



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



FACTORES QUE INFLUYEN EN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN TIEMPOS DE PANDEMIA EN ESTUDIANTES DEL VII CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA MIGUEL GRAU DEL DISTRITO DE LLALLI

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. RUTH CATHERINE GARCIA QUISPE

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA

PUNO – PERÚ

2023



Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

FACTORES QUE INFLUYEN EN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN TIEMPOS DE PANDEMIA EN ESTUDIANTES DE L VII CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA MIGUEL GRAU DEL DISTRITO DE LLALLI

AUTOR

RUTH CATHERINE GARCIA QUISPE

RECuento DE PALABRAS

15630 Words

RECuento DE CARACTERES

80494 Characters

RECuento DE PÁGINAS

74 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

2.8MB

FECHA DE ENTREGA

Oct 30, 2023 10:05 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Oct 30, 2023 10:06 PM GMT-5

● 16% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 15% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 12% Base de datos de trabajos entregados
- 7% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)


MSc. Simón Eduardo Villegante Serave
DOCENTE
UNA - PUNO


Dr. Efraín H. Yupanqui
SUB DIRECTOR DE INVESTIGACIÓN
EPEF - FGEDUC - UNAP



DEDICATORIA

Dedico mis logros con cariño y amor a mi madre Teodora Quispe Mamani, quien partió a la eternidad para estar al lado del creador, quien con su amor y fortaleza supo enseñarme que debemos esforzarnos para ser cada día mejor y superarnos para alcanzar nuestros objetivos, también dedico mi trabajo a mi padre Mario García Betancur quien se convirtió en mi mejor amigo, maestro y guía, por su sacrificio y dedicación, por dedicarme todos estos años de su vida a cuidarme inculcándome valores y normas morales, por ser mi fortaleza y ayudar a sobreponerme al dolor valorando la vida, por estar a mi lado en este gran paso.

A mis hermanos quienes me manifestaron su apoyo, a Joao Richard, Ronald, Margot, Medalit quienes con sus constantes consejos y ejemplo tallaron en mí un carácter fuerte e inquebrantable.

Finalmente, a los Docentes de la Escuela Profesional de Educación Física quienes fueron mis guías pedagógicos y me enseñaron lo hermoso de la docencia en educación física, quienes contribuyeron en mi formación profesional logrando elevar mis conocimientos a un nivel profesional, por los aprendizajes y valores éticos que me infundieron para llegar a ser un mejor profesional comprometido y capaz de competir de forma destacada.



AGRADECIMIENTOS

A Dios por cuidar de mí y guiar mi camino por darme fuerzas para seguir adelante.

A mi Alma Mater la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, por brindarme la oportunidad de tener una formación profesional de un alto nivel académico.

A la Escuela Profesional de Educación Física y al cuerpo Docente, por los aprendizajes impartidos durante el tiempo de mi formación profesional como docente en Educación Física.

A mi Asesor de Tesis el Dr. Simón Eduardo Villasante Saravia quien con paciencia supo guiarme mediante sus sugerencias y sus conocimientos para la absolución de mis dudas.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE FIGURAS

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

RESUMEN 11

ABSTRACT..... 12

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA..... 14

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA 15

1.2.1. Problema general 15

1.2.2. Problemas específicos 15

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN 16

1.3.1. Hipótesis general..... 16

1.3.2. Hipótesis específicas 16

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO 17

1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN..... 18

1.5.1. Objetivo general..... 18

1.5.2. Objetivos específicos 18



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES	19
2.1.1. Internacional	19
2.1.1. Nacional	20
2.1.1. Regional	21
2.2. MARCO TEÓRICO	22
2.2.1. Factores que influyen en la práctica de la actividad física	22
2.2.2. Actividad física en tiempos de pandemia	27

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....	29
3.2. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN.....	29
3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO	33
3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO	36
3.6. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	38

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS.....	40
4.2. DISCUSIÓN.....	46
V. CONCLUSIONES.....	51
VI. RECOMENDACIONES	53



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... 54

ANEXOS..... 63

Área: Educación física, deporte y recreación.

Línea de investigación: Factores que influyen en la práctica de la actividad física.

Fecha de sustentación: 17/11/2023



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Niveles de los factores que influyen en la práctica de la actividad física	24
Figura 2. Ubicación geográfica de la investigación.....	29
Figura 3. Porcentaje de los factores que influyen en la práctica de actividad física	40
Figura 4. Porcentaje de los factores socioeconómicos	41
Figura 5. Porcentaje de los factores psicológicos	42
Figura 6. Porcentaje de los factores tecnológicos.....	43
Figura 7. Porcentaje de los factores ambientales.....	44
Figura 8. Coeficiente de asociación.....	45



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable	31
Tabla 2. Ficha técnica del cuestionario CPRD	34
Tabla 3. Clasificación de los niveles de fiabilidad	35
Tabla 4. Niveles de fiabilidad del instrumento	36
Tabla 5. Población de estudio	37
Tabla 6. Población de estudio por genero	37
Tabla 7. Muestra de estudio	38
Tabla 8. Muestra de estudio por genero	38
Tabla 9. Niveles de los factores que influyen en la práctica de la actividad física.....	40
Tabla 10. Niveles de los factores socioeconómicos.....	41
Tabla 11. Niveles de los factores psicológicos	42
Tabla 12. Niveles de los factores tecnológicos	43
Tabla 13. Niveles de los factores ambientales	44
Tabla 14. Valores resultantes de la prueba de asociación.....	46



ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

MINEDU	:	Ministerio de Educación
UGEL	:	Unidad de Gestión Educativa
DRE	:	Dirección Regional de Educación
ESCALE	:	Estadística de la Calidad Educativa



RESUMEN

La investigación tuvo como propósito principal el de determinar los niveles de los factores que influyen en la práctica de la actividad física, se tomó en cuenta el estudio de enfoque cuantitativo, utilizando la metodología de tipo y naturaleza no experimental y tomando en cuenta al diseño descriptivo simple para realizar la investigación, donde se utilizó el cuestionario de factores que influyen en la práctica que se realiza durante la actividad física, el que fue sometido a la prueba estadística Alfa de Cronbach dando como resultado $\alpha=0.774$ evidenciando que se encuentra en un nivel muy bueno de fiabilidad, se aplicó cincuenta y ocho estudiantes del VII ciclo del nivel secundario , los resultados fueron organizados por medio del paquete estadístico SPSS versión 26 y se distribuyeron en tablas y figuras, las dimensiones estuvieron sometidas a la prueba estadística de Tau de Kendall con la finalidad de conocer los niveles de asociación que tienen con la variable de estudio, dando como resultado un nivel de asociación positivo, concluyendo en que el 7.27% se encuentra en el nivel bajo, seguido del 78.18% en el nivel regular y 24.24% en el nivel alto, evidenciando que la influencia de las dimensiones en la actividad física es moderada y que el porcentaje de estudiantes con nivel alto y muy alto no son los que tienen mayor porcentaje, por lo que los factores en la práctica de la actividad física de los estudiantes se encuentran por debajo del nivel regular.

Palabras Clave: Actividad Física, Ambiental, Psicológico, Socioeconómico, Tecnológico.



ABSTRACT

The objective of the present investigation was to determine the levels of the factors that influence the practice of physical activity, the study of a quantitative approach was taken into account, of a non-experimental methodology and a simple descriptive design, where the questionnaire of factors that influence the practice of physical activity, which was subjected to the Cronbach's Alpha statistical test, resulting in $\alpha=0.774$, evidencing that it is at a very good level of reliability, was applied to thirty-three students of the VII cycle of the Institution Miguel Grau Secondary School of the Llalli district, the results were organized by means of the statistical package SPSS version 26 and were distributed in tables and figures, the dimensions were subjected to the statistical test of Kendall's Tau in order to know the levels of association that they have with the study variable, resulting in a positive association level, concluding that the levels of influence in the practice of physical activity, the highest percentage is located at the "regular" level with 69.70%, which shows that the The influence of the dimensions on physical activity is moderate and that a group of students shows a lack of interest in knowing or learning about the importance of influencing factors in physical activity, unlike the "high" level with 24.24% of students who affirm that it exists a significant influence of socioeconomic, psychological, technological and environmental dimensions on physical activity.

Keywords: Physical activity, Environmental, Psychological, Socioeconomic, Technological.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

La presente investigación buscó determinar los niveles que influyen en la práctica de la actividad física tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli y se encuentra organizada en el siguiente orden:

En el capítulo I, se especifica los aspectos domados en la introducción, aquí se justifica considerando el objetivo general y específicos. Los cuales fueron planificados de acuerdo a lo que se esperaba investigar y a los resultados a los que se desean llegar.

En el capítulo II, se busca conocer las nociones investigativas literales por medio de la revisión de literatura, de la misma forma se realizan las referencias y antecedentes de investigación. de tal forma contiene la suficiente información que justifica la misma investigación.

En el capítulo III de materiales y métodos, se presentan el tipo y diseño de investigación, población y muestra de la investigación, con la finalidad de que la investigación tenga la fundamentación técnica investigativa y de tal forma realizar un trabajo con los parámetros necesarios que con lleven a resultados objetivos.

En el capítulo IV, se exponen los datos fueron conseguidos por medio de trabajos estadísticos, los cuales se presentan los resultados en tablas y figuras, posteriormente los resultados de la prueba estadística, los cuales fueron sometidos al trabajo estadístico descriptivo e inferencial donde se pudo evidenciar la relación que existían entre las variables de investigación.

En el capítulo V y VI, se exponen las conclusiones de investigación con el fin de



describirlas de forma cuantitativa, conjuntamente con las recomendaciones, las que son respondidas a los objetivos e hipótesis de investigación y contrastando con los resultados.

Finalmente, en el capítulo VII se da a conocer las referencias de acuerdo al formato establecido por el reglamento de investigación.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Durante el 2020 y 2021 el mundo atravesó por la pandemia del COVID-19 y en este periodo las personas tuvieron que cambiar y adaptarse el ritmo de vida al que no estaban acostumbrados, pasaron de trabajar de manera presencial a realizar trabajos remotos, de salir a comprar alimentos a solicitar delivery, de realizar ejercicios al aire libre a adaptar un espacio en el hogar para mantenerse físicamente activos. De acuerdo a Trujillo et al. (2021) se pudo evidenciar la ausencia de implementación de estrategias para controlar los niveles de ansiedad y estrés de las personas confinadas, los hogares donde vivían no ayudaban en mucho por ser lugares con poco espacio, sumado a la falta de medidas reales por los gobiernos y la intolerancia en los centros de trabajo hicieron que la actividad física se vea disminuida en una proporción considerable. Para Pérez (2014) la falta de actividad deportiva y física conllevó al sedentarismo que en su mayoría ocasiona que los niveles de índice de masa corporal se eleven y den paso a la sobrepeso y obesidad, lo que para el ministerio de salud es un hecho preocupante, porque tener una población con estos índices no favorables genera un problema de salud pública. Rico et al. (2020) pudo observar que en el confinamiento el 46.35% de los encuestados no realizaron trabajos físicos porque tuvieron actividades pasibles las que no demandaron ningún tipo de esfuerzo físico, considera también que las consecuencias del sedentarismo afectan no solo la salud física sino la salud mental, porque el encontrarnos encerrados en nuestros hogares elevamos los niveles de ansiedad y estrés, por consecuente disminuyeron el rendimiento físico de los organismos. Durante la pandemia en el Perú de acuerdo a Cossio (2020) aumentaron en



forma evidente la cantidad de personas con sedentarismo y lo preocupante fue que dentro de este porcentaje existen niños y adolescentes con sobrepeso, la falta de actividad física elevó las alarmas del MINSA, es por ello que actualmente las Instituciones Educativas vienen implementaron rutinas físicas en las horas de educación física con el fin disminuir este porcentaje de estudiantes con problemas de salud. Lo que también no escapa de la realidad de la región Puno que a pesar de tener espacios amplios para practicar algún deporte, fue la falta de interacción entre pares lo que originó en los estudiantes el sedentarismo, la ausencia de horas de trabajo en educación física fueron determinantes en los niños de niveles primarios e inicial, pero en el nivel secundario se evidenció que los jóvenes disminuyeron su capacidad deportiva porque no participaron en ninguna actividad que demande algún esfuerzo físico y que muchos de ellos mostraron encontrarse con problemas de sobrepeso, es por ello que se hizo indispensable el realizar la investigación con el propósito de conocer los niveles de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel de los factores que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de los factores tecnológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?



