

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



**“AUTOCONFIANZA EN JUGADORES DE FÚTBOL CATEGORÍA
C QUE PARTICIPAN EN LOS JUEGOS DEPORTIVOS
NACIONALES ESCOLARES ETAPA DISTRITAL AYAVIRI”**

TESIS

PRESENTADA POR:

YAMPIEL JAVIER PALOMINO CAYO

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

PROMOCIÓN: 2018-I

PUNO - PERÚ

2018

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOCONFIANZA EN JUGADORES DE FÚTBOL CATEGORÍA C QUE PARTICIPAN EN LOS JUEGOS DEPORTIVOS NACIONALES ESCOLARES ETAPA DISTRITAL AYAVIRI

YAMPIEL JAVIER PALOMINO CAYO

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA



APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE : _____
Dr. Guillermo Antonio Zevallos Mendoza

PRIMER MIEMBRO : _____
Dr. Ángel Anibal Mamani Ramos

SEGUNDO MIEMBRO : _____
Dr. Porfirio Layme Cutipa

DIRECTOR / ASESOR : _____
Dr. José Damián Fuentes López

Área: Ciencias del Deporte
Tema: Autoconfianza en Jugadores de Fútbol

Fecha de sustentación: 27 / Dic / 2018

DEDICATORIA

A Dios por haberme permitido llegar hasta aquí, con salud y bienestar, guiado e iluminado en mi camino y por haberme permitido culminar satisfactoriamente mi estudio superior.

Con cariño a mi madre Saturnina Cayo y mi padre Javier Palomino, por ser el pilar más importante en esta etapa de mi formación, por los valores que me inculcaron, por enseñarme a nunca rendirme y luchar siempre ante las adversidades.

A mi hermana Deyma Palomino, por brindarme su apoyo incondicional y por último a mis familiares y a esa persona en especial por el apoyo en el momento que más necesitaba.

AGRADECIMIENTOS

Con toda gratitud a Dios por haberme guiado por el camino correcto, por haberme presentado a las mejores instituciones para educarme y a las personas para fortalecerme de sus conocimientos y experiencias.

Agradecer infinitamente a mi madre Saturnina Cayo y a mi padre Javier Palomino por haberme brindado amor, comprensión, confianza y apoyo incondicional para lograr uno de mis objetivos.

Agradezco a la Universidad Nacional del Altiplano por ser mi alma mater y por haberme abierto las puertas y brindarme de sus valores por el bien de mi educación.

A mi escuela profesional de Educación Física, a mis docentes por haber compartido lo mejor de sus conocimientos, como herramienta principal para la construcción de mi conocimiento.

A los miembros de jurado por sus sugerencias y aportes científicos, que fueron fundamentales para la presente investigación.

A mis amigos de la universidad y a todos aquellos que siempre estuvieron apoyándome para el logro de mis objetivos.

ÍNDICE GENERAL

| | |
|---------------------|----|
| Dedicatoria | |
| Agradecimiento | |
| Índice de tablas | |
| Índice de acrónimos | |
| RESUMEN..... | 9 |
| ABSTRACT | 10 |

CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN

| | |
|---|----|
| 1.1. Planteamiento del problema | 11 |
| 1.2. Formulación del problema | 12 |
| 1.2.1. Problema general | 12 |
| 1.2.2. Problemas específicos..... | 12 |
| 1.3. Hipótesis de la investigación..... | 12 |
| 1.3.1. Hipótesis general..... | 12 |
| 1.3.2. Hipótesis específicos | 12 |
| 1.4. Justificación del estudio | 12 |
| 1.5. Objetivos de la investigación..... | 13 |
| 1.5.1. Objetivo general | 13 |
| 1.5.2. Objetivos específicos..... | 13 |

CAPÍTULO II REVISIÓN DE LITERATURA

| | |
|--------------------------|----|
| 2.1. Antecedentes..... | 15 |
| 2.1. Marco teórico | 16 |

| | |
|---|----|
| 2.2.1. Autoconfianza..... | 16 |
| 2.2.2. Las experiencias de dominio | 17 |
| 2.2.3. Las experiencias vicarias..... | 17 |
| 2.2.3. La persuasión social | 18 |
| 2.2.4. Los estados psicológicos y emocionales | 18 |
| a. Beneficios de la autoconfianza | 19 |
| b. La confianza activa emociones positivas | 19 |
| c. La confianza facilita la concentración | 19 |
| d. La confianza aumenta el esfuerzo | 19 |
| 2.2. Marco conceptual | 19 |
| CAPÍTULO III | |
| MATERIALES Y MÉTODOS | |
| 3.1. Ubicación geográfica del estudio | 21 |
| 3.2. Periodo de duración del estudio..... | 21 |
| 3.3. Procedencia del material utilizado | 21 |
| 3.4. Población y muestra del estudio | 22 |
| 3.5. Diseño estadístico | 23 |
| 3.6. Procedimiento..... | 23 |
| 3.7. Variables..... | 23 |
| 3.8. Análisis de los resultados | 24 |
| CAPÍTULO IV | |
| RESULTADOS Y DISCUSIÓN | |
| 4.1. Resultados..... | 25 |
| 4.2. Discusión | 28 |
| CONCLUSIONES | 29 |
| RECOMENDACIONES | 29 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 31 |
| ANEXOS..... | 34 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1 Población de la investigación | 22 |
| Tabla 2 Experiencias de dominio | 25 |
| Tabla 3 Experiencias vicarias | 25 |
| Tabla 4 Persuasión social | 26 |
| Tabla 5 Estados psicológicos y emocionales | 26 |
| Tabla 6 Autoconfianza deportiva | 27 |

