

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ
CARRIÓN
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**



**INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL FÚTBOL EN JUGADORES DEL
CLUB UNIÓN INGENIO DE HUAURA, AÑO 2019.**

Tesis para optar el título de Licenciado en Educación Física y Deportes.

AUTOR

Bach. MARIO BLADIMIR ZAPATA TORRES

Asesor: Dra. NORVINA MARLENA MARCELO ANGULO

Huacho – 2021

**INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL FÚTBOL EN JUGADORES DEL CLUB
UNIÓN INGENIO DE HUAURA, AÑO 2019.**

Bach. MARIO BLADIMIR ZAPATA TORRES

TESIS

Asesor: Dra. NORVINA MARLENA MARCELO ANGULO

**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE EDUCACIÓN**

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

Huacho

2021

Dedicatoria

Dedico con todo amor primeramente a nuestro señor todo poderoso y luego a los miembros de mi familia como mis padres Isidro y Yesenia, a mis hermanos y abuelos que me apoyaron en todo momento, que son personas que me han ofrecido el amor y la calidez de la familia a la cual amo.

Mario Bladimir Zapata Torres

Agradecimiento

Agradecer a mis docentes por sus enseñanzas aplicadas en cada curso por facilitarnos los medios suficientes para desarrollar todas nuestras actividades. Agradecer a mi Sr. Padre Isidro Zapata Gonzáles que gracias a ti estoy cumpliendo una meta más de mi larga vida profesional. A mí asesora Dra. Norvina Marlena Marcelo Angulo por todos sus conocimientos y el apoyo brindado.

Agradecer a mi Madre Yesenia Torres Ventocilla por sus consejos y apoyos incondicionales de igual manera a mis hermanos Aaron y Gary.

Mario Bladimir Zapata Torres

Índice

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	xi
INTRODUCCIÓN	xiii
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1 Descripción de la realidad problemática	1
1.4. Justificación de la investigación	3
1.5 Delimitaciones del estudio	4
1.6 Viabilidad del estudio	4
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	6
2. 1. Antecedentes de la investigación	6
2.1.1. Investigaciones internacionales	6
2.1.2. Investigaciones nacionales	7
2.4. Hipótesis de investigación	20
2.4.1. Hipótesis general	20
2.4.2. Hipótesis específicas	20
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	21

3.1 Diseño metodológico	21
3.2. Población y muestra.....	21
3.2.1 Población.....	22
3.2.2 Muestra	22
3.3. Operacionalización de las variables	23
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	25
3.5. Técnicas para el procesamiento de la información.....	25
Instrumentos.....	25
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	26
4.1. Análisis de resultados	26
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	46
5. 1. DISCUSIÓN	46
5.2. CONCLUSIONES	47
5. 3. RECOMENDACIONES	47
CAPÍTULO VI: FUENTES DE INFORMACIÓN	49
6. 1. Fuentes Bibliográficas	49
6.2. Fuentes Documentales	49
6.3. Fuentes Electrónicas	50
ANEXOS	51

Índice de tablas

Tabla 1 Te diviertes al jugar fútbol	26
Tabla 2 Tienes calma para hacer jugadas cuando estas molesto.	27
Tabla 3 Te sientes feliz cuando realizas buenas jugadas.	28
Tabla 4 Sabes cómo mantenerte tranquilo ante una provocación del rival.	29
Tabla 5 Te sientes seguro de tus capacidades en un encuentro deportivo.....	30
Tabla 6 Te molestan fácilmente cuando el árbitro sanciona de manera errónea.	31
Tabla 7 Te bloqueas cuando la barra del rival te molesta.	32
Tabla 8 Sabes comprender como se sienten tus compañeros de equipo.	33
Tabla 9 Te importa lo que les sucede a tus compañeros de equipo.....	34
Tabla 10 Te es fácil decirles a tus compañeros cómo te sientes.....	35
Tabla 11 Das lo mejor de ti en cada partido.	36
Tabla 12 Respetas al entrenador, compañeros, rivales, cuerpo arbitral, barra.	37
Tabla 13 Esperas que tus compañeros den lo mejor de sí en cada partido.....	38
Tabla 14 Te adaptas a situaciones nuevas cuando juegas.	39
Tabla 15 Te adaptas con facilidad a nuevos compañeros, sistemas de juego, entrenador, club.	40
Tabla 16 Sientes ansiedad antes de un partido.	41
Tabla 17 Antes de disputar una final te estresas por el resultado.....	42
Tabla 18 Te sientes presionado al jugar para no defraudar a tu hinchada.....	43
Tabla 19 Si tu equipo se queda con 10 jugadores te sientes derrotado.	44
Tabla 20 Tienes ataque de pánico si te nominan a patear un penal.	45

Índice de figuras

Figura 1 Te diviertes al jugar fútbol	26
Figura 2 Tienes calma para hacer jugadas cuando estas molesto.....	27
Figura 3 Te sientes feliz cuando realizas buenas jugadas.	28
Figura 4 Sabes cómo mantenerte tranquilo ante una provocación del rival.....	29
Figura 5 Te sientes seguro de tus capacidades en un encuentro deportivo.	30
Figura 6 Te molestas fácilmente cuando el árbitro sanciona de manera errónea.....	31
Figura 7 Te bloqueas cuando la barra del rival te molesta.	32
Figura 8 Sabes comprender como se sienten tus compañeros de equipo.....	33
Figura 9 Te importa lo que les sucede a tus compañeros de equipo.	34
Figura 10 Te es fácil decirles a tus compañeros cómo te sientes.	35
Figura 11 Das lo mejor de ti en cada partido.....	36
Figura 12 Respetas al entrenador, compañeros, rivales, cuerpo arbitral, barra.....	37
Figura 13 Esperas que tus compañeros den lo mejor de sí en cada partido.	38
Figura 14 Te adaptas a situaciones nuevas cuando juegas.	39
Figura 15 Te adaptas con facilidad a nuevos compañeros, sistemas de juego, entrenador, club.	40
Figura 16 Sientes ansiedad antes de un partido.....	41
Figura 17 Antes de disputar una final te estresas por el resultado.	42
Figura 18 Te sientes presionado al jugar para no defraudar a tu hinchada.	43
Figura 19 Si tu equipo se queda con 10 jugadores te sientes derrotado.....	44
Figura 20 Tienes ataque de pánico si te nominan a patear un penal.	45

Resumen

El fútbol es el deporte que más fanáticos tiene en las diferentes divisiones, en el fútbol amateur encontramos al club Unión Ingenio conformado por futbolistas del medio siendo jóvenes que están en proceso de formación y con toda la energía para seguir escalando futbolísticamente, pero el control de las emociones, el tener inteligencia emocional ayuda a alcanzar el éxito, por eso los entrenadores no deben subestimar la atmósfera emocional del equipo. Esto es rendimiento y, por tanto, continuidad de resultados. Un buen director de equipo puede persuadir emocionalmente a sus jugadores para que desarrollen sentimientos beneficiosos y neutralicen aquellos sentimientos que puedan socavar el equilibrio dinámico deseado del equipo, hablar de inteligencia emocional en el espíritu de la época, hablar de la eterna lucha entre la emoción y la razón, las emociones pueden contener información útil para funciones personales y sociales, pero a veces estas emociones también pueden abrumarnos y hacer que actuemos de formas que luego lamentamos como obtener una tarjeta amarilla o roja que nos perjudicará de forma personal y al equipo. **Objetivo:** Determinar la influencia de la inteligencia emocional en los jugadores de fútbol del club ingenio de Huaura, año 2019. **Material y método:** Realizado en el Club Unión Ingenio de Huaura. La población y muestra estuvo conformada por 18 jugadores de 1era división del Club Unión Ingenio. Tipo Descriptivo correlacional. El instrumento para medir la inteligencia emocional en los jugadores de fútbol del club ingenio de Huaura es la encuesta. **Resultados y conclusiones:** El 28% de los jugadores siempre tiene calma para hacer jugadas cuando está molesto, el 39% casi siempre y el 33% nunca tiene calma, ante la provocación de un rival el 22% nunca se mantiene tranquilo, lo que demuestra que se debe trabajar aún más en los sentimientos y emociones, porque este tipo de reacciones pueden ser perjudiciales para los momentos donde hay que tener frialdad en la toma de decisiones, por eso se recomienda que todo equipo

cuenta con un psicólogo deportivo que ayude a estos jóvenes a manejar el temperamento en su vida y más en el terreno de juego.

Palabras claves: inteligencia emocional, intrapersonal, interpersonal, fútbol.

Abstract

Soccer is the sport that has more fans in the different divisions, in amateur soccer we find the Unión Ingenio club made up of footballers from the middle being young people who are in the process of training and with all the energy to continue climbing football, but the control of emotions, having emotional intelligence helps to achieve success, so coaches should not underestimate the emotional atmosphere of the team. This is performance and, therefore, continuity of results. A good team manager can emotionally persuade his players to develop beneficial feelings and neutralize those feelings that may undermine the team's desired dynamic balance, speak of emotional intelligence in the spirit of the time, speak of the eternal struggle between emotion and The reason, emotions can contain useful information for personal and social functions, but sometimes these emotions can also overwhelm us and cause us to act in ways that we later regret such as getting a yellow or red card that will harm us personally and the team. Objective: To determine the influence of emotional intelligence in the soccer players of the Ingenio de Huaura club, year 2019. Material and method: Carried out at the Unión Ingenio de Huaura Club. The population and sample consisted of 18 players from the 1st division of the Union Ingenio Club. Descriptive type correlational. The instrument to measure emotional intelligence in soccer players from the Huaura Ingenio club is the survey. Results and conclusions: 28% of the players are always calm to make plays when they are upset, 39% almost always and 33% are never calm, before the provocation of a rival 22% never remain calm, which shows that we must work even more on feelings and emotions, because this type of reactions can be detrimental for moments where you have to be cold in decision-making, so it is recommended that every team has a sports psychologist to help them young people to manage the temperament in their life and more on the pitch.

Keywords: emotional intelligence, intrapersonal, interpersonal, soccer.

INTRODUCCIÓN

La investigación de inteligencia emocional es importante porque da a conocer como un jugador de fútbol debe dominar sus emociones y tomar decisiones en cuestión de milésimas de segundos estando en el calor de un partido, donde el cansancio y las emociones a veces te siegan, el rival por su parte pretende hacerte perder la cordura y que caigas en su juego, acción que debilitaría al equipo, porque el fútbol es un deporte donde hay contacto, choques, jaladas y hasta pequeños empujones por obtener la posesión del balón o preservar un espacio dentro del terreno de juego, para lo cual se debe entrenar también las emociones con ayuda de un profesional en psicología deportiva.

Capítulo I: de la introducción, está la justificación de la investigación, los alcances del estudio y el objetivo general y específicos.

Capítulo II: de Marco teórico están las teorías y conceptos de la inteligencia emocional y el fútbol, que sustentan la investigación, variables, características, teorías para realizar la investigación de manera científica.

Capítulo III: de Metodología, se encuentra el tipo, diseño, nivel y enfoque de la investigación, la población y muestra utilizada en la investigación, además de las técnicas e instrumentos empleados en la adquisición de datos de la inteligencia emocional y el fútbol.

Capítulo IV: de los resultados, se presenta las tablas, las figuras con la interpretación y toma de decisiones.

Capítulo V: de la discusión, donde se discute los resultados obtenidos con otros autores.

