

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA  
SUBDIRECCIÓN DE POSGRADO**



**HABILIDADES PSICOLÓGICAS EN JUGADORES DE FUTBOL  
RÁPIDO FEMENIL Y VARONIL A NIVEL REGIONAL CONDDE 2012**

**TESIS**

**Para obtener el grado de**

**MAESTRÍA EN CIENCIAS DEL EJERCICIO  
CON ESPECIALIDAD EN DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO**

**PRESENTA**

**LCE. EDNA BERENICE RANGEL MARROQUÍN**

**SAN NICOLÁS DE LOS GARZA, N.L., SEPTIEMBRE DE 2013**



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**  
**SUBDIRECCIÓN DE POSGRADO**



**HABILIDADES PSICOLÓGICAS EN JUGADORES DE FUTBOL  
RÁPIDO FEMENIL Y VARONIL A NIVEL REGIONAL CONDDE 2012**

**Para obtener el grado de**

**MAESTRÍA EN CIENCIAS DEL EJERCICIO  
CON ESPECIALIDAD EN DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO**

**ASESOR PRINCIPAL**

**ERASMO MALDONADO MALDONADO**

**SAN NICOLÁS DE LOS GARZA, N.L., SEPTIEMBRE DE 2013**



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**  
**SUBDIRECCIÓN DE POSGRADO**



Los miembros del comité de Tesis de la Subdirección de posgrado de la Facultad de Organización Deportiva, recomendamos que la tesis “HABILIDADES PSICOLOGICAS EN JUGADORES DE FUTBOL RÁPIDO FEMENIL Y VARONIL A NIVEL REGIONAL CONDDE 2012” realizada por la LCE. Edna Berenice Rangel Marroquín, con número de matrícula 1129673, sea aceptada para su defensa para opción al grado de Maestría en Ciencias del Ejercicio con especialidad en Deporte de Alto Rendimiento.

**COMITÉ DE TESIS**

---

**M.C. ERASMO MALDONADO MALDONADO**

Asesor Principal

---

**Dra. Jeanette López - Walle**

Co-asesor

---

**M.C. Rosana Pacheco Ríos**

Co-asesor

---

**Dra. Jeanette López-Walle**

Sub-Directora de Posgrado

San Nicolás de los Garza, Nuevo León, Septiembre del 2013

## **AGRADECIMIENTOS**

**A la UANL y a la Facultad de Organización Deportiva,** por brindarme la oportunidad de estudiar una licenciatura y maestría. Regalarme la mejor etapa de mi vida el ser Tigre orgullosamente universitario que gracias a eso, durante mi proceso como estudiante estuvo respaldándome económicamente a través de mi beca deportiva la cual se me otorgaba por defender los colores azul y oro de mi universidad.

**Al Lic. Marco Antonio Alcázar Díaz,** por ser esa persona que confío en mí, que a pesar de todas las inclemencias él sabía que jamás le fallaría ni le fallaré, que me aceptó tal cual soy y así me quiere y me respeta y considera que tengo un gran potencial profesional, y que a través de los años me sigue demostrando que confía en mí y que soy su mano derecha y que gracias a eso soy alguien dentro de la UANL, Gracias Parny por todo ese apoyo incondicional tanto laboral como profesional pero más que nada por ese apoyo personal, siempre estaré agradecida porque hiciste de mi alguien de bien, sin la necesidad de hacer a un lado la amistad. Espero que esta excelente mancuerna que hacemos dure muchos años más y aprovecho este medio para reiterarte mi compromiso y fidelidad laboral contigo. Gracias por todo, pero más por aceptarme en tenis.

**Al Ingeniero Jaime Cesar Vallejo Salinas,** por brindarme la oportunidad para entrar a trabajar en donde exactamente yo quería, por tener el trabajo que muchos sueñan, Gracias por confiar en mí, siempre estaré dispuesta a trabajar por nuestra dirección de la mejor manera y con la camiseta bien puesta de la UANL.

**A la Lic. Margarita Bautista Espejo** por ver en mí una persona capaz de realizar las cosas, que a pesar de no ser nada similares en personalidades, soy una persona de su confianza y eso hizo y hasta la fecha hace que me siga realizando laboralmente y personalmente. Gracias Lic. por toda la confianza puesta en mí.

**Al MC José Alberto Pérez García y Familia** por el apoyo que siempre he tenido de su parte durante mi carrera como estudiante y ahora como profesional, gracias por enseñarme a que a pesar de todo siempre hay que mantener el lado humano en la profesión y eso es el toque que te distinguirá en tu carrera.

**Al MC Erasmo Maldonado Maldonado** profe mil gracias por toda la paciencia que mostro durante este largo trabajo, por estar siempre para avanzarle aunque fuera un párrafo, una letra. Gracias porque sin usted esto no sería posible, gracias por entender mi forma de ser y a pesar de eso acepto a trabajar conmigo, en verdad muchas gracias.

**A la Dra. Jeanette López – Walle** por estar al pendiente de la situación académica de sus alumnos e invitarnos a la culminación de nuestros estudios, por su aportación importantísima para la realización y elaboración de este trabajo.

**A la MC. Rosana Pacheco Ríos** por su aporte en esta investigación, gracias por todas las nuevas enseñanzas que me deja, por su excelente y paciente manera de explicarme y enseñarme todas estas cosas nuevas para mí y por aceptar trabajar conmigo mil gracias.

**A la Maestra Alma Rosa Cavazos** por todas las atenciones que tuvo conmigo, por todas las enseñanzas que me brindo, por forjar mi carácter como deportista, por ser parte de mi formación, pero sobre todo por darme la oportunidad de pertenecer al equipo representativo de la UANL por 7 años consecutivos, equipo en el cual pude vivir la mejor etapa de mi vida, gracias maestra por dejarme cumplir uno de mi sueños y por ver en mi una persona con tantas cualidades personales y deportivas, siempre le estaré muy agradecida.

## DEDICATORIA

**A Dios** por permitirme tener vida y salud para lograr este sueño, por brindarme la inteligencia necesaria para realizar este proyecto y siempre bendecirme con cosas buenas a lo largo de mi camino y regalarme una excelente familia y grandes amistades.

**A mis papás** por ser mi mayor ejemplo de esfuerzo, lucha y fortaleza ante la vida, por darme las herramientas para ser lo que soy en la actualidad, por estar conmigo apoyándome para cumplir mis sueños, por levantarme cuando caigo y sosteniéndome en mis logros, por enseñarme a ser humilde y buena persona. Los amo pap y mom. Gracias por todo.

**A mis hermanos**, Bely y Locho porque gracias a ellos mi vida ha sido divertida, ustedes me enseñaron lo que es cuidar, defender y querer a alguien con todo el corazón y que a pesar de ser tan diferentes somos los mejores amigos y hermanos.

**A mis Familiares, Rangel y Marroquín** por ser esa base en mi vida y a quien me debo, puesto que todos y cada uno de sus integrantes han forjado algo en mí. Pero especialmente a los pilares de estas familias Papá Beto, Mamá Lalita y Mamá Vicky los cuales amo con todo mi corazón.

**A Perro** por tu apoyo incondicional e inigualable en esta etapa y en mi vida diaria, por motivarme a seguir creciendo personal y profesionalmente. Gracias por verme como solo tú lo sabes hacer, por todo lo que me haces sentir, por todas las cosas buenas y malas que pasamos para seguir creciendo, por tus palabras y por tu manera de cuidarme y quererme. Te Amo.

**A Kiko** por ser esa amiga que más que amiga es mi hermana que siempre ha estado ahí para apoyarme, para hacerme crecer, que siempre resalta las cualidades que tengo y sobre todas las cosas me defiende y me cuida. Gracias a tu insistencia de no abandonar las cosas y siempre terminarlas como deben de ser. Gracias por ser ese ángel, ese Flanders. Te quiero Adrina.

**A mis amigos** Mi Eina, Norith, Morton, Daniela, Karla, Paty, Emma, Karen, Gaby, Lucia, Luli, Mariana, Almaraz, Ricky, Mague, Mayra, Nazi, Violeta y Buguita que sin duda alguna son las mejores que una persona puede tener, mil gracias por todos los momentos que hemos pasado juntas y seguiremos pasando. Gracias por siempre estar ahí cuando lo he necesitado.

**A todas mis compañeras** que es imposible mencionarlas porque son demasiadas las cuales hemos compartido tantos momentos divertidos así como equipos deportivos tanto de futbol como de basquetbol, espero sean círculos de amistad que perduren por siempre en nuestras vidas y en nuestros corazones.

## ÍNDICE GENERAL

	Pagina
<b>Introducción</b>	1
<b>Capítulo I</b>	
<b>Marco conceptual</b>	2
<b>Capitulo II</b>	
<b>Antecedentes</b>	
El entrenador y el entrenamiento en el funcionamiento psicológico.	8
Estudios relacionados con las habilidades psicológicas en diferentes deportes.	9
<b>Capitulo III</b>	
<b>Marco Teórico</b>	13
El Futbol rápido como deporte.	
El deporte como una de las actividades de mayor interés.	14
La preparación del deportista para la competencia.	14
La importancia del entrenamiento, del aprendizaje y de la evaluación de las habilidades psicológicas en los deportes.	16
Enfoques para evaluar el rendimiento deportivo.	17
La evaluación de las habilidades psicológicas	18
Planteamiento del Problema	19
Hipótesis	21
Objetivos	22
<b>Capitulo IV</b>	
<b>Metodología</b>	
Método	23



	Población de estudio	23
	Muestra	24
	Técnica de obtención de datos.	25
	Técnica de la encuesta	25
	Instrumento	26
	Procedimiento	28
	Materiales	29
<b>Capítulo V</b>		
	<b>Resultados</b>	
	Descripción de la muestra	30
	<b>Estadística Descriptiva de las Variables</b>	
	Ansiedad	31
	Concentración	33
	Confianza	34
	Visualización	35
	Motivación	37
	Énfasis de Equipo	37
	<b>Diferencias entre grupos</b>	
	Genero	39
	Edad	39
	Experiencia deportiva	41
	Institución	43
	La UANL y las otras Instituciones	45
<b>Capítulo VI</b>		
	<b>Conclusiones</b>	46
	<b>Referencias Bibliográficas</b>	48
	<b>Anexos</b>	53

## INDICE DE TABLAS

	<b>Pagina</b>
<b>Tabla 1.</b>	
Estadísticos de Control de Ansiedad.	32
<b>Tabla 2.</b>	
Estadísticos de Concentración.	33
<b>Tabla 3.</b>	
Estadísticos de Confianza.	35
<b>Tabla 4.</b>	
Estadísticos de Visualización.	36
<b>Tabla 5.</b>	
Estadísticos de Motivación.	37
<b>Tabla 6.</b>	
Estadísticos de Énfasis de Equipo.	38
<b>Tabla 7.</b>	
Estadísticos de las habilidades psicológicas por género.	39
<b>Tabla 8.</b>	
Estadísticos de las habilidades psicológicas por edad.	40
<b>Tabla 9.</b>	
Estadísticos de las habilidades psicológicas por experiencia deportiva.	42
<b>Tabla 10.</b>	
Estadísticos de las habilidades psicológicas por Universidades de procedencia.	44
<b>Tabla 11.</b>	
Comparación de medidas por habilidades según la media de la UANL con respecto a las otras universidades.	45

## INDICE DE GRAFICOS

	<b>Pagina</b>
<b>Gráfico 1.</b>	
Distribución de la muestra por edad cronológica de los participantes	30
<b>Gráfico 2.</b>	
Distribución de la muestra por genero de los participantes	31
<b>Gráfico 3.</b>	
Distribución de la muestra por experiencia deportiva de los participantes.	31

## SÍNTESIS

En este trabajo que analiza las Habilidades Psicológicas de jugadores de fútbol rápido femenino y masculino ( $n=176$ ) a nivel regional (III) del CONDDE, investigamos cada una de estas habilidades en los equipos participantes ( $N =12$  [masculino 6; femenino 6]), para buscar las predominancias y la posible relación de éstas con los resultados deportivos.

Mediante el cuestionario PSIS R-5 el cual se encarga de descifrar las habilidades psicológicas como la motivación, confianza, énfasis de equipo, control de ansiedad, visualización, concentración y ansiedad en un deportista, nos dimos a la tarea de hacer comparaciones interesantes para ver si existían diferencias significativas entre rama, género, edad cronológica, experiencia deportiva y su universidad de procedencia.

Al término de la investigación determinamos que en lo que respecta al género y a la universidad de procedencia si existieron diferencias significativas, mientras que en la edad cronológica y experiencia deportiva no se presentaron diferencias, mas sin embargo en los rangos denominados para la captura de datos hubo variaciones interesantes entre los deportistas participantes

## INTRODUCCIÓN

*“Los buenos jugadores se mueven con serenidad, relajados, seguros de sus fuerzas, y convencidos de sus intenciones” (Cruyff. J. 1993)*

El desarrollo integral que las Instituciones de Educación Superior de México, pretenden a través de sus programas deportivos, involucra una serie de tareas que solo pueden ser abordadas desde un Colectivo de profesionales para dar respuesta a las crecientes necesidades de los deportistas que a su vez, se ven cada vez más exigidos frente al rendimiento físico-atlético para las demandas de los torneos estatales, regionales y nacionales del sector estudiantil.

Con el presente trabajo, pretendo resaltar la importancia que tiene el factor psicológico, particularmente durante la práctica del Fútbol rápido, aunque en general es para todas las disciplinas deportivas. Conocer, y controlar en la mayor medida posible las variables psicológicas, puede en buena parte, contribuir para hacer más eficiente el rendimiento deportivo, aumentando en la misma medida las posibilidades de alcanzar mejores resultados deportivos. Se tomó una muestra de la etapa regional de la zona 1 del CONDDE, para aplicar el Cuestionario PSIS-R5, el cual ha sido adaptado al español por López (2007), diseñado por Mahoney (1987), para deportistas, integrada por seis sub-escalas.

Durante el desarrollo del presente trabajo, se pudo observar que los deportistas que enfrentan altas exigencias de carácter técnico, táctico y físico, son capaces de integrar un buen desempeño cuando son además capaces de enfrentar y superar las dificultades de presión y estrés, y transformarlo en un desafío por superar. Los intentos de valorar las habilidades psicológicas en el ámbito del deporte, pretenden en mayor medida mejorar el funcionamiento de los mismos deportistas, ya sean de carácter individual o en equipo, aunque las evidencias de los trabajos no garantizan la eficacia de la intervención del entrenamiento psicológico, si se acepta en todo lo que cabe, el trabajo de auxiliares o profesionales de la psicología del deporte, en las organizaciones orientadas al mejoramiento del rendimiento deportivo.

## CAPÍTULO I

### MARCO CONCEPTUAL

#### Tratamiento de conceptos.

**Actitud Positiva / Confianza:** Es habilidad que tiene el deportista para mantener la confianza antes y durante los momentos difíciles de la competición, así como para reflejar ante los demás una actitud de un deportista ganador. (Reche, Cepero y Rojas, 2010).

**Autoconfianza:** es la creencia o el grado de certeza individual usualmente poseída sobre la habilidad personal para ser exitoso en el deporte. (Reche, Cepero y Rojas, 2010).

Buceta (1998), la define como la confianza que tienen los deportistas en sus propios recursos para lograr un determinado objetivo. Cuando los deportistas confían en que pueden afrontar con éxito un determinado reto que les interesa, su motivación por ese reto se fortalece todavía más. Sin embargo, cuando su confianza es débil, su motivación por el reto disminuye. Considera que la autoconfianza es un estado interno que implica un conocimiento real de la dificultad del objetivo, de los recursos propios que uno puede utilizar para conseguir ese objetivo y, en función de todo ello, de las posibilidades realistas que el deportista tiene para lograrlo y que la confianza en el deportista se fortalece cuando percibe que es eficaz controlando las demandas de los entrenamientos y de los partidos.

Tener autoconfianza es uno de los mejores pronósticos para lograr el éxito competitivo, ya que está íntimamente relacionada con la ejecución y con las estrategias que maneja el deportista para resolver las diferentes situaciones que se presentan en su deporte. Esta variable afecta a los niveles motivacionales, al gasto energético, a las emociones, a los pensamientos positivos, a la capacidad atencional, a la habilidad para manejar la presión, a la resistencia física y a la probabilidad de lesionarse físicamente. Buceta (1998).

En las diferentes situaciones de carácter competitivo a las que se enfrentan los deportistas, es muy importante la percepción que éstos tienen sobre el control de las mismas, y éste se manifestará en el éxito logrado. Las posibilidades de éxito percibidas por el deportista, se obtienen en razón de aquellas experiencias obtenidas en competencias similares, ó de acuerdo al nivel de ejecución del contrario, entre otras cosas. (Salvador, 2005). Así mismo, se considera que entre los indicadores más fuertes de auto confianza para un deporte en específico, tiene mucho que ver la habilidad que tienen los individuos para razonar sobre las experiencias logradas en situaciones similares (Humara, 1999). Por tanto, la autoconfianza parece surgir de estas experiencias, y ésta tiene a su vez una influencia sobre ciertas habilidades psicológicas que posee el deportista, y que las puede aplicar (Hodge y McKenzie, 2002).

