

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**



**Título:**

**ANSIEDAD EN EL FUTBOL Y RENDIMIENTO DEPORTIVO EN  
FUTBOLISTAS ESCOLARES DE LA I.E. PEDRO E. PAULET,  
HUACHO 2017.**

**TESIS**

**Para obtener el grado de Licenciado en Educación Física y deportes**

**PRESENTADO POR:**

Bach. PEÑA FLORES, Diego Javier

**ASESOR:**

Lic. PALACIOS SERNA, Raúl Eduardo

**HUACHO – PERÚ**

**2017**

## ASESOR Y MIEMBROS DEL JURADO



---

Lic. PALACIOS SERNA RAÚL EDUARDO  
ASESOR



---

Mg. TORO DEXTRE, ELISEO  
PRESIDENTE



---

Lic. MEJIA GARCIA JORGE LUIS  
SECRETARIO



---

Dra. MARCELO ANGULO NORVINA MARLENA  
VOCAL

## **DEDICATORIA**

*Este trabajo lo dedico con mucho amor a Dios nuestro Padre por todas las bendiciones recibidas día a día.*

*A mi familia por su confianza y apoyo.*

*A mi asesor por todas las orientaciones brindadas en la realización del presente trabajo de investigación*

Diego Javier Peña Flores

## **AGRADECIMIENTO**

*Agradezco a Dios nuestro Padre por iluminar mi camino siempre*

*A mi amada familia por todo su apoyo a lo largo de mi formación profesional*

*A mi asesor y profesores por el apoyo académico otorgado.*

Diego Javier Peña Flores

## ÍNDICE GENERAL

<b>PORTADA</b> .....	<b>i</b>
<b>ASESOR Y MIEMBROS DEL JURADO</b> .....	<b>ii</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>iii</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>ÍNDICE GENERAL</b> .....	<b>v</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b> .....	<b>vii</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b> .....	<b>viii</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>x</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>xi</b>
<b>CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	<b>1</b>
1.1. Descripción de la realidad problemática .....	1
1.2. Formulación del problema .....	1
1.2.1. Problema General .....	1
1.2.2. Problemas específicos. ....	1
1.3. Objetivos de la investigación .....	2
1.3.1. Objetivo general. ....	2
1.3.2. Objetivos específicos.....	2
1.4. Justificación de la investigación.....	2
1.5. Delimitación del estudio.....	2
1.5.1. Delimitación espacial. ....	2
1.5.2. Delimitación temporal.....	3
1.5.3. Delimitación de recursos.....	3
1.6. Viabilidad del estudio.....	3
1.6.1. Viabilidad de la información.....	3
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>4</b>
2.1. Antecedentes de la investigación .....	4
2.1.1. Investigaciones Internacionales.....	4
2.1.2. Investigaciones Nacionales. ....	6
2.2. Bases teóricas .....	7
2.2.1. Ansiedad en el fútbol.....	7
2.2.2. Rendimiento deportivo.....	10
2.3. Definición de términos básicos .....	11
2.4. Formulación de la Hipótesis.....	13

2.5.1. Hipótesis General .....	13
2.5.2. Hipótesis Específicas.....	13
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA .....</b>	<b>14</b>
3.1. Diseño Metodológico .....	14
3.1.1. Tipo y diseño de investigación.....	14
3.1.2. Población y muestra. ....	14
3.2. Operacionalización de variables.....	15
3.3. Técnicas de recolección de datos .....	16
3.4. Técnicas para el procesamiento de la información.....	16
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS .....</b>	<b>17</b>
4.1. Análisis descriptivo por variable.....	17
4.2. Contrastación de hipótesis.....	26
4.2.1. Contrastación de hipótesis general. ....	26
4.2.2. Contrastación de hipótesis específica 1.....	27
4.2.3. Contrastación de hipótesis específica 2.....	28
4.2.4. Contrastación de hipótesis específica 3.....	29
4.2.5. Contrastación de hipótesis específica 4.....	31
<b>CAPÍTULO V: DISCUSIÓN .....</b>	<b>32</b>
<b>CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>34</b>
6.1. Conclusiones .....	34
6.2. Recomendaciones.....	35
<b>CAPÍTULO VII: REFERENCIAS.....</b>	<b>36</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>32</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Matriz de operacionalización de variables. ....	15
<b>Tabla 2.</b> Ansiedad en el Fútbol .....	17
<b>Tabla 3.</b> Rendimiento Deportivo .....	19
<b>Tabla 4.</b> Rendimiento Físico.....	21
<b>Tabla 5.</b> Rendimiento Técnico.....	22
<b>Tabla 6.</b> Rendimiento táctico .....	24
<b>Tabla 7.</b> Rendimiento psicológico. ....	25
<b>Tabla 8.</b> Relación entre entrenamiento integrado en futbol y estilo de vida .....	27
<b>Tabla 9.</b> Relación entre entrenamiento integrado en futbol y actividad física y deporte. ..	28
<b>Tabla 10.</b> Relación entre entrenamiento integrado en futbol y tiempo libre y recreación..	29
<b>Tabla 11.</b> Relación entre entrenamiento integrado en futbol y hábitos saludables. ....	30
<b>Tabla 12.</b> Relación entre entrenamiento integrado en futbol y hábitos alimenticios.....	31

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Ansiedad en el Futbol. ....	17
<b>Figura 2.</b> Rendimiento deportivo. ....	19
<b>Figura 3.</b> Rendimiento Físico. ....	21
<b>Figura 4.</b> Rendimiento técnico. ....	22
<b>Figura 5.</b> Rendimiento táctico. ....	24
<b>Figura 6.</b> Rendimiento psicológico. ....	25
<b>Figura 7.</b> Correlación Rendimiento Deportivo y Ansiedad en el fútbol. ....	27
<b>Figura 8.</b> Correlación Rendimiento Físico y Ansiedad en el fútbol. ....	28
<b>Figura 9.</b> Correlación Rendimiento Técnico y Ansiedad en el fútbol. ....	29
<b>Figura 10.</b> Correlación Rendimiento Táctico y Ansiedad en el fútbol. ....	30
<b>Figura 11.</b> Correlación Rendimiento Psicológico y Ansiedad en el fútbol. ....	31

## RESUMEN

La investigación denominada la ansiedad en el deporte y rendimiento deportivo con el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I. E. Pedro Paulet, Huacho 2017, tiene como propósito, conocer si la ansiedad en el deporte se relaciona con el rendimiento deportivo en futbolistas escolares, el tipo de estudio es descriptivo-explicativo, con diseño correlacional, para la recolección de datos referentes a las dos variables se aplicó el cuestionario como instrumento.

La población la conformaron se 40 futbolistas escolares de la institución antes mencionada. Asimismo, la muestra estuvo constituida por 40 futbolistas escolares que corresponde la totalidad de la población.

Se pudo evidenciar la existencia de una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro Paulet, Huacho 2017, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.834, representando una muy buena asociación.

**Palabras clave:** Ansiedad, ansiedad en el fútbol, ansiedad estado, ansiedad rasgo, deporte, deporte escolar, deporte de competición, rendimiento deportivo, rendimiento físico, rendimiento técnico, rendimiento táctico, rendimiento psicológico.

## ABSTRACT

The present work of investigation called the anxiety in the sport and sports performance with the sports performance in school soccer players of the IE Pedro E. Pullet, Huacho 2017, has as purpose, to know if the anxiety in the sport is related to the sports performance in in school soccer players of the IE Pedro E. Paulet, Huacho 2017, the type of study is descriptive-explanatory, with correlational design, for the collection of data referring to anxiety in sport the questionnaire was applied and for sports performance also the questionnaire.

The study population consisted of 40 school soccer players from the aforementioned institution. Likewise, the sample was constituted by 40 school soccer players that corresponds the totality of the population. For the statistical analysis, the linear correlation coefficient of Spearman and the measure of central tendency were used: Arithmetic Mean.

The following results were reached: There is a significant relationship between anxiety in soccer and athletic performance in school soccer players of the I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017, due to the Spearman correlation that returns a value of 0.834, representing a very good association.

**Keywords:** Anxiety, anxiety in football, anxiety state, trait anxiety, sport, school sport, competitive sport, sports performance, physical performance, technical performance, tactical performance, psychological performance.

## INTRODUCCIÓN

La presente tesis de grado, es producto de la inquietud de conocer si la ansiedad en el deporte se relaciona con el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E Pedro E. Paulet, Huacho 2017. Para González, (2000) sugiere que “Cuando los individuos están en competencia se enfrentan a demandas situacionales correspondientes a la valoración de la ejecución, la adquisición de habilidades, su perfeccionamiento y las interacciones sociales a las que el individuo se ve obligado a responder” (p. 43). Ante ese tipo de exigencias los futbolistas, en ese caso experimentar ansiedades mientras compiten, perciben esta como si fuese un reto o un desafío personal que merece la pena. Otros, en cambio, se vuelven tensos y preocupados en el contexto de la competición, en lugar de ver la tarea como un reto personal. La característica de la ansiedad en los ámbitos de los deportes es básicamente un estado emocional negativo, y se puede dividir en ansiedades de estados precompetitivos y ansiedades competitivas. Por otra parte, el fútbol es, por la variabilidad de los actores en el juego debe poseer el conocimiento teórico sobre reglas, la Comunicación entre los jugadores para tomar decisiones en el qué, el cómo, cuándo y para qué de su actuación de maneras estratégicas y eficientes al momento de la toma de decisiones en las competiciones deportivas en los futbolistas escolares.

El desarrollo metodológico seguido se basa en la estructura de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, está organizado en cuatro capítulos estructurados en formas orgánicas y se describe cada uno de los contenidos seleccionados.

## **CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. Descripción de la realidad problemática**

El desempeño deportivo en el fútbol hoy requiere eficiencia en el desempeño de los futbolistas, en este escenario, las instituciones educativas son el espacio para promover la formación de los deportistas, mientras que, en el estadio de la escuela, los jugadores de fútbol aún no han alcanzado la madurez cognitiva, física y psicológica. De la misma forma que la afición exige un control técnico, táctico y emocional de los jóvenes futbolistas. Por otro lado, la variedad de modelos e instrucciones de entrenamiento constituye un punto débil para el buen funcionamiento de los deportistas, ya que es necesario formar a los futbolistas jóvenes durante este período deportivo, por lo que el manejo de la ansiedad competitiva debe estar claramente definido.

### **1.2. Formulación del problema**

#### **1.2.1. Problema General.**

¿De qué manera la ansiedad en el fútbol se relaciona con el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017?

#### **1.2.2. Problemas específicos.**

- a) ¿En qué medida la ansiedad en el fútbol se relaciona con el rendimiento físico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017?
- b) ¿En qué medida la ansiedad en el fútbol se relaciona con el rendimiento técnico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017?
- c) ¿En qué medida la ansiedad en el fútbol se relaciona con el rendimiento táctico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017?
- d) ¿En qué medida la ansiedad en el fútbol se relaciona con el rendimiento psicológico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017?

