

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ
CARRIÓN**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**



**LA PREPARACION FISICA Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LOS
FUTBOLISTAS DEL CLUB JUVENTUD NICOLAS DE PIEROLA EN EL
CAMPEONATO DE 1ERA DIVISION DE LA LIGA DISTRITAL DE HUACHO
EN EL AÑO 2019.**

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

AUTOR

Bach. BRANDON COZ RETUERTO

Asesor: Dr. Aliam Zavala Santos



Huacho – 2022

LA PREPARACION FISICA Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LOS FUTBOLISTAS DEL CLUB JUVENTUD NICOLAS DE PIEROLA

INFORME DE ORIGINALIDAD

15%

INDICE DE SIMILITUD

14%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion Trabajo del estudiante	4%
2	tesis.unap.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	dspace.utb.edu.ec Fuente de Internet	1%
4	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	1%
5	1library.co Fuente de Internet	1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.udh.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1%

**LA PREPARACION FISICA Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE
LOS FUTBOLISTAS DEL CLUB JUVENTUD NICOLAS DE PIEROLA
EN EL CAMPEONATO DE 1ERA DIVISION DE LA LIGA DISTRITAL
DE HUACHO EN EL AÑO 2019.**

Bach. BRANDON COZ RETUERTO

TESIS

Asesor: Dr. Aliam Zavala Santos

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

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

Dedicatoria

Dedico este trabajo de investigación a mis padres quienes siempre me apoyaron y estuvieron al pendiente de mí, de principio a fin. Sin ellos no hubiera podido lograrlo. También va dedicado a todas las personas que me motivaron a seguir progresando.

Brandon Coz Retuerto

Agradecimiento

En primer lugar, agradezco a Dios por la vida, por la salud. Agradezco a mis padres por la confianza, la paciencia, por las enseñanzas día a día, por el esfuerzo y el apoyo brindado a lo largo de estos años.

Brandon Coz Retuerto

Índice

Dedicatoria.....	3
Agradecimiento	4
Índice de tablas.....	8
Índice de figuras	10
Resumen	12
Abstract.....	13
Keywords: physical preparation, sports performance, players, club.....	13
INTRODUCCIÓN.....	14
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	16
1.1 Descripción de la realidad problemática.....	16
1.4. Justificación de la investigación	19
1.5 Delimitaciones del estudio.....	19
1.6 Viabilidad del estudio	19
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	21
2. 1. Antecedentes de la investigación	21
2.1.1. Investigaciones internacionales.....	21
2.1.2. Investigaciones nacionales	23
2.2. Bases teóricas	26
2.3. Definiciones conceptuales	34

2.4. Formulación de la hipótesis	36
2.4.1. Hipótesis general	36
2.4.2. Hipótesis específicas	36
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	37
3.1 Diseño metodológico	37
3.1.1. Tipo de investigación	37
3.1.2. Nivel de investigación	38
3.1.3. Diseño	38
3.1.4. Enfoque	38
3.2. Población y muestra	39
3.2.1 Población	39
3.2.2 Muestra	39
3.3. Operacionalización de Variables	40
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	41
3.4.1. Técnicas a emplear	41
3.4.2. Descripción de los instrumentos	41
3.5. Técnicas para el procesamiento de la información	41
Instrumentos	41
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	42
4.1. Análisis de resultados	42

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	62
5. 1. DISCUSIÓN	62
5. 2. CONCLUSIONES	64
5. 3. RECOMENDACIONES.....	65
CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN.....	66
6. 1. Fuentes Bibliográficas	66
ANEXOS	69
Matriz de consistencia	70
ENCUESTA.....	72

Índice de tablas

Tabla 1	Al momento del partido, ¿interpretas el juego que hará el equipo contrario?.....	42
Tabla 2	Al momento del partido, ¿decides la jugada que harás?	43
Tabla 3	Al momento del partido, ¿ejecutas el juego practicado en el entrenamiento?	44
Tabla 4	Al momento del partido, ¿pones en práctica tus habilidades para lograr la meta que es ganar el partido?	45
Tabla 5	Al momento del partido, ¿pones en práctica lo nuevo que se aprende en las distintas competencias deportivas?	46
Tabla 6	¿Consideras que durante el entrenamiento conduces bien el balón?.....	47
Tabla 7	¿Durante el entrenamiento practican tiros libres?	48
Tabla 8	¿Durante el entrenamiento practican el driblin para un mejor desempeño?	49
Tabla 9	¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar entrenamientos de fuerza?	50
Tabla 10	¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios corporales?	51
Tabla 11	¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios de coordinación?.....	52
Tabla 12	¿Consideras que durante el entrenamiento haces un menor esfuerzo?.....	53
Tabla 13	¿Consideras que durante el partido haces un mayor esfuerzo?	54
Tabla 14	¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu agilidad?	55
Tabla 15	¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu velocidad óptima?	56
Tabla 16	¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento hacen que sientas fatiga?	57
Tabla 17	¿Durante el partido demuestras tus destrezas para el futbol?	58

Tabla 18¿Durante el partido demuestras tus habilidades para el futbol?	59
Tabla 19¿Durante el partido consideras que tu personalidad es importante para ganar?....	60
Tabla 20¿Durante el partido consideras que tu conducta es importante para ganar?	61

Índice de figuras

Figura 1	Al momento del partido, ¿interpretas el juego que hará el equipo contrario?	42
Figura 2	Al momento del partido, ¿decides la jugada que harás?	43
Figura 3	Al momento del partido, ¿ejecutas el juego practicado en el entrenamiento?	44
Figura 4	Al momento del partido, ¿pones en práctica tus habilidades para lograr la meta que es ganar el partido?	45
Figura 5	Al momento del partido, ¿pones en práctica lo nuevo que se aprende en las distintas competencias deportivas?	46
Figura 6	¿Consideras que durante el entrenamiento conduces bien el balón?	47
Figura 7	¿Durante el entrenamiento practican tiros libres?	48
Figura 8	¿Durante el entrenamiento practican el driblin para un mejor desempeño?	49
Figura 9	¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar entrenamientos de fuerza?	50
Figura 10	¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios corporales?	51
Figura 11	¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios de coordinación?	52
Figura 12	¿Consideras que durante el entrenamiento haces un menor esfuerzo?	53
Figura 13	¿Consideras que durante el partido haces un mayor esfuerzo?	54
Figura 14	¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu agilidad?	55
Figura 15	¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu velocidad óptima?	56
Figura 16	¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento hacen que sientas fatiga?	57
Figura 17	¿Durante el partido demuestras tus destrezas para el futbol?	58

Figura 18¿Durante el partido demuestras tus habilidades para el futbol?.....	59
Figura 19¿Durante el partido consideras que tu personalidad es importante para ganar? ..	60
Figura 20¿Durante el partido consideras que tu conducta es importante para ganar?	61

Resumen

La presente investigación acerca de la preparación física y del rendimiento deportivo es básico e indispensable conocer para lograr el objetivo que tienen todos los clubs de la provincia de Huaura – Huacho, la presente liga de primera división se lleva a cabo en el estadio Segundo Arada Torres, lo que se pretende conocer con la presente investigación es el nivel en el que se encuentran los jugadores del club Nicolás de Piérola los cuales llevan años participando en la presente liga, reiteradas veces intentando lograr el objetivo el cual aún no se ha concretado. **Objetivo:** “Determinar la relación entre la preparación física y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019”. **Material y método:** Realizado en el club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019. La población estuvo conformada por X jugadores del Club Deportivo Nicolas de Piérola, tipo descriptivo correlacional. El instrumento para medir la preparación física y el rendimiento deportivo es la encuesta para ambas variables. **Resultados y conclusiones:** “La preparación física se relaciona significativamente con el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019”, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Palabras claves: preparación física, rendimiento deportivo, jugadores, club.

Abstract

The present investigation about physical preparation and sports performance is basic and essential to know to achieve the objective that all the clubs in the province of Huaura - Huacho have, the present first division league takes place in the Segundo Arada Torres stadium, what is intended to be known with this research is the level at which the players of the Nicolás de Piérola club are, who have been participating in this league for years, repeatedly trying to achieve the objective which has not yet been achieved. Objective: "To determine the relationship between the physical preparation and the sports performance of the soccer players of the Nicolás de Piérola youth club in the 1st division championship of the Huacho District League in 2019". Material and method: Carried out in the Nicolás de Piérola youth club in the 1st division championship of the Huacho District League in 2019. The population consisted of X players from the Nicolas de Piérola Sports Club, correlational descriptive type. The instrument to measure physical preparation and sports performance is the survey for both variables. Results and conclusions: "Physical preparation is significantly related to the sports performance of the soccer players of the Nicolás de Piérola youth club in the 1st division championship of the Huacho District League in 2019", the alternative hypothesis is accepted and rejected. the null hypothesis.

Keywords: physical preparation, sports performance, players, club.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación acerca de la preparación física y del rendimiento deportivo es básico e indispensable conocer para lograr el objetivo que tienen todos los clubs de la provincia de Huaura – Huacho, la presente liga de primera división se lleva a cabo en el estadio Segundo Aranda Torres, lo que se pretende conocer con la presente investigación es el nivel en el que se encuentran los jugadores del club Nicolás de Piérola los cuales llevan años participando en la presente liga, reiteradas veces intentando lograr el objetivo el cual aún no se ha concretado.

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 los juegos recreativos y la motivación, 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 preparación física y el rendimiento deportivo.

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 de la preparación física óptima en base al entrenamiento y del rendimiento deportivo al que se debe llegar para lograr el objetivo deseado por el Club Nicolás de Piérola.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

A nivel regional, es un hecho que siempre se lleva a cabo la liga de 1era división en el distrito de Huacho, al igual que lo hacen los distintos distritos de la región como son Huaura, Vegueta, Santa María, Sayán, etc. Claro está que se vio afectado en el 2020 y 2021 por la pandemia ya que se prohibió el deporte y todas las actividades que aglomera personas perjudicando a la población de distintas maneras.

En el 2019 exactamente que es el año en que se puso en práctica la presente investigación, el Club Nicolás de Piérola como en años anteriores empezó el sueño una vez más, la meta es lograr campeón en la liga de 1era división anhelando llegar a la departamental.

El club Nicolás de Piérola requiere de mucho esfuerzo por parte de los jugadores y del entrenador para lograr esta meta, también se afirma que el rendimiento deportivo de los jugadores es imprescindible para lograrlo, pero esto dependerá mucho del entrenamiento y del coraje que ponga cada uno, el compromiso y sobre todo las ganas.

Se observó un pequeño detalle que es primordial para los jugadores y es que no rendían como debería ser durante el partido, se cansaban muy rápido y no tenían la velocidad y agilidad que se necesitaba para los partidos fuertes, es por ello que se lleva a cabo la presente investigación enfocada específicamente en los jugadores y como poder mejorar e incrementar este nivel de rendimiento que se necesita para lograr la meta.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cómo se relaciona la preparación física y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cómo se relaciona la preparación táctica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?

¿Cómo se relaciona la preparación psicológica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?

¿Cómo se relaciona la preparación técnica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?

¿Cómo se relaciona los movimientos corporales y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre la preparación física y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar la relación entre la preparación táctica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

Determinar la relación entre la preparación psicológica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

Determinar la relación entre la preparación técnica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

Determinar la relación entre los movimientos corporales y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

1.4. Justificación de la investigación

La justificación del problema en el aspecto metodológico se sustenta en:

Trascendencia: la preparación física y el rendimiento deportivo es una variable de mucha importancia dentro del fútbol de primera división de Huacho.

Utilidad: Porque resuelve un problema pedagógico.

Los resultados de la investigación va a fortalecer el campo de la pedagogía dentro de primera división de Huacho, favoreciendo así el triunfo en el estadio Segundo Aranda Torres.

Los jugadores del Club Nicolás de Piérola seran los beneficiados, ya que se tendrán un excelente rendimiento deportivo en base a su preparación física.

1.5 Delimitaciones del estudio

En cuanto a los alcances son los siguientes:

Alcance espacial: Huacho.

Alcance temporal: Año 2019.

Alcance temático: La preparación Física y Rendimiento Deportivo.

Alcance institucional: Club Nicolás de Piérola.

1.6 Viabilidad del estudio

La investigación se ejecutó debido a las facilidades que dió el Director del Club Nicolás de Piérola.

Técnica

La investigación tiene todos los requisitos que solicita la Universidad.

Ambiental

Investigación académica, por el cual no perjudica el medio ambiente.

Financiera

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

Social

Se formó un equipo para la investigación que participó de manera eficiente.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2. 1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Investigaciones internacionales

Castañeda (2021) en su tesis titulada *“Preparación física y su influencia en el rendimiento físico de los futbolistas del Club Deportivo Eugenio Espejo, Cantón Babahoyo, Provincia Los Ríos”*, tiene como objetivo “Analizar la influencia de la preparación física en el rendimiento físico de los futbolistas del club deportivo Eugenio Espejo, cantón Babahoyo, provincia Los Ríos”, su metodología es de nivel descriptivo – correlacional, su población y muestra esta conformada por 43 deportistas, llegó a la siguiente conclusión: “Después de haber llevado un proceso de encuesta dirigida hacia los futbolistas del club deportivo Eugenio Espejo y a los entrenadores sobre la preparación física y su influencia en el rendimiento físico se ha llegado a la conclusión que es importante un nivel de preparación físico adecuado en los deportistas ya que este permitirá tener buen rendimiento deportivo y a su vez con la práctica de entrenamientos ayuden obtener logros deportivos, evitando lesiones en las competencias. Para ello, es necesario también el procedimiento continuo de los ejercicios aeróbicos para la mejora del rendimiento físico y sus capacidades” (p. 60).