¿Cuál es el nivel de los factores psicológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?

¿Cuál es el nivel de los factores socioeconómicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?

¿Cuál es el nivel de los factores ambientales que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Hipótesis general

Existe un nivel alto en los factores que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

1.3.2. Hipótesis específicas

Existe un nivel alto en los factores tecnológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

Existe un nivel alto en los factores psicológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

Existe un nivel alto en los factores socioeconómicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.



Existe un nivel alto en los factores ambientales que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

En todo el mundo se pudo observar que las consecuencias dejadas por la pandemia del Covid19 afectaron de forma directa al desarrollo de las actividades físicas de los escolares de los diferentes niveles educativos, según Alarcón y Llanos (2023) se ocasionaron cambios a los formas de vida de los alumnos, principalmente en la práctica de la actividad física, donde se tuvieron muchas limitaciones que fueron ocasionadas por la ausencia de los trabajos físicos y porque la mayoría optó por realizar trabajos virtuales desde sus hogares, de acuerdo a Ramírez et al. (2020) las secuelas dejadas por este confinamiento fueron visibles en los niveles psicológicos de los alumnos, quienes manifestaron tener miedo para salir a realizar trabajos físicos por el riesgo al contagio, de la misma manera los aparatos tecnológicos acapararon más tiempo del necesario, privando del ejercicio que es fundamental para poder mantenerse sanos, los inconvenientes sociales y económicos fueron decisivos en la adquisición de alimentos y por consiguiente determinantes en el desarrollo sus actividades físico-cotidianas, el acceso a lugares públicos fue restringido, limitando el trabajo y cualquier tipo de actividad a los hogares tomando en cuenta la incertidumbre que se vivía, dejando a los estudiantes sin ninguna otra alternativa. Es por ello que es necesario realizar el trabajo de investigación con el fin conocer los niveles de los factores influyentes de los estudiantes en la práctica de la actividad física, de tal forma proporcionar de información que ayude a optimizar la calidad de vida de los alumnos, elevar los niveles de actividad física y evitar cualquier tipo de enfermedad que pueda generarse debido a la ausencia de la misma, porque la actividad física es de vital importancia durante la adolescencia, beneficia



numerosos aspectos relacionados en el completo desarrollo de las personas, mejora los niveles de funcionamiento del cuerpo humano, disminuye la cantidad de estrés- ansiedad, eleva los niveles de rendimiento académico, mejora la interacción entre los pares, etc., por lo que se hace imprescindible diagnosticar los factores psicológicos, socioeconómicos, ambientales y tecnológicos con los que cuenta los alumnos del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1. Objetivo general

Determinar los niveles de los factores que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

1.5.2. Objetivos específicos

Identificar los niveles de los factores tecnológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

Conocer los niveles de los factores psicológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

Identificar los niveles de los factores socioeconómicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.

Conocer los factores ambientales que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES

2.1.1. Internacional

La investigación de Martínez (2012) tuvo por objetivo identificar los motivos que intervienen en la práctica de actividades físico deportivas de los estudiantes adolescentes españoles, se realizó un estudio no experimental descriptivo de corte transversal donde se utilizó la encuesta de comportamiento, actitudes y volares que se aplicó a 2859 estudiantes, lo que concluyó que los motivos que llevan a los estudiantes a realizar actividades deportivas son el desarrollo de intervenciones eficaces que son visibles en los hábitos de vida saludable que tienen los jóvenes actualmente.

En la investigación de Martínez et al. (2015) se tuvo como objetivo el conocer las barreras facilitadores y las preferencias que tienen los escolares de nueve y once años durante el espacio de receso, fue una investigación cualitativa de tipo perspectivo con diseño fenomenológico se optó por evaluar a 68 estudiantes por medio de un cuestionario, de donde se logró concluir que el mayor porcentaje de niñas tiene preferencia por realizar alguna actividad física pero lo que las destaca es su forma de participar que en ocasiones pueden ser agresivas, de la misma manera se pudo evidenciar que el deporte en el que todos coinciden es el futbol y que la participación del docente influyen en los gusto de los deportes de los estudiantes.

La investigación de Laura (2014) tuvo como objetivo el identificar los factores que son influentes en la práctica de actividad física de los estudiantes de pre grado pre pandemia, se optó por utilizar el enfoque cuantitativo, no experimental, correlacional de tipo transversal donde se utilizó el cuestionario de médico y paciente saludable el cual se aplicó a 700 estudiantes, llegando a concluir que más de la mitad de los estudiantes



encuestados se encontraron con sedentarismo, de la misma manera se evidenció que no poseen niveles de rendimiento físico aceptables para su edad y el tiempo en que realizan sus actividades el mínimo, es por ello que se consideró que existe una relación estrecha entre las variables estudiadas.

La investigación de Albadan y Areiza (2018) tuvo por objetivo determinar los niveles de prevalencia de la actividad física y de la misma manera identificar los factores que se encuentran asociados en los docentes, se utilizó el enfoque cuantitativo metodológico, tipo de estudio no experimental y de diseño descriptivo transversal, donde se aplicó el instrumento a 50 docentes universitarios, llegando a concluir en los docentes tienen niveles de actividad física insuficientes, se evidencio que mantienen niveles bajos en sus comportamientos nutricionales y los estilos de vida necesitan ser reforzados mediante la práctica de hábitos saludables que mejoren su calidad de vida.

2.1.1. Nacional

En la investigación de Arenas (2020) tuvo como objetivo establecer los factores que sirven de limitantes en la práctica de la actividad física de los estudiantes de pre grado de la escuela profesional de enfermería, se optó por desarrollar un estudio cuantitativo, no experimental, descriptivo transversal aplicativo donde se aplicó un cuestionario a 60 estudiantes, por lo que se llegó a concluir en que los factores determinantes fueron los personales, socio ambientales, académicos y laborales donde se vio que no existían espacios para desarrollar actividades físico deportivas.

La investigación de Yapo (2014) tuvo por objetivo determinar los niveles de actividad física en estudiantes de medicina, fue un estudio no experimental, descriptivo correlacional donde se aplicó el cuestionario global de actividad física (GPAQ) a 259 alumnos, concluyendo que el porcentaje más alto de los estudiantes muestran niveles bajos de actividad física, los cuales se reflejan en la independencia de su área academia,



seguido de la clasificación de la edad y género al que pertenecen.

La investigación de Silva (2022) tuvo como objetivo identificar la existencia asociativa de la actividad física y la capacidad funcional en personas adultas, se optó por realizar un estudio cuantitativo, tipo prospectivo analítico, diseño correlacional transversal, se evaluó utilizando el cuestionario internacional de actividad física versión larga (IPAQ), de donde se concluyó en que existe relación significativa entre las variables de estudio.

En la investigación de Chavez (2022) tuvo por objetivo determinar los niveles de asociaciones de la actividad y su relación con los niveles de estrés académico, se utilizó el enfoque cuantitativo analítico, tipo no experimental, diseño correlacional transversal, se aplicó el instrumento Inventario Sisco sv-21 a 217 estudiantes de medicina, donde se llegó a concluir que no existe una relación significativa de asociación de las variables de estudios, sino más bien los factores de género y nivel de estudios se encuentran asociados a nivel académico y al estrés que genera el estudiar la carrera de medicina.

2.1.1. Regional

En la investigación de Palomino (2018) tuvo como objetivo determinar los niveles de la práctica de actividad física y cuáles son los factores que influyen en su fluidez y nivel de rendimiento alcanzado, se optó por realizar un estudio cuantitativo, no experimental, correlacional causal, donde se aplicó el instrumento a 196 estudiantes, llegando a concluir en que una estrecha relación entre las variables, los niveles psicológicos y socioeconómicos son los más influyentes en la actividad física.

La investigación de Turpo (2019) tuvo como objetivo conocer las actitudes de los niveles de actividad física, se utilizó el enfoque cuantitativo, no experimental, de diseño descriptivo transaccional donde se aplicó el test a 222 estudiantes, llegando a concluir



que el mayor porcentaje de los investigados muestran encontrarse en niveles negativos, por lo que se asume que las actitudes con relación a la actividad física es bajo.

La investigación de Ortiz (2017) tuvo como objetivo conocer los niveles de relación que existen entre los niveles de actividad física y los índices de masa corporal, donde se utilizó el enfoque cuantificador, tipo no experimental, diseño correlacional descriptivo, donde se aplicó los instrumentos a 215 estudiantes, concluyendo en que existe una correlación muy alta entre las variables, descartando los niveles de sobre peso en varones a diferencia de los niveles mínimos de nutrición de las damas.

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Factores que influyen en la práctica de la actividad física

Para Alfaro (2018) son aquellos factores ambientales, biológicos, sociológicos y psicológicos que influyen en el desarrollo de una persona y también son las habilidades que determinan el rendimiento deportivo generando satisfacción personal en el deportista.

Según Garcia et al. (2014) son elementos individuales que abarcan lo físico y psicológico, los gustos y preferencias, las condiciones y necesidades, la motivación y el deseo de superación, etc. pues tienen por finalidad la mejora completa del ser humano.

Para Moreno (2014) influyen en el mantenimiento o abandono de una disciplina deportiva, depende mucho de los niveles de comportamiento biológico, social, ambiental y psicológico con los que cuenta el atleta, esto será crucial para encontrar las condiciones de seguir persistiendo en su preparación personal.

Según Caro y Rebolledo (2017) se encuentra asociadas a la mejora de la calidad de vida en el deportista, contribuye en el diagnóstico y disminución de los malos hábitos alimenticios, estrés, ansiedad, depresión y frustración que son originados por el exceso de entrenamiento.



Según Quiroz et al. (2018) los factores influyentes de la actividad física están intrínsecamente vinculadas al comportamiento individual, pero también se ve significativamente influenciada por factores de contexto y nivel emocional, es por ello que es importante destacar los elementos que dificultan o restringen la adherencia a la práctica de actividad física que suelen estar más relacionados con factores externos y la calidad de los servicios de salud.

Para Martínez (2012) tienen por finalidad conocer los factores que median en la promoción de estrategias que fortalezcan la práctica de actividad física deportiva y se encuentran interesados en identificar los componentes psicológicos, conductuales, socioemocionales y ambientales de los estudiantes.

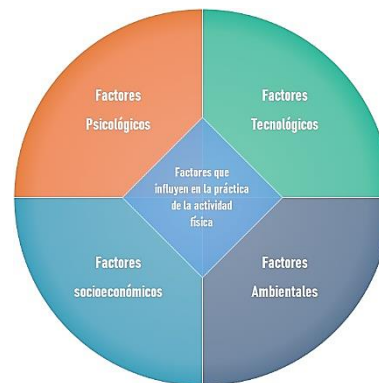
Según Robson y Mendoza (2023) son aquellos que identifican una amplia gama de factores que afectan el rendimiento en actividades físicas, que incluyen aspectos fisiológicos, psicológicos y sociodemográficos, jugando un papel fundamental en los factores de actividad física y la ejecución de habilidades motoras que son esenciales para la participación en actividades físicas, donde la importancia de implementar estrategias mejoran los patrones fundamentales de movimiento.

Para Barbosa y Urrea (2018) los factores mencionados, se centran en examinar los elementos coherentes con el deporte y ejercen un impacto positivo tanto en la salud física como en la salud mental, estos factores contribuyen a la prevención de afecciones crónicas así como enfermedades degenerativas, se observó una reducción en los niveles de ansiedad, depresión y estrés, al tiempo que se registran mejoras en las desempeños cognitivas sociales.

Es por ello que se tomó los niveles de influencia en la práctica de la actividad física de Palomino (2018) que se detalla de la siguiente manera:

Figura 1

Niveles de los factores que influyen en la práctica de la actividad física



Fuente: Palomino (2018) "Factores que influyen en la práctica de la actividad física".

2.2.1.1. Factores psicológicos

De acuerdo a Palomino (2018) son capacidades que cumplen el rol de regular la actividad física de forma motivacional y emocional, buscan fomentar hábitos/estrategias que eleven los niveles psicológicos de los deportistas y tienen como fin regular los niveles de estrés y ansiedad que pueda generarse durante la actividad física.