Capítulo VI: de las conclusiones y recomendaciones, se da a conocer todas las conclusiones a las que se llegó y se realiza algunas recomendaciones acerca del manejo de la inteligencia emocional en los futbolistas del Club Ingenio.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

El fútbol es el deporte más popular del planeta, en nuestro país se paralizan los ciudadanos en su mayoría varones de diferentes edades cuando juega nuestra selección, en las diferentes ligas distritales, los barrios tienen su equipo de fútbol con jugadores lugareños y de los alrededores, los entrenadores que dirigen estos equipos algunos han estudiado y otros son ex jugadores o aficionados que a veces no comprenden la importancia de las emociones y cómo educarlas para que una mala reacción no malogre un partido, una definición de campeonato, clasificación a una copa Perú, por eso algunas veces se observa conatos de pelea dentro del campo de juego entre jugadores, falta de respeto al grupo arbitral, entre miembros de las barras rivales, es ahí donde sale a relucir que a pesar de ser fútbol amateur es importante que los jugadores sepan contener sus emociones y pensar con cabeza fría las consecuencias que traería para el resultado de su equipo, se necesita más psicólogos deportivos y que estos se involucren con los deportistas de todas las disciplinas deportivas desde la categoría infantil, necesitamos jugadores con un buen temperamento para sacar adelante un partido a pesar de la adversidad como puede ser el clima, o un arbitraje parcializado con el rival.

El Club Deportivo Unión Ingenio nace en el año 1959 en el distrito de Huaura perteneciente al Centro poblado de Ingenio actualmente tiene 61 años de fundado con 4 títulos distritales, el club está conformado por jóvenes promesas del fútbol haurino del centro poblado de Ingenio y jugadores muy experimentados, el entrenador es el Profesor Juan Barboza Guerrero.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿De qué manera la inteligencia emocional influye en los jugadores de futbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019?

1.2.2 Problemas específicos

¿De qué manera la inteligencia intrapersonal influye en el rendimiento técnico de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019?

¿De qué manera la inteligencia interpersonal influye en el rendimiento táctico de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019?

¿De qué manera la adaptabilidad influye en el rendimiento deportivo de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la influencia de la inteligencia emocional en los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar la influencia de la inteligencia intrapersonal en el rendimiento técnico de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.

Determinar la influencia de la inteligencia interpersonal en el rendimiento táctico de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.

Determinar la influencia de la adaptabilidad en el rendimiento deportivo de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.

1.4. Justificación de la investigación

La justificación se sustenta en:

Trascendencia: la inteligencia emocional y el fútbol son variables de mucha importancia dentro del ambito deportivo.

Utilidad: Porque resuelve un problema deportivo.

Los resultados de la investigación va a fortalecer el campo deportivo de como la inteligencia emocional juega un papel importante en el desenvolvimiento deportivo de los jugadores de fútbol.

Los jugadores del club Ingenio de Huaura seran los beneficiados, porque comprenderan la importancia de manejar las emociones en diferentes momentos del partido ese temple que deben de tener en las definiciones, en penales, asi como cuando van debajo en el marcador.

1.5 Delimitaciones del estudio

En cuanto a los alcances son los siguientes:

Alcance espacial: Huaura.

Alcance temporal: Año 2019.

Alcance temático: Inteligencia emocional y el fútbol.

Alcance institucional: jugadores de fútbol del Club Ingenio.

1.6 Viabilidad del estudio

La investigación se ejecutó por medio de las facilidades que dio el entrenador y asistente técnico del Club Ingenio.

Técnica

La investigación tiene todos los requisitos que solicita la Universidad.

Ambiental

Investigación academica deportiva, por el cual no perjudica el medio ambiente.

Financiera

El costo que ocasionó el desarrollo de la tesis estuvo financiado enteramente por el investigador.

Social

Se formó un equipo para la investigación que participó de manera eficiente, responsable y eficaz.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2. 1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Investigaciones internacionales

Martinez (2016), en su investigación *“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RENDIMIENTO DEPORTIVO EN EL FÚTBOL FEMENINO DE ALTA COMPETICIÓN”* tuvo como objetivo: “relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento deportivo en jugadoras de fútbol femenino profesional de la primera división española” (p. 27). La metodología “Los datos se han obtenido mediante la aplicación de diferentes test (TMMS-24, PMCSQ II y RSES)” (p. 174). El resultado obtenido es de “clima motivacional orientado hacia la tarea y claridad emocional se explica un importante porcentaje del rendimiento deportivo medido tanto por los minutos jugados como mediante la valoración subjetiva de los entrenadores” (p. 229).

Macias, Gonzales, & Eslava (2018), en el artículo *“EL FÚTBOL COMO ESTRATEGIA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA –UNA EXPERIENCIA DIDÁCTICA”* el objetivo es “Comprender el concepto de trabajo en equipo y la relación que surge entre los diferentes miembros, así como las aportaciones que se producen a nivel psicomotriz, afectivo, moral, social y cognitivo” (p. 22). Teniendo como resultado:

Los resultados obtenidos a través de la puesta en práctica de esta experiencia identificando al fútbol como una herramienta de mejora de la convivencia y el bienestar del aula, han sido satisfactorios, produciéndose además beneficios colaterales en problemas académicos (falta de atención, falta de concentración, desmotivación, escucha

inactiva, inadaptación a los cambios e intolerancia a la frustración), dado que a través de un trabajo cooperativo eficaz los aprendizajes aumentan mejorando el rendimiento del alumnado (p. 35).

2.1.2. Investigaciones nacionales

Lastra (2016), en su investigación *“La inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés en la reserva de un club social deportivo de futbol profesional de Huánuco - Huánuco - 2013”* tiene como objetivo “determinar las diferencias entre los promedios de la inteligencia emocional y del afrontamiento del estrés según la edad y tiempo de permanencia de los futbolistas de la reserva del Club Social Deportivo León de Huánuco” (p. 17). La metodología, es una investigación descriptiva de diseño experimental de tipo descriptivo – comparativo, la muestra es de 16 futbolistas de la reserva del Club Social Deportivo. La conclusión a la que llegó es que “la diferencia es significativa en los promedios de las dimensiones de la inteligencia emocional en función a la edad, también hay una diferencia significativa en los promedios de las dimensiones de la inteligencia emocional en función al tiempo de permanencia” (p. 128).

Ramos y Quequezana (2017), en la investigación *“Niveles de inteligencia emocional y estilos de liderazgo en directivos de la ciudad de Arequipa”* el cual tuvo como objetivo “determinar la relación que existe entre los estilos de liderazgo y los niveles de inteligencia emocional en sus distintos componentes”. La metodología “investigación de campo, de estudio correlaciona y de diseño no experimental - transeccional” y la población “de 77 directivos Jefes de distintas áreas, de donde se tomó a 66 directivos y se obtuvo una mortalidad de 14.6% de directivos” (p. 2). Los instrumentos empleados fueron “fueron la Escala de Liderazgo Organizacional Diagnostico de Potencial de Identidad ELO y el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On (I-CE)”. El resultado de la investigación es “no existe correlación entre

niveles de Inteligencia Emocional y los Estilos de Liderazgo tanto en directivos de la Empresa Pública como en la Empresa Privada” (p. 2).

Campos (2020), En su estudio “*Tipos de inteligencia emocional de los docentes de la Institución Educativa San Juan de la Libertad, Chachapoyas - 2019*” teniendo como objetivo “Determinar los tipos de inteligencia emocional de los docentes de la Institución Educativa San Juan de La Libertad, Chachapoyas - 2019” (p. 18). La metodología de la investigación es de “enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo, de tipo: observacional, prospectivo, trasversal y de análisis univariado” (p. 20). La muestra fue de 50 docentes. Los instrumentos de recolección de datos fue el inventario de” inteligencia emocional de Bar-On, con un nivel de significancia del 0.05” (p. 21). El resultado obtenido es “el 74% tiene una inteligencia emocional adecuada, y el 26% una inteligencia emocional alta. Así mismo en la dimensión de Inteligencia Intrapersonal del 100% de docentes el 70% tiene una inteligencia emocional intrapersonal adecuada, el 28% alto y el 2% bajo” (p. 24).

2.2. Bases teóricas

Inteligencia

En Grecia se consideraba que la inteligencia era hereditaria, pero Gardner nos dice que es la “capacidad para la resolución de problemas o para producir soluciones idóneas en base a una situación cultural concreta” citado en (Martinez, 2016, p. 41).

El autor Morilla define la inteligencia como “Una aptitud para recabar información del propio interior, así como del mundo exterior, con el propósito de ofrecer la respuesta más acertada a las situaciones que el día a día plantea”

citado en (Martinez, 2016, p. 42).

Emoción

Para Deci la emoción es “una reacción ante un determinado estímulo que puede ser real o no. Dicha reacción produce una modificación en las vísceras y en el sistema muscular; asimismo, se pueden observar cambios que de una forma u otra influirán en posteriores comportamientos” citado en (Martinez, 2016, p. 47).

Mientras que para Guerri (2021), “Son estados afectivos que experimentamos. Reacciones subjetivas al ambiente que vienen acompañadas de cambios orgánicos - fisiológicos y endocrinos- de origen innato. La experiencia juega un papel fundamenta en la vivencia de cada emoción” (p. 1).

Inteligencia emocional

Para Goleman la inteligencia emocional es “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones” citado en (Goleman, s.f.).

Según Pradas (2018), la inteligencia emocional es:

La capacidad de comprender las emociones de los demás, comprender sus propias emociones y gestionar su propio estado emocional.

Cualidades como la empatía, el control emocional, la motivación o las habilidades sociales son parte de una gama de capacidades contenidas en el nicho de la "inteligencia emocional" (p. 1).

En cada momento del día tenemos que tomar decisiones y muchas veces lo hacemos de acuerdo a nuestras emociones y esto va guiando el rumbo de nuestra vida, en el fútbol es igual, durante los 90 minutos de juego hay choques contra el rival que te dejan adolorido tal vez molesto y vas de picón por cobrar revancha lo pateas, el árbitro te ve y sanciona lo que amerita una tarjeta roja de expulsión, los demás dirán no tiene inteligencia emocional, no sabe controlar sus emociones, malogro el partido, por su culpa el equipo se quedó con un hombre menos y perdió, etc. Quiere decir que no calculó la consecuencia de su acción, que importante es preparar emocionalmente a los deportistas para que en momentos de dificultad mantengan la calma y tomen las mejores decisiones para el óptimo rendimiento de su equipo y el personal.

La competencia emocional se valora mucho para el trabajo en equipo y los deportes colectivos como el fútbol es en equipo, hay que juntar 11 jóvenes con distintas personalidades y temperamentos para que se unan en busca de un buen resultado deportivo.

La inteligencia emocional en el deporte

Las dimensiones sociales y emocionales del deporte pueden favorecer o inhibir la relación entre los jugadores (compañeros y oponentes). Esta relación se establece argumentando que las emociones se experimentan a menudo en la interacción con diferentes personas y deportes.

Las emociones que genera el deporte es de alegría, felicidad cuando entrenas bien o juegas un excelente partido, cuándo ganas, también hay emociones de tristeza, frustración, temor, decepción, nerviosismo debido a la actitud del entrenador, a la barra rival o la propia, que te sube o baja el autoestima, a los rivales, al desempeño

del árbitro y de tu equipo, todas ellas deben ser manejadas en momentos en que estás acelerado por el calor del partido, cansado, para manejar bien las emociones, es necesario que tengan un psicólogo deportivo, con eso se reduciría la violencia que podría existir en el fútbol.

La inteligencia emocional y sus elementos

a) Autoconocimiento

(Regader, s.f) “Se refiere al conocimiento de nuestros propios sentimientos y emociones y cómo nos influyen. Es importante reconocer la manera en que nuestro estado anímico afecta a nuestro comportamiento, cuáles son nuestras capacidades y puntos débiles” (p. 1).

b) Autocontrol

(Regader, s.f) se refiere a:

El autocontrol emocional nos permite reflexionar y controlar nuestros sentimientos o emociones para no dejarnos llevar a ciegas por ellos.

Incluye saber detectar dinámicas emocionales, saber cuáles son efímeras y continuas, y saber qué aspectos de las emociones podemos utilizar y cómo relacionarnos con el entorno para reducir el poder de los demás. El daño para nosotros es mayor que el beneficio para nosotros.