Lizano (2016) en su tesis titulada *“La preparación física en el desempeño deportivo de los futbolistas no videntes del Club Fénix de la Ciudad de Ambato”*, tiene como objetivo “Investigar la incidencia de la preparación física, en el desempeño deportivo de los futbolistas no videntes del Club Fenix de la ciudad de Ambato”, su metodología de investigación es de enfoque cuali-cuantitativo, su nivel es exploratorio y descriptivo, su población está conformado por 15 deportistas, llegó a la conclusión de que “La preparación física de los futbolistas del Club Fenix no es la

adecuada, debido a que no cuentan con un especialista, de los datos extraídos se puede manifestar que hace falta reforzar la preparación física en cada sesión de entrenamiento” (p. 65), además llegó a la conclusión de que “el rendimiento deportivo de los futbolistas no videntes del Club Fenix es deficiente, debido a la mala preparación física por parte de su cuerpo técnico” (p. 66).

Ortiz (2016) en su tesis titulada *“La preparación física en el rendimiento deportivo de los futbolistas de la selección sub 14 de la Liga Parroquia Martínez del Cantón de Ambato”*, tiene como objetivo “Analizar la preparación física en el rendimiento deportivo de los futbolistas de la selección sub 14 de la Liga Parroquia Martínez del Cantón Ambato”, su metodología de investigación es de enfoque cuali-cuantitativo, de nivel explicativo-correlacional, su población y muestra está conformada por 30 deportistas, 4 directivos y 1 entrenador, llegó a la conclusión de que “Los deportistas afirman que es necesario realizan un pre calentamiento antes de sus encuentros deportivos, por los pocos conocimientos que poseen los deportistas barriales están expuestos a sufrir más lesiones que un deportista profesional” (p. 98), además concluye que “La mayoría de deportistas por lo menos han sufrido algún tipo de lesión durante su trayectoria deportiva. No tenemos un nivel de preparación físico adecuado en los deportistas lo cual no permite tener buen rendimiento deportivo” (p. 99).

Mallqui (2013) en su tesis titulada *“El entrenamiento del fútbol en la altura y su impacto en el rendimiento físico categoría sub 16 del club Mushuc Runa Cantón Ambato provincia de Tungurahua”*, tiene como objetivo “Investigar sobre el entrenamiento del fútbol en la altura y su impacto en el rendimiento físico, categoría sub 16, del club Mushuc Runa, cantón Ambato, provincia de Tungurahua”, su metodología es de enfoque cuanti-cualitativo, nivel descriptivo-explicativo, su

población esta conformada por 60 deportistas llegó a la conclusión de que “El Entrenador de fútbol no realizan una planificación deportiva, ni planificación pedagógica dentro de la disciplina del futbol para jóvenes y su práctica en la altura y sus beneficios en el rendimiento físico” (p. 109) y además indica que “Los jóvenes deportistas se encuentran consientes de los beneficios sobre entrenamiento del fútbol en la altura pero no son coadyuvados ni potencializados por el entrenador ya que este profesional no es un conocedor del entrenamiento del fútbol en la altura y su relación directa con el rendimiento físico” (p. 110).

Rodríguez (2013) en su tesis titulada “*La preparación física y su incidencia en la práctica de fútbol en los niños de edades comprendidas entre 13 y 14 años de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ventanas, Provincia de los Ríos en el año 2012*”, tiene como objetivo “Determinar de qué manera la preparación física incide en la práctica de fútbol en los niños de edades comprendidas entre 12 y 13 años de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ventanas, provincia de Los Ríos en el año 2012”, su metodología de investigación es de nivel descriptivo y explicativo, su población está conformada por 114 deportistas, 1 entrenador y dirigente, llegó a la conclusión de que “Los entrenadores utilizan los métodos de duración, de Interval training intensive, de Interval training extensive, de Fartlek, de Circuito y de Velocidad” (p. 66), además concluye que “Los entrenadores aplican durante el entrenamiento juegos, ejercicios de gimnasia y modelos de entrenamiento deportivo” (p. 67).

2.1.2. Investigaciones nacionales

Aguilar y Trujillo (2019) en su tesis titulada “*Mejorar el control del rendimiento físico en las divisiones menores de un Club Deportivo mediante un sistema de información*”, tiene como objetivo “mejorar el proceso del control de rendimiento

deportivo de menores en un club de deportivo mediante el desarrollo de un sistema que permita controlar los procesos que engloban la formación deportiva de menores, tales como: nutrición, exámenes médicos y entrenamiento”, llegó a las siguientes conclusiones “En esta tesis se demuestra que, a partir de la evaluación médica progresiva basada en estándares y lineamientos de la alta competencia deportiva presentados en el segundo capítulo, se logran mejorar los resultados obtenidos en una temporada competitiva. Además de permitir la fácil divulgación de la información hacia los interesados a través del módulo de exámenes médicos” (p. 148), además concluye que “el sistema elaborado proporciona un módulo nutricional que permite una correcta medición sobre la evolución de los resultados obtenidos en una temporada competitiva, basándose en las recomendaciones detalladas en el capítulo segundo que comenta sobre el impacto de la nutrición dentro de la competitividad deportiva de menores” (p. 149).

Campojo (2018) en su tesis titulada “*La actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de secundaria en un colegio de Pueblo Libre*”, tiene como objetivo “determinar la relación entre La actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria”, su metodología de investigación es de nivel descriptivo-correlacional, su tipo de investigación es básica, su población está conformada por 94 estudiantes, llegó a las siguientes conclusiones “De acuerdo a las evidencias estadísticas, existe relación significativa entre la actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes del tercer año de secundaria de la institución educativa La Unión, Pueblo Libre, 2017, puesto que el nivel de significancia calculada es $p < 0,05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de ,437” (p. 92), además concluye que “De acuerdo a las evidencias estadísticas, existe relación significativa entre la resistencia de la

actividad física y el rendimiento académico en los estudiantes del tercer año de secundaria de la institución educativa La Unión, Pueblo Libre, 2017; puesto que el nivel de significancia calculada es $p < 0,05$ y el coeficiente de correlación de Rho de Spearman tiene un valor de ,418” (p. 93).

Rivera (2017) en su tesis titulada *“Efecto del estado nutricional sobre el rendimiento físico deportivo en atletas de alto rendimiento de la Ciudad de Arequipa durante el periodo 2014”*, tiene como objetivo “determinar el efecto del estado nutricional sobre el rendimiento físico deportivo en atletas de alto rendimiento de la ciudad de Arequipa durante el periodo 2014”, su metodología de investigación es de nivel descriptivo, su población esta conformada por 32 deportistas, llegó a la conclusión de que “Los deportistas de la presente investigación, con excepción de ciclismo y gimnasia según la potencia anaeróbica no se encuentran en condiciones de sostener acciones de corta o mediana duración por no tener esta potencia según la etapa de preparación en que se encuentran. Los deportistas de acuerdo a la potencia aeróbica (VO₂max) se encuentran en condición de Buena a Excelente, por encima de la población no deportiva” (p. 165), además concluye que “El estado nutricional de los deportistas estudiados por una baja, ingesta energético nutricional para los niveles de actividad físico elevado y la estructura corporal que manifiestan, es insuficiente para sostener sin riesgos de salud las actividades, cotidianas y deportivas teniendo como estrategia fisiológica la adaptación metabólica que aumenta la eficiencia en la utilización energética de los alimentos” (p. 166).

Bravo (2015) en su tesis titulada *“El nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N°32 de Puno – 2015”*, tiene como objetivo “determinar el nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria

Industrial N° 32 de Puno -2015”, su metodología de investigación es de nivel descriptivo, su población está conformada por 135 estudiantes entre varones y mujeres, llegó a la conclusión de que “el nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno en su totalidad es bueno, por lo tanto podemos decir que los estudiantes presentan un grado igual o ligeramente superior al mínimo aceptable, puesto que es el nivel medio” (p. 90).

2.2. Bases teóricas

V1: PREPARACIÓN FÍSICA

Definición

La preparación física es aquella parte del entrenamiento en la que un atleta adquiere un físico adecuado, utiliza sus habilidades naturales y desarrolla sus cualidades físicas a través del ejercicio continuo y, sucesivamente, facilita la adaptación de su cuerpo a una tarea particular y así logra el máximo rendimiento atlético posible.

“La preparación física es un elemento del proceso de entrenamiento deportivo que constituye el desarrollo funcional del deportista y de sus cualidades físicas hasta los niveles más elevados posibles. Se puede señalar que la preparación física es el conjunto de actividades físicas la cual tiene como finalidad mejorar las cualidades físicas” (Loayza, 2017).

Actualmente, no existe deporte donde la preparación física no sea un factor fundamental para que los deportistas alcancen el máximo rendimiento. Algunos deportes requieren más actividad física que otros, donde el trabajo del cuerpo es menos intenso y se cree erróneamente que se puede hacer una preparación. Esta

opinión es, por supuesto, incorrecta, ya que incluso los deportes menos activos físicamente deberían tener un programa de Preparación Física, aunque sea más simple y menos intenso.

Clasificación

- **Preparación Física General:** “obtendremos las condiciones básicas y elementales que debe poseer un joven deportista para una posterior Preparación Física Especial (PFE), a causa de que algunas cualidades desarrolladas en esta etapa no son trabajadas en su máximo potencial” (Vera, 2018). En cuanto a la fuerza y la resistencia, se relacionan con otras habilidades específicas como la velocidad, el desarrollo de la coordinación, el aumento de la amplitud, la flexibilidad, la destreza y la capacidad de reacción, que contribuyen a los resultados activos en su actividad física.

Funciones:

- “Desarrollar, consolidar o restablecer las bases físicas que garantizan la ejecución de los ejercicios especiales y competitivos” (Forteza, 1988).
- “Transferir efectos positivos de estructuras análogas o que sirvan de base a una determinada actividad especial” (Forteza, 1988).
- “Contribuir a mantener una alta capacidad de rendimiento físico y psíquico cuando las condiciones objetivas (factores climatológicos, lesiones etc. obstaculizan el empleo de los medios especiales” (Forteza, 1988).
- “Participar activamente en el proceso de recuperación y alejar la monotonía del entrenamiento. Profundizar en el trabajo de las fuentes

de tipo aerobia con cargas de larga duración y baja intensidad como base regeneradora de las demás fuentes energéticas” (Forteza, 1988).

- “Consolidar de forma multilateral el desarrollo físico en niños y jóvenes, provocando una transformación planificada” (Forteza, 1988).
- **Preparación Física Especial:** “La preparación física especial está destinada a desarrollar las cualidades motoras de acuerdo con las exigencias que plantea un deporte concreto y con las particularidades de una actividad competitiva determinada” (Vera, 2018). Al organizar una preparación física especial, es fundamental no perder nunca de vista los requisitos específicos de un deporte en particular. En particular, los principales grupos musculares que soportan carga en sus actividades competitivas y antagónicas deben soportar el mayor impacto.

Funciones:

- “Sin una buena Preparación Física General, es casi imposible realizar una Preparación Física Específica eficaz, debido a que ésta se basa en los presupuestos físicos establecidos en la Preparación Física General” (Forteza, 1988).
- “La Preparación Física Específica se realiza en una etapa cercana a la competencia, e incluso durante el período de competencia” (Forteza, 1988).
- “Se trata de desarrollar aquellas cualidades especiales requeridas por las técnicas y tácticas del deporte, realizando ejercicios semejantes a los gestos y movimientos propios de la actividad que permitan adecuar al organismo a la realidad deportiva que se practica” (Forteza, 1988).

- “Aquí se desarrollan cualidades como la coordinación, la habilidad, el equilibrio, la velocidad, la flexibilidad, la fuerza explosiva, que nos permitan ser transferidos y aplicados a las técnicas y a las tácticas específicas del deporte elegido, con mayor eficacia” (Forteza, 1988).

Dimensiones

- Preparación Táctica: “El entrenamiento de la táctica nos ayuda a ordenar los recursos en pos de alcanzar un fin. De esta manera se reduce el margen de error ya que se disminuyen las acciones espontáneas o imprevistas y se puede poner en práctica aquello que se practicó y entrenó” (Loayza, 2017).
- Preparación Psicológica: “Prepararse para afrontar situaciones de estrés, cansancio, ansiedad. Conocerlas y saber cómo enfrentarse a ellas en cada caso que se presenten. Existen numerosas técnicas para mejorar nuestro estrés tales como: relajación, autohipnosis, el yoga” (Loayza, 2017).
- Preparación Técnica: “Radica en el aprendizaje y desarrollo del Gesto Deportivo. En este caso: correr bien. Es fundamental realizar bien el gesto deportivo ya que así podríamos evitar lesiones, ahorrar energía y además mejorar el rendimiento deportivo” (Loayza, 2017).
- Movimientos Corporales: “Radica en el desarrollo y mejoramiento de las capacidades físicas de los deportistas, siendo estas capacidades: La Velocidad, La Fuerza, La Resistencia, La Flexibilidad, La Coordinación” (Loayza, 2017).

