad) cuando concluye que, en relación a los objetivos establecidos, hay una correlación baja y significativa entre las dos variables; así mismo tiene relación con los estudios de Calleja, Reueda y

Barbosa (2021) en su trabajo de investigación tuvieron como objetivo verificar si hay una conexión entre el entrenamiento y la mejora de la impulsividad, cuando concluye que la práctica de actividad deportiva en los distintos clubes, mejora su salud mental llegando a mejorar el control de su impulsividad, quiere decir que si no se practica el deporte como actividad física los escolares serán tendientes a la impulsividad, más aun en tiempos de pandemia que vivimos; así mismo la falta de actividad física puede generar la conducta antisocial, la obesidad, problemas cardiovasculares, la ludopatía entre otras.

VI. CONCLUSIONES

Primero: En relación al objetivo principal, se determinó que hay una correlación débil moderada en las variables falta de actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021, lo cual sugiere que, a mayor tiempo de actividad física tendrán menos probabilidad de ser adictos a los videojuegos. Esto beneficia significativamente en la calidad de vida de los educandos.

Segundo: En relación al objetivo específico 1, se determinó que hay una correlación moderada en las variables actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021, lo cual sugiere que la práctica de actividad física intensa se tiene que ejecutar de forma progresiva, respetando las condiciones físicas del estudiante. También se sugiere habitar las horas específicas para la práctica de los videojuegos, esto con la finalidad de controlar las horas de juego virtual y prevenir la adicción.

Tercero: En relación al objetivo específico 2, se determinó que hay una correlación moderada en las variables actividad física con frecuencia y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte 2021, lo cual sugiere establecer un horario determinado para la práctica de actividad física durante la semana, evitando que el estudiante utilice los tiempos de ocio en los videojuegos. Esto generará en el educando un hábito de vida saludable durante su ciclo de vida.

Cuarto: En relación al objetivo específico 3, se determinó que hay una correlación moderada en las variables actividad física de duración y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria, Ate Vitarte 2021, lo cual sugiere establecer un horario no menor a 30 minutos para la práctica de actividad física del educando. Estas horas de práctica se irá aumentando progresivamente y a la vez se disminuirá el tiempo de uso de los videojuegos.

VII. RECOMENDACIONES

Primera:

Al director de la institución educativa Ate Vitarte, debe insertarse políticas entre docentes y padre de familia con la finalidad de sensibilizar sobre el uso excesivo de aparatos tecnológicos con un fin negativo (videojuegos) e incentivar a la práctica de la actividad física en familia, juegos tradicionales, bailes tradicionales, entre otros. Estas prácticas se deber realizar con una frecuencia inter diaria: martes, jueves y sábado en las horas de ocio con una duración de 45 minutos, el cumplimiento de esta rutina generará logros positivos en la salud de los estudiantes del IV ciclo de nivel primaria.

Segunda:

A los tutores de aula de, que promocióne la práctica de actividad física mediante las redes sociales: Tick Tok, Facebook, Instagram, Snapchat, entre otros. Sensibilizando a la población estudiantil sobre una vida prospera mediante una rutina de ejercicios físicos.

Tercera:

Al docente del área de educación física de la institución educativa nivel primario, que sensibilice a los padres de familia sobre los beneficios que brinda realizar ejercicios físicos de manera intensa, con frecuencia y modera. Indicando los tipos de ejercicios que debe realizar, ya que su mala ejecución puede generar lesiones musculares o fracturas, afectando la salud del estudiante.

Cuarta:

Al padre de familia, que tengan un horario establecido para la práctica de actividad física y un horario establecido los juegos virtuales. Este horario será de suma importancia ya que los niños y adolescentes le dedicaran su tiempo libre a la práctica de actividades deportivas, disminuyendo las horas enfocadas en aparatos electrónicos.

REFERENCIAS

- Acuña Reyes, J. S. (12 de Enero de 2020). Perú21. *Más de 3 mil casos por adicción a videojuegos*, pág. 1. <https://peru21.pe/lima/policiales/mas-de-3-mil-casos-por-adiccion-a-videojuegos-noticia/>
- Beltrán Carrillo, Valencia , P., & Molina Alventosa. (2011). Los videojuegos activos y la salud de los jóvenes: revisión de la investigación. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física*, 11(41), 10. <https://www.redalyc.org/pdf/542/54222155012.pdf>
- Bravo Bartra, M. I. (2012). Actividad Física intensa: Duele o Amargo. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 76. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2012000100016
- Brenes Peralta, C., & Pérez Sanchez, R. (2013). Empatía y agresión en el uso de Videojuegos en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 13(1), 183 - 194. <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v13n1/v13n1a11.pdf>
- Buiza Aguado, C., Garcia Calero, A., & Alonso Canova, A. (2017). Los videojuegos: una afición con implicaciones neuropsiquiátricas. *Revista de los Psicólogos de la Educación*, 23(2), 129-136. <https://journals.copmadrid.org/psed/art/j.pse.2017.05.001>
- Buiza Agudo, C. (2018). Videojuegos. Uso problemática y factores asociados. *FOCAD*, 7(2), 12-19. <http://psicosol.es/wp-content/uploads/2018/11/FACTORES-ASOCIADOS.pdf>
- Calleja, R., Reueda, J., & Barbosa, A. (2021). Relación entre la práctica deportiva en clubes deportivos y la mejora de control de la impulsividad en escolares. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(1), 179 - 191. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232021000100179
- Carbonell, X. (2020). El diagnóstico de adicción a videojuegos en el DSM-5 y la Cie-11: retos y oportunidades para clínicos. *Papeles del Psicólogo / Psychologist Papers*, 3.

<https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/378024/2935.pdf?sequence=5>

- Caro Mantilla, M. M. (2017). Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? *MediSur*, 15(2), 3. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2017000200014&lang=es
- Casas Anguita, J., Repullo Labrador, J., & Donado Campos, J. (2021). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Elsevier*, 1-5. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-encuesta-como-tecnica-investigacion--13047738>
- Castell, P. (2003). Televisión, videojuegos y ordenador: uso y abuso. *Papeles de sociedad.info*, 4. <http://www.papelesdesociedad.info/IMG/pdf/television-ordenador-usos-y-abusos-p.-castells.pdf>
- Chóliz, M., & Clara, M. (2011). Patrón de Uso y Dependencia de Videojuegos en Infancia y Adolescencia. *Anales de Psicología*, 27(2), 418 - 426. <https://www.redalyc.org/pdf/167/16720051019.pdf>
- Cintra Cala, O., & Balboa Navarro, Y. (2011). La actividad física : un aporte para la salud. *Educación Física y Deportes*, 16(159), 5. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4684607>
- Cruz Días, J. E., & Vivian Gaino, L. (2016). Características clínico y sociodemográficas de los pacientes de un centro de rehabilitación para las adicciones. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 37(2), 1- 8. <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/dbSm5gB3NhBdXwJpGYnjbrQ/?lang=es&format=pdf>
- Díaz Andía, H. (2018). Coordinación motora gruesa y actividad física en alumnas del quinto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Emblemática Juana Alarco de Dammert de Miraflores año 2015. *[para optar el grado de Maestro]*. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. <http://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/2627>
- Escribano, F. (2012). Videojuegos y Juventud. *Revista de Estudios de Juventud*(98), 12. http://www.injuve.es/sites/default/files/Revista98_completa.pdf