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

| | |
|-------|--|
| AJF | Autoconfianza en jugadores de fútbol |
| CD | Ciencias del deporte |
| JDNE | Juegos deportivos nacionales escolares |
| IADJF | Inventario de autoconfianza deportiva para jugadores de Fútbol |

RESUMEN

La investigación tiene como objetivo determinar la autoconfianza en jugadores de fútbol categoría C que participan en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital Ayaviri. La investigación es de tipo no experimental de diseño transeccional descriptiva. Se estudió a 66 deportistas de edades entre 15 y 17 años. El instrumento que se utilizó para la recolección de datos fue el inventario de autoconfianza deportiva para jugadores de fútbol. Los resultados demuestran, un 63,6% de los jugadores evidencian una confianza deportiva no adecuada, un 31,8% moderada y un 4,5% adecuada. Finalmente se concluyó que el nivel de autoconfianza no adecuada.

Palabras clave: Autoconfianza, categoría C, jugadores de futbol, juegos deportivos escolares.

ABSTRACT

The research aims to determine self-confidence in category C soccer players participating in the Ayaviri district national school sports games. The research is a non-experimental type of descriptive transactional design. Sixty-six athletes between the ages of 15 and 17 were studied. The instrument that was used for data collection was the inventory of sports self-confidence for soccer players. Results, 63.6% of the players show an unsuitable sports confidence, a moderate 31.8% and an appropriate 4.5%. Finally, it was concluded that the level of self-confidence is low.

Keywords: category C, Self-confidence, soccer players, school sports games.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema

La baja Autoconfianza puede incidir en la aparición de dudas y vacilaciones respecto de la decisión a adoptar ya que el individuo experimenta inseguridad acerca de su capacidad. Según Musitu y colaboradores (1996) basado también en la toma de decisiones es un proceso que conlleva un conflicto de decisión generador de estrés. Este estrés de decisión se ve alimentado, según los autores, por dos fuentes: “la preocupación por pérdidas objetivos” y “la preocupación por pérdidas subjetivas”. Influyen en el individuo fuertes deseos de acabar cuanto antes con el problema precipitando una decisión (Janis y Mann, 1977).

La autoconfianza es la clave para llevar a cabo nuestro máximo nivel en una partida o evento deportivo, pero según como se siente el deportista. Los deportistas menos seguros de sus capacidades dudan sobre sí mismo, de sí son o no lo son bastante buenos y así no logran su máximo potencial. Los deportistas seguros creen en sí mismos, por lo que se sienten seguros para llevar a cabo una jugada, alcanzando así su máximo potencial (Linares, 2000).

Los deportistas de élite evidencian ganar o perder en función de su estado mental. Roffé (2009), esto conlleva un conflicto de estrés de la preocupación por pérdidas objetivas y preocupación por pérdidas subjetivas Janis y Mann (1977) debido a esta situación deben mejorar sus habilidades psicológicas para que pueda ser capaz de hacer frente a las presiones asociadas a la competición de alto nivel (Martens, 1987).

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel de autoconfianza en jugadores de fútbol categoría C que participan en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital Ayaviri?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuáles son las experiencias de dominio en jugadores de fútbol?
- ¿Qué son las experiencias vicarias en jugadores de fútbol?
- ¿Cuál es la persuasión social en jugadores de fútbol?
- ¿Cómo son los estados psicológicos y emocionales en jugadores de fútbol?

1.3. Hipótesis de la investigación

1.3.1. Hipótesis general

La autoconfianza en jugadores de fútbol categoría C que participan en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital Ayaviri es bajo.

1.3.2. Hipótesis específicos

- Las experiencias de dominio en jugadores de fútbol son bajas.
- Las experiencias vicarias en jugadores de fútbol son bajas.
- La persuasión social de los jugadores de fútbol es baja.
- Los estados psicológicos de los jugadores de fútbol son bajas.