V2: RENDIMIENTO DEPORTIVO

Definición

Rendimiento “es un concepto que menciona la relación entre los medios utilizados para lograr algo y el resultado que El beneficio o el beneficio que alguien o algo ofrece también se llama actuación” (Rivera, 2017).

Deportivo , por su parte, “es el asociado al deporte (un juego, un pasatiempo o una competición que implica una determinada actividad física y que se desarrolla según determinadas reglas)” (Sebastiani, 2000).

La idea de rendimiento deportivo, por lo tanto, está relacionada con los logros que los atletas tienen o pueden lograr, para aumentar el rendimiento deportivo, los atletas deben ser capaces de utilizar sus recursos al máximo. De esta forma, los principales centros deportivos buscan potenciar las diversas capacidades de los deportistas, entre ellas, desarrollar determinadas rutinas de entrenamiento para mejorar el rendimiento deportivo, la técnica, etc.

Veronique Billat, en su libro “Fisiología y Metodología del Entrenamiento - de la teoría a la práctica” (Paidotribo 2001) “hace referencia a que la acepción de rendimiento deportivo deriva de la palabra *performer*, adoptada del inglés, que significa cumplir, ejecutar. A su vez, este término viene de *performance*, que en francés antiguo significaba cumplimiento”.

Capacidades

- *Motriz*

Antón (1989) indica que es “el conjunto de factores y componentes que aparecen en las capacidades motrices hace que no exista una clasificación

única de dichas capacidades. En la literatura especializada se utilizan términos muy variados, como agilidad, destreza, habilidad, coordinación, etc., que son sustancialmente sinónimos, aunque no de una forma rigurosa y científica”. Dentro de las capacidades motrices tenemos las siguientes:

Fuerza: “capacidad de oponerse a una resistencia. Existen varios tipos: fuerza resistencia, fuerza máxima y fuerza velocidad” (Rueda, 2001).

Entender la fuerza como el acto de aplicar tensión para vencer una resistencia es una habilidad física que se puede mejorar con un buen entrenamiento. La fuerza se comporta de otra manera: si empujas con fuerza contra una pared, esta no se mueve, pero el músculo trabaja y gasta energía, lo que se llama isométrico. Con este tipo de trabajo se va definiendo la masa muscular a medida que se contraen y el resultado es aumentar lo que se llama tono muscular, que es la fuerza de un músculo en reposo. Si en lugar de apoyarse en la pared, se empuja al compañero con una fuerza capaz de moverlo, se producirá una contracción de la masa muscular que trabaja a tal efecto, trabajo denominado isotónico.

Velocidad: “capacidad de recorrer un espacio en el menor tiempo posible. Se distinguen varios tipos: velocidad cíclica, velocidad acíclica y velocidad de reacción” (Alvarez, 1987).

La velocidad se define como la capacidad de una persona para realizar movimientos motores con la máxima eficiencia en el menor tiempo posible. Es una habilidad mixta, sujeta a todas las demás habilidades condicionadas como la fuerza, la resistencia y la movilidad, que se pueden encontrar para cualquier actividad relacionadas.

Resistencia: “capacidad de mantener un esfuerzo físico durante un tiempo prolongado. Existen dos tipos: resistencia aeróbica y resistencia anaeróbica” (Sebastiani, 2000).

La resistencia se define como la capacidad de mantener un esfuerzo efectivo durante el mayor tiempo posible. La resistencia física se sustenta en dos órganos vitales del cuerpo: el corazón y los pulmones, por lo que va de la mano con la capacidad aeróbica, que también requiere oxígeno. En el cuerpo, la mezcla ardiente se lleva a cabo mediante la perfusión de sangre en el corazón, que luego se distribuirá por todo el cuerpo. Los pulmones responsables de suministrar oxígeno al cuerpo según sea necesario.

Flexibilidad: “capacidad de elongar los músculos y después recuperar su posición inicial. Distinguimos entre flexibilidad activa y flexibilidad pasiva” (Sebastiani, 2000).

La flexibilidad es la capacidad de moverse con el mayor rango de movimiento posible. Hay una clara diferencia entre la flexibilidad, lo hacemos en los calentamientos (cuya finalidad es aumentar la temperatura, la intensidad nunca es del 100%), y la flexibilidad como fitness básico, cuya finalidad es mejorar la capacidad de estirar los músculos- ligamentos, y en cuanto a la movilidad articular, podemos trabajar al 100% en este caso. Son deportes muy amplios. Ejemplos de situaciones de juego donde la flexibilidad es crítica: Parte inferior del cuerpo: portero de balonmano, paso valla, jugador de fútbol, deporte/gimnasia rítmica (spagart), torso: Gimnasia atlética.

- ***Perceptivo-Motriz***

Castañer y Camerino (1992) indican que es “el conjunto de capacidades directamente derivadas y dependientes del funcionamiento del sistema

nervioso central”. Además, los autores indican que las capacidades perceptivo-motriz son los siguientes:

Coordinación: Fetz, indica que es “lo que crea una buena organización durante la ejecución de los gestos motores”. O bien, como señalan Castañer y Camerino (1996), es la “capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la acción motriz prefijada”.

Se encuentra en las complejas características del motor y, por lo tanto, su evaluación de opciones siempre es difícil. Para ello, se requieren ciertos elementos (sillas, estacas, marcadores, etc.) que son inherentemente de mínima dificultad. Pero el mayor obstáculo es la falta de fiabilidad de los existentes, porque carecen de estabilidad, lo que es un indicio de la influencia del aprendizaje divertido y las pruebas.

Equilibrio: “El equilibrio puede definirse como el estado en el que todas las fuerzas que actúan sobre el cuerpo están compensadas de tal forma que el cuerpo se mantiene en la posición deseada o es capaz de avanzar según el movimiento deseado” (Melvill, 2001).

Esta cualidad regula el ajuste de un individuo al entorno de forma estática o dinámica. Una valoración objetiva supone algunas dificultades, porque debe haber elementos verdaderamente fiables: balancines, soportes, etc., a alturas "suficientes" para ajustar el ajuste en relación con el espacio.

- ***Capacidad Resultante***

es la evolución de las capacidades antes señaladas como son las capacidades motrices (fuerza, flexibilidad, resistencia y velocidad) conjuntamente con la

capacidad perceptiva-motriz (coordinación y equilibrio), es llegar al punto máximo de las capacidades.

Agilidad: “La agilidad es una cualidad física o intelectual en relación con la manera de realizar una acción. Quien tiene esta condición es considerado como ágil” (Ferrer, 2015).

Se expresa por el nivel de calidad de la coordinación de movimientos. Esta cualidad se puede evaluar mediante pruebas con objetos, obstáculos en su camino y el factor armónico del tiempo.

2.3. Definiciones conceptuales

Agilidad:

“La agilidad es una cualidad física o intelectual en relación con la manera de realizar una acción. Quien tiene esta condición es considerado como ágil” (Ferrer, 2015).

Coordinación:

Fetz, indica que es “lo que crea una buena organización durante la ejecución de los gestos motores”

Equilibrio:

“El equilibrio puede definirse como el estado en el que todas las fuerzas que actúan sobre el cuerpo están compensadas de tal forma que el cuerpo se mantiene en la posición deseada o es capaz de avanzar según el movimiento deseado” (Melvill, 2001).

Flexibilidad:

“Capacidad de elongar los músculos y después recuperar su posición inicial. Distinguimos entre flexibilidad activa y flexibilidad pasiva” (Sebastiani, 2000).

Fuerza:

“Capacidad de oponerse a una resistencia. Existen varios tipos: fuerza resistencia, fuerza máxima y fuerza velocidad” (Rueda, 2001).

Preparación Física:

“La preparación física es un elemento del proceso de entrenamiento deportivo que constituye el desarrollo funcional del deportista y de sus cualidades físicas hasta los niveles más elevados posibles. Se puede señalar que la preparación física es el conjunto de actividades físicas la cual tiene como finalidad mejorar las cualidades físicas” (Loayza, 2017).

Rendimiento deportivo:

Está relacionada con los logros que los atletas tienen o pueden lograr, para aumentar el rendimiento deportivo, los atletas deben ser capaces de utilizar sus recursos al máximo

Resistencia:

“capacidad de mantener un esfuerzo físico durante un tiempo prolongado. Existen dos tipos: resistencia aeróbica y resistencia anaeróbica” (Sebastiani, 2000).

Velocidad:

“capacidad de recorrer un espacio en el menor tiempo posible. Se distinguen varios tipos: velocidad cíclica, velocidad acíclica y velocidad de reacción” (Alvarez, 1987).

2.4. Formulación de la hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

La preparación física se relaciona significativamente con el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

2.4.2. Hipótesis específicas

La preparación táctica se relaciona significativamente el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

La preparación psicológica se relaciona significativamente el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

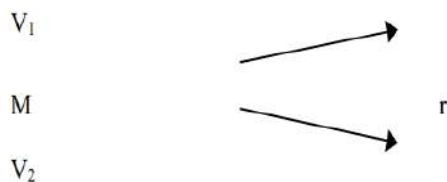
La preparación técnica se relaciona significativamente el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

Los movimientos corporales se relaciona significativamente el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

Hernandez, Fernandez, & Baptista (2014) indican que “la investigación no experimental es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables”. Este estudio eligió un diseño transversal no experimental.



Dónde:

M: La muestra

V_1 : Preparación Física

V_2 : Rendimiento Deportivo

r: Es el coeficiente de correlación entre las variables.

3.1.1. Tipo de investigación

“La investigación aplicada consiste en mantener conocimientos y realizarlos en la práctica además de mantener estudios científicos con el fin de encontrar

respuesta a posibles aspectos de mejora en situación de la vida cotidiana” (Gerena, 2010). La presente investigación es de tipo aplicada.

3.1.2. Nivel de investigación

“La utilidad y el propósito principal de los estudios correlacionales son saber cómo se puede comparar un concepto o variable conociendo el comportamiento de otras variables relacionadas” (Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2014). La investigación es de nivel correlacional

3.1.3. Diseño

Hernández, Fernández, & Baptista (2014) indican que “la investigación no experimental es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables”. Este estudio eligió un diseño transversal no experimental porque no se dará tratamiento a las variables de la preparación física y rendimiento deportivo.

3.1.4. Enfoque

Hernández, Fernández, & Baptista (2014) definen que el enfoque cuantitativo es “la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías”. El enfoque de la investigación es Cuantitativa.

3.2. Población y muestra

3.2.1 Población

Según 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 del Club Nicolás de Piérola.

3.2.2 Muestra

La Muestra está constituida por 18 jugadores del Club Nicolás de Piérola. Se efectuó la observación y medición la de las variables.

N= Población: 18 jugadores del Club Nicolás de Piérola.

n= Tamaño de la muestra: 18 jugadores del Club Nicolás de Piérola.

e= Margen de error 0.5

3.3. Operacionalización de Variables

V1: Preparación Física

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V1: Preparación Física	Preparación Táctica	capacidad de interpretar el juego Decidir el juego Ejecutar el juego	1, 2, 3	Likert
	Preparación Psicológica	Manejo de habilidades durante los entrenamientos y competiciones Manejo de herramientas durante los entrenamientos y competiciones	4, 5	Likert
	Preparación Técnica	Manejo del balón Tiros libres Driblin	6, 7, 8	Likert
	Movimientos Corporales	Desarrolla la capacidad de fuerza Ejercicios corporales Ejercicios de coordinación	9, 10, 11	Likert

V2: Rendimiento Deportivo

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V2: Rendimiento Deportivo	Gasto Energético	Menor Esfuerzo Mayor Esfuerzo	12, 13	Likert
	Desarrollo de la Velocidad	Desarrollo de la agilidad Desarrollo de la velocidad optima fatiga	14, 15, 16	Likert
	Mayor Performance	Destrezas Habilidades Personalidad Conducta	17, 18, 19, 20	Likert

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnicas a emplear

A través de la encuesta, se permitió obtener información del conocimiento de los 18 jugadores del Club Nicolás de Piérola.

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

3.4.2. Descripción de los instrumentos

Spss, Excel

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

Tabla 1

Al momento del partido, ¿interpretas el juego que hará el equipo contrario?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	9	50%
A Veces	4	22%
Siempre	5	28%
TOTAL	18	100%

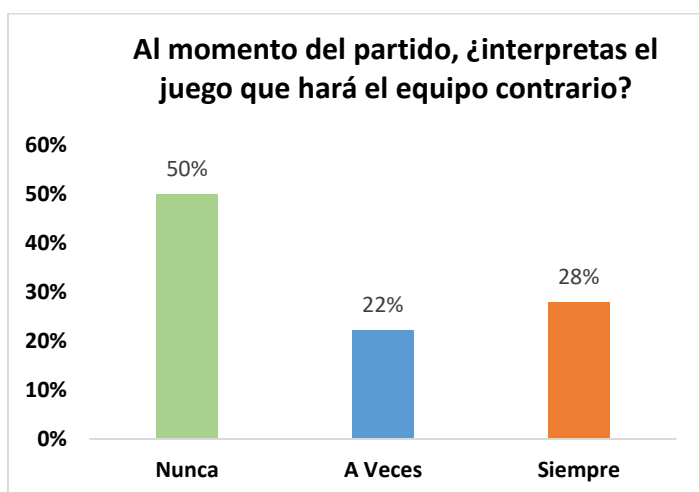


Figura 1 Al momento del partido, ¿interpretas el juego que hará el equipo contrario?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 50% indica que al momento del partido nunca interpreta el juego que hará el equipo contrario, el 22% indica que al momento del partido a veces interpreta el juego que hará el equipo contrario y el 28% indica que al momento del partido siempre interpreta el juego que hará el equipo contrario.