- Fajardo Arteaga, F. (22 de mayo de 2021). *Los juegos mas populares de 2021*. Compralobueno:<https://www.compralobueno.com/gaming/juegos-mas-populares/>
- Ferrer López , M., & Ruiz San Román , J. (2006). Uso de videojuegos en niños de 7 a 12 años. *Revista de comunicación y tecnologías emergentes*, 4(1), 1 - 16. <https://www.redalyc.org/pdf/5525/552556595018.pdf>
- Flores Carbajal, H. (2020). Dependencia de videojuegos y agresividad en adolescentes de la institución Educativa Jorge Chávez, Tacna - Perú, 2019 [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión]. [para optar el grado de maestro]. Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3617>
- García Cernaz, S. (2018). Videojuegos y Violencia: Una revisión de la línea de investigación de los efectos. *Resvista de la Escuela de Ciencias de la Educación*, 1(13), 149-165. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2362-33492018000100008&lang=es
- Garcia Molina, A., Carbonell Baeza, & Delgado Fernandez. (2010). Beneficios de la actividad física en personas mayores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y Derportes*, 10(40), 4-22. <https://www.redalyc.org/pdf/542/54222122004.pdf>
- Gil Espinoza, F. J., Roman Garcia, R., & Nielsen Rodríguez , A. (2018). Juego y actividad física como indicadores de calidad en Educación Infantil. *Dialnet*(34), 252-257. Dialnet-JuegoYActividadFisicaComoIndicadoresDeCalidadEnEdu-6736335.pdf
- Gonzales, M. (2005). Incidencia de la actividad física en el aduccto mayor. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y deporte*, 5(19), 7. <https://www.redalyc.org/pdf/542/54221979001.pdf>
- Gonzálvez , M., Espada, J., & Tejeiro, R. (2017). El uso problemático de videojuegos está relacionado con problemas emocionales en adolescentes. *Adicciones*, 29(3), 3. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289151752005.pdf>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2018). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.). México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

- <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wpcontent/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Hill Design, E. (2019). La Actividad Física. *Organización Panamericana de la Salud*, 4. Organización Mundial de la Salud: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51805/9789275321836_spa.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278-296. http://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/16968/1/211387_PubSub801_Kuss.pdf
- López Wade, A., Uc Cohuo, G. A., & Taylor Ramos, J. (2015). Uso, abuso y consecuencias de los videojuegos en niños de 6 a 12 años en una escuela de educación básica. *SALUD en TABASCO*, 21(1), 6. <https://www.redalyc.org/pdf/487/48742127003.pdf>
- Lozano Sanchez, A., Zurita Oortega, F., Ubago Jiménez , J. L., Puertas Morales, P., Ramírez Granizo, I., Nuñez Quiroga, & Jose Iván. (2019). Videojuegos, práctica de actividad física, obesidad y hábitos sedentarios en escolares entre 10 y 12 años de la provincia de granada (2019). *Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(35), 42-46. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6761705>
- Madrid Salud. (8 de Enero de 2018). *Sedentarismo y Salud*. Salud Madrid: <https://madridsalud.es/sedentarismo-y-salud/>
- Marcano Lárez, B. (2012). Características sociológicas de videojugadores online y el e-sport. El caso de Call of duty. *Revista Interuniversitaria*(19), 2-13. <https://www.redalyc.org/pdf/1350/135025474007.pdf>
- Matsudo, S. (2012). Actividad Física: Pasaporte Para La Salud. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(3), 6. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-actividad-fisica-pasaporte-para-la-S0716864012703036>
- Maturana , A. (3 de Enero de 2019). *Transtorno por videojuegos: una enfermedad mental al alza entre adolescentes y niños*. Universidad de Chile: <https://www.uchile.cl/noticias/150624/trastorno-por-videojuegos-una-enfermedad-mental-al-alza>

- Mayca Mayca, T. (2019). Influencia del nivel de conductata adictiva al uso de videojuegos en el nivel de agresividad y actividad física en escolares del nivel de secundaria. Colegio emblematico independencia. Arequipa 2018. [Tesis de doctorado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositoria UNSA. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9914>
- Mejia Mejia , E. (2005). *Técnicas e Instrumentos de Investigación* (Vol. 1). LIMA: Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <http://online.aliat.edu.mx/adistancia/InvCuantitativa/LecturasU6/tecnicas.pdf>
- Miguél Cortez, N., & Soriano Valero, J. (22 de junio de 2021). *Adicción a los videojuegos*. TOPDOCTOR: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/adiccion-a-los-videojuegos#>
- MINSA. (3 de junio de 2019). *Solo uno de tres peruanos realiza actividad física* . Plataforma digital única del Estado Peruano: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/29074-solo-uno-de-tres-peruanos-realiza-actividad-fisica>
- Morales Quispe, J. (2016). Actividad física, hábitos alimentarios y su relación con el nivel de su de las tecnologías de información y comunicación en adolescentes de la región Callao. [para optar el grado de Doctor]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/4949>
- Navarro Mancilla, Á. A., & Rueda Jaimes , G. (2017). Adicción a Internet: revisión crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, XXXVII(4), 691. <https://www.redalyc.org/pdf/806/80636409.pdf>
- Organización Mundia , d. (21 de abril de 2021). *¿Qué se entiende por actividad moderada y actividad vigorosa?* Organización Mundial de la Salud: https://www.who.int/dietphysicalactivity/physical_activity_intensity/es/
- Organizacion Mundial , d. (26 de noviembre de 2020). *Actividad Física*. O Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Peralta Cabrejo, L. L., & Torres Flores, M. C. (2020). Adicción a videojuegos en relación contra la conducta antisocial y delictiva en adolescentes de un

- colegio estatal Lima. *Casus*, 5(3), 118-130.
<https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/263/183>
- Pérez , B. (2014). Salud: entre la actividad física y el sedentarismo. *Amales Venezolanos de Nutrición*, 27(1), 119-128.
http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522014000100017
- Rodríguez Rodríguez, M., & Garcia Padilla, F. M. (2021). El uso de videojuegos en adolescentes. Un problema de Salud Pública. *Enfermería Global*, 20(62), 557-591.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412021000200017&lang=es
- Rosselli Cook, P., & Arévalo Parada, H. (2018). Ventajas y desventajas del ejercicio y el deporte en niños y adolescentes. *Conceptos generales*, 5.
<http://pablorosselliortopedia.com/wp-content/uploads/2018/03/Cap%C3%ADtulo-Muestra.pdf>
- Ruiz Comellas. (2013). Como medir la actividad física en atención primaria. *Siete días médicos*, 1. <http://www.sietediasmedicos.com/el-equipo/item/1581-como-medir-la-actividad-fisica-en-atencion-primaria#>
- Salas Blas , E., Merino Soto , C., & Choliz Mariano, M. (2017). Análisis psicométrico del Test de Dependencia de Videojuegos (TDV) en población Peruana [Análisis psicométrico del Test de Dependencia de Videojuegos (TDV) en población peruana]. *PsycNet*, 1(13), 1-13.
<http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v16n4/1657-9267-rups-16-04-00290.pdf>
- Sanchez Zafra, M., Ramirez Granio, I., Beez Mirón , F., Moreno Arrebola, R., & Fernández Revelles, A. (2019). Análisis de la relación existente entre el uso de video juegos y la práctica de actividad física. *Sportis Scientific Technical Journal*, V(1), 118 - 132.
https://revistas.udc.es/index.php/SPORTIS/article/view/sportis.2019.5.1.3433/g3433_pdf
- Sánchez Zafra, M., Zurita Ortega, F., Ramírez Granizo, I., Puertas Molero, P., & Gonzáles Valero, G. (2019). Niveles de autoconcepto y su relación con el uso de video juegos en escolares de tercer ciclo de primaria. *Journal*

of Sport and Health Research, 11(1), 44 - 53.
http://www.journalshr.com/papers/Vol%2011_N%201/JSHR%20V11_1_4.pdf

Stuardo, C. (10 de 05 de 2021). *Adicción a los videojuegos en cuarentena: encierro y poca actividad pueden ser peligrosos*. Elmostrador : <https://www.elmostrador.cl/agenda-pais/2021/05/10/adiccion-a-los-videojuegos-en-cuarentena-encierro-y-poca-actividad-pueden-ser-peligrosos/>