1.4. Justificación del estudio

La autoconfianza está ligada a la autoestima y es vital para cualquier deportista es la clave del éxito, un método utilizado con deportistas para aumentar la confianza en sí mismos es el método de “cábalas” es la creencia de que un hecho aumenta o incrementa la capacidad de competencia en un deportista, es como un efecto placebo. El autor concluye que tanto la autoestima como la confianza son determinantes para el desempeño deportivo y en la vida diaria ayuda a desarrollar tolerancia a la frustración, autonomía autocontrol es decir el “lucos control interno” que es reflejo de una buena autoestima. (Hurtado, 2014).

La investigación del (Jaenes et al., 2012), destaca su poder predictivo de la autoconfianza, que a su vez es asumida como un agente facilitador para que el deportista pueda conseguir el éxito.

El dominio de las actividades cognitivas y conductuales que el deportista realiza con el objetivo de enfrentarse a situaciones favorables o adversas en deporte aumenta su autoconfianza (Pinto y Vázquez, 2013).

1.5. Objetivos de la investigación

1.5.1. Objetivo general

Determinar la autoconfianza en jugadores de fútbol categoría C que participan en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital Ayaviri.

1.5.2. Objetivos específicos

- 1) Describir las experiencias de dominio en jugadores de fútbol categoría C que participan en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital Ayaviri.

- 2) Describir las experiencias vicarias en jugadores de fútbol categoría C que participan en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital Ayaviri.
- 3) Describir la persuasión social en jugadores de fútbol categoría C que participan en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital Ayaviri.
- 4) Describir los estados psicológicos y emocionales en jugadores de fútbol categoría C que participan en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital Ayaviri.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes

González, Valdivia, Cachón, Zurita, Romero (2017) Sevilla-España, con el objetivo de describir los niveles de ansiedad, autoconfianza y atención-concentración en futbolistas semiprofesionales, mediante el análisis de la variable psicológica control del estrés; estudiaron a 100 jugadores de fútbol semiprofesionales; concluyendo en que desarrollar la habilidad psicológica de control del estrés, previene alcanzar estados de ansiedad y como consecuencia, posibilita mantener elevada la autoconfianza y una buena capacidad de atención-concentración durante la competición deportiva.

González, Valdivia, Zagalaz y Romero (2015) Sevilla-España, con el objetivo de profundizar los estudios científicos realizados en dichas variables; que analizan el estudio de la población; se realizó en futbolistas, entre 16 a 24 años; Concluye que se destaca las habilidades psicológicas influyen en el rendimiento deportivo del futbolista y que analizarlas ayuda a predecirlo; que la autoconfianza prevé el rendimiento deportivo y está inversamente relacionada con la ansiedad y que ésta, en la mayoría de los 85 estudios, se analizó desde un enfoque cognitivo y somático.

Morillo, Reigal y Hernández (2016) Barcelona-España, con el objetivo de analizar las relaciones entre el perfil psicológico de jugadores de balonmano playa con los niveles de ansiedad competitiva y la autoconfianza; estudiaron a 112 jugadores de balonmano playa sub-19 y sénior con edades entre 17 y 32 años, el 55.36% eran de género masculino y 44.64% eran de género femenino; los resultados hallados denotan una relación entre las variables analizadas y sugieren que el conocimiento de los perfiles psicológicos deportivos podría ayudar a analizar los estados de ansiedad y confianza en los deportistas.

Luna y Laca (2014) Guadalajara-México; con el objetivo de conceptualizar la toma de decisiones de los adolescentes en el marco del Modelo de conflicto de decisión; estudiaron a 992 estudiantes mexicanos de bachillerato con edades entre 15 y 19 años; concluyendo en que la autoconfianza resultó tener un efecto positivo sobre vigilancia, y un efecto negativo sobre los otros dos patrones, Se discuten estos y otros resultados considerando la literatura sobre toma de decisiones en la adolescencia.

2.1. Marco teórico

2.2.1. Autoconfianza

La autoconfianza es uno de los mejores pronósticos de éxito competitivo, ya que está íntimamente relacionada con la ejecución y con las estrategias que utiliza el deportista para resolver las diferentes situaciones de competición (Gómez-López, Granero y Isorna, 2013).

La autoconfianza en el deporte, es definida como la creencia o el grado de certeza que los individuos poseen acerca de su habilidad para tener éxito en el deporte Vealey (1986).

Según Linares (1976) “es cuando dudamos de nuestra capacidad para triunfar o suponemos que algo va a ir mal, estamos creando una profecía autorrealizada; si anticipamos que va a suceder algo, en realidad estamos ayudando a que suceda. Por desgracia, en los deportistas esto es frecuente. Las profecías autorrealizadas negativas son barreras psicológicas que provocan un círculo vicioso: La expectativa del fracaso conduce a un fracaso real, lo que rebaja la auto imagen e incrementa las perspectivas de fracasos a futuros”.