Tabla 2

Al momento del partido, ¿decides la jugada que harás?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	11	61%
A Veces	4	22%
Siempre	3	17%
TOTAL	18	100%

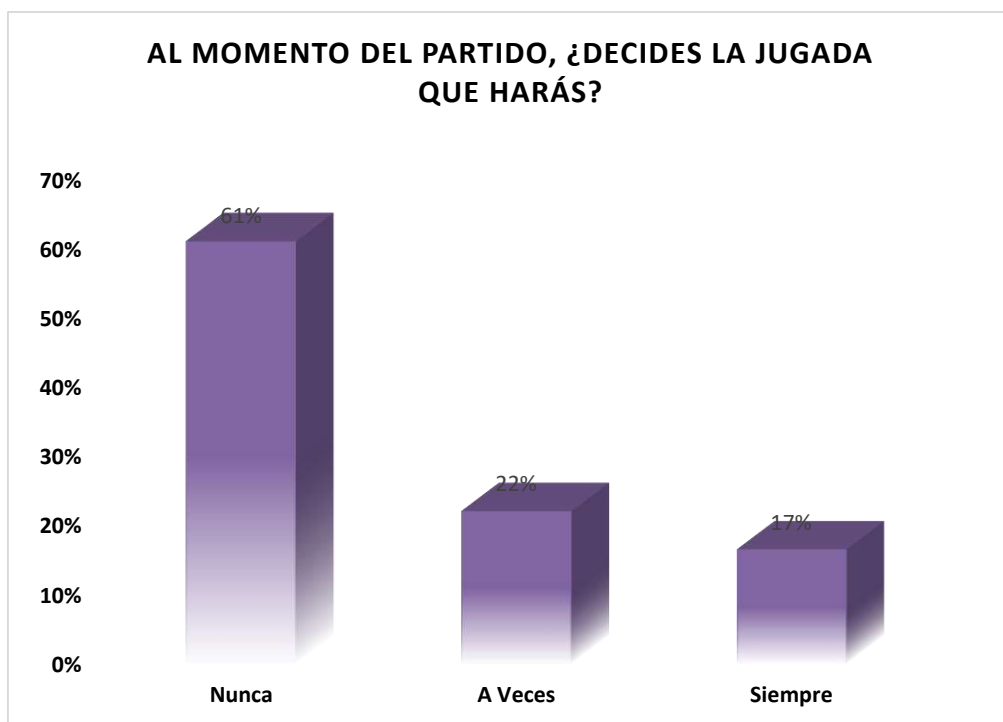


Figura 2 Al momento del partido, ¿decides la jugada que harás?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 61% indica que al momento del partido nunca decide la jugada que hará, el 22% indica que al momento del partido a veces decide la jugada que hará y el 17% indica que al momento del partido siempre decide la jugada que hará.

Tabla 3

Al momento del partido, ¿ejecutas el juego practicado en el entrenamiento?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	8	44%
A Veces	6	33%
Siempre	4	22%
TOTAL	18	100%

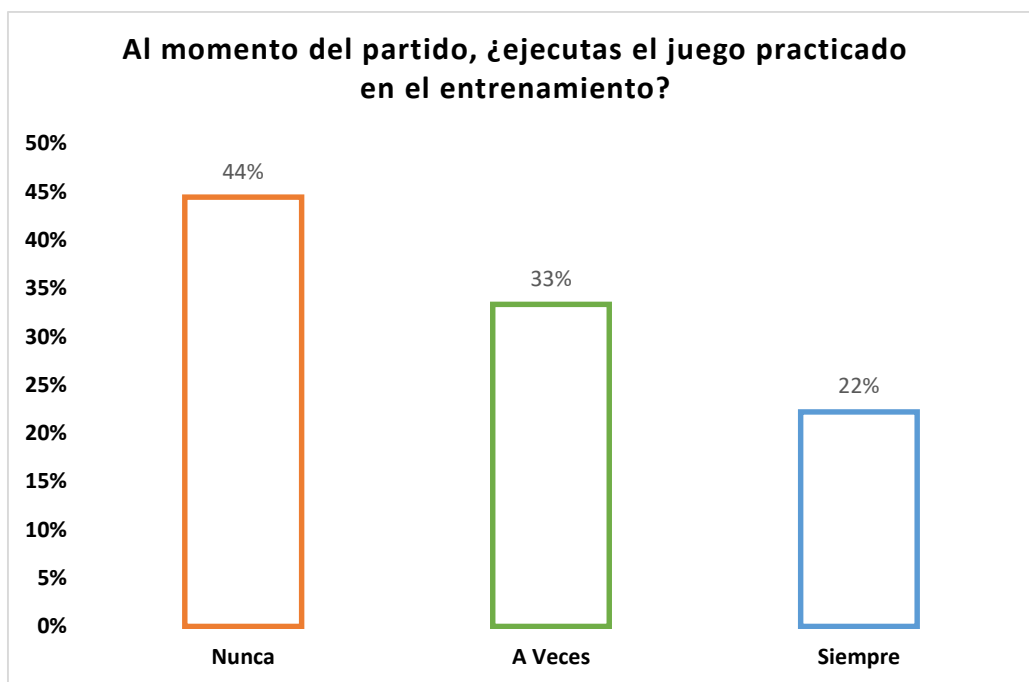


Figura 3 Al momento del partido, ¿ejecutas el juego practicado en el entrenamiento?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 44% indica que al momento del partido nunca ejecuta el juego practicado en el entrenamiento, el 33% indica que al momento del partido a veces ejecuta el juego practicado en el entrenamiento y el 22% indica que al momento del partido siempre ejecuta el juego practicado en el entrenamiento.

Tabla 4

Al momento del partido, ¿pones en práctica tus habilidades para lograr la meta que es ganar el partido?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	7	39%
A Veces	8	44%
Siempre	3	17%
TOTAL	18	100%

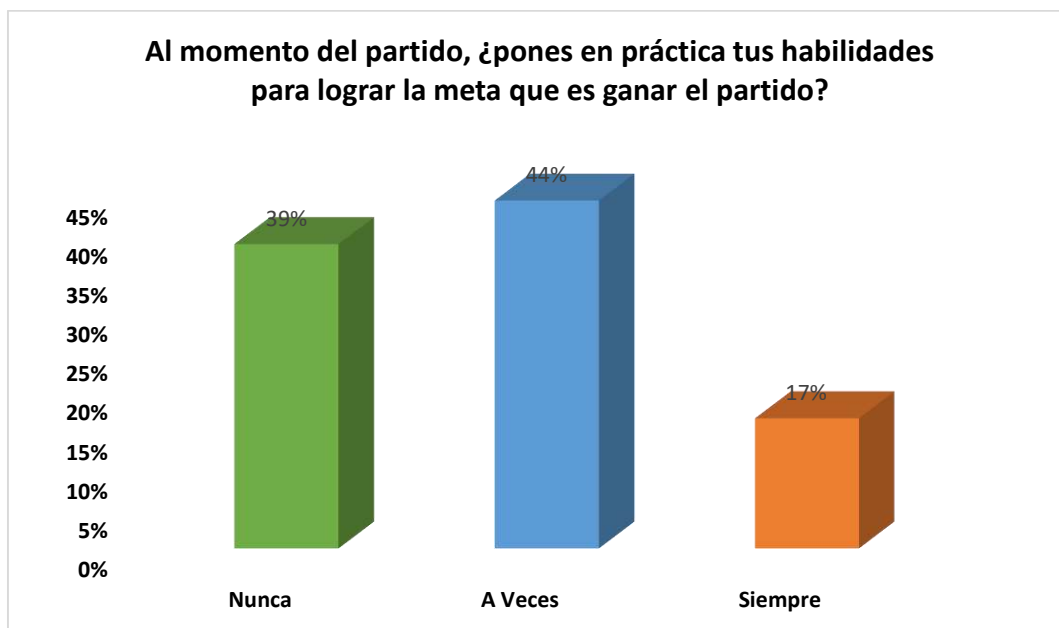


Figura 4 Al momento del partido, ¿pones en práctica tus habilidades para lograr la meta que es ganar el partido?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 39% indica que al momento del partido nunca pone en práctica sus habilidades para lograr la meta que es ganar el partido, el 44% indica que al momento del partido a veces pone en práctica sus habilidades para lograr la meta que es ganar el partido y el 17% indica que al momento del partido siempre pone en práctica sus habilidades para lograr la meta que es ganar el partido.

Tabla 5

Al momento del partido, ¿pones en práctica lo nuevo que se aprende en las distintas competencias deportivas?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	9	50%
A Veces	7	39%
Siempre	2	11%
TOTAL	18	100%

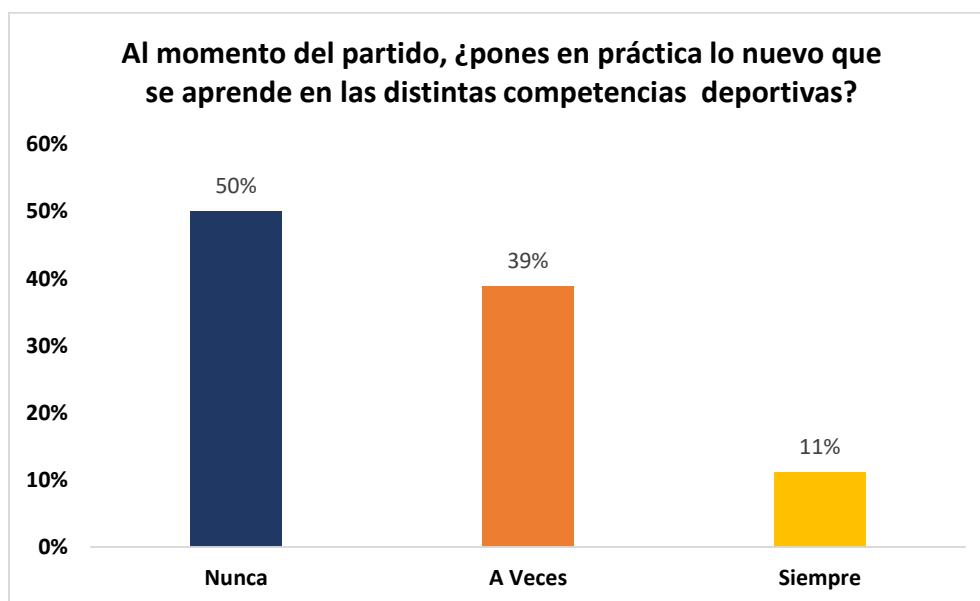


Figura 5 Al momento del partido, ¿pones en práctica lo nuevo que se aprende en las distintas competencias deportivas?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 50% indica que al momento del partido nunca pone en práctica lo nuevo que se aprende en las distintas competencias deportivas, el 39% indica que al momento del partido a veces pone en práctica lo nuevo que se aprende en las distintas competencias deportivas y el 11% indica que al momento del partido siempre pone en práctica lo nuevo que se aprende en las distintas competencias deportivas.

Tabla 6

¿Consideras que durante el entrenamiento conduces bien el balón?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	7	39%
A Veces	6	33%
Siempre	5	28%
TOTAL	18	100%

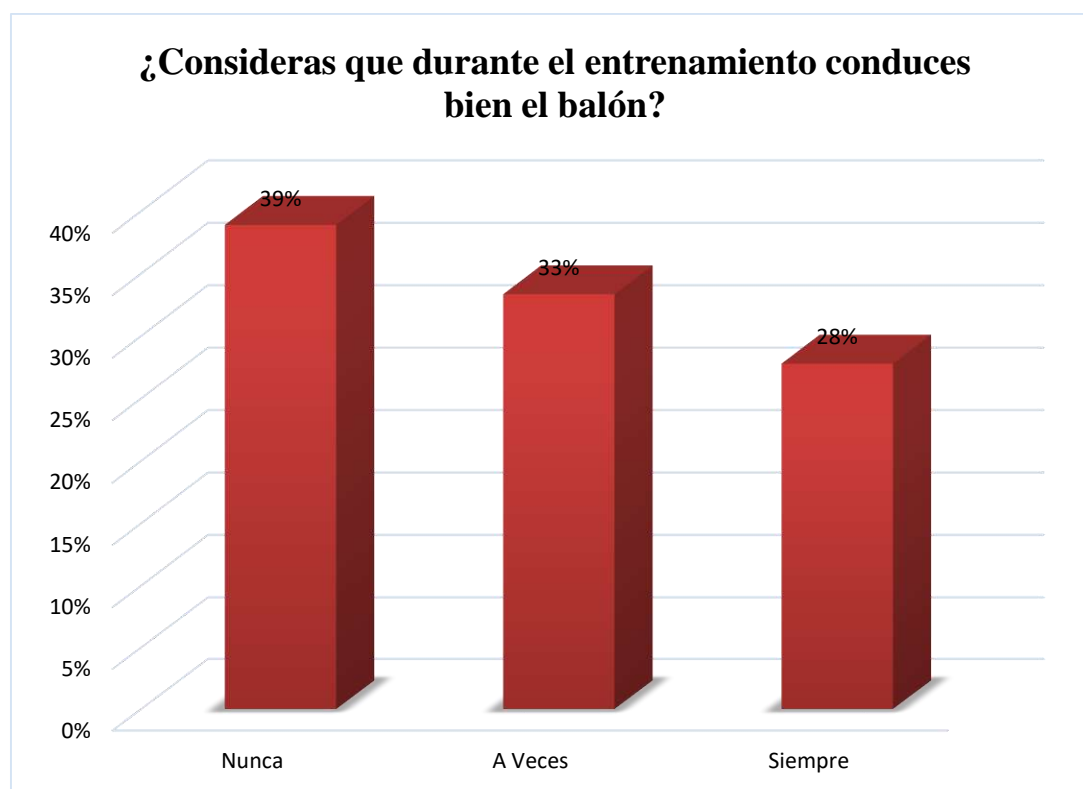


Figura 6 ¿Consideras que durante el entrenamiento conduces bien el balón?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 39% indica que durante el entrenamiento siempre conduce bien el balón, el 33% indica que durante el entrenamiento a veces conduce bien el balón y el 28% indica que durante el entrenamiento nunca conduce bien el balón.

