

**UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA**

FACULTAD DE MOTRICIDAD HUMANA Y DEPORTES



PROYECTO DE TESIS

**RECREACIÓN EN LOS E-SPORTS. COMUNICACIÓN E INFLUENCIA EN PARTIDAS.**

Autor/a: Facundo Santiago Arens

2022

## Índice

Capítulo 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	4
<i>Capítulo 2: ANTECEDENTES</i> .....	6
<i>Capítulo 3: MARCO TEORICO</i> .....	8
3.1 <i>Deportes electrónicos</i> .....	8
3.1.2 <i>Crecimiento en los últimos años</i> .....	9
3.1.3 <i>Comparación con los deportes tradicionales</i> .....	10
3.2 <i>Recreación</i> .....	11
3.2.1 <i>Definición</i> .....	11
3.2.2 <i>Características de la recreación</i> .....	12
3.2.3 <i>Recreación Laboral</i> .....	13
3.2.4 <i>Beneficios de la recreación laboral</i> .....	13
3.3 <i>Comunicación</i> .....	15
3.3.1 <i>Definición</i> .....	15
3.3.2 <i>Comunicación deportiva</i> .....	16
3.3.3 <i>Beneficios de la comunicación deportiva.</i> .....	17
3.4 <i>Rendimiento</i> .....	18
3.4.1 <i>Definición</i> .....	18
3.4.2 <i>Rendimiento deportivo</i> .....	18
<i>Capítulo 4: OBJETIVOS</i> .....	20
<i>Capítulo 5: METODOLOGIA DE ESTUDIO</i> .....	21
5.1 <i>Diseño de investigación</i> .....	21

<i>5.1.1 Tipo de enfoque</i> .....	21
<i>5.2 Tipo de diseño de investigación</i> .....	21
<i>5.3 Población</i> .....	21
<i>5.4 Instrumentos</i> .....	21
<i>5.5 Procedimiento</i> .....	22
<i>5.6 Análisis de Datos</i> .....	22
<i>5.7 Relevancia y viabilidad</i> .....	22
<i>Capítulo 6: ANALISIS DE DATOS</i> .....	23
<i>Capítulo 7: CONCLUSIONES</i> .....	29
<i>Referencias Bibliográficas:</i> .....	32

## **Capítulo 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1 Definición y planteo del problema de investigación**

Según la OMS (2000) el síndrome de Burnout fue declarado un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida. Su definición no se encuentra dentro de la categoría de trastornos mentales de DSM-5, pero es una forma inadecuada de afrontar las situaciones de estrés y nerviosismo.

Por otra parte, Gil (1999) define este síndrome como una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse agotado. Como se puede observar, las dos definiciones apuntan a una mala respuesta al estrés dentro del trabajo lo cual lleva a la mala comunicación y cansancio físico y mental.

Según Porto y Marino (2008) la recreación se define como la acción y efecto de recrear, por lo tanto, crear o realizar algo nuevo, también se refiere a esta como una búsqueda de diversión para la distensión del trabajo.

La recreación por su parte se convirtió hoy en día en una de las grandes preocupaciones de las sociedades modernas, dejando de ser un simple pasatiempo, tanto para las personas, familias, empresas y sociedad en general.

La recreación debe ser uno de los medios más eficaces con que cuenta la sociedad para contribuir al fortalecimiento del bienestar y la salud de los ciudadanos, para el desarrollo del espíritu de superación y de emulación entre las personas, para la consolidación de hábitos de disciplina social, de solidaridad entre los hombres, para el cultivo de una mejor calidad de vida, en una palabra, para la realización plena del ser humano (Castro Ruz y Fidel, 1985 citado en Ramos Rodríguez et.al.,2011).

Además, como explica Colina (2011) la recreación puede constituirse en un factor clave el cual contribuye a las actividades humanas.

La recreación distrae a la sociedad de muchas problemáticas y también ayuda a resolver esa misma problemática que se presenta.

Hoy en día, posibilitar Programas y Proyectos de Recreación en el Trabajo, se convierte en una obligación para las diferentes empresas públicas y privadas, porque que mejora el comportamiento de todos en el centro de trabajo (Colina, 2011).

El diccionario Cambridge (2012) define e-sport como la actividad de jugar a videojuegos contra otras personas por internet, a menudo por dinero, frecuentemente en competiciones organizadas y seguidas por espectadores a través de este mismo medio.

A su vez el diccionario de Oxford (2012) lo define como un videojuego que se juega como una competencia para que la gente lo vea como entretenimiento.

En su momento los video juegos eran utilizados para la recreación en familia y con amistades, pero hoy en día existen competencias y equipos profesionales de diferentes videojuegos.

Según Pérez-Rubio et al. (2017) la orientación hacia la valoración de los resultados, por parte de los jugadores permite además que cuantos más recursos atencionales, cuantas más habilidades para el desarrollo intuitivo del juego y de su rendimiento, generan más agotamiento emocional y cinismo, lo que viene a concretarse en que una frialdad y alejamiento emocional de situaciones, incluso de reacciones de los compañeros.

Los deportes electrónicos/ e-sports cada día se van acentuando más en la sociedad, teniendo la misma importancia que los deportes convencionales.

Para el 2027 se evalúa que ciertas competiciones de e-sport puedan participar dentro de los Juegos Olímpicos.

Y al igual que los deportes convencionales grupales, donde el tener un buen ambiente para poder entrenar, tener desarrollo como profesional y conseguir resultados, la comunicación dentro de los mismo es mucho más importante ya que en todos los juegos dentro de los e-sport la buena comunicación y el buen trato entre compañeros es igual de importante que el nivel de competencia de cada jugar. Por lo tanto, es necesario en momentos críticos mantener una buena comunicación y trato entre compañeros, para poder lograr más resultados.

El propósito de esta investigación es determinar mediante diferentes actividades recreativas como las mismas mejoran la comunicación. Para que los jugadores puedan entablar una mejor comunicación durante sus partidas generando así mejores resultados.

Con base a lo anterior, surge como pregunta de investigación:

¿La recreación mejora la comunicación y el rendimiento dentro de las partidas?