Para Martinez (2012) los factores psicológicos se encuentran estrechamente relacionadas con las actividades físico deportivas y se logra desarrollar la percepción motriz, competencia social, control y autonomía, orientaciones y percepción motivacional de los beneficios de la actividad deportiva, el optimismo y autoestima, percepción de una vida saludable y la preferencia por realizar trabajos que mejoren su actividad física.

2.2.1.2. Factores tecnológicos

De acuerdo a Palomino (2018) los factores tecnológicos en la actualidad acaparan el tiempo y el espacio que anteriormente se utilizaba para realizar actividades físicas, la



tecnológica en su mayoría no aportan al desarrollo físico de los estudiantes, puesto que, la calidad de vida de las personas disminuye por el excesivo tiempo que pasan al estar sentados frente a un aparato tecnológico.

Según Castillo y Álvarez (2023) existen factores influyentes en el ámbito deportivo que están estrechamente relacionados con los aspectos psicológicos que emergen del contexto y las interacciones generales que se producen en este entorno.

De la misma forma para Castillo y Álvarez (2023) la psicología considera que la práctica normal de ejercicio físico ofrece la oportunidad de aplicar constantemente estos conocimientos a quienes participan en ambas actividades, esta combinación puede llevar a las personas a descubrir su mayor capacidad a través de un estilo de vida activo, lo que puede resultar beneficioso no solo para su condición física, sino también para su salud psicológica, siempre y cuando esta práctica se realice con un propósito y significado.

El remplazar la actividad física o el dejar de practicar un deporte hace que se disminuya el rendimiento físico de una persona, no solo a nivel competitivo sino también afecta la salud en general, para Martínez (2012) los medios que comunicación deberían cumplir un papel importante en la difusión de información sobre la importancia en realizar actividades físicas y se debería tomar al internet como el medio para crear conciencia, es necesario recordar que los alimentos ingeridos en una persona que solo se sienta al frente de un ordenador no se logran distribuir de forma óptima por el cuerpo humano sino más bien se generan problemas al momento de realizar los trabajos digestivos, la tecnología paso de ser apoyo a ser un factor que disminuye la calidad de vida.

2.2.1.3. Factores socioeconómicos

Para Martínez (2012) el soporte social de los seres queridos como padres y familiares es de mucha ayuda en el desenvolvimiento físico de una persona, el fomentar



el hábito en la actividad física desde niños mejora los niveles de salud de los infantes y mejoran mucho más cuando practican un deporte desde temprana edad. Se puede evidenciar que los estudiantes de padres deportistas mantienen las habilidades deportivas en sus genes y por ende son personas que puede desenvolverse de forma óptima en la sociedad, la aceptación de los demás es de suma importancia esto ayuda a elevar los niveles de confianza y autoestima, de la misma manera mejora los niveles de interacción con los demás y hace que las metas que se planteen sean cada vez más complejas lo que eleva los niveles de esfuerzo del individuo.

De acuerdo a Moreno (2014) los niveles socioeconómicos influyen en el desenvolvimiento físico de un deportista, es necesario considerar que una persona que tiene actividad física constante genera más desgaste de energía, por lo que consumirá alimentos que lo ayuden a recuperar las energías perdidas y en ocasiones necesitara realizar una selección mucho más específica, que le permitirá acceder a una alimentación que mejore su rendimiento físico, por lo que los gastos económicos aumentaran.

Según Caro y Rebolledo (2017) la calidad de vida está sujeta a los niveles emocionales con los que cuente una persona y de la misma manera al acceso que tenga como a la vestimenta, alimentación, salud, educación etc. donde es evidente que para poseer una calidad de vida estable es necesario realizar una inversión no solo de dinero sino también de tiempo, como en cualquier profesión es necesario prepararse, tomar conciencia de la importancia de la actividad física en la calidad de vida y realizar trabajos que mejoren sus niveles de salud.

2.2.1.4. Factores ambientales

De acuerdo a Moreno (2014) un factor que influye en el desarrollo de la actividad física en la distancia de los espacios y/o instalaciones donde se realizan trabajos físicos,



por otro lado es la frecuencia con la que se realizar estos trabajos, de la misma manera se observa si estos espacios cuentan con la implementación necesaria para realizar actividades deportivas y si existe una persona que pueda ser de guía en la preparación y monitoreo de los trabajos físicos que se desea realizar.

Para Martinez (2012) es necesario considerar el acceso a las instalaciones y espacios con los que se cuenta para realizar los trabajos físicos, de la misma manera se tiene que considerar la distancia que se requiere para llegar a los centros y plataformas de preparación física, también las condiciones en las que se encuentran como la limpieza y el mantenimiento de los mismos, asimismo si se tiene algún protocolo de seguridad dentro y fuera de la instalación, por último si los espacios se encuentran correctamente ventilados.

Martinez (2012) hace mención al tiempo que se ocupa en realizar los trabajos físicos, de la misma manera considera que es necesario tomar en cuenta los trabajos al aire libre y dentro de una instalación, puesto que en ambos casos el determinante es el clima con el que se contara.

2.2.2. Actividad física en tiempos de pandemia

Según la OMS (2022) se refirió a la actividad física como cualquier movimiento realizado por los músculos los cuales consumen energía, estos movimientos pueden darse durante el ejercicio, caminando, trabajando, estudiando y/o durmiendo. Para el Minsa (2016) la actividad física progresó de forma positiva la salud de las personas y evita que se generen enfermedades, en ocasiones se realiza tratamientos de actividad física para mejorar la salud de los pacientes, ayuda a tranquilizar la depresión y la ansiedad, mejorando significativamente el autoestima de los que la realizan y por consiguiente la actividad física mejora el rendimiento intelectual de los estudiantes.



De acuerdo a Villaquiran et al. (2020) la pandemia trajo consigo el confinamiento y distanciamiento social generando la disminución de la actividad física y la práctica de deporte, los hábitos a los que nos estábamos acostumbrados fueron variando porque no existían lugares donde realizarlos. Porque de acuerdo a Martinez (2012) es lo que origino el aumento del sedentarismo y por consiguiente el incremento de mortalidad en personas infectadas, el ejercicio empezó a ser un requisito en la prevención de la salud, pues mantener una condición física elevaba los niveles de oxigenación cuando se contraía el virus.

Según Trujillo et al. (2021) se implementó estrategias con el fin de generar condiciones saludables para a las personas en confinamiento, estrategias como la de brindar información sobre los beneficios de mantenerse físicamente activos, puesto que una persona que realiza ejercicio de forma constante aumenta los niveles de inmunidad de su cuerpo. Lo que incentivaba a que las personas de todas las edades para sean conscientes en mejorar su rendimiento físico y por consiguiente mantener activo sus músculos y pulmones.

Para Juanes y Rodríguez (2021) y Bennasar et al. (2022) uno de los factores que contribuyó en elevar los niveles emocionales de las personas fue el deporte y el ejercicio, el internet y la televisión solo aumentaron los niveles de sobre peso de los que se encontraban en confinamientos, se evidencio que existieron limitaciones como la falta de confianza y el estrés, seguido de los trabajos remotos donde no se realizaba ninguna actividad física, lo que conllevó a que los niveles de sedentarismo se aumentaran.

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La investigación de acuerdo a su naturaleza y descripción, se realizó en la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau que se encuentra ubicada la avenida Túpac Amaru N°176 en el distrito de Llalli, de la provincia de Melgar de jurisprudencia a la región de Puno. Es una institución de gestión pública y alberga a más de 126 estudiantes de los cinco grados y su población se encuentra conformada por varones y mujeres de 12 a 16 años de edad, teniendo como idioma originario al Quechua, siendo aún practicada y utilizada por los estudiantes y los pobladores.

Figura 2

Ubicación geográfica de la investigación



Fuente: Google Maps (2023) vista satelital de la “Ubicación geográfica de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau”.

3.2. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

3.2.1. Enfoque cuantitativo

El presente estudio investigativo tomó en cuenta el enfoque cuantitativo porque de acuerdo a Sánchez (2019) es el método que utiliza técnicas estadísticas que tienen por



finalidad analizar los resultados obtenidos para cuantificarlos y someterlos a pruebas estadísticas que medirán los niveles de las medias, por lo que serán interpretados y expuesto de manera consistente. Para Cadena et al. (2017) es el estudio que busca recoger información utilizando datos y resultados que se puedan contar, en ocasiones suelen tener selecciones subjetivas que suelen integrar procesos, hechos, personas y estructuras que son medidas a través de escalas numéricas.

3.2.2. Tipo de investigación

La investigación utilizó el tipo de investigación no experimental puesto que responde a la naturaleza de la variable en cuestión, es por ello que se optó por realizar la investigación bajo este parámetro como lo describe Sousa et al. (2017) quien define al estudio no experimental como el método de observar a un fenómeno o problema, en el que no es necesario manipular ni mucho menos intervenir, sino realizar una descripción detallada de los sucesos. Para Monje (2011) y Hernandez (2014) definen a las investigaciones no experimentales como la forma de recolectar información, sin cambiar o manipular el resultados de las variables y de esta manera observar los fenómenos que ocurre en un ambiente determinado.

3.2.3. Diseño de investigación

De acuerdo al instrumento utilizado se pudo evidenciar que el diseño que le corresponde a esta investigación es de carácter descriptivo. De acuerdo a Sousa et al. (2017) es el diseño más utilizado para describir un fenómeno tiene por finalidad observar, describir y fundamentar hechos, tiene por característica no manipular las variables y mucho menos interceder en la causa y/o efecto de los resultados, puesto que, busca describir o clasificar la existencia de un problema. Cadena et al. (2017) las clasifica como transversales y longitudinales en su mayoría suelen tener una variable independiente la que no está sujeta a condicionamiento y no cuentan con un control sobre los hechos a

estudiar. Por ello que Ato et al. (2013) consideran que la investigación descriptiva tiene como propósito principal el explorar, pronosticas y explicar el comportamiento de la variable, tomando en cuenta la existencia de solo una muestra seleccionadas de manera aleatoria y/o no aleatoria, que las medidas e instrumento utilizados tenga una consigna cuantitativa y la disponibilidad de abordar el fenómeno desde un punto de vista estadístico.

3.2.4. Variables de estudio de investigación

Tabla 1

Operacionalización de la variable

Variable	Dimensión	Indicadores	Instrumento y escala	
Factores que influyen en la práctica de la actividad física	Factores socio económicos	Tu profesor te motiva para realizar actividad física.	Ítem 1	Cuestionario “Factores que influyen en la práctica de actividad física”
		Si no contara con recursos económicos necesarios para financiar una actividad física aun así lo practicaría.	Ítem 2	
		Tus padres te influyen para realizar actividad física en casa.	Ítem 3	Escala 1 Nunca 2 Casi nunca 3 A veces 4 Casi siempre 5 Siempre
		No me siento motivado por mis familiares para realizar actividad física.	Ítem 4	
		Sientes que te alimentas bien para realizar actividad física intensa.	Ítem 5	
		Desde el coronavirus tengo más tiempo para estar físicamente activo.	Ítem 6	
		Tengo los recursos necesarios para realizar actividad física en casa.	Ítem 7	
		Cuesta demasiado dinero hacer actividad física.	Ítem 8	
	Factores psicológicos	Me preocupa salir de mi casa para hacer ejercicio y estar más activo.	Ítem 9	Baremo ≤ a 5 Muy bajo > a 5 y ≤ 10 Bajo > a 10 y ≤ 15 Regular
		Hago ejercicio para ayudar y controlar mi salud física y mental durante la pandemia.	Ítem 10	
		Mi salud física o estado de ánimo me impide realizar actividad física.	Ítem 11	



	Te gusta realizar actividad física y te esfuerzas por mejorar.	Ítem 12	$> a 15 y \leq a 20$
	Sientes que es divertido la práctica de actividad física.	Ítem 13	Alto $> a 20 y \leq a 25$
	Te molesta realizar actividad física en casa.	Ítem 14	Muy alto
	La actividad física sientes que ocupa un lugar muy importante en tu vida.	Ítem 15	
	Durante este confinamiento social las redes sociales me parecen más divertidas y beneficiosas que hacer deporte.	Ítem 16	
	Te parece mejor mirar deportes por televisión y/o celular que jugar tú mismo/a.	Ítem 17	
Factores tecnológicos	En este confinamiento social me siento más cómodo/a jugando video juegos en mi cuarto que jugar en el patio con mis familiares.	Ítem 18	
	El internet te entretiene más que hacer deporte con tus familiares.	Ítem 19	
	Prefiero socializar en redes sociales que haciendo deporte.	Ítem 20	
	Los polideportivos se encontraban cerrados a consecuencia del covid-19, debido a ello no practicaba actividad física.	Ítem 21	
	Los lugares para realizar actividad física están muy lejos de tu casa.	Ítem 22	
Factores ambientales	Las autoridades no me permitían salir de casa y tuve que optar nuevas formas de hacer actividad física en casa.	Ítem 23	
	Actualmente el lugar donde me encuentro viviendo no tiene espacio para realizar actividad física.	Ítem 24	
	El clima te permite realizar actividad física en cualquier momento del día	Ítem 25	



3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO

En la investigación se utilizó el instrumento cuestionario denominado los “Factores que influyen en la práctica de actividad física” que posee una escala cuantitativa y responde al diseño de investigación no experimental.