Tabla 7
 ¿Durante el entrenamiento practican tiros libres?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	9	50%
A Veces	8	44%
Siempre	1	6%
TOTAL	18	100%

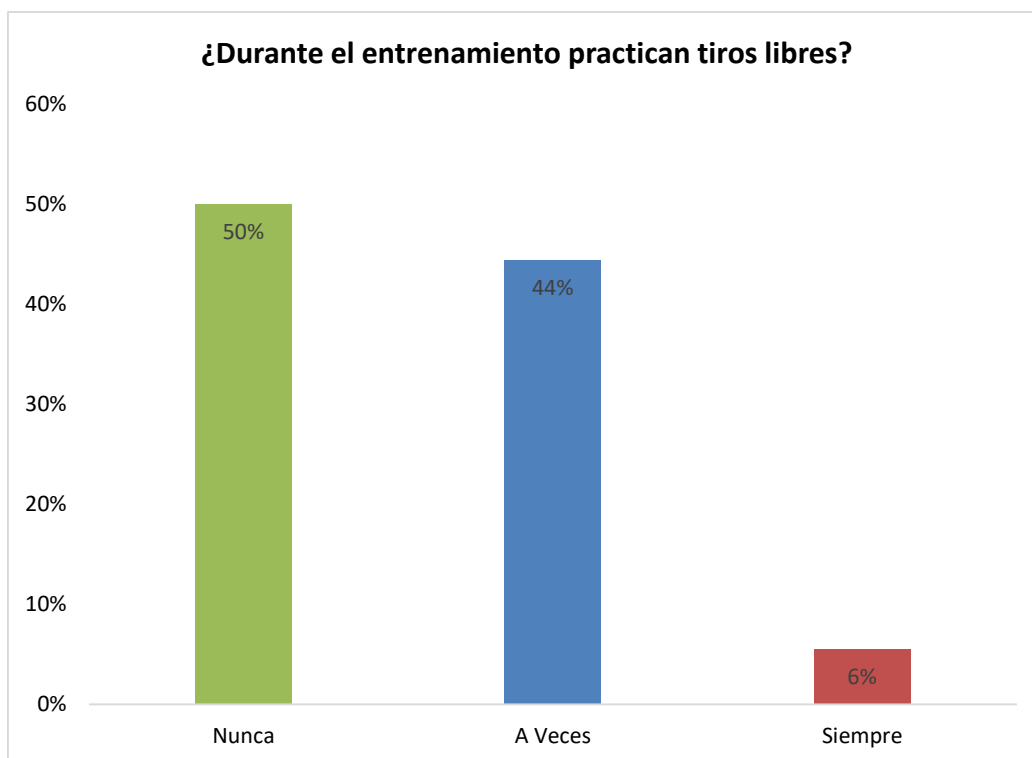


Figura 7 ¿Durante el entrenamiento practican tiros libres?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 50% indica que durante el entrenamiento nunca practican tiros libres, el 44% indica que durante el entrenamiento a veces practican tiros libres y el 6% indica que durante el entrenamiento siempre practican tiros libres.

Tabla 8

¿Durante el entrenamiento practican el dribling para un mejor desempeño?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	4	22%
A Veces	9	50%
Siempre	5	28%
TOTAL	18	100%

¿Durante el entrenamiento practican el driblin para un mejor desempeño?

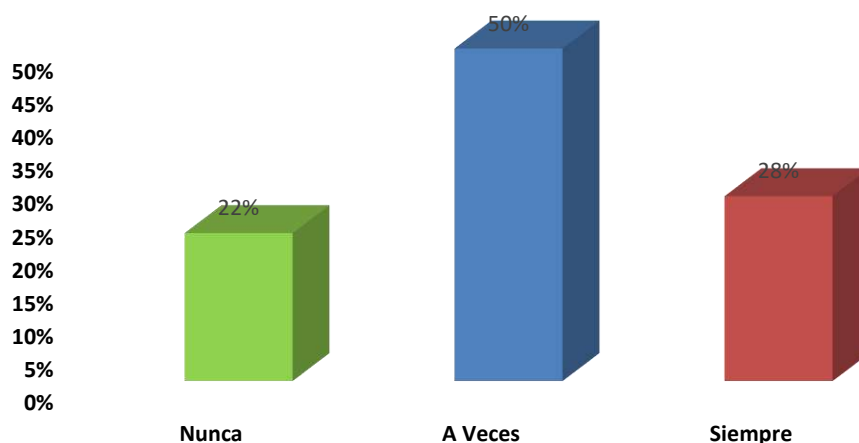


Figura 8 ¿Durante el entrenamiento practican el driblin para un mejor desempeño?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 22% indica que durante el entrenamiento nunca practican el driblin para un mejor desempeño, el 50% indica que durante el entrenamiento a veces practican el driblin para un mejor desempeño y el 28% indica que durante el entrenamiento siempre practican el driblin para un mejor desempeño.

Tabla 9

¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar entrenamientos de fuerza?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	2	11%
A Veces	4	22%
Siempre	12	67%
TOTAL	18	100%

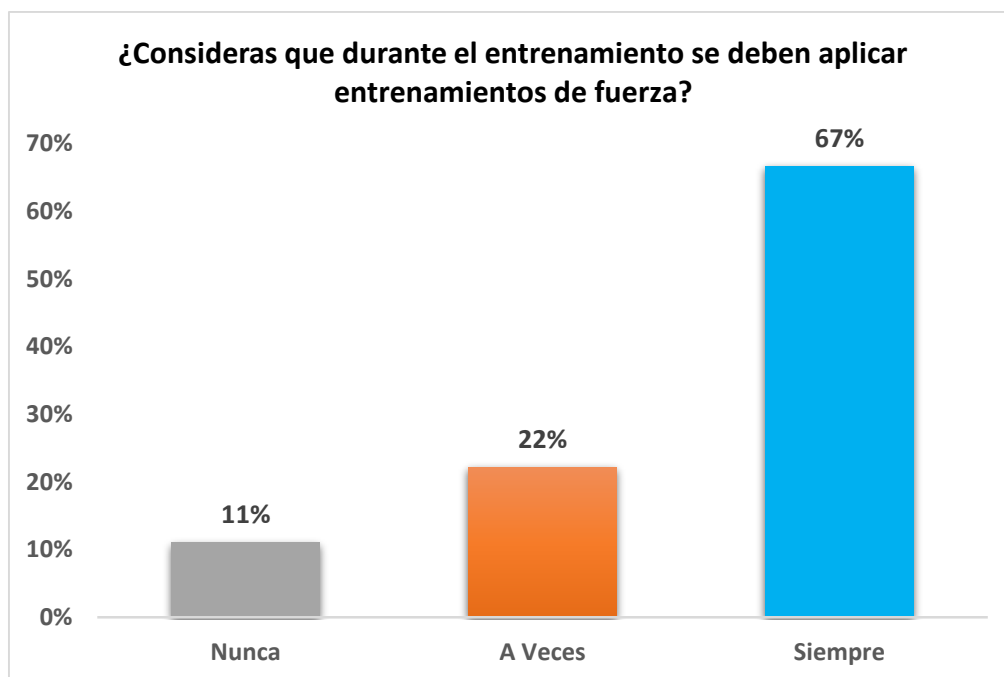


Figura 9 ¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar entrenamientos de fuerza?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 11% indica durante el entrenamiento nunca se deben aplicar entrenamientos de fuerza, el 22% indica que durante el entrenamiento a veces se deben aplicar entrenamientos de fuerza y el 67% indica que durante el entrenamiento siempre se deben aplicar entrenamientos de fuerza.

Tabla 10

¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios corporales?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	5	28%
A Veces	4	22%
Siempre	9	50%
TOTAL	18	100%

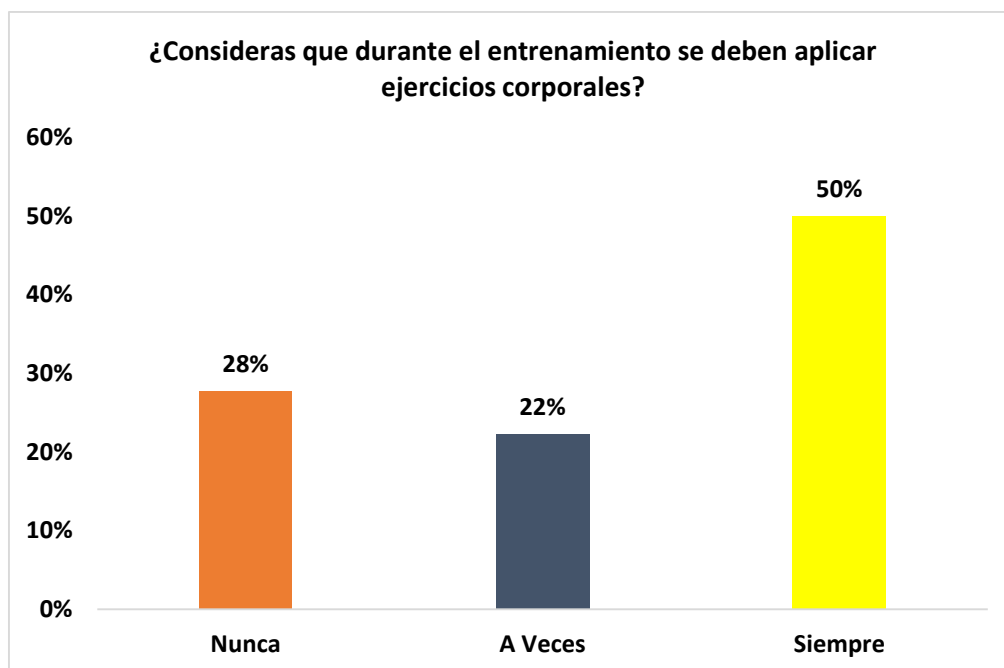


Figura 10 ¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios corporales?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 28% indica que durante el entrenamiento nunca se deben aplicar ejercicios corporales, el 22% indica que durante el entrenamiento a veces se deben aplicar ejercicios corporales y el 50% indica que durante el entrenamiento siempre se deben aplicar ejercicios corporales.

Tabla 11

¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios de coordinación?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	6%
A Veces	8	44%
Siempre	9	50%
TOTAL	18	100%

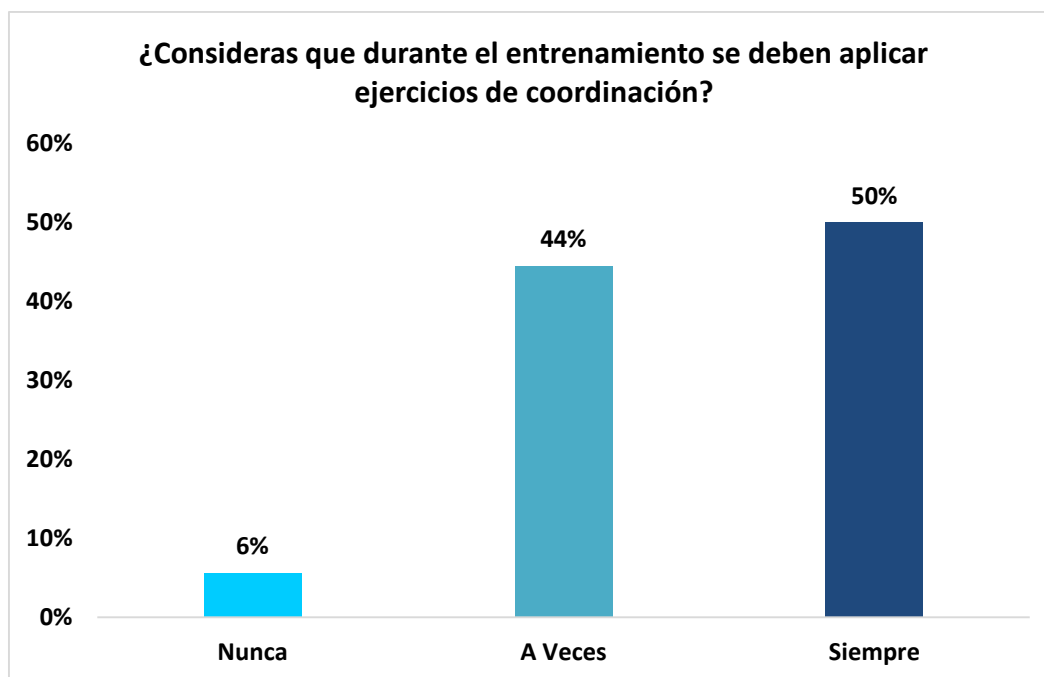


Figura 11 ¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios de coordinación?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 6% indica que durante el entrenamiento nunca se deben aplicar ejercicios de coordinación, el 44% indica que durante el entrenamiento a veces se deben aplicar ejercicios de coordinación y el 50% indica que durante el entrenamiento siempre se deben aplicar ejercicios de coordinación.