### **1.3.Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo general.**

Determinar la ansiedad en el fútbol en relación con el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

#### **1.3.2. Objetivos específicos.**

- a) Determinar la ansiedad en el fútbol en relación con el rendimiento físico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.
- b) Determinar la ansiedad en el fútbol en relaciona con el rendimiento técnico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.
- c) Determinar la ansiedad en el fútbol en relaciona con el rendimiento táctico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.
- d) Determinar la ansiedad en el fútbol en relaciona con el rendimiento psicológico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

### **1.4.Justificación de la investigación**

La investigación desarrollada es de vital importancia por la magnitud del tema relacionado con el rendimiento deportivo, que incluye a los jóvenes en la escuela. Además, el objetivo fue conocer si la ansiedad relacionada con el fútbol está relacionada con el rendimiento deportivo de los futbolistas escolares IE Pedro E. Paulet, Huacho 2017, ya que esto nos permitirá sacar conclusiones valiosas de las características y estados de ansiedad., así como actuaciones físicas, técnicas, tácticas y psicológicas.

### **1.5.Delimitación del estudio**

#### **1.5.1.Delimitación espacial.**

La investigación aborda la ansiedad en el fútbol en relación con el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho.

### **1.5.2. Delimitación temporal.**

El estudio la ansiedad en fútbol y el rendimiento deportivo, se desarrolló en el periodo de competición de los meses de setiembre y octubre 2017, en futbolistas escolares ubicados en la institución educativa Pedro E. Paulet.

### **1.5.3. Delimitación de recursos.**

Con respecto a los recursos humanos, se ha contado con la participación de futbolistas, escolares, colaboradores, y apoyo del asesor externo. De la misma forma reconocer el apoyo del equipo asesor.

En lo referente a los recursos materiales, se limitó a las bibliotecas de las Universidades nacionales y particulares, los equipos informáticos, los útiles de oficina y los instrumentos elaborados, han facilitado el desarrollo de la presente investigación.

## **1.6. Viabilidad del estudio**

### **1.6.1. Viabilidad de la información.**

La viabilidad o factibilidad del estudio, está ligado a la disponibilidad de recursos humanos, financieros, y materiales que determinarán en última estancia los alcances de la investigación.

Este estudio fue factible porque conté con el apoyo de un grupo asesor, colaboradores externos y consultores, y el material disponible y recursos financieros asignados que hicieron posible la viabilidad de esta investigación.

## CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

#### 2.1.1. Investigaciones Internacionales.

- i. Aguilera (2011) en su tesis “*Clima motivacional ansiedad en deportistas de taekwondo*” para optar el título en Psicología Organizacional en la Universidad Las Américas. Se realizó con el **objetivo** de evaluar alguna posible relación entre el clima motivacional y la ansiedad en la entidad en cuestión. Su **metodología** se basó en la evaluación a 113 deportistas, evidenciándose que dos deportistas se excluyeron por no cumplir con los rangos seleccionados para este estudio. En total solo se consideraron las respuestas de 111 deportistas de cuatro clubes seleccionados de Taekwondos (Hombres 56 y Mujeres 55) de la ciudad de Quito. La muestra final fue de 111 practicantes de Taekwondo, (56) sujetos Hombres y (55) sujetos Mujeres. Como **resultado** se obtuvo que el análisis de variables mostro que la edad es de los deportistas no guarda relación con ansiedad es de estado tampoco se encontraron alguna relación entre la edades de deportistas y ansiedad de rasgos. La investigación reveló que no existen ningunas relación entre el resultado encontrado pudo estar relacionado a la ansiedad como una condicion propia del ser y es independiente a la edades. Se especula que, pudo dar este resultado, ya que los deportistas de Taekwondo no estuvieron en una etapa de competición. Se tuvo la **conclusión** de que no existe una correlacion entre la variables de edad y ansiedad. Esto sugiere a la ansiedad como una condición innata de los seres humanos y todos los individuos la experimentan sin importár su edad.
- ii. López (2011) en su tesis “*La evaluación de variables Psicológicas relacionadas con el Rendimientos en el Fútbol: Habilidades Psicológicas para competirse y personalidades resistentes*” para optar el grado de Doctor en Educación Física y

Deportiva en la Universidad de Granada. Tiene como **objetivo** evaluar que habilidades psicológicas son las que finalmente determinando el rendimiento de un futbolista contrastando los a los profesionales con los no-profesionales. La **metodología** se basó en el cálculo de una muestra que finalmente fue de 308 futbolistas y 45 entrenadores de fútbol con una edad entre 17 y 39 años, para el procedimiento se utilizó la técnica del cuestionario con un léxico adaptado al contexto de fútbol para facilitar su comprensión, los resultados de dicha encuesta fueron procesados en el software estadístico SPSS v15.0. Los **resultados** obtenidos sugieren que, en lo referente a habilidades psicológicas, los futbolistas profesionales con un 76,5% superaron a los no-profesionales que obtuvieron solo un 65,2%. En lo referente a personalidad resistente, los profesionales volvieron a superar a los no profesionales con una diferencia de cerca del 5%. Además, se identificaron ciertas correlaciones moderadas entre los valores del CPRD-F y la EPRF, resultando bajas entre el valor global del CPRD-F y las dimensiones de la EPRF. En **conclusión**, se afirma que el hecho de que los entrenadores consideren necesario un nivel de desarrollo de las habilidades psicológicas muy superior al que los futbolistas realmente muestran, se constituye en un motivo más que suficiente para permitir cualquier tipo de intervención psicológica mediante la participación de especialistas.

- iii. Viñoles (2015) en su tesis *“Incidencia de la ansiedad en el fútbol juvenil de alto rendimiento”* para obtener el Título Profesional en Psicología en la Universidad de la República del Uruguay. Se plantea como **objetivo** analizar la incidencia de dichas ansiedades en jugadores juveniles de alto rendimiento. La **metodología** se enfocó en el análisis documental de autores previos afines al tema, con el fin de obtener un extracto de sus opiniones y de esa manera emitir una conclusión final acerca de cómo la ansiedad interfiere con el rendimiento de los futbolistas. Los **resultados** indicaron que el entorno

del deporte fútbol está implícito dentro de un contexto donde las capacidades y los logros tienen un protagonismo central, en ellas la ansiedad juega como factor psicológico que puede ser determinante de influencia en dicho contexto. Se concluye que los jóvenes futbolistas de altos rendimientos están expuestos a un sin fin de factores que serán decisivos para una futura vida profesional.

### 2.1.2. Investigaciones Nacionales.

- i. Jiménez (2016) en su tesis *“Influencia de la musicoterapia para el manejo de ansiedad en pacientes pediátricos atendidos en la clínica de estomatología de la Universidad Señor de Sipán”* para obtener el Título Profesional de Cirujano Dentista en la Universidad Señor de Sipán. Se plantea como **objetivo** general evaluar la influencia de la musicoterapia para el manejo de ansiedad de los pacientes pediátricos del centro de salud en cuestión. La metodología se basó en el desarrollo de evaluaciones realizadas en la clínica de estomatología en abril del 2016 donde participaron 88 pacientes cuyas edades comprendían entre seis a nueve años de edad, repartidos aleatoriamente en dos grupos, uno con musicoterapias y otro sin uso de musicoterapias. Para la musicoterapia se usaron las melodías de las cuatro estaciones de Vivaldi. Los **resultados** muestran que el valor t de Student es altamente significativo ( $p < 0,01$ ) por lo que existe diferencias significativas en el manejo de ansiedades entre las dos muestras que se han evaluado. Se **concluye** que, en el grupo con musicoterapia, antes del tratamiento dental predominó la ansiedad moderada a severa con un 25.0% y después del tratamiento predominó la ansiedad leve con una 52.3%.
- ii. Molleapaza (2016) en su tesis *“Ansiedad estado competitiva y estrategias de afrontamiento: Un estudio correlacional en atletas de alto rendimiento de las Regiones Arequipa, Cusco y Puno, 2016”* para obtener el título de Psicología en la Universidad Nacional San Agustín. Se plantea como **objetivo** describir y analizar la relación

entre la Ansiedad Estado Competitiva y las Estrategias de Afrontamientos empleadas por los atletas de alto rendimiento de las regiones Arequipa, Cusco y Puno. La **metodología** se basó en el empleo de encuestas como técnica y el Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte como instrumento para la evaluación de estrategias de afrontamiento después de un encuentro deportivo, en cuanto a la Ansiedad estado competitiva, esta se evaluó horas antes de una competición, a través de la aplicación del Inventario de Ansiedad Competitiva en el Deporte. Los **resultados** muestran que, en el grupo de atletas de alto rendimiento estudiado, existe correlación significativa entre la Ansiedad Estado Competitiva y las Estrategias de Afrontamiento en su subescala de Autoconfianza, y cuando existe ansiedad en sus otras dos subescalas su correlación tiende a ser negativa ya que los atletas no usan las estrategias de afrontamiento, ocasionando que los resultados deportivos no sean los esperados. Se **concluye** que la ansiedad competitiva que tienen los atletas de alto rendimiento de las regiones Arequipa, Cusco y Puno momentos previos a una competencia están en un intervalo de 19 a 27 puntos de un total 36 lo cual los ubica en un nivel medio de ansiedad representando el 84.4% de la muestra total.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Ansiedad en el fútbol.**

El término ansiedad proviene del latín *anxiosus*, refiriéndose a una sensación de agitación, inquietudes o zozobras del ánimo, y suponiendo una de las experiencias más comunes del ser humano, describiendo ésta como una emoción complicada y nada complaciente que se manifiesta mediante unas tensiones emocionales acompañadas de un correlato. (Ayuso, 1988, p. 115).

De esta manera podemos decir que la ansiedad es un factor psicológico que está presente en las distintas experiencias del ser humano.

Por su parte, para Bellack y Hersen (1977) la ansiedad se trata de “un estado del organismo caracterizado por la emisión de respuestas fisiológicas y motoras que se correspondan con aquellas asociadas al distress y que van acompañadas de la percepción cognitiva de este peculiar estado del organismo como negativo y disfórico” (p. 78). A lo mencionado por el anterior autor, podemos agregar que, en la mayoría de los casos, tal estado a la existencia de un estímulo percibido como potencialmente nocivo. En ese sentido la ansiedad puede ser considerada como un elemento que nos puede afectar negativamente y que es temida por el individuo donde en casi todas las situaciones el peligro pueden ser grave, pero no atentan la integridad de las personas, además esto se debe porque se ha encadenado una ansiedad incontrolada producto de sentimientos aprendidos de manera negativa.