Durante los últimos años las investigaciones han mostrado evidencias que las diferentes percepciones cognitivas en referencia al deporte específico, son el resultado de todas aquellas experiencias obtenidas previamente por los deportistas (Lazarus, 2000). En la referencia anterior, el autor agrega que dichas experiencias serán conformadas de un modo instrumental en el desarrollo de las percepciones de los atletas sobre sus habilidades para las ejecuciones atléticas, así mismo podrán relacionarse con mayor confianza, frente a sus oponentes. Por lo tanto, la influencia que se logre por las experiencias previas, serán determinantes sobre las percepciones cognitivas y pueden jugar un papel potencialmente vital, durante su ejecución en las diferentes situaciones de carácter competitivo (Lazarus, 2000).

**Ansiedad:** el diccionario de las ciencias del deporte y del ejercicio (Anshel et al., 1991) la define como un sentimiento subjetivo de aprensión o amenaza percibida, a veces acompañada por un incremento de la activación fisiológica. Si bien para algunos la competición es una práctica divertida y desafiante, para otros puede convertirse en amenazadora, lo cual puede conducir al abandono del deporte (Lois y García, 2001; Smith, 1989).

Cuanto mayor sea el grado de inseguridad y la importancia concedida al resultado, mayor será la percepción de amenaza y, en consecuencia, la respuesta de ansiedad (Anshel, 1987).

En todas las áreas de funcionamiento que implica el deporte de competición, intervienen variables psicológicas que tienen una notable importancia, como son la motivación, la atención, el estrés, la ansiedad, la autoconfianza, los estados de ánimo, el autocontrol y la autorregulación, la cohesión, las habilidades interpersonales o el ajuste emocional, en la línea señalada por numerosos especialistas. (Buceta, 1998).

**Concentración:** Mantenimiento de las condiciones atencionales según lo exija la situación a la que el deportista se esté enfrentando en la competición (Reche, Cepero y Rojas, 2010).

**Control de ansiedad:** estado emocional negativo que incluye sensaciones de nerviosismo, preocupación y aprensión, relacionados con la activación o el arousal del organismo. Así pues la ansiedad tiene un componente de pensamiento llamado ansiedad somática, que constituye el grado de activación física percibida (Weinberg y Gould, 1996).

Buceta (1998), comenta en su libro titulado “Estrategias Psicológicas para entrenadores de jóvenes deportistas” que el deportista podrá tener más control de la ansiedad si durante el entrenamiento el entrenador trabaja planteando dentro de la práctica situaciones de estrés y trabajando con las herramientas necesarias para solucionar los problemas que se presenten como consecuencia de las mismas, explicando al mismo tiempo los porqués y los cómo de las mismas.

**Control de actitudes:** es una estrategia psicológica que refleja el hábito de pensamiento del atleta. La actitud incorrecta afecta al control emocional, la focalización de la atención y en definitiva a todas las variables psicológicas. (Buceta, 1998).



**Control de la atención:** es una estrategia psicológica considerada como la habilidad para mantener la concentración de forma continua, focalizando la atención en los factores relevantes para la ejecución de la habilidad deportiva. Generalmente esta variable psicológica es conceptualizada como un proceso cognitivo que consiste en la percepción estimular selectiva y dirigida. (Buceta, 1998).

**Control de energía negativa:** es considerada como una estrategia psicológica y una variable que concierne al control de emociones negativas, como el miedo, la ansiedad, la rabia, la frustración entre otras. Su control es esencial para el éxito deportivo, por tanto conviene mantenerse calmado, relajado y concentrado para mantener la energía negativa al mínimo. El control de la energía negativa está unido a la habilidad de percibir las situaciones difíciles como un desafío en vez de como una amenaza o problema. (Buceta, 1998).

**Control de la visualización y de las imágenes:** es una de las estrategias psicológicas del entrenamiento mental más poderoso, que consiste en tener la habilidad de visualizar muy vívidamente y con detalle, las acciones deportivas. Es esencial en el área del rendimiento, ya que facilita el aprendizaje y la mejora de las destrezas físicas, el recuerdo y control de las emociones, la mejora de la concentración, y el establecimiento de metas. (Buceta, 1998).

**Energía positiva:** es una estrategia psicológica que consiste en tener la habilidad de energizarse por medio de la diversión, la alegría, la determinación y el positivismo. Permite que un atleta logre altos niveles de activación mientras experimenta simultáneamente sensaciones de calma, baja tensión muscular y control de la atención. (Buceta, 1998).

**Énfasis de equipo:** La característica definitivamente clave de un grupo es la interacción entre sus miembros. Éstos han de depender unos de otros y compartir objetos comunes, y entre ellos ha de haber sentimientos de atracción interpersonal y líneas de comunicación abiertas. Los grupos también exhiben una interdependencia con respeto a la tarea, es decir, sus integrantes deben

interactuar para cumplir un cometido. Pero lo más importante es que un grupo necesita un sentimiento de identidad colectiva en virtud del cual sus miembros consideran al grupo como una unidad en sí mismo, distinguible de los demás grupos. (Weinberg y Gould, 1996).

**Habilidades psicológicas:** se definen como las acciones de carácter mental o procedimientos prácticos con los cuales se opera el pensamiento, tienen un sentido utilitario y nos permiten dar una respuesta eficaz ante las nuevas situaciones (Moreno, 2006).

**Imaginación / Visualización:** Es el uso apropiado de la evocación de imágenes para practicar las habilidades deportivas, proyectar con realismo y claridad la actuación apropiada en los momentos difíciles de la competición y apoyarse en ellas para mejorar el rendimiento durante la competición. (Reche, Cepero y Rojas, 2010).

**Motivación:** Es una orientación de la persona hacia el esfuerzo por tener éxito en una tarea determinada, la persistencia a pesar de los fracasos y la sensación de agrado por lo que está haciendo. (Reche, Cepero y Rojas, 2010). José María Buceta (1998), dice que es una condición fundamental en el deporte, porque si esta no existiera sería casi imposible practicarlo o en su caso los deportistas no lograrían tener frecuencia en los entrenamientos, duración en las actividades a realizar y mucho menos una alta intensidad, concentración y por ende, los sacrificios que se llevan a cabo cuando se practica una disciplina deportiva.

La motivación por la cual las personas acuden a entrenar un deporte, es porque la mayoría de ellas son competitivas y el deporte les brinda esa oportunidad. Y si esto se analiza desde un aspecto más profesional, la principal motivación es que se convierten en modelos sociales los cuales serán admirados por jóvenes y estos tratarán de imitarlas. Trabajando los modelos correctos, el alumno podrá obtener las gratificaciones que desea y estas serán de gran contribución para su crecimiento deportivo, además, podrá participar en la toma de decisiones

correctas ya que se sentirá seguro de las acciones por ejecutar cuando se le presenten las situaciones no deseables.

**Nivel Motivacional:** en el ámbito deportivo el nivel de la motivación es el producto de un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad física o deportiva, la intensidad en la práctica de esa actividad, la persistencia o abandono en la tarea y el rendimiento deportivo. (Buceta, 1998).

**Reto:** Es la habilidad para elevar el rendimiento deportivo acompañada de sentimientos positivos de lucha, entrega y persistencia ante rivales competitivamente fuertes; ante un público, entorno y rivales agresivos; y ante las mismas situaciones adversas de la competición. (Reche, Cepero y Rojas, 2010).

**Sensibilidad emocional:** Es un estado emocional desagradable que incluye sensaciones de irritabilidad, cólera, frustración, resentimiento, miedo y nerviosismo, antes, durante y después de la competición, causados por sí mismo, por los rivales, las personas que lo rodean por las mismas situaciones estresantes de la competición. (Reche, Cepero y Rojas, 2010).

## CAPÍTULO II

### ANTECEDENTES

#### **El entrenador y el entrenamiento en el funcionamiento psicológico.**

La influencia del entrenador en el funcionamiento psicológico de sus deportistas puede ejercer (a través de distintas vías) resultados positivos o negativos que influyen en ellos de distintas maneras (por ejemplo en la toma de sus decisiones). Esto lo genera a través de los mensajes que les transmite durante las charlas, o mediante sus expresiones, gestos, tonos de voz, tipos de ejercicios y/o actividades que organiza, planea y emplea en los entrenamientos, en los objetivos de rendimiento que plantea, el clima ambiental, de seguridad o psicológico que establece, etc.

La preparación y la actuación del entrenador, unidos con el apoyo de la familia, son algunos de los factores que influyen en los jóvenes jugadores y son elementos clave para el desarrollo educativo, motriz y competitivo (Villar y Moreno, 2003).

El entrenamiento, es uno de los aspectos más importantes del deporte reglamentado mediante el cual se pretende ayudar a las personas que participan en él, a alcanzar sus metas propuestas, considerando el límite de sus capacidades y talentos, así como su salud e integridad personal (Duffy, 2007). Si durante el proceso de entrenamiento, se superan los límites personales o no se respeta la salud, se pueden producir desequilibrios emocionales en determinados parámetros psicológicos que afectan a los deportistas.

El objetivo final del entrenamiento psicológico es enseñar al deportista a encontrar un estado mental ideal (Orlick, 2004) y en el caso del deporte infantil – juvenil, es aumentar el bienestar y la salud del deportista así como su satisfacción y disfrute con la práctica. Por tanto, cualquier objetivo de la preparación del deportista debe considerar esta filosofía general.

## **Estudios relacionados con las habilidades psicológicas en diferentes deportes.**

En el estudio realizado por López Walle, Pappous, Tristan y Vences (2009) en Univerisada Nacional, Olimpiada nacional juvenil y equipos representativos de la UANL, utilizando el mismo instrumento que en esta investigación el PSIS R – 5 (Psychological Skills Inventory for Sport – Manual del inventario de Habilidades Psicológicas para el deporte) , donde participaron un total de 1712 atletas de toda la República Mexicana, distribuida en tres grandes muestras: 264 atletas participantes en la Universiada Nacional 2007 realizada en mayo en el estado de Nuevo León; 265 atletas de equipos representativos Tigres de la Universidad Autónoma de Nuevo León, y; 1183 atletas participantes en la Olimpiada Nacional 2008, de la sede Nuevo León. Siendo el 41.6 % de la población encuestada eran hombres y el 56.5% eran mujeres. Las edades comprendidas del estudio fueron desde los 8 años hasta los 26 años, divididas en cuartiles, menores de 13años; de 14 a 15 años; de 16 a 19 años y ; mayores de 20años, teniendo un promedio de edad de 15.60 años. Las disciplinas deportivas que se contabilizaron en la muestra fueron 26, la mayor cantidad de deportistas en los deportes de: baloncesto 195, judo 264, natación 325 y voleibol 246 atletas; contrarrestando con una menor participación en los deportes de boliche, karate, raquetbol y tenis de mesa con menos de 10 atletas. En la población total se contó por lo menos 1 persona de cada estado de la República, siendo el estado de Nuevo León con mayor participación al evaluar a 523 atletas, mientras que Distrito Federal y Jalisco participaron con 135 deportistas respectivamente.

Al comparar las habilidades psicológicas entre las muestras antes mencionadas, se demostró que los atletas que participaron en la Universiada Nacional 2007 presentan mayor nivel de concentración, confianza, y control de la ansiedad, que los equipos representativos de la UANL y los que participaron en la Olimpiada Nacional Juvenil 2008.

En el presente estudio se observaron otras variables relacionadas con el género (es decir, que sucede en hombres y mujeres), con la edad y con la experiencia deportiva, en relación a las habilidades psicológicas.

Barnett, Smoll, y Smith (1992); Burton y Martens (1986); Cruz (1994); Núñez, Martín – Albo, León, González y Domínguez (2011), comentan que los desequilibrios emocionales interfieren en la rutina de los deportistas y, en muchas ocasiones, pueden provocar desde una disminución del rendimiento hasta el abandono de deporte por no aguantar la presión. Weinberg y Gould (2001) concluyeron que el estrés, la ansiedad y la percepción de la competencia (Weiss y Ferre – Caja, 2002) son algunos de los motivos más frecuentes que conllevan al abandono del deporte competitivo infantil.

Pujals y Fiorese (2002), realizaron una investigación relacionada con las características psicológicas del rendimiento deportivo, con 40 deportistas jóvenes de un club de fútbol, observando la agresividad, la baja autoconfianza, el sentimiento de fracaso, la inestabilidad del grupo, las actitudes e influencia de los familiares y entrenador eran percibidas por los deportistas como fuentes generadoras de estrés y ansiedad. El instrumento que utilizaron fue el “Cuestionario de las características psicológicas del rendimiento deportivo” (o CPRD) el cual fue elaborado con el fin de disponer de una herramienta similar en el contexto de deportistas españoles, en lengua castellana, tomando como base el cuestionario PSIS (cuyas siglas se relacionan con Psychological Skills Inventory for Sport –Inventario de habilidades psicológicas para el deporte-). La escala del cuestionario CPRD fue desarrollada por Gimeno, Buceta y Pérez – Llantada (2001). El CPRD consta de 55 ítems divididos en 5 factores que miden: control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental, y cohesión de equipo, además, conserva el formato de respuesta tipo Likert de cinco puntos (como en el cuestionario PSIS), pero con la inclusión de una opción de respuesta adicional para aquellos casos en los que el deportista “no entiende el ítem”, con el fin de evitar de evitar respuestas “en blanco” o en la posición central.

El cuestionario PSIS ha sido utilizado en varias investigaciones para discriminar entre deportistas de diferente nivel, modalidad deportiva, sexo, experiencia e implicación en el deporte. Uno de los conceptos que se evalúan en el test PSIS r-5 es el estrés, donde se ha demostrado que los atletas de experiencia se concentran con más facilidad y que tienen mucho más control sobre las emociones negativas ante eventos fuertes (Gaudrea y Blondi, 2002).

Junich y Hajime (2007), realizaron un trabajo con equipos de futbol universitario, donde muestran que el entrenamiento psicológico es eficaz para optimizar procesos de “*team building*” (construcción de equipo) mejorando la estabilidad emocional, la autoconfianza y la cooperación durante concentraciones de entrenamiento y competiciones. Los especialistas sugieren que el apoyo psicológico del entrenamiento mental facilita el nivel de relación entre los miembros del equipo, así como el rendimiento de los mismos.

Landi (2007), en un trabajo con porteros jóvenes de fútbol, muestra la eficacia de un programa de entrenamiento mental, para mejorar las habilidades de afrontamiento ante situaciones percibidas como difíciles. En este trabajo utilizó técnicas de aprendizaje observacional y de entrenamiento mediante la visualización con el objetivo de incrementar la percepción en la visualización y la percepción de la eficacia antes situaciones difíciles.

Martín (2003) realizó un estudio observacional en el deporte de futbol donde evaluó las habilidades psicológicas en función de la experiencia deportiva. Él argumenta que las habilidades psicológicas no son innatas sino que el deportista las aprende en su camino como atleta y que entre mayor experiencia tenga, las habilidades serán más y mejores.

Munroe – Chandler (2007), realizaron un trabajo con personas con edades de entre 11 y 14 años, el cual consistía un entrenamiento con dos tipos diferentes de visualización, un grupo recibió entrenamiento en visualización centrado fundamentalmente en aspectos cognitivos, mientras que el otro grupo recibió un

entrenamiento en visualización centrado en procesos de activación. No encontrándose diferencias significativas. En este estudio se utilizó el cuestionario CPRD de Gimeno, Buceta y Pérez – Llantada (2001). La intervención psicológica se realizó durante cinco meses, mediante un trabajo individualizado voluntario y un trabajo grupal obligatorio. Los resultados obtenidos después del entrenamiento psicológico fueron superiores en tres de los factores (control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento y habilidad mental), e inferiores en dos de ellos (motivación y cohesión de equipo).

En el trabajo realizado por Reche, Cepero y Rojas (2010), titulado “Efecto de las experiencias deportivas en las habilidades psicológicas de esgrimistas del ranking nacional español” se citan varios puntos importantes. Se menciona que se espera que la práctica deportiva y la experiencia previa contribuyan a la mejora de las habilidades psicológicas en el deportista, incluso cuando no ha existido un entrenamiento específico de las habilidades psicológicas. Y se presenta como conclusión que es necesario intervenir psicológicamente en las distintas habilidades para llegar a conseguir el perfil de rendimiento óptimo y un mejor afrontamiento de la competición.

Nicholls y Polman (2007), y Gaudreau y Blondi (2002), coinciden con los resultados presentados en las pruebas aplicadas por García Cruz y Estrany, (2004) donde coinciden en que las habilidades psicológicas son mejores en un atleta experimentado. En el estudio presentado por Gaudrea y Blondi (2002) los deportistas expertos demostraron una mayor utilización de representaciones mentales que los novatos. También Bebetos y Antoniou (2003) comentan que en otros estudios realizados en el año 2008 los favorecidos eran los atletas con experiencia, debido a que mostraban mayor facilidad para afrontar las adversidades, contaban con un alto grado de autoconfianza, e interpretaban más fácilmente los síntomas de preocupación y estaban menos ansiosos.



## CAPÍTULO III

### MARCO TEÓRICO

#### **El futbol rápido como deporte.**

El futbol rápido es un juego que consiste en anotar gol por parte de alguno de los 2 equipos, el equipo que anote mayor número de goles gana el partido. Si al finalizar hay igualdad de goles, se procederá a una tanda de 3 “shoot out” para sacar un ganador de permanecer el empate se continuaran en muerte súbita hasta obtener un ganador. Es considerado como un deporte en el cual se ponen en actividad las condiciones intelectuales y físico – atléticas de los jugadores, embelleciendo este espectáculo con los movimientos rápidos y continuos de todos los participantes, mostrando la habilidad de cada jugador y protegiendo la cancha correspondiente a cada equipo cada instante. El jugador de futbol rápido requiere de una gran condición física y de una amplia formación técnica individual necesaria para desenvolverse a gran velocidad, precisión, desplazarse con o sin el balón y de una desarrollada capacidad cognitiva para tomar decisiones en fracciones de segundos.