## ***Capítulo 2: ANTECEDENTES***

A lo largo de los años, los deportes electrónicos han tomado una formalidad más adaptada hacia los deportes convencionales. Siendo estos grandes generadores de inversiones, tanto para estrellas públicas, como para los clubes de deportes a los cuales la sociedad ya está acostumbrada.

Dentro del ámbito de los deportes electrónicos es necesario mantener una mentalidad y comunicación sana, ya que mayormente son deportes de conjunto los cuales van de 3 a 5 personas.

Para abordar la presente investigación la cual es determinar nuevas formas de comunicación a través de la recreación. Se realizará una exposición de antecedentes desde, la recreación dentro del ámbito laboral y la inmensa crecida de los deportes electrónicos dentro de la sociedad actual.

González (2017) en su investigación analiza el vacío que existe dentro del ámbito laboral hacia la recreación, utilizando como método una encuesta a diferentes trabajadores y llegando a la conclusión de que en casos donde los trabajadores cuentan con su espacio de recreación, demuestran resultados positivos.

A su vez (Chin-Tsai,2013 citado en Vargas y Castro 2015), mediante diferentes cuestionarios a 465 trabajadores.

Logro conseguir diferentes resultados con la aplicación de la recreación dentro del ámbito laboral bajando la incidencia del estrés desde la recreación laborar hacia la recreación como actividad física, hasta casi un 20%.

Otro estudio con relación a la recreación dentro del ámbito laboral, lo realizaron Mejía et al (2017) evidenciaron por medio de diferentes encuestas que la recreación y la actividad física disminuye el estrés laboral, mejoran malas posturas, bajan la incidencia de fatiga visual y otros síntomas de carácter psicosomático.

En base a estos resultados llegaron a la conclusión de que, gracias a la recreación, el estrés o burnout disminuye.

A su vez (H.Mendo y Garay,2005 citado en Fernández y Mendo 2013) definen la comunicación como una acción reciproca de la sociedad la cual puede ser verbal o no verbal, con el fin de transmitir y la misma puede o no influir en el comportamiento de las personas.

En cuanto a los deportes electrónicos (Riot,2012 citado en Roncero y García 2014) su videojuego League of Legends llego a una cifra de 32 millones de jugadores mensuales en todo el mundo, convirtiéndose así en uno de los juegos más jugados de ese año.

Aportando a las estadísticas de los deportes electrónicos, Vera (2015) demuestra en un cuadro la cantidad de jugadores online que existen a través del mundo.

Word of Warcraft: 12.000.000 de jugadores por mes.

HearthStone: 20.000.000 de jugadores anuales.

CallofDuty: 40.000.000 de jugadores por mes.

League of Legends:67.000.000 de jugadores por mes.

Si se realiza una comparación del videojuego League of Legends en solamente 2años, sus jugadores mensuales hasta 2015 crecieron hasta un 100% más.

Si se analizan todos los artículos expuestos se puede observar claramente que la recreación laboral tiene un efecto positivo dentro del ambiente de trabajo, dando buenos resultados de comunicación y satisfacción a la otra de realizar tareas.

Por otro lado, la crecida exponencial de los videojuegos lleva a que los deportes electrónicos hoy en día tengan más exposición a nivel global.

Por eso se cree que abordar la recreación en equipos u organizaciones de deportes electrónicos para mejorar la comunicación y rendimiento mediante trabajo de campo darán resultados más precisos.

## ***Capítulo 3: MARCO TEORICO***

### ***3.1 Deportes electrónicos***

Según el diccionario de Cambridge (2012), lo define como la actividad de jugar a videojuegos contra otras personas por internet, a menudo por dinero, frecuentemente en competiciones organizadas especiales, seguidas por espectadores a través de este mismo medio.

A su vez el diccionario de Oxford (2012) lo define como un videojuego que se juega como una competencia para que la gente lo vea como entretenimiento.

Por otro lado, Fernández (2021) los define como videojuegos multijugador llevados a la competitividad, mediante torneos y competencias, los cuales se han popularizado masivamente.

Por su parte Riquelme (2020) define a los deportes electrónicos, como una actividad la cual puede ser practicada de forma aficionada o profesional, entre dos o mas personas y el carácter de esta competición puede ser de manera presencial o virtual.

A su vez Lande (2021) aclara que no todos los videojuegos son deportes electrónicos, ya que para que estos lo sean, tendrán que otorgar a los jugadores o competidores un rango de clasificación dependiendo el nivel de cada jugador.

Según (DEV, 2018 citado en Zarceño et al., 2019) los deportes electrónicos no son solo el videojuego, sino que los mismos puedan favorecer el crecimiento de la competición y a su vez elevar la exposición mediática de la competencia y el videojuego.

Por otro lado, Zarceño et al. (2019) define los deportes electrónicos como enfrentamientos en videojuegos que cuenten con algún modo competitivo y enfrenten a una persona contra otra, deja de lado las inteligencias artificiales, donde el resultado se desprende de la habilidad que tenga el jugador.

A partir de las diferentes definiciones de diferentes autores se podría deducir que los deportes electrónicos, son competencias entre dos o más personas y pueden darse de forma amateur o profesional, y en base al nivel de competencia, se encuentra relación con la organización u organizaciones que lleven a cabo diferentes torneos y la difusión que se le da a los mismos.

### ***3.1.2 Crecimiento en los últimos años***

Durante los últimos años los deportes electrónicos han sufrido un crecimiento masivo dentro de la población, ya que los mismos se han profesionalizado.

Según Fernández (2021) en países como Corea del Sur, existen inversionistas los cuales pretenden formar equipos y jugadores de primer nivel.

Por otro lado, Romero y García (2014) Estados Unidos, ha ido a la par de Corea del Sur en el mercado de los deportes electrónicos teniendo así, la liga más importante de competencia, MLG (Major League Gaming).

A su vez, Kohan (2021) explica que, en Argentina, la exposición de los deportes electrónicos ha tenido gran impacto gracias a las interacciones de influencers y youtubers.

Según Tejedor (2021), la pandemia ha sido de gran ayuda a que los deportes electrónicos tomen más impulso, generando que estrellas de deportes convencionales creen sus propios equipos. Por ejemplo, figuras del mundo del futbol como Sergio “Kun” Agüero, Gerard Pique, etc.