Dosil (2004) define como el grado de certeza, de acuerdo con las experiencias pasadas, que tiene el deportista respecto a su habilidad para alcanzar el éxito en una determinada tarea, es decir,

la creencia de que puedes hacer realidad un comportamiento deseado.

Nicolás (2009) hace referencia al ámbito deportivo, señala que la autoconfianza se utiliza con frecuencia para referirse a la percepción que tiene la persona sobre su capacidad para enfrentarse a una determinada tarea.

Los términos autoconfianza y autoeficacia son utilizados por algunos autores, indistintamente, es decir, como si fueran sinónimos (Carrasco, 2003). Lo aplica al ámbito futbolístico, exponiendo que en los entrenamientos deportivos hay que programar objetivos exigentes reforzando el desarrollo de la autoconfianza y que varios errores o fracasos consecutivos afectan la propia percepción de autoconfianza, provocando un descenso en el rendimiento.

Según Bandura, (1986) define como percepción de auto-eficacia (y con ello la auto-confianza), depende de las creencias de las personas en relación con su eficacia, la cual se desarrolla a través de cuatro formas principales de influencia.

2.2.2. Las experiencias de dominio

Son aquellas en las que comprobamos si somos eficaces. Por lo general, como resulta evidente, cuántas más veces consigamos nuestros propósitos mayor percepción de auto-eficacia, no obstante, si nuestros objetivos han sido conseguidos de forma muy fácil, puede que al mínimo fallo nos vengamos abajo. En cambio, si a pesar de sufrir un duro revés hemos conseguido recuperarnos, nos sentiremos mucho más eficaces.

2.2.3. Las experiencias vicarias

Son aquellas que observamos en otros. Cuando alguien similar a nosotros consigue su objetivo a base de trabajo, tendemos a pensar que si nosotros también nos esforzamos conseguiremos la

misma meta o parecida. Sobre todo, nos influye mucho ver a una persona ser capaz de superar adversidades y obstáculos con una actitud firme.

2.2.3. La persuasión social

Se refiere a la influencia que otras personas puedan tener de forma directa en nosotros mismos. Un ejemplo claro son los entrenadores. Para la mayoría de los deportistas, sentir que el entrenador cree en él es un punto muy importante para creer en sí mismos. Este es un tema (entre otros muchos) en que el psicólogo del deporte resulta de gran ayuda, colaborando con el entrenador para que esa persuasión tenga base y no se quede en esa frase de “eres un ganador”, descuidando las potencialidades y las habilidades psicológicas del deportista. Conviene aquí medir los logros más y como mejora su personalidad.

2.2.4. Los estados psicológicos y emocionales

Regulan de una forma muy notable la percepción de autoeficacia, de ahí, una vez más, la importancia del psicólogo del deporte. Especialmente en ciclismo, donde se pasan tantas horas sobre la bicicleta, si empiezas a encontrarte mal y “le das vueltas a la cabeza” tu estado de ánimo se resentirá y puede hacerte perder la confianza en ti mismo. Una pequeña molestia se convierte en un dolor y a continuación en miedo a padecer una lesión, lo que lleva a pensar que no puedes continuar. Tendemos a interpretar el dolor y la fatiga como signo de debilidad cuando lo cierto es que si estás haciendo un gran esfuerzo físico es normal que te canses y te duelan las piernas y lo que tienes que hacer es atender a otros estímulos del ambiente o pensar en otra cosa para descentrarte de la mala sensación. Porque si te obsesionas con el dolor y con el miedo a padecer una lesión, la ansiedad agarrotará tus músculos y el padecimiento será mayor.

a. Beneficios de la autoconfianza

La autoconfianza se caracteriza por una alta expectativa de éxito. Puede ayudar a los individuos a activar emociones positivas, facilitar la concentración, establecer metas, aumentar el esfuerzo, focalizar sus estrategias de juego y mantener el momento. En esencia y las cogniciones (el abecé de la psicología del deporte) trataremos cada uno de ellos brevemente.

b. La confianza activa emociones positivas

Cuando uno tiene confianza, tiende más a permanecer calmado y relajado bajo la presión. Este estado del cuerpo y de la mente le permite ser más pujante y asertivo cuando el resultado de la competencia reside en el balance.

c. La confianza facilita la concentración

Cuando uno tiene confianza, la mente es libre de focalizarse en la tarea al alcance. Cuando falta de confianza, uno tiende a preocuparse por lo que está haciendo o por lo que otros piensan que uno está haciendo. En esencia, los individuos que tienen confianza son más habilidosos y eficientes en el uso de procesos cognitivos y tienen habilidades atencionales más productivas.

d. La confianza aumenta el esfuerzo

Cuanto esfuerzo podrá alguien y durante cuánto tiempo un individuo persistirá en conseguir su objetivo depende en gran parte de su confianza los ganadores de las competencias suelen ser deportistas que creen en sí mismo

2.2. Marco conceptual

Autoconfianza

Es el convencimiento de que uno es capaz de lograr un objetivo, realizar con éxito una tarea o elegir el enfoque adecuado para realizar un trabajo o resolver dificultades. Incluye mostrar confianza en las

propias capacidades (por ejemplo, ante las nuevas dificultades) decisiones y opiniones.