El futbol rápido es diferente al futbol soccer, ya que se practica en una superficie de 50 -60 metros de largo por 20-30 metros de ancho rodeada de bardas perimetrales hechas de madera, fibra de vidrio o acrílico, cuya medidas deben de ser 1.20metros de alto en los laterales, el frontis deberá medir 2.40 metros y el frontis recto 3.60metros, la superficie del piso deberá está recubierta por pasto sintético y con 3 líneas marcadas las cuales 2 serán de color rojo y una blanca. La blanca (medio campo) delimitara el terreno de juego en dos mitades iguales y las rojas serán las encargadas de limitar la restricción denominada “3 líneas” esta la señalará el árbitro cuando el balón haya pasado por aire las 2 líneas rojas y la línea de medio campo, estas se sitúan a 15.25 metros de la línea de gol. También deberá marcarse el punto penal el cual se encontrara a 7.80metros de la línea de gol, dentro del área.

El balón con el que se practica este deporte es número 4 el cual las siguientes especificaciones lo definen, será esférico con una circunferencia de 62 a 65 centímetros, pesará entre 325 y 345 gramos y tendrá una presión barométrica de 8 a 10 libras a nivel del mar.

### **El deporte como una de las actividades de mayor interés.**

El deporte es una de las actividades de mayor interés para niños y jóvenes. Éstos adhieren a su práctica durante un amplio período de tiempo a lo largo de su desarrollo, y la mayoría continúan dedicándose a algún deporte cuando se convierten en adultos. Los motivos que llevan a un niño a acercarse e implicarse en el deporte son diversos. Les gusta jugar y pasarla bien con sus amigos o compañeros, aprender un deporte, aprender o mejorar habilidades, destacar en algo que dominan y que les atrae, les gusta competir o tener experiencias nuevas y distintas a sus actividades habituales.

La práctica deportiva puede ser una experiencia muy positiva para los niños, ya que les permite desarrollar, además de aptitudes y funciones físico – corporales, un conjunto de características personales, actitudes y habilidades psicológicas y sociales muy útiles tanto para el desarrollo como para su vida cotidiana y su desarrollo. (Godoy – Izquierdo y Vélez, 2007).

El niño o el joven puede aprender o adquirir a través de él diversas habilidades y destrezas físicas y psicológicas, hábitos saludables más allá de la práctica de ejercicio físico y valores y actitudes ético – morales y sociales que le ayudaran a funcionar mejor ahora y en su futuro. Si la actividad deportiva tiene la estructura, organización, características y liderazgo adulto apropiados, constituye un medio adecuado para conseguir estos objetivos.

### **La preparación del deportista para la competencia.**

Se entiende como un sistema de procedimientos y acciones que incluyen métodos y técnicas de evaluaciones de todo un grupo multidisciplinario con el propósito de formar, desarrollar y estabilizar el estado psicológico más idóneo para el

deportista, perfeccionando el soporte psicológico de las cualidades condicionales, técnicas y tácticas. Para que asiera pueda utilizar todos sus recursos físicos, técnicos, tácticos y psicológicos desde el entrenamiento hacia una competencia determinada.

La mayoría de las veces, el entrenador al realizar su programa de entrenamiento toma encuentra solo 3 aspectos, la física, la técnica y la táctica, dejando de un lado el aspecto psicológico, siento este un aspecto importante para el ben desarrollo de nuestro deportista, puesto que esto se enfrentara a diferentes situaciones con diversas exigencias.

Es por eso que la presencia de un especialista en psicología deportiva es importante ya que el enseñara tanto a los deportista como al entrenador, las habilidades psicológicas para poder enfrentarse y superar las exigencias que se les presenten para obtener su máximo rendimiento.

En los años 80s, Riera (1985) ya sugería que los entrenadores carecían de un asesoramiento psicológico y de una enseñanza sobre estos más específicos.

Según Torre (1998), el deportista que presenta una actitud más positiva en los entrenamientos es aquel que está más motivado, satisfecho y percibe una buena autoestima física en los mismos.

Las conclusiones de este trabajo son importantes arrojándonos datos de mucha utilidad, mencionando que las habilidades psicológicas no solo contribuyen a mejorar el rendimiento de los deportistas, sino que favorecen la autorrealización personal. En niños y adolescentes pueden facilitar el saludable desarrollo psicológico u aun físico.

El entrenador es factor clave para obtener rendimiento en el deporte que se está practicando. Y que los deportistas estén conscientes de las necesidades que tendrán que trabajar.

## **La importancia del entrenamiento, del aprendizaje y de la evaluación de las habilidades psicológicas en los deportes.**

Las habilidades psicológicas son de gran importancia a la hora de explicar los diferentes rendimientos o el distinto rendimiento de un mismo deportista en dos momentos diferentes.

El entrenamiento psicológico es la práctica habitual de determinadas habilidades psicológicas y estrategias de afrontamiento en situaciones deportivas, y que el psicólogo deportivo debe incidir en el aprendizaje de estas por parte de los deportistas (Highlen y Bennet, 1979; Mahoney, Gabriel y Perkins, 1987. Es una forma más del entrenamiento deportivo que, poco a poco, se ha insertado en el método de trabajo de muchos deportistas y equipos deportivos. Algunos psicólogos han publicado manualmente o monográficos directamente relacionados con la intervención psicológica, pueden ayudar a otros profesionales a encontrar técnicas, estrategias, procedimientos y sugerencias en muy diferentes ámbitos del deporte (Buceta1998, Dosil 2002, Garcés de los Fayos, Olmedilla y Jara, 2006; Jaenes y Caracuel, 2005; Viadé, 2003).

Un entrenador puede jugar un papel significativo como agente socializante al proporcionar a sus alumnos experiencias positivas en el deporte de competición. Para ello debe enfatizar los logros autos referenciados que se relacionan con el dominio de la habilidad, la diversión, el esfuerzo y el interés por la actividad en sí misma, sin concederle ningún valor subordinado a los resultados objetivos de la competición en relación a los demás. Proporcionar un ambiente participativo que tenga en cuenta las necesidades y los intereses de los alumnos, premiar privadamente la mejora personal, organizar la clase en pequeños grupos cooperativos, utilizar una evaluación criterio, y propiciar un ritmo de enseñanza – aprendizaje que sea respetuosos con las diferencias individuales son algunas de las sugerencias o estrategias de intervención que se derivan de este estudio.

La preparación psicológica de los deportistas incluye tanto el entrenamiento de habilidades mentales que potencian la ejecución y el rendimiento en el entrenamiento y en las competiciones, los períodos de reposo y recuperación, y el establecimiento de rutinas o planes de acción dirigidos a organizar la actuación del deportista antes, durante y después de las habilidades psicológicas aprendidas.

López (2009) comenta que es importante el aprendizaje de habilidades psicológicas porque esto permite proporcionar herramientas para lograr el control del estrés, de la inestabilidad emocional y así potenciar el desempeño del jugador. En natación, autores como Cantón, Checa y Ortín (2009), comentan el caso de un nadador que a partir de la intervención psicológica adquirió estrategias para evitar el abandono deportivo.

García, Cruz y Estrany (2004), dicen que evaluar todas las variables que conlleva la psicología deportiva dará éxito en el rendimiento deportivo.

### **Enfoques para evaluar el rendimiento deportivo.**

*Conductual.* Durante la práctica deportiva, es importante observar las conductas de los deportistas desde una perspectiva externa. A partir del presente enfoque, se deben considerar todas las posibles respuestas de los jugadores, como son las conductas reactivas, es decir de reacción ante las diferentes situaciones que se presentan durante la vida deportiva, para lo cual es recomendable identificar los agentes y medio ambientes que dan lugar a las mismas. Por tanto, la conducta que adopta un jugador ante sus aciertos, errores, situaciones, etc., puede ser considerada bajo una óptica de estudio del enfoque conductual.

*Cognitivo.* Mediante este enfoque el sujeto es observado a través de los informes que él mismo genera, al mencionar como se siente y explicando y/o aportando información sobre sus experiencias subjetivas, de tal manera que los registros comúnmente surgen no solamente de los hechos que ha vivido, sino de la forma de sus percepciones, y evaluado su capacidad de hacerles frente. En su gran mayoría, los cuestionarios se basan en este tipo de auto-descripciones o auto-

percepciones. Por tanto, este estudio puede considerarse centrado en un enfoque cognitivo.

*Inter-conductual.* A un deportista, se le puede observar también desde esta perspectiva integral, dado que sus reacciones no se limitan a la situación deportiva, sino que se considera también el medio donde este se desenvuelve. A partir de éste enfoque, se debe considerar la carga genética y las múltiples interacciones que el individuo tiene con el entorno, por lo anterior y si es el propósito controlar un nivel de rendimiento deportivo, habrá que pensar en los planos biológico, psicológico y social.

### **La evaluación de las habilidades psicológicas.**

En las evaluaciones que se han realizado de las habilidades psicológicas la mayoría nos arrojan información que es fácilmente discutible, debido a que en relación al deporte que se practique son los resultados. En algunos deportes de conjunto se manifiesta que entre mayor sea la experiencia del deportista, su manejo y aprendizaje de las habilidades psicológicas serán mayores que los deportistas con menos experiencia. En otros trabajos realizados en deportes individuales se muestra que no existe una diferencia relevante entre los deportistas novatos y los expertos.

Existen indicios de que el ejercicio físico puede actuar como un mecanismo de freno o de protección frente al desarrollo de la depresión en las personas más vulnerables o que muestran niveles iniciales más elevados de esta (Palenzuela, Gutiérrez Calvo y Avero, (1998), y que puede mejorar la ansiedad. También se cree que una serie de experiencias que incidan negativamente en la motivación intrínseca, en la auto-confianza, que generen una excesiva ansiedad o un estado de ánimo negativo pueden acabar apartando al joven de la práctica del deporte.

También se estima que el clima motivacional estructurado por el entrenador, unido a las consecuencias de una experiencia competitiva continua y próxima en el tiempo, pueden incidir de un modo importante sobre estas variables (motivación,

auto-confianza, ansiedad). La perspectiva de meta predominante en un individuo en un contexto de logro determinado es la consecuencia de la interacción entre factores disposiciones y situacionales. Existe una predisposición personal para implicarse en la tarea, en el yo o en ambos, pero la estructura del contexto también tiene un efecto poderoso en la meta de acción adoptada. Los climas motivacionales se desarrollan en función de los estilos de enseñanza, la forma en que los niños se agrupan para aprender y las creencias del profesor acerca del éxito y del fracaso. Los individuos que muestran una elevada orientación hacia el ego y, especialmente, aquellos que tienen percepciones de baja competencia se cree que son más susceptibles al estrés y a la ansiedad en la competición. En los resultados obtenidos de otros estudios parece evidente que el entrenador puede incidir favorablemente en la motivación intrínseca, en la autoconfianza y en el estado de ánimo de los alumnos antes y después de una competición deportiva.

Según Roberts (1992), ganar y perder en el deporte son exigencias objetivas altamente inestables y relativamente incontrolables y, por tanto, puede crear estados afectivos negativos en los atletas. Por otra parte, deportistas con una predominante orientación a la tarea no son generalmente susceptibles a la ansiedad competitiva, porque poseen estándares internos de ejecución y el resultado por el que se esfuerzan es subjetivo y relativamente controlable.

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**

El desarrollo del deporte estudiantil en México, está generando un compromiso entre las Instituciones de Educación Superior, por mejorar las condiciones en que los deportistas realicen sus prácticas y las competencias. Entre los aspectos relevantes, son las ciencias auxiliares las que están tomando un papel preponderante, como medio para asegurar niveles de rendimiento superiores cada día. De un modo particular, la Psicología ha entrado de un modo muy activo, tanto en el área de la investigación así como en el campo de la práctica y la competencia.

Como ciencia, la Psicología reconoce la necesidad de más y mejores intervenciones, con fuerte apego de reflexión y razonamiento, y considerando las medidas alternativas en la ejecución deportiva, se requiere de un conocimiento más amplio en la disciplina, y en un enfoque particular, del como las habilidades psicológicas pueden influir y potenciar el rendimiento, durante las diferentes fases de la competencia. Para tal efecto y como ciencia que apoya el desarrollo del deporte, se ha preocupado por el control de herramientas psicológicas que permitan, de un modo científico, estudiar las actitudes y las motivaciones de los deportistas, tanto para el mejoramiento de su rendimiento, como las de su personalidad.

Cuando se practica un deporte que se orienta a alcanzar el máximo rendimiento, es imperativo realizar evaluaciones adecuadas haciendo uso de instrumentos confiables, lo cual permitirá que las intervenciones se den con mayor certidumbre, veracidad, y certeza. Para este caso específico, es importante tener conocimiento de las habilidades psicológicas de los jugadores de futbol rápido a nivel regional CONDDE 2012, donde participaron Nuevo León, Tamaulipas y Coahuila, de cuya información se obtendrán datos sobre las habilidades psicológicas que poseen (las que predominan y las menos predominantes), por universidad, por edad, por género, por experiencia deportiva, y siendo la UANL un punto de comparación con las otras universidades participantes.



## **HIPÓTESIS**

H1.- Las instituciones que favorecen el desarrollo de sus deportistas, a través de un sistema deportivo integral, donde incluyen las ciencias auxiliares como la Psicología deportiva, tienen más posibilidades de alcanzar el éxito en las competencias regionales estudiantiles.

H2.- Los deportistas y los equipos deportivos que incluyen dentro de su preparación la reflexión sobre el conocimiento, la retroalimentación, y/o el reforzamiento de las habilidades psicológicas, son más propensos a estar entre los primeros lugares en los torneos específicos de su prueba.

H3.- En algunos otros estudios realizados para valorar las habilidades psicológicas en diferentes deportes, los resultados son más significativos entre los hombres que entre las mujeres, por lo cual es relevante observar qué sucede entre los deportistas que participan en fútbol rápido estudiantil.

## OBJETIVOS

### Objetivo general

- Conocer las habilidades psicológicas de los jugadores de futbol rápido a nivel regional del CONDDE ( Nuevo León, Tamaulipas y Coahuila, 2012), como un recurso importante para la obtención de los mejores resultados en las diferentes etapas de las competencias estudiantiles.

### Objetivos Específicos

- Conocer las habilidades psicológicas de los deportistas de futbol rápido que participaron en el CONDDE comparándolas con los deportistas de la UANL.
- Comparar las habilidades psicológicas por género, de los deportistas participantes en los equipos de futbol rápido de Tamaulipas, Coahuila y Nuevo León.
- Conocer las habilidades psicológicas de los deportistas con mayor y menor experiencia en el futbol rápido.
- Conocer las habilidades psicológicas de los deportistas participantes según su edad cronológica.

## **CAPÍTULO IV.**

### **METODOLOGÍA**

#### **Método**

Esta investigación se llevó a cabo mediante el método deductivo, con un enfoque cuantitativo, realizando un estudio descriptivo-correlacional, transversal y de campo, para detallar en forma objetiva las habilidades psicológicas de los y las jugadoras de fútbol rápido a nivel regional (del evento organizado por CONDDE donde participaron las universidades de Nuevo León, Tamaulipas y Coahuila [Anexo 1]), por género, por edad, por universidad y de acuerdo a la experiencia deportiva.

#### **Población del estudio**

Este estudio se llevó a cabo en Monterrey, Nuevo León, en el torneo regional convocado por la CONDDE, efectuado en el mes de Marzo del 2012, con deportistas de fútbol rápido de ambos sexos, que representan a las universidades, por parte del estado de Nuevo León y en ambas ramas las participantes fueron la Universidad Autónoma de Nuevo León y el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey, por el estado de Tamaulipas la representación corrió a cargo de la Universidad Autónoma de Tamaulipas en ambas ramas, Universidad la Salle en rama femenil y el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey Campus Tampico en la rama varonil, por parte del estado de Coahuila los representantes de ambas ramas fueron la Universidad Autónoma de Coahuila y la Escuela Nacional de Educación Física, los cuales deben de presentar una edad desde los 17 años hasta menores de 28 años (Anexo 2).

## **Muestra**

El total de los participantes en esta investigación fue de 152 deportistas. En la rama femenil participaron 73 atletas, las representantes del estado de Nuevo León, la Universidad Autónoma de Nuevo León y el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey aportaron sus 14 jugadoras completas, el estado de Coahuila aportó la misma cantidad de 14 jugadoras por universidad, siendo la Escuela Nacional de Educación Física y la Universidad Autónoma de Coahuila las representantes de este estado, mientras que la representación del estado de Tamaulipas fue por parte de la Universidad la Salle campus Victoria, aportando 11 jugadoras y la Universidad Autónoma de Tamaulipas solo aportó 6 deportistas. En la rama varonil participaron 79 atletas, la Universidad Autónoma de Nuevo León aportó 14 jugadores al igual que el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey siendo estas universidades antes mencionadas las representantes del estado de Nuevo León, la representación del estado de Coahuila fue por parte de la Universidad Autónoma de Coahuila con 14 jugadores y la Escuela Nacional de Educación Física también aportando 14 deportistas, y por último el estado de Tamaulipas fue representado por la Universidad Autónoma de Tamaulipas y el Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey Campus Tampico con 11 y 12 jugadores respectivamente. Algunos equipos no contestaron las 14 encuestas debido a que su roster de deportistas constaba de menos de 14 jugadores, entre los cuales tenemos a ULSA (Universidad la Salle) y la UAT (Universidad Autónoma de Tamaulipas) en la rama femenil; y en la rama varonil: UAT (Universidad Autónoma de Tamaulipas) y el Tecnológico de Tampico (Tamps.). Los demás equipos participantes registraron sus 14 jugadores.