Otros autores tales como Sierra (2003) arguye que “teniendo en cuenta como se define ansiedad, se tendrá que plantear si es negativa, entendiéndola como negativo todo aquello que perjudica irrevocablemente al ser humano. Esta emoción, como cualquiera otra de las emociones complejas, deben ser consideradas adaptativas” (p. 87). Lo mencionado por el autor se debe a que tienen una finalidad funcional para la adaptación. Lo que sucede es que el componente anticipatorio de la ansiedad hace que las evaluaciones se vean mediadas por muchos factores: personalidad, historia personal, experiencias previas, etc. y no siempre esas evaluaciones anticipadas son correctas, no siempre las interpretaciones de amenaza supone un peligro real y esto implica usar recursos de afrontamiento cuando no los necesitamos.

Finalmente, para Weinberg & Gould (1996) las ansiedades se definen como: “Un estado emocional negativo que incluye sensación de nerviosismo, preocupación y aprensión relacionadas con la activación o el arousal del organismo” (p. 84). De esta manera, la ansiedad se puede referir como un componente de pensamiento, llamado ansiedad cognitiva y un componente de ansiedad somática, que constituye el grado de activación física percibida.

### **2.2.1.1. Fútbol en los adolescentes.**

Para Levinsky (1999) manifiesta que la adolescencia es “un proceso que ocurre durante el desarrollo evolutivo, caracterizado por una evolución biopsicosociales. Los procesos adolescentes marca una transición del estados infantiles al estado adultos” (p. 85). Cabe agregar que las características psicológicas de este proceso evolutivo, su expresividad y manifestación a nivel del comportamiento y de adaptación sociales, son dependientes de la cultura y de la sociedad en las cuales el proceso se desarrollado vale la pena recordar que las velocidades de maduración de cada sector (biológicos, psicológicos y sociales), y de las partes que los componentes, son distintas e interactuantes, dándose el coloridos típicos que caracteriza al adolescente de nuestra sociedad

Por otra parte, de acuerdo con Chalela (2007), citados por Viñoles (2015), se afirma que no debemos olvidar que el adolescente “está formando su personalidad, cambia constantemente su físico, tiene una auto exigencia por poder quedarse en el plantel, de poder entenderse los planes del entrenamiento, que en su mayoría no están adecuados a las edades de maduración físicos psicológicas” (p. 28).

En palabras de Viñoles, M. (2015) para la Convención sobre los Derechos del Niño aprobada por la Asamblea General de Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1989 establece que los Estados Partes reconoce el derecho del niño al descanso y a los esparcimientos, al juego y a las actividades recreativas propias de sus edades, y a participarse libre mente en la vida cultural y en las artes. Los niños no solo tienen derechos a los juegos, sino que los Estados deben oportunidades apropiadas, en condiciones de igualdad, de participar en la vida culturales, artísticas, recreativas y de esparcimientos.

### ***2.2.1.2. Teorías sobre ansiedad y rendimiento deportivo.***

La principal teoría es la denominada **Teoría del Impulso**. Martens (1990) sostenía que “la ejecución deportiva (P) era el resultado de una función multiplicativa del hábito (H) y del impulso (D)” (p. 87). Podríamos decir que, la teoría del impulso parece explicarse con bastantes consistencias y solidez la relación existente entre el arousal y algunas actividades motoras gruesas que implica fuerzas, resistencias y velocidades. Sin embargo, no es consistente en el hecho de que incluso deportistas muy capaces y con amplios dominios de la técnicas cometan errores cuando sus niveles de activación se incrementan.

### **2.2.2. Rendimiento deportivo.**

Para Valdés (1996) los rendimientos deportivos “es el grado de aumento posible de un rendimiento de ordenes motriz en una actividad deportiva determinada. Los entrenamientos en sí mismo significa un esfuerzo sostenido, cada día” (p. 78). Cabe añadir que durante muchas horas de entrenamiento, el organismo se enfrenta a muchas cargas físicas y psíquicas con el objetivo de elevarse la capacidad de trabajo hasta el punto de hacerse posible el mayor esfuerzo. Por lo que el deportista se enfrenta diariamente a una dosis de cansancio, a veces se produce monotonía y en algunas ocasiones se genera dolores o lesiones

#### ***2.2.2.1. Factores del rendimiento físico deportivo.***

Con referente a los factores de rendimiento, Capetillo (2005) cuando señala “...los factores que debemos analizar y considerarse en una planificación de enseñanza o entrenamiento son los que demanda el jugador, según su trabajos técnico-táctico y psicológico a realizarse en competiciones” (p. 89). Sin embargo, otro porcentaje para aumentar el rendimiento se debe, por la influencia directa que tiene, a la dieta deportiva, la Situación social y el sistema de vida cívico deportiva cotidiana del

jugador . Son situaciones ignoradas y no contempladas en la planificación, y que son determinantes para el rendimiento.

### ***2.2.2.2. Rendimiento en el fútbol.***

En el fútbol, para el autor Parlebas (1988) se puede afirmarse que el fútbol “es un Juego Deportivo Colectivo socio-motore que se desarrolla en un contexto de elevada variabilidad , imprevisibilidad y aleatoriedad , en el cual dos equipos en confrontación simultánea disputa objetivo común en el mismo tiempo y espacio” (p. 98). Este se va realizando en cada momento acciones de ataque o de defensa de naturaleza compleja y basada en constante relación de oposiciones y de cooperación . Actualmente el fútbol ha alcanzado nivel de desarrollo altísimo y ahora es un deporte de inclusión , clara muestra de esto es que la última Copa del Mundo fue desarrollada en Sudáfrica , y la del 2022 será en Qatar, países en continentes de escasas historias futbolísticas.

### ***2.2.2.3. Rendimiento en el deporte en edad escolar.***

Con respecto al deporte en edad escolar, autores como Muñoz (2009) define el deporte en edades escolares como “el espacios de ocios y del -tiempo libre de los niños y adolescentes donde deben confluir acciones por la integración también en otros colectivos, constituyén un espacio que respete la pluralidad” (p. 102)., se puede agregar que en esta se tolera al contrario y donde cualquier sistema de puntuación o competición sea sólo una herramienta para facilitarla convivencia y la educación.

## **2.3. Definición de términos básicos**

- **Anaeróbicos:** Actividades que se realiza en condición de ausencia de oxígeno . El oxígeno absorbido no es suficientes para responderse a la exigencia.
- **Ansiedad :** es definida como: “Un estado emocional negativo que

incluye sensaciones de nerviosismo , preocupacion y aprension relacionadas con la -activacion o el aro úsales del organismo .

- **Balon** : es el principal medio de Comunicación entre los jugadores y concentra la atencion del juego en todo momento .
- **Capacidades Físicas:** también llamadas capacidades condicionales, son aquellos caracteres que alcanzán mediante el entrenamiento su más alto grado de desarrollo , cuestiona la posibilidad de ponerse en práctica cualquier actividad físicos deportiva , y que en su conjunto determina la capacidad física de un individuo ”
- **Iniciacion Deportiva** : aquellas acciones formativas que se corresponden con el comienzo del -procesos de aprendizajes de las habilidades específicas para iniciarse la práctica de uno o varios deportes.
- **Rendimiento Físico** : Es una actividad que pretende desarrollar las capacidades y cualidades físicas de un individuos que son necesarias en cualquier deporte .
- **Rendimiento Táctico** : es el perfeccionamiento de los procedimientos racionales de solucion de los problemas que surgen durante la competencia , el desarrollo de capacidad especiales que determina las efectividades de la solucion de los problemas.
- **Rendimiento Deportivo** : “El rendimiento deportivo es el resultado de una actividad deportivas que, especialmente dentro del deporte de competicion , cristaliza en una magnitud otorgada a dicha actividades motriz según reglas previamente establecida ”
- **Resistencia** : “es la capacidad motora que le permite al hombre luchar contra la fatiga o los estados de cansancio , que surge en cualquier tipo de

actividades asociadas con los requerimientos somáticos, viscerales, nerviosos y energéticos del organismo ”

- **Velocidad** : Es la capacidad de un organismo para realizar un movimiento en el menor tiempo posible . “La velocidad representa la capacidad de un sujetos para realizarse acciones motoras en un mínimo de tiempo y con el máximo de eficacia ”

## **2.4. Formulación de la Hipótesis**

### **2.5.1. Hipótesis General**

Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

### **2.5.2. Hipótesis Específicas**

- a) Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento físico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.
- b) Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento técnico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.
- c) Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento táctico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.
- d) Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento psicológico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

## CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

### 3.1. Diseño Metodológico

#### 3.1.1. Tipo y diseño de investigación.

La investigación es de tipo no experimental (ex post factos) de corte transversal, con un solo corte muestral, ya que el propósito de la investigación es examinar la relación entre dos variables (Salkind, 1999). En ese sentido, “la investigaciones proporcionas indicios de la relaciones que podrías existirse entre dos o más cosas, o de qué tan bien unos o más datos podrían predecirse un resultado específico ” (p.19).

El diseño de investigación es descriptivo correlacional. Los estudios correlacionales tienen como propósito medir el grado de relación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables (Hernández, Fernández & Baptista, 2006, p.121).

En este sentido, la presente investigación nos permite conocer el grado de relación que existe entre ambas variables (habilidades psicológicas y rendimiento deportivo).

#### 3.1.2. Población y muestra.

##### 3.1.2.1. Población.

La población estuvo compuesta por 40 futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho.

##### 3.1.2.2. Muestra.

Se trabajó con la totalidad de la población por lo que no será necesario aplicar la formula.

### 3.2. Operacionalización de variables

A continuación, se muestra las dimensiones estudiadas para cada una de las variables del presente estudio:

**Tabla 1**

*Matriz de operacionalización de variables.*

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES
ANSIEDAD EN EL FÚTBOL	Ansiedad rasgo	1. Tensión 2. Nerviosismo 3. Preocupación 4. Aprensión
	Ansiedad estado	1. Tensión transitoria 2. Aprensión transitoria 3. Nerviosismo transitorio 4. Preocupación transitoria
RENDIMIENTO DEPORTIVO	Rendimiento físico	1. Fuerza 2. Potencia 3. Flexibilidad 4. Equilibrio 5. Coordinación
	Rendimiento técnico	1. Dominio de movimientos 2. Capacidad de coordinación 3. Realiza la acción con seguridad
	Rendimiento táctico	1. Movimientos armónicos y fluidos 2. Control y dominio del balón 3. Sobrepasa al defensor
	Rendimiento psicológico	1. Atención 2. Autoestima Control de emociones

Fuente: Elaboración propia.

### **3.3. Técnicas de recolección de datos**

Para el presente trabajo de investigación se usaron las siguientes técnicas:

- La Encuesta
- El cuestionario
- La observación

### **3.4. Técnicas para el procesamiento de la información**

En el presente trabajo, para procesar la información, se utilizó la prueba estadística Chi Cuadrado mediante el Software SPSS.