(p. 1).

c) Automotivación

Es Enfocar nuestras emociones en metas y nos mantiene motivados, enfocándonos en metas en lugar de obstáculos. Se necesita iniciativa y optimismo, ser proactivos y a la hora de actuar hacerlo con tesón de forma positiva ante los imprevistos.

c) Empatía

Es la capacidad de ponerse en el lugar de otra persona y entender sus emociones.

d) Habilidad social

Es la habilidad para manejar las relaciones sociales, es la capacidad de competencia social y liderazgo.

e) Influencia personal

Es la habilidad de lograr una influencia positiva para uno mismo y para otras personas, es la capacidad de ejercer liderazgo ya sea para acciones positivas y negativas.

Fútbol

Se trata de un deporte colectivo, cada equipo está formado por 11 jugadores, incluido el portero, cuyo objetivo es hacer que el balón entre en la portería contraria mediante el contacto del pie o la cabeza.

En un partido de fútbol, la persona que gobierna las reglas del juego es la FIFA. La regla más importante es que, a excepción del portero, el balón no es tocado con la mano o el brazo y las dos mitades se juegan durante 45 minutos a menos que el árbitro interrumpa el juego. En este caso, Tardará unos minutos más, lo que equivale al tiempo de interrupción.

El campo de juego es rectangular y puede ser de césped natural o sintético, la portería se encuentra a cada lado del campo.

El deporte más popular del mundo es el fútbol. "Según la encuesta realizada por FIFA en el 2006, hay aproximadamente 270 millones de personas en todo el mundo que participan activamente en el fútbol, incluidos jugadores, árbitros y entrenadores. De estos, 226,5 millones de personas (incluidos hombres, mujeres, jóvenes y niños) Juega

habitualmente al fútbol de forma profesional, semi profesional o amateur. Esta cifra representa alrededor del 4% de la población mundial. Debido a su popularidad, se practique o no, este deporte se ha convertido en una parte importante de la vida de muchas personas.

Fundamentos técnicos

Todas las medidas técnicas que se enseñaron primero y luego se formularon. Deben ser entrenados a través de los principios del juego. Es claro que existe una relación permanente en la implementación de los diferentes principios básicos, y la buena base de nuestros jugadores les permitirá elaborarlos de manera efectiva a través de juegos individuales y colectivos en las fases ofensiva y defensiva, con alta efectividad.

La clasificación de los fundamentos técnicos se divide en:

Fundamentos Técnicos con Balón.

- Conducción.
- Pase.
- Dominio de balón.
- Remate.
- Dribling.
- Recepción.
- Saque lateral.
- Juego de cabeza.

Conducción

Se trata de tocar ligeramente el balón con el pie (cara externa o interna) o el pecho para hacer rodar el balón. El balón también se puede utilizar cuando el jugador intenta protegerlo mientras espera la línea de pase o cuando hay suficiente espacio para avanzar. en el piso.

Pase

Este fundamento se debe realizar en etapas guiado por un profesional ya que requiere mucha precisión, fuerza, dirección para enviar el balón al objetivo.

Pasar es una acción técnica que permite pasar el balón tocándolo para establecer una relación entre dos o más componentes del equipo. Por tanto, este es el principio del juego colectivo, que nos permite alcanzar el objetivo planificado en el menor tiempo posible.

Clasificación de los pases

Distancia: pases largos, medios y cortos.

Dirección: pases hacia atrás, en diagonal, laterales y hacia adelante.

Altura: pases altos, media altura y al ras de suelo.

Fuerza: pases fuertes, flojos y templados.

Dominio de balón

Es la capacidad del jugador de controlar el balón en el suelo o en el aire a través de más de dos contactos; por lo tanto, cualquier acción realizada en una posición estática o dinámica permite al jugador poseer el balón para superar a uno o más oponentes y promover las acciones. y movimientos de compañeros de equipo.

Las Superficies de Contacto para realizar el dominio de balón: son las que permite la FIFA las cuales son: hombros, piernas, cabeza, pecho, abdomen, muslos, pie (empeines, total, frontal, interior, exterior), talón, planta, puntera.

Remate

Para Cortez (2006), el remate es:

Toda acción técnica que tiene como finalidad única la obtención del gol, de hecho, lo ideal es que sea la conclusión de una propuesta ofensiva. La intención, la potencia, la sorpresa que se pretende tener y la ubicación son las cuatro características básicas que debe incluir todo remate (p.20).

Dribling

Se trata de una acción técnica independiente que nos permite evitar, desbordar o esquivar siempre al adversario mientras sujeta el balón, el elemento más importante es el maniquí.

Medina (2009), manifiesta que el dribling es:

Moverse con el balón a lo largo del terreno de juego. Esta habilidad se usa para reubicar a un jugador en un lugar deseado en donde pueda disparar o pasar el balón. Lo que transforma el dribling en un arte son los defensores que constantemente tratan de limitar las opciones del jugador con el balón (p. 45).

Recepción

Se trata de una acción técnica, a través de la cual el jugador obtiene la propiedad del balón y se prepara para la siguiente acción técnica y táctica.

Hay diferentes tipos de recepción o control

Parada: acción técnica, recibimos el balón y lo paramos por completo. Generalmente se hace con las plantas de los pies.

Semiparada: acción técnica, recibimos el balón y lo movemos levemente hacia el pie de control.

Amortiguación: Acción técnica mediante la cual podemos reducir la velocidad de la bola voladora para que pueda bajarse bajo control y mantenerse en el pie.

Control direccional: La acción técnica que tomamos al recibir el balón y, a través del control, vincular la guía del balón con la siguiente acción técnica y táctica requerida.

Saque lateral

El saque de banda es una forma de reiniciar el juego. Cuando el balón cruza completamente la línea lateral, se lanzará un saque.

Juego de cabeza

Golpear el balón con la cabeza es una técnica separada que transmite fuerza a la pelota en cualquier superficie de contacto con la cabeza de la pelota. Para cualquier futbolista, ya sea en defensa o en ataque, este es un recurso muy importante, porque nos puede ayudar a defender mejor y tener más posibilidades de marcar goles.

Bravo (2015), dice:

La operación de remate o limpieza se realiza con la frente, no con otra parte de la cabeza, esta técnica utiliza la menor energía para hacer las cosas, por lo que el trabajo de golpear la pelota con la cabeza se va completando gradualmente. (p. 47).

Fundamentos Técnicos sin Balón.

- Cambios de dirección.
- Saltos.
- Finta.

Cambios de dirección

El cambio de dirección significa que el jugador debe mover su cuerpo en diferentes direcciones para soltarse o hacer contacto con el oponente y cómo reaccionar ante el movimiento del balón.

Saltos

Debido al impacto de su práctica en la capacidad de reacción del sistema neuromuscular, este tipo de salto se ha extendido ampliamente en el trabajo de los futbolistas modernos.

Finta

Ciertas acciones o acciones realizadas por el jugador con el propósito de engañar, confundir o distraer la acción real que se pretende realizar. Como premisa básica, debe haber engaño (fingir), pero con el poder y propósito de decidir si es dueño de la pelota, si es una pelota o no.

2.3. Definiciones conceptuales

Actitudes: están patentadas por las reacciones repetidas de una persona. Este término tiene una aplicación particular en el estudio del carácter, como indicación innata o adquirida, relativamente estable, para sentir y actuar de una manera determinada. (significados.com).

Alegría: Es emoción amistosa o satisfacción o felicidad por un tiempo limitado

Ansiedad: son episodios que se dan con palpitaciones al Corazón, asfixia, inestabilidad, temblor o miedo durante el ataque.

Angustia: El estado emocional, que se expresa como una reacción a un peligro o una impresión desconocidos.

Auto confianza: Cree que una persona tiene la capacidad de completar con éxito una tarea o tarea, o elige la mejor opción.

Autoestima: Se considera autoestima la capacidad de experimentar la existencia, de poder realizar nuestras necesidades potenciales y reales, de amarnos incondicionalmente y de confiar en nosotros para lograr nuestros objetivos, independientemente de las restricciones que tengamos o del entorno externo que nos genere. En diferentes circunstancias debemos adoptar medidas.

Emociones: Son reacciones psicofisiológicas que representan la percepción individual de los objetos, las personas, los lugares y los patrones de adaptación de los eventos.

Empatía: La intención es comprender los sentimientos y las emociones y tratar de experimentarlos de manera objetiva y racional.

Fútbol: De la palabra inglesa "fútbol", que significa "pie" y "pelota", también conocido como fútbol. Este es un deporte que se juega en un campo rectangular, hay dos balones entre los dos balones de los 11 jugadores de los dos equipos.

Habilidad: La capacidad de alguien para realizar una determinada tarea o actividad de forma correcta y sencilla.

Inteligencia: Esta es una habilidad mental muy común, lo que significa la capacidad de razonar, planificar, resolver problemas y pensar de manera abstracta.

Ira: Es una emoción que se expresa a través de la insatisfacción o la irritabilidad.

Nerviosismo: no causa síntomas tan obvios. Por lo general, solo personas nerviosas con un cosquilleo en el estómago.

Miedo: Es un tipo de emoción, que se caracteriza por percibir la existencia de la realidad o hipótesis, el peligro en el futuro, lo que provoca una fuerte sensación de malestar.

Rendimiento: la capacidad que tiene un deportista de poner en marcha todos sus recursos bajo unas condiciones determinadas.

Táctica: Todas estas son acciones ofensivas y defensivas que pueden sorprender al oponente (pelear) o confrontar (neutralizar) al oponente cuando la pelota está en el estado de servicio durante el juego. Hay dos tipos de operaciones tácticas individuales y operaciones tácticas colectivas.

Técnica: Todas estas son acciones realizadas por jugadores de fútbol y controlan el balón a través de todas las superficies de contacto permitidas por las reglas.

Tristeza: La angustia emocional causada por eventos adversos generalmente se manifiesta como pesimismo, insatisfacción y tendencia a llorar.

2.4. Hipótesis de investigación

2.4.1. Hipótesis general

La inteligencia emocional influye significativamente en los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.

2.4.2. Hipótesis específicas

La inteligencia intrapersonal influye significativamente en el rendimiento técnico de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.

La inteligencia interpersonal influye significativamente en el rendimiento táctico de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.

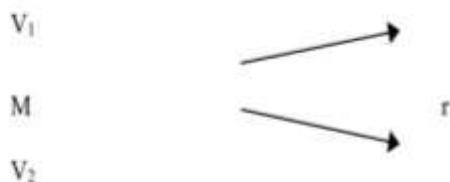
La adaptabilidad influye significativamente en el rendimiento deportivo de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

El tipo de investigación es descriptivo correlacional. Evaluaremos la influencia de la inteligencia emocional y el fútbol en jugadores del Club Ingenio de la Liga de Huaura.

El diseño de la investigación es no experimental, transaccional, correlacional. La investigación es no experimental, porque no se manipulo una variable independiente para producir alguna consecuencia determinada previamente en una o más variables dependientes.



Dónde:

M: La muestra

V₁: Juegos recreativos

V₂: Motivación

r: Es el coeficiente de correlación entre las variables.

3.2. Población y muestra

3.2.1 Población

Bernal (2010), “es el conjunto de todos los elementos a los cuales se refiere la investigación. Se puede definir también como el conjunto de todas las unidades de muestreo” (p. 160).

18 jugadores de primera división.

3.2.2 Muestra

La Muestra está constituida por 18 jugadores de primera división

Del Club Ingenio. Se efectuó la observación y medición la de las variables.