Según Riquelme (2020) el crecimiento exponencial de los deportes electrónicos ha dado como resultado que diferentes compañías y marcas decidan invertir en eventos relacionados, desde ferias hasta torneos. Generando la atracción de los no consumidores para generar nueva clientela.

Por otro lado, Antón (2018) ve el crecimiento de los deportes electrónicos como una herramienta de promoción turística para las ciudades donde se celebran los eventos presenciales, para generar ingresos y atraer consigo a nuevos aficionados al mundo de los deportes electrónicos.

Según Cusiato y Gallegos (2020), los deportes electrónicos han tomado importancia al momento de combatir el Covid 19 sirviendo, ya que los mismos han servido como herramienta de comunicación virtual en época de aislamiento, generando que personas no involucradas generen interés por los mismos.

Considerando el crecimiento de los deportes electrónicos que los autores plantean, se puede comprender que los mismos han tomado más importancia en los últimos años y con mucha mayor incidencia luego de la pandemia. Los E-sports se profesionalizaron al nivel de

los deportes convencionales, manteniendo un público y grandes marcas afiliadas a sus diferentes torneos o ligas.

### ***3.1.3 Comparación con los deportes tradicionales***

En los últimos años la comparación entre los deportes convencionales o tradicionales y los deportes electrónicos ha tomado gran protagonismo y presencia.

Según el COI (2019), los deportes electrónicos han sido denominados como actividad deportiva. Y a su vez tendrán participación en los JJOO de París 2024 en algunas de sus disciplinas.

A su vez para Cusiato y Gallegos (2020), los deportes electrónicos involucran cualidades de los deportes convencionales tales como, aprendizaje de técnicas para mejorar mediante el entrenamiento y así ganar competencias.

Para Bascon y Ramírez (2022), tanto los deportes convencionales y los electrónicos se encuentran en búsqueda de la excelencia técnica y social y la mejora de las misma en base a la competencia.

En cuanto la comparación de los deportes electrónicos y los tradicionales u convencionales Cusiato y Gallegos (2020), denotan que los deportistas de ambas ramas, cuentan con residencia y un equipo de profesional que les da seguimiento en las diferentes áreas (Psicólogos, Nutricionistas, Etc...).

Según Lande (2021), los deportes electrónicos conlleva elementos de los deportes tradicionales, ya que los mismos tienen rendimiento físico y mental , en caso de los deportes electrónicos el mental es quien predomina. Cuentan con instituciones quienes son los encargados de realizar fichajes para sus equipos. Están sujetos a normas dentro y fuera de las competiciones y se muestran con carácter competitivo.

A partir de diferentes autores se puede deducir que los deportes electrónicos y los deportes convencionales, comparten entre si muchas características, desde instituciones que se encargan de fichar jugadores, la paga, el nivel de juego y entrenamiento, como así también el seguimiento de su salud por parte de diferentes grupos profesionales.

## **3.2 Recreación**

### **3.2.1 Definición**

Según la Real Academia Española (2017) la recreación se define como el momento de recrear, ya sea por gusto o por alivio de estrés, tanto laboral como personal.

Según Osorio (2011) la recreación es el medio por el cual el ser humano, puede satisfacer sus necesidades personales y crecer tanto en lo individual como en lo grupal.

Por otro lado, Buitrago (2020), adierhe dos tipos de recreacion, las cuales son pasiva y activa. En la recreacion activa el individuo, participa de las actividades de forma motriz, donde se busca que el mismo siempre se encuentre activo, estas actividades se pueden dar de forma individual o grupal, generando esta ultima mas satisfaccion para los integrantes.

A su vez la recreacion pasiva, se cnettra en actvidaides de observacion donde el inividio no partcipa de la actividad sino que le ofrecen la misma, como por ejemplo ir al cine. Este tipo de recreacion no cuenta con un espacion delimitado, puede ser en espacios abiertos y cerrados.

Para (Lema y Machado2015 citado en Zambrano y Ernestina 2019), la recreación es un derecho del cual se encargan los gobiernos y las economías.

Según Gray (1986) la recreación proviene de un sentimiento de bien estar y satisfacción tras participar de una actividad.

A su vez Valencia et at (2012) la recreación consistente en la regeneración mediante la diversión en contra de la presión y monotonía que cada se ve acumulada de la vida diaria, ya sea por el trabajo o la simple rutina.

Según Osteicoechea (2022) la recreación es un conjunto de actividades realizadas por las personas de forma voluntaria, ya sea en grupo o de forma individual, para obtener diversión y liberar el estrés corporal y mental. Donde la realización de las actividades trae como resultado una mejora en la salud mental y física.

En base a las definiciones de diferentes autores, se podría concluir que el acto de recreación toma un rol importante dentro de la sociedad, siendo esta una necesidad del ser humano para llevar una vida plena donde se goce de la libertad sin preocupaciones laborales.

El acto de recrearse para los autores no debe ser una opción, sino que por contrario una obligación para el ser humano y que el mismo viva una vida plena.

### ***3.2.2 Características de la recreación***

Para Lopategui (2003), la recreación se da principalmente en el tiempo libre, buscando generar satisfacción inmediata y directa, dando oportunidad a la autoexpresión y de la misma generar la diversión.

Según Zambrano y Ernestina (2019), la recreación consta del conjunto de actividades las cuales son planificadas en base a la necesidades y características de la población.

A su vez para (Vigo,2000 citado en Pérez 2003), las actividades recreativas se realizan de manera voluntaria y no obligada. Dando libre opción de que realizar en su tiempo libre a todas las personas.

Para Osteicoechea (2022), las actividades recreativas deben ser flexibles, ya que para una persona cierta actividad puede ser trabajo y para otra puede ser trabajo. Así como a su vez las actividades pueden ser específicas para un momento y no para otro.

Continuando con las características, para Gómez et al., (2010), la recreación toma importancia real la persona y como esta se desenvuelva en las mismas y no solamente en las actividades. Creando así un interés real por la misma y no solo la realización de la actividad por compromiso.

### ***3.2.3 Recreación Laboral***

En cuanto a la recreación laboral (Panamericana, 2009 citado en Arango 2019) define la misma como un sector institucional el cual permita un desarrollo personal de los empleados, que complemente actividades de integración y sentido de pertenencia hacia la empresa.