Experiencias de dominio

Es la facultad o la capacidad que dispone una persona para controlar a otras o para hacer uso de lo propio. El concepto puede asociarse a la potestad o a la autoridad.

Experiencias vicarias

Es la segunda forma más poderosa de mejorar la autoeficacia. El ver a imaginar a otros sujetos con características similares a uno mismo actuando con éxito ante determinadas situaciones, puede producir un incremento de la autoeficacia percibida.

Persuasión social

Es la influencia social de las creencias, actitudes, intenciones, motivaciones y comportamientos. La persuasión es un proceso destinado a cambiar la actitud o el comportamiento de una persona o un grupo hacia un evento.

Estados psicológicos

Es un estado de bienestar psicológico y emocional que permite al sujeto emplear sus habilidades mentales, sociales, sentimentales para desempeñarse con éxito en las interacciones cotidianas.

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Ubicación geográfica del estudio

La investigación se realizó en el estadio cuarto centenario, durante los juegos deportivos Nacionales escolares etapa Distrital Ayaviri de la Provincia de Melgar el cual es una de las trece provincias que conforma el departamento de Puno, se encuentra ubicada entre las coordenadas 14°52'55'' S 70°35'24''O. Limita por el Norte con la provincia de Carabaya; por el Este con la provincia de Azángaro; por el Sur con la provincia de Lampa; y por el Oeste con la provincia de Canchis y Canas del departamento de Cusco.

3.2. Periodo de duración del estudio

El tiempo de duración que se realizó la presente investigación, fue los días 28 y 29 de mayo del año 2018, con la participación de jugadores de futbol categoría C que participación en los juegos deportivos Nacionales escolares etapa Distrital Ayaviri

3.3. Procedencia del material utilizado

Los materiales utilizados en la presente investigación, fue asumida directamente por el tesista la parte económica, lo cual se plasmó un presupuesto desde el perfil hasta la culminar la investigación de tesis un promedio de s/ 1365.00.

| Descripción | Unidad de medida | Costo unitario s/. | Cantidad | Costo total s/. |
|--------------------------|------------------|--------------------|----------|-----------------|
| Servicio de internet | Horas | 1.00 | 75 | 75.00 |
| Impresiones | Unidad | 0.10 | 400 | 400.00 |
| Copias | Unidad | 0.10 | 250 | 250.00 |
| Apoyo profesional | Unidad | 120.00 | 2 | 240.00 |
| Anillados | Unidad | 7.00 | 10 | 70.00 |
| Empastado | Unidad | 10.00 | 5 | 100.0 |
| Transporte | Unidad | 15.00 | 2 | 30.00 |
| Otros | | | | 200.00 |
| Costo total (s/.) | | | | 1365.00 |

3.4. Población y muestra del estudio

La población de estudio estaba conformada por los jugadores de fútbol categoría C que participaron en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital Ayaviri.

Tabla 1 Población de la investigación

| Selección | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------------|------------|------------|
| IES Alta Gracia | 18 | 16.6 |
| IES Mariano Melgar | 18 | 16.6 |
| IES Agro Industrial 72 | 18 | 16.6 |
| IES Roque Sáenz Peña | 18 | 16.6 |
| IES Colegio Adventista* | 18 | 16.6 |
| IES Corazón de Jesús* | 18 | 16.6 |
| Total | 108 | 100 |

Fuente: planilla de jugadores de cada institución Ayaviri-2018

Para hallar la muestra tomamos en cuenta en muestreo probabilístico por sorteo (Gamarra, Berrospi, Pujay y Cuevas, 2008). El tamaño de la muestra se halló siguiendo las recomendaciones Hernández et al. (2014).

- a) Tamaño de universo: 108
- b) Error máximo aceptable: 5%
- c) Porcentaje estimado de la muestra: 50%
- d) Nivel de deseado de confianza: 84%

La muestra para el estudio fue de 88 jugadores. Por lo tanto, la encuesta se aplicó solamente a cuatro instituciones y las dos instituciones no participaron esto redujo a 66 la población de estudio.

3.5. Diseño estadístico

La investigación es de tipo no experimental, de diseño transeccional, descriptiva (Hernández, Fernández y baptista, 2014; Martínez y Ávila, 2010).

3.6. Procedimiento

El instrumento que se utilizó para recolección de datos fue el inventario de autoconfianza deportiva para jugadores de fútbol (IADJF).

El instrumento fue validado por juicio de expertos conocedores del tema a la vez se realizó ensayo piloto, antes de ser aplicado.