Valdés André, Y. (2021). La interdisciplinariedad en la formación del Licenciado en Cultura Física: su historia y tendencias. *Revista de Ciencias y Tecnología en la cultura Física*, 16(1), 293.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000100291&lang=es

ANEXOS

Anexo 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA							
Título: Actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria Ate Vitarte, 2021.							
Autor/a: Gomez Ortega, Levi Heracleo							
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES				
Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	Variable 1: Actividad física				
<p>General: ¿Cuál es la relación entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021?</p> <p>Específicas: 1.- ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de, Ate Vitarte 2021?</p> <p>2.- ¿Cuál es la relación entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte 2021?</p> <p>3.- ¿Cuál es la relación entre la actividad física de duración y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021?</p>	<p>General: Determinar la relación que entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</p> <p>Específicas: 1.- Determinar la relación que existe entre la actividad física intensa y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</p> <p>2.- Determinar la relación que existe entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</p> <p>3.- Determinar la relación entre la actividad física de duración y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</p>	<p>General: Existe relación entre la actividad física y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</p> <p>Específicas: 1.- Existe relación entre la actividad física intensa y adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</p> <p>2.- Existe relación entre la actividad física con frecuencia y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de la primaria Ate Vitarte, 2021.</p> <p>3.- Existe relación entre la actividad física de duración y la adicción a los videojuegos en educandos del ciclo IV de primaria de Ate Vitarte, 2021.</p>	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles y rangos
			Intensidad de la actividad física	Participa en deportes de competencia Realiza actividades físicas exigentes Camina a buen ritmo grandes distancias Trota o corre a buen ritmo distancias considerables	1 a 8	Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	Actividad Física: Bajo (24 – 55) Medio (56 – 87) Alto (88 – 119)
			Frecuencia de la actividad física	Realiza actividades físicas diariamente Desarrolla actividades más de tres veces por semana Practica algún deporte varias veces a la semana	9 a 16		
			Duración de la actividad física	Desarrolla actividades físicas por periodos prolongados Realiza actividades físicas muy poco especificas Desarrolla diversas actividades físicas en unas misma jornada	17 a 24	Frecuencia de la actividad física Bajo (8 – 39) Medio (40 – 71) Alto (72 – 103)	Duración de la actividad física Bajo (8 – 39) Medio (40 – 71) Alto (72 – 103)
Variable 2: Adicción a los Videojuegos							
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles y rangos			

			<p>Abstinencia</p> <p>Abuso tolerancia y</p> <p>Problemas asociados a los videojuegos</p> <p>Dificultad de control</p>	<p>Ansiedad irritabilidad enfado frustración</p> <p>Insatisfacción Abandono de otras actividades. Negligencia. Irresponsabilidad. Desorganización.</p> <p>Disminución de actividades sociales y familiares. Privación del sueño. Baja productividad.</p> <p>Abandono Ansiedad Permanencia en el juego.</p>	<p>3, 4, 6, 7, 10,11,114, 21y25</p> <p>1, 5, 8, 9 y 12</p> <p>16,17,19 y 23</p> <p>2,15,18, 20, 22 y 24</p>	<p>Totalmente en desacuerdo (0)</p> <p>Un poco en desacuerdo (1)</p> <p>Neutral (2)</p> <p>Un poco de acuerdo (3)</p> <p>Totalmente de acuerdo (4)</p>	
TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICA				
<p>TIPO: Básica</p> <p>ENFOQUE: Cuantitativo</p> <p>DISEÑO: No experimental, transversal</p> <p>NIVEL: Correlacional.</p>	<p>POBLACIÓN: Está conformado por 665 estudiantes del ciclo IV de primaria, ate vitarte 2021.</p> <p>MUESTRA: Está conformado por 174 estudiantes del ciclo IV de primaria, ate vitarte 2021.</p>	<p>TÉCNICAS: Encuestas</p> <p>INSTRUMENTOS:</p> <p>De la V1: Actividad Física Cuestionario de la actividad física.</p> <p>De la V2: Adicción a los videojuegos Cuestionario de dependencia a los videojuegos.</p>	<p>DESCRIPTIVA: Uso del paquete estadístico Excel para la estadística descriptiva, y uso del paquete estadístico SPSS para la estadística para las tablas de correlación he hipótesis.</p> <p>INFERENCIAL: Uso de programa SPSS para contrastar hipótesis.</p>				

Anexo 2

Operacionalización de la variable actividad física

Dimensiones	Indicadores	Items	Escala de Valores	Niveles o rangos
Intensidad de la actividad física	Participa en deportes de competencia	1 - 8	Ordinal	Alta (41 a 55)
	Realiza actividades físicas exigentes		Nunca	Moderada (26 a 40)
	Camina a buen ritmo grandes distancias		(1)	Baja (11 a 25)
	Trota o corre a buen ritmo distancias considerables		Casi nunca	
Frecuencia de la actividad física	Realiza actividades físicas diariamente	9 - 16	(2)	Alta (30 a 40)
	Desarrolla actividades más de tres veces por semana		A veces	Moderada (19 a 29)
	Practica algún deporte varias veces a la semana		(3)	Baja (8 a 18)
Duración de la actividad física	Desarrollan actividades físicas por períodos prolongados	17 - 24	Casi siempre	Alta (19 a 25)
	Realiza actividades físicas muy poco espaciadas		(4)	Moderada (12 a 18)
	Desarrolla diversas actividades físicas en una misma jornada		Siempre	Baja (5 a 11)
			(5)	

Operacionalización de la variable adicción a los videojuegos

Dimensiones	Indicadores	Items	Escala de Valores	Instrumento
Abstinencia	Ansiedad	3, 4, 6, 7, 10, 11, 13, 14, 21 y 25	Totalmente en desacuerdo	Test de Dependencia de Videojuegos (Chóliz y Marco, 2011)
	Irritabilidad		(0)	
	Enfado		Un poco en desacuerdo	
	Frustración		(1)	
Abuso y tolerancia	Insatisfacción	1, 5, 8, 9 y 12	Neutral	
	Abandono de otras actividades.		(2)	
	Negligencia.		Un poco de acuerdo	
	Irresponsabilidad.		(3)	
Problemas asociados a los videojuegos	Desorganización.	16, 17, 19 y 23	Totalmente de acuerdo	
	Disminución de actividades sociales y familiares.		(4)	
	Privación del sueño.			
	Baja productividad.			
Dificultad de control	Abandono	2, 15, 18, 20, 22 y 24		
	Ansiedad			
	Permanencia en el juego.			

Anexo 3

ESCALA PARA MEDIR VARIABLE: ACTIVIDAD FISICA

Ficha técnica

Variable 1: Actividad física

Nombre del Instrumento : Escala de medición tipo Likert

Autor : Gomez Ortega, Levi Heracleo

Fecha de aplicación : 2021

Administración : Individual y colectiva

Significado : Medir que tipos y que cantidad de actividad física realizan los educandos del IV ciclo de la institución educativa.

Duración : 30 Minutos

Estructura: El instrumento está compuesto por 3 dimensiones: Intensidad de la actividad física (8 ítems), Frecuencia de la actividad física (8 ítems) y duración de la actividad física (8 ítems), en total, está compuesto por 24 ítems, decretando que se valorará por intermedio del patrón siguiente:

1: Nunca

2: Casi nunca

3: A veces

4: Casi siempre

5: Siempre

Instrucciones: Estimado alumno, se le da una lista de ítems de diversos tipos. Para su desarrollo primero debe considerar cada pregunta y las alternativas presentadas, le agradezco argumentar con la mayor verdad posible, ya que la información será privada y confidencial.