El cuestionario tomado en cuenta en la presente investigación fue utilizado por Palomino (2018) en su investigación denominada “Factores que influyen en la práctica de la actividad física en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Industrial N°32”, en su momento el instrumento fue sometido a la valoración de validez y viabilidad por medio de la prueba estadística Alfa de Cronbach siendo el resultante 0.7 ubicándose en el nivel “bueno”.

Para dar la fiabilidad del instrumento la investigadora validó el instrumento por medio de la prueba estadística denominada el Alfa de Cronbach en una población similar siendo el resultado de dicha evaluación un promedio de 0.774 y por lo que se ubicó en el nivel de fiabilidad “muy bueno”, siendo este resultado mayor al anterior valor obtenido por la investigadora Palomino (2018) y determinando su validez para poder utilizarla en la investigación.

De la misma manera se optó por tomar en cuenta la opinión de dos docentes entendidos en la validación de instrumentos de investigación, los que pertenecientes a Universidad Nacional del Altiplano obteniendo como promedio los niveles “aceptable” y “bueno”, por lo que se decidió en aplicar el cuestionario “Factores que influyen en la práctica de actividad física” en los estudiantes investigados. El instrumento tomado en cuenta en la investigación tiene los siguientes detalles:

Tabla 2

Ficha técnica del cuestionario

Nombre	Cuestionario “Factores que influyen en la práctica de actividad física”
Autor	Palomino (2018)
Publicación	Factores que influyen en la práctica de la actividad física en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Industrial N°32 de la ciudad de Puno.
Administración	El instrumento por la naturaleza que presenta se administra de forma individual en un ambiente libre de distracciones, iluminado y sin ningún sonido que distraiga al estudiante cuando responda a cada uno de los ítems.
Duración	Tendrá un promedio de quince a veinte minutos.
Aplicación	El material cuenta con una cantidad de ítems los cuales tienen que ser leídos pausadamente y de la misma manera deben de entender lo que se está preguntando, para luego marcar una opción de la escala con la que se está trabajando, cuando terminen de realizarla el investigador realizara el conteo por dimensiones y manera general, luego se somete a las interpretaciones por medio del baremo planteado que medirá los niveles en los que se encuentran.
Composición	<p>El instrumento se encuentra estructurado con:</p> <p>La variable cuenta con 25 ítems</p> <p>Las dimensiones de los distintos factores se distribuyen de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none">• Factores socio económicos con 8 ítems• Factores psicológicos 7 ítems• Factores tecnológicos 5 ítems• Factores ambientales 5 ítems

Fuente: Palomino (2018)

Para dar fiabilidad al instrumento de investigación, se tomó en cuenta lo descrito por Rodríguez y Reguant (2020) quien considera que las escalas, test y cuestionarios son instrumentos que requieren ser validados con el fin de integrarlos a la investigación, por

otro lado Oviedo y Capo (2002) considera que la prueba más utilizada para la validación de un instrumento, es el coeficiente de fiabilidad de la prueba alfa de Cronbach, que tiene como regla principal generar un valor mayor o igual al $\alpha = 0.70$ siendo el valor máximo alcanzado el de $\alpha = 1$, deduciendo que al acercarse más a la unidad el nivel de confianza del instrumento aumenta y será considerado como válido para su aplicación. Es por ello que para determinar los grados interpretativos alcanzados en la evaluación de un instrumento se debe tomar en cuenta el siguiente esquema:

Tabla 3

Clasificación de los niveles de fiabilidad

Índice	Niveles de Fiabilidad	Valor según el Alfa de Cronbach
1	Excelente	> 0.9 a $1 \leq$
2	Muy bueno	> 0.7 a $0.9 \leq$
3	Bueno	> 0.5 a $0.7 \leq$
4	Regular	> 0.3 a $0.5 \leq$
5	Deficiente	> 0 a $0.3 \leq$

Fuente: Tuapanta et al. (2017) “Alfa de Cronbach para validar un instrumento de uso de TIC en docentes universitarios”

El presente estudio realizó el trabajo de validación del instrumento por medio un tratado estadístico mediante de la prueba que mide el coeficiente del alfa de Cronbach, donde sometieron los resultados de los ocho ítems de investigación de la dimensión socioeconómica, los siete ítems de la dimensión psicológica, seguida de los cinco ítems de la dimensión tecnológica, los cinco ítems de la dimensión ambiental y por último los veinticinco ítems de los factores que lograr realizar cambios en la práctica de la actividad física, obteniendo los siguientes valores resultantes:

Tabla 4

Niveles de fiabilidad del instrumento

Variable	Alfa de Cronbach
Factores socioeconómicos	0.770
Factores psicológicos	0.741
Factores tecnológicos	0.701
Factores Ambientales	0.760
Factores que influyen en la práctica de actividad física	0.774

Fuente: Anexo 5 “Pruebas de fiabilidad del instrumento de investigación”

La fiabilidad expuestos en la presente tabla se puede afirmar que los niveles de cada una de las dimensiones se encuentran por encima del 0.7 por lo que cumplen con lo necesario para ser ejecutados, de la misma manera se puede observar que el instrumento en general tiene un valor de 0.774 superando el valor mínimo necesario de la fiabilidad del instrumento, puesto que los resultados ubican al cuestionario “Factores que influyen en la práctica de actividad física” en una escala valorativa “muy buena”, es posible realizar su aplicación en la presente investigación.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO

Para determinar la población de investigación se tuvo que tomar en cuenta lo descrito por Lopez (2004) quien define a la población como la agrupación de personas los cuales se encuentran definidas por la variables a investigar, pueden estar constituidos también casos y fenómenos, coincidiendo con Arias et al. (2016) para quien la población es un estudio de casos determinados y definidos por la accesibilidad de la información, deben de cumplir el criterio de homogeneidad que se encuentra basado en la similitudes de los investigados como edad, genero, cantidad, contexto, etc. a partir de ellos se determinó la presente población como se detalla en:



Tabla 5

Población de estudio

Grados	Estudiantes
Primero	24
Segundo	20
Tercero	24
Cuarto	25
Quinto	33
Total	126

Fuente: Escala (2023) “Ficha de Institución Educativa Institución Educativa Secundaria Miguel Grau”

Tabla 6

Población de estudio por genero

Grados	Varones	Mujeres
Primero	11	13
Segundo	10	10
Tercero	12	12
Cuarto	10	15
Quinto	18	15
Sub total	61	65
Total	126	

Fuente: Escala (2023) “Ficha de Institución Educativa Institución Educativa Secundaria Miguel Grau”

Para determinar la muestra de estudio se tuvo que tomar en cuenta las recomendaciones de Lopez (2004) quien sostiene que la muestra son componentes que se originan en la población y por lo cual es un porcentaje representativo del total, existen una diversidad de manera de determinar la muestra de las que destacan las no probabilísticas porque según Arias et al. (2016) son aquellas que fueron selección sin ningún método estadístico, sino más bien se aplicó un criterio personal o un fin

investigativo lo cual refuerza la intención o finalidad con la que se desea trabajar, es por ello que la muestra fue de carácter no probabilístico.

Tabla 7

Muestra de estudio

Grado	Sección	Escolares
Cuarto	A	13
Cuarto	B	12
Quinto	A	17
Quinto	B	16
Total		58

Fuente: Escala (2023) “Ficha de Institución Educativa Institución Educativa Secundaria Miguel Grau”

Tabla 8

Muestra de estudio por genero

Grado	Sección	Varones	Mujeres
Cuarto	A	6	7
Cuarto	B	4	8
Quinto	A	9	8
Quinto	B	9	7
Sub total		28	30
Total			58

Fuente: Escala (2023) “Ficha de Institución Educativa Institución Educativa Secundaria Miguel Grau”

3.6. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Para realizar el correcto recojo y análisis de los resultados se optó por seguir los siguientes pasos:

Los resultados obtenidos por el cuestionario “Factores que influyen en la práctica de actividad física” fueron cotejados de acuerdo a la cantidad de estudiantes investigados,



con la finalidad de tener la cantidad correcta de datos y por consiguiente evitar los datos perdidos en la tabulación de los mismos. Los datos conseguidos fueron organizados en la ficha de recojo de información que se encuentra en el anexo 3, donde se los consigno por el orden correlativo de los ítems y de acuerdo a la dimensión que pertenecen, percatándonos que sean los resultados de los 58 estudiantes investigados.

Luego los datos son insertados en el paquete estadístico SPSS versión 26 con la finalidad de realizar la tabulación y análisis de frecuencia, este proceso contó con dos etapas:

La primera etapa residió en realizar el trabajo estadístico solo a la variable investigada donde fueron los resultados de los veinticinco ítems los que generaron las tablas y gráficos interpretativos. La segunda parte tuvo por propósito evaluar cada una de las dimensiones socioeconómica, tecnológica, psicológica y ambiental las que también contaron con sus propias tablas y gráficos.

Seguidamente los resultados conseguidos de la tabulación fueron tomados en cuenta en el capítulo IV, donde se los ordenaron por resultados de variable y dimensiones, se utilizaron las tablas y gráficos obtenidos para realizar el trabajo de interpretación tomando en cuenta la cantidad y porcentaje de cada resultado expuesto.

Las interpretaciones presentadas estuvieron organizadas de acuerdo al objetivo general y objetivos específicos, los cuales responden a las conclusiones descritas y por consiguiente se encuentran dentro de lo previsto en el planteamiento de las hipótesis de investigación.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

Los resultados fueron organizados de acuerdo a los objetivos planteados en la investigación, iniciando con los resultados a nivel de la variable y seguida por los resultados de las cuatro dimensiones descritas en la operacionalización de variables.

4.1.1. Resultados de los Factores que influyen en la práctica de actividad física

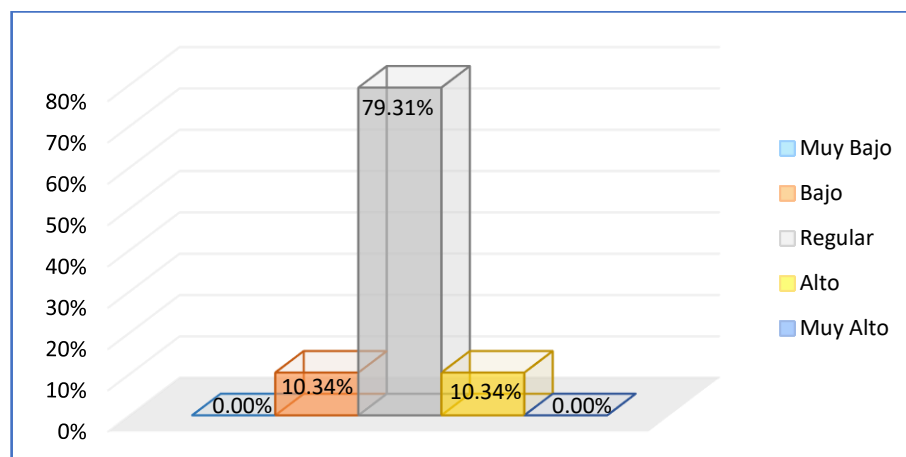
Tabla 9

Niveles de los factores que influyen en la práctica de la actividad física

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	0	0%
Alto	6	10.34
Regular	46	79.31
Bajo	6	10.34
Muy bajo	0	0%
Total	58	100%

Figura 3

Porcentajes de los factores que influyen en la práctica de la actividad física



Interpretación

De la tabla 9 y figura 3 concerniente a la influencia en la práctica de la actividad física, se puede deducir que nadie se encuentra en el nivel “muy bajo”, el 10.34% de los evaluados se ubicaron en el nivel “bajo”, seguido del 79.31% de estudiantes que mostraron tener un nivel “regular”, donde el 10.34% lograron alcanzar el nivel “alto” y ninguno de ellos se ubicó en el nivel “muy alto”. Por lo que la mayor influencia se encuentra en los niveles “regular y alto” evidenciando que existe niveles de influencia significativa en la actividad física de los estudiantes.