## **Técnicas de obtención de datos**

Búsqueda de información para las bases teóricas de partida, análisis y selección documental.

Para fortalecer el aspecto metodológico de este trabajo, se realizó una revisión bibliográfica de las diferentes teorías que se han construido por connotados autores y grupos de investigación, a partir de las cuales, se pueden encontrar múltiples y valiosas aportaciones para el ámbito de estudio que nos ocupa en este trabajo de investigación. Durante el proceso de investigación se realizaron interpretaciones y análisis comparativos entre las diferentes fuentes de información, que sustentan el estudio de los fenómenos, de los procesos y de la información relacionada con la Psicología deportiva. Para elaborar el marco referencial teórico metodológico en el presente trabajo de investigación, y para elegir y diseñar el instrumento a utilizar en la recogida de datos, se revisaron en forma general y particular las teorías de la motivación y de la psicología positiva, así como una serie de artículos de investigación que tratan sobre el mismo tema. Considerando el problema planteado en este estudio, es importante considerar que la mayoría de la bibliografía revisada y referenciada, procede de otras latitudes del mundo, particularmente de los Estados Unidos de Norteamérica y de Europa, y de manera limitada en nuestra región, pero con buenos avances.

### **La técnica de la encuesta.**

La técnica utilizada para recolectar y obtener los datos fue la encuesta, mediante el uso de un cuestionario cuyo contenido está integrado por: las instrucciones del llenado las cuales explican los varios aspectos que tratan en el cuestionario como el rendimiento y competición atlética, así como también solicita al deportista que conteste con la mayor sinceridad posible sin temor a equivocarse puesto que el cuestionario no contiene respuestas buenas o malas y las respuestas son confidenciales. Se le solicita valorar y contestar la frase que describa mejor su propia experiencia y/o represente mejor su grado de acuerdo con la idea

expresada de la frase. Los datos socio – demográficos obligatorios que se le solicitan al deportista para su llenado son: la edad, género, deporte al que pertenece y su experiencia deportiva en ese deporte, mientras que los datos opcionales son: que el deportista mencione cual es la competencia más importante que ha participado en el último año y si el deportista es de iniciación o no elite si este ha realizado alguna competencia oficial en el último año y mencione la competencia en la cual participó.

En la mayoría de los trabajos de investigación descriptiva, los estudios siempre están dirigidos a observar la situación actual y aunque es muy común su utilización en la pedagogía y en las ciencias del comportamiento, no se descarta para otras áreas del conocimiento. Por tanto, esta modalidad fue la principal fuente o recurso que se utilizó en este trabajo para obtener la información requerida, considerando la premisa de que las conclusiones también permitirán dar solución a algunos problemas por resolver, o para elaborar estrategias y acciones para enfrentarlos y abatirlos en la mayor medida posible. Esta técnica de investigación, fue utilizada para conocer las habilidades psicológicas por edad, por género y por experiencia deportiva de la muestra seleccionada. La aplicación del instrumento para obtener los datos fue auto administrado, es decir se entregó en forma personal a cada deportista el cuestionario para su llenado.

### **El instrumento.**

El instrumento utilizado en este trabajo de investigación que lleva por nombre “Habilidades Psicológicas en jugadores de Fútbol Rápido a nivel Regional CONDDE”, se obtuvo del cuestionario de Michael Mahoney (1987), que fue validado y adaptado al español, por López-Walle (2002), donde se solicita a los participantes que respondan a una serie de preguntas relacionadas con las variables a observar (Anexo 3). La elección del instrumento se llevó a cabo partiendo de una revisión de algunos estudios validados, hechos por otros autores en investigaciones que tratan sobre la misma temática: las habilidades psicológicas en el deporte y tomando en cuenta los objetivos del estudio y la hipótesis planteada.

Estructura y contenido del instrumento: *“Inventario de Habilidades Psicológicas para el deporte R-5”*. Este instrumento califica 6 conceptos importantes para la psicología deportiva los cuales son, motivación, No. De ítems: 7 (1, 9, 12, 22, 24, 39, 42), confianza, No. De Ítems: 9 (4, 14, 18, 23, 28, 30, 34, 26, 44) énfasis de equipo, No. De Ítems: 7 (5, 10, 19, 27, 31, 37, 43); control de ansiedad, No de Ítems: 10 (6, 11, 15, 20, 25, 29, 32, 38, 40, 41); Visualización, No. De Ítems: 6 (3, 7, 13, 33, 35, 45); y concentración, No. De Ítems: 6 (2, 8, 16, 17, 21, 26).

En total cuenta con 45 ítems, con 5 alternativas de respuesta tipo Likert, desde la alternativa “completamente en desacuerdo” a “completamente de acuerdo”. La puntuación de las respuestas va del 1 al 5 en los ítems positivos y los valores opuestos para los ítems negativos.

Para obtener la validez y confiabilidad del PSIS R-5 en versión española, la prueba fue contestada por 1712 deportistas siendo 41.6% hombres y 56% mujeres, con un promedio de 16.6 años. Los eventos deportivos en los cuales fue aplicado fueron Universiadas Nacionales y Olimpiadas Nacionales Juveniles y a los equipos representativos de la Universidad Autónoma de Nuevo León. En éste estudio que hemos tomado como referencia, se encontró una fiabilidad muy elevada, obteniendo un  $\alpha = .902$ ; para el total del instrumento. En cada una de las escalas que integran el instrumento se encontraron los siguientes índices de fiabilidad: motivación un  $\alpha = .68$ ; énfasis de equipo,  $\alpha = .64$ ; control de ansiedad un  $\alpha = .72$ ; concentración un  $\alpha = .63$ ; visualización un  $\alpha = .52$  y confianza un  $\alpha = .68$ .

Andrade (2004), utilizó el mismo instrumento PSIS-5 (López-Walle, 2002), para evaluar las habilidades psicológicas en jugadores de futbol americano de la UANL, y los resultados fueron interesantes al mostrar un .754 en confiabilidad general. Respecto a los resultados en las escalas, el valor más alto se encontró Confianza con .753 y el valor más bajo en visualización con .335.

Al confirmar consistencia el análisis factorial en los factores que se evalúan el PSIS r-5 se acepta como un instrumento que puede ser utilizado por los atletas mexicanos.

Los inventarios de habilidades psicológicas deportivas ofrecen la mejor oportunidad para comparar el contenido de las habilidades evaluadas en estudios de diferente índole. De los instrumentos psicológicos más relacionados con el deporte en la actualidad son: el Inventario de motivación atlética (AMI; Tutko, Lyon y Ogilvie, 1969); Inventario de Rendimiento Psicológico (PPI; Loehr,1986); Cuestionario de Habilidades Psicológicas relacionadas al deporte (SPSQ; Nelsonn y Hardy, 1990); Inventario de reproducción de habilidades atléticas – 28 (ACSI -28; Smith, schutz, Smoll y ptacek, 1995); Inventario de las Habilidades psicológicas para el deporte (PSIP; Mahoney, Gabriel y Perkins, 1987).

Un estudio de Gould, Tammen, Murphy y May (1989), consideraron que el PSIS es el instrumento más popular para la evaluación de las habilidades psicológicas, esto tras preguntar a 44 asesores de psicología del deporte, encontraron que el PSIS R-5, era el único instrumento de evaluación general de habilidades psicológicas, e incluso, se consideró como el más exitoso en una escala de 0 al 10, obteniendo un promedio de 8.8.

### **Procedimiento**

El procedimiento general de esta investigación consistió en asistir a la junta previa del torneo regional de futbol rápido para informar y conseguir el permiso de los entrenadores para aplicar el cuestionario a cada uno de los participantes en los equipos representativos. Todos los entrenadores dieron el visto bueno para que dicho instrumento fuera aplicado en sus equipos. Durante la realización del torneo y a disposición y disponibilidad del entrenador y de sus jugadores (as) fue aplicado el cuestionario antes y/o después de los partidos, en la instalación deportiva, en el hotel donde se encontraban hospedados y en sus momentos de descanso, o en el comedor. Se realizó de esta manera porque tanto los deportistas de la rama femenil como varonil contaban con un tiempo de estancia relativamente corto en la



ciudad de Monterrey, N.L., como para poder aplicar el instrumento a todos los equipos en un mismo lugar y al mismo tiempo. Se le solicitó al coordinador del evento una copia de las cédulas de los equipos participantes para realizar los sobres correspondientes por universidades los cuales contenían la cantidad de cuestionarios necesarios por equipos al igual que los lápices para que este pudiera ser llenado en su totalidad, al llegar los equipos al lugar donde se les aplicaba el cuestionario, se hacía una pequeña presentación de la titular de la investigación así como de que trataba el cuestionario y su forma de llenado. Cuando el deportista terminaba de llenar su cuestionario pasaba a dejar este al personal el cual los recolectaba y guardaba en sus sobres correspondientes. Al tener todos los cuestionarios de todas las universidades pasamos a la captura de los datos, se separaron los sobres por rama femenil y varonil, se capturaron primero todos los cuestionarios de la rama Femenil, y después los cuestionarios Varonil, la captura se realizó primero en Excel asignándole una hoja por universidad y por rama, después esa información se pasó al programa SPSS versión 15 para obtener los resultados estadísticos así como las tablas correspondientes de las escalas a evaluar. Para mayor facilidad de captura los datos socio demográficos se realizaron 3 rangos en la edad los cuales tomamos como 1) 17 – 18 años; 2) 19 - 20 años; 3) 20 años y mayores. Respecto a la captura de datos correspondientes a la experiencia deportiva se realizaron quintiles con los siguientes intervalos: 1) 6 meses; 2) 7 meses – 2 años; 3) 2.1 años – 3.5 años; 4) 3.6 años – 5 años; 5) 5.1 años o más. Mientras que para la captura de género solo se designaron dos números de identificación: 1) para género femenino y 2) para género masculino.

### **Materiales.**

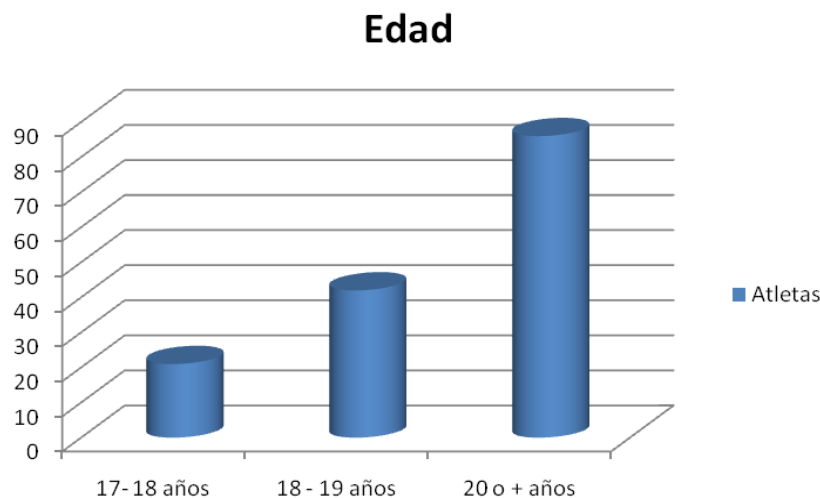
El cuestionario fue obtenido en una copia de la muestra original, otorgada por la Dra. López-Walle. Los recursos económicos para el desarrollo de la investigación fueron soportados por la titular de esta investigación. Se utilizaron lápices, plumas, tablas, clips, hojas de máquina, copiadora, computadoras (de escritorio y laptop), se trabajó con el software: Microsoft Office y SPSS versión 15.

## CAPITULO V

### Resultados

#### Descripción de la Muestra.

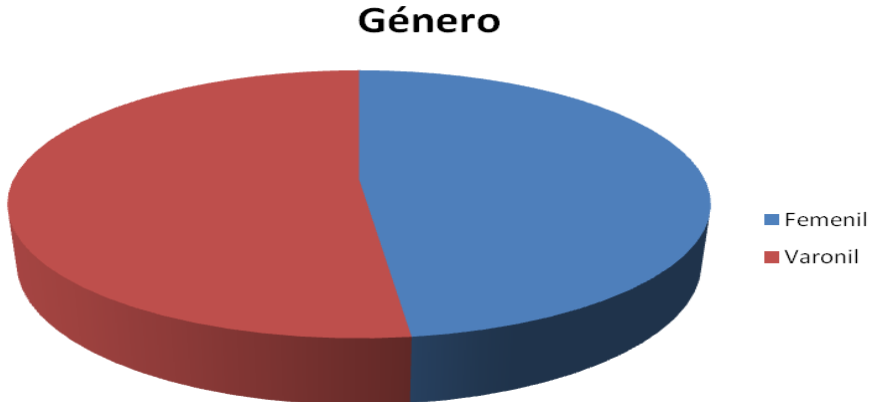
Como se puede apreciar en la Gráfica No. 1, el total de la muestra estudiada se distribuyó de la siguiente manera: Los deportistas participantes en dicho torneo, que tenían una edad entre los 17 y 18 años (n=21), que fueron los menos, representaron el 14%; mientras los que tenían un rango de los 18 a los 19 años (n=42), lo que representó un 28%; y la mayor parte de los deportistas tenían una edad mayor a los 20 años, lo que representa un 57% del total de la muestra estudiada (N=149).



**Grafico No.1. Distribución de la muestra por edad cronológica de los participantes**

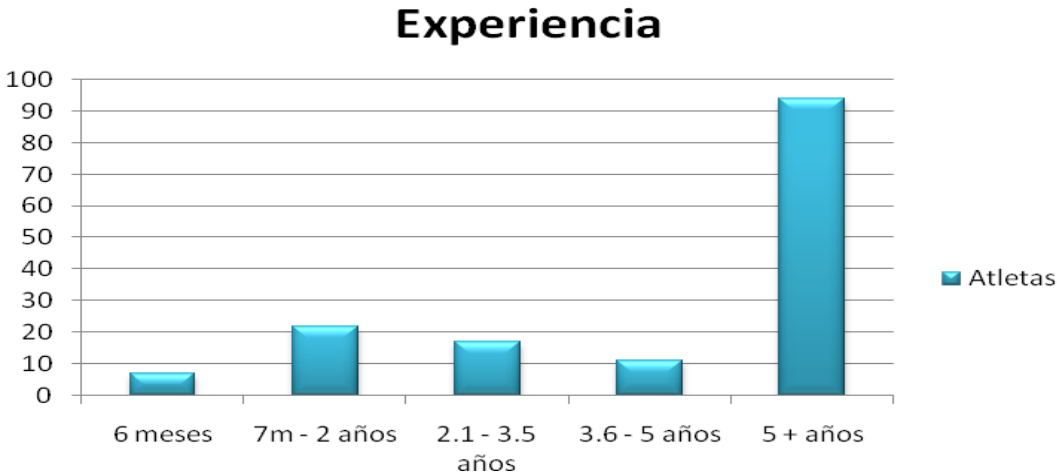
Generalmente prevalecen estas proporciones durante los torneos de la educación superior, ya que ingresan a las escuelas de formación profesional alrededor de los 18 años. Y una vez que se involucran en la práctica deportiva de manera interna, y a su vez ser seleccionados por sus respectivas instituciones para formar los equipos representativos lleva alrededor de dos años, razón que encontremos dicha distribución en el presente estudio.

La distribución en relación de género, tiene valores muy similares entre sí, ya que la convocatoria, considera el mismo número de instituciones. Por lo anterior y además por el número máximo de jugadores que pueden presentar los equipos, no permite observar cifras, similares, como se puede apreciar en la gráfica No. 2.



**Grafico No.2. Distribución de la muestra por género de los participantes**

Finalmente, se ha realizado una distribución por la experiencia deportiva que los jugadores tenían al momento de su participación en el torneo regional. Respaldando de algún modo, la la distribución por edad de estos, se puede observar la mayor frecuencia encontrada, fue la de más de 5 años de experiencia, y a su vez la de menor frecuencia, fue la de menos de 6 meses de experiencia.



**Grafico No.3. Distribución de la muestra por experiencia deportiva de los participantes**

## Estadística Descriptiva de las Variables

Los primeros análisis que se realizaron fueron los descriptivos para cada uno de los factores con sus respectivos ítems, calculando el número de casos válidos, perdidos, medias, modas, valores mínimo y máximo; posteriormente se graficaron mediante un histograma las frecuencias de las medias por cada factor.

En la Tabla 1 observamos que el ítem 32 “*Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante*” resultó menos importante para determinar el control de la ansiedad del atleta, a diferencia del ítem 29 “*Gasto mucha energía al tratar de permanecer calmado*”. La escala en todos los ítems presentó respuestas que oscilan desde “*completamente en desacuerdo*” a “*completamente de acuerdo*”.