DIMENSIONES / INDICADORES		ESCALAS - VALORES				
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
		1	2	3	4	5
1	Corre durante 30 minutos 5 veces por semana					
2	Corre 50 metros sin detenerse					
3	Se desplaza rebotando balón de básquet					
4	Conduce el balón de básquet en sig. zag					
5	Conduce el balón de fútbol con el pie					
6	Se desplaza lanzando y recibiendo el balón					
7	Baila durante 10 minutos con ritmos rápidos.					
8	Sube y baja 3 gradas (6 repeticiones con intervalos de 30 segundos)					
9	Barre el patio de manera adecuada.					
10	Barre el aula de su grado.					
11	Riega las plantas con un balde					
12	Realiza caminatas por 20' 3 veces a la semana					
13	Camina transportando objeto					
14	Lava su plato después de almorzar					
15	Baila cuando escucha música con ritmos lentos.					
16	Camina al sonido de la pandereta					
17	Pinta un dibujo sentado en una silla.					
18	Arma rompecabezas sentado					
19	Ayuda a cortar verduras para preparar ensalada					
20	Descansa después de almorzar.					
21	Ve televisión por más de una hora					
22	Se desplaza a su casa en vehículo					
23	Permanece quieto cuando escucha música					
24	Se sienta y no participa del juego en el recreo.					

Enlace de la encuesta: <https://forms.office.com/r/pD8fBSNfYJ>

TEST DE DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS

Cuestionario de dependencia a videojuegos

El test de dependencia a videojuegos (TDV), fue creado por Chóliz (2011) en la Universidad de Murcia, España. Esta prueba fue adaptado en el Perú por Salas Blas, Merino Soto , & Choliz Mariano (2017) el TDV es un instrumento de valoración de la necesidad a videojuegos, consiste de 25 ítems, así mismo en la adecuación que realizaron no demandaba de realizar cambios en el texto primario y presenta una estabilidad interna alzada. Este instrumento cuenta con 4 dimensiones.

Los primeros catorce ítems se responden a través de una escala tipo Likert que bascula entre 0 y 4, relacionada a la frecuencia (0, nunca; 1, rara vez; 2 a veces; 3 con frecuencia y 4, casi siempre), a si como en los once ítems restantes se cuestiona por el nivel de acuerdo o desacuerdo, mediante una escala tipo Likert, que bascula entre 0 y 4(0, totalmente de acuerdo; 1, un poco en desacuerdo; 2, neutral; 3, un poco de acuerdo; 4, totalmente desacuerdo), encima de un conjunto de confirmaciones conectadas con los videojuegos. El formulario está compuesto por 4 dimensiones: Abstinencia (La inseguridad que se produce cuando el sujeto deja de jugar a los videojuegos), abuso y tolerancia (jugar escalonadamente más que al inicio y de forma exagerada), problemas asociados por los videojuegos (causas negativas del uso en exceso de los videojuegos) y dificultad de control (dificultad para dejar de jugar, a pesar de que el juego no sea de su agrado). Muestra aceptables propiedades, el índice de alfa de Crombach del conjunto de ítems es de 0.94 por lo que se le admite como un instrumento de características psicométricas apropiadas.

Instrucciones

Indica en qué medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes frases sobre el uso que haces de los videojuegos (tanto de videoconsola, como de PC). Toma como referencia la siguiente escala:

		TD		ED		N		DA		TA	
		Totalmente en Desacuerdo		En desacuerdo		Neutral		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
N°	Preguntas	TD	ED	N	DA	TA					
1	Juego mucho más tiempo con los videojuegos ahora que cuando comencé	0	1	2	3	4					
2	Si no me funciona la videoconsola o el PC le pido prestada una a familiares o amigos	0	1	2	3	4					
3	Me afecta mucho cuando quiero jugar y no funciona la videoconsola o el videojuego	0	1	2	3	4					
4	Cada vez que me acuerdo de mis videojuegos tengo la necesidad de jugar con ellos	0	1	2	3	4					
5	Dedico mucho tiempo extra con los temas de mis videojuegos incluso cuando estoy haciendo otras cosas (ver revistas, hablar con compañeros, dibujar los personajes, etc.)	0	1	2	3	4					
6	Si estoy un tiempo sin jugar me encuentro vacío y no sé qué hacer	0	1	2	3	4					
7	Me irrita/enfada cuando no funciona bien el videojuego por culpa de la videoconsola o el PC	0	1	2	3	4					
8	Ya no es suficiente para mí jugar la misma cantidad de tiempo que antes, cuando comencé	0	1	2	3	4					
9	Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, porque los videojuegos me ocupan bastante rato	0	1	2	3	4					
10	Estoy obsesionado por subir de nivel, avanzar, ganar prestigio, etc. en los videojuegos	0	1	2	3	4					
11	Si no me funciona un videojuego, busco otro rápidamente para poder jugar	0	1	2	3	4					
12	Creo que juego demasiado a los videojuegos	0	1	2	3	4					
13	Me resulta muy difícil parar cuando comienzo a jugar, aunque tenga que dejarlo porque me llaman mis padres, amigos o tengo que ir a algún sitio	0	1	2	3	4					
14	Cuando me encuentro mal me refugio en mis videojuegos	0	1	2	3	4					

Indica con qué frecuencia te ocurren los hechos que aparecen a continuación, tomando como criterio la siguiente escala:

Nunca = N Raras vez = RV A veces = AV Con frecuencia = CF Muchas veces = MV

N°	Preguntas	N	RV	AV	CF	MV
15	Lo primero que hago los fines de semana cuando me levanto es ponerme a jugar con algún videojuego	0	1	2	3	4
16	He llegado a estar jugando más de tres horas seguidas	0	1	2	3	4
17	He discutido con mis padres, familiares o amigos porque dedico mucho tiempo a jugar con la videoconsola o el PC	0	1	2	3	4
18	Cuando estoy aburrido me pongo con un videojuego	0	1	2	3	4
19	Me he acostado más tarde o he dormido menos por quedarme jugando con videojuegos	0	1	2	3	4
20	En cuanto tengo un poco de tiempo me pongo un videojuego, aunque sólo sea un momento	0	1	2	3	4
21	Cuando estoy jugando pierdo la noción del tiempo	0	1	2	3	4
22	Lo primero que hago cuando llego a casa después de clase o el trabajo es ponerme con mis videojuegos	0	1	2	3	4
23	He mentido a mi familia o a otras personas sobre el tiempo que he dedicado a jugar (por ejemplo, decir que he estado jugando media hora, cuando en realidad he estado más tiempo)	0	1	2	3	4
24	Incluso cuando estoy haciendo otras tareas (en clase, con mis amigos, estudiando, etc.) pienso en mis videojuegos (cómo avanzar, superar alguna fase o alguna prueba, etc.)	0	1	2	3	4
25	Cuando tengo algún problema me pongo a jugar con algún videojuego para distraerme	0	1	2	3	4

Enlace de la encuesta: <https://forms.office.com/r/W1JwMpEtT>

ANEXO 4:

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE INSTRUMENTO



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1: Intensidad de la actividad física								
1	Corre durante 30 minutos 5 veces por semana	X		X		X		
2	Corre 50 metros sin detenerse	X		X		X		
3	Se desplaza rebotando balón de básquet	X		X		X		
4	Conduce el balón de básquet en sig. zag	X		X		X		
5	Conduce el balón de fútbol con el pie	X		X		X		
6	Se desplaza lanzando y recibiendo el balón	X		X		X		
7	Baila durante 10 minutos con ritmos rápidos	X		X		X		
8	Sube y baja 3 gradas (6 repeticiones con intervalos de 30 segundos)	X		X		X		
DIMENSIÓN 2: Frecuencia de la actividad Física								
9	Barre el patio de manera adecuada	X		X		X		
10	Barre su cuarto de manera adecuada	X		X		X		
11	Riega las plantas con un balde	X		X		X		
12	Realiza caminatas por 20' 3 veces a la semana	X		X		X		
13	Camina transportando objeto	X		X		X		
14	Lava su plato después de almorzar	X		X		X		
15	Baila cuando escucha música con ritmos lentos	X		X		X		
16	Camina al sonido de la pandereta	X		X		X		
DIMENSIÓN: Duración de la actividad física								
17	Pinta un dibujo sentado en una silla	X		X		X		
18	Arma rompecabezas sentado	X		X		X		
19	Ayuda a cortar verduras para preparar ensalada	X		X		X		
20	Descansa después de almorzar	X		X		X		
21	Ve televisión por más de una hora	X		X		X		
22	Se desplaza a su casa en vehículo	X		X		X		
23	Permanece quieto cuando escucha música	X		X		X		
24	Se sienta y no participa del juego en el recreo	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ si hay suficiencia _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr.: JUAN DE LA CRUZMAMANI APAZA DNI: 08170211