4.1.2. Resultados de los Factores socioeconómicos

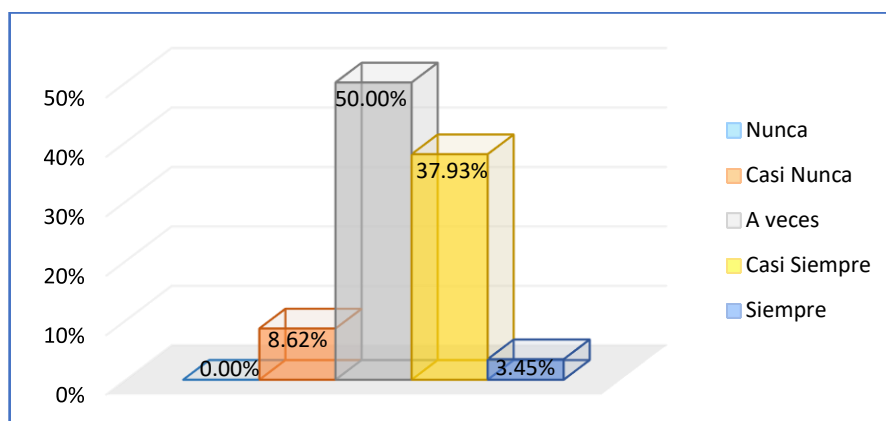
Tabla 10

Niveles de los factores socioeconómicos

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	0	0%
Casi nunca	5	8.62%
A veces	29	50%
Casi siempre	22	37.93%
Siempre	2	3.45%
Total	58	100%

Figura 4

Porcentajes de los factores económicos



Interpretación

De la tabla 10 y figura 4 referente a los factores socioeconómicos, se puede interpretar que nadie respondió “nunca”, el “casi nunca” fue de 8.62%, seguido del 50% de estudiantes que “a veces” consideraron que los medios socioeconómicos determinan la actividad física, a diferencia de los 37.93% de encuestados que manifestaron que “casi siempre” el acceso socioeconómico de los estudiantes es influyente en la actividad física, para terminar con el 3.45% de los estudiantes que respondieron que “siempre” es necesario tomar en cuenta la condición socioeconómica cuando se desea realizar trabajos de actividad física.

4.1.3. Resultados de los Factores psicológicos

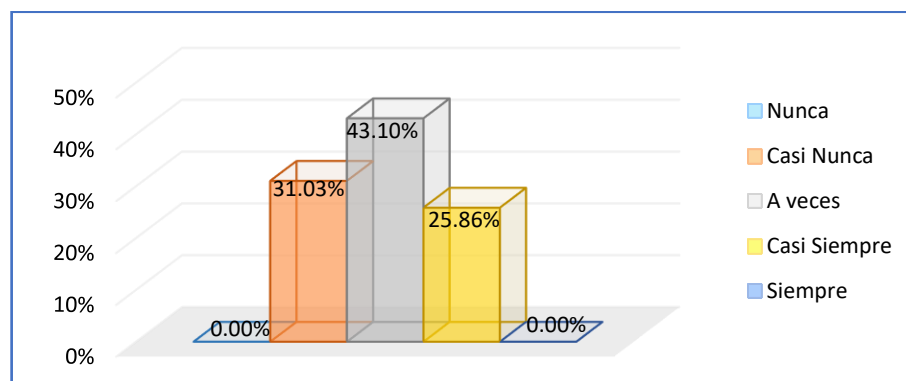
Tabla 11

Niveles de los factores psicológicos

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	0	0%
Casi nunca	18	31.03%
A veces	25	43.10%
Casi siempre	15	25.86%
Siempre	0	0%
Total	58	100%

Figura 5

Porcentajes de los factores psicológicos



Interpretación

De la tabla 11 y figura 5 referente a los factores psicológicos, se puede interpretar que nadie respondió “nunca”, el “casi nunca” fue de 31.03%, seguido del 43.10% de estudiantes piensan que “a veces” los niveles emocionales pueden ser determinantes en la actividad física, a diferencia de los 25.86% de encuestados que manifestaron que “casi siempre” las capacidades psicológicas definen los niveles de actividad/rendimiento físico de un estudiante y el 0% de los escolares respondieron que “siempre” las habilidades psicológicas, lo que afirma que los estudiantes piensan que la parte psicológica es determinante en la actividad física.

4.1.4. Resultados de los Factores tecnológicos

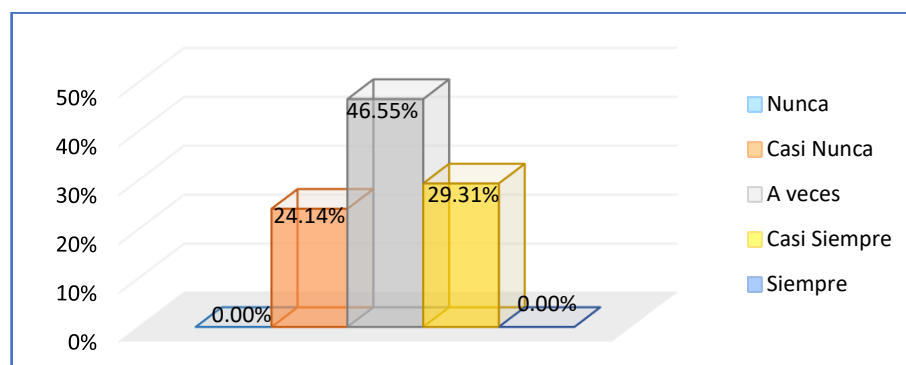
Tabla 12

Niveles de los factores tecnológicos

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	0	0%
Casi nunca	14	24.14%
A veces	27	46.55%
Casi siempre	17	29.31%
Siempre	0	0%
Total	58	100%

Figura 6

Porcentajes de los factores tecnológicos



Interpretación

De la tabla 12 y figura 6 referente a los factores tecnológicos, se pudo apreciar que nadie respondió “nunca”, el “casi nunca” fue de 24.14%, seguido del 46.55% de estudiantes piensan que “a veces” los niveles tecnológicos pueden ser distractores cuando se desea realizar una actividad física, a diferencia de los 29.31% de encuestados que manifestaron que “casi siempre” las capacidades físicas son influenciadas por el uso aparatos electrónicos y el 0% de los escolares cree que “siempre” las redes sociales, el internet, las aplicaciones digitales y los medios tecnológicos son influyentes cuando se quiere realizar alguna actividad física.

4.1.5. Resultados de los Factores ambientales

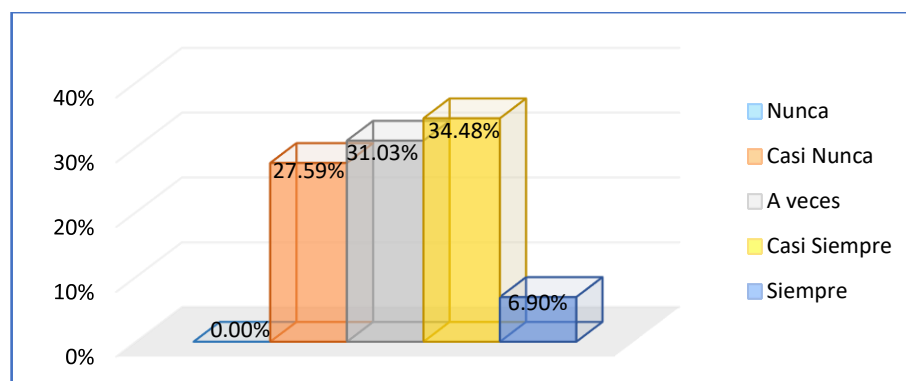
Tabla 13

Niveles de los factores ambientales

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	0	0%
Casi nunca	16	27.59%
A veces	18	31.03%
Casi siempre	20	34.48%
Siempre	4	6.90%
Total	58	100%

Figura 7

Porcentajes de los factores ambientales



Interpretación

De la tabla 13 y figura 7 referente a los factores ambientales, se pudo apreciar que nadie respondió “nunca”, el “casi nunca” fue de 27.59%, seguido del 31.03% de estudiantes piensan que “a veces” los niveles ambientales puede ser decisivos cuando se desea realizar alguna actividad física, a diferencia de los 34.48% de encuestados que manifestaron que “casi siempre” las condiciones ambientales como el acceso a un espacio deportivo es fundamental para la realización de la actividad física y el 6.90% de los escolares “siempre” cree que es imprescindible tener buenos factores ambientales en la actividad física.

4.1.6. Resultados de los niveles de asociación de la investigación

Los datos obtenidos en las tablas expuestas en este capítulo, fueron sometidos a una evaluación utilizando los criterios de la prueba estadística Tau de Kendall con la finalidad de asociar los resultados de las dimensiones con la variable, puesto que, en ambos casos las escalas tienen denominación e interpretación diferente. Es por ello que se tomó en cuenta el siguiente esquema para decidir el nivel de asociación que le corresponde a las dimensiones y la variable:

Figura 8

Coefficiente de asociación

Coeficiente de Asociación			
Negativa muy fuerte	- 1	a	- 0.8
Negativa fuerte	- 0.79	a	- 0.6
Negativa moderada	- 0.59	a	- 0.4
Negativa débil	- 0.39	a	- 0.2
Negativa muy débil	- 0.19	a	- 0
Positiva muy débil	0	a	0.19
Positiva débil	0.2	a	0.39
Positiva moderada	0.4	a	0.59
Positiva fuerte	0.6	a	0.79
Positiva muy fuerte	0.8	a	1

El presente coeficiente de asociación de la prueba estadística permitirá determinar el grado de asociación de las dimensiones y la variable, los resultados de la prueba se exponen en:

Tabla 14

Valores resultantes de la prueba de asociación

Dimensiones	Valor p	Significación aproximada
Factores socioeconómicos	0.45	0.002
Factores psicológicos	0.40	0.005
Factores tecnológicos	0.60	0.001
Factores Ambientales	0.41	0.013

Interpretación

En la tabla 14 se puede observar que las cuatro dimensiones tienen valores mayores al 0.4, por lo que se puede afirmar que los factores socioeconómicos, psicológicos y ambientales se encuentran en un nivel de asociación positivo moderado a diferencia de los factores tecnológicos que alcanzaron un nivel de asociación positivo fuerte. Lo que quiere decir que los resultados a nivel de dimensiones y variables mantienen estrecha relación, asumiendo que los factores de influencia en la actividad física mantienen niveles positivos de asociación con las respuestas de los estudiantes investigados.