**Tabla 1. Estadísticos descriptivos de los ítems de Control de Ansiedad.**

	N		Media	Moda	Mínimo	Máximo
	Válidos	Perdidos				
Ítem 6. Estoy mucho más tenso antes de realizar la ejecución que en la misma ejecución			3,1513	3,00	1,00	5,00
Ítem 11. Raras veces estoy tan tenso que esto interfiere en mi desempeño			3,1974	3,00	1,00	5,00
Ítem 15. Suelo actuar mejor cuando me siento más tenso que cuando no lo estoy			2,5724	1,00	1,00	5,00
Ítem 20. A menudo me entra el pánico durante los momentos previos a mi ejecución.			3,6118	5,00	1,00	5,00
Ítem 25. A veces siento una intensa ansiedad en plena ejecución.	152	3	2,7500	3,00	1,00	5,00
Ítem 29. Gasto mucha energía al tratar de permanecer calmado antes de una competición.			3,8158	5,00	1,00	5,00
Ítem 32. Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.			2,2303	1,00	1,00	5,00
Ítem 38. Cuando me equivoco en mi ejecución, me siento angustiado.			2,7763	2,00	1,00	5,00
Ítem 40. Soy bueno en controlar mi nivel de tensión.			3,5789	4,00	1,00	5,00
Ítem 41. Mi nivel de ansiedad baja rápidamente cuando comienzo mi actuación.			3,6645	4,00	1,00	5,00

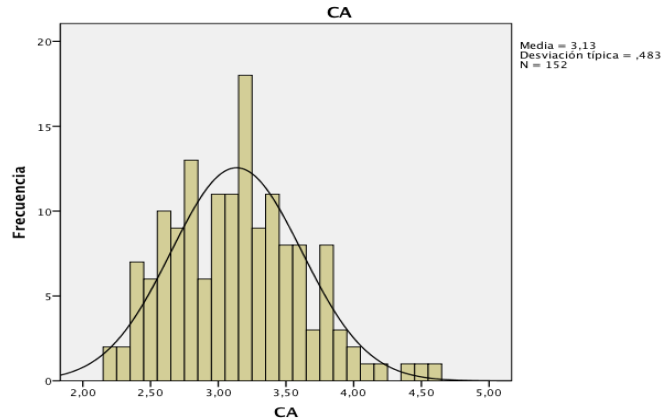


Figura 1. Histograma de medias de Control de Ansiedad.

En la Tabla 2 perteneciente a la habilidad de concentración, se observa que el ítem 8 *“Siento frecuentemente momentos de buenas vibraciones cuando mi ejecución es insólitamente buena”* es considerado el que ejemplifica un mayor nivel concentración, a diferencia del ítem 17 *“Cuando realizo algo mal, tiendo a perder la concentración”*, siendo este mismo ítem en donde se presentaron más valores perdidos. La escala en todos los ítems presentó respuestas que oscilan desde *“completamente en desacuerdo”* a *“completamente de acuerdo”*.

**Tabla 2. Estadísticos descriptivos de los ítems de Concentración**

	N		Media	Moda	Mínimo	Máximo
	Válidos	Perdidos				
Ítem 2. A menudo tengo problemas para concentrarme durante mi actuación deportiva	152	3	3,6184	4,00	1,00	5,00
Ítem 8. Siento frecuentemente momentos de "buenas vibraciones" cuando mi ejecución es insólitamente buena.	152	3	4,2697	5,00	1,00	5,00
Ítem 16. Cuando estoy ejecutando, ignoro casi totalmente al público	152	3	4,0066	5,00	1,00	5,00
Ítem 17. Cuando realizo algo mal, tiendo a perder la concentración	151	4	3,1523	3,00	1,00	5,00
Ítem 21. Cuando cometo un error, me cuesta trabajo olvidarlo para concentrarme en mi siguiente ejecución.	152	3	3,3092	5,00	1,00	5,00
Ítem 26. Durante la ejecución, mi atención se dispersa de un lado a otro.	152	3	3,4408	5,00	1,00	5,00

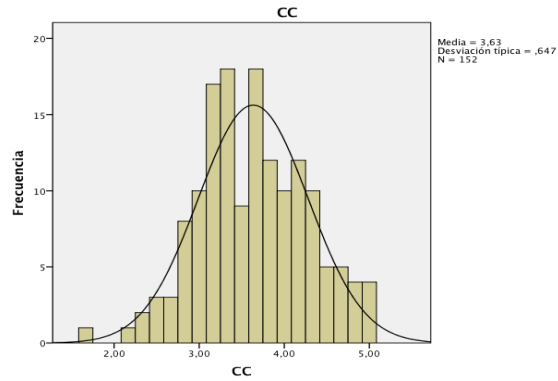


Figura 2. Histograma de medias de Concentración

En la Tabla 3 referente a la escala de confianza observamos que la media más alta se obtuvo en el ítem 44 “*Tengo fe en mí mismo*” a diferencia del ítem 23 “*Una lesión levo o una mala práctica disminuyen la confianza en mí mismo*” que obtuvo la media más baja de esta escala, donde se confirma que la disminución de la confianza normalmente se asocia con una mala práctica o una lesión. La escala en todos los ítems presentó respuestas que oscilan desde “*completamente en desacuerdo*” a “*completamente de acuerdo*”, por lo que se encuentran respuestas en todos los gradientes.

**Tabla 3. Estadísticos descriptivos de los ítems de Confianza**

	N		Media	Moda	Mínimo	Máximo
	Válidos	Perdidos				
Ítem 4. Estoy muy seguro de mis habilidades atléticas			4,0132	4,00	1,00	5,00
Ítem 14. A la mayoría de las competiciones, voy seguro de que lo haré bien			3,9737	5,00	1,00	5,00
Ítem 18. No tardo mucho en perder la confianza en mí mismo			3,6447	5,00	1,00	5,00
Ítem 23. Una lesión leve o una mala práctica disminuyen la confianza en mí mismo.			3,0461	3,00	1,00	5,00
Ítem 28. Frecuentemente tengo dudas acerca de mis habilidades atléticas.	152	3	3,8684	5,00	1,00	5,00
Ítem 30. Cuando empiezo a equivocarme, mi confianza disminuye muy rápidamente.			3,4079	4,00	1,00	5,00
Ítem 34. Generalmente puedo permanecer seguro incluso durante una de mis peores actuaciones.			3,3618	3,00	1,00	5,00
Ítem 36. Mi auto-confianza experimenta altibajos.			3,1842	3,00	1,00	5,00
Ítem 44. Tengo fe en mí mismo.			4,3750	5,00	1,00	5,00

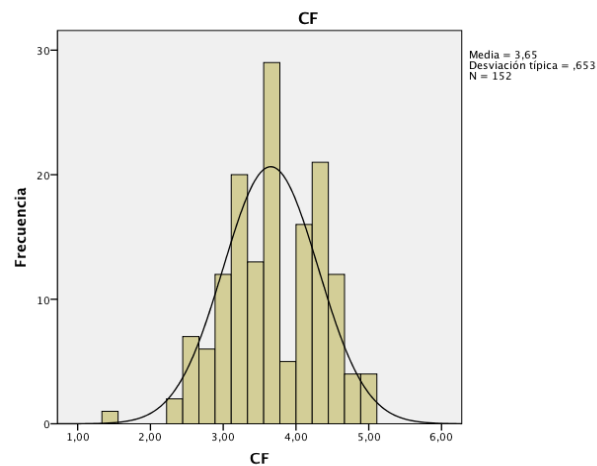


Figura 3. Histograma de medias de Confianza

En la Tabla 4 analizando la escala de Visualización observamos que, el ítem 13 “*Suelo visualizar mi ejecución justo antes de realizarla*” fue el que obtuvo el promedio más alto, lo que indica que los deportistas frecuentemente visualizan o representan mentalmente el gesto deportivo antes de participar; mientras que el

ítem 45 “Cuando se aproximan las últimas horas de la competición, a menudo me gustaría estar mejor preparado” fue la media más baja, por lo que los deportistas perciben que su preparación es adecuada.

**Tabla 4. Estadísticos descriptivos de los ítems de Visualización**

	N		Media	Moda	Mínimo	Máximo
	Válidos	Perdidos				
Ítem 3. Frecuentemente sueño con la competición deportiva			2,6579	2,00	1,00	5,00
Ítem 7. Trato de no pensar a cerca de mi participación durante las 24hrs previas a la competición			2,6316	1,00	1,00	5,00
Ítem 13. Suelo visualizar mi ejecución, justo antes de realizarla			3,7961	4,00	1,00	5,00
Ítem 33. Cuándo practico mentalmente mi ejecución, yo "me veo" realizándola (como si me mirara en un video).	152	3	2,3882	1,00	1,00	5,00
Ítem 35. Cuando me preparo para la ejecución, trato de imaginar lo que sentirán mis músculos.			2,4013	1,00	1,00	5,00
Ítem 45. Cuando se aproximan las últimas horas antes de la competición, a menudo me gustaría estar mejor preparado.			2,0461	1,00	1,00	5,00

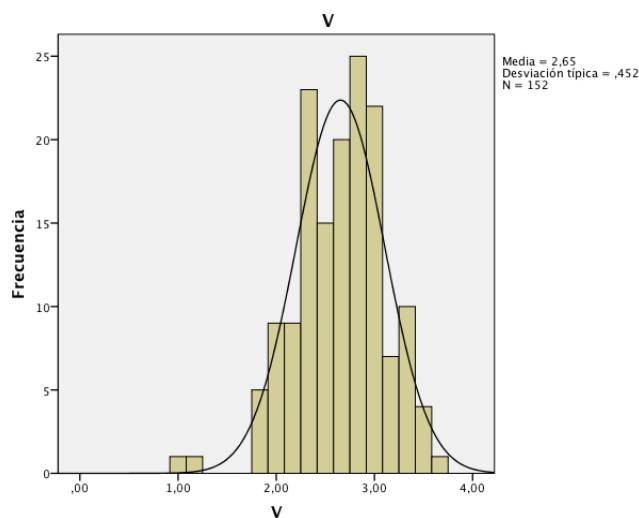


Figura 4. Histograma de medias de Visualización



En la Tabla 5 referente a la motivación vemos que el ítem 22 “*Me gustaría tener más motivación*” resultó ser el ítem con más valores perdidos, así como también el que obtuvo la media más baja, lo que confirma que se perciben con una adecuada preparación; mientras que el ítem 44 “*Estoy bien motivado para practicar bien mi deporte*” fue la media más alta de esta escala evaluada.

**Tabla 5. Estadísticos descriptivos de los ítems de Motivación**

	N		Media	Moda	Mínimo	Máximo
	Válidos	Perdidos				
Ítem1. Estoy muy motivado para practicar bien mi deporte	152	3	4,4474	5,00	1,00	5,00
Ítem 9. A veces me falta motivación para entrenar	152	3	3,0395	2,00	1,00	5,00
Ítem 12. Ganar es muy importante para mi	152	3	4,3553	5,00	1,00	5,00
Ítem 22. Me gustaría tener más motivación.	151	4	2,2119	1,00	1,00	5,00
Ítem 24. Me fijo mis propias metas y generalmente las logro.	152	3	4,0329	5,00	1,00	5,00
Ítem 39. Ahora mismo, lo más importante en mi vida es ir bien en mi deporte.	152	3	3,3487	4,00	1,00	5,00
Ítem 42. Mi deporte es mi vida entera.	152	3	3,3092	3,00	1,00	5,00

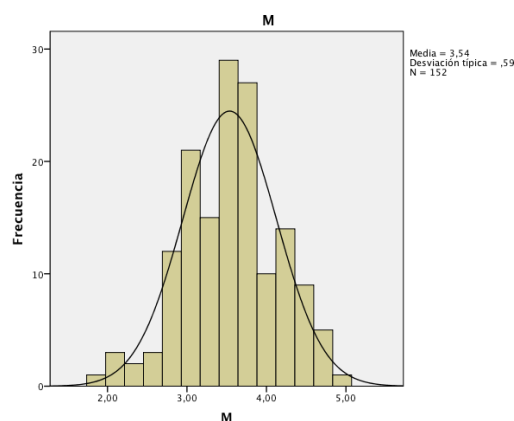


Figura 5. Histograma de medias de Motivación

En la Tabla 6 que pertenece a la evaluación de la habilidad de énfasis de equipo notamos que el ítem 27 “*Disfruto trabajando con mis compañeros de equipo*” es el que presenta el promedio más alto, mientras que el ítem 19 “*Me concentro más en mi ejecución que en la ejecución del equipo*” logro la media más baja. De esta forma se puede notar que el deportista se siente perteneciente y disfruta en su

equipo deportivo, por lo que su actuación podría repercutir en el rendimiento del grupo.

Cabe mencionar que el ítem 10 “Me llevo bien con mis compañeros” presento la 3era media más alta, así como también fue el ítem que presento más valores perdidos.

**Tabla 6. Estadísticos descriptivos de los ítems de Énfasis de Equipo**

	N		Media	Moda	Mínimo	Máximo
	Válidos	Perdidos				
Ítem 5. Me siento muy frustrado cuando un compañero de equipo lo hace mal.	152	3	3,4145	3,00	1,00	5,00
Ítem 10. Me llevo bien con mis compañeros de equipo	151	4	4,4106	5,00	1,00	5,00
Ítem 19. Me concentro más en mi ejecución que en la ejecución del equipo.	152	3	3,2039	3,00	1,00	5,00
Ítem 27. Disfruto trabajando con mis compañeros de equipo.	152	3	4,4868	5,00	1,00	5,00
Ítem 31. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.	152	3	4,4342	5,00	1,00	5,00
Ítem 37. Cuando mi equipo pierde, me siento mal (sin importar si yo actué bien o no).	152	3	3,6711	5,00	1,00	5,00
Ítem 43. Siempre he trabajado bien con mis entrenadores.	152	3	4,0461	5,00	1,00	5,00

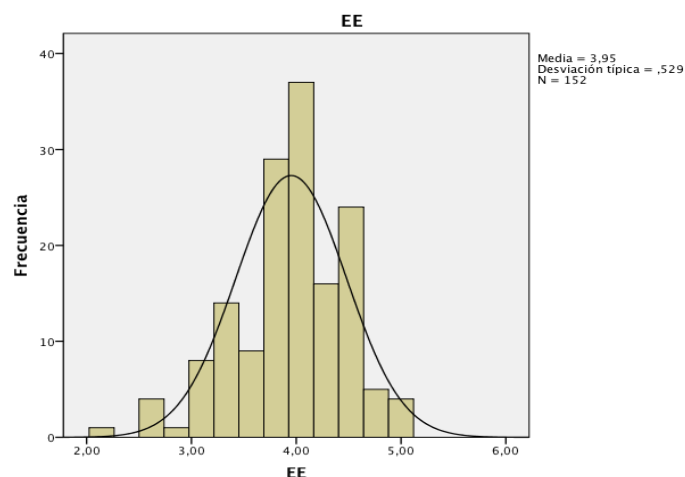


Figura 6. Histograma de medias de énfasis de equipo

## Diferencia entre grupos

El siguiente análisis fue analizar las diferencias entre cada una de las variables sociodemográficas como el sexo, edad, experiencia y universidad de procedencia, según cada una de las habilidades psicológicas que mide el cuestionario.

La primera variable demográfica observada fue el género, en donde se encuentra que las mujeres presentan puntuaciones menores que los hombres. En la Tabla 7, se presentan los datos descriptivos por variable según el género, así como las variables en las que se encuentran diferencias significativas, tales como las habilidades de Control de Ansiedad, Visualización y Motivación.

**Tabla 7. Estadísticos descriptivos de las habilidades psicológicas por género.**

Habilidades	Genero	N	Media	Desviación típ.	Sig.
Control de la Ansiedad	femenino	73	3,0301	,45021	<b>,010</b>
	masculino	79	3,2316	,49473	
Concentración	femenino	73	3,5708	,65788	
	masculino	79	3,6941	,63461	
Confianza	femenino	73	3,5708	,68125	
	masculino	79	3,7286	,61985	
Visualización	femenino	73	2,5776	,48756	<b>,046</b>
	masculino	79	2,7236	,40640	
Motivación	femenino	73	3,4168	,66614	<b>,016</b>
	masculino	79	3,6468	,48781	
Énfasis de equipo	femenino	73	3,9393	,53976	
	masculino	79	3,9626	,52223	

En la Tabla 8, referente a la comparación de habilidades psicológicas por edad, nos revela que no se encuentran diferencias significativas en ninguna de las escalas evaluadas. Mostrando así que en cuestión de edad cronológica no existe algún impedimento para que los buenos resultados se logren en un equipo. Sin embargo, en la escala de Control de Ansiedad nos muestra que la gente de 20 años y mayores, muestra mejor control de ansiedad que la gente de entre 17 a 19 años. Otra de las escalas en las cuales los deportistas de 20 años y mayores muestran mejores medias, es en la habilidad de Concentración. En la escala de

Confianza podemos ver niveles de media muy parecidos; sin embargo los deportistas de 20 años en adelante muestran mejor habilidad que los de 17 a 19 años. Referente a la escala de Visualización las medias fueron con diferencias muy minimas, mostrando que la edad cronologica no es un factor para mostrarse con mas o menos habilidad de visualización. En los resultados de la Motivación los deportistas de mayor edad mostró niveles más altos que los más jóvenes; A diferencia de los resultados de énfasis de equipo en los jóvenes tienen más habilidad que los de 20 años y mayores.