El procedimiento de recolección de datos se dio de la siguiente manera:

1. Se coordinó con los docentes encargados de selección de fútbol de cada institución.
2. Se coordinó con los jugadores de cada institución.

3.7. Variables

Con la elaboración del cuadro de operalización de variable, se empezó a separar y distinguir una sola variable en la presente

investigación de tesis lo cual es: Autoconfianza en los jugadores de fútbol.

3.8. Análisis de los resultados

Para el análisis de datos se tomó en cuenta el análisis porcentual, apoyado en el software Excel y el paquete Estadístico SPSS 24. Se muestran en las tablas y sus respectivas interpretaciones.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

Tabla 2 Experiencias de dominio

| | Frecuencia | % |
|---------------------|------------|-------|
| No adecuada <50% | 33 | 50,0 |
| Moderada 50-75% | 29 | 43,9 |
| Adecuada >75% | 4 | 6,1 |
| Total | 66 | 100,0 |

Fuente: IADJF aplicado a los participantes de los JDNE, etapa distrital Ayaviri, mayo 2018.

Los jugadores de fútbol que participan en los Juegos Deportivos Nacionales Escolares (JDNE) en la etapa distrital de Ayaviri, un 50,0% evidencian una confianza deportiva no adecuada en experiencias de dominio, un 43,9% moderada y un 6,1% adecuada.

Tabla 3 Experiencias vicarias

| | Frecuencia | % |
|---------------------|------------|-------|
| No adecuada <50% | 33 | 50,0 |
| Moderada 50-75% | 27 | 40,9 |
| Adecuada >75% | 6 | 9,1 |
| Total | 66 | 100,0 |

Fuente: IADJF aplicado a los participantes de los JDNE, etapa distrital Ayaviri, mayo 2018.

Los jugadores de fútbol que participan en los Juegos Deportivos Nacionales Escolares (JDNE) en la etapa distrital de Ayaviri, un 50,0%

evidencian una confianza deportiva no adecuada en experiencias vicarias, un 40,9% moderada y un 9,1% adecuada.

Tabla 4 Persuasión social

| | Frecuencia | % |
|---------------------|------------|-------|
| No adecuada <50% | 38 | 57,6 |
| Moderada 50-75% | 27 | 40,9 |
| Adecuada >75% | 1 | 1,5 |
| Total | 66 | 100,0 |

Fuente: IADJF aplicado a los participantes de los JDNE, etapa distrital Ayaviri, mayo 2018.

Los jugadores de fútbol que participan en los Juegos Deportivos Nacionales Escolares (JDNE) en la etapa distrital de Ayaviri, un 57,6% evidencian una confianza deportiva no adecuada en persuasión social, un 40,9% moderada y un 1,5% adecuada.

Tabla 5 Estados psicológicos y emocionales

| | Frecuencia | % |
|---------------------|------------|-------|
| No adecuada <50% | 38 | 57,6 |
| Moderada 50-75% | 21 | 31,8 |
| Adecuada >75% | 7 | 10,6 |
| Total | 66 | 100,0 |

Fuente: IADJF aplicado a los participantes de los JDNE, etapa distrital Ayaviri, mayo 2018.

Los jugadores de fútbol que participan en los Juegos Deportivos Nacionales Escolares (JDNE) en la etapa distrital de Ayaviri, un 57,6% evidencian una confianza deportiva no adecuada en estados

psicológicos y emocionales, un 31,8% moderada y un 10,6% adecuada.

Tabla 6 Autoconfianza deportiva

| | Frecuencia | % |
|---------------------|------------|-------|
| No adecuada <50% | 42 | 63,6 |
| Moderada 50-75% | 21 | 31,8 |
| Adecuada >75% | 3 | 4,5 |
| Total | 66 | 100,0 |

Fuente: IADJF aplicado a los participantes de los JDNE, etapa distrital Ayaviri, mayo 2018.

Los jugadores de fútbol que participan en los Juegos Deportivos Nacionales Escolares (JDNE) en la etapa distrital de Ayaviri, un 63,6% evidencian una confianza deportiva no adecuada, un 31,8% moderada y un 4,5% adecuada.

4.2. Discusión

Estos resultados demuestran que los jugadores tienen una percepción de auto-eficacia muy débil, por tanto, existe una fuerte tendencia de bajar su rendimiento en situaciones de tensión (Bandura,1986).

Estos resultados demuestran que los jugadores presentan dificultades altas en alcanzar los objetivos a base de trabajo, por tanto, existe mayor probabilidad de no enfrentar los obstáculos con actitud firme (Bandura,1986).

Los resultados demuestran que los jugadores evidencian una baja relación con sus compañeros y el entrenador, por tanto, existe una mayor probabilidad de que el jugador no confié en sí mismo en circunstancias de competición (Bandura,1986).