Tabla 12

¿Consideras que durante el entrenamiento haces un menor esfuerzo?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	3	17%
A Veces	4	22%
Siempre	11	61%
TOTAL	18	100%

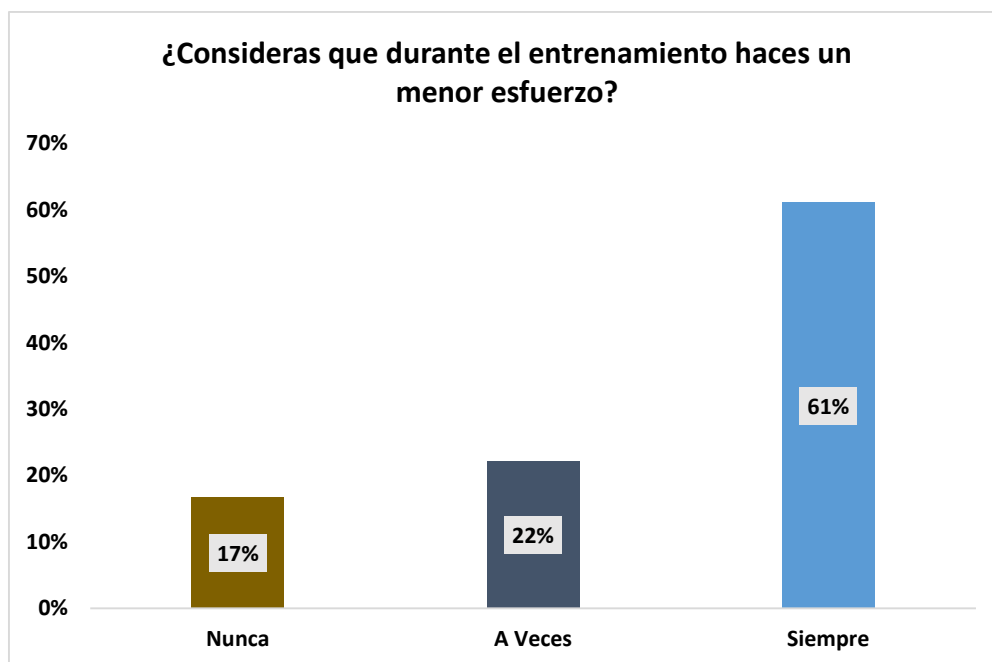


Figura 12 ¿Consideras que durante el entrenamiento haces un menor esfuerzo?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 17% indica que durante el entrenamiento nunca hace un menor esfuerzo, el 22% indica que durante el entrenamiento a veces hace un menor esfuerzo y el 61% indica que durante el entrenamiento siempre hace un menor esfuerzo.

Tabla 13

¿Consideras que durante el partido haces un mayor esfuerzo?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	6%
A Veces	3	17%
Siempre	14	78%
TOTAL	18	100%

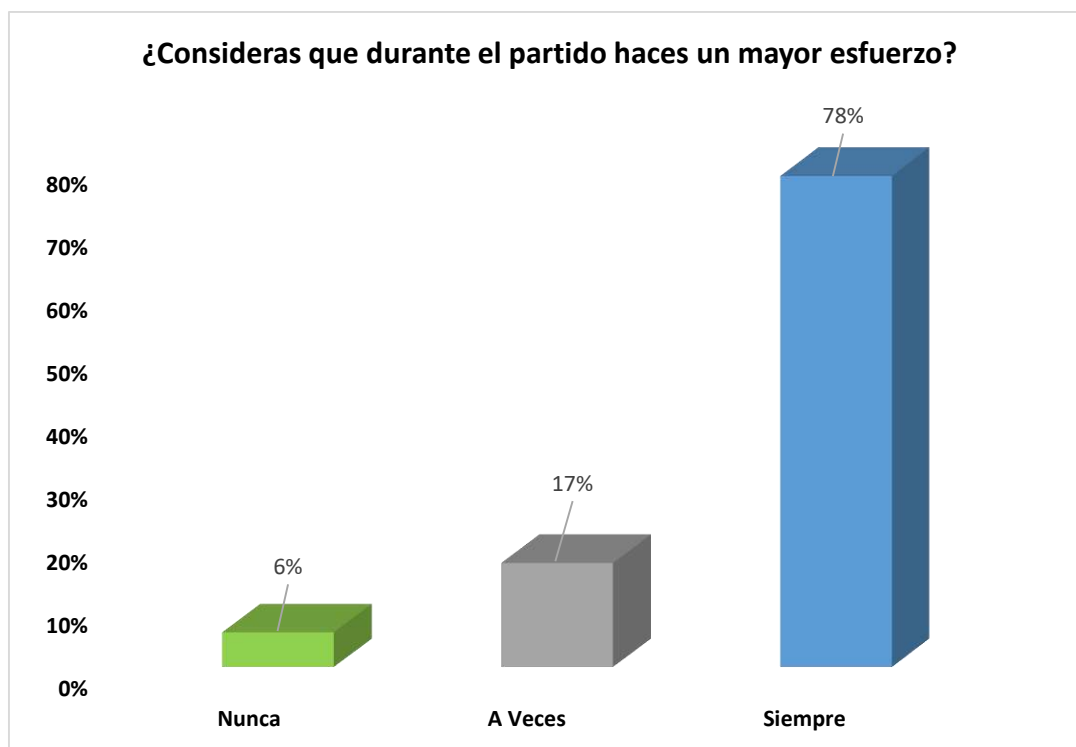


Figura 13 ¿Consideras que durante el partido haces un mayor esfuerzo?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 6% indica que durante el partido nunca hace un mayor esfuerzo, el 17% indica que durante el partido a veces hace un mayor esfuerzo y el 78% indica que durante el partido siempre hace un mayor esfuerzo.

Tabla 14

¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu agilidad?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	5	28%
A Veces	6	33%
Siempre	7	39%
TOTAL	18	100%

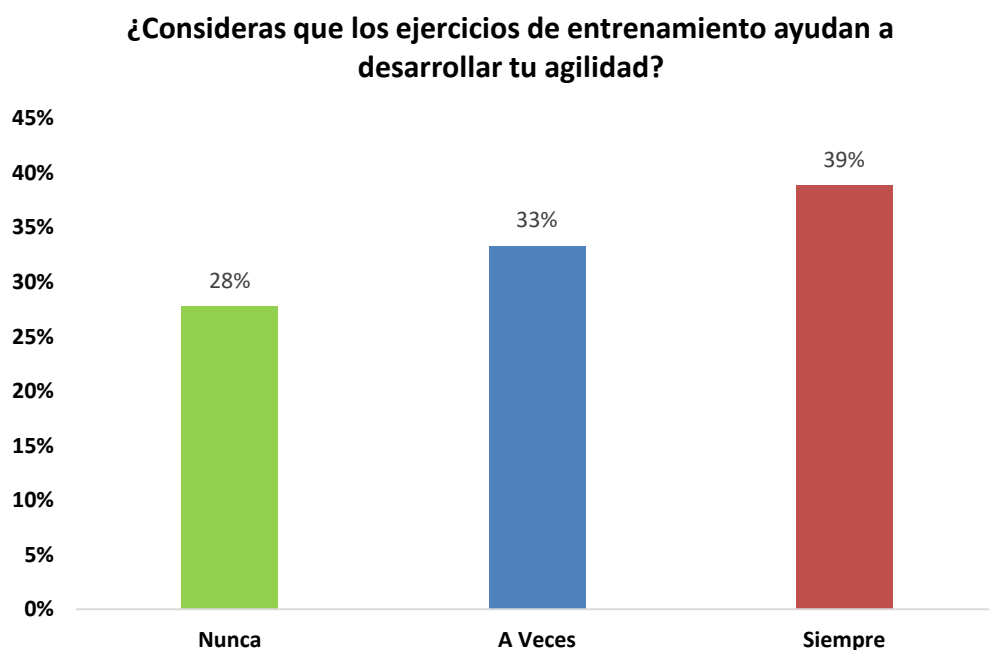


Figura 14 ¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu agilidad?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 28% indica que los ejercicios de entrenamiento nunca ayudan a desarrollar tu agilidad, el 33% indica que los ejercicios de entrenamiento a veces ayudan a desarrollar tu agilidad y el 39% indica que los ejercicios de entrenamiento siempre ayudan a desarrollar tu agilidad.

Tabla 15

¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu velocidad óptima?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	8	44%
A Veces	6	33%
Siempre	4	22%
TOTAL	18	100%

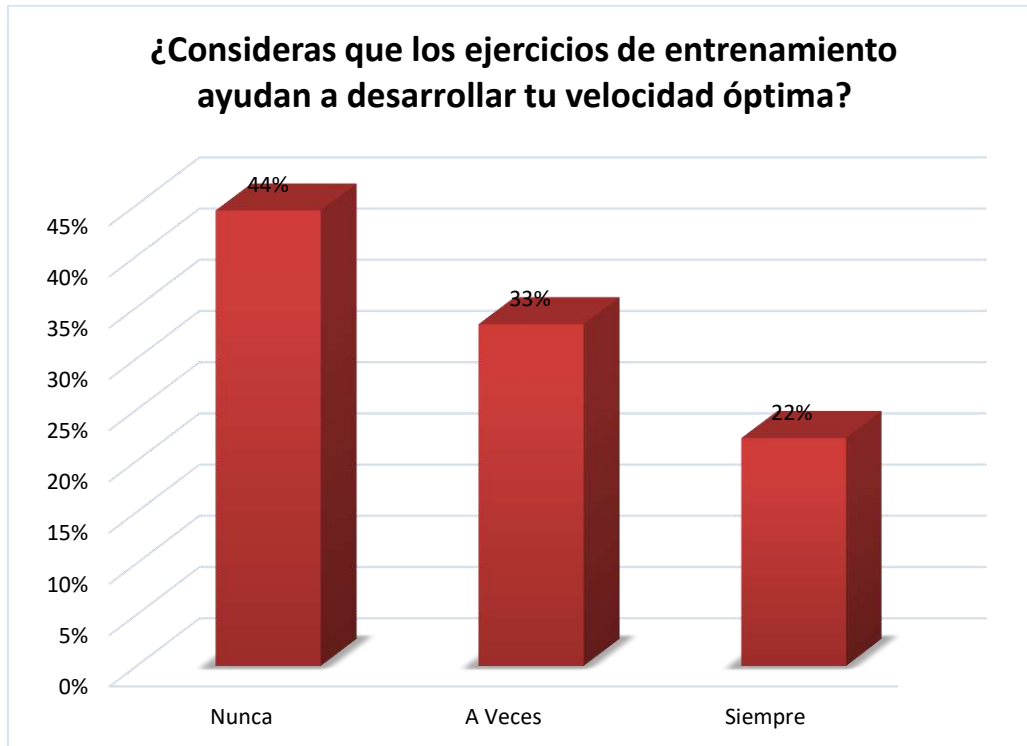


Figura 15 ¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu velocidad óptima?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 44% indica que los ejercicios de entrenamiento nunca ayudan a desarrollar su velocidad óptima, el 33% indica que los ejercicios de entrenamiento a veces ayudan a desarrollar su velocidad óptima y el 22% indica que los ejercicios de entrenamiento siempre ayudan a desarrollar su velocidad óptima.