**Tabla 8. Estadísticos descriptivos de las habilidades psicológicas por edad.**

		N	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo
CA	17-18	21	3,0000	,45166	2,20	3,80
	18-19	42	3,0905	,43043	2,30	4,00
	+ DE	86	3,1895	,51129	2,20	4,60
	20					
	Total	149	3,1349	,48364	2,20	4,60
CC	17-18	21	3,3968	,61345	1,67	4,33
	18-19	42	3,6587	,56304	2,83	5,00
	+ DE	86	3,6899	,69412	2,17	5,00
	20					
	Total	149	3,6398	,65217	1,67	5,00
CF	17-18	21	3,6085	,57372	2,78	4,67
	18-19	42	3,6349	,60475	2,44	4,78
	+ DE	86	3,6873	,69806	1,44	5,00
	20					
	Total	149	3,6614	,65318	1,44	5,00
V	17-18	21	2,6270	,39407	2,00	3,33
	18-19	42	2,7341	,40668	1,83	3,67
	+ DE	86	2,6240	,48855	1,00	3,50
	20					
	Total	149	2,6555	,45424	1,00	3,67
M	17-18	21	3,4898	,58479	1,86	4,71
	18-19	42	3,4966	,61119	2,00	4,86
	+ DE	86	3,5676	,58991	2,14	4,71
	20					
	Total	149	3,5366	,59235	1,86	4,86
EE	17-18	21	3,9524	,51177	2,71	4,71
	18-19	42	4,0136	,50759	2,57	5,00
	+ DE	86	3,9324	,54839	2,14	5,00
	20					
	Total	149	3,9581	,52986	2,14	5,00

En la Tabla 9 referente a la comparación de habilidades psicológicas por experiencia, nos revela que no se encuentran diferencias significativas en ninguna de las escalas evaluadas. Cabe mencionar que en las diferentes escalas las medias más altas mostradas fueron repartidas en los diferentes rangos de experiencia practicando este deporte. En las habilidades de Control de Ansiedad y Concentración mostraron mejor control los atletas que tienen 5 años o más en este deporte. En las habilidades de Confianza y Motivación los atletas con solo 6 meses de experiencia mostraron las medias más altas a todos los demás; en la Motivación las medias oscilaron aproximadamente en las mismas medidas pero los de menos experiencia fueron los que resultaron con mejores resultados. Mientras que los de experiencia media (2.1 a 3.5 años y 7 meses a 2 años) fueron los que mostraron mejores habilidades en las escalas de visualización y Énfasis de equipo. En la habilidad de Énfasis de equipo las medias de todos los rangos fueron las medias más altas de todas las escalas evaluadas.

**Tabla 9. Estadísticos descriptivos de las habilidades psicológicas por experiencia deportiva.**

		N	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo
CA	6 meses	7	2,7714	,29277	2,40	3,20
	7 meses- 2 años	22	2,9727	,46923	2,20	3,90
	2.1- 3.5años	17	3,1000	,42720	2,30	3,80
	3.6- 5 años	11	3,0636	,36407	2,50	3,80
	5.1 +	94	3,2106	,50364	2,30	4,60
	Total	151	3,1325	,48367	2,20	4,60
	CC	6 meses	7	3,4048	,55157	2,83
7 meses- 2 años		22	3,5833	,47070	3,00	4,67
2.1- 3.5años		17	3,6176	,73542	2,17	5,00
3.6- 5 años		11	3,2576	,82112	1,67	4,83
5.1 +		94	3,7145	,64416	2,33	5,00
Total		151	3,6369	,64838	1,67	5,00
CF		6 meses	7	4,0159	,76019	3,11
	7 meses- 2 años	22	3,5859	,64986	2,44	4,78
	2.1- 3.5años	17	3,3072	,93503	1,44	4,89
	3.6- 5 años	11	3,5354	,55292	2,78	4,56
	5.1 +	94	3,7163	,58059	2,44	4,89
	Total	151	3,6519	,65479	1,44	5,00
	V	6 meses	7	2,4762	,51306	2,00
7 meses- 2 años		22	2,5985	,36609	1,83	3,33
2.1- 3.5años		17	2,7157	,48864	2,00	3,50
3.6- 5 años		11	2,7121	,38795	1,83	3,00
5.1 +		94	2,6667	,46886	1,00	3,67
Total		151	2,6567	,45143	1,00	3,67
M		6 meses	7	3,9388	,62736	3,00
	7 meses- 2 años	22	3,5065	,48240	2,71	4,29
	2.1- 3.5años	17	3,5462	,60237	2,14	4,43
	3.6- 5 años	11	3,3636	,60731	1,86	4,29
	5.1 +	94	3,5253	,60385	2,00	4,86
	Total	151	3,5323	,58961	1,86	4,86
	EE	6 meses	7	3,8367	,72576	3,00
7 meses- 2 años		22	4,1234	,36166	3,43	4,57
2.1- 3.5años		17	3,8824	,70028	2,14	4,71
3.6- 5 años		11	3,8442	,61097	2,71	4,57
5.1 +		94	3,9443	,50616	2,57	5,00
Total		151	3,9511	,53083	2,14	5,00

La última variable demográfica analizada fue la de universidades de procedencia, se encontró que en las habilidades de control de la ansiedad, motivación y énfasis de equipo hay diferencia significativa entre la universidad de procedencia. A continuación se presentan los datos descriptivos por universidad de procedencia.

Los datos estadísticos de esta variable se desglosan en la Tabla 10 la cual se coloca en la página siguiente para su mejor lectura.

**Tabla 10. Estadísticos descriptivos de las habilidades psicológicas por Universidades de procedencia.**

		<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación típica</b>	<b>Mín.</b>	<b>Máx.</b>	<b>F</b>	<b>Sig.</b>
<b>CA</b>	UANL	28	3,0500	,52033	2,20	4,50	2,544	<b>,023</b>
	ITESM	28	3,3607	,47791	2,40	4,40		
	UAC	28	3,1321	,47223	2,30	4,60		
	ENEF	28	3,1071	,46182	2,20	4,20		
	UAT	17	3,0000	,42573	2,40	3,60		
	TECTAMP	12	3,3333	,44789	2,70	4,00		
	ULSA	11	2,8455	,38824	2,30	3,50		
	Total	152	3,1349	,48299	2,20	4,60		
<b>CC</b>	UANL	28	3,4821	,69439	2,17	5,00	,862	<b>,525</b>
	ITESM	28	3,6964	,52715	3,00	4,67		
	UAC	28	3,6845	,65631	2,33	5,00		
	ENEF	28	3,7381	,65488	2,33	4,83		
	UAT	17	3,7451	,77977	1,67	5,00		
	TECTAMP	12	3,5833	,69449	2,50	4,83		
	ULSA	11	3,3636	,47033	2,67	4,17		
	Total	152	3,6349	,64670	1,67	5,00		
<b>CF</b>	UANL	28	3,5833	,92451	1,44	5,00	1,551	<b>,166</b>
	ITESM	28	3,8175	,57315	2,56	4,78		
	UAC	28	3,5873	,56076	2,67	4,56		
	ENEF	28	3,6508	,58694	2,78	4,56		
	UAT	17	3,7059	,57994	2,78	4,56		
	TECTAMP	12	3,9074	,49653	3,22	4,67		
	ULSA	11	3,2222	,51159	2,44	4,00		
	Total	152	3,6528	,65270	1,44	5,00		
<b>V</b>	UANL	28	2,6190	,47975	1,83	3,50	,466	<b>,832</b>
	ITESM	28	2,6488	,51388	1,17	3,67		
	UAC	28	2,7560	,53572	1,00	3,50		
	ENEF	28	2,6905	,41503	1,83	3,50		
	UAT	17	2,6078	,28832	2,00	3,17		
	TECTAMP	12	2,5556	,41641	1,83	3,17		
	ULSA	11	2,5758	,35248	2,00	3,00		
	Total	152	2,6535	,45169	1,00	3,67		
<b>M</b>	UANL	28	3,7347	,60323	2,14	4,86	3,021	<b>,008</b>
	ITESM	28	3,3418	,54757	2,00	4,14		
	UAC	28	3,4473	,47801	2,71	4,71		
	ENEF	28	3,3520	,50617	2,14	4,43		
	UAT	17	3,8824	,75295	1,86	4,71		
	TECTAMP	12	3,7262	,51852	3,00	4,71		
	ULSA	11	3,4805	,60364	2,57	4,14		
	Total	152	3,5363	,58973	1,86	4,86		
<b>EE</b>	UANL	28	3,8418	,66364	2,14	4,71	2,009	<b>,057</b>
	ITESM	28	4,1684	,42423	3,14	5,00		
	UAC	28	3,7670	,57820	2,57	4,71		
	ENEF	28	3,9082	,33041	3,00	4,57		
	UAT	17	4,1261	,66217	2,71	5,00		
	TECTAMP	12	3,8810	,36969	3,29	4,43		
	ULSA	11	4,0649	,40589	3,43	4,71		
	Total	152	3,9514	,52909	2,14	5,00		

*Continua.*



Dado que el estudio pretende conocer las diferencias de las habilidades por universidad de procedencia, se comparó la media de las habilidades psicológicas obtenidas por la UANL considerandola como punto de corte y se calculó una prueba t para una muestra con las demás universidades.

A continuación se presentan las diferencias significativas encontradas entre el puntaje de la UANL y el puntaje de las otras universidades en las habilidades de control de ansiedad, concentración, motivación y énfasis de equipo.

**Tabla 11. Comparación de medias por habilidades según la media de la UANL con respecto a la media de las otras universidades.**

Variables	Media	Media	<i>t</i>	Sig.	Diferencia de medias
Control de Ansiedad	UANL	3.05	2,443	,016	,1040
	Otras	3.15			
Motivación	UANL	3.73	- 4,580	,000	-,2384
	Otras	3.49			
Concentración	UANL	3.48	3,329	,001	,1893
	Otras	3.66			
Énfasis de equipo	UANL	3.84	3,073	,003	,1361
	Otras	3.97			

En la tabla 11 podremos notar que la habilidad psicológica más destacable de la UANL es la Motivación, la cual logra tener una media con gran diferencia a comparación de las demás universidades. En lo que respecta a la habilidad de Control de ansiedad, es donde las demás universidades están por encima de la media de la UANL, al igual que en la concentración. Siendo Énfasis de equipo la habilidad en la cual presentan más diferencia de medias entre la UANL y las otras universidades de procedencias, dándole la ventaja a las universidades externas sobre el mejor manejo de esta habilidad.

## **CAPÍTULO VI.**

### **CONCLUSIONES**

Es relevante mencionar que los deportistas participantes en este torneo, demostraron buen control de ansiedad, ya que el riesgo de cometer errores no representa un motivo de preocupación previo y durante los partidos, sin embargo y en contraparte, sobresalen los resultados que los deportistas tienen en relación con la sensación de aplicación de energía para mantenerse calmados(as) durante las competencias, lo que puede representarse por las características físicas del deporte. En el aspecto de la concentración durante la competencia, los deportistas manifiestan que las buenas ejecuciones les permiten mantenerse muy atentos en sus tareas técnicas y tácticas, mientras que las malas ejecuciones o resultados de un partido, las respuestas arrojan la media más baja entre los deportistas.

En el aspecto de la Confianza, los deportistas hacen evidente su buena fe para la obtención de resultados satisfactorios, a partir del dominio de los diferentes factores del entrenamiento deportivo, ya que al completar todo el proceso de formación atlética, les genera amplia seguridad para la ejecución en competencias, pero lo que puede disminuir la confianza, es precisamente el no haber completado un proceso de preparación deportiva, por las razones más comunes, como son las lesiones ó el poco dominio de los elementos tácticos y técnicos utilizados para competencia. Al completar un proceso de formación, podemos observar que los deportistas manifiestan valores altos en los resultados para la práctica de visualización previa a las competencias, como ejercicio de ayuda para realizar mejores ejecuciones.

En el aspecto de la Motivación de los deportistas, es pertinente mencionar que ellos manifestaron altos niveles de la misma, como medio esencial para la práctica de su disciplina deportiva, sin dejar de tomar en cuenta que estos equipos ya pasaron por la etapa estatal respectiva. Dichos resultados se confirmaron, cuando los sujetos establecieron en sus respuestas que no requieren mayor trabajo para mejorar la motivación. Coadyuvando con el factor anterior, la población estudiada

nos arroja resultados altos en el disfrute que ellos tienen durante la práctica deportiva, lo que resulta como un medio importante para los deportes en equipo, y se corrobora con los valores más bajos encontrados, en los planteamientos que hacen referencia a la ejecuciones individuales.

Como se puede observar en las tablas de resultados, algunos valores entre género, nos hacen pensar que la práctica del Fútbol rápido todavía se percibe con matices masculinos, ya que en tres de las habilidades psicológicas observadas, se encontraron diferencias significativas, aunque faltaría ampliar el estudio, en razón de la población y deportes de características similares.

El presente estudio arrojó un resultado significativo en cinco de las seis habilidades valoradas. Las mujeres presentaron niveles más altos de concentración, confianza, énfasis de equipo y controlan mejor la ansiedad que los hombres. El énfasis de equipo fue la única habilidad que no presentó diferencias significativas entre ambos géneros.

## Referencias

- Andrade, E., Lois, G., y Arce, C. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del inventario de ansiedad competitiva (CSAI-2R) en deportistas. *Psicothema*, 19. 150-155.
- Anshel, M. (1987). Psychological inventories used in sport psychology research. *The Sport Psychologist*, 1, 331 – 349.
- Anshel, M., Freedson, P., Hamill, J., Haywood, K., Horvat, M., y Plowman, S. (1991). *Dictionary of the sport and exercise sciences*. Champaign, IL: Human kinetics.
- Barnett, N.P., Smoll, F.L. y Smith, R.E. (1992). Effects of enhancing coach – athlete relationships on youth sport attrition. *The Sport Psychologist*, 6, 111 – 127.
- Bebetsos, E. y Antoniou, P. (2003). Psychological skills of greek bádminton athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 97, 1289 – 1296.
- Buceta, J.M. (1998). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid. Dykinson
- Buceta, J.M. (1998). *Psicología del Entrenamiento Deportivo*. Madrid: Dykinson.
- Burton, D. y Martens, R. (1986). Pinned by their own goals: an explanatory investigation into why kids drop out of wrestling. *Journal of Sport Psychology*, 8, 183-197
- Cantón, E.C., Checa, I.E. y Ortin, F.M. (2009). Intervención psicológica con un nadador de medio acuático abierto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9, 57 -66.
- Cechini, J.A., González, C., Carmona, A. M. y Contreras, O. (2004). Relaciones entre clima motivacional, la orientación de meta, la motivación intrínseca, la autoconfianza, la ansiedad y el estado de ánimo en jóvenes deportistas. *Psicothema*, 16. 104-109
- Cervelló, E.M. (1996). *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. Valencia: Publicaciones de la Universidad de Valencia.

- Cruz, J. (1994). L'assessorament psicològic a entrenadors: experiència en bàsquet d' iniciació. *Apunts. Educació Física i Esport*, 35, 5 – 14.
- Dosil, J. (2002). *El psicólogo del deporte. Asesoramiento e intervención*. Madrid: Síntesis.
- Duffy, P. (2007) The UK Coaching Framework. *Physical Education Matters*, 2. 15 – 19.
- García, A., Cruz, J., y Estrany, B. (2004). Como recoger la información de la psicología de la actividad física y el deporte: Tras ejemplos y algunas consideraciones. *Cuaderno de Psicología del Deporte*, 4, 129-151.
- Garcés de los Fayos, E.J., Oldmedilla, A. y Jara, P. (2006). *Psicología y deporte*. Murcia: Diego Marín Editor.
- Gaudreau, P. y Blondi, J.P. (2002). Development of a questionnaire for assessment of coping strategies employed by athletes in competitive sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 3. 1 - 34.
- Gimeno, F., Buceta, J., y Pérez – Llantada, M. (2001). El cuestionario *Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD)*: Características psicometricas. *Análise Psicologicas*, 1. 93 - 133
- Godoy – Izquierdo, D. y Vélez, M. (2007). Asesoramiento psicológico a padres de deportistas jóvenes. *Los deportes de raqueta y pala: Fundamentos y aplicaciones de las ciencias del deporte: Tenis de Mesa*. Zaragoza: Universidad Zaragoza
- Gould, D., Tammen, V., Murphy, S. Y May, J. (1989). An Examination of U.S. Olympic sport psychology consultants and the services they provide. *The Sport Psychologist*, 3, 300 – 312.
- Highlen, P.S. y Bennet, B.B. (1979). Psychological characteristics of successful and non succesfull elite wrestlers: An exploratory study. *Journal of Sport Psychology*, 1. 123 – 137.
- Jaenes, J.C. y Caracuel, J.C. (2005). *Maratón. Preparación psicología para el entrenamiento y la competición*. Córdoba: Almuzara.