Según Vidal (1983), la recreación laboral permite que los trabajadores, en cuanto las actividades se encuentren planificadas y bien dirigidas. Una tranquilidad psicológica y a su vez menos estrés. Generando así un mejor rendimiento en las áreas de trabajo.

Para Guerrero (2021) define la recreación laboral, como herramienta de motivación para satisfacer a las personas en su parte emocional y a partir de esto, mejorar en las tareas laborales.

A su vez para Gamboa (2022) la recreación laboral, es el conjunto de actividades planificadas a partir de las necesidades y características de los trabajadores, para mantener un buen ambiente laboral, generar satisfacción y disminuir patologías laborales.

Según Sangolqui (2013) la recreación laboral, es un conjunto de actividades programadas la cual fomenta la salud al aire libre y las mismas pueden ser realizadas dentro o fuera de las instalaciones de trabajo.

### ***3.2.4 Beneficios de la recreación laboral***

Para Zambrano y Ernestina (2019), la recreación laboral genera beneficios a niveles psicológicos y fisiológicos, emitiendo una adaptación correspondiente al área de trabajo.

A su vez la recreación laboral para Colina (2011), brinda diferentes herramientas para reducir la fatiga acumulada y el estrés laboral.

Según Restrepo (2007) la recreación laboral mejora a los empleados de la empresa generado así que la misma tenga mejores resultados a partir del buen trabajo de los empleados.

Por otro lado para Balseca (2019), si la recreación laboral es aplicada de manera correcta para el desarrollo de los trabajadores, se encontrarán mejores oportunidades de crecimiento general, ya que los mismos disfrutaban un poco más sus labores diarias.

Según un estudio realizado por Mejía et al (2017) se demostró que la recreación dentro del ámbito laboral disminuye dolores por malas posturas, disminuye la incidencia de la fatiga visual y aminora el estrés laboral.

Otro estudio realizado por (Chin-Tsai, 2013 citado en Vargas y Castro 2015) demostró que la recreación laboral, mejoraba la calidad de trabajo y comunicación entre trabajadores hasta un 20%. La buena comunicación dentro de un ámbito laboral genera trabajadores más eficientes a la hora de realizar sus actividades.

Considerando la importancia y análisis de diferentes autores en cuanto a los beneficios la recreación laboral toma un rol de importancia para el bien estar grupal de los trabajadores, mejorando la comunicación y el rendimiento.

### ***3.2.5 Importancia del profesor en la recreación***

Según Mendoza (2009) el profesor es quien se encarga de planificar las actividades y darle un enfoque.

Para (Camerino 2008 citado en Díaz 2018) el profesor es quien despierta la práctica de actividad deportiva en los tiempos libres.

Continuando con la Importancia del profesor dentro de la recreación, para Mendoza (2009), el profesor es protagonista para el accionar y buen funcionamiento de las actividades a plantear.

A su vez para Díaz (2018), el profesor cumple un rol fundamental para transmitir como emplear el momento de recreación de forma saludable.

Considerando la importancia del profesor dentro de las actividades recreativas, es necesario que la sociedad comprenda el trabajo de los profesionales los cuales brindan las actividades en base al entorno y los objetivos que se busquen cumplir, con diferentes grupos sociales y a su vez inculcarles formas de vida saludables.

### **3.3 Comunicación**

#### **3.3.1 Definición**

Según la Real Academia Española (2021) la comunicación es la acción de comunicar o comunicarse, dada entre dos o mas personas mediante un emisor y un receptor.

A su vez (H.Mendo y Garay,2005 citado en Fernandez y Mendo 2013) definen la comunicación como una accion reciproca de la sociedad la cual puede ser verbal o no verbal, con el fin de transmitir y la misma puede o no influir en el comportamiento de las personas.

Para Gonzales (1999), la comunicación cumple un rol determinante para modificar a las personas.

Según theodoroson y theodoroson (1969), la comunicación es la transmisión de ideas,actitudes y emociones de una persona o grupo hacia otro.

Para cervantes (2017) la comunicación humana es un proceso de carácter unico en las personas ya que se abarca habilidades propias y exclusivas como lo pueden ser el intercambio de ideas, creacion de grupos humanos, etc.

Por su parte Smith (1995) agrega que la comunicación es un proceso donde el mensaje es trasladado a una o mas personas donde el significado del mismo busca ser recibido por quien lo recibe de la misma manera que fue dado.

A su vez Mendo y Garay (2005), comprende que la comunicación siempre estuvo enfocada solamente en el día a día. Hoy en día es posible considerar diferentes ámbitos de comunicación. Como lo puede ser la comunicación intrapersonal, interpersonal, etc...

Para Marroquin y Villa (1995), la comunicación es un proceso por el cual la persona expresa de sí mismo algo a través de lo verbal o no verbal, con intención de influenciar al otro.

Según Kaplun (2020), la comunicación es el acto de informar o transmitir de forma verbal o no, donde se pueden intercambiar diálogos con una o más personas.

A su vez Ramos (2017), define la comunicación como una herramienta de la vida humana desde tiempos inmemorables, la cual ha evolucionado y sigue evolucionando a medida que la sociedad lo hace.

### **3.3.2 Comunicación deportiva**

Según Mendez (2021) no existe factor más importante que la comunicación dentro de los equipos deportivos. Dejando esta como una gran variable de éxito dentro de los mismos.

Para Sullivan (1993) la buena comunicación en los deportes de equipo conlleva un papel significativo para el éxito y el rendimiento.

A su vez Buceta (1998) afirma que en los deportes donde la buena comunicación es relevante, la misma siendo conveniente ayuda a mejorar el rendimiento.

Loehr (1990) utiliza como ejemplo el doble de tenis, asumiendo que jugadores con mejor comunicación, mejora el rendimiento del mismo y su compañero.

Para Anshel (1997), afirma que la comunicación dentro de un equipo es crucial para la buena relación entre los deportistas y su entrenador.

Por su parte para Torregrosa(2008), denota que una buena comunicación dentro del equipo es importante al momento donde el entrenador debe dar indicaciones, motivar al grupo, solucionar problemas, etc...

A su vez Roballo (2022), asume que la comunicación dentro del deporte, es sumamente importante para que los miembros del equipo puedan desarrollar las tareas y funciones que se les piden de manera correcta.