4.2. DISCUSIÓN

Los resultados de la investigación realizada, muestran a los factores que influyen en la actividad física como elementos indispensables en el desarrollo de los estudiantes, lo que coincide con Adarve et al. (2019) quienes concluyen en que la práctica constante y regular de la actividad física eleva los niveles de autoconcepto, de la misma manera Lombart et al. (2020) manifiesta que los estudiantes que tienen niveles elevados en la actividad física suelen tener un mayor rendimiento académico, los cuales son definidos



por los niveles de satisfacción que alcanzan al realizar actividades deportivas, es por ello que podemos afirmar que son condiciones que reflejan el acceso a servicios e insumos que permiten al deportista formarse sin tener ningún tipo de limitaciones. Por otro lado, existen limitantes económicas y sociales, los resultados en la investigación revelan que los estudiantes no se encuentran ajenos a ellas, se pudo apreciar que existen niveles considerables donde las limitaciones en la mayoría de los encuestados son de carácter económico, de acuerdo a Saldías et al. (2022) tener inconvenientes económicos impacta de forma negativa en la calidad de vida de las personas, tener acceso a una educación, alimentación, vivienda e insumos necesarios para desenvolverse como estudiante, mejora los niveles morales y los niveles de actividad física, el determinar los niveles socioeconómicos de un estudiante ayuda a conocer las limitaciones que puedan intervenir en su desenvolvimiento físico y de esta forma realizar trabajos de inclusión, por lo que el estudio demostró que la gran mayoría de los alumnas y alumnos manifestaron que tuvieron inconvenientes con los recursos socioeconómicos con los que contaban sus hogares, cabe recalcar que los precios de los bienes y servicios fueron en aumento por lo que se priorizó acceder a lo necesario como salud y alimentación, los resultados abordados en la presente investigación concerniente a los factores socioeconómicos en la actividad física son similares a los descritos por Vásquez et al. (2022) quien manifiesta que hubieron cambios abruptos en los ingresos de las familias y la labor financiera se deterioró, muchos de los insumos que eran vitales para la canasta básica aumentaron y fue imposible de realizar un control por parte de las autoridades, quienes solo miraron como las familias luchaban por encontrar los medios necesarios para que los ingresos de los hogares fueran los necesarios para sobrevivir, de acuerdo a Saltos et al. (2021) en la pandemia se sumó también la suspensión de actividades quienes vieron afectados sus ingresos económicos lo que ocasiono en los hogares niveles de pobreza alarmantes, que



en su mayoría fueron golpeando a los estudiantes que se encontraban en etapa escolar, de lo que se pudo inferir que los factores socioeconómicos fueron determinantes al realizar actividades físicas. La necesidad de interacción fue quebrada durante el confinamiento por la pandemia, gran cantidad de personas fallecieron sin tener ningún tipo de contacto con los integrantes de las familias a las que pertenecían, lo cual afectó psicológicamente los niveles emocionales de los estudiantes quienes desconocían el porqué del separarse de los demás, por ello es necesario realizar un diagnóstico que informe los hechos más duros y difíciles de entender que tuvieron los adolescentes e infantes durante el periodo mencionado, de la misma manera Moreno et al. (2022) manifestó que actividad física fue determinada por el contexto emocional de las personas, volviéndose de un trabajo al aire libre para encontrarse en un entorno intradomiciliario, existen indicios que esta actividad fue disminuyendo mientras aumentaron la cantidad de restricción que se tuvo que tomar, afirmando que es necesario concebir que la actividad física se encuentra relacionada con los factores socioemocionales, es de vital importancia diagnosticar los niveles emocionales con los que cuentan los escolares después de la pandemia, con el fin de brindar acompañamiento psicológico que mejore su calidad de vida, los resultados de la investigación coinciden con el trabajo realizado por Espinosa et al. (2020) quien demuestra que los niveles de estrés aumentaron a 66.7% de un nivel moderado de estrés a un nivel de demasiado estrés, de la misma manera los niveles de intolerancia y desmotivación fueron evidentes en los adolescentes a quienes les costó cambiar la actividad diaria a la que estaban acostumbrados, por otro lado Apaza et al. (2020) revelo que se necesitan realizar trabajos más profundos, donde se deberían considerar la población y los niveles emocionales con los que cuentan, porque existen personas con niveles emocionales deteriorados, por lo que es necesario considerar que la salud física es igual de importante que la salud mental, en cuanto a los descrito por Zuluaga y Quintero



(2022) quienes manifestaron que la calidad de vida física, laboral y emocional se encuentra reducida, generando dificultades negativas con el proceder del tiempo, dificultades como los bajos rendimientos físicos, académicos y productivos. Por lo que se puede afirmar que la influencia psicológica es importante cuando se realiza actividades físicas. Es un hecho que la tecnología fue desplazando al trabajo físico-deportivo y en la pandemia la cantidad de personas conectadas a las redes sociales fue en aumento, por lo que realizar trabajos físicos no fue una opción, seguido del tiempo de trabajo al frente a un ordenador o dispositivo tecnológico hizo que el espacio dedicado a jugar o interactuar se vea interrumpido, es por ello que fue necesario conocer las secuelas físicas dejadas por la pandemia y más aún en los escolares que se encuentran expuestos a un sinnúmero de plataformas de contenido, el estudio investigativo también se encuentra descrito por Moreno et al. (2021), quien manifestó que los estudiantes disminuyeron su actividad física cuando empezaron a utilizar las redes sociales, para Rivera et al. (2018) el mayor tiempo de exposición a los aparatos tecnológicos de los adolescentes generan cambios radicales en la conducta (mal humor y ansiedad) lo que favorece a generar sedentarismo y por consiguiente enfermedades de mediano a largo plazo, los resultados de la investigación coincidente con Rivera et al. (2018) quien manifiesta que el tiempo dedicado a las aplicaciones es mayor al tiempo para realizar actividad física, destacando que las que utilizan más tiempo el celular son las mujeres y que los varones suele disminuir su actividad física a solo seis horas por semana por encontrarse sumergidos en los juegos en red, es por ello que los factores tecnológicos influyen en la calidad de vida y en el desenvolvimiento físico de los estudiantes. Durante el confinamiento fue claramente visto que los hogares no cuentan con espacios para realizar trabajos físicos, puesto que en su mayoría se encuentran alquilados o que no cuentan con espacio por que viven en departamentos o conjuntos habitacionales, pero a pesar de ello, los estudiantes



no están sujetos este criterio el no tener plataformas o personas que los puedan orientan
hizo que los trabajos deportivos no sean tomados en cuenta.



V. CONCLUSIONES

- PRIMERA** : Se concluye que, el 7.27% se encuentra en el nivel bajo, seguido del 78.18% en el nivel regular y 24.24% en el nivel alto, evidenciando que la influencia de las dimensiones en la actividad física es moderada y que el porcentaje de estudiantes con nivel alto y muy alto no es el mayor, por lo que los factores en la práctica de la actividad física de los estudiantes se encuentran por debajo del nivel regular.
- SEGUNDA** : Se concluye que, el 8.62% de los estudiantes respondieron nunca, seguido del 50% que contestaron a veces, por lo que el 37.93% de ellos se agruparon en el nivel casi siempre y un grupo mínimo de 3.45% respondieron siempre, evidenciando que más de la mitad de los encuestados tienen dudas al considerar que el factor socioeconómico es determinante para realizar actividades físicas y que el 41.38% de los estudiantes afirman que los factores socioeconómicos influyen de forma significativa en el desarrollo de la actividad física.
- TERCERA** : Se concluye que, el 31.03% de los estudiantes respondieron nunca, seguido del 43.10% que contestaron a veces y que el 25.86% respondieron casi siempre, afirmando que el 74.13% de los encuestados se muestra indiferente al considerar que el factor psicológico pueda influir en el desarrollo de actividades físicas y los restantes 25.86% manifiestan que los factores psicológicos intervienen en los niveles de salud mental del estudiante y de la misma manera influye en el desempeño de las actividades físicas.



CUARTA : Se concluye que, el 24.14% de los estudiantes respondieron nunca, seguido del 46.55% contestaron a veces y 29.31% se agruparon en la escala casi siempre, evidenciando que el 70.69% muestran dudas para afirmar que los factores tecnológicos son los que determinan la influencia en la actividad física, en cambio el porcentaje restante concibe que el factor tecnológico es determinante cuando se desea realizar alguna actividad física, puesto que el tiempo que se destina a realizar ejercicios es suplantado por el ocio y el tiempo de interacción dentro de una aplicación digital.

QUINTA : Se concluye que, un 27.59% de los estudiantes respondieron casi nunca, seguido del 31.03% contestaron a veces, 34.48% se agruparon en la escala casi siempre y 6.90% respondieron siempre, donde el 58.62% muestra desconocer cuales son los factores ambiental de la actividad física, pero el 41.38% de los restantes cree que los factores ambientes son necesarios en el desarrollo de la práctica de las actividades físicas, porque el equipamiento y espacio deportivo es fundamental para que se logre un desenvolvimiento óptimo de la actividad física.



VI. RECOMENDACIONES

- PRIMERA** : Se recomienda realizar trabajos de diagnóstico para conocer los niveles de ingresos de las familias de los estudiantes después de la pandemia, puesto que es necesario generar trabajos que involucren integrar a todos los escolares tengan o no las condiciones.
- SEGUNDA** : Se recomienda realizar investigaciones para determinar los niveles de influencia que tienen los niveles emocionales de los deportistas y estudiantes cuando vienen realizando actividades deportivas a nivel competitivo, puesto que muchos de ellos disminuyen su capacidad cuando se encuentran estresados o ansiosos.
- TERCERA** : Se recomienda identificar las actividades de los estudiantes en sus momentos libres, para realizar talleres y puedan aprovechar este tiempo, de tal manera desplazar a los aparatos móviles y aumentar los niveles de rendimiento físico de los escolares.
- CUARTA** : Se recomienda identificar los espacios de actividad física y diagnosticar si poseen lo mínimo y necesario para que un deportista pueda realizar trabajos de entrenamiento.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adarve, M., Zurita, F., Gómez, V., Padial, R., y Lara, A. (2019). Influencia de la práctica de actividad física en el autoconcepto de adolescentes. *Retos*, 2041(36), 342–347. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.68852>
- Alarcón, A., y Llanos, L. (2023). Actividad física de estudiantes universitarios antes y durante el confinamiento por la Covid-19. *Revista Medica Herediana*, 33(4), 255–264. <https://doi.org/10.20453/rmh.v33i4.4404>
- Albadan, M., y Areiza, A. (2018). Factores asociados a la actividad física en docentes de la salud de una Universidad Colombiana [Universidad de Medellin]. In *Repositorio Ces*. <https://doi.org/10.31819/9783964564405-toc>
- Alfaro, A. (2018). Factores que influyen en la práctica de actividades físico deportivas en el tiempo libre de los estudiantes del programa de licenciatura en educación física y deportes en el semestre 2017 de la Universidad del Valle- Sede Palmira [Universidad del Valle Palmira]. In *Repositorio de la Universidad del Valle Palmira*. <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/19330/0604325.pdf?sequence=1>
- Apaza, C., Seminario, R., y Santacruz, J. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú. *Revista Venezolana de Gerencia*, 25(90), 402–413. <https://doi.org/10.37960/rvg.v25i90.32385>
- Arenas, B. (2020). Universidad Nacional Mayor de San Marcos Facultad de Medicina Escuela Profesional de Medicina Humana “ Percepción de violencia laboral en



los internos de medicina del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión Para optar el Título Profesional de Médico Ciru [Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. In *Repositorio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/15497/Arenas_cb.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Arias, J., Villasís, M., y Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201–206. <https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181>

Ato, M., López, J., y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>

Bennasar, M. I., Portes, R., y Adames, Y. (2022). Atividades físico esportivas em tempos de Covid-19 : Cenários emergentes para a aprendizagem na disciplina Atletismo II. *Polo Del Conocimiento*, 7(2), 1826–1843. <https://doi.org/http:10.23857/pc.v7i2.3683>

Cadena, P., Rendón, R., Aguilar, J., Salinas, E., De la Cruz, F., y Sangerman, D. (2017). Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación en la investigación: un acercamiento en las ciencias sociales. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas*, 8(7), 1603. <https://www.redalyc.org/pdf/2631/263153520009.pdf>

Caro, I., y Rebolledo, R. (2017). Determinantes para la Práctica de Actividad Física en Estudiantes Universitarios. *Duazary*, 14(2), 204. <https://doi.org/10.21676/2389783X.1969>



- Chavez, L. (2022). Actividad física y nivel de estrés académico en los estudiantes de una universidad pública durante la pandemia del COVID-19, Lima-2021 [Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. In *Repositorio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*.
https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/18867/Chavez_ll.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cossio, M. (2020). Actividad física en tiempos de cuarentena por el COVID-19 en niños y adolescentes. *Revista Internacional de Nutrición Conductual y Actividad Física.*, 7(2), 913–914. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-49.914>
- Escale. (2023, May 2). :: *Ficha de Institución Educativa :: Institución Educativa Secundaria Miguel Grau*. Portal Escale.
http://escale.minedu.gob.pe/PadronWeb/info/ce?cod_mod=0581454&yanexo=0
- Espinosa, Y., Mesa, D., Díaz, Y., Carballo, L., y Mesa, M. (2020). Estudio del impacto psicológico de la Covid-19 en estudiantes de ciencias médicas. *Revista cubana de salud publica. Revista Cubana de Salud Pública*, 46, 1–17.
[https://scielosp.org/article/rcsp/2020.v46suppl1/e2659/es/#:~:text=El 33%2C3%25%20de%20los,presentó niveles de estrés \(Fig.](https://scielosp.org/article/rcsp/2020.v46suppl1/e2659/es/#:~:text=El%2033%2C3%25%20de%20los,presentó%20niveles%20de%20estrés%20(Fig.)
- Garcia, J., Caracuel, J., y Ceballos, O. (2014). Motivación Y Ejercicio Físico Deportivo: Una Añeja Relación. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades*, 24(1), 71–88.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65452570005>
- Google Maps. (2023, May 1). *Ubicación geográfica de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau*. Portal Google Maps.