- Junichi, M. y Hajime, K. (2007). Psychological skill training for the Japanese soccer team in 2005 Universiade game in Izmir. *Journal of Sport Science and Medicine*, 6, 88.
- Landi, S., Benedetti, S. y Merla, G (2007). The goalkeepers' bravery: A self – efficacy study. *12th European Congress of Sport Psychology*. Halkidiki, Greece.
- Lois, G., y García, E.M. (2001). Bienestar, salud y ejercicio físico: práctica deportiva deportiva y opinión de los adolescentes. Trabajo presentado en el XIII Congreso Nacional de Psicología del deporte y la Actividad física. Pontevedra, España.
- López – Walle, J. (2002) Adaptación al español del inventario de habilidades Psicológicas para el Deporte (PSIS – 5). Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- López – Walle, J., Pappous, A., Tristán, J., Vences, A. (2009). Propiedades psicométricas del inventario de habilidades psicológicas para el deporte (psis r – 5) con atletas mexicanos. *Revista de Ciencias del Ejercicio – FOD*, 5 (2), 20 – 37.
- López.J.C. (2009). Habilidades psicológicas para la mejora del rendimiento en tenis de mesa. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9. 53 – 72.
- Mahoney, M., Gabriel, T.J., y Perkins, T.S. (1987). Psychological Skills and Exceptional Athletic Performance. *The Sport Psychologist*, 1, 181 – 199.
- Martín, G. (2003). La mujer futbolista desde la perspectiva psicológica. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 3. 7 – 15.
- Moreno, A. (2006). *Las emociones y el burnout el deporte base*. Argentina: El CidEditor.
- Munroe – Chandler, K.J., Murphy, L., Hall, C.R., y Fishburne, G (2007). Speed / accuracy trade – off: An explanation for soccer imagery intervention?. *12th European Congress of Sport Psychology*. Halkidiki, Greece.
- Nelson, D., y Hardy, L. (1990). The development of an empirically validated tool for measuring psychological skill in sport. *Journal of Sports Sciences*, 8- 71.

- Nicholls, A.R. y Polman, R. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sport Sciences*, 25. 11 – 31.
- Nuñez, J.L., Martín – Albo, J., León, J., González, V.M. y Domínguez, E. (2011). Propuesta de un modelo explicativo del bienestar psicológico en el contexto deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 223 – 242.
- Oldemilla, A., Ortega, E., Andreu, M. y Ortín, F. (2010). Entrenamiento de habilidades psicológicas en futbolistas: evaluación de eficacia. *Revista de Psicología del Deporte* 2, 249 – 262.
- Orlick, T. (2004). *Entrenamiento mental: como vencer en el deporte y en la vida*. Barcelona: Paidotribo
- Palenzuela, D.L., Gutiérrez. y Avero, P. (1998). Ejercicio Físico regular como un mecanismo de protección contra la depresión en jóvenes. *Psicothema* 10, 29 – 39.
- Pujals, C. y Fiorese Viera, L. (2002). Análise dos fatores psicológicos que interferem no comportamento dos atletas de futebol de campo. *Revista de Educacao Física*, 13. 89 – 97.
- Reche, C., Cepero, M., y Rojas, F. (2010). Efecto de las experiencias deportivas en las habilidades psicológicas de esgrimistas del ranking nacional español. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10. 33 - 42.
- Riera, J., (1985). *Introducción a la psicología del deporte*. Barcelona: Martinez Roca.
- Roberts, G.C. (1992). Motivation in sport and exercise: Conceptual constraints and convergence. En G.C. Roberts (Ed), *Motivation in Sport and Exercise* (pp 3-29). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Smith, R.E. (1989). Athletic stress and burnout: conceptual models and intervention strategies. En D. Hackfort y C.D. Spielberger: *Anxiety in sport: An International perspective*. 183 – 201. Nueva york, NY: Hemisphere.
- Smith, R.E., Schutz, R.W., Smoll, F.L. y Ptacek, J.T. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport – specific psychological skill: The athletic coping skills inventory – 28. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 379 – 398.

- Torre, E. (1998). La actividad física deportiva extraescolar y su interrelación con el área de educación física en el alumnado de Enseñanzas Medias. Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- Tutko, T.A., Lyon, L.P., y Ogilvie, B.C. (1969). Athletic Motivation Inventory. San Jose, C.A.: Institute for Study of Athletic Motivation. En Duda, J.L. *Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement*. Morgantown, W.V, USA: Fitnees Information Technology, Inc.
- Viadé, A. (2003). *Psicología del rendimiento deportivo*. Barcelona: Editorial UOC
- Villar, A. F. y Arroyo, M. M.P (2003). *El entrenador deportivo: Manual práctico para su desarrollo y formación*. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Weinberg, R.S. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.
- Weinberg, R.S. y Gould, D. (2001). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. Porto Alegre: Artmed Editora.
- Weiss,M.R. y Ferrer – Caja,E. (2002). *Motivational orientations in sport*. En. T.S. Horn (Ed.), *Avances in Sport Psychology* 2a ed Champaing, IL: Human Kinetics.101 – 183.



# ANEXOS

# **ANEXO 1**

## **Convocatoria.**



**CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACIÓN, A.C.**  
**REGIÓN I**  
**CONVOCATORIA**



El Consejo Nacional del Deporte de la Educación Superior a través de la Universidad Autónoma de Nuevo León organizadora de la eliminatoria de **FUTBOL RAPIDO** y el ITESM Campus Monterrey responsable técnico de la Región I, **CONVOCAN** a las Instituciones de Educación Superior afiliadas al CONDDC, a participar en el Torneo Regional del 2012 bajo las siguientes:

**Bases**

**Lugar y fecha:**

Se llevará a cabo en la cancha de la DGD de la UANL del 1 al 4 de Marzo del 2012

**Categorías y rama:**

Única Superior, ramas femenil y varonil.

**Participantes:**

Podrán participar los 2 (dos) equipos representativos de las instituciones de Educación Superior que califiquen a esta etapa de los Estados de Nuevo León, Tamaulipas y Coahuila afiliadas al CONDDC y que cumplan con el reglamento del mismo.

**Junta Previa:**

Será el jueves 1 de marzo del 2012, a las 12:00 hrs. en el Auditorio de la Dirección General de Deportes de la UANL

**Inscripciones:**

A partir de la publicación de la presente, en el 2° Piso de la Dirección General de Deportes de la Universidad Autónoma de Nuevo León, ubicada en Cd. Universitaria al Tel. (01-81) 13 40 43 55 y 13 40 43 56. Cerrándose el día de la revisión de documentos programada para su Estado en la Coordinación Regional.

**Reglamento:**

Se registrará bajo el reglamento de la Federación Nacional de Fútbol Rápido y del CONDDC.

**Número de jugadores por equipo:**

Se registrarán 14 jugadores y 1 entrenador o 13 jugadores y 2 entrenadores en la etapa regional y nacional como máximo.

**Arbitraje:**

Será proporcionado por el Consejo Nacional del Deporte de la Educación, Región I y cada Estado deberá proporcionar un tercio de los árbitros necesarios para llevar a cabo el evento

**Sistema de Competencia:**

Se formará un solo grupo jugándose todos contra todos, sin final. Inicia el torneo el 1 de Marzo/12 a partir de las 13:00 hrs. y se programará un día jornada doble

**Uniformes:**

Deberá portar el que lo identifique plenamente con su Institución.

**Balones:**

Cada equipo deberá presentar dos balones oficiales del número 4, en condiciones de ser jugados en cada partido.

**Transporte:**

Cada institución participante cubrirá sus gastos.

**Hospedaje:**

Será en el Hotel Holiday Inn Norte Universidad, Ave. Universidad 101, Colonia Anáhuac en San Nicolás de los Garza, Nuevo León  
Teléfono: (01 81) 81 58 00 00

**Alimentación:**

Se reciben a las Delegaciones con la comida del 1 de Marzo y se despiden con la comida del 4 de Marzo, en la junta previa se les informará el lugar en donde se darán los alimentos.

**Clasificación:**

Califican el 1° y 2° lugar de cada rama a la Universiada Nacional Estudiantil a celebrarse en la Universidad Veracruzana, del 16 al 30 Abril 2012.

**Riesgo Deportivo:**

El comité organizador declina la responsabilidad en caso de cualquier accidente sufrido durante el evento por considerarlo como riesgo deportivo.

**Transitorio:**

Todo lo no previsto en la presente convocatoria será resuelto por el comisionado técnico y el comité organizador.

Ing. Jaime Cesar Vallejo Salinas  
Universidad Autónoma de Nuevo León  
Coordinador de la Región I del CONDDC

Prof. Carlos Marcos Zablah  
Comisionado Técnico  
ITESM C. Monterrey

# **ANEXO 2**

## Cedulas de Inscripción



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACION, A. C.



### UNIVERSIADA NACIONAL 2012

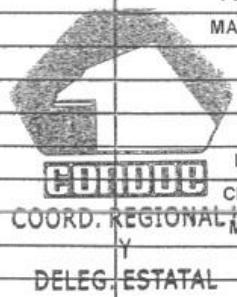
### CEDULA DE INCRIPCION FÚTBOL DE BARDAS

REGION  ESTADO

INSTITUCION  SIGLAS

VARONIL  FEMENIL

	APELLIDOS	NOMBRE(S)	NUMERO
1.	ONOFRE SUAREZ	ANGELA MARIA	4
2.	GUILLERMO MACIAS	ROCIO GUADALUPE	5
3.	POSADA RAMOS	KAREN PATRICIA	6
4.	CRUZ SALDUA	CLAUDIA	7
5.	HERRERA ECHAVARRIA	PERLA ESMERALDA	8
6.	TAVARES RODRIGUEZ	MARICELA ELIZABETH	9
7.	LEDEZMA LARA	OLGA CECILIA	10
8.	RAMIREZ CABELLO	ZAIRA VIVIANA	11
9.	ROSAS REYNA	CINTHIA ROCIO	12
10.	PAREDES SAGAHON	LAURA PATRICIA	13
11.	SALAZAR HERNANDEZ	CLAUDIA ARIZBETH	14
12.	SOLIS VARELA	MARTHA SABRINA	15
13.	RUIZ CISNEROS	SALMA IBETH	16
14.	AGUIRRE SOBERON	FABIOLA	17



	APELLIDOS	NOMBRE(S)
ENTRENADOR(A)	GONZALEZ MEJIA	ANA LUISA
ASISTENTE		

ING. CESAR VALLEJO SALINAS  
 COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

PROF. ISMAEL TORRES ALVARADO  
 DELEGADO ESTATAL DEL CONDEP

Prof. Inocencio Santiago Rodriguez  
 ESC Normal de Educ. Fisica



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACION, A. C.



## ESTATAL Y REGIONAL 2012

### CEDULA DE INCRIPCION FÚTBOL DE BARDAS

REGION  ESTADO

INSTITUCION  SIGLAS

VARONIL  FEMENIL

	APELLIDOS	NOMBRE(S)	NUMERO
1.	DE LEON ZUÑIGA	ROSA ISELA	1
2.	ROCHA ROCHA	CINTHYA	2
3.	LUJANO RODRIGUEZ	ITZEL DEL CARMEN	3
4.	TORRES CASTILLO	SARAHÍ	4
5.	SILVA VARGAS	LILIAN YAMILE	5
6.	TORRES MEJIA	MIRIAM SARAHÍ	6
7.	SANCHEZ TRISTAN	ANGELA THALIA MAGALY	7
8.	CHARLES TORRES	ANA LUCIA	8
9.	MENDEZ CABELLO	BETANIA	9
10.	HERNANDEZ MUÑIZ	KARLA YUDITH	10
11.	PINEDA BARRERA	SUSANA LIZBETH	11
12.	FLORES AVILA	ANGELICA MARIA	12
13.	GUERRA LLARENA	VANIA G.	13
14.	SOSA RIOS	BERENICE	14

	APELLIDOS	NOMBRE(S)
ENTRENADOR(A)	AVALOS VAZQUEZ	FIDEL
ASISTENTE	MARTINEZ SAAVEDRA	JOSE ALFREDO

  
COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

  
DELEGADO ESTATAL DEL CONDDC



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACION, A. C.



ESTATAL Y REGIONAL 2012

CEDULA DE INSCRIPCION
FÚTBOL DE BARDAS

REGION NORESTE ESTADO TAMAULIPAS

INSTITUCION UNIVERSIDAD AUTONOMA DE TAMAULIPAS SIGLAS U A T

VARONIL X FEMENIL

Table with 4 columns: Numero, Apellidos, Nombre(s), and Numero. Contains 19 rows of player information, including names like PORTILLA MALDONADO, CHAN ALANIS, and SANTIAGO SANTIAGO.

Table with 3 columns: Rol, Apellidos, and Nombre(s). Lists roles: ENTRENADOR(A) AGUILAR LUGO LUIS ANGEL, ASISTENTE 1 SANCHEZ GUZMAN DANIEL.

COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

DELEGADO ESTATAL DEL CONDEE

Handwritten signature/initials

Handwritten signature and text: FIOGLAVALES V.



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACION, A. C.



### UNIVERSIADA NACIONAL 2012

### CEDULA DE INCRIPCION FÚTBOL DE BARDAS

REGION  ESTADO

INSTITUCION  SIGLAS

VARONIL  FEMENIL

	APELLIDOS	NOMBRE(S)	NUMERO
1.	MARTINEZ MUÑIZ	CHRISTIAN IVAN	23
2.	ORTIZ AGUILLON	JORGE ENRIQUE	5
3.	VASQUEZ MONTES	MIGUEL ANGEL	4
4.	MEDINA GUTIERREZ	ABRAHAM USIEL	2
5.	LOPEZ HERNANDEZ	ERICK ALBERTO	6
6.	CERDA HERRERA	CESAR ALEJANDRO	9
7.	ORTIZ SANTOS	JOSE AGUSTIN	14
8.	SEGURA GARCIA	ELIO DAVID	3
9.	CAMPO RICO	ELISANDRO	10
10.	CANALES SANCHEZ	GILBERTO	27
11.	ANGUIANO RIVAS	WILLIAMS EFRAIN	8
12.	RAMIREZ PALOMO	EDGAR ORLANDO	7
13.	PEREZ SALDAÑA	NATANAEL	11
14.	AGUIRRE SOBERON	DANIEL	1

	APELLIDOS	NOMBRE(S)
ENTRENADOR(A)	SANTIAGO RODRIGUEZ	INOCENCIO
ASISTENTE	<del>MARIN ANGUIANO</del>	<del>LUIS ANTONIO</del>

ING. JAIMECESAR VALLEJO SALINAS  
COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

PROFR. ISMAEL TORRES ALVARADO  
DELEGADO ESTATAL DEL CONDEE

*Prof. Inocencio Santiago Rodriguez  
Esc Normal de Educacion Fisica*





CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACION, A. C.

**UNIVERSIADA NACIONAL 2012**

**CEDULA DE INCRIPCION**

**FÚTBOL DE BARDAS**

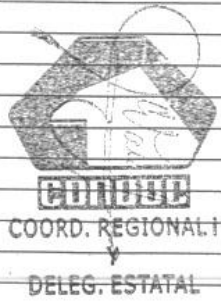


REGION  ESTADO

INSTITUCION  SIGLAS

VARONIL  FEMENIL

	APELLIDOS	NOMBRE(S)	NUMERO
1.	MARTINEZ GARCIA	ANGEL ALEXIS	
2.	GARCIA BARBOZA	JAIR DE JESUS	
3.	CHAVEZ MONSIVAIS	MIGUEL ANGEL	
4.	ORTEGA DE LA ROSA	RAUL	
5.	CRUZ LUNA	CARLOS ALBERTO	
6.	CHAVEZ MONSIVAIS	JOSE DANIEL	
7.	CASTILLO ZARATE	MOISES	
8.	GASTELUM VILLAGOMEZ	JORGE ADRIAN	
9.	QUEZADA VILLARREAL	EDGAR ALEJANDRO	
10.	ARJONA RODRIGUEZ	DANIEL ANGEL	
11.	TENIENTE LIRA	HETZON EMMANUEL	
12.	GUERRA ESPEJEL	DIEGO ALEXIS	
13.	GALVAN PINEDA	CARLOS ALBERTO GEOVANNY	
14.	MONTEMAYOR REYNA	GERARDO ENRIQUE	
15.	COVARRUBIAS AMADOR	LORENZO ANTONIO	
16.	OTAKARA CORTEZ	RICARDO TAKECHI	
17.	CHAPA GARCIA	JULIAN	
18.	PEÑA MARTINEZ	JORGE ALFREDO	
19.	SIERRA GAITAN	JOSE JUAN	
20.			



	APELLIDOS	NOMBRE(S)
ENTRENADOR(A)	COSTILLA GOMEZ	JOSE VALERIO
ASISTENTE	CRISPIN PEREZ	DANIEL

ING. JAIME CESAR VALLEJO SALINAS  
COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

ING. JAIME CESAR VALLEJO SALINAS  
DELEGADO ESTATAL DEL CONDEE

*Handwritten signature and date:*  
29 Feb - 2012



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACION, A. C.