Considerando las definiciones de varios autores, se podría concluir que la comunicación deportiva es más que importante para la creación de un grupo estable y a partir del mismo poder generar buenos resultados grupales como individuales en el rendimiento.

### ***3.3.3 Beneficios de la comunicación deportiva.***

Según Mendez (2021) beneficia la relación de equipo dejando que el mismo se ordene y comunique mejor.

Para Weinberg y Gould (1995) la buena comunicación en el ámbito deportivo, ayuda a la motivación, convencimiento y resolución de problemas.

A su vez Tutko y Richards (1984) en su estudio, denotan que la buena comunicación en el deporte ayuda al equipo a mejorar y sufrir modificaciones en cuanto sean necesarias.

Según Campus Experience (2021), la comunicación dentro del deporte ayuda al aumento del rendimiento y concentración de los deportistas. Intensificando la toma de decisiones dentro del juego y adiciona el liderazgo dentro del grupo.

A su vez Pulgar (2001), ve la buena comunicación deportiva dentro de los diferentes equipos como forma de que los mismos generen más victorias y en base a eso, generar más ingresos y tener más fanáticos que los sigan.

En base a los beneficios que diferentes autores muestran, que los beneficios de una buena comunicación deportiva, lleva a un mejor rendimiento, aumentando la comunicación para ordenarse entre sí y mejorando la toma de decisiones y resolución de problemas entre los integrantes de un grupo o equipo.

### **3.4 Rendimiento**

#### **3.4.1 Definición**

Según la RAE (2022), el rendimiento es todo aquello que rinde o da alguien o algo.

A su vez Pérez y Merino (2008) definen el rendimiento como el medio para conseguir algo y el resultado que se obtiene del mismo.

Para Ucha (2010) el concepto de rendimiento es demasiado ambiguo y se utiliza en diferentes ámbitos y dando así diferentes definiciones.

Villasuso (2015) define el rendimiento como la obtención de buenos resultados dentro del ámbito que se emplee cada persona.

#### **3.4.2 Rendimiento deportivo**

Se puede denotar que la definición de rendimiento es demasiado confusa y a su vez dependiendo el ámbito en el cual se use, se varía su definición, por eso se busca definir el rendimiento deportivo.

Según Moreno (2017), el rendimiento deportivo es la relación que existe entre los logros que se consigan dentro del deporte y cuantos recursos fueron empleados para conseguir lo buscado.

A su vez para García-Mas y Bauza (2011), definen el rendimiento deportivo como el apoyo del entrenador a las capacidades de cada uno de los jugadores respecto al buen funcionamiento de cada uno de ellos.

Para Ucha (2010), el rendimiento deportivo es el esfuerzo que realiza cada deportista día a día para poder llegar en un estado máximo a la competición que se presente.

Según Gil (2013), el rendimiento deportivo es la facultad que cada deportista tienen para ponerse a prueba en diferentes situaciones.

A su vez Billat (2002) define el rendimiento deportivo como una acción motriz la cual permite al sujeto explotar sus capacidades físicas y mentales.

Según Paidotribo (2001), define el rendimiento deportivo como la acción de ejecutar o cumplir que tiene cada deportista hacia su deporte.

Por su parte Martín (2001), la define como el resultado positivo dentro de una competición con reglas anteriormente establecidas.

## **Capítulo 4: OBJETIVOS**

### ***4.1 Objetivos Generales:***

Verificar si la recreación mejora la comunicación y el rendimiento en deportes electrónicos.

### ***4.2 Objetivos específicos:***

Establecer nuevas herramientas de comunicación para mejorar el dialogo dentro del juego.

Detectar factores de mala comunicación.

## **Capítulo 5: METODOLOGIA DE ESTUDIO**

### ***5.1 Diseño de investigación***

#### ***5.1.1 Tipo de enfoque***

El tipo de enfoque es de carácter cuantitativo ya que se procede a recolectar datos mediante encuestas que serán procesadas con métodos estadísticos. Luego de realizar actividades recreativas durante un mes.

### ***5.2 Tipo de diseño de investigación***

El diseño del proyecto es de carácter descriptivo ya que se realizará un análisis en base a como las actividades recreativas mejoran la comunicación dentro de las partidas. Por otro lado, el corte del mismo es longitudinal.

### ***5.3 Población***

Para la siguiente investigación se ha seleccionado una población no probabilística de 15 personas, lo que equivale a 3 equipos diferentes, para realizar las actividades recreativas, para que luego realicen una encuesta.

En cuanto a las características de la población, se encuentra constituido por hombres de 18 a 21 años que se desempeñan de manera semiprofesional al e-Sports League of Legends.

### ***5.4 Instrumentos***

Los instrumentos utilizados para abordar la siguiente investigación serán un trabajo de campo el cual constará de un mes de actividades recreativas, las cuales se dictarán 3 veces por semanas.

Y luego se realizará una encuesta donde los jugadores responderán, su vivencia en las actividades recreativas y como las mismas afectaron dentro de las partidas.

### ***5.5 Procedimiento***

Los jugadores de los diferentes equipos participaron de las actividades recreativas de forma voluntaria, para luego poder realizar de la misma manera y en conjunto un cuestionario en la plataforma Google Forms. Las encuestas fueron respondidas por cada equipo poniéndose de acuerdo con el momento de responder, tratando de que todos los jugadores estén de acuerdo con la respuesta. Donde por su parte se busco que los jugadores remarquen sus actividades preferidas y entre que líneas se ha mejorado la comunicación luego de las actividades recreativas.

### ***5.6 Análisis de Datos***

Los datos fueron extraídos del cuestionario de Google Forms y en base las respuestas se procesaron cuadros estadísticos. Denotando las diversas respuestas de los tres equipos los cuales formaron parte de las actividades.