N= Población: 18 jugadores de primera división.

n= Tamaño de la muestra: 18 jugadores de primera división.

e= Margen de error 0.5

3.3. Operacionalización de las variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES
<p>VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p>INTELIGENCIA EMOCIONAL</p>	<p>La capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los sentimientos de los demás, para motivarnos y para gestionar las relaciones de forma adecuada.</p>	<p>Intrapersonal</p> <p>Interpersonal</p> <p>Adaptabilidad</p> <p>Manejo del estrés</p>	<p>Autoestima Autorrealización Seguridad Independencia</p> <p>Empatía Relaciones interpersonales Responsabilidad social</p> <p>Flexibilidad Prueba de la realidad Solución de problemas</p> <p>Control de impulsos Tolerancia a la tensión</p>

<p>VARIABLE DEPENDIENTE</p> <p>FÚTBOL</p>	<p>Deporte de equipo, en el que participan dos equipos de 11 jugadores, incluidos los porteros, cuyo objetivo es hacer que el balón entre en la portería contraria mediante el contacto del pie o la cabeza.</p>	<p>Técnica</p> <p>Táctica</p> <p>Psicológico</p>	<p>Fundamentos con balón</p> <p>Fundamentos sin balón</p> <p>Sistemas de juego</p> <p>Emociones</p>
--	--	--	---

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas a emplear

A través de la encuesta, se permitió obtener información del conocimiento de inteligencia emocional de los jugadores jugadores de fútbol del club ingenio de Huaura, año 2019.

Para ello se estableció una guía de encuestas dirigida que permitió una mayor objetividad en la obtención de la información.

3.4.1. Diseño

Descriptivo correlacional.

3.4.1. Enfoque

La investigación es mixto cualitativo y cuantitativo.

3.5. Técnicas para el procesamiento de la información

Instrumentos

Encuesta

Guía de observación

Cuaderno de campo

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1. Análisis de resultados

Dimensión Intrapersonal

Tabla 1
Te diviertes al jugar fútbol

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	14	78%
Casi siempre	4	22%
Nunca	0	0%
Total	18	100%

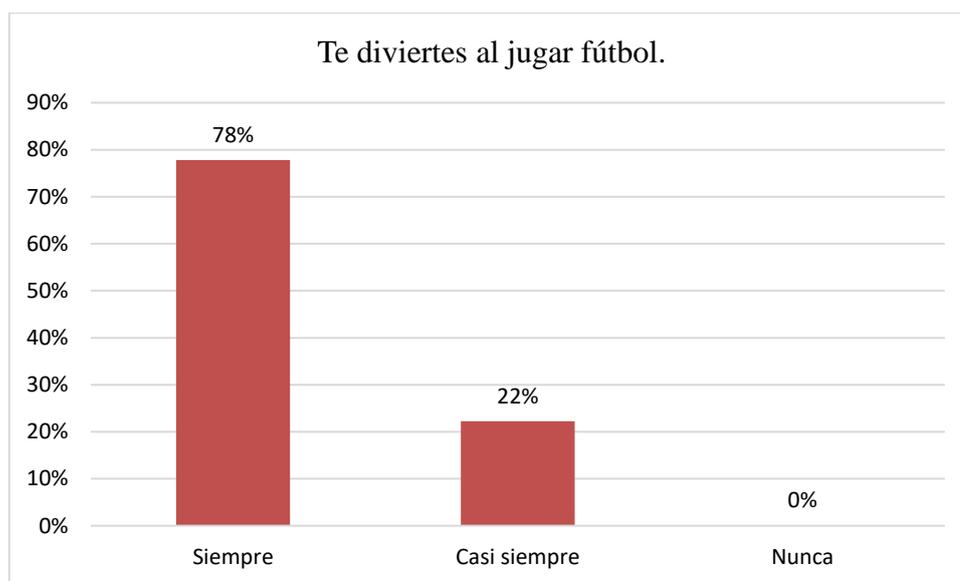


Figura 1 Te diviertes al jugar fútbol

De la tabla 1 y figura 1, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 78% Siempre se divierte al jugar fútbol, mientras que un 22% lo hace Casi siempre y el 0% Nunca se divierte al jugar fútbol.

Tabla 2
Tienes calma para hacer jugadas cuando estas molesto.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	5	28%
Casi siempre	7	39%
Nunca	6	33%
Total	18	100%

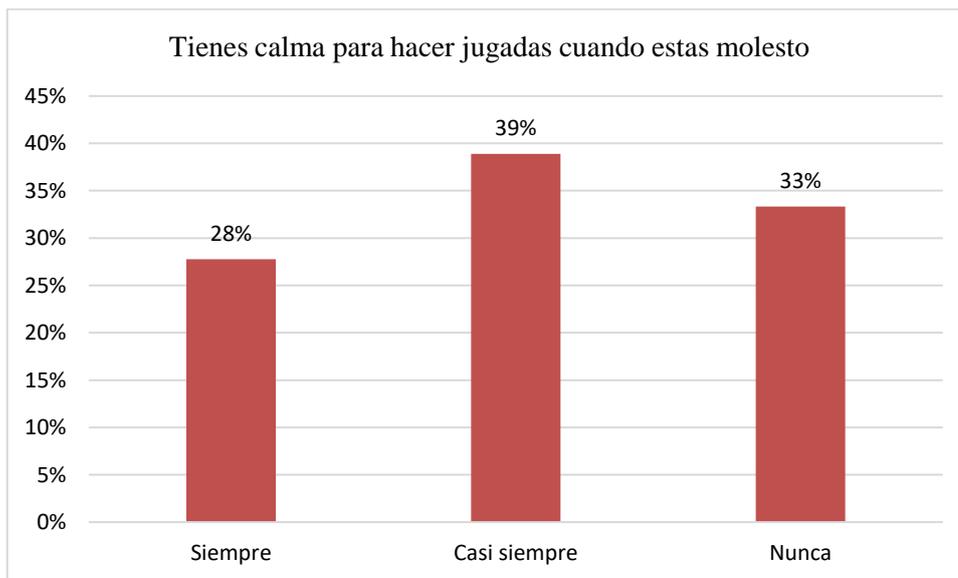


Figura 2 Tienes calma para hacer jugadas cuando estas molesto.

De la tabla 2 y figura 2, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 28% Siempre tienen calma para hacer jugadas cuando están molestos, mientras que el 39% lo hace Casi siempre y el 33% Nunca tienen calma para hacer jugadas cuando están molestos.

Tabla 3
Te sientes feliz cuando realizas buenas jugadas.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	13	72%
Casi siempre	5	28%
Nunca	0	0%
Total	18	100%

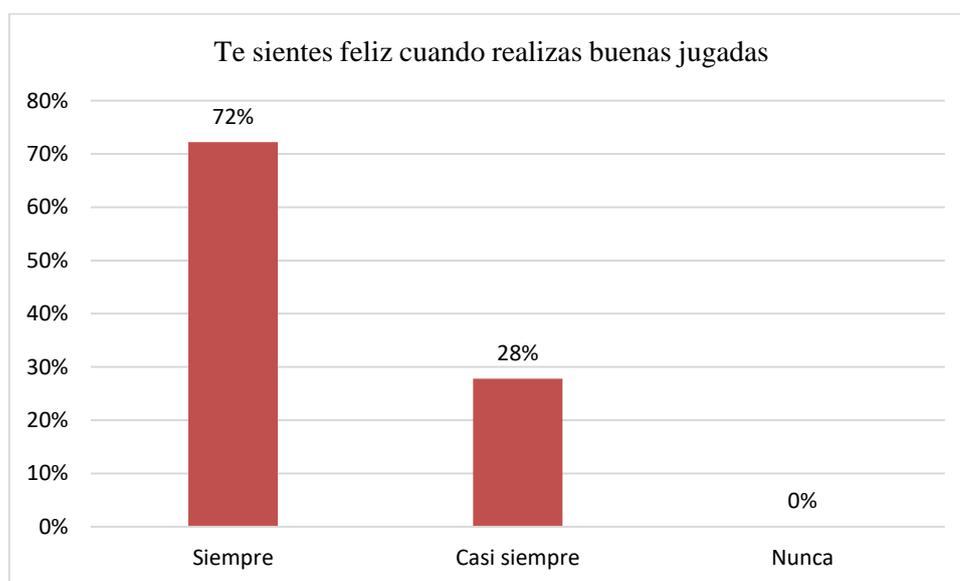


Figura 3 Te sientes feliz cuando realizas buenas jugadas.

De la tabla 3 y figura 3, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 72% Siempre se sienten felices cuando realizan buenas jugadas, mientras que el 28% lo hace Casi siempre y el 0% Nunca se sienten felices cuando realizan buenas jugadas.

Tabla 4
Sabes cómo mantenerte tranquilo ante una provocación del rival.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	5	28%
Casi siempre	9	50%
Nunca	4	22%
Total	18	100%

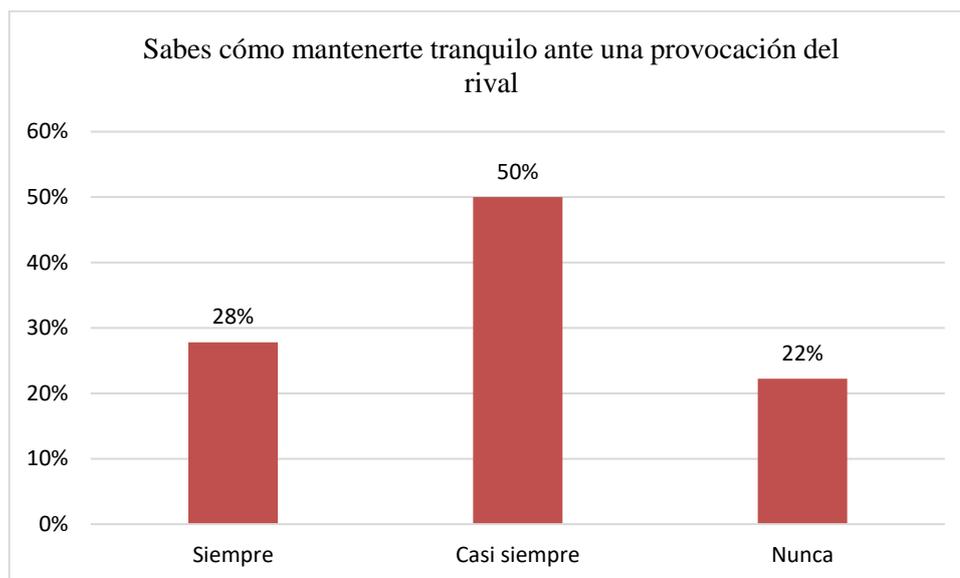


Figura 4 Sabes cómo mantenerte tranquilo ante una provocación del rival.

De la tabla 4 y figura 4, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 28% Siempre saben cómo mantenerse tranquilos ante una provocación del rival, mientras que un 50% lo hacen Casi siempre y el 22% Nunca saben cómo mantenerse tranquilos ante una provocación del rival.

Tabla 5

Te sientes seguro de tus capacidades en un encuentro deportivo.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	12	67%
Casi siempre	6	33%
Nunca	0	0%
Total	18	100%

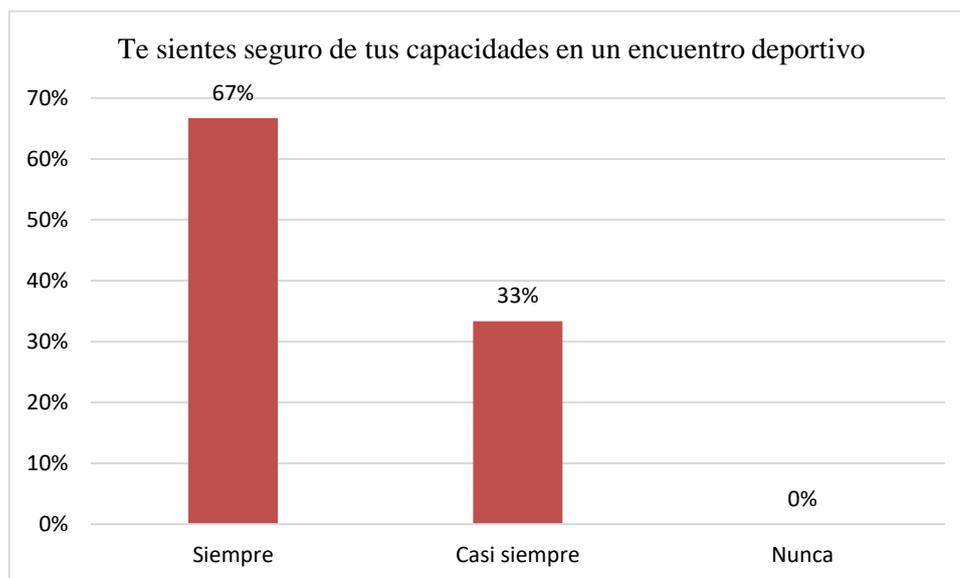


Figura 5 Te sientes seguro de tus capacidades en un encuentro deportivo.