## UNIVERSIADA NACIONAL 2012

### CEDULA DE INCRIPCION FÚTBOL DE BARDAS

REGION  ESTADO

INSTITUCION  SIGLAS

VARONIL  FEMENIL

	APELLIDOS	NOMBRE(S)	NUMERO
1.	FLORES-FLORES <i>10 BASA</i>	OMAR ARTEMIO	10
2.	SANDOVAL SANCHEZ <i>12</i>	JOSE OMAR	11
3.	VALDERRAMA DE PINO <i>4</i>	CARLOS ADRIAN	6
4.	LUNA CASTILLO <i>9</i>	HUMBERTO EMILIO	18
5.	DE HARO MARTRINEZ <i>10</i>	YOBAIN	13
6.	ESTEVEZ GARCIA <i>1</i>	ALBERTO	1
7.	RODRIGUEZ AGUILAR <i>3</i>	GREGORIO GUILLERMO	15
8.	ARTEAGA MORA <i>8</i>	EDSON	20
9.	MARTINEZ ALMARAZ <i>2</i>	DANIEL ALBERTO	17
10.	DAN BAUTISTA <i>11</i>	ALFREDO	26
11.	HOYOS GARCIA <i>3</i>	JORGE ENRIQUE	23
12.	VARGAS GARZA	COORD. REGIONAL ALFREDO	8
13.	TOLEDANO GONZALEZ <i>7</i>	Y HECTOR JESUS	16
14.	DELEG. ESTATAL		

	APELLIDOS	NOMBRE(S)
ENTRENADOR(A)	DE LEON	ROBERTO
ASISTENTE	LEAL GARZA	GUSTAVO ADOLFO

*Jaime Carlos Vallejo Salinas*  
Ing. Jaime Carlos Vallejo Salinas  
COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

*Efraín Rangel Torres*  
Ing. Efraín Rangel Torres,  
DELEGADO ESTATAL DEL CONDDE



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACION, A. C

**UNIVERSIADA NACIONAL 2012**

**CEDULA DE INCRIPCION**

**FÚTBOL DE BARDAS**



REGION  ESTADO

INSTITUCION  SIGLAS

VARONIL  FEMENIL

	APELLIDOS	NOMBRE(S)	NUMERO
1.	SANDOVAL SIERRA <i>BAJA</i>	LILIAN GUADALUPE <i>BAJA</i>	1
2.	AMIEVA ORTIZ	ALEJANDRA	26
3.	RODRIGUEZ PIÑA	JACQUELINE ALEJANDRA	13
4.	OROBIO ORTIZ	BRENDA	20
5.	ALMAGUER SANCHEZ	ELDA MARGARITA	7
6.	SALAZAR CARRILLO	MAYRA ALEJANDRA	99
7.	MALDONADO SANTANA	MAYRA ALEXANDRA	33
8.	PRECIADO DAUTT	ANGELICA VIRIDIANA	77
9.	SADA CORRAL	STEPHANIE ABIGAIL	8
10.	CEPEDA GARCIA	ALEJANDRA	15
11.	HERRERA CIENFUEGOS	TANIA YAZMIN	22
12.	ROSALES ZAMARRON	NAVIL ELIZABETH	25
13.	LEDEZMA DUARTE	BRISEYDA DEL ROSARIO <i>- BAJA</i>	
14.	RODRIGUEZ ORTEGA	VANESSA JANNETH	4
15.	ROQUE SALAZAR	CYNTHIA GUADALUPE	
16.	OLIVA VALDEZ	BRISA IRIS <i>- BAJA</i>	
17.	SANCHEZ ALVAREZ	ANA MIRELA	18
18.	CELEDON ARRIAGA	ANA GABRIELA	24
19.	GONZALEZ DE LOS SANTOS	MONICA YOLANDA	
20.	ALVARADO ZAVALA	JUDITH MARISOL	2

21.	SALAZAR MARTINEZ	BIBIANA OLIMPIA	
	<b>APELLIDOS</b>	<b>NOMBRE(S)</b>	
ENTRENADOR(A)	PIÑA BUSTOS	ANTONIO	
ASISTENTE	GAMEZ	MARCO ANTONIO	

ING JAIME CESAR VALLEJO SALINAS  
COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

ING JAIME CESAR VALLEJO SALINAS  
DELEGADO ESTATAL DEL CONDEME

28-Feb-2012



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACION, A. C.



### ESTATAL 2012

### CEDULA DE INCRIPCION FÚTBOL DE BARDAS

REGION  ESTADO

INSTITUCION  SIGLAS

VARONIL  FEMENIL

	APELLIDOS	NOMBRE(S)	NUMERO
1.	ZAPATA CARRIZALEZ	HOMERO EDUARDO	
2.	DOVALI CABELLO	ERNESTO	
3.	VALDES PEREZ	SERGIO RAUL	
4.	SALINAS FLORES	SERGIO RAUL	
5.	RODRIGUEZ AGUILAR	FRANCISCO JAVIER	
6.	CERVANTES GUTIERREZ	DANIEL EDUARDO	
7.	RUELAS ESPARZA	JOSE	
8.	SOSA MARTINEZ	ALANA JAVIER	
9.	URBINA CELESTINO	LUIS ANTONIO	
10.	HERNANDEZ CAMARILLO	LUIS ALFONSO	
11.	MORALES CARRASCO	JOSAFATH	
12.	GOMEZ RODRIGUEZ	JORGE	
13.	ROSALES CABRALES	JORGE ALBERTO	
14.	ESPINOZA GARCIA	MIGUEL	

	APELLIDOS	NOMBRE(S)
ENTRENADOR(A)	MONROY	JESUS
ASISTENTE		

*[Signature]*  
COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

*[Signature]*  
DELEGADO ESTATAL DEL CONDDE



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACIÓN, A. C.

REGIONAL 2012

CEDULA DE INSCRIPCIÓN  
FÚTBOL RAPIDO

REGION  ESTADO

INSTITUCION  SIGLAS

VARONIL  FEMENIL

FIN	APELLIDOS	NOMBRE(S)	NUMERO
1.	TORRES GONZALEZ	FATIMA AIDE	
2.	AYALA TOVAR <i>BASA</i>	<i>BASA</i> KARLA NAILEA-	
3.	CEBALLOS RODRIGUEZ	BRENDA IVONNE	
4.	SCHETINO IBARRA	IBETH ADRIANA	
5.	MARTINEZ MENDOZA	MARIA MADELEINE	
6.	PADRON MACIAS	ANA KAREN	
7.	RODRIGUEZ GUERRERO	DANIELA ALONDRA	
8.	LIRA LICEA	MARTHA MARICELA	
9.	MORALES CONTRERAS	WENDY ELIZABETH	
10.	RODRIGUEZ ESTRADA	KARLA ELENA	
11.	VILLANUEVA MORAN	VERONICA ELIZABETH	
12.	DOMINGUEZ JACOBO	ANA GISEL	
13.	TORRES LAGOS	LAURA VIRIDIANA	
14.	RIOS DE LIRA	CLAUDIA	



	<i>AYALA TOVAR</i>	<i>KARLA NAILEA</i>
ENTRENADOR(A)	DOMINGUEZ	MARIBEL
ASISTENTE		

COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

DELEGADO ESTATAL DEL CONDE *1/03/12*



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACION, A. C.



### ESTATAL Y REGIONAL 2012

### CEDULA DE INCRIPCION FÚTBOL DE BARDAS

REGION  ESTADO

INSTITUCION  SIGLAS

VARONIL  FEMENIL

	APELLIDOS	NOMBRE(S)	NUMERO
1.	Piña Zamudio	Alejandra	
2.	Menchaca Flores	Itzel Alejandra	
3.	Guevara Herrera	Sandra Thalía	
4.	Carrera Narváez	Luz María	
5.	González González	Mariana	
6.	Rodríguez Maldonado	Erika Adriana	
7.	Ramírez Pérez	Maryel Azaeth	
8.	Álvarez Zavala	Paola Alicia	
9.	López Juárez	Susana	
10.	Rocha Vázquez	Daniela Guadalupe	
11.	Valdez Partida	Claudia Alejandra	
12.	Meléndez de León	Sonia Alejandra	
13.	Velázquez García	Katya Margarita	
14.			



	APELLIDOS	NOMBRE(S)
ENTRENADOR(A)	Perales Ruiz	Alejandro
ASISTENTE	Maldonado Aguilar	José Salvador

COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

DELEGADO ESTATAL DEL CONDEE



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACIÓN A.C.



UNIVERSIADA NACIONAL 2012

CEDULA DE INSCRIPCION  
FUTBOL RAPIDO

Región

Estado

Institución

siglas

	Varonil	Femenil	X	
	Apellidos		Nombres	
			Número	
1	ZEPEDA MARTINEZ	MAGDALENA CAROLINA	8	
2	GALLEGOS DAVILA	ROSAURA	9	
3	GARCIA HERRERA	MARIELA	29	
4	PONTIGO CARMONA	ANA GUADALUPE	7	
5	BUENO ESQUIVEL	ELIA PAULINA	2	
6	TOUSSAINT SALMON	MAYRA ALEJANDRA	14	
7	GONZALEZ ESCOBAR	ALEJANDRA	4	
8	ESTRELLA SAAVEDRA	IERANDY	25	
9	LADRON DE GUEVARA	ANJULI MARIANA	34	
10	LOPEZ MENDOZA	DIANA ANAI	18	
11	ESTRELLA SAAVEDRA	IERANDY	25	
12	ELIZONDO OCHOA	MARIA FERNANDA	21	
13	MENDEZ VASCONCELOS	DANIELA MARTIN	6	
14	PONTIGO CARMONA	MARIA FERNANDA	23	
15	SANCHEZ BARRON	KARLA NIGHTE-HA	19	
16	LOPEZ CASTILLO	LUZ DEL CARMEN	20	
17	FERRAL MONTALVAN	CRISTINA DEL CARMEN	3	
18	ROMERO MANDUJANO	KISSEL CAROLINA	32	
19	MUNOZ DE LA GARZA	VALERIA BETZABE	16	
20	CORRAL ANG	VERONICA CHARLYN	27	

LIC. FRANK GONZALEZ ORTIZ  
DIRECTOR DE DEPORTES

CARLOS MARCOS ZABLAH  
ENTRENADOR

ING. JAIME VALLEJO SALINAS  
COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

ING. JAIME VALLEJO SALINAS  
DELEGADO ESTATAL DEL CONDEE



Recibi cedula: # 10/0/12  
Luis Rodolfo Shears Guerra



CONSEJO NACIONAL DEL DEPORTE DE LA EDUCACIÓN A.C.



UNIVERSIADA NACIONAL 2012

CEDULA DE INSCRIPCION  
FUTBOL RAPIDO

Región

Estado

Institución

siglas

Varonil

Femenil

	Apellidos	Nombres	Número
1	González Lozano	Federico	1
2	Garrido Treviño	Alejandro	2
3	Pintado Sanchez	Pablo Alberto	4
4	Frech Schaffino	David	5
5	Alfaro Aguirre	Isaac	6
6	Hazouri Flores	Jorge de Jesús	7
7	Pineda Alanís	José Andrés	8
8	Palacios Garza	Miguel Ángel	9
9	Frech Schaffino	Emilio	10
10	Pérez Borrego	Sebastián	15
11	Patiño García	José Mauricio	17
12	Ríos de León	René Iván	18
13	González Cortés	Carlos Ulises	19
14	Palacio Villalobos	Tomás Eduardo	21
15	Garza Rodríguez	Andrés Marcelo	24
16	Pineda Alanís	Gilberto	28
17	Guerrero Caraveo	Joaquín	33
18	Rodríguez Sauza	Antonio	57
19	Méendez Vázquez del Mercado	David Marcelo	77
20	Sánchez Buenfil	Francisco Javier	99

ENTRENADOR(A)	APELLIDOS	NOMBRE(S)
	Martínez Gallegos	Juan Bosco

*Valero*  
 LIC. FRANK GONZÁLEZ ORTIZ  
 DIRECTOR DE DEPORTES  
 ING. JAIME VALLEJO SALINAS  
 COORDINADOR GENERAL DE LA REGION

*Valero*  
 ING. JAIME VALLEJO SALINAS  
 DELEGADO ESTATAL DEL CONDDE

Recibido

Educación Física

*Juan Bosco mtz.*  
 Juan Bosco Martínez Gallegos



# **ANEXO 3**

## **Instrumento**

### INSTRUCCIONES

***Instrucciones:*** Las frases del cuestionario tratan varios aspectos del rendimiento y competición atlética. Valore por favor cada frase según describa mejor su propia experiencia. Haga una cruz dentro del paréntesis (X) que mejor represente su grado de acuerdo con la idea expresada en la frase. Por favor conteste con sinceridad, **no hay respuestas buenas ni malas. Sus respuestas son confidenciales.**

A continuación, se presenta un ejemplo sobre cómo responder. Primero, lea la frase. Después, tras pensar su respuesta, si piensa que el contenido no representa su experiencia puede hacer una cruz (X), en el paréntesis que muestra el ejemplo.

Ejemplo:

		Completamente en desacuerdo		Completamente de acuerdo	
1.	Me angustia mucho el no rendir bien en mi deporte.	( )	(X)	( )	( )

## PREGUNTAS DEMOGRÁFICAS

- 1) Edad
- 2) Género
- 3) Deporte
- 4) ¿Cuántos años llevas practicando ese deporte? \_\_\_\_\_

### **OPCIONAL** para deportistas de alto y medio rendimiento

De las siguientes opciones elige sólo una. ¿cual es la competición más importante que has participado en el último año?

- Mundial de la especialidad ( )
- Olimpiadas de Atenas ( )
- Juegos Panamericanos ( )
- Campeonatos Nacionales de la Especialidad ( )
- Universiadas Nacionales ( )
- Eventos locales o comunitarios ( )

### **OPCIONAL** para deportista de iniciación deportiva o no élite

¿Has realizado alguna competición oficial en el último año? Si ( ) No ( )

Su has contestado que sí, ¿en qué competición? \_\_\_\_\_

---

## INVENTARIO DE HABILIDADES PSICOLÓGICAS PARA EL DEPORTE (PSIS R-5)

	Completamente en desacuerdo		Completamente de acuerdo	
	( )	( )	( )	( )
1. Estoy muy motivado para practicar bien mi deporte.	( )	( )	( )	( )
2. A menudo tengo problemas para concentrarme durante mi actuación deportiva.	( )	( )	( )	( )
3. Frecuentemente sueño con la competición.	( )	( )	( )	( )
4. Estoy muy seguro de mis habilidades atléticas.	( )	( )	( )	( )
5. Me siento muy frustrado cuando mi compañero de equipo lo hace mal.	( )	( )	( )	( )
6. Estoy mucho más tenso <u>antes</u> de realizar la ejecución, que en la <u>misma</u> ejecución.	( )	( )	( )	( )
7. Trato de <u>no</u> pensar acerca de mi participación durante las 24hrs previas a la competición.	( )	( )	( )	( )
8. Siento frecuentemente "energías positivas" cuando mi ejecución es insólitamente buena.	( )	( )	( )	( )
9. A veces me falta motivación para entrenar.	( )	( )	( )	( )
10. Me llevo bien con mis compañeros de equipo.	( )	( )	( )	( )
11. Raras veces estoy tan tenso que esto interfiere en mi desempeño.	( )	( )	( )	( )
12. Ganar es <u>muy</u> importante para mí.	( )	( )	( )	( )
13. Suelo visualizar mi ejecución, justo antes de realizarla.	( )	( )	( )	( )
14. A la mayoría de las competiciones, voy seguro de que lo haré bien.	( )	( )	( )	( )
15. Suelo actuar mejor cuando me siento más tenso que cuando no lo estoy.	( )	( )	( )	( )
16. Cuando estoy ejecutando, ignoro casi totalmente al público.	( )	( )	( )	( )
17. Cuando realizo algo mal, tiendo a perder la concentración.	( )	( )	( )	( )
18. No tardo mucho en perder la confianza en mí mismo.	( )	( )	( )	( )
19. Me concentro más en mi ejecución que en la ejecución del equipo.	( )	( )	( )	( )
20. A menudo me entra el pánico durante los momentos previos a mi ejecución.	( )	( )	( )	( )
21. Cuando cometo un error, me cuesta trabajo olvidarlo para concentrarme en mi siguiente ejecución.	( )	( )	( )	( )
22. Me gustaría tener más motivación.	( )	( )	( )	( )
23. Una lesión leve o una mala práctica disminuyen la confianza en mí mismo.	( )	( )	( )	( )
24. Me fijo mis propias metas y generalmente las logro.	( )	( )	( )	( )
25. A veces siento una intensa ansiedad en plena ejecución.	( )	( )	( )	( )
26. Durante la ejecución, mi atención se despista de un lado a otro.	( )	( )	( )	( )
27. Disfruto trabajando con mis compañeros de equipo.	( )	( )	( )	( )

	Completamente en desacuerdo		Completamente de acuerdo	
28. Frecuentemente tengo dudas acerca de mis habilidades atléticas.	( )	( )	( )	( )
29. Gasto mucha energía al tratar de permanecer calmado antes de una competición.	( )	( )	( )	( )
30. Cuando empiezo a equivocarme, mi confianza disminuye muy rápidamente.	( )	( )	( )	( )
31. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.	( )	( )	( )	( )
32. Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	( )	( )	( )	( )
33. Cuando practico mentalmente mi ejecución, yo "me veo" realizándola (como si me mirara en un video).	( )	( )	( )	( )
34. Generalmente puedo permanecer seguro incluso durante una de mis peores actuaciones.	( )	( )	( )	( )
35. Cuando me preparo para la ejecución, trato de imaginar lo que <u>sentirán</u> mis músculos.	( )	( )	( )	( )
36. Mi auto-confianza experimenta altibajos.	( )	( )	( )	( )
37. Cuando mi equipo pierde, me siento mal (sin importar si yo actué bien o no).	( )	( )	( )	( )
38. Cuando me equivoco en mi ejecución, me siento angustiado.	( )	( )	( )	( )
39. Ahora mismo, lo más importante en mi vida es ir bien en mi deporte.	( )	( )	( )	( )
40. Soy bueno en controlar mi nivel de tensión.	( )	( )	( )	( )
41. Mi nivel de ansiedad baja rápidamente cuando comienzo mi actuación.	( )	( )	( )	( )
42. Mi deporte es mi vida entera.	( )	( )	( )	( )
43. Siempre he trabajado bien con mis entrenadores.	( )	( )	( )	( )
44. Tengo fe en mí mismo.	( )	( )	( )	( )
45. Cuando se aproximan las últimas horas antes de la competición, a menudo me gustaría estar mejor preparado.	( )	( )	( )	( )