Estos resultados demuestran que los jugadores tienen un estado anímico muy bajo, por tanto, existe una fuerte tendencia de perder la confianza durante la competencia y bajar su rendimiento (Bandura,1986).

El resultado final demuestra que los jugadores tienen una autoconfianza deportiva no adecuada (muy baja) a falta de creencia y seguridad de sí mismo, por tanto, existe una fuerte tendencia de no lograr el objetivo deseado (Bandura,1986).

CONCLUSIONES

Primera: Las experiencias de dominio en jugadores de fútbol categoría C que participaron en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital de Ayaviri evidencian una percepción auto-eficacia muy débil.

Segunda: Las experiencias vicarias en jugadores de fútbol categoría C que participaron en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital de Ayaviri evidencian que no pueden enfrentar los obstáculos.

Tercera: La persuasión social en jugadores de fútbol categoría C que participaron en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital de Ayaviri evidencian una baja relación con sus compañeros y el entrenador.

Cuarta: Los estados psicológicos y emocionales en jugadores de fútbol categoría C que participaron en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital de Ayaviri evidencian un estado anímico bajo.

Quinta: La autoconfianza en jugadores de fútbol categoría C que participaron en los juegos deportivos nacionales escolares etapa distrital de Ayaviri evidencian una falta de creencia e inseguridad de sí mismo.

RECOMENDACIONES

- Primera: En las instituciones educativas los docentes de educación física deben fortalecer la auto-eficacia, la habilidad que posee el deportista así lograr el objetivo deseado en los juegos deportivos escolares.
- Segunda: Los integrantes de la selección de fútbol de las instituciones deben de esforzarse y trabajar físicamente y mentalmente, pensando en superar adversidades y obstáculos que se les presenten en el camino con una actitud firme.
- Tercera: Todos los jugadores de fútbol deben de tener una buena relación con el entrenador y sus compañeros lo cual es muy importante para creer en sí mismo.
- Cuarta: La selección de fútbol de las instituciones debe contar con un psicólogo para orientar a los deportistas que están anímicamente bajos y hacer perder el miedo en sí mismo. Con la ayuda de psicólogo esto favorece a los deportistas para desempeñarse bien en la competencia.
- Quinta: Los jugadores de fútbol durante los entrenamientos deben recibir una preparación psicológica, puesto que es fundamental para el rendimiento de los deportistas, esto conllevará a tener una confianza en sí mismo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action a social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice.
- Carrasco, J. (2003). *Motivación. Claves para dar lo mejor de uno mismo*. Madrid: Gymnos.
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid: McGraw Hill. Gamarra, G. Pujay, O., Berrospi, J. y Cuevas, R. (2008). *Estadística e investigación*. Lima: Editorial San Marcos.
- García-Mas, A., Palou, P, Smith, R. E, Ponseti, X, Almeida, P, Lameiras, J, Jiménez, R. y Leiva, (2011). *Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores*. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 197-207.
- Gómez-López, M., Granero, A., & Isorna, M. (2013). *Análisis de los factores psicológicos que afectan a los piragüistas en el alto rendimiento*. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 35(1), 57-76.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. 2014; Martínez y Ávila, 2010). *Metodología de la investigación*. Delegación Álvaro Obregón: Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Hurtado, G. (2014). *Nivel de autoestima y éxito deportivo en jóvenes que practican taekwondo”, estudio realizado con deportistas en área de competencias*. (Tesis pregrado Universidad Rafael Landívar Facultad de Humanidades Campus de Quetzaltenango)
- Janis, y Mann, L. (1977). *Decision making. A psychological analysis of conflict, choice, and commitment*. New York: Free Press.

- Kim, K. J.; Chung, J. W., Park, S., & Shin, J. T. (2009). *Psychophysiological Stress Response during Competition between Elite and Non-elite Korean Junior Golfers*. International Journal of Sports Medicine, 30(7), 503-508.
- León-Prados, J. A, Fuentes, I. y Calvo, A. (2011). *Ansiedad y estado autoconfianza precompetitiva en gimnastas*. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 22, 76-91
- Llames, R. (2003). *VARIABLES PSICOLÓGICAS Y RENDIMIENTO DEPORTIVO EN EL FÚTBOL (Tesis Doctoral inédita)*. Universidad de Granada, Granada, España
- Martens, R. (1987, noviembre). *Entrenament psicològic de desportista. Ponencia presentada a IV jornada del' associació catalana de psicologia de l'sport*. Lleida. España.
- Martens, R., Vealey, R. S. y Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Musitu, G., Román, J. & Gutiérrez, M. (1996). *Educación familiar y socialización de los hijos*. Barcelona: Idea Books.
- Parkes, F. y Mallet, J. (2011). *Developing mental toughness: attributional style retraining in rugby*. Sport Psychologist, 25(3), 269-287
- Pinto, M. F. y Vázquez, N. (2013). *Ansiedad estado competitiva y estrategias de afrontamiento: su relación con el rendimiento en una muestra argentina de jugadores amateurs de golf*. Revista de Psicología del Deporte, 22, 47-52.
- Ries, F., Castañeda, C., Campos, M. C. y del Castillo, O. (2012). *Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas*. Cuadernos de Psicología del Deporte, 12, 9-16.