<https://www.google.com/maps/@-14.9489311,-70.8816379,1117m/data=!3m1!1e3>

Hernandez, R., Fernandez, C., y Baptista, M. (2014). *Metodologia de la Investigacion* (Sexta). McGRAW-HILL Interamericana Editores, S.A. de C.V.

<http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Juanes, B., y Rodríguez, C. (2021). Educación Física en tiempos de COVID 19. Valoraciones a partir de la utilización de las TIC. *Revista Conrado*, 17(79), 32–40. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v17n79/1990-8644-rc-17-79-32.pdf>

Laura, J. (2014). Factores que influyen en la práctica de actividad física en estudiantes que ingresan a una facultad de medicina en Colombia 2011 – 2017 [Universidad del Rosario]. In *Repositorio Institucional E-DOCUR*. http://repository.urosario.edu.co/handle/10336/18300%0Ahttps://doi.org/10.48713/10336_18300

Lombart, S., Villena, M., y Castro, R. (2020). Influencia de la actividad física y práctica deportiva en el rendimiento académico del alumnado de educación secundaria. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 9(2008), 95–100. <https://doi.org/10.6018/sportk.454231>

Lopez, P. (2004). Población, muestra y muestreo. *Epidemiología Clínica: Investigación Clínica*, 129–139. <http://www.medicapanamericana.com/Libros/Libro/3848/Epidemiologia-Clinica.html>



- Martínez, A. (2012). Factores influyentes en la actividad físico-deportiva de adolescentes españoles: opiniones sobre el papel de la escuela [Universidad de Granada]. In *Repositorio de la Universidad de Granada*.
<https://digibug.ugr.es/handle/10481/21764>
- Martínez, A., Rodríguez, M., Bartolomé, M., y Guijarro, J. (2015). Factores que influyen en la práctica de actividad física durante el recreo, un estudio cualitativo. *Revista Andaluza de Medicina Del Deporte*, 8(1), 75.
- Minsa. (2016, September 7). *Minsa recomienda realizar 30 minutos de actividad física tres veces por semana - Noticias - Ministerio de Salud - Gobierno del Perú*. Portal Institucional Del Gobierno Peruano.
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/14876-minsa-recomienda-realizar-30-minutos-de-actividad-fisica-tres-veces-por-semana>
- Monje, C. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica. In *Repositorio Universidad Sur Colombiana*. Universidad Sur Colombiana.
<http://carmonje.wikispaces.com/file/view/Monje+Carlos+Arturo+-+Guía+didáctica+Metodología+de+la+investigación.pdf>
- Moreno, G., Álvarez, M., Véliz, A., y Estay, J. (2022). Niveles de actividad física y su relación con el nivel socioeconómico en adultos de la comuna La Florida. *Revista Finlay*, 12(1), 4–11.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttextpid=S2221-24342022000100004ylang=es
- Moreno, O., Medina, R., Enríquez, M., González, J., y Ceballos, O. (2021). Actividad



- física y uso de redes sociales en estudiantes de secundaria. *Retos*, 42, 276–285.
<https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.86364>
- Moreno, S. (2014). Factores que influyen en la práctica deportiva y causas de abandono deportivo de la población adolescente [Universidad de Zaragoza]. In *Repositorio de la Universidad de Zaragoza*. <https://doi.org/10.1016/b978-84-458-1567-0.50038-2>
- OMS. (2022, October 5). *Actividad física*. Organización Mundial de La Salud.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Ortiz, W. (2017). Actividad física y su relación con el IMC en escolares de 8 a 13 años de las Instituciones Educativas Primarias Rurales de Tilali 2017 [Universidad Nacional del Altiplano]. In *Repositorio Universidad Nacional del Altiplano*.
http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/6917/Ortiz_Gutiérrez_Wilson_Ronal.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Oviedo, H., y Capo, A. (2002). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Española de Salud Pública*, 76(2), 81–84.
<https://doi.org/10.1590/S1135-57272002000200001>
- Palomino, D. (2018). Factores que influyen en la práctica de la actividad física en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de la ciudad de Puno [Universidad Nacional del Altiplano]. In *Repositorio Universidad Nacional del Altiplano*.
<http://tesis.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/10190>
- Pérez, B. (2014). Salud: entre la actividad física y el sedentarismo. *An. Venez. Nutr*, 27(1), 119–128. http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-



07522014000100017%0Ahttps://www.analesdenutricion.org/ve/ediciones/2014/1/art-17/#%0Ahttp://fi-admin.bvsalud.org/document/view/83yxm

Ramírez, J., Castro, D., Lerma, C., Yela, F., y Escobar, F. (2020). Consecuencias De La Pandemia Covid 19 En La Salud Mental Asociadas Al Aislamiento Social. *Revista Scielo Preprints*, 21. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.303>

Rico, C., Vargas, G., Poblete, F., Carrillo, J., Rico, J., Mena, B., Chaparro, D., y Resendiz, J. (2020). Hábitos de actividad física y estado de salud durante la pandemia por COVID-19. *Revista Espacios*, 41(42), 1–10. <https://doi.org/10.48082/espacios-a20v41n42p01>

Rivera, J., Cedillo, L., Pérez, J., Flores, B., y Aguilar, R. (2018). Uso de tecnologías, sedentarismo y actividad física en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Ciencias*, 5(1), 17–23. <http://www.reibci.org/publicados/2018/feb/2600103.pdf>

Rodríguez, J., y Reguant, M. (2020). Calcular la fiabilidad de un cuestionario o escala mediante el SPSS: el coeficiente alfa de Cronbach. *REIRE Revista d Innovacion i Recerca En Educacion*, 13(2), 1–13. <https://doi.org/10.1344/reire2020.13.230048>

Saldías, M., Domínguez, K., Pinto, D., y Parra, D. (2022). Asociación entre actividad física y calidad de vida: Encuesta Nacional de Salud. *Salud Pública de México*, 64(2), 157–168. <https://doi.org/10.21149/12668>

Saltos, G., Hernández, M., Galardy, Y., y Bravo, I. (2021). Factores Socioeconómicos que afectan a los habitantes de Manabí en tiempos de pandemia. *Revista*



Científica Higía de La Salud, 5(2), 1–10.

<https://doi.org/10.37117/higia.v1i5.570>

Sánchez, F. (2019). Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa: Consensos y Disensos. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 13, 101–122. <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>

Silva, A. (2022). Nivel de actividad física y capacidad funcional en adultos mayores del Asentamiento Humano Cruz de Motupe, San Juan de Lurigancho, 2021 [Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. In *Repositorio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/19108/Silva_ga.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sousa, V., Driessnack, M., y Costa, I. (2017). Revisión de diseños de investigación resaltantes para enfermería. Parte 1: Diseño de investigación cuantitativa. *Revista Latinoamericana Enfermagem*, 15(3), 6. http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n3/es_v15n3a22.pdf

Trujillo, L., Von, A., y García, D. (2021). Ejercicio físico y covid-19: la importancia de mantenernos activos. *Revista Chilena de Enfermedades Respiratorias*, 36(4), 334–340. <https://www.scielo.cl/pdf/rcher/v36n4/0717-7348-rcher-36-04-0334.pdf>

Tuapanta, J., Duque, M., y Mena, Á. (2017). Alfa de Cronbach para validar un instrumento de uso de TIC en docentes universitarios. *Revisata MKT Descubre*, 10, 37–48. <https://core.ac.uk/download/pdf/234578641.pdf>

Turpo, W. (2019). Actitudes hacia la práctica de actividad física-deportiva en estudiantes



de la Institución Educativa Secundaria Adventista Puno [Repositorio Universidad Nacional del Altiplano]. In *Repositorio Universidad Nacional del Altiplano*.

http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/14353/Turpo_Calcina_William_Joel.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vásquez, M., Oreste, L., Conforme, G., y Padilla, M. (2022). Los recursos económicos financieros de las familias para afrontar clases virtuales en tiempos de COVID 19. *Revista Publicando*, 9(33), 97–105. <https://doi.org/10.51528/rp.vol9.id2297>

Villaquiran, A., Ramos, O., Jácome, S., y Meza, M. (2020). Actividad física y ejercicio en tiempos de COVID-19. *CES Medicina*, 34, 51–58. <https://doi.org/10.21615/cesmedicina.34.COVID-19.6>

Yapo, R. (2014). q [Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. In *Repositorio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/15497/Arenas_cb.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Zuluaga, N., y Quintero, L. (2022). Factores psicosociales y organizacionales generados por el COVID-19 en los colaboradores del sector de las ópticas en la ciudad de Medellín. *Ciencia y Academia*, 2(3), 158–174. <https://doi.org/10.21501/2744838X.4491>



ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Problema	Hipótesis	Objetivo	Metodología
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es el nivel de los factores que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>¿Cuál es el nivel de los factores tecnológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?</p> <p>¿Cuál es el nivel de los factores psicológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe un nivel alto en los factores que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>Existe un nivel alto en los factores tecnológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p> <p>Existe un nivel alto en los factores psicológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar los niveles de los factores que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>Identificar los niveles de los factores tecnológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p> <p>Conocer los niveles de los factores psicológicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p>	<p>Enfoque</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Tipo</p> <p>No experimental</p> <p>Diseño</p> <p>Descriptivo</p> <p>Variable</p> <p>factores que influyen en la práctica de la actividad física</p> <p>Dimensiones</p> <p>Factores tecnológicos</p> <p>Factores psicológicos</p> <p>Factores socioeconómicos</p> <p>Factores ambientales</p> <p>Población</p> <p>126 estudiantes</p> <p>Muestra</p> <p>No probabilista</p> <p>conformada por 58 estudiantes</p>

<p>¿Cuál es el nivel de los factores socioeconómicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?</p>	<p>Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli. Existe un nivel alto en los factores socioeconómicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli. Existe un nivel alto en los factores ambientales que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p>	<p>Identificar los niveles de los factores socioeconómicos que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p>
<p>¿Cuál es el nivel de los factores ambientales que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli?</p>	<p>Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli. Existe un nivel alto en los factores ambientales que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p>	<p>Conocer los factores ambientales que influyen en la práctica de la actividad física en tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli.</p>