Especialidad del validador: Doctor en Educación

Lima, 24 de mayo del 2021

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA ACTIVIDAD FÍSICA

N°	DIMENSIONES / items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1: Intensidad de la actividad física								
1	Corre 50 metros sin detenerse	X		X		X		
2	Se desplaza rebotando balón de básquet	X		X		X		
3	Conduce el balón de básquet en sig. zag	X		X		X		
4	Conduce el balón de fútbol con el pie	X		X		X		
5	Se desplaza lanzando y recibiendo el balón	X		X		X		
6	Baila cuando escucha música con ritmos lentos.	X		X		X		
7	Camina al sonido de la pandereta	X		X		X		
8	Pinta un dibujo sentado en una silla.	X		X		X		
9	Arma rompecabezas sentado	X		X		X		
10	Se desplaza a su casa en vehículo	X		X		X		
11	Permanece quieto cuando escucha música	X		X		X		
DIMENSIÓN 2: Frecuencia de la actividad física								
12	Corre durante 30 minutos 5 veces por semana	X		X		X		
13	Barre el patio de manera adecuada	X		X		X		
14	Barre el aula de su grado	X		X		X		
15	Riega las plantas con un balde	X		X		X		
16	Realiza caminatas por 20' 3 veces a la semana	X		X		X		
17	Ayuda a cortar verduras para preparar ensalada	X		X		X		
18	Descansa después de almorzar.	X		X		X		
19	Ve televisión por más de una hora	X		X		X		
DIMENSIÓN: Duración de la actividad física								
20	Baila durante 10 minutos con ritmos rápidos.	X		X		X		
21	Sube y baja 3 gradas (6 repeticiones con intervalos de 30 segundos)	X		X		X		
22	Camina transportando objeto	X		X		X		
23	Lava su plato después de almorzar	X		X		X		
24	Se sienta y no participa del juego en el recreo	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Mag: MARITZA DEL PILAR FARIAS ORE DNI: 23003570

Especialidad del validador: Magister en Gerencia e Innovación Educativa

24 de mayo del 2021



Firma del Experto Informante.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Anexo 5:

Tabla de juicio de expertos

Tabla 1

Resultado de la validez de contenido del instrumento que mide actividad física

Juez experto	Resultado
Dr. Juan De La Cruz Mamani Apaza	Aplicable
Dr. Rene Farfán Bellido	Aplicable
Mag. Maritza Farias Ore	Aplicable

VARIALE ACTIVIDADEA

Nº	INTENSIDAD DE LA ACTIVIDAD FÍSICA										FRECUENCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA						DURACION DE LA ACTIVIDAD FÍSICA					TOTAL							
	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	SUB TOTAL	P1	P2	P3		P4	P5	SUB TOTAL				
1	1	1	1	4	3	3	1	5	5	5	5	37	3	3	1	5	3	3	7	3	23	3	3	5	5	1	11	31	
2	3	3	3	4	3	5	3	5	5	1	2	31	5	3	1	3	5	4	3	4	28	5	5	5	3	4	22	33	
3	4	4	1	5	4	3	1	5	5	4	3	29	1	5	1	5	5	5	3	28	5	2	4	5	2	8	37	37	
4	4	5	4	4	4	3	3	3	3	1	2	36	4	5	5	4	4	4	4	3	33	3	4	4	3	2	6	35	38
5	1	3	3	3	1	1	3	5	5	2	4	31	5	5	3	5	5	3	3	34	5	5	5	3	5	23	38	38	
6	3	3	2	4	4	4	4	3	2	3	3	35	3	4	2	5	3	3	3	3	24	4	4	3	4	4	5	38	38
7	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	33	4	3	2	2	2	3	7	4	21	2	3	3	2	4	14	33	33
8	1	3	3	4	3	5	5	3	5	1	1	34	3	4	1	5	3	5	2	1	24	5	3	5	5	1	5	31	31
9	3	1	1	3	3	3	1	5	3	1	1	25	3	3	1	4	3	1	5	2	22	3	3	3	4	1	14	31	31
10	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	42	3	4	5	4	1	4	4	4	29	4	3	4	4	4	5	36	36
11	3	3	3	5	4	3	4	3	5	1	2	41	3	5	5	5	4	5	3	3	35	5	5	5	5	5	25	38	38
12	3	3	4	5	5	5	4	5	5	4	3	45	5	5	5	5	3	4	3	4	34	5	5	5	5	1	23	38	38
13	4	3	3	3	4	5	3	5	5	5	3	43	5	5	3	5	5	3	3	38	3	3	5	5	1	11	36	36	
14	4	3	2	5	5	3	3	2	5	1	1	34	3	5	3	3	5	5	3	3	32	5	5	5	5	1	21	37	37
15	2	4	1	5	5	2	2	1	3	2	2	31	3	5	3	3	3	5	4	5	31	4	3	5	4	1	11	31	31
16	3	4	5	5	5	5	3	5	5	1	1	42	3	3	3	5	5	5	1	8	25	5	4	2	5	1	11	34	34
17	5	1	1	5	4	1	1	5	2	5	2	32	5	5	3	1	3	3	4	5	25	1	5	3	3	1	13	34	34
18	1	4	4	4	4	5	5	5	5	1	1	39	4	1	1	4	4	4	4	3	25	4	2	4	5	1	8	36	36
19	3	3	2	3	3	7	3	5	5	5	5	39	3	3	5	4	4	4	3	3	31	2	3	5	5	3	10	36	36
20	2	1	1	1	1	3	3	3	3	1	2	23	3	4	1	2	4	2	2	2	21	2	3	3	5	3	11	31	31
21	2	1	1	3	2	4	5	5	5	2	2	33	3	4	1	2	4	5	2	4	27	5	5	3	4	2	5	31	31
22	4	3	1	1	4	5	5	5	5	2	5	40	3	5	1	5	5	5	3	3	32	5	3	5	5	1	15	31	31
23	5	2	1	5	5	2	1	5	5	5	3	38	3	5	3	1	2	3	3	5	25	2	5	5	3	4	5	31	31
24	1	3	3	2	3	5	4	5	5	3	1	35	3	5	5	5	5	5	2	35	5	5	5	5	5	2	25	36	36
25	4	5	5	5	5	5	3	5	5	2	5	50	3	5	3	5	3	5	3	3	32	5	3	4	5	2	5	35	35
26	1	4	2	5	5	5	3	2	1	1	1	34	5	5	5	5	4	5	5	5	29	5	4	4	5	1	5	32	32
27	5	4	4	5	4	5	3	5	5	3	3	46	3	3	5	5	5	5	1	2	29	5	5	3	5	1	5	34	34
28	3	3	3	5	5	5	1	5	5	5	1	41	3	5	1	3	4	5	3	3	27	5	3	5	5	1	5	31	31
29	1	1	1	5	4	1	5	4	5	5	3	37	3	2	1	2	2	3	2	4	21	1	1	4	5	1	12	26	26
30	3	1	2	3	3	5	5	1	5	1	5	34	3	4	1	3	5	5	5	3	31	4	3	3	5	1	10	31	31
31	3	2	3	4	5	4	4	3	5	1	5	41	3	3	3	2	5	4	3	5	38	5	5	4	5	1	20	31	31
32	4	3	3	5	3	5	3	5	5	1	1	38	3	3	1	3	5	2	5	3	28	3	5	1	3	1	13	27	27
33	5	1	1	3	4	4	1	5	4	1	1	30	1	3	3	2	3	3	5	3	23	4	5	3	5	1	8	21	21
34	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	4	45	3	5	3	3	5	5	3	3	38	4	5	4	5	2	20	35	35
35	4	5	4	4	4	1	1	5	5	1	1	35	3	1	3	3	3	1	4	3	21	3	2	1	1	5	13	18	18
36	3	1	1	5	2	2	2	5	5	2	2	38	3	3	4	3	3	4	3	3	28	3	4	3	4	1	5	21	21
37	4	5	4	4	4	1	1	5	5	1	1	35	3	1	3	3	3	1	4	3	21	3	2	3	1	2	3	15	15
38	4	2	1	4	4	4	1	5	4	1	2	34	4	4	1	3	3	4	3	3	25	3	2	3	3	1	13	13	13
39	4	3	3	4	4	4	5	4	5	2	3	41	4	4	2	3	4	4	2	3	28	5	5	4	3	1	10	35	35
40	4	5	3	4	3	5	3	3	4	3	3	38	4	3	4	4	3	4	3	3	38	3	4	4	5	4	20	38	38
41	4	5	3	4	4	4	3	5	5	2	1	38	3	3	1	3	4	4	2	3	23	4	4	4	3	1	8	21	21
42	4	3	4	5	2	5	5	5	5	5	4	47	5	1	4	5	5	5	4	4	38	5	5	5	5	1	21	38	38
43	1	2	3	4	4	1	2	4	4	1	2	28	2	1	1	2	2	4	3	3	18	2	1	4	4	1	13	13	13
44	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	3	37	3	4	3	4	4	5	3	3	29	4	4	4	5	2	5	25	25
45	2	1	1	1	1	3	1	5	5	3	2	25	3	4	1	1	5	5	3	3	23	4	4	5	5	1	15	21	21
46	1	3	3	3	1	3	1	5	5	1	3	29	5	5	3	3	3	5	5	3	32	5	5	5	3	1	5	26	26
47	3	3	3	4	4	3	3	4	5	1	3	36	3	3	3	1	5	3	3	2	23	3	1	5	3	2	14	23	23
48	2	3	3	3	3	4	3	5	5	1	2	35	4	4	3	4	4	3	3	3	28	5	5	5	3	1	5	34	34
49	4	2	1	4	3	5	2	3	3	3	3	33	4	4	1	4	4	5	5	5	32	3	2	4	5	3	11	32	32
50	3	1	1	4	5	3	5	5	5	5	3	40	5	5	3	5	5	2	5	3	33	5	5	5	3	2	20	33	33
51	4	3	3	5	5	4	3	4	4	1	2	38	3	3	3	1	3	3	3	4	27	4	4	4	4	1	17	32	32
52	2	3	2	4	5	2	5	2	4	5	1	34	3	3	1	3	3	5	3	3	24	3	2	4	5	1	15	25	25
53	2	2	2	4	4	4	4	4	4	3	3	34	3	5	2	4	5	5	3	4	33	3	5	4	5	2	5	35	35
54	5	1	1	4	4	3	4	5	5	1	1	32	4	4	5	5	5	3	3	3	32	4	5	5	5	1	20	34	34
55	1	3	1	5	1	3	1	5	3	5	4	37	3	1	1	1	3	5	5	3	28	3	1	3	1	3	11	23	23
56	4	4	2	5	5	5	2	5	5	4	1	41	3	5	1	5	5	5	4	4	34	5	5	5	5	5	25	34	34
57	1	1	1	3	2	5	5	5	5	1	1	38	3	5	1	3	4	5	5	4	36	5	5	5	4	1	20	36	36
58	2	1	1	4	5	3	2	5	5	1	3	33	2	5	5	4	2	3	4	4	24	5	4	4	4	1	16	24	24
59	3	1	3	4	4	3	2	5	5	3	3	36	3	3	1	3	4	5	5	3	27	3	5	5	3	3	15	32	32
60	3	2	4	4	2	5	4	5	1	1	1	28	3	5	1	3	5	5	1	3	24	1	5	1	5	3	15	32	32
61	3	1	2	3	5	3	3	5	5	3	3	38	3	5	5	1	4	3	4	3	34	3	5	1	5	2	8	36	36
62	3	2	4	2	3	5	2	5	5	1	2	34	3	3	1	2	4	3	4	3	21	5	4	4	4	5	22	27	27
63	1	2	1	4	5	1	1	5	3	3	3	27	2	1	2	1	3	3	5	3	18	5	1	3	1	1	11	13	13
64	3	2	1	5	5	2	1	5	3	1	2	3																	