- Roffé, M. (2009). *Evaluación psicodeportológica. 30 test psicométricos y proyectivos*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Vealey, R.S. (1986): *Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development*. *Journal of Sport Psychology*, 8, 221-246.
- Vives, L. y Garcés de los Fayos, E. J. (2001). *Recorrido histórico-teórico de la relación entre los constructos burnout y autoconfianza en deportistas: Nuevas propuestas teóricas*. VIH Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte

ANEXOS

Inventario de autoconfianza deportiva para jugadores de fútbol

Datos personales – básicos:

| | | | | | | | |
|--|--|--------------------------|--|-----------------------|--|----------------------------|--|
| Institución educativa secundaria | | | | | | | |
| Condición de la institución educativa | | Estatal () | | Privado () | | Ciudad donde vive | |
| Zona geográfica donde vive | | Urbano () | | Urbano marginal () | | Rural () | |
| Fecha de nacimiento | | Día: Mes: Año: | | Estatura | | Peso | |
| Con quienes vive | | Con su padre y madre () | | Solo con su madre () | | Solo con su padre () | |
| | | Con los abuelos () | | Otros familiares () | | Otras personas () | |
| Posición en la que juega | | Arquero () | | Defensa () | | Mediocampista () | |
| | | Delantero () | | Si () | | No () | |
| Recibe entrenamiento psicológico | | 1 a 2 días () | | 3 días () | | 4 días () | |
| Días de entrenamiento a la semana | | 5 o más días () | | 30 minutos () | | De 30 minutos a 1 hora () | |
| Tiempo de entrenamiento por día | | De 1 a 2 horas () | | Mas de 2 horas () | | | |
| Numero de participaciones en la etapa provincial | | | | | | | |
| Numero de participación en la etapa regional | | | | | | | |
| Numero de participación en la etapa nacional | | | | | | | |
| Fecha de aplicación | | Día: | | Mes: | | Año: | |

Lea cada ítem con atención y reflexione acerca de su **autoconfianza deportiva durante los partidos de competencia**. En cada ítem indique el porcentaje de falta de confianza, confianza o exceso de confianza que tiene. A continuación, le proporcionamos un ejemplo para ayudarlo a completar el inventario de manera correcta.

| Usted es futbolista: | FALTA DE CONFIANZA (%) | CONFIANZA (%) | EXCESO DE CONFIANZA (%) |
|--|------------------------|---------------|-------------------------|
| ¿Cuánta confianza siente cada vez que remata el balón al pórtico del adversario? | <u>40</u> | <u>40</u> | <u>20</u> |

Las tres respuestas siempre deben sumar el 100%. Usted debe distribuir este 100% en la forma que crea adecuada. Usted puede asignarle 100% a una sola categoría, dividirlo en dos categorías o, como el ejemplo, dividirlo en las tres.

| ¿Cuánta confianza siente usted con respecto a... | FALTA DE CONFIANZA (%) | CONFIANZA (%) | EXCESO DE CONFIANZA (%) |
|---|------------------------|---------------|-------------------------|
| 1. su capacidad de desempeñarse bien en la competencia? | _____ | _____ | _____ |

| <i>¿Cuánta confianza siente usted con respecto a...</i> | FALTA DE CONFIANZA (%) | CONFIANZA (%) | EXCESO DE CONFIANZA (%) |
|--|-------------------------------|----------------------|--------------------------------|
| 2. su capacidad para tomar decisiones críticas durante la competencia? | _____ | _____ | _____ |
| 3. su capacidad para desempeñarse bajo presión? | _____ | _____ | _____ |
| 4. su capacidad para ejecutar con éxito una estrategia? | _____ | _____ | _____ |
| 5. su capacidad para poner más empeño en ganar? | _____ | _____ | _____ |
| 6. su capacidad para controlar sus emociones durante la competencia? | _____ | _____ | _____ |
| 7. su capacidad para recuperarse cuando le está yendo mal? | _____ | _____ | _____ |
| 8. su capacidad para relacionarse bien con sus compañeros? | _____ | _____ | _____ |
| 9. su capacidad para enfrentar una competición está seguro? | _____ | _____ | _____ |
| 10. su capacidad esta para lograr cualquier cosa que me propongo? | _____ | _____ | _____ |
| 11. su capacidad para salir campeón en el torneo? | _____ | _____ | _____ |
| 12. su capacidad para relacionarse bien con su entrenador? | _____ | _____ | _____ |