De la tabla 5 y figura 5, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 67% se sienten seguros de sus capacidades en un encuentro deportivo, mientras que un 33% lo hace Casi siempre y el 0% Nunca se sienten seguros de sus capacidades en un encuentro deportivo.

Tabla 6

Te molestas fácilmente cuando el árbitro sanciona de manera errónea.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	4	22%
Casi siempre	5	28%
Nunca	9	50%
Total	18	100%

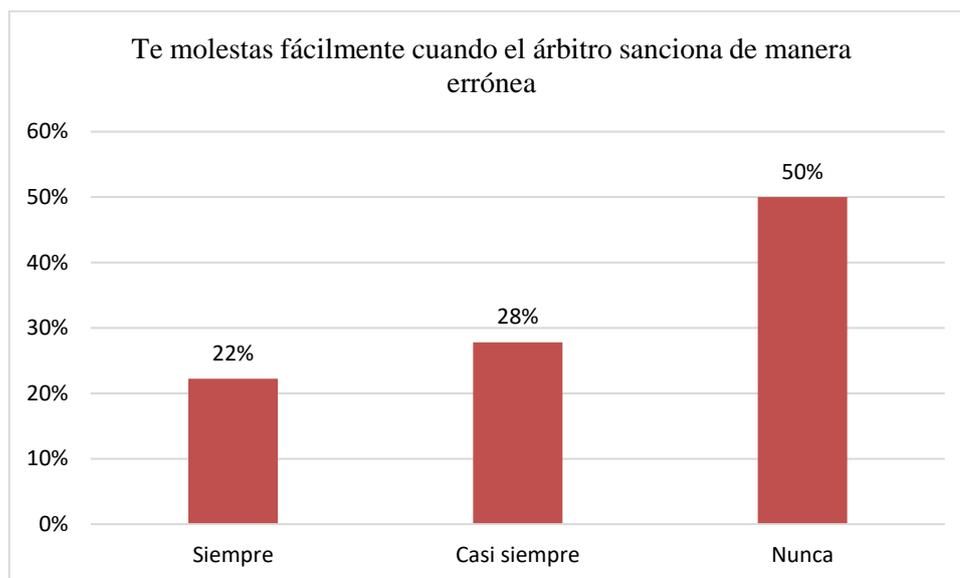


Figura 6 Te molestas fácilmente cuando el árbitro sanciona de manera errónea.

De la tabla 6 y figura 6, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 22% Siempre se molestan fácilmente cuando el árbitro sanciona de manera errónea, mientras que un 28% lo hace Casi siempre y el 50% Nunca se molestan fácilmente cuando el árbitro sanciona de manera errónea.

Tabla 7
Te bloqueas cuando la barra del rival te molesta.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	3	17%
Casi siempre	6	33%
Nunca	9	50%
Total	18	100%

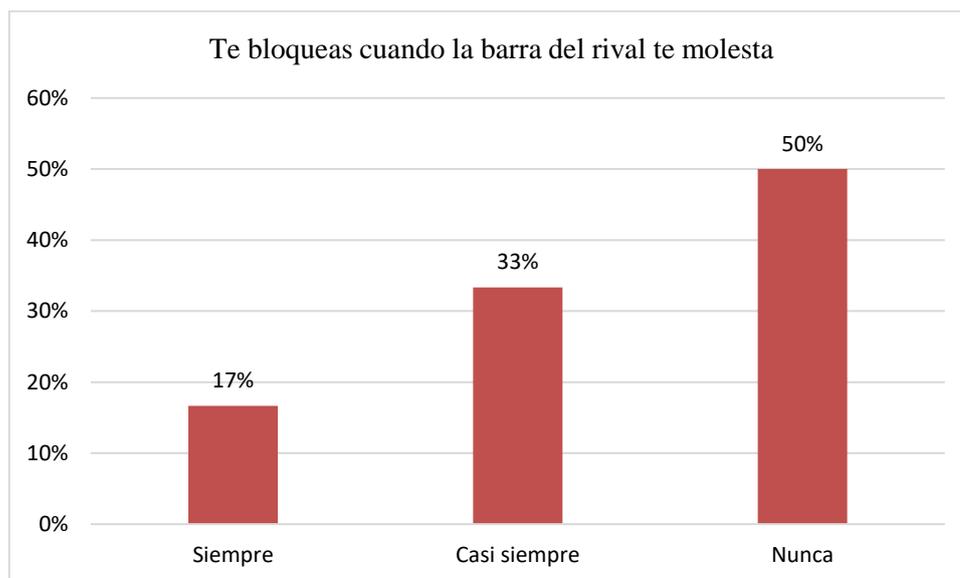


Figura 7 Te bloqueas cuando la barra del rival te molesta.

De la tabla 7 y figura 7, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 17% Siempre se bloquean cuando la barra del rival los molesta, mientras que un 33% lo hace Casi siempre y el 50% Nunca se bloquean cuando la barra del rival los molesta.

Dimensión Interpersonal

Tabla 8

Sabes comprender como se sienten tus compañeros de equipo.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	8	44%
Casi siempre	7	39%
Nunca	3	17%
Total	18	100%

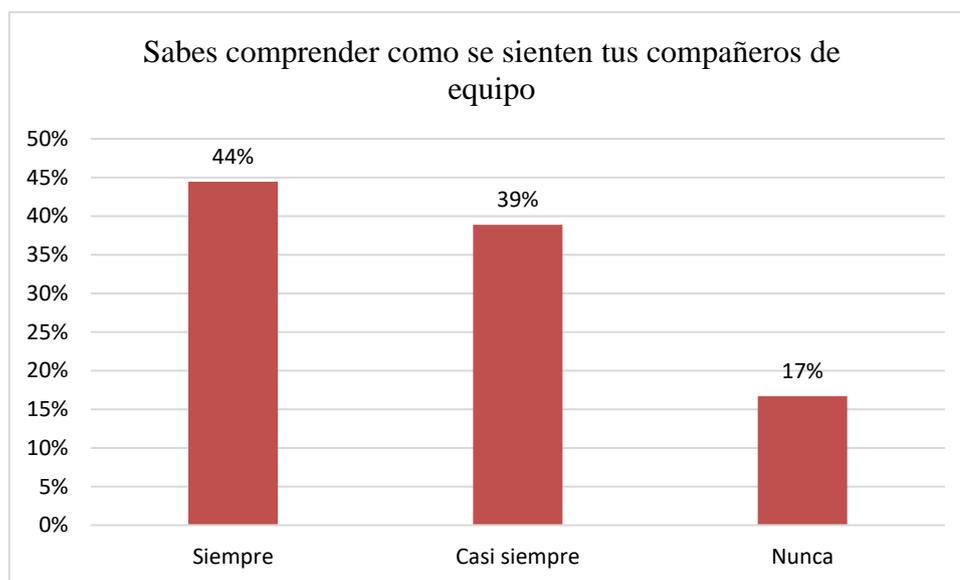


Figura 8 Sabes comprender como se sienten tus compañeros de equipo.

De la tabla 8 y figura 8, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 44% Siempre sabe comprender como se sienten tus compañeros de equipo, mientras que un 39% lo hace Casi siempre y el 17% Nunca sabe comprender como se sienten tus compañeros de equipo.

Tabla 9
Te importa lo que les sucede a tus compañeros de equipo.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	5	28%
Casi siempre	10	56%
Nunca	3	17%
Total	18	100%

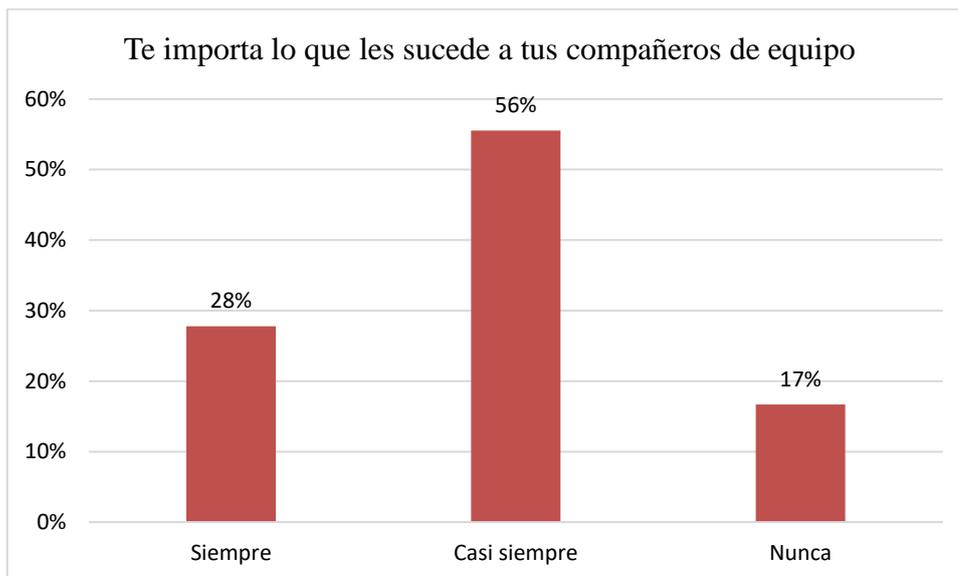


Figura 9 Te importa lo que les sucede a tus compañeros de equipo.

De la tabla 9 y figura 9, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 28% Siempre le importa lo que les sucede a sus compañeros de equipo, mientras que un 56% lo hace Casi siempre y el 17% Nunca le importa lo que les sucede a sus compañeros de equipo.

Tabla 10
Te es fácil decirles a tus compañeros cómo te sientes.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	4	22%
Casi siempre	9	50%
Nunca	5	28%
Total	18	100%

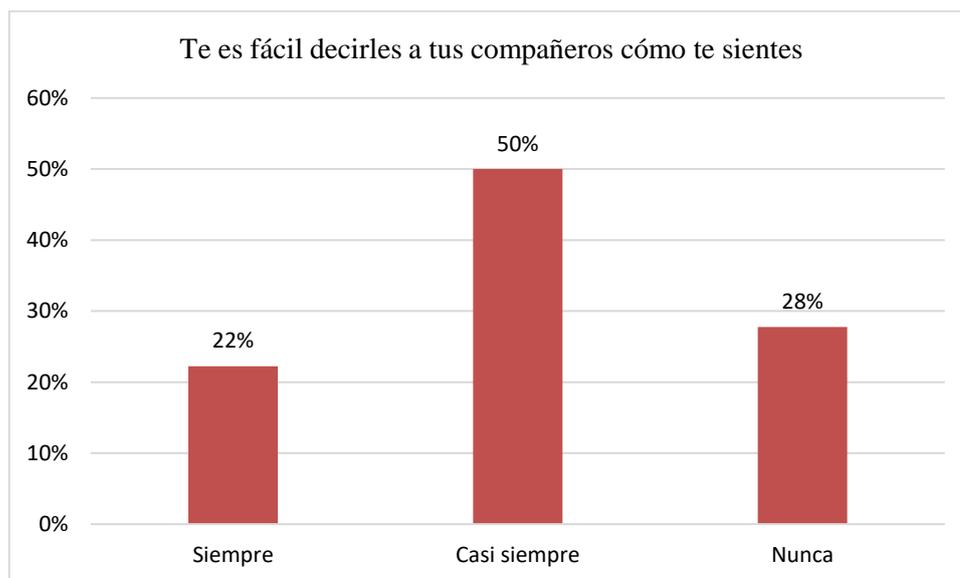


Figura 10 Te es fácil decirles a tus compañeros cómo te sientes.