Tabla 16

¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento hacen que sientas fatiga?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	11	61%
A Veces	3	17%
Siempre	4	22%
TOTAL	18	100%

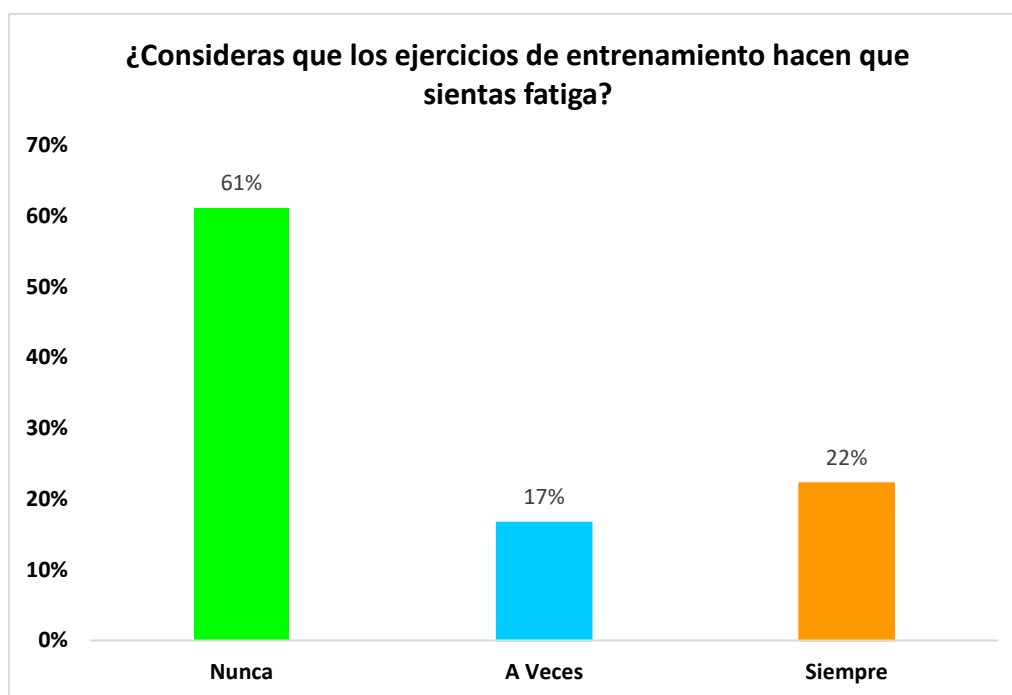


Figura 16 ¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento hacen que sientas fatiga?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 61% indica que los ejercicios de entrenamiento nunca hacen que sienta fatiga, el 17% indica que los ejercicios de entrenamiento a veces hacen que sienta fatiga y el 22% indica que los ejercicios de entrenamiento siempre hacen que sienta fatiga.

Tabla 17

¿Durante el partido demuestras tus destrezas para el futbol?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	4	22%
A Veces	2	11%
Siempre	12	67%
TOTAL	18	100%

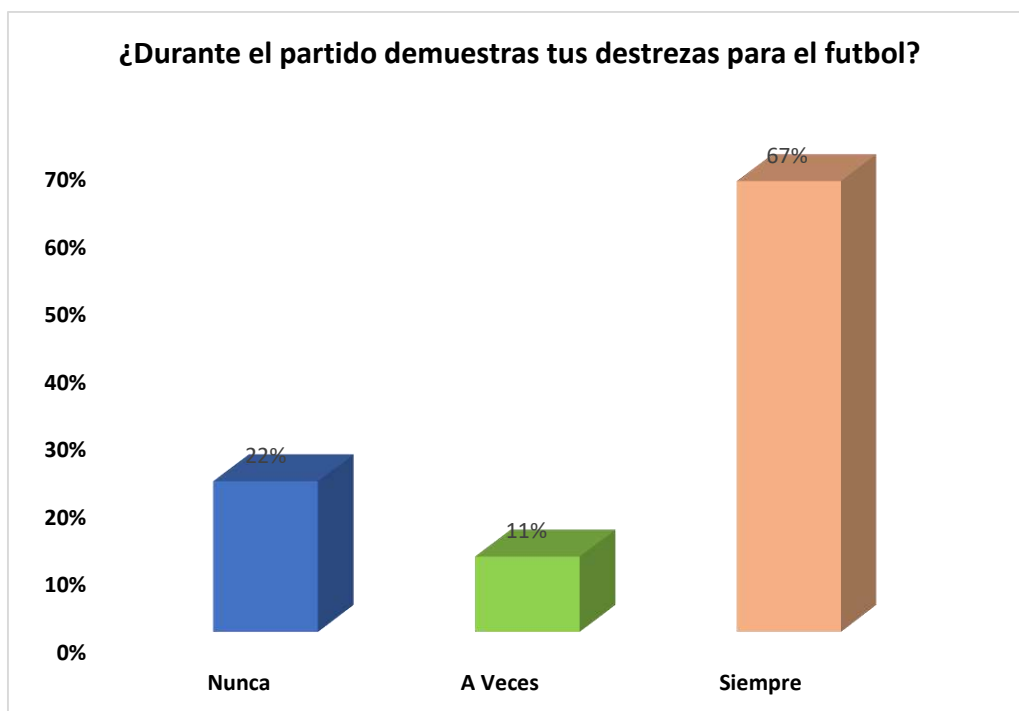


Figura 17 *¿Durante el partido demuestras tus destrezas para el futbol?*

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 22% indica que durante el partido nunca demuestra sus destrezas para el futbol, el 11% indica que durante el partido a veces demuestra sus destrezas para el futbol y el 67% indica que durante el partido nunca demuestra sus destrezas para el futbol.

Tabla 18

¿Durante el partido demuestras tus habilidades para el futbol?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	5	28%
A Veces	3	17%
Siempre	10	56%
TOTAL	18	100%

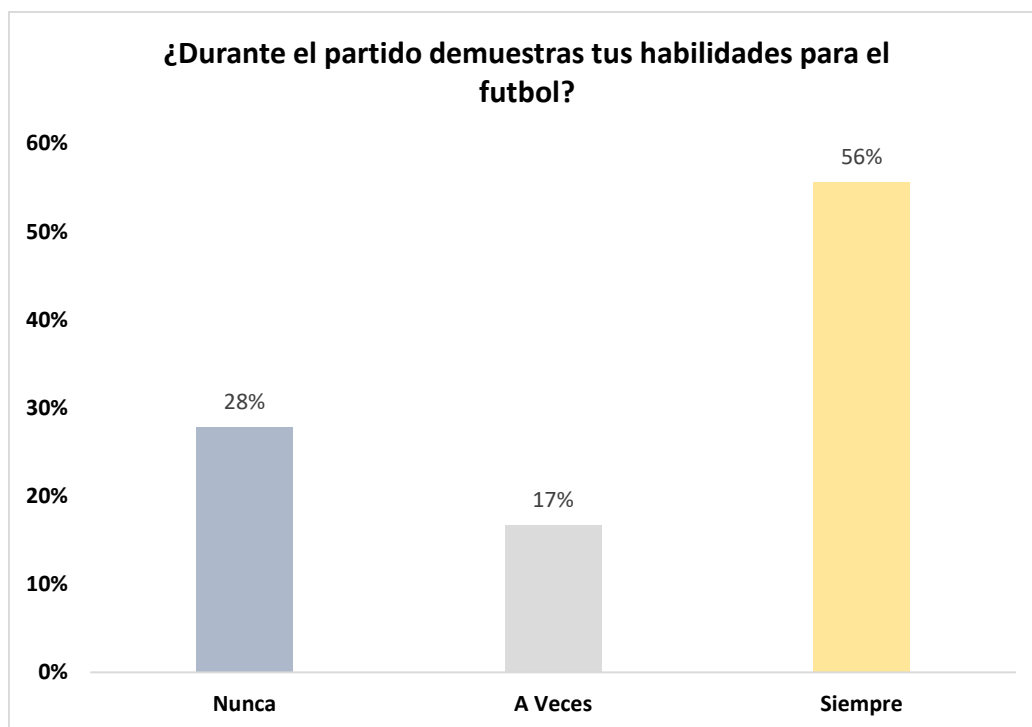


Figura 18 ¿Durante el partido demuestras tus habilidades para el futbol?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 28% indica que durante el partido nunca demuestra sus habilidades para el futbol, el 17% indica que durante el partido a veces demuestra sus habilidades para el futbol y el 56% indica que durante el partido siempre demuestra sus habilidades para el futbol.

Tabla 19

¿Durante el partido consideras que tu personalidad es importante para ganar?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	5	28%
A Veces	4	22%
Siempre	9	50%
TOTAL	18	100%

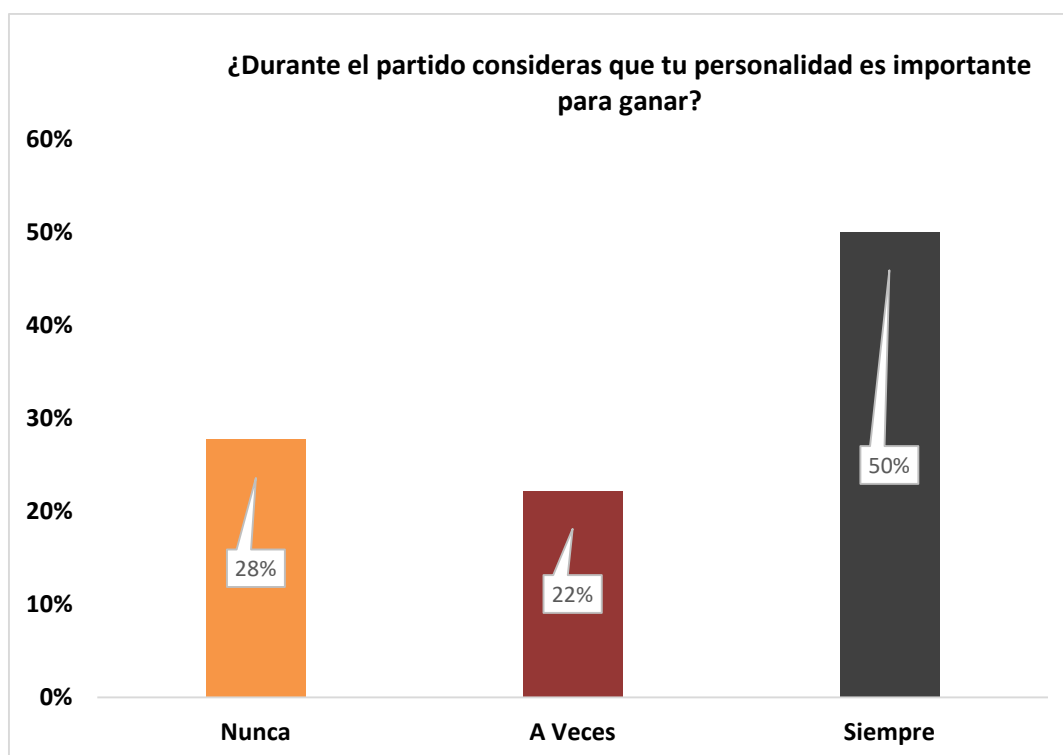


Figura 19 ¿Durante el partido consideras que tu personalidad es importante para ganar?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 28% indica que durante el partido considera que nunca su personalidad es importante para ganar, el 22% indica que durante el partido considera que a veces su personalidad es importante para ganar y el 50% indica que durante el partido considera que siempre su personalidad es importante para ganar.

Tabla 20

¿Durante el partido consideras que tu conducta es importante para ganar?

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	8	44%
A Veces	4	22%
Siempre	6	33%
TOTAL	18	100%

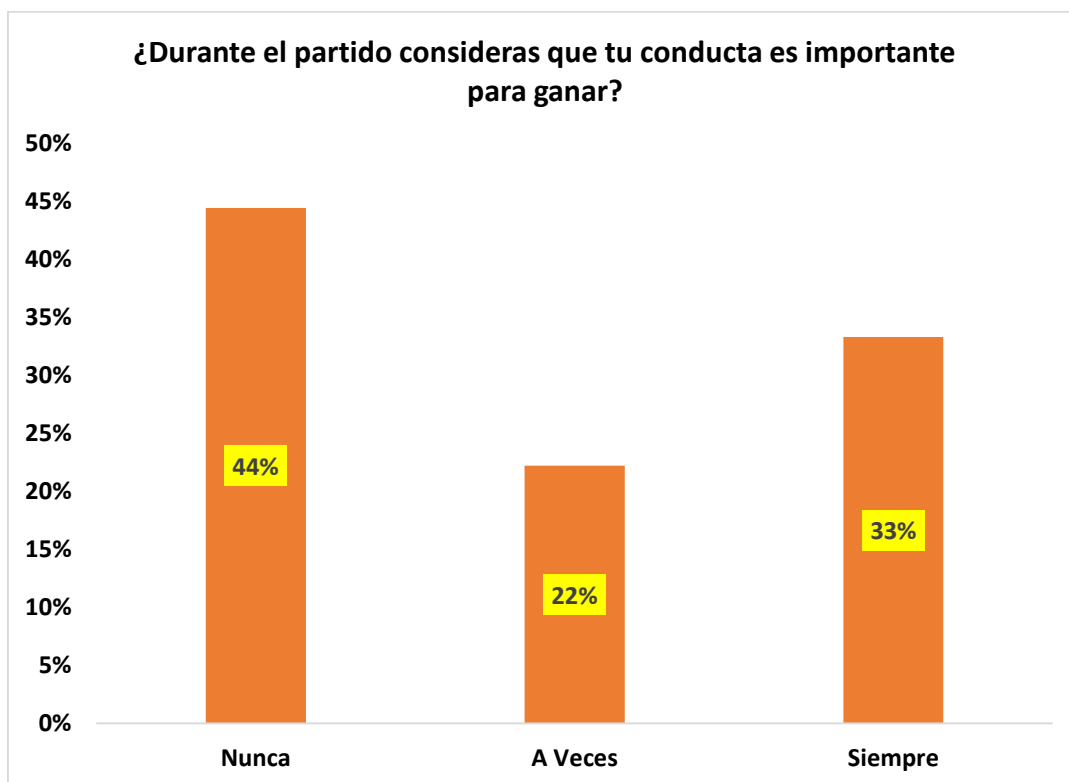


Figura 20 ¿Durante el partido consideras que tu conducta es importante para ganar?