### ***5.7 Relevancia y viabilidad***

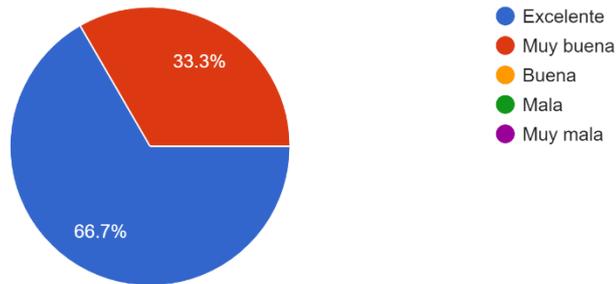
Con este estudio se espera poder brindar herramientas recreativas para los diferentes equipos de deportes electrónicos, con el fin de que mejoren su comunicación en base a las diferentes actividades planteadas en la semana, planteando los problemas o factores de mala comunicación dentro de las partidas con el fin de mejorar el rendimiento de los equipos en la temporada regular.

A su vez, los profesores o recreólogos tendrán un nuevo campo de acceso donde poder trabajar, generar vínculos y crecer como profesionales.

## Capítulo 6: ANALISIS DE DATOS

**Figura 1**

¿Cómo definiría el grupo su vivencia con las actividades recreativas?  
3 respuestas



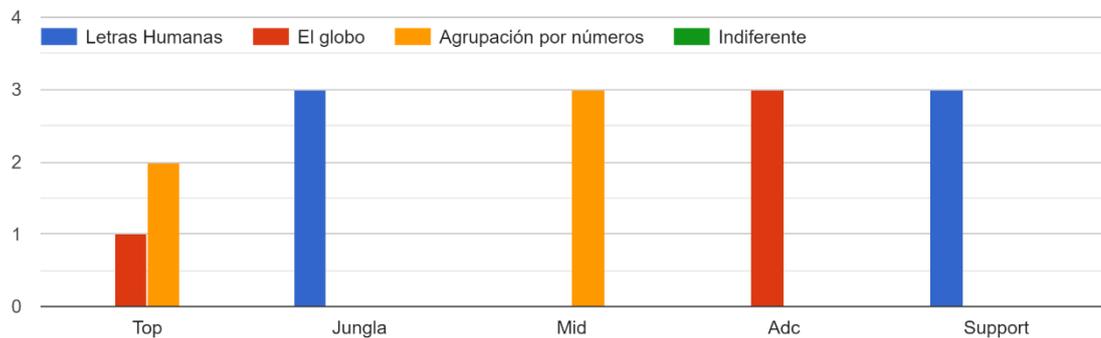
**Nota:** En el siguiente gráfico denota las vivencias del grupo con las diferentes actividades.

Realizado el análisis pertinente de la información se observa que el 66,7% de jugadores definieron su vivencia con las actividades recreativas como excelentes.

Por otro lado, el 33,3% han tenido una muy buena vivencia con las mismas.

**Figura 2**

En base a su posición dentro del juego. Defina que actividad le gusta más.



**Nota:** En el siguiente gráfico muestra la actividad recreativa que más le gusta al jugador dependiendo de su posición.

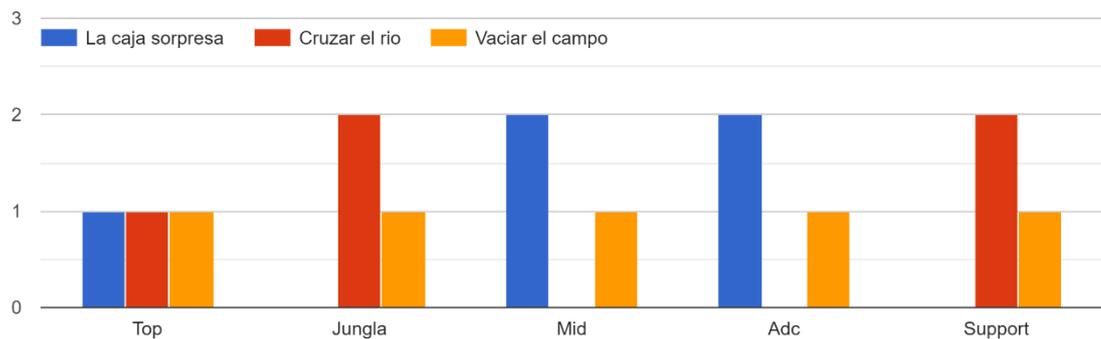
A partir de los datos obtenidos, sobre que actividad ha sido la que más le gusto a los jugadores. Se puede observar que el 100% de jugadores que ocupan el rol de jungla y support eligieron, la actividad letras humanas. La cual tiene como objetivo cooperar para lograr el objetivo

A su vez el 100% de jugadores que se desempeñan como mid y el 75% de jugadore del rol top, optaron por la agrupación de números. La cual tiene como objetivo estimular la comunicación con más de 1 persona a la vez

Por otro lado, el 100% de los jugadores que se desempeñan como mid y el 25% que se desempeñan como top eligieron la actividad el globo. La cual tiene como objetivo estimular la acción y reacción mientras se comunican.

***Figura 3***

En base a su posicion dentro del juego. Defina que actividad le gusto mas.



***Nota: En el siguiente grafico muestra la actividad recreativa que más le gusto al jugador dependiendo su posición***

Al analizar los resultados obtenidos, sobre qué actividad ha sido la que más le gusto a los jugadores.

El 25% de jugadores que cumplen con su rol específico en cada línea, eligieron la actividad, vaciar campo. La cual tiene como objetivo mejorar coordinación y comunicación.

A su vez el 75 % de jugadores desempeñados en roles de jungla y suport y en parte el 25% desempeñados en top eligieron la actividad cruzar el rio. La cual tiene como finalidad trabajar en equipo.

Mientras que el 75% de jugadores abocados al rol de mid y adc y un 25% en el rol top eligieron la caja sorpresa. La cual tiene como objetivo ser una actividad recreativa de relajación

***Figura 4***

¿Han notado resultados dentro de las partidas luego de las actividades recreativas?