De la tabla 10 y figura 10, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 22% Siempre le es fácil decirles a sus compañeros cómo se sienten, mientras que un 50% lo hace Casi siempre y el 28% Nunca le es fácil decirles a sus compañeros cómo se sienten.

Tabla 11
Das lo mejor de ti en cada partido.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	10	56%
Casi siempre	8	44%
Nunca	0	0%
Total	18	100%

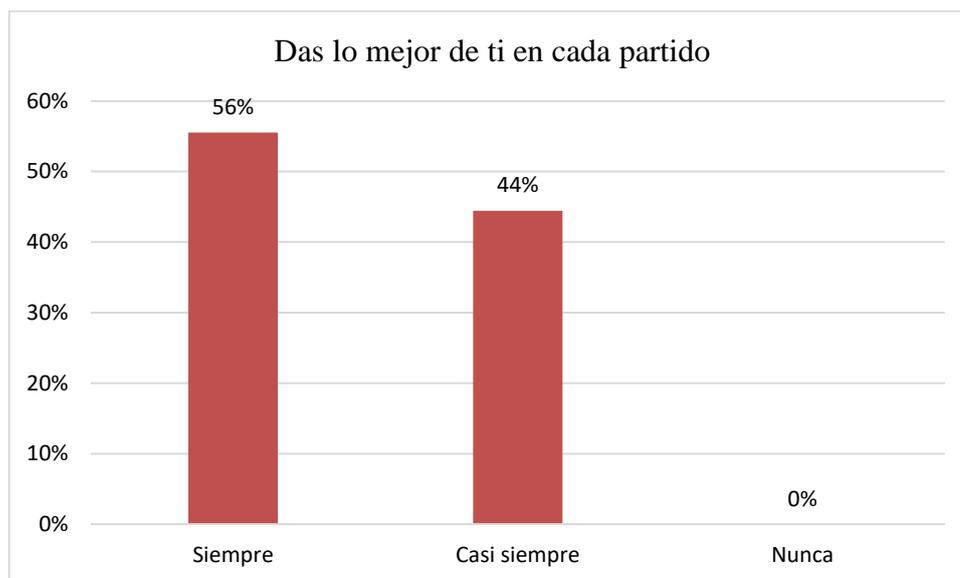


Figura 11 *Das lo mejor de ti en cada partido.*

De la tabla 11 y figura 11, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 56% Siempre da lo mejor de sí en cada partido, mientras que un 44% lo hace Casi siempre y el 0% Nunca da lo mejor de sí en cada partido.

Tabla 12

Respetas al entrenador, compañeros, rivales, cuerpo arbitral, barra.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	6	33%
Casi siempre	10	56%
Nunca	2	11%
Total	18	100%

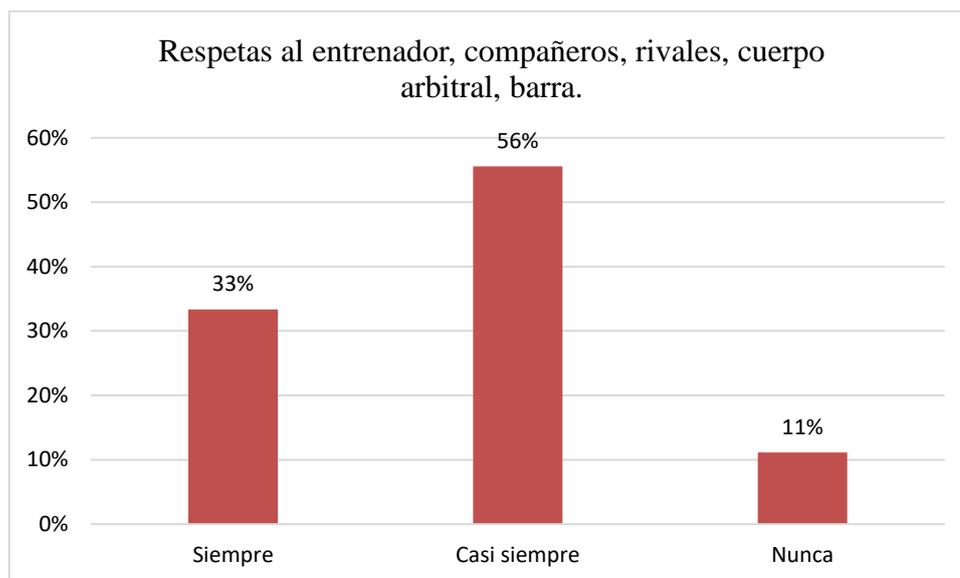


Figura 12 Respetas al entrenador, compañeros, rivales, cuerpo arbitral, barra.

De la tabla 12 y figura 12, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 33% Siempre respeta al entrenador, compañeros, rivales, cuerpo arbitral, barra, mientras que un 56% lo hace Casi siempre y el 11% Nunca respeta al entrenador, compañeros, rivales, cuerpo arbitral, barra.

Tabla 13

Esperas que tus compañeros den lo mejor de sí en cada partido.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	11	39%
Casi siempre	7	25%
Nunca	10	36%
Total	28	100%

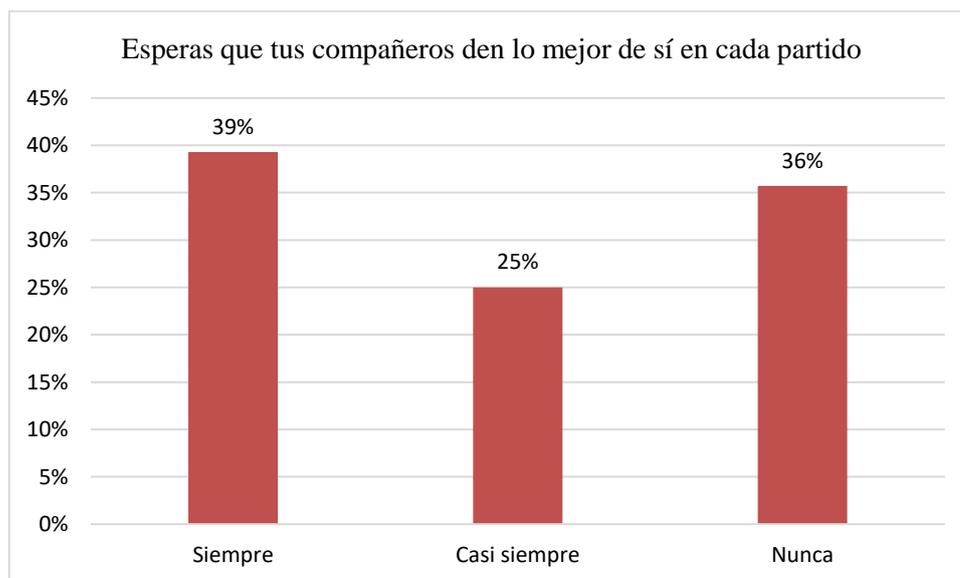


Figura 13 Esperas que tus compañeros den lo mejor de sí en cada partido.

De la tabla 13 y figura 13, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 39% Siempre espera que tus compañeros den lo mejor de sí en cada partido, mientras que un 25% lo hace Casi siempre y el 36% Nunca espera que tus compañeros den lo mejor de sí en cada partido.

Dimensión Adaptabilidad

Tabla 14

Te adaptas a situaciones nuevas cuando juegas.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	4	22%
Casi siempre	9	50%
Nunca	5	28%
Total	18	100%

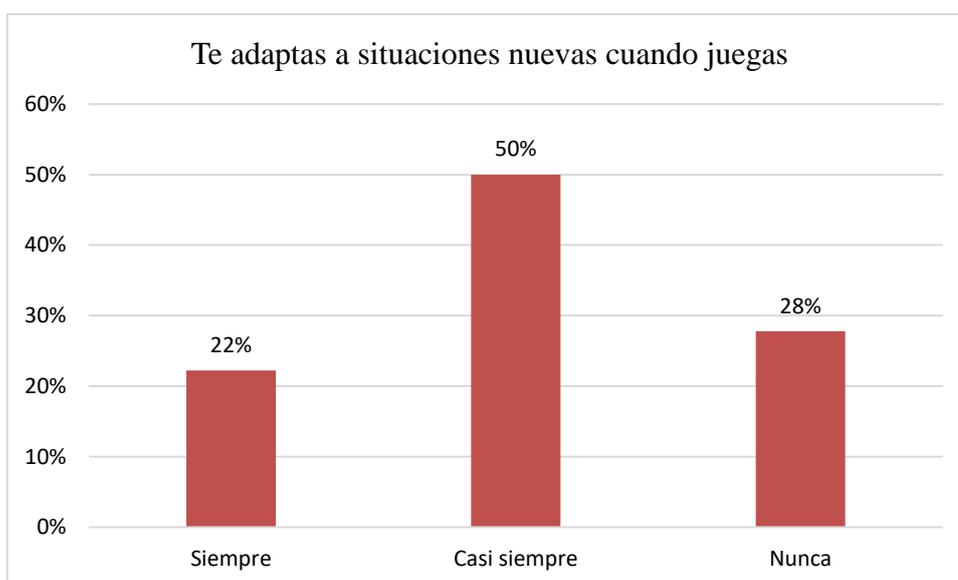


Figura 14 Te adaptas a situaciones nuevas cuando juegas.

De la tabla 14 y figura 14, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 22% Siempre se adapta a situaciones nuevas cuando juega, mientras que un 50% lo hace Casi siempre y el 28% Nunca se adapta a situaciones nuevas cuando juega.

Tabla 15

Te adaptas con facilidad a nuevos compañeros, sistemas de juego, entrenador, club.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	6	33%
Casi siempre	10	56%
Nunca	2	11%
Total	18	100%

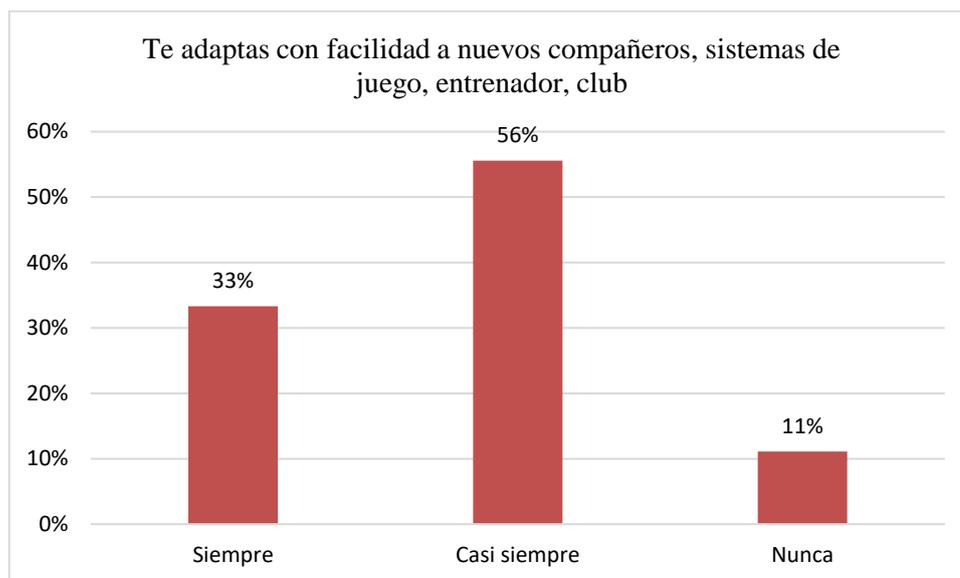


Figura 15 Te adaptas con facilidad a nuevos compañeros, sistemas de juego, entrenador, club.