180	3	3	4	4	2	5	3	3	3	1	3	38	4	3	3	3	4	3	2	31	1	2	2	3	3	13	84	
181	3	3	1	4	5	5	4	4	4	3	3	39	4	4	1	5	1	5	3	2	25	5	4	3	4	3	19	83
182	5	3	3	5	5	5	2	5	5	4	2	44	4	4	1	3	5	4	2	3	26	5	3	4	4	1	17	87
183	4	3	5	4	3	5	3	5	3	5	1	41	5	3	5	5	3	5	5	5	36	5	4	3	5	1	18	86
184	5	2	2	5	3	2	2	4	5	4	1	35	4	5	1	4	5	4	3	3	29	3	5	5	5	5	23	87
185	2	4	4	5	5	3	3	5	5	3	3	42	5	5	5	5	5	5	5	40	4	4	5	5	1	19	81	
186	2	5	5	5	5	2	2	5	5	1	2	35	4	5	5	5	5	3	2	34	1	5	5	4	5	2	20	83
187	5	3	4	5	4	4	4	4	4	5	1	43	4	3	4	5	4	4	4	3	31	5	5	4	4	2	20	84
188	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	1	38	3	4	1	4	4	4	5	3	28	4	2	3	2	3	14	72
189	2	2	1	5	3	1	1	5	5	1	1	27	3	3	3	5	1	3	5	5	28	1	5	5	5	1	17	72
190	3	1	1	2	4	3	3	2	3	3	3	28	2	3	2	3	3	3	4	22	4	3	3	3	2	15	85	
191	5	3	4	4	3	3	3	5	4	3	5	42	3	4	3	4	5	3	5	3	30	5	4	3	4	5	21	93
192	3	2	2	5	5	1	5	5	5	4	1	38	3	5	2	2	3	4	1	1	21	3	3	3	5	1	15	74
193	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	1	35	3	4	3	5	1	5	5	3	29	3	3	5	5	2	18	82
194	3	1	2	3	5	3	3	3	4	3	1	31	4	5	3	2	3	2	5	3	27	3	3	3	3	2	14	72
195	2	3	4	2	4	2	3	4	3	1	3	31	3	2	4	3	2	3	4	2	23	3	2	3	5	4	17	71
196	3	1	1	3	3	3	1	3	3	3	1	25	3	3	1	4	4	3	2	4	24	5	4	5	3	1	18	67
197	5	5	1	5	3	5	1	5	5	3	1	39	5	5	5	1	5	5	5	36	4	5	1	5	1	16	91	
198	3	3	4	1	1	5	5	5	5	1	3	36	3	5	1	5	5	3	4	4	30	5	5	5	3	2	20	86
199	2	1	1	3	3	3	3	5	2	3	3	31	3	5	4	2	4	4	4	30	2	3	4	3	2	14	75	
200	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33	3	3	3	3	3	3	5	3	26	3	3	3	3	3	15	74
201	4	3	3	4	4	4	3	3	3	1	3	35	3	3	3	4	3	4	3	3	26	3	4	4	3	3	17	78
202	2	3	4	5	3	4	3	2	3	3	2	34	2	1	2	1	3	4	4	3	20	3	3	2	5	2	15	83
203	2	5	3	5	5	4	2	5	3	1	2	37	3	3	2	2	3	3	5	3	24	2	3	2	5	5	17	78
204	3	4	3	5	5	5	3	5	5	1	5	44	4	4	3	4	5	5	4	3	32	4	3	5	5	2	19	85
205	1	3	1	5	5	3	1	5	5	2	3	34	2	5	3	5	3	5	5	1	29	5	3	1	5	1	15	78
206	4	3	2	5	5	4	4	4	3	3	4	41	4	4	3	3	3	4	4	3	27	4	2	4	2	2	14	82
207	1	3	2	1	5	5	1	5	2	5	2	28	3	5	1	3	1	3	3	3	22	3	3	1	5	3	15	85
208	3	3	4	5	3	4	3	5	5	4	2	41	3	5	1	5	2	4	5	5	30	3	2	5	2	1	13	84
209	3	4	4	5	3	2	3	2	3	3	3	38	3	3	3	5	4	4	3	4	29	3	3	3	5	1	15	82
210	4	3	5	5	4	3	4	5	3	3	5	46	3	3	5	4	3	4	5	2	29	3	4	4	5	4	20	85
211	2	2	1	1	3	1	2	5	5	3	2	27	2	3	1	5	3	2	5	4	25	3	3	1	4	3	14	86
212	2	2	3	5	4	2	2	2	5	2	5	35	4	4	3	3	3	4	4	3	28	3	3	4	4	2	16	79
213	3	4	4	2	4	5	4	5	5	1	2	39	3	3	3	3	2	4	2	3	23	3	5	5	4	1	18	82
214	5	4	3	5	5	3	5	2	3	1	3	39	5	5	5	3	4	5	5	2	34	4	3	5	5	1	18	91
215	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	5	34	2	4	4	3	3	2	2	23	3	3	3	4	3	16	73	
216	3	4	2	2	2	4	3	2	4	2	2	30	3	3	1	1	4	3	5	4	24	4	4	4	4	1	17	71
217	1	1	1	3	1	3	1	3	3	1	3	21	3	2	1	1	5	3	3	4	22	3	5	3	3	4	16	61
218	2	4	5	5	5	2	1	5	5	1	3	38	3	5	2	5	3	4	4	3	29	1	3	5	4	1	14	81
219	3	3	2	3	2	2	3	5	3	3	3	32	3	5	3	3	5	3	3	3	28	3	3	3	5	1	15	75
220	3	2	1	2	3	3	1	5	3	1	1	25	5	3	3	1	3	3	5	2	25	1	1	2	5	1	10	80
221	3	2	2	4	3	3	3	5	4	2	3	34	3	4	1	3	3	5	4	3	26	4	4	4	4	2	18	78
222	1	3	3	5	3	5	3	3	1	3	3	33	1	2	1	3	2	1	3	4	17	5	3	1	3	1	13	63
223	1	4	5	5	5	4	4	5	5	2	1	41	1	5	3	5	5	1	1	26	3	3	5	5	1	17	84	
224	3	1	1	1	3	5	3	5	3	3	5	33	3	4	5	1	3	5	3	3	27	3	3	3	4	3	16	76
225	3	3	3	5	4	4	5	5	5	5	3	45	1	4	1	3	3	4	5	3	24	3	4	5	4	2	18	87
226	1	1	1	3	1	4	1	3	3	1	1	20	3	5	1	5	3	3	5	5	30	3	3	3	5	3	17	67
227	3	3	3	4	4	5	4	5	5	3	1	48	4	5	1	2	4	5	5	4	30	4	4	3	5	1	17	87
228	1	1	1	4	3	3	1	5	5	5	3	32	3	5	1	5	3	3	2	3	23	3	3	5	5	1	17	72
229	3	3	3	4	3	5	3	5	5	5	1	37	5	3	1	3	5	4	3	4	28	5	5	5	3	4	22	87
230	4	4	1	5	4	3	1	5	5	4	3	39	1	5	1	5	5	5	3	30	5	2	4	5	2	18	87	
231	4	5	4	4	4	3	3	3	3	1	2	36	4	5	5	4	4	4	4	3	33	3	4	4	3	2	16	85
232	1	3	3	3	1	1	3	5	2	4	3	31	5	5	2	5	5	2	3	34	5	5	5	3	5	23	88	
233	3	3	2	4	4	4	4	4	3	2	3	35	3	4	5	3	3	3	3	3	24	4	4	3	4	4	19	70
234	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	4	32	4	2	2	2	2	2	4	21	2	3	5	2	4	14	67	
235	1	3	3	4	3	5	5	3	5	1	1	34	3	4	1	5	3	5	2	1	24	5	3	5	5	1	19	77
236	3	1	1	3	3	3	1	5	3	1	1	25	3	3	1	4	3	1	5	3	22	3	3	3	4	1	14	61
237	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	42	3	4	5	4	1	4	4	8	29	4	3	4	4	4	19	90
238	3	3	3	3	4	5	4	5	4	5	1	41	3	5	5	5	4	5	3	35	5	5	5	5	5	5	25	101
239	2	2	4	5	5	5	4	5	5	4	3	45	5	5	5	5	3	4	3	4	34	5	5	5	5	1	21	100
240	4	3	3	3	4	5	3	5	5	5	3	43	5	5	5	5	3	5	3	36	3	3	5	5	1	17	86	
241	4	3	2	5	5	3	3	2	5	1	1	34	3	5	3	3	5	5	3	32	5	5	5	5	1	21	87	
242	3	4	1	5	5	2	2	1	3	3	2	31	3	5	3	2	3	5	4	5	31	4	3	5	4	1	17	79
243	3	4	5	5	5	5	3	5	5	1	1	42	3	5	3	5	5	1	0	25	5	4	2	5	1	17	84	
244	5	1	1	5	4	1	1	5	2	5	2	32	5	5	3	1	3	3	4	5	29	1	5	3	3	1	13	74
245	1	4	4	4	4	5	5	5	5	1	1	39	4	1	1	4	4	4	4	3	25	4	2	4	5	1	16	88
246	3	3	2	3	3	2	3	3	5	5	5	39	3	3	5	4	4	4	5	3	31	2	3	5	5	3	18	88
247	2	1	1</																									