3 respuestas

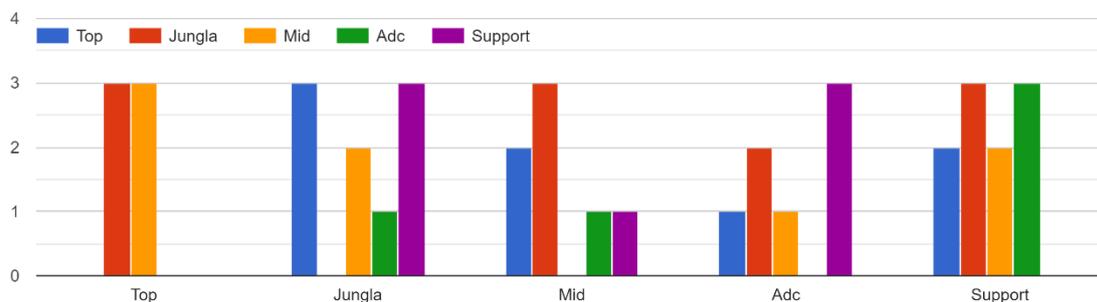


***Nota: En el siguiente gráfico muestra el resultado en partidas luego de las actividades recreativas.***

Respecto a la pregunta, acerca de si se demostraron resultados dentro de las partidas luego de las actividades recreativas el 66,7% manifestó que sí, mientras que el 33,3% manifestó de forma positiva aclarando que deberían tener más partidos.

**Figura 5**

En caso que la respuesta anterior haya sido si. ¿Que lineas creen que han mejorado la comunicacion entre si?



*Nota: En el siguiente grafico muestra los roles que han mejorado la comunicaci3n entre si luego de las actividades.*

Al analizar los resultados obtenidos se observa que los jugadores con rol en top, han mejorado un 100% la comunicaci3n con quienes desempeñan el rol de jungla y mid.

Por otro lado, los jugadores de jungla han mejorado su comunicaci3n en un, 100% con los roles top y support, un 75% con la l3nea mid y un 25% con la l3nea adc.

A su vez, los jugadores de mid, mejoraron su comunicaci3n un 100% con el rol jungla, 75% con los jugadores de top y un 25% con los roles adc y support.

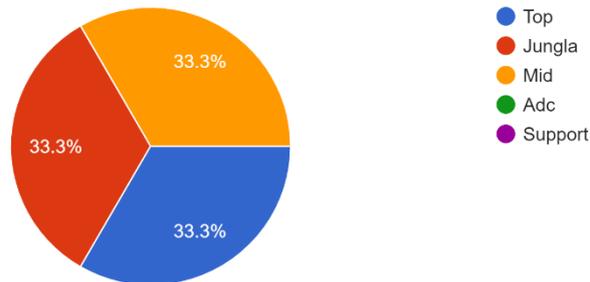
As3 tambi3n, los jugadores de adc mejorar la comunicaci3n un 100% con los support, un 75% con las junglas y un 25% con los roles top y mid.

Por ultimo los jugadores del rol support han mejorado un 100% la comunicaci3n con los roles jungla y adc y un 75% con top y mid.

**Figura 6**

¿Que linea ha incrementado su nivel de comunicacion dentro del juego, luego de las actividades recreativas?

3 respuestas



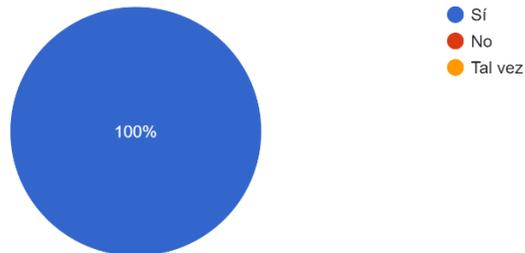
*Nota: En el siguiente grafico muestra que rol ha mejorado su comunicaci3n dentro del juego luego de las actividades realizas.*

A partir de los resultados que se demuestran en el gr1fico, se observa que el 33,33% de jugadores desempe1ados en los roles mid, jungla y top han mejorado su comunicaci3n dentro del juego.

**Figura 7**

Finalizando la encuesta. ¿Las actividades recreativas mejoraron la comunicacion grupal dentro del juego?

3 respuestas



***Nota: En el siguiente grafico muestra los resultados de la incidencia en de las actividades recreativas en la comunicación grupal dentro del juego***

Una vez realizada la pregunta, la cual se enfoca en saber si las actividades recreativas han mejorado la comunicación grupal dentro del juego, se observa que el 100% respondió que sí.

## ***Capítulo 7: CONCLUSIONES***

En la siguiente investigación se trató de comprobar y verificar si la recreación mejora la comunicación en los deportes electrónicos. Estableciendo nuevas herramientas de comunicación entre los jugadores mediante actividades deportivas.

En conclusión, en base a los resultados analizados en la investigación. Donde se puede observar que el 66,6% de los participantes han tenido una experiencia excelente mientras que el 33,3 % ha tenido una experiencia muy buena sobre las actividades recreativas.

A su vez, el 66,6% ha dicho que luego de las actividades recreativas se denotaron cambios a favor dentro de las partidas, mientras que el 33,3% declaró tener que jugar más partidas.

Y en consecuencia donde entre algunas líneas del juego se ha aumentado del 25 al 100% la comunicación entre sí. Dando como ejemplo el rol de jungla donde ha mejorado un 100% la comunicación con los roles top y jungla, un 75% con el rol/línea mid y por último un 25% con el rol de adc.

Se logró observar que el 100% de los jugadores/equipos han confesado que la realización de actividades recreativas ha mejorado la comunicación del equipo dentro de las partidas, mejorando resultados y rendimiento.

Acompañando los estudios de recreación laboral realizados por Mejía et al (2017) y (Chin-Tsai 2013 citado en Vargas y Castro 2015), donde se observa que la recreación laboral actúa de forma beneficiosa en trabajadores tanto a nivel psicológico y formas de comunicación.

Como así también detallando los beneficios de la buena comunicación deportiva. Se puede observar que la recreación, mediante actividades recreativas planificadas y con un objetivo específico, mejora la comunicación dentro del juego en los deportes electrónicos, tanto a nivel grupal como interpersonal, generando resultados positivos dentro de las partidas respondiendo así a la pregunta de investigación de manera afirmativa.

Y a su vez también se logró verificar si la recreación mejora la comunicación en deportes electrónicos, principalmente en la población de League of Legends.

En síntesis, como se observa en la siguiente investigación, la recreación y actividades recreativas, planificadas y con un objetivo a cumplir, incide de manera positiva en la comunicación de los deportistas electrónicos.

En cuanto a los datos obtenidos y analizados, se deberá tener en cuenta para futuras investigaciones, que la misma fue realizada únicamente con jugadores semi profesionales de 18 a 21 años y solo de sexo masculino.