## CAPÍTULO IV: RESULTADOS

### 4.1. Análisis descriptivo por variable

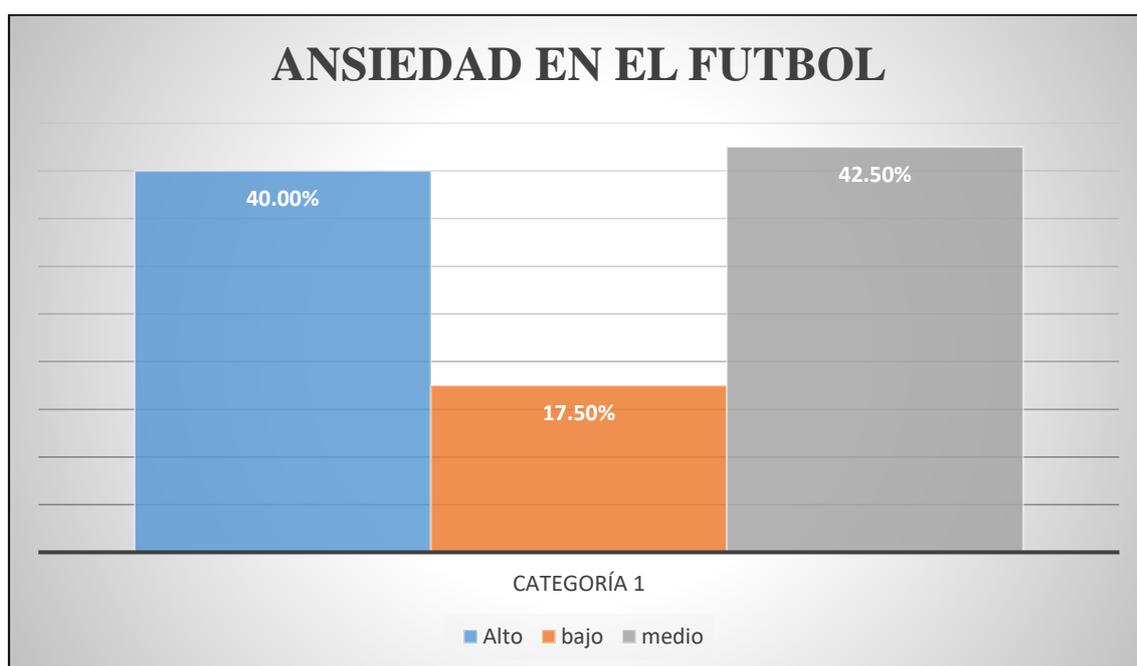
**Tabla 2**

*Ansiedad en el Futbol.*

		FRECUENCIA	PORCENTAJE	PORCENTAJE VALIDO	PORCENTAJE ACUMULADO
VALIDOS	ALTO	16	40,0	40,0	40,0
	BAJO	7	17,5	17,5	57,0
	MEDIO	17	42,5	42,5	100,0
TOTAL		40	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario aplicado a futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:



**Figura 1.** Ansiedad en el Futbol.

De la Figura 1, un 42,5% de los futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017. alcanzaron un nivel medio en la ansiedad en el futbol, un 40,0% consiguieron un nivel alto y un 17,5% obtuvieron un nivel bajo.

El solo hecho de encontrar un porcentaje bajo de futbolistas escolares que tienen poca ansiedad durante sus partidos de fútbol nos demuestra lo tan común que es este fenómeno dentro de sus actividades.

Una de las posibles causas a este fenómeno puede darse a la incertidumbre del resultado del partido a jugarse, el cual como sabemos tiene tres posibles escenarios: la victoria, la derrota o el empate. Para equipos que aún están formándose como es el caso de la institución educativa estudiada, se suelen presentar con mayor frecuencia los dos últimos resultados. Dicha situación incide en el estado de ánimo de los jugadores y por lo tanto en el nivel de ansiedad que vayan a tener durante el encuentro, por ejemplo, un jugador que viene de pasar por una gran racha de victorias tendrá mayor confianza que uno que viene de constantes derrotas o empates, quien sentirá la presión de conseguir una victoria ya que de eso dependerá el futuro de su equipo y el suyo como jugador. Otro de los escenarios que aumentarían la ansiedad en los jugadores puede darse a inicio de temporada, en donde todos los equipos no cuentan con puntos para diferenciarse de los demás.

El factor experiencia también juega un papel al momento de controlar la ansiedad, es bastante posible que la poca práctica de los jugadores de la institución educativa a comparación de un futbolista profesional, traiga consigo un menor manejo de las emociones y por lo tanto de la ansiedad que vayan a tener. Es más “sencillo” tener menos ansiedad luego de pasar por varias derrotas cuando uno ya conoce los rivales que restan y los considera accesibles para él y para el equipo, situación que se contrasta con un jugador novato en estos ámbitos que poco o nada conoce de sus rivales y del nivel que el mismo vaya a conseguir conforme avancen las jornadas deportivas.

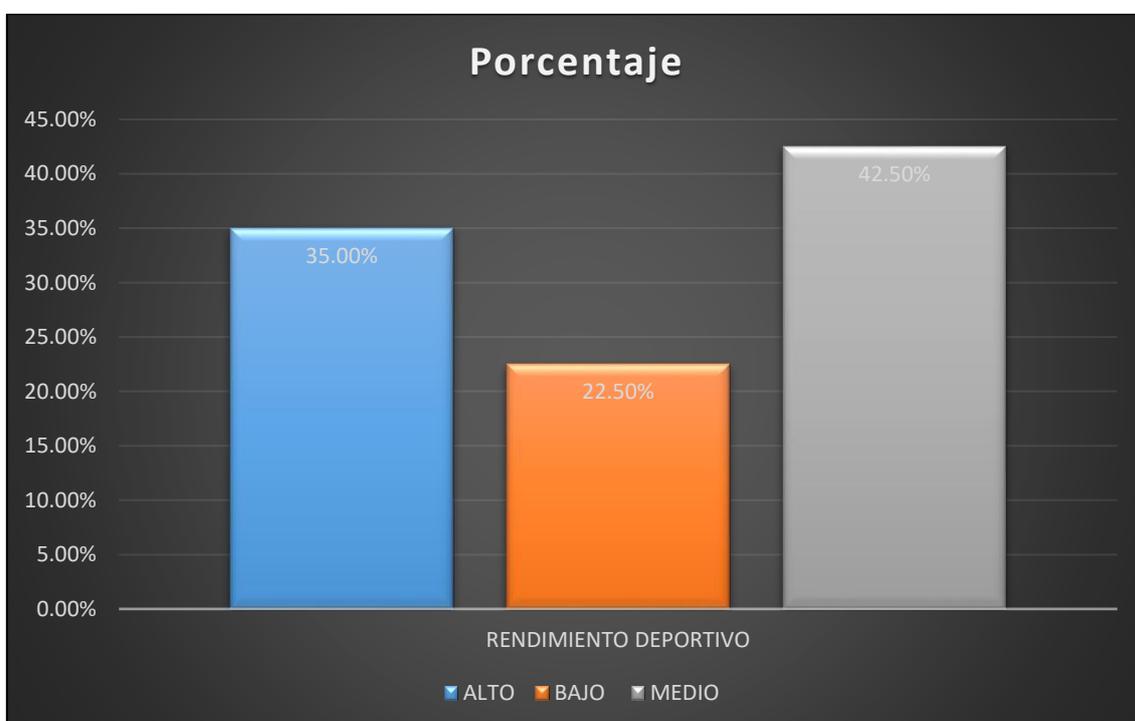
Por último, es importante recalcar que el nivel de ansiedad según los estudiantes futbolistas, parece ir controlándose conforme estos van ganando mayor experiencia.

**Tabla 3***Rendimiento Deportivo.*

		FRECUENCIA	PORCENTAJE	PORCENTAJE VALIDO	PORCENTAJE ACUMULADO
VALIDOS	ALTO	14	35,0	35,0	35,0
	BAJO	9	22,5	22,5	22,5
	MEDIO	17	42,5	42,5	100,5
TOTAL		40	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario aplicado a futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:



**Figura 2.** Rendimiento deportivo.

De la Figura 2 se puede desprender que un 42,5% de los futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017. alcanzaron un nivel medio en el rendimiento deportivo, un 35,0% consiguieron un nivel alto y un 22,5% obtuvieron un nivel bajo.

Como se mencionó anteriormente, la ansiedad juega un papel clave en el rendimiento deportivo de los jóvenes futbolistas escolares ya que permite de que estos no estén concentrados de manera completa en el partido que se está desarrollando, si no en resultados secundarios y sus posibles consecuencias. Por ejemplo, un jugador que viene de derrotas consecutivas como equipo, puede estar con un nivel alto de ansiedad por la desesperación de conseguir una victoria para redimir su imagen y es en este trayecto que se nubla de pensamientos distintos a lo deportivo y su rendimiento deportivo solo se reduce a movimientos básicos propios del deporte fútbol.

Pero además del factor de los resultados en la incidencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo, se pueden ir agregando factores como el interés por la popularidad, problemas familiares o aceptación del equipo, es decir se suman factores sociales ya que el futbolista no deja de ser humano en el campo de juego y es ese sentimiento de preocupación que es capaz de inhibirles de rendir al 100% durante sus encuentros deportivos. En lo referente a temas de integración del equipo se pueden describir el trato del entrenador con sus dirigidos, así como el grado de amistad de compañeros de equipo, que es un factor clave al momento de dirigir el balón con el objetivo de ingresar al campo contrario, es este último factor que parece no ser un problema en cuanto a los estudiantes de la institución educativa en cuestión, ya que al compartir a su vez las mismas aulas, el nivel de interrelación es bastante alto y en cuanto al entrenador, los jugadores se van adaptando de poco a poco hasta establecer un vínculo hacia él, lo cual es importante al momento de recibir órdenes y ponerlas en práctica.