De la tabla 15 y figura 15, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 33% Siempre se adapta con facilidad a nuevos compañeros, sistemas de juego, entrenador, club, mientras que un 56% lo hace Casi siempre y el 11% Nunca se adapta con facilidad a nuevos compañeros, sistemas de juego, entrenador, club.

Dimensión Manejo del estrés

Tabla 16
Sientes ansiedad antes de un partido.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	7	39%
Casi siempre	11	61%
Nunca	0	0%
Total	18	100%

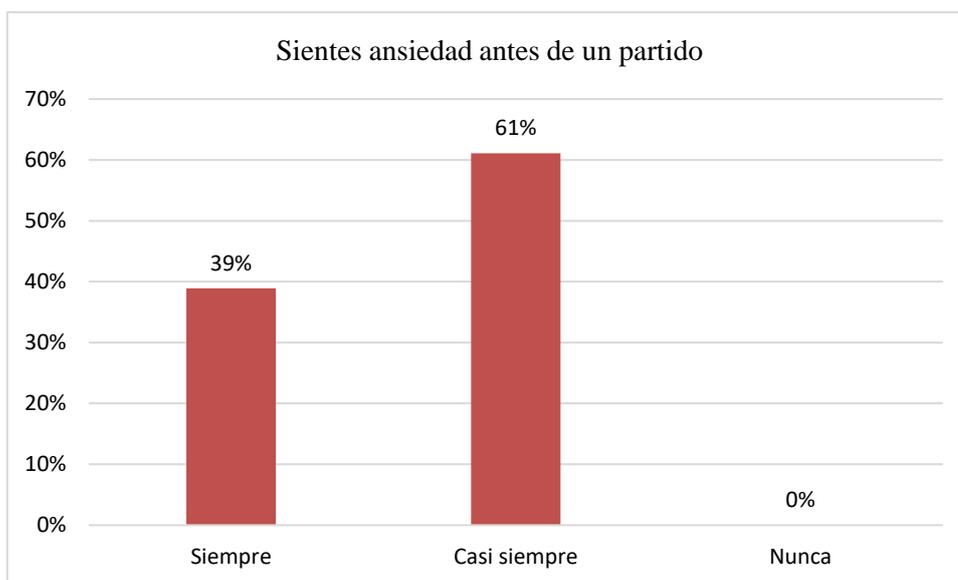


Figura 16 Sientes ansiedad antes de un partido

De la tabla 16 y figura 16, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 39% Siempre siente ansiedad antes de un partido, mientras que un 61% lo hace Casi siempre y el 0% Nunca siente ansiedad antes de un partido.

Tabla 17
Antes de disputar una final te estresas por el resultado.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	6	33%
Casi siempre	9	50%
Nunca	3	17%
Total	18	100%

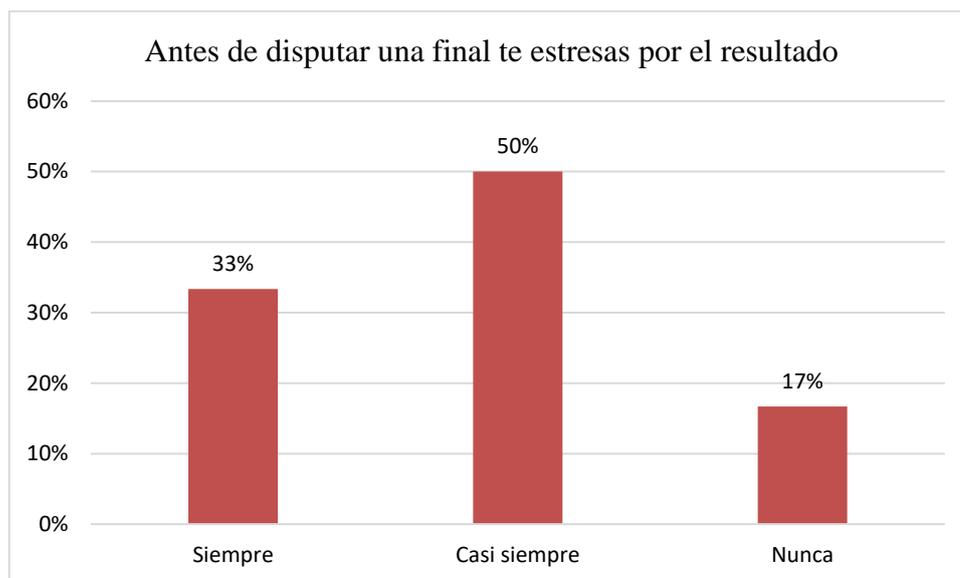


Figura 17 Antes de disputar una final te estresas por el resultado.

De la tabla 17 y figura 17, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 33% Siempre antes de disputar una final se estresa por el resultado, mientras que un 50% lo hace Casi siempre y el 17% Nunca se antes de disputar una final se estresa por el resultado.

Tabla 18

Te sientes presionado al jugar para no defraudar a tu hinchada.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	10	56%
Casi siempre	7	39%
Nunca	1	6%
Total	18	100%

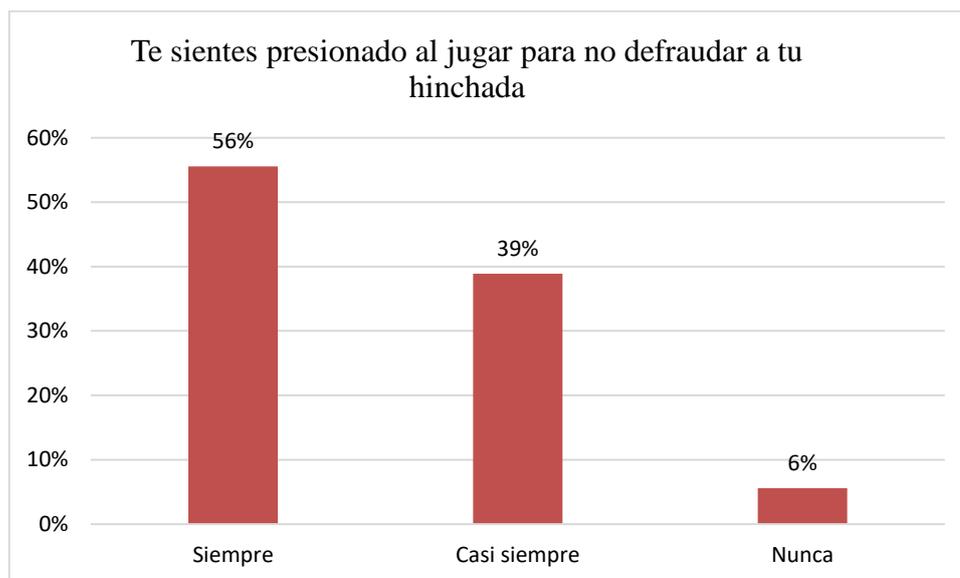


Figura 18 Te sientes presionado al jugar para no defraudar a tu hinchada.

De la tabla 18 y figura 18, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 56% Siempre se siente presionado al jugar para no defraudar a tu hinchada, mientras que un 39% lo hace Casi siempre y el 6% Nunca se siente presionado al jugar para no defraudar a tu hinchada.

Tabla 19

Si tu equipo se queda con 10 jugadores te sientes derrotado.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	10	56%
Casi siempre	6	33%
Nunca	2	11%
Total	18	100%

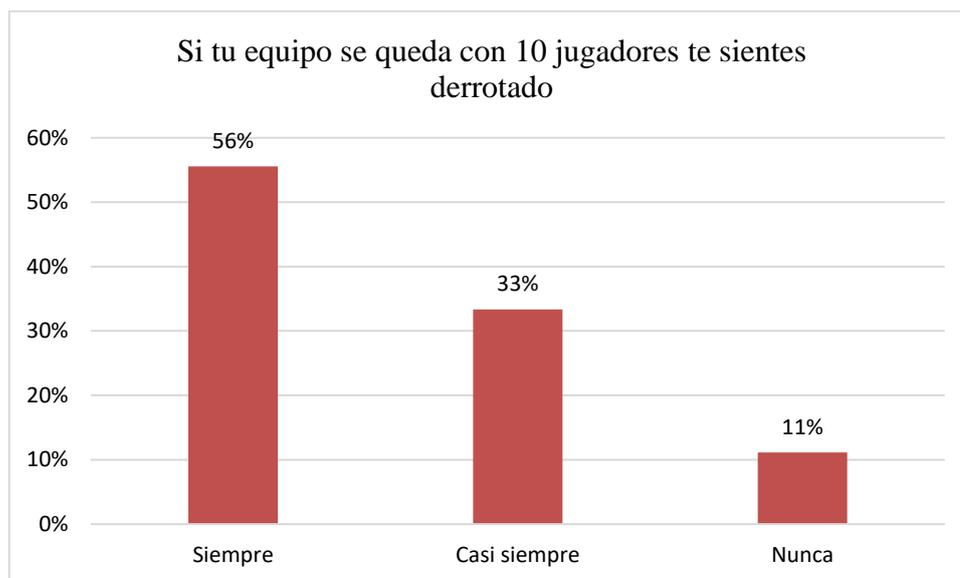


Figura 19 Si tu equipo se queda con 10 jugadores te sientes derrotado.

De la tabla 19 y figura 19, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 56% Siempre se siente derrotado si su equipo se queda con 10 jugadores, mientras que un 33% lo hace Casi siempre y el 11% Nunca se siente derrotado si su equipo se queda con 10 jugadores.

Tabla 20

Tienes ataque de pánico si te nominan a patear un penal.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	5	28%
Casi siempre	10	56%
Nunca	3	17%
Total	18	100%

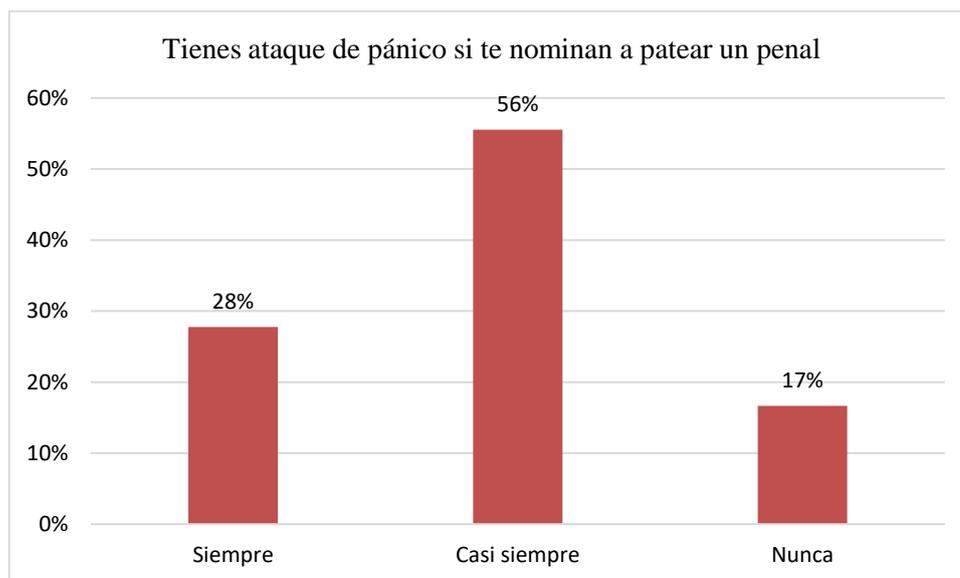


Figura 20 Tienes ataque de pánico si te nominan a patear un penal.