Quedando así abierta las posibilidades de en investigaciones venideras, a enfocar el trabajo con jugadores profesionales de ambos sexos y con diferentes rangos de edades.

# ANEXO

11/2/23, 09:46

Valoración Grupal de Actividades Recreativas

## Valoración Grupal de Actividades Recreativas

El siguiente cuestionario, tiene como fin analizar, como se han sentido todos los integrantes del equipo, dentro de las actividades recreativas y si las siguientes han tenido influencia en la comunicación dentro de las partidas.

**Recordar que todos los participantes responderán juntos el cuestionario.**

**\*Obligatorio**

1. ¿Cómo definiría el grupo su vivencia con las actividades recreativas? \*

Marca solo un óvalo.

- Excelente
- Muy buena
- Buena
- Mala
- Muy mala
- Otros: \_\_\_\_\_

2. En base a su posición dentro del juego. Defina que actividad le gusta más. \*

Selecciona todas las opciones que correspondan.

	Letras Humanas	El globo	Agrupación por números	Indiferente
<b>Top</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Jungla</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mid</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Adc</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Support</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Referencias Bibliográficas:**

Gil, P. (1999). Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo. *Anales de Psicología*, 15, 261-268.

<file:///C:/Users/54113/Desktop/tesis%20licenciatura/Gil.pdf>

Rodríguez, A.E.R., Suárez, R.O., Fernández, D.B., García, R.M., & Varona, E.N. (2011). La Recreación: necesidad y oportunidad para el desarrollo humano desde y para las comunidades.

<https://efdeportes.com/efd160/la-recreacion-desarrollo-humano-para-comunidades.htm>

Miquilena Colina, Dionielvy (2011). Recreación laboral: Su efecto motivacional en los trabajadores. *Observatorio Laboral Revista Venezolana*, 4(8), 37-51.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=219022148003>

deportes electrónicos (2012). Cambridge.org.

<https://dictionary.cambridge.org/es/diccionario/ingles/e-sports>

deporte electrónico. (2012) Oxfordlearnersdictionaries.com.

<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/e-sport>

Pérez-Rubio, C., & Garcés de los Fayos, E.J., & González, J. (2017). Personalidad y burnout en jugadores profesionales de e-sports. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 41-49.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227050474006>

González, P. D. (2018). Derecho humano al tiempo libre y la recreación y su incidencia en la productividad de los trabajadores. *Ánfora*, 25(44), 69-90.

Vargas, P. C., & Castro, K. C. (2015). Recreación como estrategia para el afrontamiento del estrés en ambientes laborales. *EmásF: revista digital de educación física*, (36), 43-55.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5391810>

Mejía, I. A. O., Morales, S. C., Orellana, P. C., & Lorenzo, A. F. (2017). Efecto de las actividades físicas en la disminución del estrés laboral. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 33(3), 342-351.

Antón Roncero, Marcos; García García, Francisco. «Deportes electrónicos. Una aproximación a las posibilidades comunicativas de un mercado emergente». *Questiones publicitarias*, 2014, Vol. 1, n.º 19, pp. 98-115,

<https://raco.cat/index.php/questionespublicitarias/article/view/349721>

Vera, J. A. C. (2015). La dimensión social de los videojuegos' online': de las comunidades de jugadores a los'e-sports'. *Index. comunicación: Revista científica en el ámbito de la Comunicación Aplicada*, 5(1), 39-51.

<file:///C:/Users/54113/Desktop/tesis%20licenciatura/DialnetLaDimensionSocialDeLosVideojuegosOnline-5277303.pdf>

Recreación (2017). <https://www.rae.es/>

<https://dle.rae.es/recreaci%C3%B3n>

Comunicación (2021) <https://www.rae.es/>

<https://dle.rae.es/comunicaci%C3%B3n>

Mendoza, S. L. (2009). La recreación educativa en el tiempo libre. In VIII Congreso Argentino y III Latinoamericano de Educación Física y Ciencias.

Valencia, R., Salazar, C., Lozano, E. G., Figueroa, A., & Flores, P. (2012). La recreación en el curriculum de los profesionales de educación física y deporte en México. *Revista Latinoamericana de Recreación*, 1(2).

Smith, J. (1995). *Understanding the Media. A Sociology of Mass Communication*.

Theodorson, S. A. y Theodorson, G. R. (1969). *A Modern Dictionary of Sociology*.

Tutko, T. A. y Richards, J. W. (1984). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Augusto E. Pila Teleña

Weinberg, R. S. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico*.

Mendo, A., & Garay, O. (2005). *La comunicación en el contexto deportivo*.

Loehr, J. E. (1990). *The Chemistry of Doubles. First of a Six-Part Series. World Tennis*.

Buceta, J. M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*.

Díaz, F (2018). Recreación y su enfoque didáctico.

Tapia Zambrano, M. E. (2019). “Recreación laboral y su incidencia en el sedentarismo en los servidores públicos (Doctoral dissertation, Universidad de las Fuerzas Armadas).

Riquelme (2020). ¿Qué son los e-sports? El economista

Lande (2021). ¿Son los eSports un verdadero deporte? PSYCIENCIA

Osteicoechea, Alí. (2022). Definición de Recreación.

Lopategui Corsino, E. (2003). Ciencias de la salud y del movimiento.

Guerrero, S. (2021). ¿Qué es la recreación laboral?

Balseca, Á. (2019). Recreación laboral y relaciones interpersonales en los funcionarios de la residencia de la (Doctoral dissertation, Universidad de las Fuerzas Armadas).

Restrepo, E. A. (2007). Prácticas y representaciones sociales de tiempo libre, ocio y recreación.

Sangolqui, N. (2013). Estudio de la incidencia de un programa de recreación laboral.

Marroquín, M. y Villa, A. (1995). La comunicación interpersonal. Medición y estrategias para su desarrollo.

Kaplun, M. (2020). ¿Qué entender por comunicación?

Ramos, J. (2017). ¿Qué es Comunicación?

Pérez Porto, J., Merino, M. (15 de diciembre de 2008). Definición de rendimiento.

Gil, S. (2013). Rendimiento Deportivo

Billat, V. (2002). Fisiología y Metodología del Entrenamiento (De la teoría a la práctica).