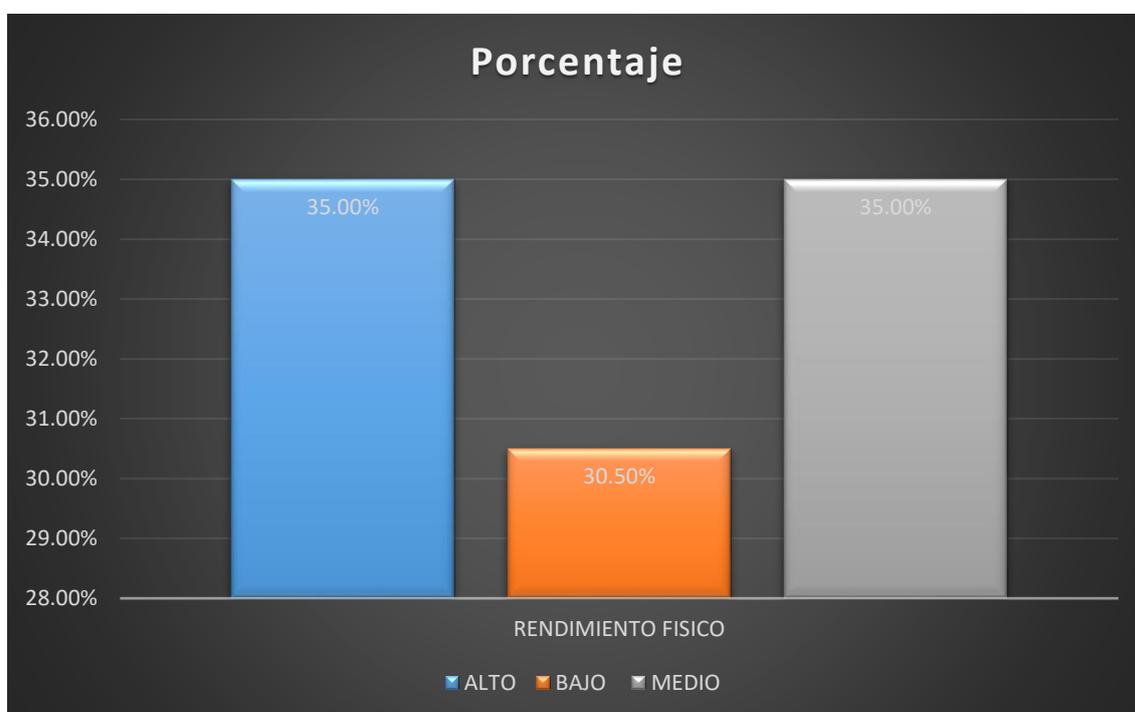
También se destaca que en cuanto a los jugadores escolares, estos practican incluso fuera de sus horarios de entrenamiento aunque claro está de manera no oficial, lo cual les permite un mejor físico para futuros encuentros deportivos.

**Tabla 4***Rendimiento Físico.*

		FRECUENCIA	PORCENTAJE	PORCENTAJE VALIDO	PORCENTAJE ACUMULADO
VALIDOS	ALTO	14	35,0	35,0	35,0
	BAJO	12	30,0	30,0	65,5
	MEDIO	14	35,0	35,0	100,0
TOTAL		40	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario aplicado a futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:

**Figura 3.** Rendimiento Físico.

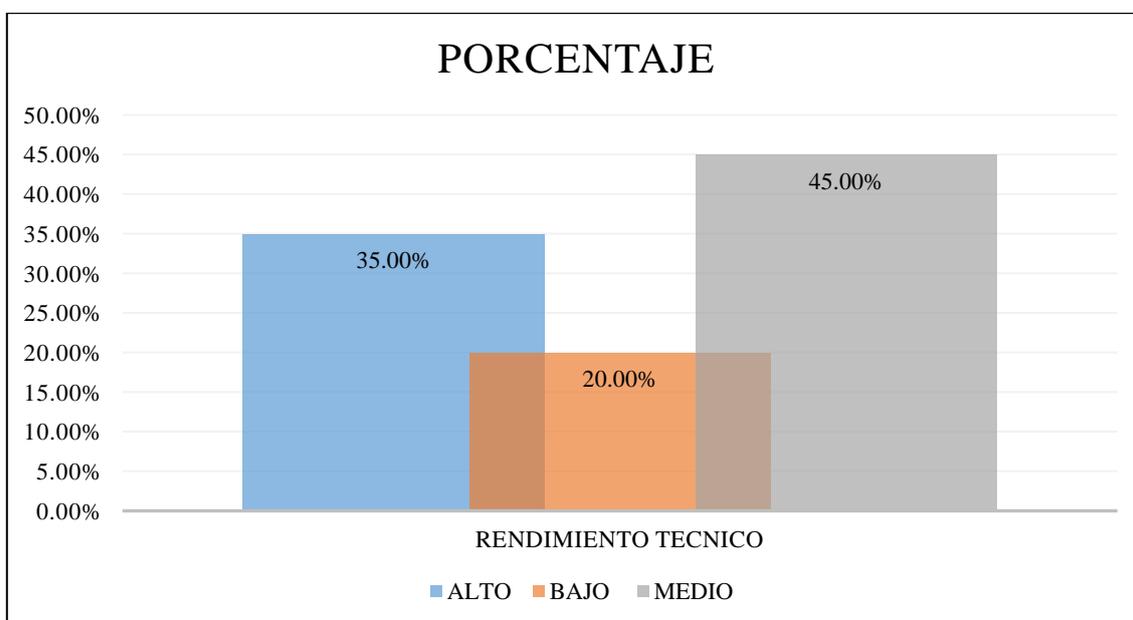
De la Figura 3, un 35,0% de los futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017. alcanzaron un nivel medio en el rendimiento físico, otro 35,0% consiguieron un nivel alto y un 30,0% obtuvieron un nivel bajo.

**Tabla 5***Rendimiento Técnico.*

		FRECUENCIA	PORCENTAJE	PORCENTAJE VALIDO	PORCENTAJE ACUMULADO
VALIDOS	ALTO	14	35,0	35,0	35,0
	BAJO	8	20,0	20,0	55,5
	MEDIO	18	45,0	45,0	100,0
TOTAL		40	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario aplicado a futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:



**Figura 4.** Rendimiento técnico.

De la Figura 4, un 45,0% de los futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017 alcanzaron un nivel medio en el rendimiento técnico, un 35,0% consiguieron un nivel alto y un 20,0% obtuvieron un nivel bajo.

El rendimiento táctico va de la mano de cuanto se ha comprendido las indicaciones del entrenador tras cada encuentro deportivo, es decir tanto en términos como estrategia de ataque, cambios a realizar, posiciones establecidas, información del rival, formación inicial, posible cambio de formación a mitad del encuentro, entre otras.

Normalmente el grado de entendimiento de lo anteriormente mencionado se va nutriendo a medida que los jóvenes jugadores van interactuando con situaciones más formales del fútbol como es el caso de encuentros oficiales de la liga local o de la selección nacional, ya que a través de los comentaristas de fútbol se va comprendiendo el lenguaje propio del deporte que una vez replicado por el entrenador ya en una situación propia para ellos, vendría a ser mejor comprendido.

Otro factor además del de escuchar a partidos oficiales de fútbol y su narración deportiva, es el de la propia experiencia y de la interacción con el propio entrenador, es evidente que, como cada persona, un entrenador tiene distinta visión a otro y al comienzo suele ser dificultoso adaptarse, por este motivo, a medida que pasa cada encuentro los jugadores de la institución educativa fueron entendiendo la manera de pensar del entrenador lo cual se vio reflejado en una mejor adaptación no solo de este como estrategia sino también como persona y amigo, ya que es parte de una buena convivencia, el grado de interrelación positiva entre sus integrantes.

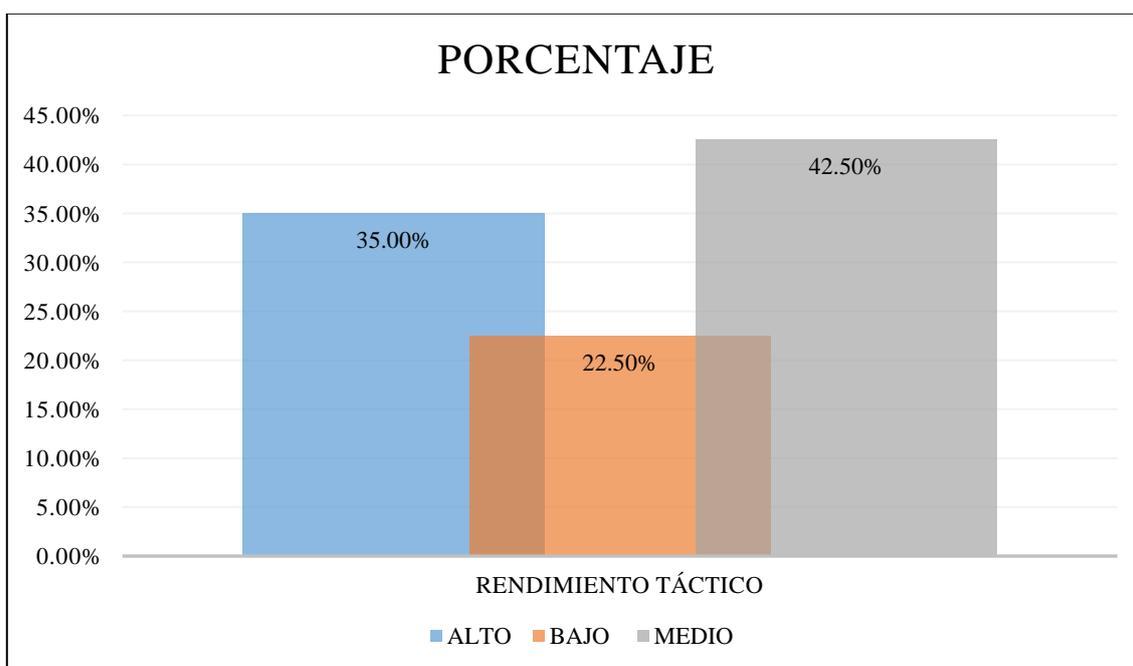
Por último, es importante mencionar que el rendimiento técnico se puede ver afectado por eventos que distraigan al jugador durante las indicaciones del entrenador, lo cual también va relacionado con lo psicológico, lo cual traería consigo malentendidos y el mal desempeño de los jóvenes futbolistas. Sin embargo, es algo que se puede ir corrigiendo durante el desarrollo del encuentro deportivo ya que se cuenta con la presencia del entrenador de inicio a fin de este.

**Tabla 6***Rendimiento táctico.*

		FRECUENCIA	PORCENTAJE	PORCENTAJE VALIDO	PORCENTAJE ACUMULADO
VALIDOS	ALTO	14	35,0	35,0	35,0
	BAJO	9	22,5	22,5	57,5
	MEDIO	17	42,50	42,50	100,0
TOTAL		40	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario aplicado a futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:



**Figura 5.** Rendimiento táctico.

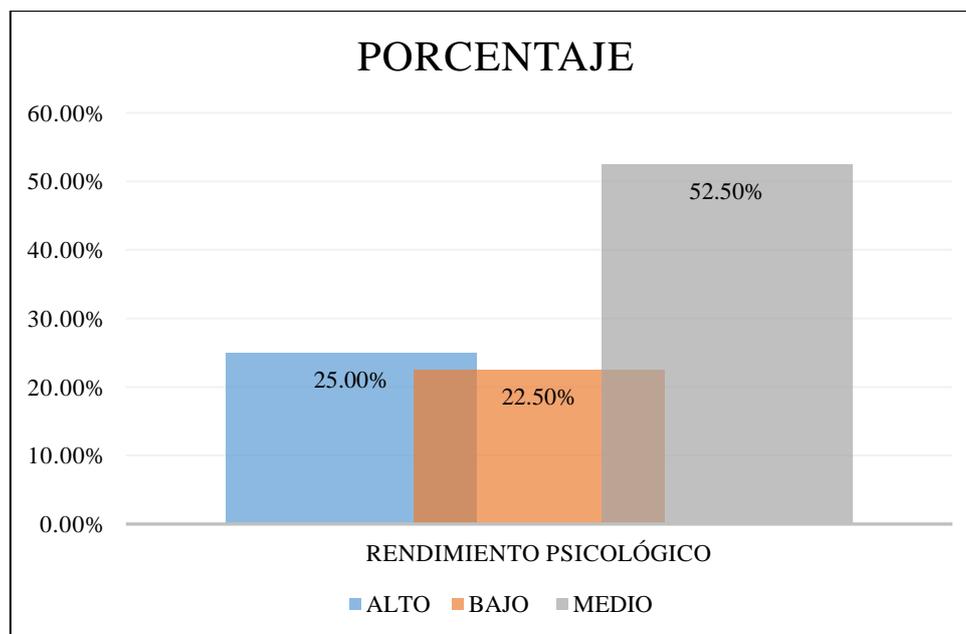
De la Figura 5, un 42,5% de los futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017 alcanzaron un nivel medio en el rendimiento táctico, un 35,0% consiguieron un nivel alto y un 22,5% obtuvieron un nivel bajo.