Anexo 2. Instrumento de investigación

Dinos tu agrado de desacuerdo y de acuerdo con las siguientes afirmaciones.		Escala				
Nº	Factores socioeconómicos.	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	Tu profesor te motiva para realizar actividad física.	1	2	3	4	5
2	Si no contara con recursos económicos necesarios para financiar una actividad física aun así lo practicaría.	1	2	3	4	5
3	Tus padres te influyen para realizar actividad física en casa.	1	2	3	4	5
4	No me siento motivado por mis familiares para realizar actividad física.	1	2	3	4	5
5	Sientes que te alimentas bien para realizar actividad física intensa.	1	2	3	4	5
6	Desde el coronavirus tengo más tiempo para estar físicamente activo.	1	2	3	4	5
7	Tengo los recursos necesarios para realizar actividad física en casa.	1	2	3	4	5
8	Cuesta demasiado dinero hacer actividad física.	1	2	3	4	5
Nº	Factores psicológicos	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
9	Me preocupa salir de mi casa para hacer ejercicio y estar más activo.	1	2	3	4	5
10	Hago ejercicio para ayudar y controlar mi salud física y mental durante la pandemia.	1	2	3	4	5
11	Mi salud física o estado de ánimo me impide realizar actividad física.	1	2	3	4	5
12	Te gusta realizar actividad física y te esfuerzas por mejorar.	1	2	3	4	5
13	Sientes que es divertido la práctica de actividad física.	1	2	3	4	5
14	Te molesta realizar actividad física en casa.	1	2	3	4	5
15	La actividad física sientes que ocupa un lugar muy importante en tu vida.	1	2	3	4	5
Nº	Factores tecnológicos	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
16	Durante este confinamiento social las redes sociales me parecen más divertidas y beneficiosas que hacer deporte.	1	2	3	4	5
17	Te parece mejor mirar deportes por televisión y/o celular que jugar tú mismo/a.	1	2	3	4	5
18	En este confinamiento social me siento más cómodo/a jugando video juegos en mi cuarto que jugar en el patio con mis familiares.	1	2	3	4	5
19	El internet te entretiene más que hacer deporte con tus familiares.	1	2	3	4	5
20	Prefiero socializar en redes sociales que haciendo deporte.	1	2	3	4	5
Nº	Factores ambientales	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
21	Los polideportivos se encontraban cerrados a consecuencia del covid-19, debido a ello no practicaba actividad física.	1	2	3	4	5
22	Los lugares para realizar actividad física están muy lejos de tu casa.	1	2	3	4	5
23	Las autoridades no me permitían salir de casa y tuve que optar nuevas formas de hacer actividad física en casa.	1	2	3	4	5
24	Actualmente el lugar donde me encuentro viviendo no tiene espacio para realizar actividad física.	1	2	3	4	5
25	El clima te permite realizar actividad física en cualquier momento del día	1	2	3	4	5
SUB TOTAL						
TOTAL						



38	3	3	5	3	4	4	4	5	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	
39	3	3	4	4	4	4	5	5	4	5	3	4	5	3	2	3	4	3	4	5	3	2	3	4	5	3	4	4
40	4	3	4	3	4	2	4	4	2	2	2	1	2	2	3	1	2	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5
41	2	3	4	2	4	4	4	4	2	3	4	2	1	2	3	4	1	1	2	2	4	5	3	4	5	2	4	2
42	2	3	4	2	4	5	4	4	4	2	1	2	3	4	3	2	4	2	3	4	4	4	5	4	4	2	4	4
43	3	3	4	3	4	4	4	3	3	2	1	2	2	2	4	2	1	1	3	3	4	2	1	2	2	1	2	2
44	3	3	4	4	4	5	3	3	4	5	3	5	3	3	3	3	4	5	3	3	3	3	2	2	2	4	4	4
45	2	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3	4	4	5	3	3	4	4	4	5	3	3	4	1	2	2	1	2
46	1	3	4	2	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	4	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	4	1
47	3	2	4	3	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	2
48	2	2	3	5	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	4	3	4	5	3	3	3	5	3	2	2	5	3	3
49	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	4	2	1	2	3	4	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1
50	4	2	3	3	2	5	3	2	2	1	2	3	4	2	3	4	4	5	2	3	4	5	2	2	2	4	2	1
51	2	2	3	2	2	3	3	4	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	2	2	2
52	2	2	3	2	2	3	2	3	4	2	1	2	3	4	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	3	4	4
53	1	2	3	4	2	2	2	4	5	3	2	3	1	2	3	4	3	3	4	2	3	5	2	2	4	5	3	3
54	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	4	4	4	5	2	3
55	3	2	2	4	2	3	2	4	2	1	3	3	4	4	4	3	2	4	5	2	4	2	4	3	2	3	4	4
56	2	2	2	2	2	3	2	3	4	5	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4
57	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	1	2	2	3	2	5	2	3	4	3	3	4	5	3	5	5
58	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	4	1	3	3	1	3	4	1	2	1



Anexo 5. Validación del instrumento de investigación

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

I. INFORMACIÓN GENERAL

- 1.1. Nombres y apellidos del validador : Mg. Silo Nahun Chuquicallata Paricahua
 1.2. Cargo e institución donde labora : Docente UNAP – FCEDUC - EPEF
 1.3. Nombre del instrumento evaluado : Cuestionario: “Factores que influyen en la práctica de actividad física para adolescentes”
 1.4. Autor del instrumento : Palomino (2018)
 1.5. Nombre de la investigadora : Ruth Catherine Garcia Quispe
 1.6. Escuela Profesional : Educación Física

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Revisar cada uno de los ítems del instrumento y marcar con un aspa dentro del recuadro, según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores.

- 1 **Deficiente** Si menos de 30% de los ítems cumplen con el indicador.
 2 **Regular** Si entre el 31% y 70% de los ítems cumplen con el indicador.
 3 **Buena** Si más de los 70% de los ítems cumplen con el indicador.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO		1	2	3	OBSERVACIONES SUGERIDAS
CRITERIOS	INDICADORES	D	R	B	
Pertenencia	Los ítems miden lo previsto en los objetivos de investigación.		X		
Coherencia	Los ítems responden a lo que se debe medir en la variable y sus dimensiones.			X	
Congruencia	Los ítems son congruentes entre sí y con el concepto que mide.			X	
Suficiencia	Los ítems son suficientes en cantidad para medir la variable.			X	
Objetividad	Los ítems se expresan en comportamientos y acciones observables.		X		
Consistencia	Los ítems se han formulado en concordancia a los fundamentos teóricos de la variable.		X		
Organización	Los ítems están secuenciados y distribuidos de acuerdo a las dimensiones e indicadores.			X	
Claridad	Los ítems están redactados en un lenguaje entendible para los sujetos a evaluar.		X		
Formato	Los ítems están escritos respetando aspectos teóricos (tamaño de letra, espaciado, interlineados, nitidez)			X	
Estructura	El instrumento cuenta con instrucciones, consignas opciones de respuesta bien definidas.			X	
CONTEO TOTAL (Realizar el conteo de acuerdo a puntuaciones asignadas a cada indicador)			8	18	
		C	B	A	Total

Coefficiente de validez $\frac{A + B + C}{30} = \boxed{0.86}$

III. CLASIFICACIÓN GLOBAL

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el respectivo el resultado.

ValidezBUENA.....

Intervalos	Resultado
0.00 – 0.49	Validez nula
0.50 – 0.59	Validez muy baja
0.60 – 0.69	Validez baja
0.70 – 0.79	Validez aceptable
0.80 – 0.89	Validez buena
0.90 – 1.00	Validez muy buena

Fecha: 03/05/2023

Firmado digitalmente por
 Universidad Nacional del Altiplano
 CHUQUICALLATA PARICAHUA Silo Nahun FAU 20145498170 soft
 Motivo: Soy el autor del documento
 Fecha: 04.05.2023 09:52:43 -05:00
 Firma



FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

I. INFORMACIÓN GENERAL

- 1.1. Nombres y apellidos del validador : Dr. Yony Martin Pino Vanegas
 1.2. Cargo e institución donde labora : Docente UNAP – FCEDUC - EPEP
 1.3. Nombre del instrumento evaluado : Cuestionario: “Factores que influyen en la práctica de actividad física para adolescentes”
 1.4. Autor del instrumento : Palomino (2018)
 1.5. Nombre de la investigadora : Ruth Catherine Garcia Quispe
 1.6. Escuela Profesional : Educación Física

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Revisar cada uno de los ítems del instrumento y marcar con un aspa dentro del recuadro, según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores.

- 1 Deficiente Si menos de 30% de los ítems cumplen con el indicador.
 2 Regular Si entre el 31% y 70% de los ítems cumplen con el indicador.
 3 Buena Si más de los 70% de los ítems cumplen con el indicador.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO		1	2	3	OBSERVACIONES SUGERIDAS
CRITERIOS	INDICADORES	D	R	B	
Pertenencia	Los ítems miden lo previsto en los objetivos de investigación.			x	
Coherencia	Los ítems responden a lo que se debe medir en la variable y sus dimensiones.			x	
Congruencia	Los ítems son congruentes entre si y con el concepto que mide.		x		
Suficiencia	Los ítems son suficientes en cantidad para medir la variable.			x	
Objetividad	Los ítems se expresan en comportamientos y acciones observables.			x	
Consistencia	Los ítems se han formulado en concordancia a los fundamentos teóricos de la variable.		x		
Organización	Los ítems están secuenciados y distribuidos de acuerdo a las dimensiones e indicadores.			x	
Claridad	Los ítems están redactados en un lenguaje entendible para los sujetos a evaluar.		x		
Formato	Los ítems están escritos respetando aspectos teóricos (tamaño de letra, espaciado, interlineados, nitidez)			x	
Estructura	El instrumento cuenta con instrucciones, consignas opciones de respuesta bien definidas.		x		
CONTEO TOTAL (Realizar el conteo de acuerdo a puntuaciones asignadas a cada indicador)			8	18	26
		C	B	A	Total

Coefficiente de validez $\frac{A + B + C}{30} = \boxed{0.87}$

III. CLASIFICACIÓN GLOBAL

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el respectivo el resultado.

ValidezBuena.....

Intervalos	Resultado
0.00 – 0.49	Validez nula
0.50 – 0.59	Validez muy baja
0.60 – 0.69	Validez baja
0.70 – 0.79	Validez aceptable
0.80 – 0.89	Validez buena
0.90 – 1.00	Validez muy buena

Fecha: 28/04/2023

Firmado digitalmente por PINO VANEGAS Yony Martin FAU 20145496170 soft
 Motivo: Soy el autor del documento
 Fecha: 30.04.2023 21:02:20 -05:00

.....
 Firma

Anexo 6. Evidencias de la investigación



Descripción: Evaluación por medio del instrumento de investigación a los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli



Descripción: Evaluación por medio del instrumento de investigación a los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llalli



Anexo 7. Consentimiento información del trabajo investigativo



Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por la estudiante Ruth Catherine García Quispe perteneciente a la Escuela Profesional de Educación Física, de la Facultad de Ciencias de la Educación, de la Universidad Nacional del Altiplano. El propósito del estudio será: determinar los niveles de los factores que influyen en la práctica de la actividad física tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llallí.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas de un test para completar una encuesta. Esto tomará aproximadamente 15 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria, porque la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si **alguna de las preguntas durante la entrevista le parece** incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por la estudiante Ruth Catherine García Quispe de Escuela Profesional de Educación Física, de la Facultad de Ciencias de la Educación, de la Universidad Nacional del Altiplano. He sido informado (a) del propósito de la investigación que será el de determinar los niveles de los factores que influyen en la práctica de la actividad física tiempos de pandemia en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Miguel Grau del distrito de Llallí.

Me han indicado también que tendré que responder de un test para completar una encuesta, lo cual tomará aproximadamente 15 minutos.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mí persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar al celular: 918627366 y/o al email: rgarciaq@est.unap.edu.pe.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a al celular o correo electrónico anteriormente mencionado.

Nombre del Participante

Firma del Participante

Fecha



Anexo 8. Declaración jurada de autenticidad de tesis.



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo RUTH CATHERINE GARCIA QUISPE,
identificado con DNI 73905276 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado
EDUCACIÓN FÍSICA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:
“FACTORES QUE INFLUYEN EN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
EN TIEMPOS DE PANDEMIA EN ESTUDIANTES DEL VII CICLO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA MIGUEL GRAU DEL DISTRITO DE LLALLI”

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 04 de OCTUBRE del 2023

FIRMA (obligatoria)



Huella



Anexo 9. Autorización para el depósito de tesis o trabajo de investigación en el repositorio institucional.



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo RUTH CATHERINE GARCIA QUISPE,
identificado con DNI 73905276 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

EDUCACIÓN FÍSICA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

“FACTORES QUE INFLUYEN EN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN TIEMPOS DE PANDEMIA EN ESTUDIANTES DEL VII CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA MIGUEL GRAU DEL DISTRITO DE LLALLI”

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los “Contenidos”) que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 04 de OCTUBRE del 2023

Ruth

FIRMA (obligatoria)



Huella