Interpretación:

De los 18 jugadores encuestados del Club Nicolás de Piérola, el 44% indica que durante el partido considera que nunca su conducta es importante para ganar, el 22% indica que durante el partido considera que a veces su conducta es importante para ganar y el 33% indica que durante el partido considera que siempre su conducta es importante para ganar.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5. 1. DISCUSIÓN

En base al resultado se acepta la hipótesis general “La preparación física se relaciona significativamente con el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019”. Los resultados obtenidos se asemejan al trabajo de Castañeda (2021) en su tesis titulada *“preparación física y su influencia en el rendimiento físico de los futbolistas del Club Deportivo Eugenio Espejo, Cantón Babahoyo, Provincia Los Ríos”*, tiene como objetivo “Analizar la influencia de la preparación física en el rendimiento físico de los futbolistas del club deportivo Eugenio Espejo, cantón Babahoyo, provincia Los Ríos”, su metodología es de nivel descriptivo – correlacional, su población y muestra esta conformada por 43 deportistas, llegó a la siguiente conclusión: “Después de haber llevado un proceso de encuesta dirigida hacia los futbolistas del club deportivo Eugenio Espejo y a los entrenadores sobre la preparación física y su influencia en el rendimiento físico se ha llegado a la conclusión que es importante un nivel de preparación físico adecuado en los deportistas ya que este permitirá tener buen rendimiento deportivo y a su vez con la práctica de entrenamientos ayuden obtener logros deportivos, evitando lesiones en las competencias. Para ello, es necesario también el procedimiento continuo de los ejercicios aeróbicos para la mejora del rendimiento físico y sus capacidades” (p. 60).

Ademas se asemejan a los resultados obtenidos se Aguilar & Trujillo (2019) en su tesis titulada *“mejorar el control del rendimiento físico en las divisiones menores de un Club Deportivo mediante un sistema de información”*, tiene como objetivo “mejorar el proceso

del control de rendimiento deportivo de menores en un club de deportivo mediante el desarrollo de un sistema que permita controlar los procesos que engloban la formación deportiva de menores, tales como: nutrición, exámenes médicos y entrenamiento”, llegó a las siguientes conclusiones “En esta tesis se demuestra que, a partir de la evaluación médica progresiva basada en estándares y lineamientos de la alta competencia deportiva presentados en el segundo capítulo, se logran mejorar los resultados obtenidos en una temporada competitiva. Además de permitir la fácil divulgación de la información hacia los interesados a través del módulo de exámenes médicos” (p. 148), además concluye que “el sistema elaborado proporciona un módulo nutricional que permite una correcta medición sobre la evolución de los resultados obtenidos en una temporada competitiva, basándose en las recomendaciones detalladas en el capítulo segundo que comenta sobre el impacto de la nutrición dentro de la competitividad deportiva de menores” (p. 149).

5. 2. CONCLUSIONES

Primera: Se concluye que se acepta la hipótesis alternativa “La preparación física se relaciona significativamente con el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019”, rechazándose la hipótesis nula.

Segunda: se concluye que los jugadores del Club Nicolás de Piérola no predicen o leen las jugadas futuras del equipo contrario.

Tercera: se concluye que los jugadores no llegan a su alto rendimiento debido a que los ejercicios practicados en el entrenamiento por parte del entrenador no son suficientes para poder desarrollar óptimamente sus capacidades.

Cuarta: se concluye que el 94% de los jugadores indican que no practican en su entrenamiento los tiros libres, conducción del balón y el dribling.

5. 3. RECOMENDACIONES

Primera: se recomienda al Club Nicolás de Piérola que se enfoque en el desarrollo de un buen rendimiento deportivo de sus jugadores a través de una buena preparación física donde se desarrollen las capacidades y habilidades de los jugadores para lograr la meta trazada que es ganar la copa y subir a la departamental.

Segunda: se recomienda que el entrenador trabaje más en las lecturas de jugadas en los jugadores de tal manera que estos se anticipen a las jugadas logrando tener mucho más tiempo el balón enfocados a meter goles.

Tercera: se recomienda al Club Nicolás de Piérola que a través del entrenador se apliquen o se desarrollen ejercicios en base al desarrollo de las capacidades de cada uno de los jugadores enfocados a la fuerza, velocidad, flexibilidad, resistencia, coordinación y equilibrio.

Cuarta: se recomienda al entrenador practicar más durante el entrenamiento los tiros libres, la conducción de balón y el driblin, mejorando así la posibilidad de un excelente desempeño dentro del campo por parte de los jugadores del Club Nicolás de Piérola.

CAPÍTULO V: FUENTES DE INFORMACIÓN

6. 1. Fuentes Bibliográficas

Aguilar, J., y Trujillo, A. (2019). mejorar el control del rendimiento físico en las divisiones menores de un Club Deportivo mediante un sistema de información. *Tesis de Pregrado*. Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú. Obtenido de https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/2820/INF_T030_71327054_T%20%20%20TRUJILLO%20CHIPANA%20ANTHONY%20ARTURO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Alvarez, C. (1987). *La preparación física del fútbol basada en el atletismo*. Madrid: Gymnos.

Bravo, J. (2015). el nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N°32 de Puno - 2015. *Tesis de Pregrado*. Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú. Obtenido de http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/1839/Bravo_Apaza_Josue_Santos.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Campojo, L. (2018). La actividad física y el rendimiento académico en estudiantes de tercer año de secundaria en un colegio de Pueblo Libre. *Tesis de Posgrado*. Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14244/Campojo%20B3_AL.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Castañeda, M. (2021). preparación física y su influencia en el rendimiento físico de los futbolistas del Club Deportivo Eugenio Espejo, Cantón Babahoyo, Provincia Los Ríos. *Tesis de Pregrado*. Universidad Técnica de Babahoyo, Babahoyo - Los Ríos,

Ecuador. Obtenido de <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/10981/P-UTB-FCJSE-PAFIDE-000002.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ferrer, J. (2015). *definición de agilidad*. Obtenido de <https://definicion.mx/agilidad/>

Forteza, A. (1988). *Bases Metodológicas del Entrenamiento Deportivo*. La Habana: Científico Técnica.

Lizano, B. (2016). la preparación física en el desempeño deportivo de los futbolistas no videntes del Club Fénix de la Ciudad de Ambato. *Tesis de Pregrado*. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/23978/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION%20LIZANO%20BYRON.pdf>

Loayza, L. (2017). *La preparación física y sus beneficios en el desarrollo corporal*. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd205/la-condicion-fisica-en-el-futbol.htm>

Mallqui, V. (2013). el entrenamiento del fútbol en la altura y su impacto en el rendimiento físico categoría sub 16 del club Mushuc Runa Cantón Ambato provincia de Tungurahua. *Tesis de Maestría*. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/5935/1/TESIS%20MAESTRIA%20MALLQUI%20V%20DCTOR.pdf>

Ortiz, M. (2016). la preparación física en el rendimiento deportivo de los futbolistas de la selección sub 14 de la Liga Parroquia Martínez del Cantón de Ambato. *Tesis de Pregrado*. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. Obtenido de

<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/23511/1/Marco%20Vinicio%20Ortiz%20Robles.pdf>

Rivera, A. (2017). efecto del estado nutricional sobre el rendimiento físico deportivo en atletas de alto rendimiento de la Ciudad de Arequipa durante el periodo 2014. *Tesis de Posgrado*. UNiversidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/5167/NUMnucara.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rodriguez, W. (2013). la preparación física y su incidencia en la práctica de fútbol en los niños de edades comprendidas entre 13 y 14 años de las escuelas de fútbol de la ciudad de Ventanas, Provincia de los Ríos en el año 2012. *Tesis de Pregrado*. Universidad Técnica de Babahoyo, Babahoyo, Ecuador. Obtenido de <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/3001/T-UTB-FCJSE-CFISICA-000047.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rueda, A. (2001). *La condición física en la Educación Secundaria Obligatoria: una propuesta hacia la autonomía del alumnado*. Barcelona: Inde.

Sebastiani, E. (2000). *cualidades físicas*. Barcelona: Inde.

Vera, L. (2018). *la preparación física y su aporte en el rendimiento de la lucha olímpica*.

ANEXOS

Anexo

Matriz de consistencia

TÍTULO: LA PREPARACION FISICA Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LOS FUTBOLISTAS DEL CLUB JUVENTUD NICOLAS DE

PIEROLA EN EL CAMPEONATO DE 1ERA DIVISION DE LA LIGA DISTRITAL DE HUACHO EN EL AÑO 2019

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
<p>PROBLEMA GENERAL: ¿Cómo se relaciona la preparación física y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?</p> <p>PROBLEMAS ESPECIFICOS:</p> <p>¿Cómo se relaciona la preparación táctica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?</p> <p>¿Cómo se relaciona la preparación psicológica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club</p>	<p>OBJETIVO GENERAL: Determinar la relación entre la preparación física y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p> <p>OBJETIVOS ESPECIFICOS:</p> <p>Determinar la relación entre la preparación táctica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p> <p>Determinar la relación entre la preparación psicológica y el</p>	<p>HIPOTESIS GENERAL: La preparación física se relaciona significativamente con el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p> <p>HIPOTESIS ESPECIFICOS:</p> <p>La preparación táctica se relaciona significativamente el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p> <p>La preparación psicológica se relaciona significativamente el rendimiento deportivo de los</p>	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p>Preparación Física</p>	<p>X1= Preparación Táctica</p> <p>X2= Preparación Psicológica</p> <p>X3= Preparación Técnica</p> <p>X4= Movimientos Corporales</p>	<p>NIVEL DE INVESTIGACION: correlacional</p> <p>DISEÑO DE LA INVESTIGACION No experimental</p> <p>TIPO DE INVESTIGACION Basica</p> <p>ENFOQUE DE LA INVESTIGACION: Cuantitativo</p> <p>POBLACION: 18 jugadores</p>

<p>juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?</p> <p>¿Cómo se relaciona la preparación técnica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?</p> <p>¿Cómo se relaciona los movimientos corporales y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019?</p>	<p>rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p> <p>Determinar la relación entre la preparación técnica y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p> <p>Determinar la relación entre los movimientos corporales y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p>	<p>futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p> <p>La preparación técnica se relaciona significativamente el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p> <p>Los movimientos corporales se relaciona significativamente el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.</p>	<p>VARIABLE</p> <p>DEPENDIENT</p> <p>E</p> <p>Rendimiento Deportivo</p>	<p>Y1= Gasto Energético</p> <p>Y2= Desarrollo de la Velocidad</p> <p>Y3= Mayor Performance</p>	<p>MUESTRA:</p> <p>18 jugadores</p> <p>ESTADISTICO DE PRUEBA:</p> <p>Spss</p> <p>TECNICA:</p> <p>Encuesta</p> <p>INSTRUMENTOS:</p> <p>Cuestionario</p> <p>11 preguntas para medir la variable X</p> <p>9 Preguntas para medir la variable Y</p>
---	---	--	--	--	---



ENCUESTA

A LOS FUTBOLISTAS DEL CLUB JUVENTUD NICOLAS DE PIEROLA EN EL CAMPEONATO DE 1ERA DIVISION DE LA LIGA DISTRITAL DE HUACHO EN EL AÑO 2019.

OBJETIVO: Conocer la opinión de los futbolistas del club juventud Nicolas de Pierola en el campeonato de 1^{era} division de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019.

INSTRUCCIÓN

El suscrito está realizando una investigación sobre la preparación física y el rendimiento deportivo de los futbolistas del club juventud Nicolás de Piérola en el campeonato de 1era división de la Liga Distrital de Huacho en el año 2019. Para el efecto solicito su pleno apoyo respondiendo a las siguientes preguntas.

V1: Preparación Física

N°	INDICADORES	Nunca	A veces	Siempre
01	Al momento del partido, ¿interpretas el juego que hará el equipo contrario?			
02	Al momento del partido, ¿decides la jugada que harás?			

03	Al momento del partido, ¿ejecutas el juego practicado en el entrenamiento?			
04	Al momento del partido, ¿pones en práctica tus habilidades para lograr la meta que es ganar el partido?			
05	Al momento del partido, ¿pones en práctica lo nuevo que se aprende en las distintas competencias deportivas?			
06	¿Consideras que durante el entrenamiento conduces bien el balón?			
07	¿Durante el entrenamiento practican tiros libres?			
08	¿Durante el entrenamiento practican el dribling para un mejor desempeño?			
09	¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar entrenamientos de fuerza?			
10	¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios corporales?			
11	¿Consideras que durante el entrenamiento se deben aplicar ejercicios de coordinación?			

V2: Rendimiento Deportivo

N°	INDICADORES	Nunca	A veces	Siempre
01	¿Consideras que durante el entrenamiento haces un menor esfuerzo?			
02	¿Consideras que durante el partido haces un mayor esfuerzo?			
03	¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu agilidad?			
04	¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento ayudan a desarrollar tu velocidad óptima?			
05	¿Consideras que los ejercicios de entrenamiento hacen que sientas fatiga?			
06	¿Durante el partido demuestras tus destrezas para el futbol?			
07	¿Durante el partido demuestras tus habilidades para el futbol?			
08	¿Durante el partido consideras que tu personalidad es importante para ganar?			
09	¿Durante el partido consideras que tu conducta es importante para ganar?			

Dr. Aliam Zavala Santos
ASESOR

Dra. Norvina Marlana Marcelo Angulo
PRESIDENTE

Dra. Felipa Hinmer Hilem Apolinario Rivera
SECRETARIO

M(o). Raul Eduardo Palacios Serna
VOCAL