**Tabla 7***Rendimiento psicológico.*

		FRECUENCIA	PORCENTAJE	PORCENTAJE VALIDO	PORCENTAJE ACUMULADO
VALIDOS	ALTO	10	25,0	25,0	25,0
	BAJO	9	22,5	22,5	47,5
	MEDIO	21	52,50	52,50	100,0
TOTAL		40	100,0	100,0	

**Fuente:** Cuestionario aplicado a futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

Para efectos de mejor apreciación y comparación se presenta la siguiente figura:



**Figura 6.** *Rendimiento psicológico.*

De la Figura 7, un 52,5% de los futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017 alcanzaron un nivel medio en el rendimiento psicológico, un 25,0% consiguieron un nivel alto y un 22,5% obtuvieron un nivel bajo.

Este rendimiento psicológico va íntimamente relacionado a como se manejan las emociones al momento de afrontar un partido de fútbol ya que de un mejor control de estos permite a su vez evitar una crisis de ansiedad que perjudique el desempeño durante el encuentro deportivo.

Por ejemplo, la autoestima juega un papel importante en cuanto a este factor, un joven futbolista que piense que no atribuye algún factor sobresaliente a su equipo puede sentirse relegado por los demás y pensar que su papel no tiene ningún aporte, esto sin duda hace de que su rendimiento se estanque y no llegue a concentrarse plenamente. Otro caso posible es cuando se malinterpretan opiniones de parte de otros miembros del equipo como el entrenador o los compañeros de campo, dichos malentendidos pueden dar la imagen de falso compañerismo o falta de integración por parte de uno de los miembros que puede verse reflejado en actos de deslealtad o sabotaje.

Un último caso en cuanto a lo psicológico se da en el ámbito familiar, es el apoyo o falta de este que incide en el rendimiento de los jóvenes futbolistas ya que es el punto de inicio para toda acción de desenvolvimiento ya que es el entorno familiar en donde mayormente se construye una persona y en donde aprende a imitar emociones y a como gestionarlas.

## **4.2. Contrastación de hipótesis**

### **4.2.1. Contrastación de hipótesis general.**

**Hipótesis nula H<sub>0</sub>:** Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

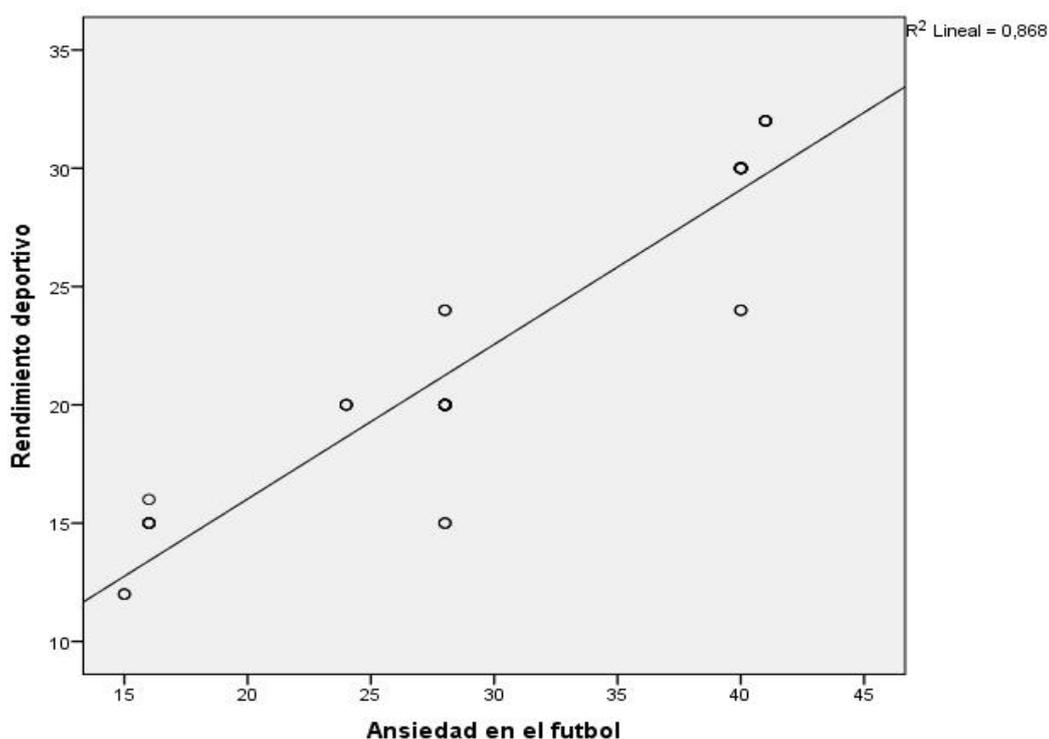
**Hipótesis Alternativa H<sub>1</sub>:** No Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

Tabla 8

*Relación entre entrenamiento integrado en fútbol y estilo de vida.*

			Ansiedad en el fútbol	Rendimiento deportivo
<b>Rho de Spearman</b>	<b>Ansiedad en el fútbol</b>	Coefficiente de correlación	1,000	0,834
		Sig. (bilateral)		0,000
		N	40	40
	<b>Rendimiento deportivo</b>	Coefficiente de correlación	0,834	1,000
Sig. (bilateral)		0,000		
N		40	40	

*Nota.* Elaborado con el software SPSS.



*Figura 7. Correlación Rendimiento Deportivo y Ansiedad en el fútbol.*

#### 4.2.2. Contrastación de hipótesis específica 1.

**Hipótesis nula  $H_0$ :** Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento físico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

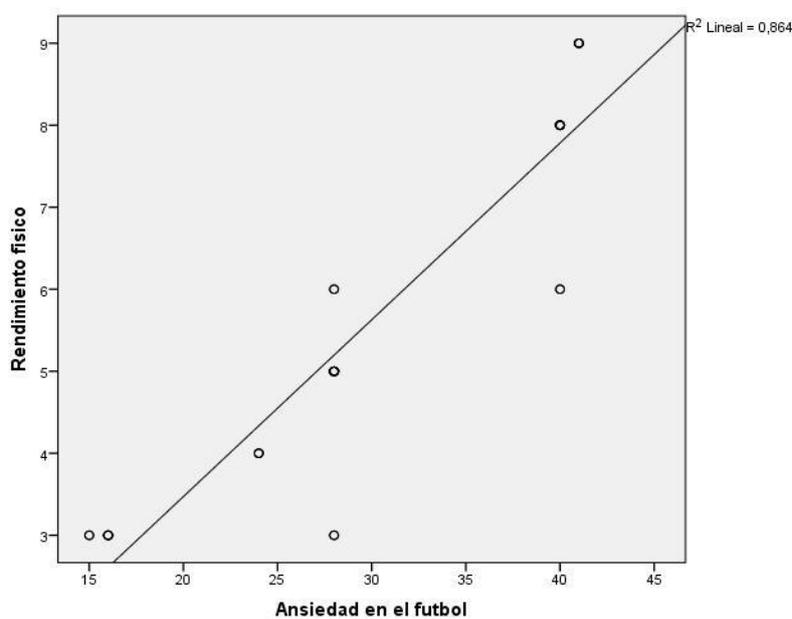
**Hipótesis Alternativa H<sub>1</sub>:** No Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento físico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

**Tabla 9**

*Relación entre entrenamiento integrado en futbol y rendimiento físico.*

			<b>Ansiedad en el fútbol</b>	<b>Rendimiento físico</b>
<b>Rho de Spearman</b>	<b>Ansiedad en el fútbol</b>	Coefficiente de correlación	1,000	0,847
		Sig. (bilateral)		0,000
		N	40	40
	<b>Rendimiento físico</b>	Coefficiente de correlación	0,847	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	
		N	40	40

*Nota.* Elaborado con el software SPSS.



*Figura 8. Correlación Rendimiento Físico y Ansiedad en el fútbol.*

#### 4.2.3. Contrastación de hipótesis específica 2.

**Hipótesis nula H<sub>0</sub>:** Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento técnico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

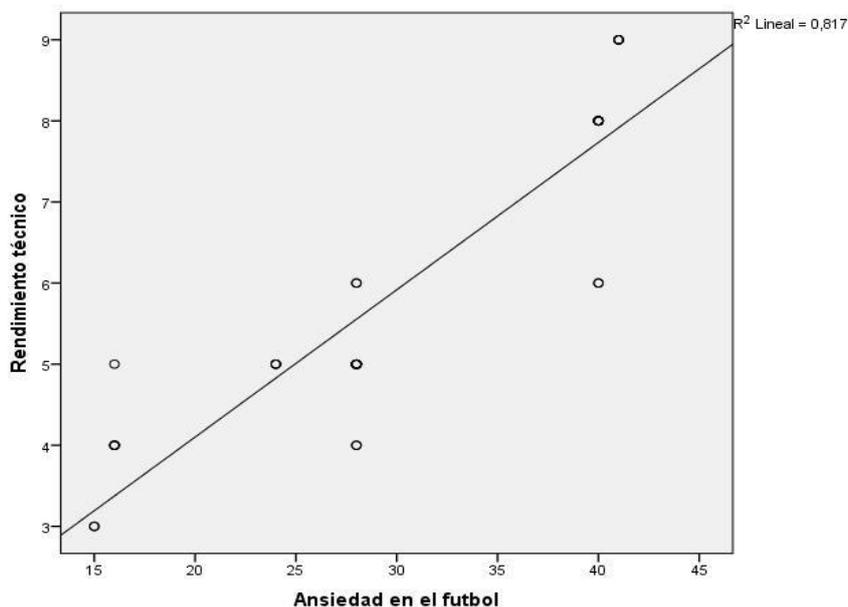
**Hipótesis Alternativa H<sub>1</sub>:** No Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento técnico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

**Tabla 10**

*Relación entre entrenamiento integrado en futbol y tiempo libre y recreación.*

			<b>Ansiedad en el fútbol</b>	<b>Rendimiento técnico</b>
<b>Rho de Spearman</b>	<b>Ansiedad en el fútbol</b>	Coefficiente de correlación	1,000	0,925
		Sig. (bilateral)		0,000
		N	40	40
	<b>Rendimiento técnico</b>	Coefficiente de correlación	0,925	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	
		N	40	40

*Nota.* Elaborado con el software SPSS.