114	0	2	1	2	3	0	2	0	2	0	12	0	1	3	3	1	8	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	2	23
115	3	3	1	1	1	1	3	1	2	2	18	3	1	1	1	1	7	2	2	2	2	8	1	2	2	2	2	2	11	44
116	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
117	2	1	3	1	2	3	1	1	2	2	18	4	3	3	3	3	16	0	2	2	0	4	1	0	2	1	2	0	6	44
118	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	8	3	1	1	0	1	6	0	0	0	0	0	3	2	2	2	0	0	9	23
119	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	8	1	1	1	1	1	5	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	14
120	0	1	4	0	0	0	0	0	0	2	7	0	1	0	0	0	1	0	0	2	0	2	0	0	2	4	0	0	6	16
121	1	3	1	3	2	3	3	3	0	2	21	0	1	1	1	1	4	2	2	1	2	7	1	0	2	1	1	1	6	36
122	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	4
123	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	4	2	0	0	0	1	3	1	0	1	22	24	0	2	2	0	0	0	6	37
124	1	1	1	1	1	1	1	2	0	1	10	3	1	1	1	2	8	1	0	1	1	3	3	1	2	2	0	0	8	29
125	2	4	1	1	2	2	4	4	2	2	24	3	4	2	2	4	15	3	0	2	1	6	1	3	4	2	3	0	13	58
126	1	3	3	3	2	3	1	1	1	2	20	0	0	1	2	1	4	3	2	2	0	7	1	0	0	2	2	1	6	37
127	3	3	4	3	2	1	1	3	1	3	24	0	0	1	1	1	3	3	2	4	3	12	4	2	3	4	4	1	18	57
128	0	3	0	3	2	3	0	0	2	1	14	0	0	0	3	0	3	0	1	2	1	4	0	2	1	2	1	0	6	27
129	0	3	4	4	4	4	4	4	2	2	31	4	3	3	0	1	11	2	0	0	0	2	3	4	2	2	3	0	14	58
130	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	24	3	2	3	2	3	13	3	2	2	3	10	1	3	3	3	2	2	14	61
131	3	1	2	2	2	4	3	1	4	3	25	2	3	2	2	2	11	2	1	2	2	7	2	2	1	3	0	3	11	54
132	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
133	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	4	1	1	1	0	0	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	8
134	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	6	3	2	1	1	1	8	1	0	0	0	1	0	1	0	2	1	0	4	19
135	2	0	0	0	1	1	1	0	0	1	6	1	0	2	3	0	6	0	1	0	1	2	4	0	2	2	1	2	11	25
136	2	2	0	4	0	4	4	1	3	1	21	2	0	1	0	0	3	2	1	2	1	6	0	1	2	1	1	2	7	37
137	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
138	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	5	3	0	1	0	0	4	2	0	0	0	2	0	1	0	1	0	0	2	13
139	1	3	3	1	3	3	1	1	1	0	17	4	1	1	1	3	10	1	2	0	2	5	1	0	0	2	0	1	4	36
140	0	1	1	0	1	1	3	0	2	2	11	1	1	0	2	1	5	1	0	0	1	2	0	0	0	1	0	0	1	19
141	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
142	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
143	0	0	1	4	0	2	3	2	2	0	14	0	0	0	2	0	2	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	2	6	22
144	3	1	1	1	3	1	1	1	2	0	14	2	1	0	0	1	4	2	1	0	0	3	2	2	1	1	1	0	7	28
145	1	1	1	1	2	0	0	1	0	2	9	3	1	3	2	3	12	3	0	2	0	5	3	2	2	1	2	2	12	38
146	2	2	3	0	2	2	2	2	0	0	15	2	2	2	1	1	8	0	0	2	0	2	2	0	2	1	0	0	5	30
147	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	7	0	1	1	1	1	4	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2	13
148	3	0	3	0	0	4	4	0	0	2	16	0	3	0	0	4	7	0	0	0	0	0	1	2	2	2	0	2	9	32
149	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	2	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	0	0	5
150	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	11	2	2	1	1	3	9	1	1	2	0	4	0	1	1	0	0	0	2	26
151	3	1	1	0	2	3	3	0	3	2	18	3	1	1	2	2	9	2	0	0	0	2	2	1	2	3	2	1	11	40
152	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
153	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	6	2	1	0	0	2	5	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	2	4	16
154	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	5	1	1	1	0	0	3	0	2	0	2	4	1	0	2	1	0	0	4	16
155	1	2	0	2	1	1	1	0	0	1	9	1	1	2	0	1	5	0	2	0	0	0	3	1	2	1	0	0	7	21
156	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	15	2	1	2	2	2	9	2	2	2	0	6	1	2	2	1	2	0	8	38
157	0	1	0	0	4	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	2	6
158	0	3	0	0	3	1	0	3	0	2	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	1	2	0	1	0	7	19
159	2	0	1	1	2	4	1	0	0	0	11	4	3	1	0	2	10	1	0	0	0	1	3	1	1	2	0	0	7	29
160	2	4	0	1	3	0	2	0	3	2	17	1	3	1	0	2	7	1	1	2	2	6	3	0	1	1	4	4	13	43
161	3	1	0	1	0	1	2	0	0	0	8	0	2	0	0	0	2	1	1	0	0	2	2	0	1	2	0	0	5	17
162	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	8	1	1	1	0	1	4	0	0	0	0	0	3	1	0	0	0	0	4	16
163	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	6	1	1	1	1	1	5	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2	13
164	3	4	3	3	4	3	1	3	3	4	31	4	3	3	2	3	15	1	2	2	0	5	3	2	3	0	4	4	16	67
165	2	3	1	2	1	1	1	1	2	0	14	1	2	2	2	2	9	0	0	1	0	1	1	1	2	0	1	7	31	
166	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	4	1	0	0	0	0	1	3	0	0	0	3	1	0	0	0	0	1	9	9
167	0	3	1	1	0	3	1	2	0	2	13	1	4	1	1	4	11	0	0	2	0	2	3	0	2	0	2	2	9	35
168	1	3	2	1	0	1	2	0	1	0	11	2	0	0	3	1	6	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	3	20
169	1	3	2	1	0	1	2	0	1	0	11	2	0	0	3	1	6	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	3	20
169	3	3	1	2	3	1	3	0	3	0	19	3	1	1	1	2	8	2	2	1	4	9	3	0	1	1	0	4	9	45
170	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	2	3	3
171	1	1	3	1	1	1	1	1	0	0	10	0	1	1	3	1	6	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	3	19
172	3	3	1	1	0	1	1	1	1	1	13	0	1	3	1	1	6	1	0	0	0	1	1	2	2	2	0	0	7	27
173	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2	2
174	0	0	3	1	3	1	1	0	0	0	9	0	0	3	1	1	5	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	15