De la tabla 20 y figura 20, se observa que de los 18 jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura. El 28% Siempre tienen ataque de pánico si le nominan a patear un penal, mientras que un 56% lo hace Casi siempre y el 17% Nunca tienen ataque de pánico si le nominan a patear un penal.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5. 1. DISCUSIÓN

En la investigación se encontró hallazgos sorprendentes y se acepta la hipótesis que La inteligencia emocional influye significativamente en los jugadores de fútbol del club ingenio de Huaura, año 2019.

Este resultado se relaciona con lo que ha obtenido el investigador Macias, Gonzales y Eslava (2018), en el artículo *“EL FÚTBOL COMO ESTRATEGIA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA –UNA EXPERIENCIA DIDÁCTICA”* obtuvo el resultado que de la puesta en práctica de esta experiencia identificando al fútbol como una herramienta de mejora de la convivencia y el bienestar del aula, han sido satisfactorios, produciéndose además beneficios colaterales en problemas académicos (falta de atención, concentración, desmotivación, escucha inactiva, inadaptación a los cambios e intolerancia a la frustración), dado que a través de un trabajo cooperativo eficaz los aprendizajes aumentan mejorando el rendimiento del alumnado (p. 35). Coincidimos que el trabajo del entrenador ha logrado que los jugadores tengan menos porcentaje de mal manejo de emociones, hubiese mejor el resultado si se tuviera un psicólogo dentro del comando técnico, no hay duda que cuando un jugador sabe controlar sus emociones se convierte en alguien difícil de sacar de sus casillas.

5.2. CONCLUSIONES

Primera: La inteligencia emocional es fundamental en todas las personas, mucho más en los futbolistas que participan en ligas y en los encuentros hay contacto físico con el rival que lo hace sin intención y a veces a propósito.

Segunda: vemos que el 33% de los jugadores del Club Unión Ingenio nunca tiene calma para hacer jugadas cuando está molesto, quiere decir que se nubla y no va a tomar buenas decisiones y puede perder opciones de gol.

Tercera: El rival en un encuentro si no tiene suficientes argumentos futbolísticos tratará de provocar al menos inteligente emocionalmente, los llamados “fosforitos” para que reaccione y los amonesten inclusive con una tarjeta roja que lo sacaría del partido y perjudicaría al equipo que tendría que continuar con 10 hombres en el campo.

Cuarta: El 17% del equipo no tiene el control emocional de jugar con una barra brava totalmente en contra, lo que minimizará sus cualidades futbolísticas debido a la falta de concentración bajando su nivel y el rendimiento del equipo.

Quinta: El 56% da lo mejor de sí en cada partido y el 44% lo hace casi siempre, lo que demuestra que hay un nivel elevado de sentimiento e identificación con su Club y el logro del objetivo que es campeonar y jugar la Copa Perú representando a la liga del distrito de Huaura.

Sexta: Todos los jugadores sienten ansiedad antes de un partido, pero solo el 17% nunca se estresa.

5. 3. RECOMENDACIONES

Primera: A la liga distrital de fútbol de Huaura organizar charlas de inteligencia emocional a los jugadores, árbitros, entrenadores y dirigentes deportivos, para elevar el nivel de futbolístico y evitar la violencia en los escenarios deportivos.

Segunda: A los Clubes deportivos que realicen un esfuerzo por contar con psicólogo deportivo para ayudar en el control de impulsos y enseñar a los jugadores que tengan buena inteligencia emocional.

Tercera: A los jugadores que internamente se analicen y aprendan a manejar sus emociones que eso le servirá para el fútbol, así como en su vida personal.

Cuarta: A los árbitros actuar de manera honesta cuando dirigen los partidos de fútbol para evitar la violencia y falta de respeto de la barra y los mismos jugadores, perjudicando al deporte.

Quinta: A los dirigentes del Club Ingenio a seguir formando jugadores y entendiendo la importancia de tener un buen comando técnico conformado por profesionales para no solo llegar a la Copa Perú si no trascender a nivel regional y nacional.

Sexta: A la barra del Club Ingenio a controlar los malos impulsos, la idea es alentar, apoyar a sus jugadores, que el fútbol vuelva a ser el deporte en que va la familia a recrearse, no a escuchar groserías ni ver conatos de pelea o agresiones a jugadores rivales o terna arbitral.

CAPÍTULO VI: FUENTES DE INFORMACIÓN

6. 1. Fuentes Bibliográficas

Macias, D., Gonzales, I., & Eslava, M. (2018). EL FÚTBOL COMO ESTRATEGIA PARA EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA –UNA EXPERIENCIA DIDÁCTICA. *EDUCAÇÃO & FORMAÇÃO Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual do Ceará (UECE)*, 17-36.

6.2. Fuentes Documentales

Campos, G. (2020). *Tipos de inteligencia emocional de los docentes de la Institución Educativa San Juan de la Libertad, Chachapoyas - 2019*. Chachapoyas: Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza - UNTRM.

Lastra, M. (2016). *La inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés en la reserva de un club social deportivo de futbol profesional de Huánuco - Huánuco - 2013*. Huanuco: Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Martinez, J. (2016). *INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RENDIMIENTO DEPORTIVO EN EL FÚTBOL FEMENINO DE ALTA COMPETICIÓN*. Valladolid: Universidad de Valladolid .

Ramos, J., & Quequezana, M. (2017). *Niveles de inteligencia emocional y estilos de liderazgo en directivos de la ciudad de Arequipa*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.

6.3. Fuentes Electrónicas

Goleman. (s.f.). *upv.es*. Obtenido de *upv.es*:

[https://www.upv.es/contenidos/SIEORIEN/infoweb/sieorien/info/869054C#:~:text=Goleman%20\(1995\)%20define%20la%20inteligencia,y%20regularlas%20de%20forma%20apropiada.](https://www.upv.es/contenidos/SIEORIEN/infoweb/sieorien/info/869054C#:~:text=Goleman%20(1995)%20define%20la%20inteligencia,y%20regularlas%20de%20forma%20apropiada.)

Guerri, M. (enero de 2021). *psicoactiva.com*. Obtenido de *psicoactiva.com*:

<https://www.psicoactiva.com/blog/que-son-las-emociones/>

Pradas , C. (19 de Junio de 2018). *Psicología-Online*. Obtenido de *Psicología-Online*:

<https://www.psicologia-online.com/teoria-de-la-inteligencia-emocional-de-daniel-goleman-resumen-y-test-3905.html#:~:text=En%20resumen%2C%20la%20teor%C3%ADa%20de,la%20clave%20del%20%C3%A9xito%20personal.>

Regader, B. (s.f). *psicologiaymente.com*. Obtenido de *psicologiaymente.com*:

<https://psicologiaymente.com/inteligencia/inteligencia-emocional>

ANEXOS

Anexo

Matriz de consistencia

TÍTULO: INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL FÚTBOL EN JUGADORES DEL CLUB INGENIO DE HUAURA, AÑO 2019.

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variables	Definiciones	Dimensiones	Indicadores
<p>PROBLEMA GENERAL ¿De qué manera la inteligencia emocional influye en los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS ¿De qué manera la inteligencia intrapersonal influye en el rendimiento técnico de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019?</p> <p>¿De qué manera la inteligencia interpersonal influye en el rendimiento táctico de los jugadores de</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar la influencia de la inteligencia emocional en los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS Determinar la influencia de la inteligencia intrapersonal en el rendimiento técnico de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.</p> <p>Determinar la influencia de la inteligencia interpersonal en el rendimiento táctico de los</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL La inteligencia emocional influye significativamente en los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS La inteligencia intrapersonal influye significativamente en el rendimiento técnico de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.</p> <p>La inteligencia interpersonal influye significativamente en el rendimiento táctico de los</p>	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p>INTELIGENCIA EMOCIONAL</p>	<p>La capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los sentimientos de los demás, para motivarnos y para gestionar las relaciones de forma adecuada.</p>	<p>Intrapersonal</p> <p>Interpersonal</p> <p>Adaptabilidad</p> <p>Manejo del estrés</p>	<p>Autoestima Autorrealización Seguridad Independencia</p> <p>Empatía Relaciones interpersonales Responsabilidad social</p> <p>Flexibilidad Prueba de la realidad Solución de problemas</p> <p>Control de impulsos Tolerancia a la tensión</p>

<p>fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019?</p> <p>¿De qué manera la adaptabilidad influye en el rendimiento deportivo de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019?</p>	<p>jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.</p> <p>Determinar la influencia de la adaptabilidad en el rendimiento deportivo de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.</p>	<p>jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.</p> <p>La adaptabilidad influye significativamente en el rendimiento deportivo de los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019.</p>	<p>VARIABLE DEPENDIENTE</p> <p>FÚTBOL</p>	<p>Deporte de equipo, en el que participan dos equipos de 11 jugadores, incluidos los porteros, cuyo objetivo es hacer que el balón entre en la portería contraria mediante el contacto del pie o la cabeza.</p>	<p>Técnica</p> <p>Táctica</p> <p>Psicológico</p>	<p>Fundamentos con balón</p> <p>Fundamentos sin balón</p> <p>Sistemas de juego</p> <p>Emociones</p>
---	---	--	--	--	--	---



ENCUESTA

A LOS JUGADORES DEL CLUB INGENIO DE HUAURA, AÑO 2019.

OBJETIVO: Conocer la opinión de los jugadores del Club Unión Ingenio de Huaura, año 2019.

INSTRUCCIÓN

El suscrito está realizando una investigación sobre inteligencia emocional en los jugadores de fútbol del club unión ingenio de Huaura, año 2019. Para el efecto solicito su apoyo a la hora de responder a las siguientes preguntas con veracidad.

Dimensión Intrapersonal

1. Te diviertes al jugar fútbol.
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) Nunca
2. Tienes calma para hacer jugadas cuando estas molesto.
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) Nunca
3. Te sientes feliz cuando realizas buenas jugadas.
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) Nunca

4. Sabes cómo mantenerte tranquilo ante una provocación del rival.
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) Nunca
5. Te sientes seguro de tus capacidades en un encuentro deportivo.
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) Nunca
6. Te molesta fácilmente cuando el árbitro sanciona de manera errónea.
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) Nunca
7. Te bloqueas cuando la barra del rival te molesta.
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) Nunca

Dimensión Interpersonal

8. Sabes comprender como se sienten tus compañeros de equipo.
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre
 - c) Nunca
9. Te importa lo que les sucede a tus compañeros de equipo.
 - a) Siempre
 - b) Casi siempre

- c) Nunca
10. Te es fácil decirles a tus compañeros cómo te sientes.
- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca
11. Das lo mejor de ti en cada partido.
- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca
12. Respetas al entrenador, compañeros, rivales, cuerpo arbitral, barra.
- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca
13. Esperas que tus compañeros den lo mejor de sí en cada partido.
- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

Dimensión Adaptabilidad

14. Te adaptas a situaciones nuevas cuando juegas.
- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca
15. Te adaptas con facilidad a nuevos compañeros, sistemas de juego, entrenador, club.
- a) Siempre

- b) Casi siempre
- c) Nunca

Dimensión Manejo del estrés

16. Sientes ansiedad antes de un partido.

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

17. Antes de disputar una final te estresas por el resultado.

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

18. Te sientes presionado al jugar para no defraudar a tu hinchada.

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

19. Si tu equipo se queda con 10 jugadores te sientes derrotado.

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca

20. Tienes ataque de pánico si te nominan a patear un penal.

- a) Siempre
- b) Casi siempre
- c) Nunca





Dra. NORVINA MARLENA MARCELO ANGULO
ASESOR

Dra. DELIA VIOLETA VILLAFUERTE CASTRO
PRESIDENTE

M (o). TEOBALDO NOREÑO SUSANIBAR HOCES
SECRETARIO

M (a). VIRGINIA ISABEL AYALA OCROSPOMA
VOCAL