**Figura 9.** Correlación Rendimiento Técnico y Ansiedad en el fútbol.

#### 4.2.4. Contrastación de hipótesis específica 3.

**Hipótesis nula H<sub>0</sub>:** Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento táctico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

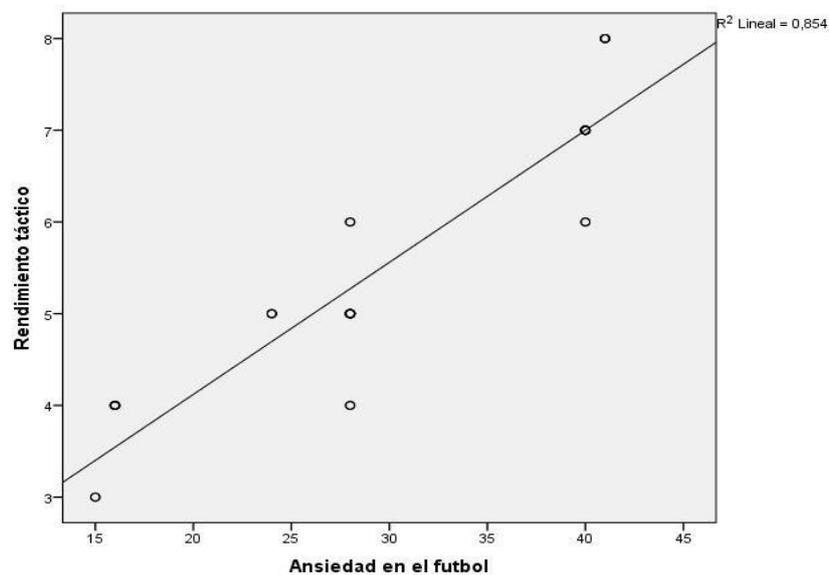
**Hipótesis Alternativa H<sub>1</sub>:** No Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento táctico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

**Tabla 11**

*Relación entre entrenamiento integrado en futbol y hábitos saludables.*

			<b>Ansiedad en el fútbol</b>	<b>Rendimiento táctico</b>
<b>Rho de Spearman</b>	<b>Ansiedad en el fútbol</b>	Coefficiente de correlación	1,000	0,938
		Sig. (bilateral)		0,000
		N	40	40
	<b>Rendimiento táctico</b>	Coefficiente de correlación	0,938	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	
		N	40	40

*Nota.* Elaborado con el software SPSS.



**Figura 10.** *Correlación Rendimiento Táctico y Ansiedad en el fútbol.*

#### 4.2.5. Contrastación de hipótesis específica 4.

Hipótesis nula **H<sub>0</sub>**: Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento psicológico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

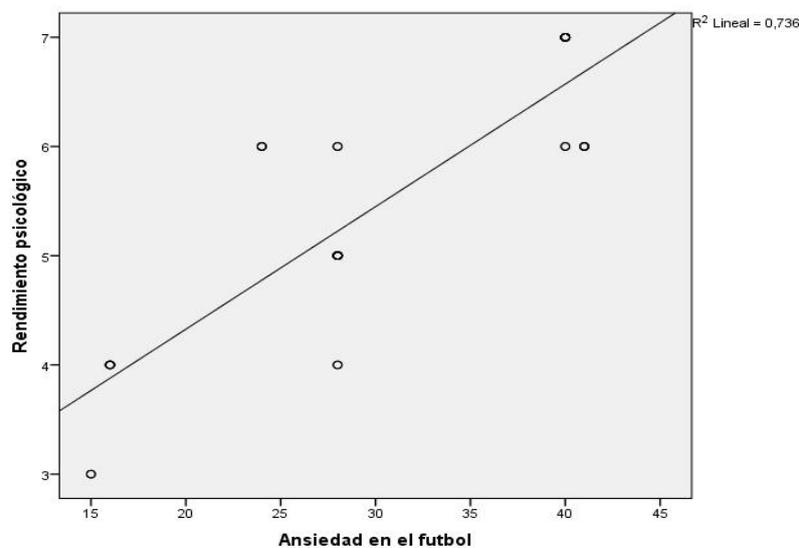
**Hipótesis Alternativa H<sub>1</sub>**: No Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento psicológico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.

**Tabla 12**

*Relación entre entrenamiento integrado en futbol y hábitos alimenticios.*

			<b>Ansiedad en el fútbol</b>	<b>Rendimiento psicológico</b>
<b>Rho de Spearman</b>	<b>Ansiedad en el fútbol</b>	Coefficiente de correlación	1,000	0,771
		Sig. (bilateral)		0,000
		N	40	40
	<b>Rendimiento psicológico</b>	Coefficiente de correlación	0,771	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	
		N	40	40

*Nota.* Elaborado con el software SPSS.



**Figura 11.** Correlación Rendimiento Psicológico y Ansiedad en el fútbol.

## CAPÍTULO V: DISCUSIÓN

Los resultados encontrados en la presente investigación permitieron encontrar la existencia de una interrelación entre las variables ansiedad en el fútbol y el rendimiento deportivo en jóvenes futbolistas de la Institución Educativa Pedro Paulet de la Ciudad de Huacho. Estos resultados fueron similares a los encontrados por Viñoles (2015) en su tesis “Incidencia de la ansiedad en el fútbol juvenil de alto rendimiento” quien también reveló la incidencia de este factor en los resultados que pueden lograr los jóvenes futbolistas, aunque como su título sugiere, dicha investigación fue un poco más general que la presente investigación.

Dentro de la presente investigación se pudo encontrar factores que intervienen en la ansiedad de los futbolistas como lo es lo físico y psicológico, que fácilmente podrían ser tema de un nuevo estudio a futuro por la relevancia no solo en temas de ansiedad, sino también en lo social y en lo educativo.

Se reconoce que una de las limitaciones que se obtuvo para el desarrollo de la presente tesis fue el escaso tiempo del tesista por temas de trabajo así como también ciertas barreras burocráticas para acceder a la institución estudiada y contactar con los jóvenes futbolistas, pese a ello se pudo brindar un producto que permitirá un posterior análisis por parte de los líderes de la institución educativa para la inmediata toma de decisiones que eviten que los jóvenes futbolistas se vean perjudicados y que a su vez esto contribuya a mejorar la imagen de la institución, toda vez que un logro deportivo en un campeonato permite reflejar un buen trabajo interno en cuanto a la gestión y al desempeño de los alumnos, a su vez permite el ingreso de sponsors que facilitan los recursos económicos para la mejora del rendimiento deportivo así como el fortalecimiento de otras actividades distintas a estas, se puede sumar inclusive las alianzas con instituciones deportivas profesionales en el campo de fútbol que beneficiaría una carrera en este deporte.

Es bastante recomendable por parte de la institución educativa el de implementar un sistema que permita mejorar la gestión de las habilidades de los estudiantes, no solo en el ámbito deportivo sino también en los otros ámbitos educativos como las matemáticas, la música, la pintura, entre otros.

También como parte del presente estudio se evidenció la importancia del factor psicológico en dicho rendimiento deportivo, lo cual es un llamado de atención a los padres de familia, quienes hoy por adelante, deben de estar atento a cualquier señal que perjudique el bienestar emocional de sus hijos, no solo para que destaquen deportivamente, sino también para que puedan llevar una vida sin preocupaciones y sin impedimentos inexistentes físicamente que los impidan de lograr sus sueños.

Para el equipo de fútbol de la institución en cuestión, es recomendable que se registre cada incidencia en el ámbito técnico, físico, psicológico, táctico, entre otros, de tal manera que se pueda tomar apunte y realizar acciones inmediatas para contrarestarlos y evitar que estos sucedan a futuro, probablemente esto traiga resultados positivos al largo plazo, pero en lo referente a corto plazo, una medida a seguir podría ser la de tomar charlas de capacitación y talleres educativos que permitan el control de las emociones y la mayor concentración al momento de realizar el deporte.

Por último, cabe indicar que la solidez del equipo que ya existe, no debe de perderse en el tiempo y se debe consolidar con el desarrollo de partidos amistosos que permitan mejorar todos los factores ya mencionados anteriormente, todas lo mencionado debe estar bajo la supervisión tanto del director técnico con del director del colegio quien es el que a final de cuentas toma todas las decisiones en cuanto a este.

## CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 6.1. Conclusiones

1. **Primera:** Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.834, representando una **muy buena** asociación.
2. **Segunda:** Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento físico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.847, representando una **muy buena** asociación.
3. **Tercera:** Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento técnico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017, ya que la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.925, representando **muy buena** asociación.
4. **Cuarta:** Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento táctico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017, porque la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.938, representando una **muy buena** asociación .
5. **Quinta:** Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento psicológico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017, ya que la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.771, representando **buena** asociación.

## 6.2. Recomendaciones

- Difundir los resultados de esta investigación en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, escuela de educación física para que los estudiantes consideren como referentes para otras investigaciones, asimismo extender la difusión en la región para que los docentes de educación física consideren en las prácticas con estudiantes.
- Los entrenadores y docentes de educación física deben incorporar como actividad permanente la atención psicológica, es decir el control de emociones, la ansiedad el nerviosismo, tensiones durante los entrenamientos, así como en la competición deportiva.
- En las instituciones educativas, el docente de educación física y los técnicos deportivos deben seleccionar talentos en diferentes disciplinas deportivas e incorporar la psicología deportiva para fortalecer su personalidad, asimismo el rendimiento deportivo.
- Ampliar la investigación ansiedad, estrés, autoestima, motivación y relación con el rendimiento del futbolista frente a la actitud del público, rivales e hinchas en la competición final de eventos.

Planificar estrategias de comportamiento para partidos con adversarios de mayor o menor nivel que nuestro equipo: limitación de número de toques, utilizar pierna dominante o no dominante, zonas prohibidas, zonas y superficies de remate, retos técnico-tácticos, etc

## CAPÍTULO VII: REFERENCIAS

- Aguilera, Lizeth (2011). *Clima motivacional, ansiedad y supersticiones en deportistas de Taekwondo*. (Tesis de Pregrado). Universidad de las Américas, Quito, Ecuador.
- Ayuso, J. (1988). *Trastornos de angustia*. . Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Bellack, A (1977). *Self-Report Inventories in Behavioral Assessment*. En J.D. Cone y R.P. Hawkins (Eds.), *Behavioral Assessment. New Directions in Clinical Psychology*. . New York:: Brunner/Mazel Pubí.
- Capetillo, R. (2005). *Factores condicionantes de la producción de rendimiento del futbolista*. Chile: efdeportes.
- García, P. (2010). *Variables psicológicas y rendimiento deportivo en el fútbol profesional*. (Tesis de pregrado) Universidad Nacional de Educación a Distancia. Madrid, España.
- Jiménez (2016). *Influencia de la musicoterapia para el manejo de ansiedad en pacientes pediátricos atendidos en la clínica de estomatología de la Universidad Señor de Sipán*. (Tesis de Pregrado). Universidad Señor de Sipán, Pimentel, Perú.
- Levinsky, D. (1999). *Adolescencia. Reflexiones Psicoanalíticas*. . Buenos Aires. Argentina: Ed. Lumen.
- López, Ismael (2011). *La evaluación de variables psicológicas relacionadas con el rendimiento del fútbol: Habilidades psicológicas para competir y personalidad resistente*. (Tesis de Postgrado). Universidad de Granada, Granada, España.
- Martens, R. V. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign: Human Kinetics.