min 10 max 50 ancho 8	min 5 max 25 ancho 4	min 4 max 20 ancho 3	min 6 max 30 ancho 5	min 25 max 125 ancho 20
min 10 max 30 ancho 7	min 5 max 15 ancho 3	min 4 max 12 ancho 2	min 6 max 18 ancho 4	min 25 max 75 ancho 17

Anexo 6

CARTA DE PRESENTACIÓN A LA INSTITUCIÓN



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Lima, 08 de junio de 2021

Carta P. 167-2021-UCV-EPG-SP

Dr.
MANUEL JESÚS ARTEAGA MATOS
Director
MARÍA REICHE NEWMANN "1254"

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a **GOMEZ ORTEGA, LEVI HERACLEO**; identificado(a) con DNI/CE N° 70063040 y código de matrícula N° 7002368051; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA en modalidad semipresencial quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRO(A), se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

ACTIVIDAD FÍSICA Y ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS EN EDUCANDOS DEL CICLO IV DE PRIMARIA, ATE VITARTE 2021

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestro(a) estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestro(a) estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresar los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



Ruth Angélica Chicana Becerra
Coordinadora General de Programas de Posgrado Semipresenciales
Universidad César Vallejo

Somos la universidad de los
que quieren salir adelante.



ucv.edu.pe

ANEXO 7

Consentimiento informado

El propósito de esta ficha de consentimiento es dar a los participantes de esta investigación una clara explicación de la misma, así como de su rol de participante.

La presente investigación es conducida por Levi Heracleo Gomez Ortega, estudiante de Posgrado de la Universidad Cesar Vallejo. El objetivo de esta investigación es determinar la relación que existe entre la actividad física y adicción a los videojuegos.

Si ud. Accede a participar de este estudio se le pedirá responde dos cuestionarios sobre la actividad física y adicción a los videojuegos. Esto tomará aproximadamente 20 minutos para cada cuestionario. La participación de este estudio estrictamente voluntarias. La información que se recoja será estrictamente confidencial siendo codificados mediante un número de identificación por lo que serán de forma anónima, por último, solo será utilizada para los propósitos de esta investigación. Una vez transcritas las respuestas los cuestionarios se destruirá. Si tiene alguna duda de la investigación puede hacer las preguntas que requiera en cualquier momento durante su participación. Igualmente puede dejar de responder el cuestionario sin que esto le perjudique.

De tener preguntas sobre su participación en este estudio puede contactar con el Lic. Gomez Ortega, Levi Heracleo al teléfono 922309580 o correo leviheracleo@gmail.com

Agradecida desde ya para su valioso aporte.]

Atentamente

Nombre del autor: Levi Heracleo Gomez Ortega

Firma del autor



Yo acepto _____ preciso haber sido informado/a respecto al propósito del estudio y sobre los aspectos relacionados con la investigación

Acepto mi participación en la investigación científica referida

.....

Firma y nombre del participante