- Molleapaza, J. y. (2016). *Ansiedad estado competitiva y estrategias de afrontamiento: un estudio correlacional en atletas de alto rendimiento de las regiones Arequipa, Cusco y Puno, 2016.*. Arequipa, Perú: Universidad San Agustín.
- Muñoz, J. (2009). *La importancia de la socialización en la educación*. Madrid: : Paidotribo,.
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. . Málaga: Colección Unisport.
- Sage, G. (1984). *Motor learning and control*. New York: Dubuque: William C. Brown.
- Spielberger, y. D. (1996). *Theory and research on anxiety*. Nueva York.: Academic Press.
- Valdés, H. (1996). *La preparación psicológica del deportista. Mente y rendimiento humano*. . España. : Ed.: INDE. Zaragoza, .
- Viñoles (2015). *Incidencia de la ansiedad en el fútbol juvenil de alto rendimiento*. (Tesis de Pregrado). Universidad de la República del Uruguay, Montevideo, Uruguay.
- Weinberg, R. y. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y del Ejercicio Físico*. Bogota: Panamericana.

## ANEXOS

## Anexo 1. Matriz de consistencia

Título: ANSIEDAD EN EL FÚTBOL Y RENDIMIENTO DEPORTIVO EN FUTBOLISTAS ESCOLARES DE LA I.E. PEDRO E. PAULET, HUACHO 2017

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e Indicadores	Metodología	Técnicas / Instrumentos
<p><b>Problema General</b></p> <p>¿De qué manera la ansiedad en el fútbol se relaciona con el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho? 2017</p> <p><b>Problemas Específicos:</b></p> <p>a) ¿En qué medida la ansiedad en el fútbol se relaciona con el rendimiento físico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho? 2017</p> <p>b) ¿En qué medida la ansiedad en el fútbol se relaciona con el</p>	<p><b>Objetivos General</b></p> <p>Determinar la ansiedad en el fútbol en relación con el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b></p> <p>a) Determinar la ansiedad en el fútbol en relación con el rendimiento físico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017</p> <p>b) Determinar la ansiedad en el fútbol en relación con el rendimiento técnico en futbolistas</p>	<p><b>Hipótesis General</b></p> <p>Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento deportivo en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017</p> <p><b>Hipótesis Específicas</b></p> <p>a) Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento físico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017</p> <p>b) Existe una relación significativa entre la ansiedad en</p>	<p><b>Variable Independiente (X): Ansiedad en el fútbol</b></p> <p><b>Dimensión 1: Ansiedad rasgo</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tensión</li> <li>Nerviosismo</li> <li>Preocupación</li> <li>Aprensión</li> </ol> <p><b>Dimensión 2: Ansiedad estado</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Tensión transitorio</li> <li>Aprensión transitorio</li> <li>Nerviosismo transitorio</li> <li>Preocupación transitoria</li> </ol> <p><b>Variable Independiente (Y): Rendimiento deportivo</b></p> <p><b>Dimensión 1: Rendimiento físico</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Fuerza</li> <li>Potencia</li> <li>Flexibilidad</li> <li>Equilibrio</li> </ol>	<p><b>Tipo de estudio</b></p> <p><b>Correlacional</b></p> <p><b>Diseño de Investigación</b></p> <p>Descriptivo</p> <p>Correlacional</p> <p>Población</p>	<p><b>Técnica</b></p> <p>Encuesta</p> <p><b>Instrumento</b></p>

<p>rendimiento técnico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho? 2017.</p> <p>c) ¿En qué medida la ansiedad en el fútbol se relaciona con el rendimiento táctico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho? 2017.</p> <p>d) ¿En qué medida la ansiedad en el fútbol se relaciona con el rendimiento psicológico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho? 2017</p>	<p>escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.</p> <p>c) Determinar la ansiedad en el fútbol en relaciona con el rendimiento táctico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017</p> <p>d) Determinar la ansiedad en el fútbol en relaciona con el rendimiento psicológico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017</p>	<p>el fútbol y el rendimiento técnico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.</p> <p>c) Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento táctico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017.</p> <p>d) Existe una relación significativa entre la ansiedad en el fútbol y el rendimiento psicológico en futbolistas escolares de la I.E. Pedro E. Paulet, Huacho 2017</p>	<p>5. Coordinación</p> <p><b>Dimensión 2: Rendimiento Técnico</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dominio de movimientos</li> <li>2. Capacidad de coordinación</li> <li>3. Realiza la acción con seguridad</li> </ol> <p><b>Dimensión 3: Rendimiento Táctico</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Movimientos armónicos y fluidos</li> <li>2. Control y dominio del balón</li> <li>3. Sobrepassa al defensor</li> </ol> <p><b>Dimensión 3: Rendimiento psicológico</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atención</li> <li>2. Autoestima</li> <li>3. Control de emociones</li> </ol>	<p>40 futbolistas</p> <p>Muestra</p> <p>40 futbolistas</p>	<p>Cuestionario estructurado</p>
--	---	--	---	--	----------------------------------

## Anexo 2. Cuestionario



### UNIVERSIDAD NACIONAL "JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN"

## CUESTIONARIO

Estimado(a) estudiante, agradezco su valiosa colaboración. Lee atentamente cada pregunta, luego responda con veracidad y honestidad. La información que proporcionará será muy importante para fundamentar mi trabajo de investigación

INSTRUCCIONES: Cada pregunta presenta cinco alternativas, priorice una de las respuestas y marque con una X la respuesta que usted crea conveniente, teniendo en cuenta que:

1, Nunca                      2. Casi nunca                      3, A veces                      4. Casi siempre                      5. Siempre

ÍTEMS O PREGUNTAS	1. ALTO	2. MEDIO	3. BAJO
<b>ANSIEDAD EN EL FÚTBOL</b>			
<b>ANSIEDAD RASGO</b>			
1. Me siento tenso previa a la competición deportiva			
2. Me siento nervioso cuando mis actuaciones en el campo no son buenas			
3. Me falta confianza en mí mismo			
4. Me preocupo demasiado por lograr en poco tiempo resultados halagadores			
5. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia			
6.. Veo que las dificultades se amontan y no puedo con ellas			
7. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto			
<b>ANSIEDAD ESTADO</b>			
8. Me siento tenso por posibles desgracias futuras			
9. Me siento aturdido y sobreexcitado			
10. Con frecuencia tengo dolor de cabeza y cuello sobre todo en la			
11. Me canso rápidamente en los entrenamientos y sobre todo el día del			
12. Siento temblor en el cuerpo y me agito cuando empieza el juego			

13. Me siento ofuscado y excitado en situaciones difíciles para tomar decisiones			
14. Tengo presentimiento que algo negativo va ocurrir en pleno juego			
<b>RENDIMIENTO DEPORTIVO</b>			
<b>RENDIMIENTO FÍSICO</b>			
15. Estoy convencido que la fuerza hay que utilizar en últimas instancias			
16. Estoy seguro que tengo buena potencia y flexibilidad para dirigir el balón			
17. Con frecuencia realizo buen equilibrio y coordinación en el juego colectivo			
<b>RENDIMIENTO TÉCNICO</b>			
18. Realizo ritmo adecuado en la ejecución de los movimientos			
19. Tiene capacidad de coordinación espacio temporal para el control del balón			
20. Realiza la acción con seguridad en la conducción del balón a la portería			
<b>RENDIMIENTO TÁCTICO</b>			
21. Realiza movimientos armónicos y fluidos para mantener el balón pegado al pie			
22. Realiza el control del balón con ambas lateralidades			
23. Utiliza el cuerpo y el brazo cercano al defensor para hacer el gol			
<b>RENDIMIENTO PSICOLÓGICO</b>			
24. Me preocupa bloquearme por culpa de la presión.			
25. Confío en responder bien ante este reto.			
26. Confío en jugar bien a pesar de la presión.			

## Anexo 3. Base de datos de la encuesta

N°	Ansiedad en el futbol																			ST1	V1
	Ansiedad rasgo										Ansiedad estado										
	1	2	3	4	5	6	7	S1	D1		8	9	10	11	12	13	14	S2	D2		
1	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
2	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
3	1	1	1	1	1	1	1	7	Bajo		2	1	1	1	2	1	9	Bajo	16	Bajo	
4	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio		2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
5	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
6	3	1	1	1	1	1	3	11	Bajo		3	1	1	1	3	3	13	Medio	24	Medio	
7	3	3	3	3	3	3	3	21	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	41	Alto	
8	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio		2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
9	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
10	1	1	1	1	1	1	1	7	Bajo		2	1	1	1	2	1	9	Bajo	16	Bajo	
11	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
12	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio		2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
13	1	1	1	1	1	1	1	7	Bajo		1	1	1	1	2	1	8	Bajo	15	Bajo	
14	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
15	3	1	1	1	1	1	3	11	Bajo		3	1	1	1	3	3	13	Medio	24	Medio	
16	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio		2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
17	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
18	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio		2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
19	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
20	1	1	1	1	1	1	1	7	Bajo		2	1	1	1	2	1	9	Bajo	16	Bajo	
21	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio		2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
22	1	1	1	1	1	1	1	7	Bajo		2	1	1	1	2	1	9	Bajo	16	Bajo	
23	3	1	1	1	1	1	3	11	Bajo		3	1	1	1	3	3	13	Medio	24	Medio	
24	3	3	3	3	3	3	3	21	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	41	Alto	
25	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio		2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
26	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio		2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
27	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
28	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto		3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	

<b>29</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio
<b>30</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	21	Alto	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto	41	Alto
<b>31</b>	2	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio
<b>32</b>	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
<b>33</b>	1	1	1	1	1	1	1	7	Bajo	2	1	1	1	1	2	1	9	Bajo	16	Bajo	
<b>34</b>	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
<b>35</b>	3	3	3	3	3	3	3	21	Alto	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto	41	Alto	
<b>36</b>	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto	3	3	3	3	3	3	2	20	Alto	40	Alto	
<b>37</b>	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
<b>38</b>	1	1	1	1	1	1	1	7	Bajo	1	1	1	1	1	2	1	8	Bajo	15	Bajo	
<b>39</b>	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	
<b>40</b>	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	2	2	2	2	2	2	2	14	Medio	28	Medio	